



# СЕКРЕТЫ ВНИМАНИЯ

Иногда бывает крайне трудно сосредоточить внимание ребенка на чем-то однообразном, неинтересном, но очень необходимом. Вы можете помочь своему ребенку в этом.

Так что же делать и чего не делать? Что «любит» внимание, а что – нет?

## **ОБЩЕЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ РЕБЁНКА НАПРЯМУЮ СКАЗЫВАЕТСЯ НА ЕГО ВНИМАНИИ.**

Важно вовремя обращать внимание на появление простудных заболеваний, насморка, аденоидов и т.д., так как это мешает полноценному дыханию, что ведет к обеднению кислородом системы кровоснабжения мозга и, как следствие, нарушению его нормальной работы. В этом случае родителям следует непременно обратиться к врачу, его советы помогут вернуть ребенку работоспособность.

## **ОДНА ИЗ ПРИЧИН РАССЕЯНОСТИ ВНИМАНИЯ – ПЕРЕГРУЗКА МОЗГА БОЛЬШИМ КОЛИЧЕСТВОМ ВПЕЧАТЛЕНИЙ.**

В связи с этим, во-первых, важно следить за соблюдением ребенком режима дня.

Во-вторых, не стоит перегружать ребенка занятиями в различных кружках, студиях, посещением гостей, театров, музеев, просмотром фильмов, компьютерными играми и т.п., так как избыток впечатлений не дает ребенку возможности сосредоточиться на деятельности. А неупорядоченность увлечений укрепляет рассеянность.

Развитие внимания у дошкольников совершается в процессе воспитания в семье. Занимаясь воспитанием своего ребенка, помните, что решающее значение для развития внимания, да и личности ребенка в целом, имеет формирование интересов и приучение к систематическому, дисциплинированному труду. Освобождение ребенка от всех его обязанностей и одновременно выполнение всех его прихотей, отсутствие нормирования времени занятий, отдыха, развлечений, разбросанность интересов также может вызвать быстрое утомление и «отключение» внимания ребенка.

## **ЗАНЯТИЯ РЕБЕНКА ДОЛЖНЫ БЫТЬ ХОРОШО И ЧЕТКО ОРГАНИЗОВАНЫ.**

Продуктивнее ребенок будет заниматься тогда, когда есть четкий режим, хороший ритм работы, когда рабочее место специально подготовлено для занятий (нет ничего лишнего, есть все необходимое), когда устранены все сильные посторонние раздражители (включенные телевизор, радио и т.д.).

## **НАЛИЧИЕ КОЛЕБАНИЙ, ОТВЛЕЧЕНИЯ ВНИМАНИЯ, БЫСТРАЯ УТОМЛЯЕМОСТЬ ДЕТЕЙ ТРЕБУЮТ ПЕРИОДИЧЕСКОЙ СМЕНЫ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

К.Д.Ушинский писал:

«Заставьте ребенка идти – он устанет очень скоро, прыгать – тоже, стоять – тоже, сидеть – тоже устанет; но он перемешивает все эти деятельности разных органов и резвится целый день, не уставая. То же самое касается и учебных занятий детей...»

Однако не надо без нужды слишком часто менять виды работ, так как если она недостаточно продолжительна, то у ребенка не воспитывается устойчивость внимания.

Детям – дошкольникам необходима разнообразная наглядность, несложная по содержанию, но яркая по оформлению. Необходимо помнить, что длительное слуховое сосредоточение представляет значительно большую трудность для ребенка по сравнению со зрительным.

### **НА УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЕГЧЕ СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ, ЕСЛИ ПОДКРЕПИТЬ ЕЁ ПРАКТИЧЕСКИМИ ДЕЙСТВИЯМИ.**

Например, чтение рассказа сопровождать конспектированием в виде зарисовки коротких мультфильмов.

Необходимо помнить, что внимание можно и нужно воспитывать, оно должно поддерживаться рационально организованной деятельностью детей. Соответственно, главная роль здесь принадлежит нам, взрослым, рядом с которыми растет и развивается ребенок.

### **БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К СВОЕМУ РЕБЕНКУ!**

### **ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ РЕБЕНКА**

Игровая деятельность как никакая другая способствует снятию напряжения, страха того, что что-то не получится, способствует повышению мотивации. Она всегда связана с эмоциями, а эмоциональная вовлеченность обеспечивает естественное повышение работоспособности, повышение эффективности работы мозга.

Игра, с одной стороны, происходит на *непроизвольном уровне*, потому что играть всегда весело, интересно, легко. С другой же стороны – всякая игра есть испытание воли, действие, подчиненное правилу, а значит, и способ формировать *произвольность*.

