

Недостаток внимания является одной из причин плохой обучаемости детей школьного возраста. Ребенку, который не обладает достаточным вниманием, трудно сконцентрироваться на подаваемом материале, он испытывает трудности с запоминанием. Специалисты рекомендуют заниматься с ребенком специальными играми и упражнениями на развитие внимания, которые можно выполнять в домашних условиях. Но чтобы правильно организовать такие занятия, родители должны разобраться, что же собой представляет понятие «внимание».

### Что такое внимание?

**Внимание** относится к наиболее важным человеческим качествам. Оно характеризует процесс отбора необходимой информации и отбрасывание ненужной. Человеческий мозг каждую секунду принимает тысячи сигналов из окружающего мира. Внимание является своеобразным фильтром, который «просеивает» всю поступающую информацию, оберегая наш мозг от «перегрузки».

Ученые определили свойства внимания, нарушение каждого из которых может привести к отклонениям в деятельности и поведении ребенка:

- **объем внимания** – при его снижении ребенок не может сконцентрироваться на нескольких предметах одновременно, удерживать их в уме;
- **избирательность внимания** – при ее недостатке нет возможности сконцентрироваться на той части материала, которая нужна для решения поставленной задачи;
- **устойчивость и концентрация** – при их снижении ребенок не может долго сохранять внимание, постоянно отвлекается;
- **переключаемость внимания** – при плохом развитии этого свойства трудно переключаться с одного вида деятельности на другой;
- **распределение внимания** – при его недостаточном развитии, тяжело выполнять несколько заданий одновременно;
- **произвольность внимания** – при ее недостатке ребенку трудно сосредоточивать внимание по требованию.

Для преодоления выше перечисленных недостатков необходима правильно организованная работа.

Главное правило занятий играми и упражнениями на развитие внимания – систематичность. Заниматься желательно каждый день, делая 1-2 выходных дня в неделю. Продолжительность занятий в первые дни должна составлять не больше 15-20 минут, постепенно увеличиваясь.

## Упражнения на развитие способности к переключению внимания.

Называйте ребенку различные слова: стол, кровать, чашка, карандаш, тетрадь, книга, воробей, вилка, и т. д. Он должен, по договоренности, отреагировать на определенные слова. Ребенок внимательно слушает и хлопает в ладоши тогда, когда встретится слово, обозначающее, например, животное. Если ребенок сбивается, повторите задание снова.

Во второй серии можно предложить, чтобы ребенок вставал каждый раз, когда, как условлено, услышит слово, обозначающее растение.

В третьей серии можно объединить первое и второе задания, то есть ребенок хлопает в ладоши при произнесении слова, обозначающего животное, и встает при произнесении слова, обозначающего какое-либо растение.

Такие и подобные им упражнения развивают внимательность, быстроту распределения и переключения внимания, а кроме того, расширяют кругозор и познавательную активность ребенка.



## «Развиваем внимание: игры и упражнения»



## Упражнения на развитие устойчивости и концентрации внимания.

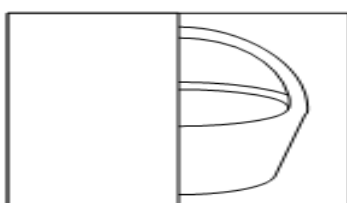
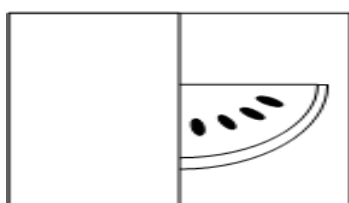
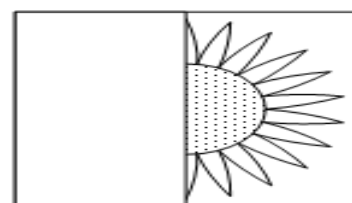
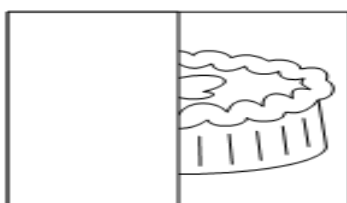
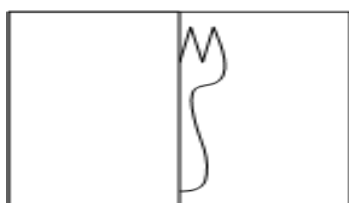
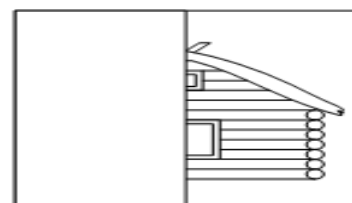
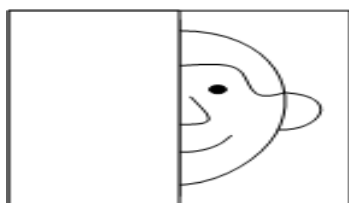
Для проведения занятий необходимо подготовить 2 пары картинок, содержащих по 10-15 различий; несколько неоконченных рисунков или рисунков с нелепым содержанием; несколько наполовину раскрашенных картинок.

В первом задании ребенка просят сравнить картинки в предложенной паре и назвать все их различия.

