

## «Внимание и усидчивость ребенка»

Тенденция в последнее время слышать от родителей «И пяти минут не может посидеть...», или «Не может сказать, что делали на занятии...». Ребёнок не рождается внимательным и усидчивым, эти качества необходимо в нём развивать с самого раннего детства. Ребёнку 3-6 лет нелегко быть внимательным и усидчивым, что обусловлено возрастными особенностями. Усидчивость и внимание – взаимосвязаны. Если ребёнок внимательный, то он может заниматься одним делом сколько потребуется. Если ребёнок усидчивый, то его внимание всегда будет собрано и не станет рассеиваться на посторонние вещи.

**Внимание** является психологической характеристикой, когда человек может выбирать нужную для себя информацию, при этом отсеивая всё лишнее. То есть с помощью внимания происходит своего рода фильтрация информации. Относительно детей дошкольного возраста можно сказать, что они могут сосредотачивать внимание только на интересных для них вещах, играх, предметах. Если ребёнку интересно, то он дослушает сказку до конца, будет долго играть в одну и ту же игру, но если на горизонте появится что-то более интересное, то его внимание сразу же переключается. 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.

➤ *Непроизвольное внимание* появляется с самого рождения ребёнка, когда он реагирует на какой-то внешний раздражитель: голос мамы, свет, резкий звук и так далее.

➤ *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. Произвольное внимание играет большую роль в обучении, которое будет успешным, если школьник сможет усилием воли концентрироваться на рассказе педагога и определённой деятельности. Такой вид внимания обязательно необходимо тренировать и развивать.

➤ *Постпроизвольное* - предполагает не усилие воли, а интерес. Это не утомляет детей во время занятий, они хорошо воспринимают и усваивают материал. Дошкольник может долгое время слушать сказку, если она для него очень интересна, ребёнок замирает, он ловит каждое слово – это и есть постпроизвольное внимание.

**Усидчивость** - положительное нравственно-волевое качество личности, выражающееся как способность проявлять терпение и выполнять тонкую и долгую работу, сидя на одном месте, с полным погружением в решение поставленной задачи. Если регулярно, развивать в ребёнке усидчивость, то одновременно с нею развивается внимание, память, и интеллектуальные способности. Ребёнок начинает лучше запоминать, учиться анализировать, выделять главное. Развивать в ребёнке усидчивость не так уж и сложно, главное - делать это постоянно, учитывая при этом, что для дошкольника ведущим видом деятельности является игра.

### Рекомендации по развитию усидчивости.

- ✚ Совместная деятельность объединяет семью и пробуждает в ребёнке интерес. Играйте вместе с ребёнком, покажите ему, как нужно выполнять то или иное задание.
- ✚ Занимаясь с ребёнком, исключите приказной тон. Если вы что-то хотите от ребёнка, то пусть это будет не приказ, а просьба.
- ✚ Продуктивная деятельность является отличным способом развить в ребёнке усидчивость (лепка, рисование, аппликация), так как они требуют концентрации внимания.
- ✚ Не давайте ребенку много игрушек, пусть их будет 2-3, но покажите ему, как играть с ними.
- ✚ Учите ребенка до конца доделать задание, а не бросать его, а после - убрать все на свои места.
- ✚ Поощряйте игры, требующие усидчивости и внимания.
- ✚ Помогут развить усидчивость головоломки, задачи, содержащие скрытый смысл, сюжетно-ролевые игры, вышивание, аппликация.
- ✚ Старайтесь «заразить» ребенка каким-нибудь увлечением: играйте в игры соревновательного характера, разговаривайте, вместе готовьте еду.
- ✚ Если ребенок сам заинтересовался каким-нибудь «сидячим» занятием, старайтесь не отвлекать его.

### Для развития усидчивости необходимо развивать внимание

- ✚ перечислять и описывать предметы, ряд которых предъявляется для восприятия на 10-20 секунд
- ✚ корректурные задания
- ✚ «лабиринты»
- ✚ учить строить по образцу
- ✚ учить строить по графическому рисунку (графический диктант)
- ✚ учить зарисовать постройку
- ✚ задания типа «Найди отличия», «Что перепутал художник», «Что изменилось».
- ✚ подвижные игры на переключение внимания:

«Говори!»

«Я буду задавать вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори!» Давайте потренируемся: «Какое сейчас время года?» (Делаем паузу) «Говори!»; «Какого цвета у нас в группе потолок?»... «Говори!»; «Какой сегодня день недели?»... «Говори!»; «Сколько будет два плюс три?» и т. д.»

Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

«Кричалки—шепталки—молчалки»

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это — сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь — «кричалку» можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь — «шепталка» — можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» — синяя ладонь — дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчанками».