Муниципальное бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение
Детский сад № 112 Адмиралтейского района

Консультация

для родителей:

«Воспитание внимания и усидчивости у детей»

Подготовила: Вишневская Т.В

г. Санкт – Петербург

2022

Мечта любых родителей, это усидчивый и внимательный ребёнок. Но при этом, родители должны понимать, что ребёнок не рождается внимательным и усидчивым, эти качества, тесно связанные друг с другом, формируются в течение жизни ребенка. Если ребёнок внимательный, то он может кропотливо заниматься одним делом. Если ребёнок усидчивый, то его внимание всегда будет собрано и не станет рассеиваться на посторонние вещи. И развивать их необходимо в малыше с самого раннего возраста. Ребёнку нелегко быть внимательным и усидчивым. Ему не всегда удается дослушать сказку до конца, в течение десяти-пятнадцати минут заниматься каким-то одним делом, тем более, если появляются отвлекающие факторы, на которые сразу же переключается внимание ребёнка.

Почему же так происходит? Давайте разберемся, во всем по порядку:

Первый вопрос:

- ***Что такое внимание?***

Внимание является психологической характеристикой, когда человек может выбирать нужную для себя информацию, при этом отсеивая всё лишнее. Относительно детей дошкольного возраста можно сказать, что они могут сосредотачивать внимание только на интересных для них вещах, играх или предметах. Например, ребёнок с интересом слушает рассказ мамы, открыв рот, но вот в комнату вбегает старший брат и начинает играть в машинки – всё, рассказ мамы потерял для него всякий интерес, и он уже присоединяется к брату, чтобы поиграть вместе.

Вопрос второй:

- ***Каким бывает внимание?***

В психологии выделяют три вида внимания.

1. ***Непроизвольное внимание -***
   появляется с самого рождения ребёнка, когда он реагирует на какой-то внешний раздражитель: голос мамы, свет, резкий звук и так далее.
2. ***Произвольное внимание*** –
   определяется тем, что человек проявляет усилие, чтобы на чём-то сосредоточиться, прикладывает своё волевое усилие. Так как у детей-дошкольников волевой механизм развит ещё очень плохо, это и становится причиной рассеянности внимания. Ребёнок ещё не умеет организовать себя, чтобы не отвлекаться на другие предметы.
3. ***Пост произвольное внимание*** –
   предполагает не усилие воли, а интерес. Ребенок может долгое время слушать сказку, если она для него очень интересна, ребёнок замирает, он ловит каждое слово – это и есть пост произвольное внимание.

Вопрос третий:

- ***Качества внимания.***

Выделяют несколько качеств внимания:

• *Объем* - означает количество объектов, которые человек может охватить одновременно;

• *Скорость переключения* – показывает, насколько быстро человек может переключить своё внимание с одной вещи на другую;

• *Устойчивость* – предполагает способность необходимое время концентрировать своё внимание на одном предмете.

Избирательность – означает способность отсеивать лишнее и воспринимать лишь необходимое;

• *Распределение* – это способность одновременно выполнять несколько дел;

• Произвольность представляет собой сосредоточение внимания, когда это требуется, прикладывая для этого усилие воли.

Если какое-то из этих качеств не развито или развито плохо, то это приводит к проблемам в обучении и другим трудностям

Внимание ребенка в начале дошкольного возраста отражает его интерес к окружающим предметам и выполняемым с ними действиям. Ребенок сосредоточен только до тех пор, пока интерес не угаснет. Появление нового предмета тотчас же вызывает переключение внимания на него. Поэтому дети редко длительное время занимаются одним и тем же делом. На протяжении дошкольного возраста в связи с усложнением деятельности детей и их передвижением в общем умственном развитии внимание приобретает большие сосредоточенность и устойчивость. Так, если младшие дошкольники могут играть в одну и ту же игру 30-50 мин, то к пяти-шести годам длительность игры возрастает до двух часов. Возрастает устойчивость внимания детей и при рассматривании картинок, слушании рассказов и сказок. Так, длительность рассматривания картинки увеличивается к концу дошкольного возраста примерно в два раза; ребенок шести лет лучше осознает картинку, чем младший дошкольник, выделяет в ней больше интересных для себя сторон и деталей. Основное изменение внимания в дошкольном возрасте состоит в том, что дети впервые начинают управлять своим вниманием, сознательно направлять его на определенные предметы, явления, удерживаться на них, используя для этого некоторые средства. Начиная со старшего дошкольного возраста, дети становятся способными удерживать внимание на действиях, которые приобретают для них интеллектуально значимый интерес (игры-головоломки, загадки, задания

