

Памятка для родителей по развитию внимания ребенка

"Внимание – это именно та дверь, перед которой проходит все, что входит в душу человека из внешнего Мира. Только наше понимание и терпение помогут обогатить внутренний мир ребенка, развивать его и совершенствовать».

К.Д. Ушинский

Уважаемые родители!

Помните, что внимание - один из самых важных психических процессов, внимание является важной составной частью результативности учебной деятельности вашего ребенка. Для того, чтобы ваш ребенок был внимательным, старайтесь помочь ему тренировать его внимание.

Внимание у детей начинает проявляться довольно рано. Сначала появляется *непроизвольное внимание*, привлекаемое силой, новизной, необычностью раздражителя. На основе непроизвольного внимания у детей постепенно развивается *внимание произвольное*. Однако на протяжении дошкольного возраста, и в начале школьного возраста, ребенок не может еще управлять своим вниманием и часто оказывается во власти внешних впечатлений. Проявляется это в быстрой отвлекаемости, невозможности сосредоточиться на чем-то одном, частой смене деятельности.

Произвольное внимание развивается постепенно, по мере развития отдельных его свойств, таких, как *объем, концентрация, распределение и переключение, устойчивость*.

Объем внимания определяется количеством однородных предметов, которое охватывает сознание ребенка. У младших школьников объем внимания не превышает 3-4 объектов. Маленький объем внимания не дает ребенку возможности концентрироваться на нескольких предметах, удерживать их в уме. Так, объем внимания очень важен на уроках математики, школьники способны удерживать в сфере повышенного внимания содержание и условия задач, вопросы, задания и примеры устного счета.

Концентрация внимания – интенсивность сосредоточения на одном или нескольких объектах. У младших школьников устойчивость внимания активно возрастает к 9-10 годам.

Распределение внимания – возможность концентрироваться не на одном, а на двух или большем числе различных объектов. Это дает возможность одновременно совершать несколько рядов действий и следить за несколькими независимыми процессами, не теряя ни одного из них из поля своего внимания. Например, это свойство младшие школьники используют:

1. При выполнении комментированного письма (ученик должен одновременно говорить, что именно он записывает, и осуществлять процесс письма);
2. При проверке собственных работ (ученик должен читать написанный текст и одновременно искать орфограммы, проверять их и сверять с написанным в своей тетради текстом);
3. При проведении математических диктантов и пр.

Переключение внимания - возможность сознательного и осмысленного перемещения внимания с одного объекта на другой. Чтобы развивать это свойство необходимо учить детей ставить цель. Из-за частого переключения внимания детям очень трудно достичь

какой-либо цели, например, на уроке математики это будет мешать ребенку постоянно: не закончив решение задачи, он будет вычислять значения выражений.

Устойчивость внимания определяется длительностью времени, в течение которого сохраняется его концентрация. Устойчивость внимания зависит от целого ряда условий: особенности задания, степени его трудности, понятности, интереса к нему ребенка и сформированности его волевых качеств. Особенно существенна роль волевого усилия к длительному поддержанию своего внимания на определенном уровне, даже если то содержание, на которое оно направлено, не представляет непосредственного интереса и сохранение его в центре внимания сопряжено с определенными трудностями.

Различные свойства внимания – его концентрация, объем, распределение и переключение, устойчивость – в значительной мере независимы друг от друга: внимание, хорошее в каком-то одном отношении, может быть не столь совершенным в другом. Исследования показывают, что различные свойства внимания имеют неодинаковый вклад в успешность обучения по разным предметам. Так, при овладении математикой ведущая роль принадлежит объему внимания; успешность усвоения русского языка связана с точностью распределения внимания, а обучение чтению — с устойчивостью внимания.

Дети, начинающие обучаться в школе, нередко страдают от рассеянности или неразвитости своего внимания. Развивать и совершенствовать внимание столь же важно, как и учить письму, счету, чтению.

Признаки невнимательности:

1. Неумение сосредоточиться на деталях, ошибки по невнимательности;
2. Неспособность удерживать внимание и вслушиваться в обращенную к нему речь;
3. Частое отвлечение на посторонние раздражители;
4. Беспомощность в доведении задания до конца;
5. Отрицательное отношение к заданиям, требующим напряжения, забывчивость (ребенок не способен сохранить в памяти инструкцию к заданию на протяжении его выполнения);
6. потеря предметов, необходимых для выполнения задания.

Как улучшить внимание детей 7–10 лет

Для улучшения внимания ребёнка 7–10 лет необходимо использовать два вида упражнений:

1. Специальные упражнения на развитие основных свойств внимания (устойчивости, распределения, концентрации);
2. Упражнения, формирующие внимание как личностное свойство.

Игры и упражнения для тренировки внимания детей 7–10 лет

Постоянная тренировка внимания — залог формирования у младшего школьника навыков, необходимых для эффективного и успешного обучения.

Игра «Помню всё»

Основная задача игры — запоминать слова в строгой последовательности. Чтобы игра не утомляла детей, используйте слова одной тематики: фрукты, овощи, города, страны.

Процесс игры выглядит так: «Морковь», — говорит родитель. «Морковь, редис», — произносит ребенок. И т.д. «Морковь, редис, томат...»

Упражнение «Найди слова»

Детям предлагается отыскать в буквенном ряду слова.

Например:

- 1 РНАКОТНВПРА**КОРОВА**ЕВРА**СОБАКИ**ЦРВМ
2 НРАЛЫ**ПАЛЬТО**БЕАР**БРА**БЕА**ШАМПУНЬ**

Упражнение «Назови цвет»

Суть задания — безошибочно назвать цвета, которыми написаны слова. Игра развивает концентрацию внимания, ведь ребёнок сосредотачивается на цвете шрифта, а не на слове, обозначающем цвет.

желтый черный красный зеленый красный
синий красный желтый черный зеленый
черный желтый красный зеленый синий
красный черный зеленый синий желтый
синий зеленый желтый красный синий
желтый красный черный красный зеленый

Упражнение Узор

Разложите на столе спички в виде своеобразного узора. Ребенок должен внимательно посмотреть на узор, затем он закрывает глаза, а вы вносите изменения в узор. В его задачу входит восстановление узора в первоначальном виде.

Упражнение «Мгновение»

Для расширения объема восприятия предложите ребенку поиграть в игру. Напишите на листок в столбик слова, состоящие из четырех букв, и закройте их сверху листом бумаги. Быстро открывайте и закрывайте слова, а ребенок пусть читает их до тех пор, пока не научится их схватывать за одно мгновение.

Игра «Нарисуй, что запомнил»

Упражнение тренирует внимательность, память, воображение, такие свойства, как объем, концентрацию, слеппроизвольное внимание. Ребенок в течение определенного времени (1-2 минутки) рассматривают карточки с интересными символами, потом изображают запомнившиеся.

Изображения для запоминания могут быть следующими:

- живая природа (рыбки, птицы, домашние и дикие животные);
- растительный мир (деревья, цветы);
- предметы быта (посуда, мебель);
- символы (звезды, геометрические фигуры, цифры, буквы).

Важно: игры и упражнения на внимание предполагают многократное повторение одного и того же действия для отработки определенного навыка, например, сосредоточенности на тексте. Монотонность деятельности может вызвать у ребенка усталость и в дальнейшем нежелание заниматься. Чтобы заинтересовать ребенка, можно ввести соревновательный элемент, например, кто быстрее зачеркнет буквы, тот получит приз.