

Развитие внимания у ребёнка

Внимание - это важнейшее качество, которое характеризует процесс отбора нужной информации и отбрасывания лишней. Дело в том, что в человеческий мозг ежесекундно поступают тысячи сигналов из внешнего мира. Если бы не существовало внимания, то наш мозг не смог бы избежать перегрузки.

Внимание обладает определенными свойствами: **объемом, устойчивостью, концентрацией, избирательностью, распределением, переключаемостью и произвольностью**. Нарушение каждого из перечисленных свойств, приводит к отклонениям в поведении и деятельности ребенка.

Маленький объем внимания - это невозможность сконцентрироваться одновременно на нескольких предметах, удерживать их в уме.

Недостаточная концентрация и устойчивость внимания - ребенку трудно долго сохранять внимание, не отвлекаясь и не ослабляя его.

Недостаточная избирательность внимания - ребенок не может сконцентрироваться именно на той части материала, которая необходима для решения поставленной задачи.

Плохо развитая переключаемость внимания - ребенку трудно переключаться с выполнения одного вида деятельности на другой.

Плохо развитая способность распределения внимания - неумение эффективно (без ошибок) выполнять одновременно несколько дел.

Недостаточная произвольность внимания - ребенок затрудняется сосредоточивать внимание по требованию.

Особенности внимания у детей

Обычно выделяют три вида внимания:

- **непроизвольное** – не требует усилий и возникает само по себе. Проявляется в реакции ребенка на все яркое, шумное и необычное;
- **произвольное** – обычно формируется к 7-ми годам и развивается по мере развития человека. Характеризуется тем, что человек сосредотачивается на том, что он должен сделать, а не том, что хочется. От таких действий требуется усидчивость, сила воли и самодисциплина;
- **послепроизвольное внимание** – возникает аналогично с произвольным, однако характеризуется тем, что человек выполняет деятельность с удовольствием, вдохновением и без напряжения.

Если для вас актуален вопрос: «Как удержать внимание ребенка?» для начала следует запомнить, что в дошкольном и младшем школьном возрасте преобладает его непроизвольный вид. Заинтересовать ребенка в этот период можно чем-то новым или ярким. С началом обучения в школе важна тренировка произвольного внимания у детей. Сделать это можно с помощью повышения мотивации к обучению (поощрение, одобрение и т.п.), а также с помощью игр и упражнений.

Подобные недостатки не могут быть устранены фрагментарно включаемыми "упражнениями на внимание" в процессе занятий с ребенком и

требуют, как показывают исследования, для их преодоления специально организованной работы.

Развитие внимания ребенка, его способности к целенаправленной, организованной деятельности — процесс достаточно длительный, но необходимый для полноценного психического развития.

В этой непростой работе родителям могут пригодиться **некоторые специальные упражнения и задания, направленные на тренировку различных** свойств внимания.

Приведем некоторые из них.

Развитие концентрации внимания.

Основной тип упражнений — корректурные задания, в которых ребенку предлагается находить и вычеркивать определенные буквы в печатном тексте. Такие упражнения позволяют ребенку почувствовать, что значит «быть внимательным», и развить состояние внутреннего сосредоточения. Эта работа должна проводиться ежедневно (по 5 минут в день) в течение 2–4 месяцев. Рекомендуется также использовать задания, требующие выделения признаков предметов и явлений; упражнения, основанные на принципе точного воспроизведения какого-либо образца (последовательность букв, цифр, геометрических узоров, движений и пр.); прослеживание перепутанных линий, поиск скрытых фигур и др.

Увеличение объема внимания и кратковременной памяти.

Упражнения основаны на запоминании числа и порядка расположения ряда предметов, предъявляемых для разглядывания на несколько секунд. По мере овладения упражнением число предметов постепенно увеличивается.

Тренировка распределения внимания.

Основной принцип упражнений: ребенку предлагается одновременное выполнение двух разнонаправленных заданий (например, чтение рассказа и подсчет ударов карандаша по столу, выполнение корректурного задания и прослушивание пластинки с записью сказки и т.п.). По окончании упражнения (через 5–10 минут) определяется эффективность выполнения каждого задания.

Развитие навыка переключения внимания.

Для развития этого свойства внимания предлагается, например, выполнение корректурных заданий с чередованием правил вычеркивания букв.

Разнообразные игры и упражнения на развитие внимания широко представлены в психолого-педагогической литературе. Основное условие, которое необходимо соблюдать родителям в ходе проведения такой работы, состоит в том, что занятия с ребенком должны носить систематический характер.

Задания на развитие внимания можно предлагать детям в форме игр, соревнований и проводить не только в обязательно отведенное для этого время, но и как бы между прочим, например по дороге в магазин, на прогулке, во время приготовления ужина и т.д. Самое главное в таких занятиях —

заинтересованность взрослых, их внимание к самому ребенку, его успехам и достижениям.

Вот еще несколько игр для развития внимания детей:

«**Что изменилось?**» Поставьте перед детьми 3-7 игрушек. Дайте сигнал, чтобы они закрыли глаза, и в это время уберите одну игрушку. Открыв глаза, дети должны угадать, какая игрушка спрятана.

«**Найди отличия**». Покажите ребятам два почти одинаковых рисунка и попросите найти, чем один рисунок отличается от другого.

«**Найди одинаковые**». На рисунке дети должны найти два одинаковых предмета.

«**Ухо-нос**». По команде «Ухо» дети должны схватиться за ухо, по команде «Нос» - за нос. Вы тоже выполняете вместе с ними действия по команде, но через некоторое время начинаете делать ошибки.

«**Карлики и великаны**». Аналогичная предыдущей игра: по команде «Карлики» дети приседают, по команде «Великаны» встают. Взрослый выполняет движения вместе с ребенком. Команды даются в разбивку и в разном темпе.

«**Замри**». По сигналу взрослого ребенок должен замереть в той же позе, в которой был в момент сигнала. Проигрывает тот, кто шевелится, его забирает к себе дракон или он выбывает из игры.

«**Повторяй за мной**». Под любую считалку вы ритмично выполняете простые движения, например, хлопаете в ладоши, по коленям, топаете ногой, киваете головой. Ребенок повторяет движения за вами. Неожиданно для него вы меняете движение.

«**Съедобное - несъедобное**». Водящий бросает мяч, называя любой предмет. Мяч надо ловить только в том случае, если предмет съедобный.

«**Игра с флажками**». Когда вы поднимаете красный флажок, дети должны подпрыгнуть, зеленый - хлопнуть в ладоши, синий - шагать на месте.