

РАЗВИВАЕМ ВНИМАНИЕ И УСИДЧИВОСТЬ У ДОШКОЛЬНИКА

Многие родители первоклассников сталкиваются с тем, что малыш не может не только спокойно высидеть школьный урок, но и при выполнении домашних заданий все время отвлекается и не может усидеть на месте.

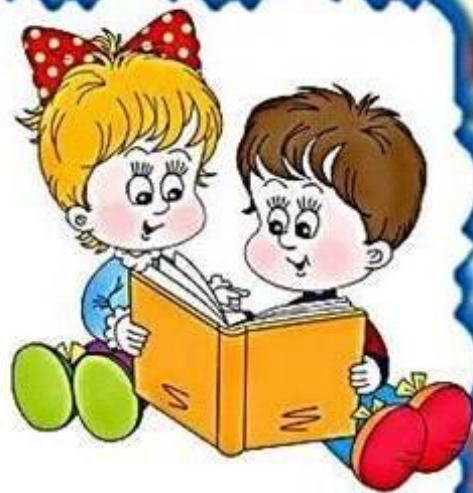
Возникает вопрос: а виноват ли ребенок в своей невнимательности и неусидчивости?

Внимательность и усидчивость — взаимосвязанные качества.

Усидчивость — это способность концентрировать свое внимание на каком-либо объекте (даже непривлекательном для ребенка) в течение довольно длительного времени и терпеливо доводить работу до конца. Воспитание усидчивости следует начинать с развития внимания.

Развивая внимание малыша, мы одновременно учим его доводить до конца начатое дело, достигать определенной цели. Это умение необычайно важно для человека. Если постоянно помнить, что нельзя требовать от ребенка сразу слишком многого, можно начинать прививать внимательность уже с годовалого возраста. Главное — делать это аккуратно и последовательно. **Любознательность** — залог развития.

В первые годы жизни еще рано говорить об усидчивости, так как ребенок познает мир через движение. Внимание, напротив, можно развивать уже с 3–4 месяцев. Это, конечно, не занятия, а игра, общение с близкими людьми. Ребенок умеет хорошо концентрировать свое внимание на ярких подвижных предметах. Карапузу, который научился ползать, потребуютсядвигающиеся игрушки, которые можно рассмотреть и потрогать. Малышу, который начал ходить, очень сложно удержать внимание на чем-то одном, потому что теперь его возможности познания окружающего мира значительно расширились. Чем лучше ребенок понимает речь, тем лучше он может сконцентрироваться на предмете. Не давайте ребенку сразу много игрушек — не больше 2–3, но объясните, как играть с каждой. Чем интереснее игрушки, тем проще малышу сосредоточить на них свое внимание.



На третьем году жизни ребенок приобретает важную способность — умение быстро переключать внимание с одного вида деятельности на другой. Усидчивость начинает формироваться к 5–6 годам, когда ребенок уже способен удерживать внимание на одном занятии около 15 минут. Нужно учитывать, что внимание ребенка даже в 5–6 лет, а тем более у годовалых



детей, является непроизвольным. Это значит, что ребенок не может сконцентрироваться по требованию взрослого. Привлечь его внимание может только что-то яркое, интересное, необычное. Такая непроизвольность внимания помогает дошколятам за 3–4 года до школы успеть освоить огромный объем информации об окружающем мире. Именно эта любознательность и является залогом успешного развития малыша. **Понаблюдайте** внимательно за вашим ребенком: только что он собирал пирамидку, не прошло и пяти минут, как он взялся за лепку, но оставил и это занятие, потому что по телевизору начали транслировать мультфильм, который не удалось досмотреть из-за возникшей необходимости встретить бабушку, приехавшую погостить и привезшую гостинцы. Со временем к ребенку приходит избирательность восприятия и способность произвольно концентрировать свое внимание, увеличивать период сосредоточенности. В результате он научается собранности и может до конца выполнять начатое дело. Но понадобится много сил и терпения, чтобы сформировать у ребенка навыки усидчивости и способность к длительной концентрации внимания.

