

Консультация для родителей

«РАЗВИВАЕМ ВНИМАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ ДОМА!»

ИТАК, ЧТО ТАКОЕ ВНИМАНИЕ?

Внимание представляет собой определенный психологический процесс, способность человека концентрироваться на необходимом действии. От того, насколько хорошо оно развито, во многом зависит успех ребенка в школе, поэтому очень важно приступить к работе в дошкольном возрасте, создавать условия для того, чтобы непроизвольное внимание переросло в произвольное, волевое умение сосредотачиваться. И лучшее, что могут сделать родители, – развивать умение концентрироваться при помощи игры.



ВИДЫ ВНИМАНИЯ

Можно выделить несколько видов внимания, которые имеют свою специфику у детей дошкольного возраста. Прежде всего, **пассивное** (непроизвольное, или непреднамеренное) внимание, то есть сосредоточенность на чем-то интересном, необычном без волевых усилий малыша. В дошкольном возрасте именно данный тип является основным: сначала дети обращают внимание на что-то заметное, потом начинают интересоваться и тем, что раньше не знали, новым для себя. Следующий этап развития – формирование **произвольного** внимания, причем важно понимать, что само по себе из непроизвольного оно не возникнет, для этого необходимо тренировать ребенка. Активная разновидность напрямую связана с волевыми усилиями, поэтому если ребенок болен или раздражен, его способность концентрироваться снижается. Произвольное внимание начинает формироваться в 4-5 лет, хотя первый тип все равно остается ведущим в течение всего дошкольного детства.

НОРМЫ КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ

Под концентрацией внимания понимается временной отрезок, в течение которого человек способен удерживать сосредоточенность на каком-то одном действии. У детей она может иметь различную продолжительность в зависимости от возраста, однако даже количество прожитых лет не является основополагающим фактором. Норма зависит от индивидуальных особенностей малыша: 2 года- 4-10 минут, 3 года- 5-15 минут, 4 года- 8-20 минут, 5 лет-10-25 минут, 6 лет- 11-30 минут, 7 лет- 15-35 минут.

ПРИЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ ВНИМАНИЯ

Для дошкольников особое значение имеет развитие способности сосредоточиться.

И родителям следует тренировать детей, используя ненавязчивую игровую форму. Вот несколько хитростей и приемов, которые можно использовать:

Поддержание интереса. Используя игровые формы, можно добиться того, что ребенок будет заниматься с огромным удовольствием, и, соответственно, внимательно.

Придерживаться длительности занятий. Так, изучая с ребенком 4 лет цифры, нужно понимать, что малыш способен удерживать внимание не более 20 минут, поэтому лучше уложиться с учебным материалом в эти рамки.

Любимые персонажи и игрушки также помогут не утратить интерес, а потому – послушать и воспринять то, что сообщает родитель.

Показывать пример. Можно пояснить ребенку, что если он внимателен, старается выполнять задание родителей, то результат (например, башня из кубиков) получится гораздо лучше, чем если бы он работал не сосредоточившись, кое-как.

Если малыш плохо сосредотачивается и очень далек от своей возрастной нормы, то возможно, у него неглубокое дыхание. Исправить ситуацию помогут надувание воздушных шаров, мыльные пузыри, игра на дудочке или свисток. Кроме того, исследования доказали, что для детей очень полезны прогулки на свежем воздухе, активные спортивные игры.

ВИДЫ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ

СЛУХОВОЕ ВНИМАНИЕ

«Съедобное – несъедобное» – простая, но эффективная игра, в которую можно поиграть как с одним малышом, так и с несколькими. Мама бросает мячик, произнося название блюда, продукта или несъедобного предмета, например, одежды. Ребенок внимательно слушает. Если он слышит название еды, то мячик ловит, если же звучит нечто, не имеющее отношения к кулинарии, то нужно отбить мяч. Вариаций множество, поэтому, когда ребенку надоели продукты и он заскучал, можно предложить немного другие игры.

«Летает – не летает». Мама называет животных и птиц, ребенок, когда слышит название птицы, поднимает руки, зверя – приседает. Со временем задание усложняется – взрослый называет животного и поднимает руки, ребенок же должен проявить внимание и присесть.

