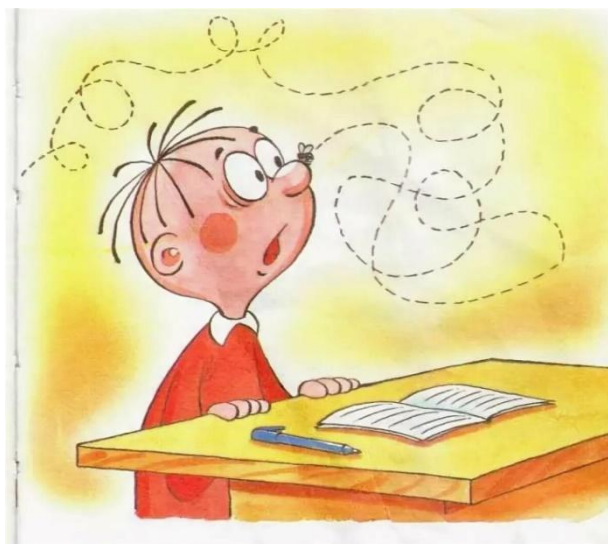


«Мой ребёнок невнимательный!..»

Советы родителям по развитию произвольного внимания ребёнка.



Внимательный человек всегда имеет большие преимущества. Он способен увидеть и запомнить те факты, которые могут просто не заметить другие люди. Именно поэтому необходимо развивать внимание. Желательно это делать с самого детства. Тогда ребёнок вырастет равнодушным к окружающему миру и будет иметь очень хороший интеллект.

Если говорить о внимании в целом, то такой процесс называется избирательной направленностью на какой-либо объект.

У детей познавательный процесс сначала строится на ярких картинках или жизненных моментах. Так работает непроизвольное внимание.

А вот произвольное внимание нужно у ребёнка развивать, так как оно не даётся с рождения. И чем раньше начнётся развитие данного вида мозговой деятельности, тем быстрее разовьётся интеллект у ребёнка.

Произвольное внимание – внимание, которое обуславливается поставленной целью. Данный вид внимания носит активный характер и проявляется через волевые усилия человека, благодаря которым произвольное внимание направляется и поддерживается.

В каком возрасте начинает складываться произвольное внимание?

Произвольное внимание начинает проявляться уже тогда, когда мы младенцу показываем на игрушку и даём её потрогать. Данный процесс можно назвать простейшей формой.



В течение 3-х лет этот процесс совершенствуется, и уже к 4-5 годам ребёнок способен выполнять некоторые сложные указания, которые даёт ему взрослый человек.

Примерно к шестилетнему возрасту происходит постепенное становление произвольного и послепроизвольного внимания: ребёнок способен усилием воли направить внимание на что-то, что нужно сделать, хотя, возможно, предпочёл бы заняться чем-нибудь более увлекательным.

И только к третьему классу ребёнок уже может удерживать внимание на протяжении всего урока.



Опираясь на данные факты и на различные исследования, можно отметить, что в возрасте 3 лет ребёнок может отвлекаться от направленной деятельности примерно 4 раза (если эта деятельность продолжается в течение 10 минут). А уже в 6 лет этот же ребёнок отвлекается в течение 10-минутного занятия только 1 раз.

Совет: для того, чтобы развить произвольное внимание, вам необходимо учитывать вышеуказанную информацию и выбирать такие упражнения, которые будут короткими и чередующимися.

Учтите также, что к 6-летнему возрасту дети способны усилием воли направить свое внимание на нужную информацию и даже удерживать его в течение 40-45 минут.

Произвольное внимание считается наиболее востребованным, когда речь заходит о развитии интеллекта.

Сказать, что у ребёнка развилось произвольное внимание, можно в том случае, когда:

- он легко воспринимает словесную инструкцию;
- он использует алгоритм, который показали ему взрослые, и этот процесс будет зафиксирован на довольно долгое время;
- может взять под контроль свои действия или, по крайней мере, попытается это сделать.

