**Почему скука полезна детям ?** 

***« Мам, мне скучно….»***

Эта фраза всегда оставляет в замешательстве родителей и ставит в тупик. Вам даже может начать казаться, что вы плохой родитель. Большинство из нас начинает чувствовать себя ответственным за то, что ребенку скучно, и мы хотим немедленно это исправить. Для этого мы используем какие-то технические развлечения, гаджеты, придумываем разные виды активности т.д. Но фактически этот контрпродуктивно. Дети должны столкнуться с тем, что в жизни бывает ничем не заполненное, неструктурированное время.

***Почему это важно?***

Свободное, или «скучное» время дает детям возможность исследовать свой внутренний и внешний миры, что является началом креативности. Таким образом, они учатся взаимодействовать с миром и собой, воображать, изобретать и создавать. При этом неструктурированное время позволяет детям исследовать свои собственные страсти. Если мы будем их заставлять напряженно трудиться над уроками или занимать время какой-то другой полезной деятельностью, или же отвлекаем их на мониторы и экраны, они никогда не научатся следовать велению сердца, которое может привести их к открытиям. Они не построят замок на заднем дворе, не слепят монстра из глины, не напишут песню или рассказ, не соберут одноклассников для создания нового фильма. Все это – веления нашего сердца, это те страсти, которые делают жизнь действительно значимой. Так же важно, чтобы дети обрели опыт принятия собственных решений, научились сами управлять своим временем и заполнять его, иначе этого не произойдет никогда, и во взрослом возрасте они будут испытывать проблемы с распределением времени.

***Почему фраза « мне скучно» так часто употребляется детьми в нынешнее время?***

Большинство детей прекрасно находят, чем занять свое свободное время и находят для себя что-то интересное. Дети всегда счастливы в самостоятельной игре. Потому что игра – это детская работа!!! Таким образом они отрабатывают свои многочисленные эмоции и впечатления. Стоит посмотреть на любую группу играющих детей, и будет заметно, что они сами прекрасно организовывают какие-то действия. Если дети не могут найти себе занятие, то это происходит потому, что:

- они настолько привыкли к развлечениям на экранах, что не могут заглянуть в себя;

- их время настолько структурировано, что они просто не умеют развлекаться;

- им нужно родительское внимание.

Признаемся себе, что наше общество воспитывает поколение детей , зависимых от гаджетов . Все планшеты, телефоны, компьютеры и другие современные технические новинки дают детям настолько яркие впечатления, что все остальное меркнет рядом с ним. Но детям нужны другие, настоящие переживания, они должны взаимодействовать с другими людьми, творить, придумывать. Дети также должны быть физически активными, уметь сосредотачиваться на знаниях. Поэтому так важно ограничивать время, а не лишать, их работы на компьютере.

***Как должны реагировать родители, когда их дети говорят, что им скучно ?***

Прежде всего ,нужно действительно оставить свои дела и сосредоточится на ребенке хотя бы в течение 5 минут. Если в течение этого времени вы просто пообщаетесь и по обнимаетесь , то скорее всего ребенок получит необходимую ему дозу внимания и потом спокойно найдет себе занятие. Если же ребенок не отстает, а вам нужно возвращаться к работе, то предложите ребенку как-то вовлечься в нее, попытайтесь что-то сделать вместе. Когда вы уверитесь в том , что « сосуд любви» у него наполнился, можно будет вернуться к вопросу « что делать?». В этот момент у ребенка обычно возникают какие-то идеи, и вы можете их поддержать. Если нет, то скажите ему, что наслаждаться свободным временем – это его работа.

Когда детям действительно нужна наша помощь в преодолении скуки?

Большую часть времени дети предоставлены сами себе и в конечном итоге находят что-то интересное, но иногда они и на самом деле нуждаются в вашей помощи. Особенно тогда , когда свободного времени неожиданно стало больше , или дома было ограничено время пользования телевизором или компьютером. Для таких случаев лучше сделать БАНОЧКУ С ИДЕЯМИ , из которой можно будет вытаскивать 3 бумажки, и действовать в соответствии с написанным на них.

***Вот несколько таких идей:***

- сделать сборник шуток;

-построить крепость из одеял и подушек;

- написать письмо бабушке;

- вырезать бумажные куклы и костюмы для них, сделать кукольный дом из картона;

- взять магнит и проверить, что в доме к нему прилипает;

- измерить все вещи в доме линейкой;

-обежать вокруг дома 3 раза , вырыть яму на заднем дворе;

- включить музыку и потанцевать;

-расчесать питомца, помыть зеркало губкой, нарисовать дерево, выучить скороговорку, рассмотреть на что похожи облака, и многое, многое другое, то что нам взрослым кажется пустяком. А именно такие пустяки позволяют нашим детям фантазировать, проявлять инициативу и самостоятельность в выборе занятия.

***Если кажется, что делать совсем нечего, можно ли решить проблему при помощи ТВ ?***

Проблема с использованием телевизора, компьютера и гаджетов состоит в том, что если бороться со скукой с их помощью, то это только все усугубит. Исследования показывают, что дети, которые постоянно пользуются гаджетами, с большей вероятностью будут испытывать скуку , в то время, как другие дети будут находить, чем занять себя. И от этой привычки они будут с трудом отучаться на протяжении долгого времени. Но сдаваться не нужно – в конечном итоге это принесет пользу.

Если ребенок умеет читать, то у него никогда не будет « нечего делать». В книгах существует целый мир, который их ждет. Конечно, вы должны будете запланировать еженедельную прогулку в библиотеку, и вам придется заинтересовывать ребенка какими-то рассказами о книгах. Читайте вместе, делая акцент на том, что если хочется узнать, что произойдет с героями дальше, читать нужно будет уже самостоятельно. Большинство детей сами потом хватаются за книги и дочитывают их уже без посторонней помощи. Поначалу лучше выбирать увлекательные и несложные книги. Но здесь есть тоже обратная сторона медали – ребенок может читать весь день и его нужно отвлекать хотя бы на время. Для этого можно придумать какие-то свои «приманки » или использовать все ту же банка с идеями. Если же ребенок читать не умеет, то в таком случае стоит обзавестись разнообразными играми для детей младшего возраста.

Подготовила воспитатель МДОУ д/с № 90

Волченкова Л.В.

( февраль 2023 г)