«Урожай». Мама читает какой-то рассказ, в который периодически будет вставлять слова «сливы» и «вишни», причем не всегда к месту. Ребенок должен, во-первых, расслышать сами слова-сигналы, а после – выполнить действие: при «сливах» подпрыгнуть, при «вишнях» – встать на одну ногу. Важная особенность – упражнение делается от простого к сложному: сначала при произнесении текста родитель выделяет голосом сигнальные слова, потом произносит их в обычном ритме, чтобы ребенок был более внимателен.

«Лови – не лови». Потребуется два небольших мячика – светлый и темный. Светлый ребенок должен ловить всегда, а темный – только тогда, когда мама кидает его молча. Если же при этом звучит команда «Лови», то ловить нельзя.

«Повтори ритм». Мама задает какой-либо несложный ритм, отбивая его ладонями, малыш должен повторить.

«Хлопки». Тоже интересное задание, уровень сложности которого можно варьировать в зависимости от подготовки ребенка. Мама дает установку: когда она хлопает 1 раз, ребенок встает на носочки, когда два раза – на пятки, когда три – приседает. Постепенно увеличивается скорость хлопков.

Все эти игры хороши тем, что не привязаны к конкретному месту, в них можно играть практически везде, при этом у ребенка не будет возникать ощущение, что его чему-то учат, ему будет весело и интересно.



ЗРИТЕЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ



Существует большое количество упражнений, которые помогут улучшить зрительную сосредоточенность, причем играть можно в любом удобном месте – дома, на прогулке, по дороге к бабушке. Они просты, не требуют какой-либо подготовки, при этом результативны.

Поиск предмета. Мама описывает какой-то предмет, который есть в комнате (на улице), ребенок

должен найти его глазами и назвать.

«Посмотри на меня». Ребенок несколько секунд рассматривает маму, ее наряд, прическу, аксессуары. Потом поворачивается к ней спиной и отвечает на вопросы вроде «какого цвета моя сумка», «есть ли на мне сиреневый пиджак», «есть ли у меня брошь»? Главное – так формулировать вопросы, чтобы ребенок имел шанс ответить на них. Можно и усложнить работу: ребенок смотрит на маму, старается запоминать детали ее костюма, после чего она что-то меняет в своем облике, например, снимает шарф. Малыш должен вспомнить предыдущий образ и сообщить, какие перемены с ним произошли. Игра проводится по принципу нарастающей сложности: сначала перемена явная, потом, когда необходимой концентрации внимания достигать станет проще, детали выбираются менее значительными. Например, мама может снять кольцо с одного пальца и надеть на другой или внести два изменения в свой образ (конечно, об этом ребенка нужно предупредить).

Работа с картинкой. Очень похожа на предыдущее задание. Ребенку дается картинка, которую он раньше не видел. Он должен постараться запомнить, как можно больше деталей. После этого иллюстрация убирается, а малышу задается серия вопросов.

Графическое задание «Жук». Родитель заранее расчерчивает лист бумаги так, чтобы получились клетки. Ставит в одну из них фигурку жука. Далее дает задание – слушая его подсказки, перемещать насекомое. Например, две клетки вправо – далее одна вниз – теперь три влево и одна вверх. Далее задание усложняется: мама сразу называет несколько ходов: клетка вниз – две влево – три вверх. Ребенок должен взглядом проследить направление и поставить жука в последнюю клетку. Водить пальцем нельзя.

«Сделай как было». Перед ребенком выкладываются фигурки в определенной последовательности. Это могут быть пуговицы разных цветов и окраса, игрушечная посуда, карточки с изображениями. Ребенок пытается запомнить последовательность, после отворачивается, а мама меняет местами какие-то два предмета. Повернувшись, малыш должен сказать, где произошли перемены.

Игры на развитие внимания должны проводиться регулярно, только в этом случае можно ожидать от них положительный эффект. Среди множества упражнений можно выбрать те, которые больше всего понравятся малышу, и обращаться именно к ним.

Составлено на основе материалов Дегтяренко Н.П.