Запомните: речь играет немаловажную роль в развитии внимания. Именно поэтому ребёнок должен как можно раньше овладеть хорошей речью.

Поведём итог:

- произвольное внимание не возникает при рождении, а формируется;
- способности, которые позволяют ребёнку концентрировать своё внимание на чём-либо, развиваются постепенно. Поэтому со временем дети начинают меньше отвлекаться на незначительные вещи.

Игры на развитие произвольного внимания у детей

Для малышей 2-3 лет

Погода в доме

Цель: развитие слухового внимания

Объясните ребёнку легенду: он вышел погулять. Пока светит солнышко - звенит бубен и ребёнок играет на воображаемой "полянке". Но если начнёт звенеть колокольчик, то это значит, что пошёл дождик и надо спрятаться в палатку. За всю игровую сессию оба инструмента задействуются 3-4 раза.

Детям с нарушением понимания обращённой речи могут быть недоступны такие условности. В этом случае не грузите ребёнка лишними, многословными подробностями, а как можно нагляднее и короче покажите смысл игр: звенит бубен - играем, звенит колокольчик - прячемся в палатку.

Верёвочка

Цель: развитие познавательного интереса и зрительного внимания

Нужна длинная верёвка или крепкие нитки (например, вязальные - для крючка или спиц).

Вы прячете игрушку или вкусняшку для ребёнка. Рядом привязываете один конец верёвки. Дальше делаете маршрут: можно провести веревку вокруг стульев, кресла, завести в другую комнату и т.д. Затем вы вручаете свободный конец веревки ребёнку и предлагаете добраться по нему до сюрприза на другом конце.

Как правило, дети в восторге от подобных игр. Но если у ребёнка плохое внимание и понимание речи, у него может быть слишком мало терпения, чтобы идти по верёвочке, поэтому разумно "на пробу" сделать маршрут попроще и покороче - посмотреть, подойдёт ли малышу такая игра и вычислить оптимальную длину маршрута для него.

Мешочек

Цель: развитие внимания и тактильной чувствительности

Вам потребуется несколько пар предметов одинаковой формы: скажем, пара кубиков, пара мячиков и пара колечек (всего 6 шт.). Три предмета (по одному из каждой пары) вы складываете в мешочек. После чего, ставите перед ребёнком, например, кубик и просите вслепую, ручками, отыскать такой же предмет в мешочке.

Игра может быть усложнена, если убрать подсказку, добавить ещё предметов либо усложнить их фактуру (например, достаточно сложно различать вслепую крупу и орехи).

Что пропало

Цель: развитие зрительного внимания

Старый, но эффективный способ развития зрительного внимания и памяти. Нужно выставить перед малышом 3-4 игрушки. Потом попросить его отвернуться или закрыть глаза (если не понимает, можно своей рукой прикрыть ему глаза). В этот момент вы убираете одну из игрушек на столе. После чего ребёнок должен открыть глаза и сказать чего не хватает (если не говорит, то может показать на пустое место).

Для детей 3-5 лет

Поиск по цвету

Цель: развитие зрительного внимания, переключение внимания

От ребёнка требуется искать глазами в комнате и называть как можно больше предметов такого цвета, который вы назовёте. При необходимости задание можно усложнить, скажем, малыш должен найти максимум красных предметов за 15-20 секунд.

Детям с нарушениями развития может быть трудно понять словесную инструкцию, поэтому допустимо использовать цветные карточки, чтобы наглядно объяснить ребёнку, что ему нужно искать. Также, поначалу они могут искать не только глазами, но и ходя по комнате.

Что изменилось?

Цель: развитие зрительного внимания

Выставляете игрушки в ряд. Ребёнок смотрит, запоминает и отворачивается. Родитель в этот момент меняет игрушки местами. Малыш должен сказать, что поменялось.

