

Как помочь ребенку, если он не хочет заниматься?

- Желательно с самого начала создать такое *отношение к занятиям*, как к любой другой обязательной части дня – прогулкам, еде или сну. *Выделите постоянное время* и с гордостью предложите ребенку поиграть вместе, ведь «сегодня Вы покажете малышу, как сделать что-то новое и важное».
- **Создайте пространство для занятий.** Важно, чтобы место, где Вы занимаетесь, способствовало концентрации ребенка на игре и *не провоцировало его отвлекаться на посторонние предметы*. Желательно, чтобы в поле зрения была только та игра, в которую Вы будете играть сейчас. Все остальное – пластилин, бумагу, игрушки, если они Вам сейчас не нужны, отложите так, чтобы ребенок их не видел.
- **Контролируйте временной лимит.** Если ребенок не любит или не привык к занятиям, то первые из них должны длиться недолго – около 10-15 минут, в зависимости от возраста ребенка. Впоследствии увеличивайте время до 20-30 минут, опять-таки по возрастным возможностям ребенка.
- **Постарайтесь подготовиться к занятию.** Пусть это будет для начала две или три недлинных игры или вида деятельности. Для успеха занятий очень важно, чтобы то, чем Вы занимаетесь с ребенком, было интересно и Вам самим. *Мамы, которые скучают во время занятий, навеют тоску и на малыша*. Поэтому при выборе игр, опирайтесь не только на интерес малыша, но и на свой собственный!
- **Начинайте с самого любимого для ребенка занятия.** Понаблюдайте за сыном или дочкой: во что он или она любит играть больше всего. Возможно, это домино, рисование солнышек или лепка снеговика. Начните с того, что ребенок будет делать охотно, ведь *настрой ребенка во время занятия подчас намного более важен, чем качество результата*.
- **Используйте наглядные материалы.** Не секрет, что все игры и занятия должны быть подобраны с учетом возраста и возможностей ребенка. А поскольку Ваш ребенок дошкольник, то все материалы должны быть красочными, четкими и понятными. Для более маленьких детей предпочтительны более крупные картинки и материалы, для детей постарше – можно использовать более мелкие и стилизованные изображения.
- **Оказывайте ребенку посильную помощь.** Если ребенку что-то дается с трудом, он не знает, с чего начать или берется за дело не с того конца, тогда попробуйте помочь ему. Для этого часто достаточно разбивать задачу на самые простые действия и инструкции. Следите за ручками и глазами ребенка. *Если он не может сконцентрироваться*, попросите его посмотреть на рисунок, держать пальчик на странице. *Если ребенок крутится*, напомните ему, чтобы он сел «красиво». *Если он берет сразу несколько карандашей*, попросите его взять только один, а остальные положить, и так далее. Ведь часто порядок действий и «внутренний план» задачи у ребенка не

сформирован, и только *Ваши терпеливые и спокойные подсказки* смогут направить ребенка в нужное русло.

- ***Не бойтесь повторения инструкции.*** Часто мамы смущаются повторять ребенку одно и то же, считая, что если он не делает, значит, не хочет. С другой стороны, посмотрите на Вашего ребенка непредвзято: действительно ли он не хочет сидеть, смотреть или подражать Вам? Или ему сложно удержаться и проконтролировать свои импульсы? Часто дети охотно делают то, что говорит мама. ***НО недолго!*** Подвижный и активный ребенок удерживает инструкцию в течение 1-2 минут, а затем снова перестает смотреть, сидеть или повторять. Не сердитесь на него и не опускайте руки – *просто повторите просьбу еще раз:* «Посмотри сюда и покажи мне пальчиком». Так ребенок учится тому, каково это – *концентрировать внимание на задании.*
- ***Подбадривайте ребенка!*** Во время игры малыш может столкнуться с неудачей – пазлы не складываются, штрихи выходят за контуры, а аппликация никуда не годится. Очень важно, чтобы в этот момент Вы были спокойны и не пугались вместе с ребенком. *Покажите ему своим терпеливым видом, что ошибаться – это нормально, что в этом нет ничего страшного.* Попросите ребенка *попробовать еще или подскажите, как можно начать с другого места.* Подбодрите его – *ведь все получится, и он уже сделал много красивого и хорошего!* Однако важно не переборщить, ведь успокаивая ребенка, Вы можете научить его, что «психуя», можно получить порцию *Вашего тепла и ласки и отвлечь таким образом от дела.*
- ***Ставьте низкую планку.*** Начиная систематические занятия, не ждите, что ребенок создаст аккуратную картинку или слепит идеальный цилиндр. Наоборот, его работы могут быть неаккуратными, а действия – ошибочными (если Вы, например, учите ребенка цифрам). *Начинайте с простого и хвалите уже за элементарное – за внимание, старание и подражание.* Если качество и количество страдают, тогда *особенно важно привить ребенку любовь к занятиям, а не заикнуть его внимание на неудачах.* Если игры и занятия покажутся ребенку слишком простыми и скучными – *он обязательно даст Вам об этом знать.* Вы всегда сможете повысить или усложнить требования.
- ***Если ребенок не хочет повторять за вами или не воспринимает Ваши просьбы и инструкции – введите в игру любимую игрушку.*** Бывает, что слова мамы по тем или иным причинам воспринимаются ребенком в штыки. В таком случае *можно предложить ребенку играть не с мамой, а с каким-то персонажем* – это может быть сова, зайчик или клоун. Познакомьте игрушку с ребенком, и пусть уже она расскажет ребенку, во что они будут играть. *Вы можете заинтриговать ребенка, спрятав игру в волшебный мешочек, который принесет сова и покажет малышу «секрет».*

- *Если же ребенок не хочет повторять и за игрушкой - побуждайте его просто наблюдать.* На первых порах важно сформировать само желание заниматься. Поэтому если ребенок никак не хочет повторять за совой или клоуном, тогда *попросите его просто посмотреть, что игрушка будет делать.* Играйте от имени игрушки и проговаривайте каждое действие. *Возможно, в какой-то момент ребенок сам захочет присоединиться.* Чем качественнее ребенок наблюдает за игрой, тем больше шансов подготовиться к самому подражанию.