

Как помочь ребенку стать внимательнее?

учитель начальных классов МБОУ СОШ № 2 им.А.С. Пушкина
г.Моздока РСО-Алания
Давыдова Инна Эдуардовна

Успехи детей в учебе и других видах деятельности во многом зависят от их способности быть внимательными.

Когда ребенок становится учеником, к нему предъявляются разного уровня новые требования, у него появляются новые обязанности. Кто-то с ними справляется легко и просто, а для кого-то это сложный и порой трудный процесс. Школа, в свою очередь, стремится не только дать определенный багаж знаний своим ученикам, но и ставит более значимую цель — научить детей учиться. Это сделать не так просто, так как в первую очередь эта цель требует развития у детей всех необходимых для учения познавательных процессов. Это мышление, память, воображение, внимание. Многочисленные наблюдения педагогов и исследования психологов убедительно показали, что ребенок, не научившийся учиться, не овладевший приемами мыслительной деятельности в начальных классах школы, в средних обычно переходит в разряд неуспевающих. Очень часто оказывается, что успехи наших детей в учебе и других видах деятельности во многом зависят от сформированности у них способности быть внимательными. Как часто мы говорим своему ребенку-школьнику: «Ты невнимательный!», когда ребенок допускает нелепые ошибки, не может их найти. Нередко из-за недостатка внимания ребенку трудно учиться в школе. Маленький ученик словно не слышит и не видит того, что он должен усвоить и запомнить. В старших классах ему становится труднее, т.к. поступающая и требующая запоминания информация обильна и разнообразна.

Внимание — это не раз и навсегда данное качество. Внимание можно и нужно развивать! Конечно, в школе предусмотрены практически на всех уроках задания на внимание. Но надо заметить, что как бы ни старались учителя использовать эти задания в своей педагогической деятельности, они могут только поддерживать тот уровень развития внимания, который имеется у учеников на данном этапе. На это существуют определенные причины: во-первых, объем учебного материала достаточно велик; во-вторых, должна быть определенная система заданий и работа, как правило, должна быть индивидуальной, что в классе осуществить трудно.

Тем не менее, ученику необходимо помочь научиться управлять своим вниманием. Самому младшему школьнику это сделать еще трудно. И главным помощником ребенку могут стать его родители. Работать есть над чем. Это показали результаты анкетирования, проведенного среди учащихся 2-ых классов.

На вопрос «Часто ли ты отвлекаешься во время выполнения домашнего задания?» только 31 % учащихся ответили, что они не отвлекаются. Причинами того, что может отвлечь, называли разное. Чаще всего отвлекают сами родители (так считают ваши дети!). Не меньше отвлекают другие родственники, среди

которых чаще назывались младшие братья и сестры. Могут отвлечь и домашние животные, реже были названы такие причины как телефон, телевизор (громкий звук).

Был и еще один вопрос: «*Считаете ли вы себя внимательными?*» Из всех учащиеся ответили «нет» — 53 %, «да» — только 19 %.

Так же были и другие интересные сведения, которые доказывают, что развитию внимания родители не придают большого значения.

Например, по ответам детей, дома помогают делать уроки 79% родителей, из них помогают и подсказывают 27 %, проверяют работы, иногда объясняют непонятное — 31%, за двойки ругают 41%, расстраиваются и выясняют причину двойки — 8%, не занимаются дополнительно и не играют со своими детьми — 66%. Чтобы помочь ребенку, мы должны знать, что надо делать и как.

Что же такое внимание? Внимание — это способность человека сосредоточиться на определенных объектах и явлениях. Из окружающего мира на нас одновременно воздействует большое количество источников информации. Усвоить всю поступающую информацию невозможно, да и не нужно. *Но выделить из нее полезную, значимую в данный момент, важную для принятия правильных решений совершенно необходимо. Эту функцию психической деятельности и выполняет внимание.* Когда учитель говорит об отсутствии внимания вообще — это очень обобщенно. **Внимание имеет такие основные свойства как концентрация, объем, устойчивость, распределение и переключение.** И у ребенка может быть развито хорошо одно из названных свойств внимания и совершенно отсутствовать другое, которое как раз и требует коррекции. Поэтому прежде, чем приступать к занятиям по развитию внимания, надо знать, какие именно свойства слабо развиты у вашего ребенка, ибо каждое свойство очень значимо для успешной учебной деятельности.

Концентрация внимания — умение сосредоточиться на нужном объекте, его частях, способность вникнуть в задачу. Ребенок с хорошей концентрацией внимания отличается хорошей наблюдательностью, организованностью. И наоборот, тот, у кого не развито это свойство, бывает рассеянным и несобранным.

Объем внимания — это количество одновременно воспринимаемых и удерживаемых в сознании объектов. Для детей 7 лет число таких объектов колеблется от 3 до 5. При хорошем объеме внимания ребенку легче совершать операции сравнения, анализа, обобщения, классификации. Умение выполнять эти операции говорит о развитии логического мышления.