Кто же песенку поёт?

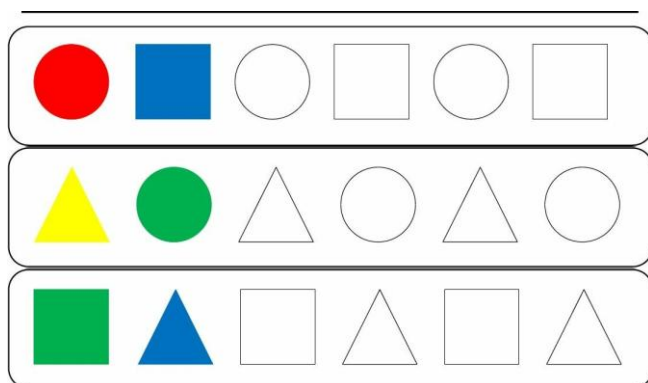
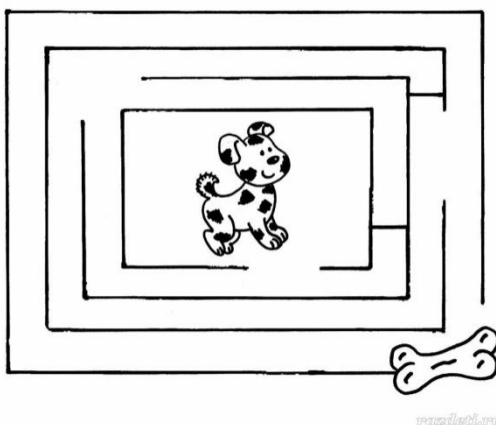
Цель: развитие слухового внимания, расширение объёма внимания и слуховой памяти

Нужны карточки с животными и записи звуков, которые они издают (звуки должны быть знакомы ребёнку).

Карточек не должно быть слишком много (до 10-15 шт., некоторым детям может быть достаточно для начала до 3-5). Разложите их и включите запись с животным. Ребёнок прослушивает и говорит или показывает карточки, того животного, чей голос он слышал.

Усложнение - последовательное проигрывание сразу 2-3 животных.

Из печатных заданий - наложенные картинки. Хороши простенькие лабиринты, логические ряды, поиск отличий и недостающих частей. Примеры:



Из игрушек на внимание хорош сбор простых конструкций из лего по примеру. Становятся актуальными игры, задействующие не только внимание, но и память: мемо, шахматы-мнемоники.

Для детей 5-7 лет

Игры ниже требуют хорошей внимательности. Если на предыдущих этапах вы видите, что ребёнок с чем-то не справляется, разумно сначала проработать то, что не получается и только тогда переходить к этим заданиям.

Сравнение

Цель: развитие концентрации, переключения и объёма внимания, развитие мышления

Перед ребёнком выставляют две игрушки либо два каких-либо предмета. Сначала он должен сказать, чем они похожи, а затем выделить их отличия друг от друга.

Например, кастрюля и сковорода. Похожи они тем, что это посуда, они из металла, на них готовят еду, они могут быть одинакового цвета. А отличаются, скажем, тем, что в кастрюле варят еду, а на сковороде жарят, кастрюля высокая, а сковорода низкая, на кастрюле нарисован цветочек, а на сковороде его нет и т.д.

Запретная цифра

Цель: развитие распределение внимания

Предложите ребёнку посчитать до 30 (можно и больше - зависит от малыша), пропуская те числа, где, скажем, есть 4.

Это простое упражнение заставит мозг распределять внимание сразу по двум целям: ребёнку необходимо будет не сбиться со счёта и стараться учитывать то, что какие-то числа нельзя называть.

Два дела сразу

Цель: тренировка слухового внимания, развитие распределения внимания

Ребёнок пишет прописи (несложные) либо обводит карандашом простые фигуры. Вы в это время хлопаете в ладоши какое-то количество раз. Малыш должен и завершить строчку прописей, и посчитать сколько раз вы хлопнули в ладоши.

