**Если ребенок не может сосредоточиться на чем-то одном, ему приходится тратить впустую много сил и энергии. Родители в состоянии помочь малышу справиться с этой проблемой.**

**То здесь, то там…**

Для маленького ребенка несколько минут – это целая вечность. Дети стараются охватить все, поэтому постоянно переключаются с одного занятия на другое. Только что карапуз рисовал, не прошло и пяти минут, как он взялся за пирамидку, но она так и не была собрана, потому что по телевизору начали транслировать мультфильм, который не удалось досмотреть из-за возникшей необходимости встретить маму, вернувшуюся из магазина с чем-то вкусненьким. Со временем ребенок научится избирательности восприятия и сможет произвольно концентрировать свое внимание. Постепенно период сосредоточенности малыша будет удлиняться и затем, благодаря помощи родителей, он научится собранности и сможет до конца выполнять начатое дело. Но понадобится много сил и терпения, чтобы сформировать у ребенка навыки усидчивости и способность к длительной концентрации внимания.

**Будьте внимательны**

Как же привить своему непоседе навыки усидчивости? В первую очередь, родители должны начать развивать внимание малыша. Многие мамы и папы требуют внимательности уже у 2-3-летних деток, в то время как даже у 5-6-леток внимание носит непроизвольный характер. Это значит, что ребенку трудно сконцентрироваться по требованию. В этом возрасте детей способно привлечь только что-то яркое и привлекательное. Однако такая непроизвольность внимания позволяет дошколятам за 3-4 года до школы освоить огромный объем информации, интересоваться всем на свете и перепробовать все, что угодно.

При всем этом, родители полагают, что малыш должен тихонько играть в своем уголке, не мешая домочадцам. И в то же время, мы хотим, чтобы в будущем ребенок успешно учился в школе, естественно, самостоятельно. На этом этапе взрослые должны осознать, что малыш вырастет усидчивым и дисциплинированным только в том случае, если в раннем детстве мама и папа вместе с ним будут работать над развитием внимательности. Как проводить занятия?

**Предлагаем небольшую шпаргалку.**

* Помните, что детки любят все яркое и интересное. Поэтому, если вы хотите увлечь ребенка выполнением какого-либо задания, расскажите ему о привлекательных моментах данной деятельности. Также можно поведать невероятную сказочную историю, связанную с выполнением задания, или придать занятию элемент соревнования.
* Чтобы занятия были продуктивными, необходимо создать спокойную и благоприятную атмосферу. Так что отложите подальше игрушки и позаботьтесь о том, чтобы был выключен телевизор.
* В процессе занятия выражайте свои эмоции, радуйтесь и удивляйтесь вместе с малышом. Ну и, конечно же, не забывайте хвалить ребенка за успех.
* Имейте в виду, что речь – одно из главных средств, способствующих формированию внимания. Поэтому комментируйте все, что вы делаете, а также попросите ребенка проговаривать свои действия и рассказывать о том, что он собирается сделать. Таким образом, ребенок будет учиться планировать свои действия. Если у малыша еще не получается выстроить план, помогите ему справиться с этой непростой задачей, поинтересуйтесь: «Что ты сейчас делаешь?», «Что будешь делать потом?», «Посмотри туда…», «А еще можно сделать вот так».
* Если, несмотря на все ваши старания и ухищрения, ненаглядное чадо то и дело крутится по сторонам в поисках более увлекательного занятия, не вздумайте обуздать его порывы повелительными фразами типа: «Успокойся!», «Не вертись!». Лучше предложите ребенку закончить начатое дело: «Посмотри, тебе осталось доделать совсем немного», «Давай нарисуем еще цветочек» и т.д.

Для того чтобы занятия были на радость ребенку и приносили максимум пользы, родители всегда должны помнить, что:

- 5-летний ребенок способен удерживать внимание на одном занятии около 15 минут, затем ему необходимо сменить вид деятельности;

- нельзя требовать от ребенка сидеть над заданием больше, чем он способен;

- у впечатлительных, болезненных и ослабленных деток уровень концентрации ниже, поэтому они чаще отвлекаются.

**Терпение и труд…**

В процессе развития внимания малыша мы также учим его терпению, умению доводить до конца начатое дело и добиваться поставленной цели. В будущем эти навыки позволят ребенку успешно справляться со школьной программой и выполнением домашних заданий.

Нет лучше и интереснее занятия для ребенка, чем игра. Между тем, именно игра способствует развитию внимания, терпеливости и усидчивости. Игра обеспечивает произвольность поведения, то есть ребенок сам себя контролирует и, разумеется, самостоятельно все решает. В то же время, она требует выполнения определенных правил и доведения до конца начатого дела. Таким образом, ребенок должен проявлять терпение, иначе его не примут в игру.

