**Развиваем усидчивость у ребенка**



Ребенок ни минуты не сидит на месте, шустрит и не дает покоя домочадцам. Поздравляем! Вы – родитель активного ребенка. Безусловно, в активности ребенка нет ничего плохого – ребенок растет, развивается и познает мир с утроенной энергией, однако к школе нужно успеть **развить в нем усидчивость**. **Усидчивость ребенку** нужна ровно настолько, чтобы он смог спокойно вписаться в процесс обучения, и чтобы учеба в дальнейшем доставляла ему если не радость, то удовлетворение.

Главные помощники и образцы для подражания – это мы с вами – родители. Так вот, чтобы понять, как правильно развивать внимание и усидчивость, нужно знать этапы психологического развития ребенка и особенности занятий с ним в этот период. Ведь очевидно, что урок для ребенка в 1,5 года и для ребенка в 4 года должен быть построен совершенно по-разному.

**Основа основ развития усидчивости**

Позволю предложить вам несколько правил для развития усидчивости у ребенка:

1. **Всему основа Интерес**. В любом возрасте. Механизм развития усидчивости строится так: Интерес – Внимание – Усидчивость.

2. **Идите за ребенком, предоставьте ему свободу**, пусть сам решит, сколько времени он готов потратить на то или иное предложенное ему занятие. То есть от вас должна исходить идея игры (придумывать игры нужно еще ребенка научить), а он решит, интересно ли ему в данный момент играть.

***Пример:****моя дочь в 1,8 года увлеклась пальчиковыми играми, показывает дом из ладошек и кукукает из него. У нас есть набор пальчиковых игр, которые она проделывает с удовольствием – они у нее хорошо получаются, постепенно стараюсь предложить новую потешку-упражнение. Сначала смотрит, иногда пробует повторить, если не получается, говорит мне «Все,» и бросает это занятие. После нескольких повторений в разные занятия новой потешки, постепенно к ней привыкает, и начинает хорошо изображать. Скорость определяет ребенок, я лишь подстраиваюсь.*

*Как вы понимаете, что****чем больше потешек мы разучили, тем дольше наше занятие.****Хотя есть предпочтения, любимые и нелюбимые потешки.*

3. Откуда брать занятия  с ребенком? **Актуально смотреть по возрастам, какие умения ребенок осваивает в данный момент.**Занятия должны быть разносторонними. Например, спортивные, музыкальные, на речь, на мелкую моторику, ролевые игры, помощь маме по хозяйству, взаимодействие с другими детьми.

4. Не все сразу. Если вам понравилась  игра, а ребенок отказался играть в нее, то **просто предложите ее позже**– еще не время.

*Пальчиковые игры я начала еще в 1,1 год, только вот ребенок не оценил. Вернулись мы к этой теме только в 1,8 года и ей понравилось.*

5. **Примите и поймите, что есть занятия, которые ребенок так и не полюбит**. Не всем дано стать музыкантами или художниками. Моя дочь не любит рисовать карандашами, например.

6. **Занятие должно соответствовать возрасту и развитию ребенка**. Как бы вам ни было приятно похвастать перед другими мамами, что ваш ребенок начал говорить (петь, танцевать) раньше всех, но у каждого ребенка свой ритм развития. Одни лучше развиты физически, другие творчески, третьи умственно. Конечно, мы говорим не о явных отклонениях в развитии, а о нормальном среднестатистическом ребенке.

**Вот какие этапы развития ребенка дошкольного возраста приводит Мария Монтессори:**

От рождения и всю жизнь – развитие речи

От рождения до 3 – сенсорное развитие, тактильные ощущения

От рождения до 1,5 – познание окружающего мира через движение

От 1,5 до 3 – развитие устной речи

От 1,5 до 4 – развитие мускульной координации

От 2 до 4 – забота о порядке в окружении и обязанности

От 2 до 6 – музыкальное развитие

От 2,5 до 6 – утонченность чувств

От 2,5 до 6 – развитие социальных манер

От 3 до 6 – восприятие влияния взрослых

От 3,5 до 4,5 – письмо

От 4 до 4,5 – развитие тактильного чувства

От 4,5 до 5,5 – чтение

7. **Приобретите мебель для занятий с ребенком**. Как приятно будет ребенку сидеть за столиком и стульчиком подходящего для него размера. Это может быть дополнительным фактором для усидчивости,

8. **Коллектив в помощь.** Позовите в гости подругу или друга вашего ребенка одного с ним возраста (чем младше ребенок, тем точнее должен совпадать их возраст). Проведите занятие для них обоих. Иногда дети не хотят что-то делать только вместе с взрослым, однако соглашаются делать за компанию с другими детьми.

Ходите на развивайки. Там вам не придется заботиться о том, чем заняться с ребенком. И коллектив ровесников вам будет обеспечен.

9. **Продолжительность занятий зависит от возраста ребенка.**

Оказывается, не все так просто, и рекомендации по продолжительности занятий детей прописаны в СанПиН 2.4.1.1249-03 (затрагивает деятельность дошкольных учреждений)

**Ребенок может высидеть в неделю:**

1,5 – 3 года – 10 занятий по 8-10 минут (одно занятие утром, одно занятие вечером)

4 года (четвертый год жизни) – 11 занятий не более 15 минут

5 лет (пятый год жизни) – 12 занятий не более 20 минут

6 лет (шестой год жизни) – 15 занятий не более 25 минут

7 лет (седьмиой год жизни) – 17 занятий не более 30 минут.

В середине занятия делают физкультминутку на не меньше, чем 10 минут.

Обращаю ваше внимание, что количество занятий максимально допустимое. Меньше можно, больше нельзя. Не перегружайте нервную систему ребенка.

Конечно, у каждого ребенка есть своя сущность и вы никогда не сделаете ребенка спокойным, если ему этого не дала природа, однако скорректировать его поведение и **развить в нем усидчивость** вам вполне по силам. Надеюсь, вам поможет наша статья в вашем бравом деле. Удачи!