Запрещенное движение

Цель: ослабление импульсивности, развитие переключаемости внимания

Заранее оговариваете с ребёнком, что какое-то движение (например, хлопок в ладоши) нельзя повторять. Далее ребёнок зеркалит за вами все движения, которые вы показываете, кроме запретного. Чтобы малышу было интереснее, бывает полезно периодически меняться местами.

Из печатных материалов для занятий за столом не теряют актуальность предыдущие задания (в более сложном виде). Также можно добавить таблицы Шульте, графические прописи, графические диктанты, восстановление последовательности.

*Учтите: возрастные возможности ребёнка могут ограничивать его способности. Например, **некоторые родители считают свое чадо невнимательным.***



Такие выводы они делают не подумав. На самом деле они предъявляют своему чаду очень высокие требования, задавая непомерные для его возраста задачи. Чтобы не делать ошибок, **необходимо тщательнейшим образом подходить к выбору деятельности ребёнка и учитывать его возрастные возможности.**

Выше были приведены игры, которые можно предложить дошкольникам.

Упражнения для детей-школьников.

Умение сосредотачивать внимание развивается упражнением **«Переверни слово»**. Для его проведения ученикам предлагаются слова, в которых буквы перевернуты. Например, такие: снаве – весна; тапар – парта; лакош – школа. Дети должны определить слово и правильно его записать.

«Найди слова - 1» На доске или на чистом листе написаны слова, в каждом из которых необходимо отыскать другое, "спрятанное" в нем слово. Например: смех, волк, столб, коса, полк, зубр, удочка, мель, набор, укол, дорога.

«Найди слова - 2» Ребенку предъявляется буквенный текст, в котором вставлены слова. Ребенок должен найти и подчеркнуть эти слова:

Бсолнцеитранвстолорюджиметокноггицищцашатмашинаро

Упражнение **«Найди ошибки»** позволяет детям развить грамотность и внимание. Учитель на доске пишет предложение и делает намеренно ошибки. Например, «Миша поше гулять с сабакой и не замети, как заблудился». Учитель предлагает ученикам определить ошибки и записать предложение правильно. В данном действии участвует весь класс.

Упражнение **«Найди другое слово»** развивает не только внимание, но интеллект. Для его выполнения учитель пишет на доске слова, в которых спрятано еще одно слово.

Например, «укол» (кол), «смех» (мех), «вдруг» (друг). Дети определяют спрятанные слова и записывают их в тетради в столбик.

Упражнение под названием **«Найди родственные слова»** поможет развить произвольное внимание. Для его выполнения на доске пишут начальное слово, например, «ложка». К этому слову необходимо подобрать как можно больше однокоренных слов: «ложка – ложечка, положить, ложе, положение». Победителем становится тот, кто напишет наибольшее число однокоренных слов.

Упражнение **«Найди лишнее слово»**. Учитель пишет на доске слова, близкие по сути. Например, «кошка», «лошадь», «корова» – они относятся к домашним животным. В этот список необходимо внести еще и слово «щука». Щука – это рыба. Школьники должны найти «неправильное» слово.

«Мой любимый фрукт» (Вариант игры "Все помню"). Участники стоят/сидят в кругу. Назвав себя по имени, каждый участник называет свой любимый фрукт; второй – имя предыдущего и его любимый фрукт, свое имя и свой любимый фрукт; третий – имена двух предыдущих и названия их любимых фруктов, а затем свое имя и свой любимый фрукт и т. д. .

Можно пробовать настольные игры. Например, шашки, домино.



А что же для детей постарше?

По сути всё то же самое, только задания увеличивают свою сложность.

Материал подготовлен
педагогом-психологом
первой категории
Тимофеевой Е.В.
ТПМПК ГБОУ СО
«Нижнетагильская
школа-интернат»