***Учимся взаимодействовать***

Усидчивость – врожденная черта характера, а потому её не воспитаешь, если ребенок по натуре холерик, как не сделаешь егозой спокойного и слегка ленивого кроху. А ответственность приходит к большинству детей, когда появляется необходимость быть за кого-то в ответе.

Для того, чтобы стимулировать этот процесс, родители могут делать вид, что не в состоянии решить ту или иную проблему, чаще обращаться к ребенку с вопросами, как поступить в той или иной ситуации.

Иными словами, нужно помочь ребенку задуматься о последствиях и результатах не только своих действий, но и поведения самых близких ему людей. И дать почувствовать, что от него тоже многое зависит в жизни семьи.

Необходимо помнить, что усидчивость тесно связана с вниманием, трудолюбием, дисциплинированностью, поэтому необходимо комплексное воздействие на воспитание и развитие ребенка.

## ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ?

* Придерживайтесь строгого распорядка дня, тем самым приучая ребенка к пониманию того, что «так нужно».
* Разбивайте сложные задания на части, давая короткие и понятные инструкции по их выполнению. Проанализируйте, к чему повышен интерес вашего ребенка, поощряйте его инициативу и двигайтесь дальше в этом направлении.
* Обязательно ограничьте времяпровождение у телевизора и компьютера, предложив взамен более полезные и интересные занятия.
* Побуждайте ребенка любое задание доводить до конца (выполнять оговоренное, убирать комнату, складывать по местам игрушки и т.д.). Приучайте к дисциплине.

Одно из главных правил эффективного воспитания ребенка, привития ему чувства ответственности и усидчивости – совместное времяпрепровождение и различные игры.

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

* *РАСКРАСИТЬ.* Возьмите раскраску или сами нарисуйте какой‑нибудь предмет и предложите ребенку раскрасить его, не выходя за контур;
* ЛЕПИТЬ. Лепить из пластилина очень интересно и весело, особенно с мамой и папой. Попробуйте! Понравится всем;
* собирать пазл или мозаику;
* разложить детали мозаики по цвету, игрушки по размеру;
* пересыпать фасоль или горох в бутылку с узким горлышком;
* переливать воду из емкости с широким горлышком в емкость с узким горлышком.

Хорошо тренирует усидчивость постепенное увеличение продолжительности занятий. Вы начинаете с занятий по 10-15 мин., затем перерыв столько же. Постепенно увеличивайте время занятий. Через месяц уже можно заниматься по 15-20 мин., оставив тот же 10-15-минутный перерыв.

Не нужно заставлять ребенка сидеть над выполнением задания дольше, чем он способен, это не только не повысит, но даже снизит успех занятия.

Ребёнок должен четко понимать, зачем он делает те или иные вещи, видеть перед собой результат, осознавать, для чего он выполняет требования старших. Естественно, нужно хвалить за каждый верный шаг, чтобы был стимул и желание вести себя хорошо! И для усидчивости тоже нужна какая-нибудь ощутимая мотивация, частые тренировки и поощрения.

Ещё один способ выработать **усидчивость у ребенка** – это труд. Практически все малыши любят помогать взрослым по хозяйству. Не отгоняйте их, пускай они помогут вам. Это лишь увеличит их стремление и желание помочь вам.

***Привить ребенку усидчивость — достаточно сложная задача. Ведь ребенок в первую очередь берет пример с нас, родителей. Проявите фантазию, терпение и понимание – и у вас всё получится.***

***Подготовила Филиппенко Е.А.***