Увлекательные задания и игры, предлагаемые вам нами, способствуют развитию не только внимания, но и памяти, воображения, речи, мышления, пространственных представлений.

## ИГРА № 1 «ПОЙМАЙ ЗВУК»

*Взрослый* читает ряд слов. Задача ребенка – хлопнуть в ладоши, когда услышит слово с заданным звуком. Например, «поймать» все слова со звуком «О».

*Инструкция ребенку:* «Представь, что ты диспетчер на подводной лодке. Твоя задача – отыскать черный ящик разбившегося самолета. Для этого нужно точно засечь сигнал. Я буду читать тебе слова. Как только ты услышишь слово со звуком «О», хлопай в ладоши – это значит, что ты поймал нужный сигнал. Будь внимателен! Ты будешь слышать много неправильных сигналов, постарайся ловить только нужные, иначе лодка может сбиться с курса».

Примерный список слов:

1). Слова со звуком «О» - окно, лед, рама, книга, шум, лом, перо, шляпа, корова, кошка, пол, лиса, рука, юла, лицо, стол, стул, шкаф, полка, хлеб, лес, айсберг, дерево, лист, чашка, лук, кино, ракета, букет, сумка, зонт, живот, компот, кукла, салат, озеро;

2). Слова со звуком «В» - кролик, вертолет, вешалка, молоко, обезьяна, свекла, велосипед, крокодил, война, праздник, волосы, свеча, весна, якорь, гонщик, кровля, подъезд, маршрут, красивый, свобода, прыжок, чайка, табуретка, ковер, светофор, волшебник, ножницы, виноград, вязать.

## ИГРА № 2 «ОХОТНИК ЗА СЛОВАМИ»

Взрослый читает список слов, включающий в себя разные слова, среди которых есть слова, обозначающие животных (например, аквариум, слон, слол, бочка, ящерица, асфальт, очки, мышь, лошадь.....). Задача ребенка – хлопнуть в ладоши, т.е. поймать животное. За правильно пойманное животное он получает очко, за ошибку (хлопок на слово, не обозначающее животное) теряет два очка. Вы можете использовать разные варианты: «Поймай, всё, что летает», «Поймай профессию», «Поймай все растения».

Если это получается легко, усложните инструкцию. Ребенку необходимо хлопнуть по столу правой ладошкой, если он услышит название животного, левой – если название съедобного предмета, а хлопнуть в ладоши в ответ на название на неодушевленного и несъедобного. Как вариант игры: те же движения надо воспроизвести в ответ на услышанные слова, состоящие из одного, двух и трех слогов.

*Инструкция ребенку:*

**«Поймай всех животных».** «Ты сейчас будешь охотником. Твоя задача – поймать как можно больше животных для зоопарка. Я буду читать тебе слова. Как только ты услышишь название какого-нибудь животного, сразу хлопай в ладоши – значит ты его поймал. Мы будем считать, сколько животных ты сможешь поймать; за каждую ошибку я буду забирать у тебя два животных (2 счетные палочки). В конце посчитаем у кого больше окажется животных.

**«Поймай всё, что летает».** «Представь, что ты инопланетянин, впервые оказавшийся на земле. Тебе нужно изучить все летающие объекты, но для этого сначала следует собрать. Я буду читать тебе слова, если ты услышишь что-то летающее, хлопни в ладоши, и объект автоматически переместится на твой космический корабль».

**«Поймай профессию».** «Представь, что ты хочешь работать в отделе кадров. Тебе нужно отобрать людей, владеющих какой-либо профессией. Я буду читать тебе слова. Если ты услышишь название какой-нибудь профессии – сразу хлопай в ладоши».