Проверенным и действенным способом по воспитанию терпения и желанию добиваться необходимых результатов является труд. Впрочем, малыши обычно рады помочь по хозяйству своим родителям. Правда, мама и папа почему-то не всегда одобряют детскую инициативу. Ведь полы могут быть вымыты банным полотенцем, а после грандиозного мытья посуды можно недосчитаться чашки или блюдца. В таких случаях, родители частенько выплескивают на неудавшегося помощника весь свой гнев, чего делать ни в коем случае нельзя. Иначе, вы напрочь отобьете у своего крохи всякое желание вам помогать. Он-то хотел как лучше! Вы должны это отчетливо понимать и всячески поощрять детское желание вам подсобить. Искренне хвалите малыша за хорошо проделанную работу и в доброжелательной форме высказывайте свои пожелания, если у ребенка что-то не получилось: «Пол моют специальной тряпочкой, а полотенцем вытираемся мы сами», «Когда моешь посуду, крепко держи предмет в руках, иначе он выскользнет», «Когда поливаешь цветы, не нужно лить слишком много воды» и пр. Так что, если вы хотите, чтобы ваш ребенок рос трудолюбивым, никогда не пресекайте его попытки вам помочь.

И еще, **возьмите на заметку несколько моментов:**

· не ждите, что ребенок сам начнет проявлять терпение. Ответственность за формирование этого качества у малыша лежит на взрослом;

· мама и папа должны организовывать деятельность ребенка. Не лишним при этом будет поинтересоваться: «Что ты сейчас будешь делать, а что потом?»;

· всячески подбадривайте, поощряйте и хвалите малыша. Не ограничивайтесь обыденными словами «умница» и «молодец». Лучше укажите ребенку на то, что ему удалось особенно хорошо. А главное – объясняйте, почему он добился успеха: «Ты старался, добивался своей цели и был терпелив, поэтому у тебя все получилось». Если же у малыша пока еще не все получается, успокойте его, поддержите и объясните, что «для того чтобы все получилось, иногда необходимо проделывать одну и ту же работу несколько раз. Именно так мы набираемся опыта».

**Игры на развитие внимания**

**Найди отличия.** Покажите малышу два похожих рисунка и попросите найти отличия.

**Что пропало?** Поставьте перед ребенком 3-7 игрушек (количество игрушек зависит от возраста малыша), а затем попросите его закрыть глаза и спрячьте одну игрушку. После этого дайте сигнал открыть глаза. Он должен сказать, какой игрушки не хватает.

**Съедобное – несъедобное.** Вы бросаете ребенку мяч, при этом называете слово. Ребенок должен поймать мяч только в том случае, если вы назвали что-то съедобное, а если нет – следует опускать руки.

**Делай как я!** Под считалку вы ритмично выполняете простые движения (например, киваете, хлопаете в ладоши, топаете ногой), а ребенок повторяет за вами. Затем, неожиданно для малыша вы меняете движение. Ребенок должен сориентироваться и повторить за вами новое движение.

**Три задания.** Малыш становится в удобную позу, затем по сигналу «Раз, два, три – замри!» он должен замереть и оставаться неподвижен. В это время вы называете три задания, а после команды «Раз, два, три – беги!» малыш отправляется на выполнение заданий. Причем задания необходимо выполнять именно в той последовательности, в которой вы указали. Вот пример заданий:

1. Назови какое-нибудь домашнее животное.

2. Подпрыгни три раза.

3. Принеси синенькую машинку.

**Игры, требующие усидчивости**

Если вы хотите дать малышу занятие, требующее усидчивости, предложите ему:

**Разукрашивать.** Возьмите раскраску или сами нарисуйте какой-нибудь предмет и предложите ребенку разукрасить его, не выходя за контур.

**Лепить.** Лепить из пластилина очень интересно и весело, особенно с мамой и папой. Попробуйте! Понравится всем!

**Собрать** паззл или мозаику.

**Разложить** детали мозаики по цвету.

**Поиграть** со шнуровками.

**Пересыпать** фасоль или горох в бутылку с узким горлышком.

**Переливать** воду из емкости с широким горлышком в емкость с узким горлышком.

Можно проявить фантазию и придумать множество игр, требующих скрупулезности и усидчивости. Однако родители не должны забывать предлагать малышу и активные игры, чтобы он мог выплеснуть всю накопившуюся за день энергию. Кроме того, необходимо правильно подбирать время для занятий. Если у ребенка резвое настроение, лучше дать ему в этот момент побегать.

Принимайте своего малыша таким, какой он есть, и не ставьте ему в пример соседских Машу, Сашу, Глашу или еще кого-то, кто может полчаса собирать паззл, в отличие от вашего непоседы, который не высиживает за этим занятием более 10 минут. Ни в коем случае не давите на ребенка. Если ребенок может высидеть только 10 минут, значит, занимайтесь именно столько. Главное – продолжайте заниматься!