

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА БЫТЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМ?

От того, насколько развито внимание, во многом зависит успех ребенка в школе, поэтому лучшее, что могут сделать родители, – **развивать умение концентрироваться при помощи игры.**

Можно выделить следующие характеристики данного процесса:

Объем. То есть количество информации, которое ребенок может удержать в своем сознании.

Сосредоточенность. Умение ребенка сконцентрироваться на чем-то определенном.

Устойчивость. Временной промежуток, в течение которого удается сохранять сосредоточенность.

Распределение. Способность разделять внимание на несколько одновременно протекающих процессов.

Переключаемость. Возможность быстро переводить сосредоточенность с одного действия на другое.

Можно выделить несколько **видов внимания**, которые имеют свою специфику у детей дошкольного возраста:

пассивное (непроизвольное, или непреднамеренное) **внимание** - сосредоточенность на чем-то интересном, необычном без волевых усилий малыша. В дошкольном возрасте именно данный тип является основным: сначала дети обращают внимание на что-то заметное, потом начинают интересоваться и тем, что раньше не знали, новым для себя.

произвольное внимание, причем важно понимать, что само по себе из непроизвольного оно не возникнет, для этого необходимо тренировать ребенка. Активная разновидность напрямую связана с волевыми усилиями, поэтому если ребенок болен или раздражен, его способность концентрироваться снижается. Произвольное внимание начинает формироваться в 4-5 лет, хотя первый тип все равно остается ведущим в течение всего дошкольного детства.

Развивать его необходимо, чтобы ребенок стал более наблюдательным, мог без проблем обнаружить какие-либо мелкие детали, малозаметные признаки. Все это в дальнейшем поможет в процессе обучения, поскольку внимание теснейшим образом связано с запоминанием.

Психологи выделяют 6 стадий развития внимания у детей. **Рассеянное (от 0 до 1 года).** Дети способны отвлечься на любой шум или новую игрушку.

Фиксированное (1-2 года). Малыш, занятый своим делом, настолько им поглощен, что не замечает ничего вокруг. **Гибкое одноканальное (2-3 года).**

Может прекратить свое занятие, услышав обращение к себе, но очень быстро к нему вернется. **Сложившееся одноканальное (3-4 года).** Дети могут переключаться с одного процесса на другой, прерывать свои занятия, затем вновь к ним возвращаться.

Двухканальное непродолжительное (4-5 лет). Ребенок получает способность делать два дела одновременно – к примеру,

играть и слушать, что ему говорит мама. При необходимости выполнить сложное действие способен сконцентрироваться именно на нем. **Сложившееся двухканальное (5-6 лет).** Может одновременно делать два дела, именно поэтому тренировки внимания следует начинать с этого возраста. Знание этих этапов поможет родителям лучше понять ребенка.

Для дошкольников особое значение имеет развитие способности сосредоточиться. И родителям следует тренировать детей, используя ненавязчивую игровую форму. Несколько хитростей и приемов:

Поддержание интереса. Используя игровые формы, можно добиться того, что ребенок будет заниматься с огромным удовольствием, и, соответственно, внимательно. **Придерживаться длительности занятий.** Так, изучая с ребенком 4 лет цифры, нужно понимать, что малыш способен удерживать внимание не более 20 минут, поэтому лучше уложиться с учебным материалом в эти рамки.

Любимые персонажи и игрушки также помогут не утратить интерес, а потому – послушать и воспринять то, что сообщает родитель.

Показывать пример. Можно пояснить ребенку, что если он внимателен, старается выполнять задание родителей, то результат (например, башня из кубиков) получится гораздо лучше, чем если бы он работал не сосредоточившись, кое-как.

Чтение и внимание взаимосвязаны, поэтому для улучшения второго можно научить ребенка первому. Пока малыш только знакомится с буквами, мама может читать ему интересные сказки и истории. После обязательно нужно обсудить прочитанное, прося пересказать, задавая вопросы. Это поможет узнать, насколько кроха внимательно слушал.

Обратите внимание: если малыш плохо сосредотачивается и очень далек от своей возрастной нормы, то возможно, у него неглубокое дыхание. Исправить ситуацию помогут **надувание воздушных шаров, мыльные пузыри, игра на дудочке или свисток.** Кроме того, исследования доказали, что для детей очень полезны **прогулки на свежем воздухе, активные спортивные игры.**

