

РЕБЕНОК НЕУСИДЧИВЫЙ: ЧТО ДЕЛАТЬ?

«Ни минутки не сидит, ничего ему надолго не интересно», — порой сетуют родители активного ребенка-дошкольника, которому бывает сложно сфокусироваться на поставленной задаче или предложенном занятии.

Нормы: а сколько же дошкольник может сидеть за «учебой»?

дети 3–4 лет — не более 15 минут,

дети 4–5 лет — не более 20 минут,

дети 5–6 лет — не более 25 минут,

дети 6–7 лет — не более 30 минут.

Рекомендации для родителей, направленные на улучшение социального поведения ребенка

1. Не концентрируйте внимание на негативных формах поведения ребенка. Всякое давление порождает сопротивление, равное по своей силе оказываемого давления.
2. Хвалите ребенка, поощряйте, отмечайте успех. Не сравнивайте его с другими детьми, более успешными, в каких либо видах деятельности, а сравнивайте с тем его результатом, который он имел вчера.
3. Исключите из своего арсенала такие методы воспитания, как эмоциональная взбучка, крик, физические наказания.
4. Обеспечьте ребенку достаточно физических поглаживаний, прикосновений, так как активные дети больше, чем другие, нуждаются в физическом контакте с родителями, и этот контакт является для них эмоционально поддерживающим и физически исцеляющим.

Ключик к усидчивости: Важно понимать, что у детей дошкольного возраста ведущей деятельностью является игра. Именно через нее наиболее эффективно учить ребенка чему-либо. **Например:**

Запомни предметы: поставьте на стол несколько игрушек, попросите ребенка их назвать. Затем попросите закрыть глаза, уберите 1 игрушку. Ребенок должен сказать, что исчезло.

Угадай звук: нужно взять несколько звучащих предметов. Например, бубен, колокольчик и деревянные ложки. Пусть ребенок сам «поиграет» на них. После попросите закрыть глаза и на слух определить, чем сейчас шумит взрослый.

Найти отличия на картинках (традиционные 2 картинка, которые отличаются несколькими деталями).

Лабиринты: когда необходимо провести линию от входа до выхода из лабиринта.