Во втором задании ребенку последовательно показывают неоконченные картинки и просят назвать то, что не дорисовано, либо то, что перепутано.

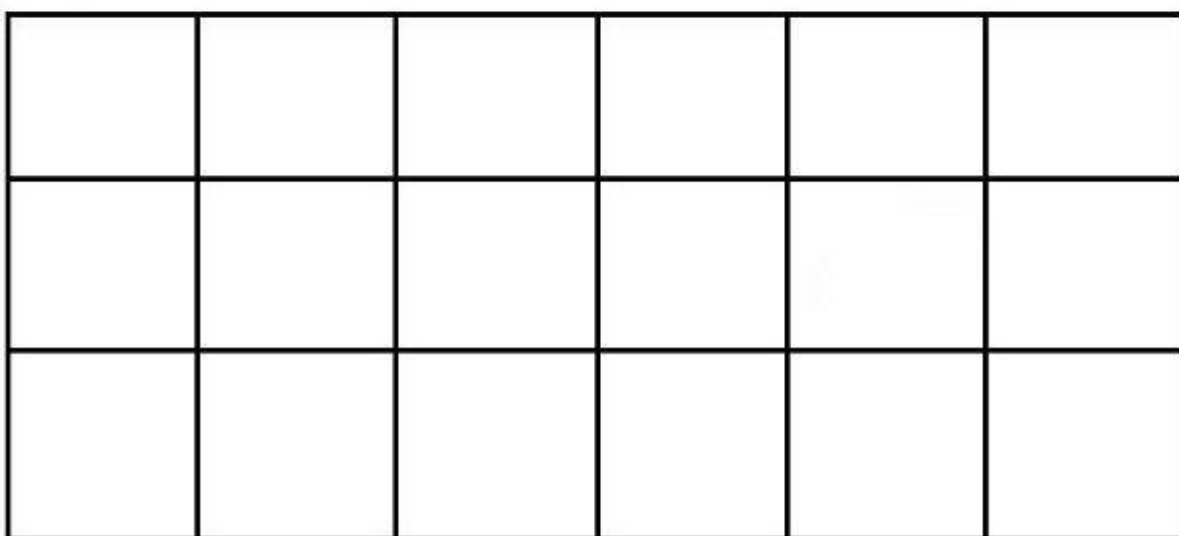
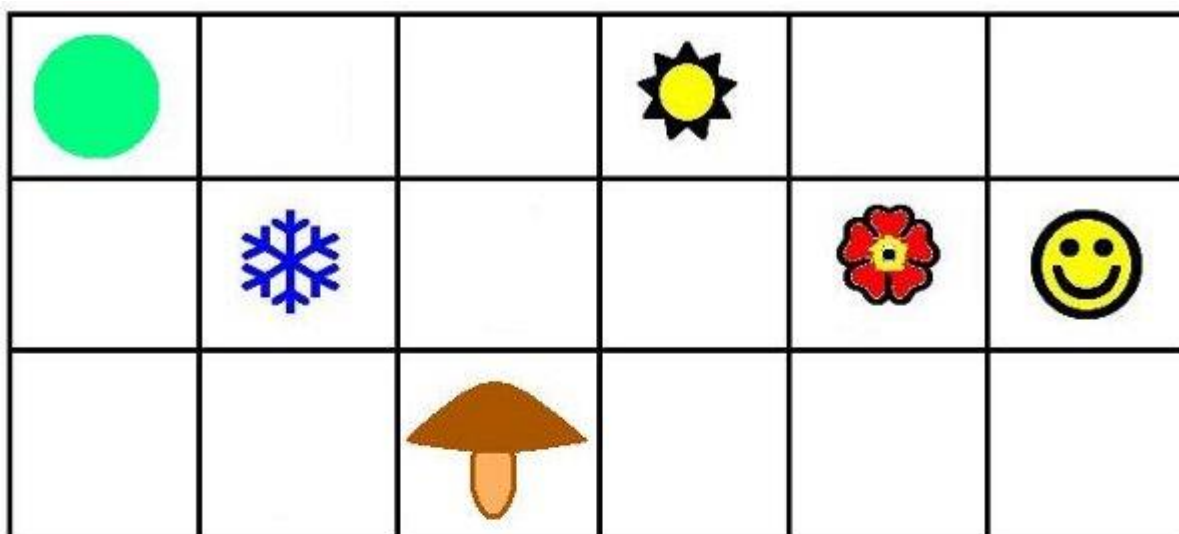


В третьем задании нужно дорисовать и раскрасить вторую половину картинки точно так же, как раскрашена первая.



## Упражнения на развитие объема внимания.

Для проведения этого упражнения необходимы два рисунка.



