Пунктуальность ребенка в руках родителей.

Пунктуальным обычно называют человека, который без серьёзных причин никогда не опаздывает на встречи. Но важно понимать, что за видимым проявлением пунктуальности скрывается внутренняя дисциплинированность, собранность и аккуратность. Пунктуальные люди серьёзно относятся к своим обязанностям и установленным правилам, они ответственны и надёжны. Пунктуальность помогает больше успевать и большего достигать, не распыляясь на второстепенное и не отвлекаясь на мелочи. Но как воспитать эту, бесспорно, полезную черту в ребёнке? Давайте разбираться вместе!

7 принципов воспитания пунктуального человека

Принцип 1. Всё начинается с режима

Каким бы банальным ни показался вам совет с раннего детства приучать ребёнка к режиму дня, именно он лежит в основе воспитания пунктуальности. Утром чистим зубки, приводим в порядок свою кроватку, делаем зарядку и завтракаем. Потом гуляем, играем и занимаемся… Именно так, шаг за шагом, формируются представления дошкольников о времени. Всему свой час:

- забавам;
- приёму пищи;

- домашним делам;
- развивающим занятиям.

Подъём, послеобеденный отдых и отход к ночному сну тоже должны быть примерно в одно время.

Это важно по многим причинам, и формирование здоровой привычки пунктуального человека — одна из них.

Принцип 2. Планируйте

Откройте любую книгу по эффективному тайм-менеджменту (управлению временем), и вы непременно встретите совет составлять планы. Причём планирование может и должно быть разным:

- составляйте список важных дел на ближайшее будущее;
- планируйте свою жизнь на предстоящий месяц, неделю, день;
- расставляйте в списке задач (дел) приоритеты.

Чем младше ребёнок, тем проще и понятнее должен быть план. Но с самого раннего детства приучайте его к мысли, что есть занятия, которые нужно сделать обязательно, а есть то, что можно отложить, перенести или отменить.

- *«Сейчас я прочитаю тебе сказку, а если папа к тому времени ещё не придёт с работы, до ужина можно будет порисовать или посмотреть мультфильмы».*
- *«Я смогу поиграть с тобой после того, как наведу порядок на кухне. Если ты поможешь мне, у нас будет больше времени на игры».*

Привлекайте ребёнка к составлению плана, а детям старшего дошкольного возраста и младшим школьникам поручайте планировать свой день самостоятельно, оставляя за собой функцию контролёра и корректора.

Важно: позвольте ребёнку прочувствовать, что время — ресурс невосполнимый. Мы должны использовать его обдуманно.

Принцип 3. Используйте понятные ориентиры

Даже знакомые с часами дети дошкольного возраста не очень хорошо ориентируются во времени. Для них полчаса увлекательной игры кажутся мгновением, а 5 минут ожидания тянутся мучительно долго. Терпение — важный навык, который надо воспитывать параллельно с пунктуальностью. Но пока внутренний таймер не настроен, используйте удобные ориентиры:

- *«Мы должны быть готовы ужинать к приходу папы с работы».*

- *«Ты можешь посмотреть телевизор 20 минут — 3 мультика — и выключай (*это отлично работает, когда ребёнок смотрит мультсериалы с фиксированной продолжительностью серии*)».*

Удобно использовать песочные часы. Можно приобрести несколько моделей на 3, 5, 20 минут. В некоторых ситуациях прекрасным помощником станет обыкновенный таймер со звуковым сигналом.

Не так важно, какие ориентиры вы будете использовать. Главное — чтобы они были удобны для вас и понятны для ребёнка.

Принцип 4. Дисциплина важна

Важное качество любого пунктуального человека — внутренняя дисциплинированность. Способность делать то, что НАДО, даже когда не очень хочется или даже не хочется совсем:

- не откладывать важные дела на последний момент;
- из перечня дел на исполнение начинать с самых неприятных, оставляя лёгкое и интересное «на закуску»;
- доводить начатое до конца;
- убирать за собой сразу же (сложить игрушки перед прогулкой, поставить книжку на полку после чтения, помыть посуду сразу после еды).

Важно с раннего детства приучать ребёнка к дисциплине, и тогда ни в школе, ни в зрелом возрасте у него не будет проблем с самоорганизованностью.

Принцип 5. Не забываем про поощрение

Не стесняйтесь обратить внимание на то, какие вы молодцы:

- не опоздали в детский сад;
- выполнили намеченный план;
- за время, отведённое на «развивалки», успели сделать все подготовленные упражнения.

Конечно, никто не хвалит подростка за то, что он сам почистил зубы или сходил в магазин. А вот для трёхлетки правильная похвала за вовремя сложенные в корзину игрушки или аккуратно расставленные книжки служит эффективной мотивацией и помогает формировать здоровую самооценку,

которая необходима для развития произвольности, силы воли и концентрации на важных, приоритетных задачах.

Особенно важна положительная фиксация на стадии воспитания пунктуальности.

Принцип 6. Этикет в помощь

Рассматривая вопросы этикета, обсуждая правила поведения в разных ситуациях, обязательно упоминайте, что вежливый человек приходит на встречи вовремя. Пунктуальность — проявление уважения к тем, кто тебя ждёт.

Объясните, почему опаздывать — плохо:

- *«Ты тратишь время других людей, заставляя их просто ждать тебя, вместо того, чтобы заниматься интересными или полезными для них делами».*
- *«Опаздывая, ты вынуждаешь людей повторять то, что они только что сделали или сказали (*работает, когда речь идёт о садике, секциях, школе*)».*
- *«Из-за систематических опозданий ты теряешь доверие людей, на тебя нельзя положиться, ты получаешь репутацию ненадёжного человека».*

Важно подбирать аргументы, которые будут понятны вашему малышу.

Принцип 7. Личный пример

Разумеется, если ваш образ жизни расходится с транслируемыми установками, воспитать пунктуальность, как и любую иную положительную черту характера, будет как минимум очень сложно (а вероятнее всего, просто невозможно). Не забывайте, что прежде всего ребёнок воспринимает не то, что слышит, а то, что видит, что впитывает в родной семье, что воспринимает как нечто само собой разумеющееся.

Важно: чтобы воспитывать личным примером, необходимо быть для ребёнка авторитетом. Чтобы воспитывать словом, надо быть ребёнку другом, состоять с ним в доверительных отношениях. А это серьёзная работа. Это вдумчивый и ответственный труд.

Материал подготовила педагог-психолог, Зорина О.Ю.