

detkityumen.ru

Как помочь ребенку стать внимательным

Многие родители часто слышат: «У вас невнимательный ребенок», «все ошибки в тексте из-за невнимательности». Да и сами родители, скорее всего, замечают, что их ребенок не может сосредоточиться на одной теме, часто отвлекается, может пропускать буквы при чтении, делать ошибки и не замечать их, задавать вопрос на одну тему и сразу перескакивать на другую. Все это - невнимательность.

Воспитатель детского сада, учитель или психолог могут помочь Вам определить есть ли проблемы со вниманием у вашего ребенка и какой характер носят эти проблемы. Также они могут помочь вашему ребенку развить внимание и концентрацию.

Перед тем как начать занятия на развитие внимания ребенка, стоит разобраться, что именно не так. Проблемы могут быть с **концентрацией внимания, переключаемостью внимания, устойчивостью и распределением внимания.**

- Чаще всего проблемы бывают с концентрацией внимания. Ребенку трудно сосредоточиться на какой-нибудь теме, вопросе, занятии.

Переключаемость внимания это способность ребенка отвлекаться от одного предмета и концентрироваться на другом. Например, урок математики после урока физкультуры. Где ребенку нужно отвлечься от бега и прыжков и сконцентрироваться на примерах и цифрах.

Устойчивость внимания - это то, сколько ребенок может удерживать внимание на одном объекте. Ребенок семи лет может в норме удерживать внимание на одном предмете(уроке) примерно в течении 30 минут.

Распределение внимания - это количество объектов, на которые ребенок может одновременно обращать внимание. Например, рисовать в тетради и слушать учителя.

Есть множество способов, благодаря которым Вы сами можете развить внимание вашего ребенка.

Первое, что хочется отметить, что лучше всего развивать **внимание ребенка в игре**. Игра является основной деятельностью ребенка дошкольника. В игре малыш учится всему, развивается и получает удовольствие от своей деятельности. Трудно заставить заниматься и выполнять однотипные упражнения невнимательного ребенка. Это не принесет никаких результатов.

Так как же развивать внимание в игре? Рассмотрим несколько предметов.

Словесные игры. Плюс этих игр в том, что Вы можете играть в них в любое время в любом месте. Если Вы едете в метро или автобусе – можете составлять маленькие слова из большого слова. Или предложения. Например, из фразы «Не прислоняться», написанной на дверях каждого вагона метро. Гуляя по улице Вы можете искать машины определенного цвета или загаданные предметы. Например, ребенок считает все проезжающие мимо красные машины, а мама или папа зеленые. Можно искать все предметы определенного цвета в помещении. Это все игры на развитие зрительного внимания.

Слуховое внимание можно развить такими играми как «Хлопни, когда слышишь цифру три», или при определенном слове. Например, если в рассказе встречается слово «усы», надо показать «усы» на себе. Игра «Да и Нет не говорите». Где основное правило не называть слова «Да и нет» при ответе на вопросы родителя. Вы можете сами придумать множество игр такого типа.

Минусом этих игр является отсутствие красочности. Детям дошкольного возраста и младшего школьного интереснее, когда они видят красочные предметы. Альтернативой словесным играм может стать игра «Смотри в оба». Суть игры та же, нужно как можно быстрее найти предметы, написанные на карточке. Игра создана для того, чтобы скрасить долгую дорогу, например в автомобиле или автобусе. Очень компактна и интересна. Каждый из игроков тянет карточку, на которой написаны предметы, которые надо увидеть и успеть показать остальным. Например, светофор, красная машина или корова.

Настольные игры – это один из наиболее эффективных способов развития внимания. Большинство детских настольных игр направлены на развитие ребенка. Вот несколько примеров игр, развивающих внимание ребенка: «Тараканий салат», «Активити для детей» и «Активити для малышей». В игре «Тараканий салат» для победы нужно быть сосредоточенным и внимательным. Игра «Активити» также требует сосредоточенности, устойчивости внимания.

Развивать внимание можно **с помощью картинок и рисунков**. Найти отличия между картинками, найти «дорисованное» в рисунке, найти предметы одинакового цвета эти игры также развивают внимание ребенка.

- Не забывайте, в любых играх с ребенком обязательно надо **меняться ролями**. Обязательно дайте ребенку право быть ведущим, пусть он загадывает предмет, или дорисовывает на вашем рисунке, а Вы ищите новое, дорисованное. Если всегда Вы будете главным, и Вы будете диктовать правила, то эти игры быстро наскучат вашему малышу.
- Также **не стремитесь всегда выиграть** у ребенка. Ему нужно чувствовать свою силу и видеть, что ошибиться может любой, даже его мама или папа и в этом нет ничего страшного. Просите помощи у ребенка, если не можете найти предмет, который он дорисовал или загадал. Ошибайтесь в словесных играх.

Обязательно **хвалите ребенка**. Каждый правильный ответ или решение – это победа.

- Не играйте в игры на внимание постоянно. Эти игры развивают внимание и концентрацию. Ребенок быстрее устает. Чередуйте игры, развивающие разные качества ребенка или дополняйте развивающие игры обычными.

Автор: Алена Любовинкина, психолог

по материалам группы [Думалогия](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/category138/3529/