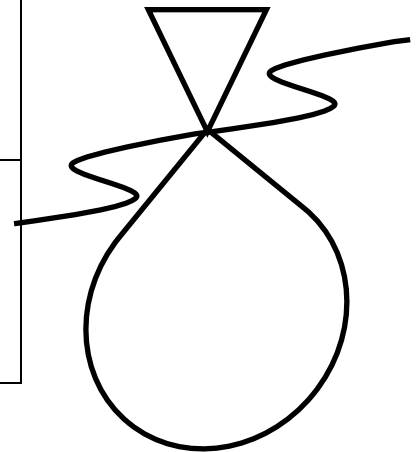
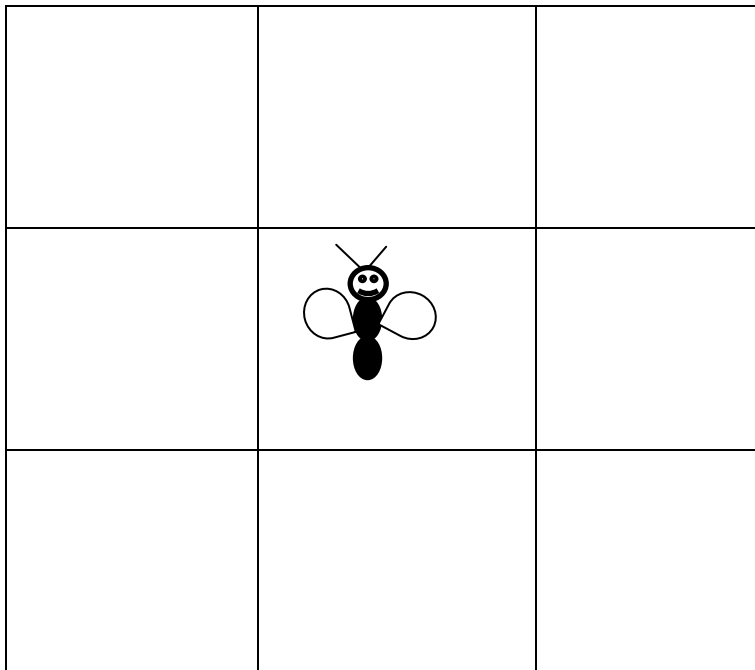
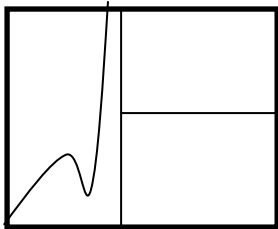
### **ИГРА № 3 «МУХА»**

*Инструкция ребенку:* «В центре поля сидит муха, которая пытается выбраться из клетки. На каждый ход она может пролететь только одну клетку. Я буду говорить, куда муха полетела, а ты внимательно следи за её передвижением. Как только она вылетит за границы клетки, сразу хлопай в ладоши, чтобы её поймать. Если ты успеешь хлопнуть, пока я не сказала следующий ход, то «пойманную» муху сажаем тебе в мешок, а если мухе удастся тебя запутать и вылететь из клетки незаметно, то мы выпускаем её в окно. Всего будет 5 мух. Каждый раз муха начинает свой полет с центра клетки. Если в конце игры мух в онке окажется больше – значит, муха оказалась проворнее тебя, если мух будет больше в твоём мешке – значит соревнование с хитрой мухой выиграл ты».

*Взрослому:* ваша задача говорить траекторию передвижения мухи, например, так: «Муха полетела вверх, вправо, вниз, вниз, вправо (хлопок, если ребенок точно следил за полетом мухи), вниз...» Если ребенку сложно уследить за перемещением мухи только глазами, на первом этапе можно разрешить ему следить за мухой, помогая себе пальчиком или передвигая пуговицу, которая помещается в клетку, в которой находится муха. Если ребенок хлопнул в нужный момент, муха рисуется в мешке, а если, потеряв муху, не хлопнул или хлопнул тогда, когда муха сидит в клетке, - муха рисуется в окошке.

Существует **другой вариант игры**, когда вы даёте ребенку конфликтную инструкцию, т.е. вы говорите, что муха стала непослушной и всё делает наоборот. Когда ей говорят направо, она летит налево и т.д. Задача прежняя: вовремя поймать муху, не дав ей вылететь за пределы поля, но здесь, чтобы правильно уследить за её перемещением, ребенку сначала нужно мысленно перевернуть инструкцию.

**Ещё более сложный вариант**, когда ребенок следит за передвижениями мухи с закрытыми глазами, мысленно представляя её маршрут.



#### ИГРА № 4 «БОЛГАРИЯ»

*Материал:* счетные палочки для подсчёта очков.

*Правила игры:* взрослый задает ребенку вопросы, а он отвечает на них «по-болгарски»: кивая, если хочет сказать «нет», и качая головой, если хочет ответить «да». За правильный ответ ребенку начисляется одно очко, за ошибочный - забирается одно очко. У кого наберется больше очков, тот и выиграл.

*Примерный перечень вопросов:*

- Тебя зовут Саша?
- Сейчас лето?
- Правда, что обедают обычно в середине ночи?
- Ты умеешь считать до 10?
- Апельсины синего цвета?
- Бегемот больше, чем муха?
- Мороженое обычно холодное?
- Правда, что обычно летом холодно и идет снег?
- Правда, что ты умеешь качать головой?

- Лимон по вкусу кислый?
- Правда, что чай пьют из кастрюли?
- Правда, что 5 меньше 7?
- Правда, что яблоки не растут на елках?
- Тебе 3 года?
- Ты умеешь прыгать на одной ноге?
- Правда, что рыбы живут высоко в горах и охотятся на орлов?
- Правда, что слон самое маленькое животное?
- Ты умеешь кивать головой?
- После понедельника бывает вторник?
- Трава всегда синего цвета?