учебного типа). Устойчивость внимания в интеллектуальной деятельности заметно возрастает к семи годам.

У дошкольников преобладает непроизвольное внимание. Проявляется это в быстрой отвлекаемости, невозможности сосредоточиться на чём-то одном, в частой смене деятельности. Произвольное внимание формируется постепенно, по мере развития отдельных его свойств, таких, как объём, концентрация, распределение, переключение и устойчивость. Развитие внимания тесно связано с развитием ответственности, что предполагает тщательное выполнение любого задания - как интересного, так и неинтересного.

Так что же делать для развития внимания и усидчивости ребенка? Дальнейшие рекомендации вам в этом помогут.

Развиваем усидчивость:

- Играйте вместе с ребёнком, покажите ему, как нужно выполнять то или иное задание. Совместная деятельность объединяет семью и пробуждает в ребёнке интерес.

Не забывайте, что подбирая игры и упражнения, важно учитывать, чтобы они соответствовали возрасту и особенностям ребёнка. Например, некоторые дети, кубики собирают очень медленно, детально изучая каждый кубик, а другие дети, могут выполнять это задание в быстром темпе. Главное, чтобы ребёнок доделал задание до конца, а не бросил его, а после этого убрал всё на место: сложил в коробочку пластилин, кубики, убрал краски, прополоскал кисточку, вылил воду и т. п.

Занимаясь с ребёнком, исключите приказной тон. Если вы что-то хотите от ребёнка, то пусть это будет не приказ, а просьба.

Что касается игрушек детей, то тут нужно сказать с уверенностью одно - обилие игрушек – не самое лучшее для развития ребёнка. Его внимание от такого разнообразия будет только хуже. Пусть игрушек будет меньше, но зато они будут представлять ценность для ребёнка. Игрушки должны нести развивающую функцию, а не только развлекательную. Если вы всё-таки не можете не баловать своего ребёнка игрушками, то выберите две-три игрушки, а остальные уберите, постепенно их меняя.

Отличным способом развить в ребёнке усидчивость являются лепка, рисование, бисероплетение, аппликация и другие виды деятельности, которые требуют концентрации внимания.

К концу дошкольного возраста ребёнок уже может в некоторой степени управлять своим вниманием, которое постепенно начинает приобретать

характер произвольности. Это является одной из составляющих готовности ребёнка к обучению в школе. Станьте для своего ребёнка старшим другом, наставником, чаще играйте с ним в полезные, развивающие игры, и тогда он с вашей помощью превратится из маленького несмышлёныша в любознательного, внимательного и усидчивого ученика.

Примеры дидактических игр на развитие внимания дошкольников:

- ***Развиваем зрительное внимание.***

«Сделай как у меня»

Ребёнку взрослый предлагает выложить из палочек (или мозаики) по образцу букву, цифру, узор, картинку и т.п

«Расставь как было»

Перед ребёнком на столе взрослый расставляет несколько игрушек. После того, как ребёнок рассмотрел игрушки, взрослый просит его отвернуться от стола, а он в это время игрушки меняет местами и даёт задание: «Расставь игрушки в той последовательности, в которой они были».

«Дорисуй»

Взрослый даёт ребенку рисунок с изображением предметов, на которых отсутствуют некоторые детали. Предлагает назвать, что именно отсутствует на рисунке и дорисовать их. Например: машина без колёс, дом без крыши и т.п.

