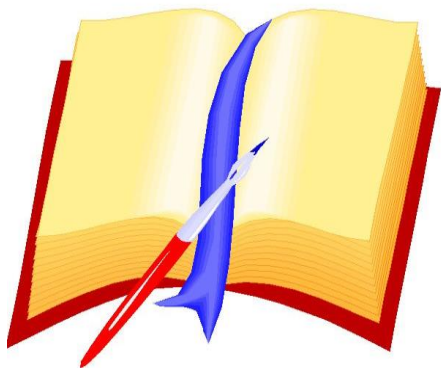


МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 32 «Страна чудес»

г. Зеленогорска Красноярского края

«Учите ребенка управлять своим вниманием»

Воспитатель: Коновалова Н.В



Очень часто на родительских собраниях учителя обвиняют взрослых в том, что дети плохо подготовлены к учебному процессу: рассеянность недопустима в школе.

Не каждый ребенок в состоянии одновременно выполнять задание в тетради и смотреть на доску или слушать ответ товарища и указания учителя. Внимание некоторых ребят скользит с одного предмета на другой, нигде не задерживается надолго; они отвлекаются по любому незначительному поводу.

Почему же сила концентрации школьника оказывается слабой? Причины рассеянности различны, и их необходимо знать, чтобы успешно развивать у детей внимание.

**РАССЕЯННОСТЬ — РЕЗУЛЬТАТ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ.** Если ребенок поздно ложится спать, подолгу смотрит телевизор, играет на компьютере, ходит с родителями в гости в вечернее время, то его нервная система перевозбуждается. Он плохо и мало спит, приходит в школу в сонливом состоянии.

**РАССЕЯННОСТЬ — СЛЕДСТВИЕ НАРУШЕНИЯ ПРАВИЛЬНОГО ДЫХАНИЯ,** а значит, и снабжения мозга кислородом. Например, если у ребенка аденоиды, то они затрудняют дыхание через нос. Он дышит ртом, и это опосредованно оказывает влияние на его работоспособность.

**РАССЕЯННОСТЬ — ПОСЛЕДСТВИЕ НЕПРАВИЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ.** Иногда не в меру заботливые родители покупают ребенку много книжек и игрушек, рано и часто водят его на выставки и в музеи, поэтому он привыкает к постоянной смене впечатлений. Не успевая разобраться в каждом из них, не имея возможности вдуматься в то новое, что ежедневно ему показывает взрослый, ребенок привыкает к легкому, поверхностному знакомству с окружающим. Его внимание становится скользким.

**РАССЕЯННОСТЬ ИЗ-ЗА НЕДОСТАТОЧНОЙ УМСТВЕННОЙ АКТИВНОСТИ.** Внимание поддерживается мышлением. Если ребенок занят однообразной исполнительской работой, а на вопросы имеет давно готовые ответы, то внимание его неизбежно будет легко отвлекаться. Вы не вправе ожидать устойчивости внимания детей, призывать их быть внимательными, когда нет пищи для мышления, для активного думанья.

**РАССЕЯННОСТЬ — НЕГИБКОЕ ВНИМАНИЕ.** Некоторые дети не могут быстро переносить внимание с одного предмета на другой, когда это оказывается необходимым. Такие факты часто наблюдаются у детей с инертным, флегматическим типом темперамента. Они кажутся рассеянными только потому, что слишком сосредоточены на другом содержании. На неожиданно заданный вопрос такой

ребенок ответит не сразу, хотя и знает материал. Взрослый должен дать ему паузу на переключение внимания.

Внимание можно и нужно воспитывать.

Прежде чем «избавлять» ребенка от рассеянности понаблюдайте за организацией познавательной деятельности детей. Медленный темп занятия, нечеткость пояснений, отсутствие мотивов активной мыслительной деятельности, однообразие видов и форм работы, запоздалые пояснения, нарушают хрупкое внимание детей.

Если вы не обнаружите перечисленных выше причин отвлечения внимания, а ваш ребенок, будучи физически здоровым и психически уравновешенным, на удивление рассеян, то попытайтесь в домашних условиях активизировать его деятельность. Не надо бояться перегрузить его: дети устают не от труда, а от безделья. С помощью чтения и обсуждения прочитанного, познавательных игр, просмотра обучающих передач, решения специальных развивающих задач, демонстрации уже знакомых предметов и явлений природы с новой стороны вы научите ребенка быть сосредоточенным на объекте деятельности и управлять своим вниманием.

### *Если ваш ребенок рассеян...*

- ◆ Принимайте ребенка таким, каков он есть. Не ругайте его за рассеянность.
- ◆ Не ставьте его рабочий стол рядом с окном. Уберите очутившиеся поблизости посторонние предметы, устраните шумы, способные отвлекать его от интеллектуальной деятельности.
- ◆ Учите его планировать свои действия, ставить цель, продвигаться к ней поэтапно, сличать полученные результаты с намеченными. Помогите ему составлять и использовать программу действий, например, при выполнении учебных заданий.
- ◆ Формулируйте ответственные задания, требующие продуманного выполнения шаг за шагом. Но поручайте не несколько дел сразу, а какое-нибудь одно, указывая, если надо, промежуточные ориентиры и предоставляя для его завершения достаточно времени.
- ◆ Применяйте зрительные опоры - памятки инструкций, заданий, советов.
- ◆ Учите рассеянного ребенка вязать, шить, вышивать, выжигать на дереве узоры, фотографировать и т.п. - всё это помогает прививать усидчивость, собранность, сосредоточенность.
- ◆ Чаще занимайте кропотливой работой: пусть перебирает пшено или иную крупу, отыскивает и исправляет ошибки в чьей-либо тетради и т.д.
- ◆ Поощряйте и хвалите за любые (даже самонаименьшие) достижения, требовавшие усидчивости, концентрации внимания, аккуратности.
- ◆ Поддерживайте в семье четкий распорядок дня.

