Стать успешным не только в учебе, но и других сферах жизни, помогает хорошо развитое внимание. Ежедневно ребенку предъявляются различные требования от простых до сложных, по мере роста и развития добавляются задачи и обязанности: внимательно слушать учителя, не допускать ошибки во время выполнения задания или быстро их находить, не терять вещи, правильно переходить дорогу и так далее.

Кому-то такая нагрузка не кажется сложной, а кто-то никак не может с ней справиться. Однако не стоит отчаиваться - оказывается **внимательность можно развить**, нужно только помочь ребенку стать внимательным.

Помоги ребенку стать внимательным

Для начала нужно изучить это свойство человеческой психики. Внимание - это способность сосредоточиться на том или ином объекте, явлении. Внимание помогает нам выделить из общего потока информации именно ту, которая нужна в данный момент для принятия правильного решения.

Внимание имеет пять свойств: концентрация, объем, устойчивость, переключаемость и распределение. Прежде чем развивать внимание, нужно выяснить какое из его свойств развито больше, какое меньше. Только после этого приступать к упражнениям и развивающим играм.

Концентрация - способность удерживать внимание на определенном объекте, задаче. Дети с хорошей концентрацией очень наблюдательны и отличаются собранностью. Те, у кого это свойство не развито, обычно очень рассеяны.

Объем внимания - это способность человека с одинаковой четкостью воспринимать одновременно несколько объектов. При широкой объеме внимания детям легко

сравнивать, анализировать или обобщать. Про таких говорят, что у них хорошо развито логическое мышление.

Устойчивость внимания - это длительность, в течении которой человек удерживает внимание на каком-либо объекте. Дети с устойчивым вниманием усидчивы, они могут не отвлекаясь решать сложные задачи.

Переключаемость внимания - это целенаправленное переключение внимания с одного предмета на другой. О развитии этого свойства внимания можно судить по тому, насколько легко ребенок может переключиться с одного задания на другое.

Распределение внимания - это способность удерживать в центре внимания несколько объектов и совершать действия с ними. Легко ли дается вашему ребенку выполнять несколько дел одновременно, например писать и слушать?

Помоги ребенку стать внимательным: игровые упражнения

Наблюдайте за своим ребенком, выясните насколько у него развиты те или иные свойства внимания. После этого приступайте к игровым упражнениям. Они могут быть такими:

1. Кто самый внимательный?

Необходимо прослушать сказку, рассказ или стихотворение и сосчитать сколько в нем букв например со звуком «л».

Под большой зеленой елью
Пять мышат лисичку ели.
Ели, ели, ели, ели,
И налево не глядели,
И направо не глядели.
Еле-еле, еле-еле

От лисы удрать успели!

2. Сколько чего?
Предложите детям осмотреться по сторонам и найти предметы или детали предметов, которые начинаются с определенных букв. Также можно искать предметы, схожие по другим признакам: квадратные, треугольные или полукруглые предметы; деревянные, металлические или пластмассовые; красные, зеленые и так далее.

3. Повтори быстро
Играющие должны быстро повторять за ведущим слова, если ведущий говорит слово «повторите». Ведущий специально "путает" играющих, заменяя слово «повторите» (например, скажите, крикните). Диалог может быть таким:
Ведущий: Повторите «стол»
Игроки: «стол»
Ведущий: Повторите «телевизор»
Игроки: «телевизор»
Ведущий: скажите «кошка»

4. Построй в темноте
Для этой игры потребуются кубики и шарфы, чтобы завязывать игрокам глаза. На столе раскладываются кубики, из которых игроки (с завязанными глазами) стоят башни. У кого башня получится выше, тот и победил.

5. Скороговорки
Проведите соревнование на самое правильное и быстрое прочтение скороговорок.

6. Гоп
Участник этого соревнования считает до 30. Но во время счета он должен вместо слова «три» говорит «гоп». Вы можете менять условия задания - считать до 20 или до 50, заменять на «гоп» другие числа, вместо «гоп» можно подпрыгивать, и так далее.

7. Полслова
Участники игры становятся в круг и кидают друг другу мяч. Перед тем, как кинуть мяч участник должен сказать первую половину любого слова, тот участник, который поймал

мяч называет вторую половину. Например: днев-ник, ули-ца, телеви-зор и так далее.

8. Наоборот
Игроки становятся в шеренгу, ведущий перед ними. Они договариваются о том, какие именно действия им нужно выполнять: ведущий кланяется - игроки отворачиваются, ведущий машет рукой - игроки тоже машут руками, ведущий грозит пальцем - игроки топают ногой и так далее. Выигрывает тот, кто ни разу не ошибся.

Помимо игровых упражнений развить внимание помогут такие игры, как шашки или шахматы. Учитесь сами и учите своих детей играть в эти умные игры. Читайте книги, развивайте в детях наблюдательность, поощряйте активные игры, которые помогают развить не только внимание, но и ловкость и выносливость.

Будьте внимательны :)

//

Copyright © by Бирмама
Копирование материалов запрещено