«Найди отличия»

Взрослый предлагает карточку с изображением двух картинок, которые имеют несколько различий и нужно как можно быстрее найти эти отличия.

«Кто быстрее»

Взрослый показывает ленточки разных цветов. Задача состоит в том, чтобы назвать как можно больше предметов, овощей, фруктов, животных и т.п., которые соответствуют определённому цвету. Например: Жёлтый – груша, карандаш, солнце, лимон…; красный – яблоко, помидор, вишня… зелёный – жаба, кузнечик, огурец, трава… и т.д.

«Кто спрятался?»

Взрослый раскладывает на столе10 картинок с животными. После того, как ребенок их рассмотрел, просит их закрыть глаза, а он в это время убирает 3 – 4 картинки и спрашивает: «Посмотрите, какие животные спрятались?»

«Срисовывание по клеточкам»

Ребёнку даётся лист в клеточку (крупную или мелкую), образец для рисования (орнамент или замкнутая фигура), карандаш. Необходимо перерисовать узор по клеточкам.

- ***Развиваем слуховое внимание.***

«Самые внимательные»

Дети сидят по кругу и выполняют движения в соотвествии со словами: «Вода» – руки в стороны; «Земля» – руки вниз; «Огонь» – закрыть руками глаза; «Воздух» – поднять руки вверх.

«Что звучало?»

Ребенку демонстрируются звучания разных музыкальных инструментов. Затем эти музыкальные инструменты звучат за ширмой, а дети называют, что звучало.

«Повтори за мной»

Предложите ребенку воспроизвести по образцу, ритмичные удары палочкой(ложечкой) по столу.

«Слова»

Взрослый чётко произносит детям несколько слов, (в зависимости от возраста) после чего просит ребят повторить слова в той же последовательности. Например: собака, курица, корова, утка, поросёнок, цыплёнок и т.п.

«Что в коробке?»

Ребенку демонстрируются звучание в спичечных коробках: песка, земли, проса, гороха, камешков. После чего взрослый мешает коробочки и предлагает по звуку, определить, что находится в коробке.

«Расскажи, как было»

Предложите ребенку рассмотреть сложную сюжетную картинку и запомнить рассказ о приключении её героев. Затем задавайте вопросы по этой картинке, чтобы ребенок отвечал на эти вопросы, вспоминая рассказ.

«Кто это, что это?»

Взрослый читает интересные загадки в стишках, а ребенок должен, назвать про что, или кого идёт речь.

- ***Развиваем моторно-двигательное внимание.***

«Съедобное – несъедобное»

В зависимости от названного предмета (съедобен он или нет) ребенок должен ловить или отбивать мяч, брошенный им взрослым.

«Повторяй за мной»

Взрослый называет части тела человека, а ребенок должен выполнить соответствующее движения: дотронуться до носа, уха, локтя и т.д.

«Летает, прыгает, плавает»

Взрослый показывает картинки животных, птиц, насекомых и т.д., а ребенок без слов показывает какие движения они умеют делать. Например: птичка – ребенок имитирует движения полёта, заяц – прыгает, рыба – плавает. и т.д.

«Овощи и фрукты»

Взрослый называет названия овощей и фруктов и даёт команду: «Присесть – если услышат название овоща, подпрыгнуть – название фрукта».

«Запретное движение»

Взрослый показывает движение, которое повторять нельзя. Затем он показывает разные движения руками, ногами. Тот, кто повторил запретное движение, выбывает из игры. Запретным может быть любое движение или сочетание движений.

- ***Способы переключения внимания:***
- ✓ Быстро менять тему разговора. Особенно помогает, когда малыш капризничает.
- ✓ Сосредоточиться на приятном, а не настаивать на своем.

Приложите ваши время и усилия для того, чтобы воспитать усидчивость и внимательность у ребенка, и тогда в школе ваш ребенок будет учиться легко и с удовольствием.