Устойчивость внимания — это возможность длительного сосредоточения на одном и том же объекте. Ребенок с устойчивым вниманием может долго работать, не отвлекаясь, ему нравится длительная напряженная работа (интерес к заданиям повышенной трудности).

Распределение внимания — это одновременное внимание к двум или нескольким объектам при одновременном выполнении действий с ними. Об особенностях распределения внимания судят по тому, легко или с трудом ребенку удастся делать несколько дел одновременно: заниматься работой и наблюдать за окружающим (легко ли воспринимаются дополнительные разъяснения и беглые замечания учителя).

Переключение внимания — это перемещение внимания с одного объекта на другой или с одной деятельности на другую в связи с постановкой новой задачи.

Об индивидуальных особенностях переключения внимания можно судить по тому, насколько быстро ребенок переходит от одного занятия к другому, легко ли начинает новое дело, может ли быстро закончить какое-либо занятие или постоянно возвращается к нему в своих мыслях и действиях (продолжают решать, когда все закончили; все считают устно, а некоторые пытаются в это время записывать то, что до этого сделать не успели). Когда вы изучите внимание своего ребенка и выявите, какое свойство наименее развито — можно приступать к занятиям.

К числу эффективных средств развития внимания относятся игры и игровые упражнения, которые можно включать в любую, даже очень серьезную деятельность.

Примеры игр и упражнений для тренировки внимания:

1. «Кто внимательный?» Читают текст. Дети должны понимать смысл и считать количество слов со звуком [М], например.
2. «Сколько чего?» Детям нужно осмотреть комнату и назвать как можно больше имеющихся в ней предметов, отбирая по любым признакам: цвет, форма, материал, из которого сделаны предметы, чтобы была определенная буква в их названии.
3. «Повтори быстро». Ребенок может повторять за вами слова только тогда, когда вы говорите слово «повторите» (диалог идет быстрый). Можно использовать слова: скажите, произнесите и т.д.
4. «Построй в темноте». На столе кубики и спичечные коробки или иные предметы (части от конструктора, кубики разного размера). Ребенок с завязанными глазами должен быстро построить одной рукой столбик с основанием в один кубик (возможен соревновательный момент).
5. «Не собьюсь». Счет до 30. Определенные числа (содержащие цифру 3, делящиеся на 3) называть нельзя. Вместо них — любое движение или слово (подпрыгнуть, сказать «не собьюсь»).
6. Бросать мяч, называя существительные. Ребенок, принимая мяч, называет подходящий по смыслу глагол и говорит свое существительное и т.д.
7. Игры в шашки и шахматы. Эти игры не зря называют школой внимания. Надо просчитать ходы наперед, сделать выводы.
8. Игра в перепутанные действия. Если я подниму руки вверх, дети — в стороны, если я присяду — дети подпрыгивают и т.д. Нельзя забывать, что

задания на развитие внимания часто встречаются в различных детских журналах и др. изданиях. Это хорошо вам знакомые лабиринты, рисунки с перепутанными линиями, нахождение отличий на картинках, вычеркивание в тексте определенных букв (через три), решение различных головоломок и др. Так вырабатывается сосредоточенность.

9. Учитель или родитель предлагает решить устно несколько арифметических примеров. Например, даны 2 числа — 84 и 26. Первую цифру второго числа нужно умножить на вторую цифру первого, к полученному произведению надо прибавить вторую цифру второго числа и из этой суммы вычесть первую цифру первого числа ($2 \times 4 + 6 - 8 = 6$) (устойчивость внимания).
10. Предлагается удержать восприятие рисунка (усеченная пирамида, приближающаяся к нам — уходящая внутрь; профиль — ваза), только в одном положении определенное время. При изменении ставить черточку на бумаге (объем внимания).
11. Посмотреть на предметы в течение 1 секунды и потом назвать: сколько и какие предметы изображены? какие цифры изображены? в какую фигуру вписана та или иная цифра? (распределение внимания).
12. Одновременно решать несложные математические примеры и слушать пословицы. Затем назвать ответы и повторить, что за пословицы были названы.
 - Писать числа от 1 до 20, а называть их при этом в обратном порядке.
 - По таблице с буквами и цифрами — сначала назвать цифры по порядку, потом — буквы по алфавиту, потом чередуя букву — цифру (переключение).
13. На листочке числа от 1 до 20 вразброс, надо указать и назвать их по порядку как можно быстрее

Помогайте вашим детям стать внимательными. Приобретайте и читайте книги, в которых можно найти упражнения и игры, способствующие развитию внимания.

Играйте вместе с детьми. Это дает возможность лучше понять ребенка, лучше его узнать, найти правильный подход, расположить его к себе.

Не забывайте о спортивных играх, благодаря которым можно развивать не только силу и ловкость, но и внимание.

Учите детей быть наблюдательными — умеющими замечать изменения, происходящие в окружающем мире (что-то переставили дома, сломалась ветка дерева, сорвали цветок, который вчера еще был и т.д.) Все это будет способствовать обогащению и развитию личности.