

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ для родителей «Как заставить «непоседу» заниматься»**

Педагог-психолог: Федорова Н.С.  
29.10.2024г.

Сразу отвечу – «Насильно? НИКАК»!

Ребенок должен сам захотеть поучаствовать, а задача взрослого – создать условия для интересной деятельности.

**Планируя занятие или игру, рассчитывайте на время, которое ребенок сможет удерживать свое внимание.**

Маленькие дети, как правило, непоседы, т.е. не способны долго концентрировать своё внимание на тех действиях, которые им предлагают взрослые. Внимания малыша 3-х лет хватит на 10-15 минут.

Подрастая, ребёнок становится более усидчивым. Вместе со взрослым он с удовольствием рисует, лепит, конструирует.

По мнению психологов, большинство детей спокойны и внимательны, если занятия длятся:

10-15 минут – от 1 до 3 лет;

15-20 минут – в 3-4 года;

20-25 минут – в 4-5 лет;

25-30 минут – в 5-6 лет;

30-35 минут – в 6-7 лет.

Планируя развивающую деятельность с ребенком дома, учитывайте загруженность ребенка. Перегружаясь, к вечеру ребенок остается практически без сил

Специалисты считают, что ребёнку до четырёх лет хватит двух занятий в день. И между ними должен быть большой перерыв: например, одно – после завтрака, другое – после полдника. Для ребёнка старше 5 лет можно планировать два-три занятия утром с перерывами между ними. Не рекомендуется устраивать подряд два занятия математикой или развитием речи. Чередуйте их физкультурой, музыкой или творческой деятельностью.

**Уделяйте достаточное время играм ребенка, но не забывайте про занятия.**

Многие родители полагают, что самое главное для ребёнка – грызть гранит науки, а игра – это бесполезное, второстепенное занятие, которое может и подождать.

Между тем психологи утверждают, что те дети, которых в детстве не ограничивали в игре, вырастают талантливыми творческими людьми.

Занятия важны, но уделять им внимание следует в первой половине дня, когда ребенок наиболее продуктивен.

### **Развиваемся, играя!**

Превратите полезное в приятное. Предложите «поиграть в цифры» или мотивируйте к изучению букв следующим предложением «Хочешь, я расскажу тебе о загадочной стране, где живут буквы». Если ваши путешествия интересны для ребёнка, он будет усидчив во время занятий и не станет их избегать. Можно ещё в течении дня ловить «переменки» между играми, когда одна ребёнку уже наскучила, а новую он не успел придумать.

Не напрягайте ребенка перед сном. Лучше поболтайте «о том о сем», расскажите о чем-нибудь интересном за день или ответьте на многочисленные «почему?» Общаясь, вы улучшаете ваши взаимоотношения, поддерживаете тесный контакт.

### **Каждому ребенку – индивидуальный подход.**

Наблюдая даже за совсем малышами, можно определить их темперамент. Одни дети с рождения спокойны и могут часами возиться с игрушкой или книжкой, а другие и пяти минут не пробудут на одном месте. Медлительные флегматики более усидчивы, активные холерики – менее. И с этим приходится считаться. Но даже активных и возбудимых детей можно удержать.

*Например, 5-летний Тимофей с рождения был очень подвижен. Он всегда находился в вечном движении: хватал одну игрушку, другую, третью – и тут же бросал их. На занятиях он не сидел, бегал по группе, изучая все вокруг. Предложила маме постепенно формировать у ребёнка усидчивость, используя то, что ему интересно. Мама стала вместе с ним играть в конструктор, потихоньку вовлекая в игру и удерживая, тем самым, внимание ребёнка. Минутка за минуткой мальчик все дольше занимался любимым делом, не пытаясь убежать. Постепенно мама смогла заинтересовать сына и рисованием и чтением книг, и когда он пошёл в школу, мог спокойно сидеть весь урок.*

«Непоседам» рекомендуется собирание пазла, конструктора, мозаики, складывание поделок из бумаги, лепка из пластилина, глины т.д.