

Как помочь ребёнку стать внимательным

Успехи нашего ребёнка в учёбе и других видах деятельности во многом зависят от сформированности у него способности быть внимательным.

Давайте вспомним стихотворение С. Маршака:

*Жил человек рассеянный
На улице Бассейной.
Сел он утром на кровать,
Стал рубашку надевать,
В рукава просунул руки-
Оказалось, это брюки...
Вместо шапки на ходу
Он надел сковороду,
Вместо валенок перчатки
Натянул себе на пятки...*

Как часто наши дети похожи на такого рассеянного человека. Нередко из-за недостатка внимания ребёнку трудно учиться в школе. Маленький ученик, словно не слышит и не видит того, что он должен усвоить и запомнить. В старших классах ему становится труднее, так как поступающая и требующая запоминания информация обильна и разнообразна.

Что же такое внимание? Внимание – это способность человека сосредоточиться на определенных объектах и явлениях. Из окружающего мира на нас одновременно воздействует большое количество источников информации. Усвоить всю поступающую информацию невозможно, да и не нужно. Но выделить из неё полезную, значимую в данный момент, важную для принятия правильных решений совершенно необходимо. Эту функцию психической деятельности и выполняет внимание. Охарактеризуем основные свойства внимания, к которым относятся концентрация, объём, устойчивость, распределение и переключение.

Концентрация внимания - умение сосредоточиться на нужном объекте, отдельных его частях или признаках, способность вникнуть в проблему, задачу. Человек с высокой концентрацией внимания обычно отличается хорошей наблюдательностью, организованностью. И наоборот, человек, у которого слабо развито это свойство, бывает рассеянным, несобранным.

Объём внимания характеризуется количеством одновременно воспринимаемых и удерживаемых в сознании объектов. Для детей 7 лет число таких объектов колеблется от трех до пяти. При хорошем объёме внимания ребёнку легче совершать операции сравнения, анализа, обобщения, классификации. Если у ребенка недостаточный объём внимания, то ему трудно одновременно увидеть, осознать все необходимые признаки вещей или явлений, и в таком случае ошибки в решении поставленной задачи весьма вероятны.

Устойчивость внимания – это одновременное внимание к двум или нескольким объектам при одновременном выполнении действий с ними или

наблюдения за ними. Об особенностях распределения внимания судят по тому, легко или с трудом ребенку удастся делать несколько дел одновременно: писать письмо и разговаривать, решать задачу и отвечать на вопросы, заниматься работой и наблюдать за окружающим и т. п. легко ли воспринимаются и запоминаются дополнительные разъяснения и беглые замечания учителя и родителей.

Переключение внимания- это перемещение внимания с одного объекта на другой или с одной деятельности на другую в связи с постановкой новой задачи. Об индивидуальных особенностях переключения внимания можно судить по тому, насколько быстро ребенок переходит от одного занятия к другому, легко ли начинает новое дело, втягивается в работу, может ли быстро закончить какое-либо занятие или постоянно возвращается к нему в своих мыслях или действиях.

Внимание – это не раз и навсегда данное качество. Внимание можно и нужно развивать! Младшему школьнику это сделать очень трудно. Если необходимо помочь научиться управлять своим вниманием. И главными помощниками ребёнку могут стать мама и папа.

К числу эффективных средств развития внимания и других познавательных процессов личности младшего школьника относятся игры и игровые упражнения. С некоторыми из них я предлагаю познакомиться:

Игра « ПОВТОРИ БЫСТРО ».

Ведущий договаривается с играющими, чтобы они повторяли за ним любые слова только тогда, когда он произносит слово «повторите». Далее идет быстрый диалог-«перестрелка»:

- Ну начали! Повторите – «стол».

Играющие повторяют: « Стол».

- Повторите – «Окно».

Играющие говорят: «Окно».

- Скажите – «Улица». Быстро – «кошка» и т. д.

Игра « НЕ СОБЬЮСЬ ».

1. По сигналу играющий начинает счет до 30. Числа, содержащие 3 или делящиеся на 3, называть нельзя. Вместо того чтобы их называть, играющий подпрыгивает. Самый внимательный игрок тот, кто не произнес запрещённое число и вовремя подпрыгнет. Условия игры можно менять, например, нельзя называть числа, содержащие цифру 5 и др. Вместо названия говорить слово «гоп» и т. п.

2. Игровые упражнения.

Даны напечатанные тексты (для упражнений дома можно взять старые газеты, журналы).

- Зачеркните первую букву каждого слова в заданном тексте (1 мин.).

- Зачеркните только букву «а» в тексте линией в одном направлении (1 мин).

Зачеркните две буквы «а», «у» в каждом слове линиями в разных направлениях (2 мин.).

Игра «ПОДСЛОВА ЗА ВАМИ».

Участники игры становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч. При этом бросающий громко говорит половину какого-нибудь слова, а тот, кто ловит, должен назвать его вторую половину. Например, паро-воз, теле-фон, и т. п. Бросать мяч можно любому игроку. Отвечать нужно быстро.

Игровое упражнение «КТО ВНИМАТЕЛЬНЫЙ?».

- Я предлагаю вам, уважаемые родители, внимательно прослушать сказку «Лисёнок и лягушонок» Г.Юдина и подсчитать в ней количество слов со звуком «л».

В лесу в большой луже, жил маленький лягушонок, который очень любил лепить из глины.

Вылезет из лужи, наберет глины и сидит лепит. Сначала он лепил лепешечки. Потом стал лепить колобки и лимончики. Потом слепил слона и уже после этого – льва на лыжах и лошадь в лодке. Звери смотрели, смеялись и ласково гладили лягушонка по спине. Только один лисёнок (завидовал он, что ли?) приходил, все ломал, да еще и дразнился.

-Зеленее всех зеленек – лупоглазый лягушонок! И это продолжалось до тех пор, пока лисенок не вырос.

Пришел он однажды к луже, сел рядом с лягушонком, долго смотрел, как он лепит, и грустно сказал:

- Я ведь тоже раньше лепил, да только у меня ничего не получалось.

- Ничего! – сказал лягушонок. – Ты не огорчайся! Зато ты роешь самые хитрые норы.

Я предлагаю вам следующие рекомендации:

- помогите вашим детям стать внимательными;
- приобретайте, читайте и используйте книги, в которых можно найти упражнения и игры, способствующие развитию внимания;
- играйте вместе с детьми в различные игры, развивающие все свойства внимания;
- научите играть в шахматы и шашки, ведь эти игры называют «школой внимания»;
- не забывайте о спортивных и подвижных играх, благодаря которым можно развивать не только силу и ловкость, но и внимание, воображение, быстроту мышления;
- учите детей быть наблюдательными – умеющими замечать изменения, происходящие в окружающем мире, видеть необычное в обычном, незнакомое в знакомом.

Уважаемые родители, я желаю вам успехов в воспитании детей!