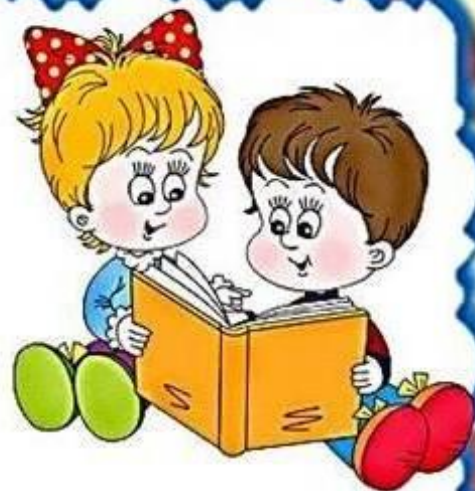
Внимание ребенка — как им управлять

Над развитием внимания взрослым следует потрудиться вместе с ребенком. Не всем детям удастся увлечь себя самим, и здесь им на помощь должны прийти мамы и папы, воспитатели. Чтобы создать благоприятную атмосферу для занятия, спрячьте подальше все игрушки, которые могли бы отвлечь малыша от выполнения заданий, выключите телевизор и музыку. Так вы сделаете занятие более продуктивным. Учтите, что малыш младше пяти лет может сосредотачиваться на задании не дольше чем 3–10 минут, а затем ему необходимо сменить вид деятельности (интеллектуальная деятельность обязательно должна сменяться подвижными играми).

Не нужно заставлять ребенка сидеть над выполнением задания дольше, чем он способен, это не только не повысит, но даже снизит успех занятия. **Обратите внимание** на то, что болезненные, ослабленные, впечатлительные дети чаще отвлекаются, уровень концентрации внимания у них ниже. Учитывайте это, занимаясь с детьми. **Помните**, что вы не сможете увлечь ребенка выполнением задания, если ему будет неинтересно! Дети любят яркие, запоминающиеся истории, сказочные сюжеты, соревнования, которые можно использовать для проведения развивающих игр. Ребенок охотнее подключится к игре, если будет видеть, что и взрослому она не менее интересна. Поэтому не бойтесь открыто выражать свои эмоции, радуйтесь и удивляйтесь

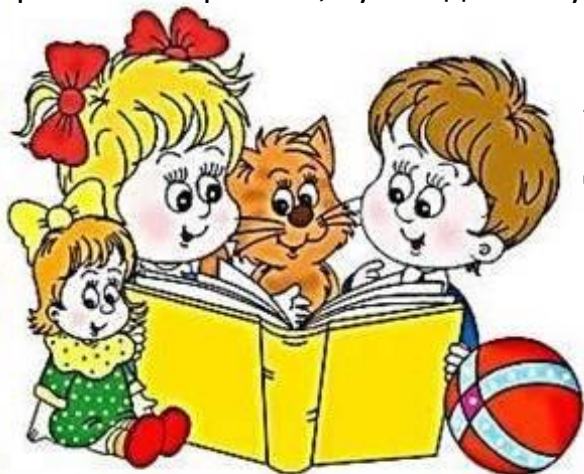


вместе с малышом. Формированию внимания способствует вербализация всех действий. Используйте речь, комментируйте все, что вы делаете, а также попросите ребенка проговаривать свои действия, озвучивать свои мысли, делиться соображениями о том, что он собирается сделать. Малышу может оказаться трудно сразу сформулировать свои планы, поэтому помогите ему наводящими вопросами («Что ты сейчас делаешь?», «Что ты собираешься сделать потом?», «Что еще можно сделать?» и др.), но избегайте сами отвечать на собственный вопрос. Ребенок получит больше пользы, если самостоятельно найдет ответ, пусть даже ему потребуется на это больше времени. Не торопите малыша, пусть он соберется с мыслями и подумает. Если, несмотря на все ваши старания, малыш все равно отвлекается, крутится по сторонам в поисках более интересного занятия, не следует допускать ошибку, пытаясь усмирить его повелительными фразами типа «Не вертись!», «Сядь ровно!», «Успокойся!».