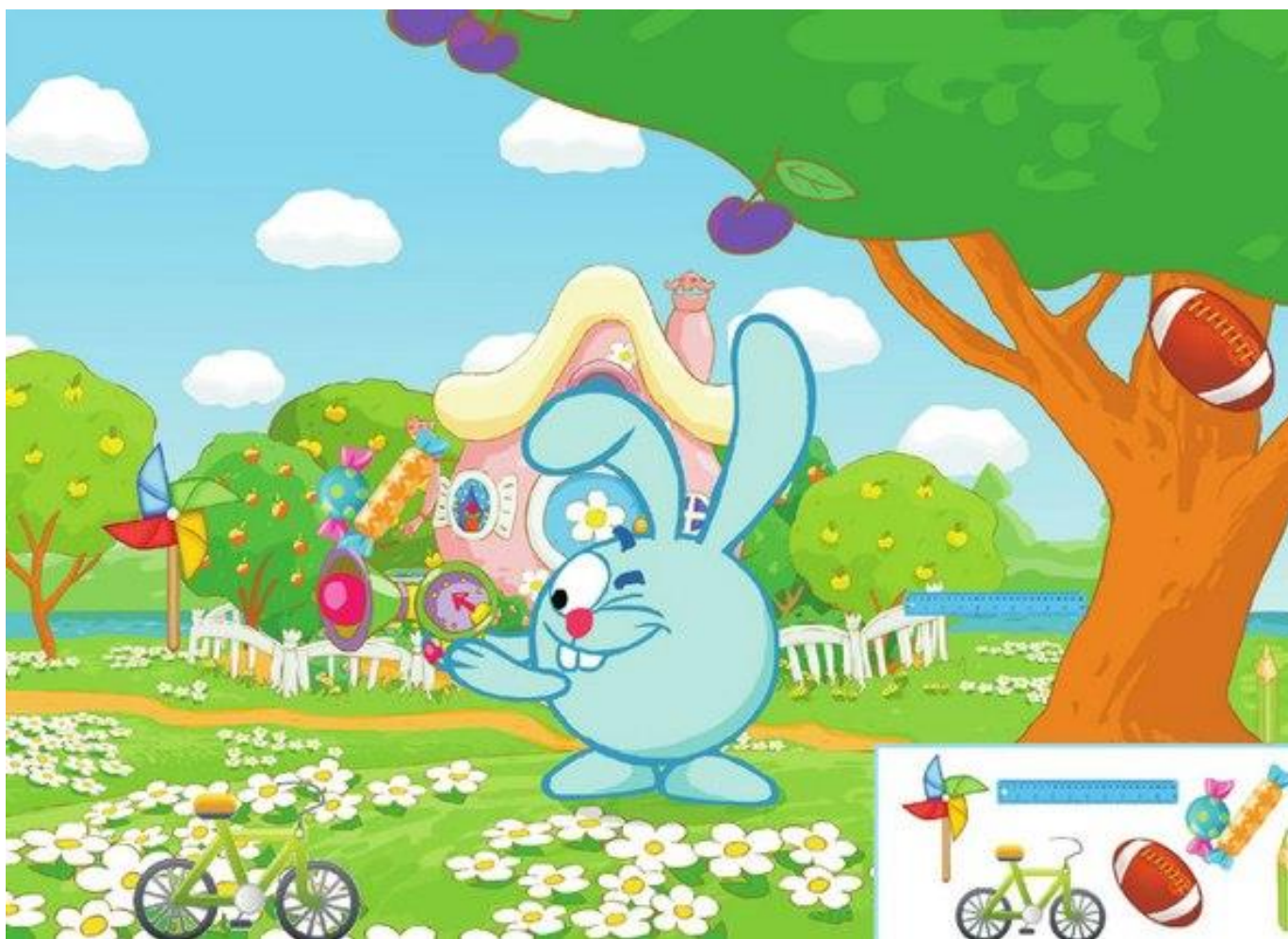
На верхнем рисунке в квадратах определенным образом расставлены картинки (смайлики, цветочки, грибы, снежинки итд). Ребенка просят посмотреть на первый вариант и постараться точно так же расположить картинки в пустых квадратах (заранее подготовить и дать ребенку рисунок с пустыми квадратами и маленькими картинками). Так же можно предложить поставить точки, буквы, цифры самому ребенку используя карандаш или фломастер.

## Упражнения на развитие избирательности внимания

Предложите ребенку игру: "Внимательно осмотри комнату и найди предметы, в которых есть круг, квадрат, прямоугольник итд» Ребенок называет предметы: часы, окно, дверь, выключатель, ваза, столик и еще многое другое ". Игра так же может происходить на улице, в транспорте, в магазине и в других общественных местах. Можно искать по определению цвета, формы, размера, животных и людей.

Проведите эту игру в соревновательной форме: "Кто больше назовет таких предметов?"

Покажите ребенку картинки, на которых нарисованы разные предметы, и попросите назвать все эти предметы, которые как бы "спрятаны".





## Упражнения на развитие произвольного внимания.

Ребенку дают лист бумаги, цветные карандаши и просят его нарисовать в ряд 5-10 треугольников. Когда эта работа будет завершена, ребенка предупреждают о необходимости быть внимательным, так как инструкция произносится только один раз: "Будь внимательным, заштрихуй красным карандашом третий и пятый треугольники".

Если ребенок справился с первым заданием, можно продолжить постепенно усложняя условия дополняя фигуры, а так же используя цифры и буквы.



Раскрась круги жёлтым цветом, квадраты – коричневым, а треугольники – синим.