Лучше попытаться мягко направить внимание ребенка: «Посмотри, осталось доделать совсем немного», «Вот увидишь, как будет красиво, когда мы все закончим» и т.д. И в конце занятия обязательно похвалите ребенка за успех. **Всегда подбадривайте, поощряйте и хвалите малыша.**

Не ограничивайтесь обыденными словами «умница» и «молодец». Лучше укажите ребенку на то, что ему удалось особенно хорошо. А главное — объясняйте, почему он добился успеха: «Ты старался, добивался своей цели и был терпелив, поэтому у тебя все получилось». Если же у малыша пока еще не все получается, успокойте его, поддержите. Объясните ему, что для того, чтобы все получилось, иногда необходимо проделывать одну и ту же работу несколько раз. Именно так мы учимся всему. Интерес вашего ребенка не будет угасать в течение всего дня, если вы предложите ему разнообразные задания: сначала, например, ознакомление с цифрами, затем — с цветом и формой предметов, далее — подвижную игру. Малыш всегда будет знать: когда вы зовете поиграть, его ждет что-то новое и интересное. А когда ребенку интересно — он усидчив и внимателен! **Кроме того, необходимо** правильно подбирать время для занятий. Если у ребенка резвое настроение, лучше дать ему в этот момент побегать.



Принимайте своего малыша таким, какой он есть, и не ставьте ему в пример соседских Варю, Таню, Пашу или кого-то еще. Ни в коем случае не давите на ребенка, даже если он не так внимателен и усидчив, как некоторые его сверстники! Если ребенок может высидеть только 5 минут, значит, занимайтесь именно столько. Главное — продолжайте заниматься! Можно проявить фантазию и придумать множество игр,



требующих внимательности и усидчивости. Примеры некоторых таких игр приведены ниже.

Игры на развитие внимания.

«Найди отличия». Покажите малышу два похожих рисунка и попросите найти отличия.

«Что пропало?» Поставьте перед ребенком 3–7 игрушек (количество игрушек зависит от возраста малыша), а затем попросите его закрыть глаза и спрячьте одну игрушку. После этого дайте сигнал открыть глаза. Он должен сказать, какой игрушки не хватает.

«Съедобное — несъедобное». Вы бросаете ребенку мяч, при этом называете слово. Ребенок должен поймать мяч только в том случае, если вы назвали что-то съедобное, а если нет — следует опускать руки.

«Делай как я!» Под считалку вы ритмично выполняете простые движения (например, киваете, хлопаете в ладоши, топаете ногой), а ребенок повторяет за вами. Затем неожиданно для малыша вы меняете движение. Ребенок должен сориентироваться и повторить за вами новое движение.

«Три задания». Малыш становится в удобную позу, затем по сигналу «Раз, два, три — замри!» он должен замереть и оставаться неподвижен. В это время вы называете три задания, а после команды «Раз, два, три — беги!» малыш отправляется на выполнение заданий. Причем задания необходимо выполнять именно в той последовательности, в которой вы указали. Вот пример заданий: назови какое-нибудь домашнее животное; подпрыгни три раза; принеси синенькую машинку.

Игры, требующие усидчивости

Если вы хотите дать малышу занятие, требующее усидчивости, предложите ему: — раскрасить. Возьмите раскраску или сами нарисуйте какой-нибудь предмет и предложите ребенку раскрасить его, не выходя за контур;

— лепить. Лепить из пластилина очень интересно и весело, особенно с мамой и папой. Попробуйте! Понравится всем;

— собирать пазл или мозаику;

— разложить детали мозаики по цвету, игрушки по размеру;

— пересыпать фасоль или горох в бутылку с узким горлышком;

— переливать воду из емкости с широким горлышком в емкость с узким горлышком.

