

Развитие внимания у детей дошкольного возраста

Внимание имеет огромное значение в жизни человека. Именно оно делает наши психические процессы полноценными. Известно, что смотреть и видеть, слушать и слышать – далеко не одно и то же. Только внимание дает нам возможность видеть, слышать, в полном смысле слова воспринимать окружающее. Как необходимое условие в окружающей действительности, внимание имеет большое значение для любой деятельности, особенно для обучения.

Среди познавательных процессов внимание занимает особенное место, поскольку оно не имеет собственного содержания, а обслуживает другие психические процессы. Внимание во многом определяет успешность их функционирования.

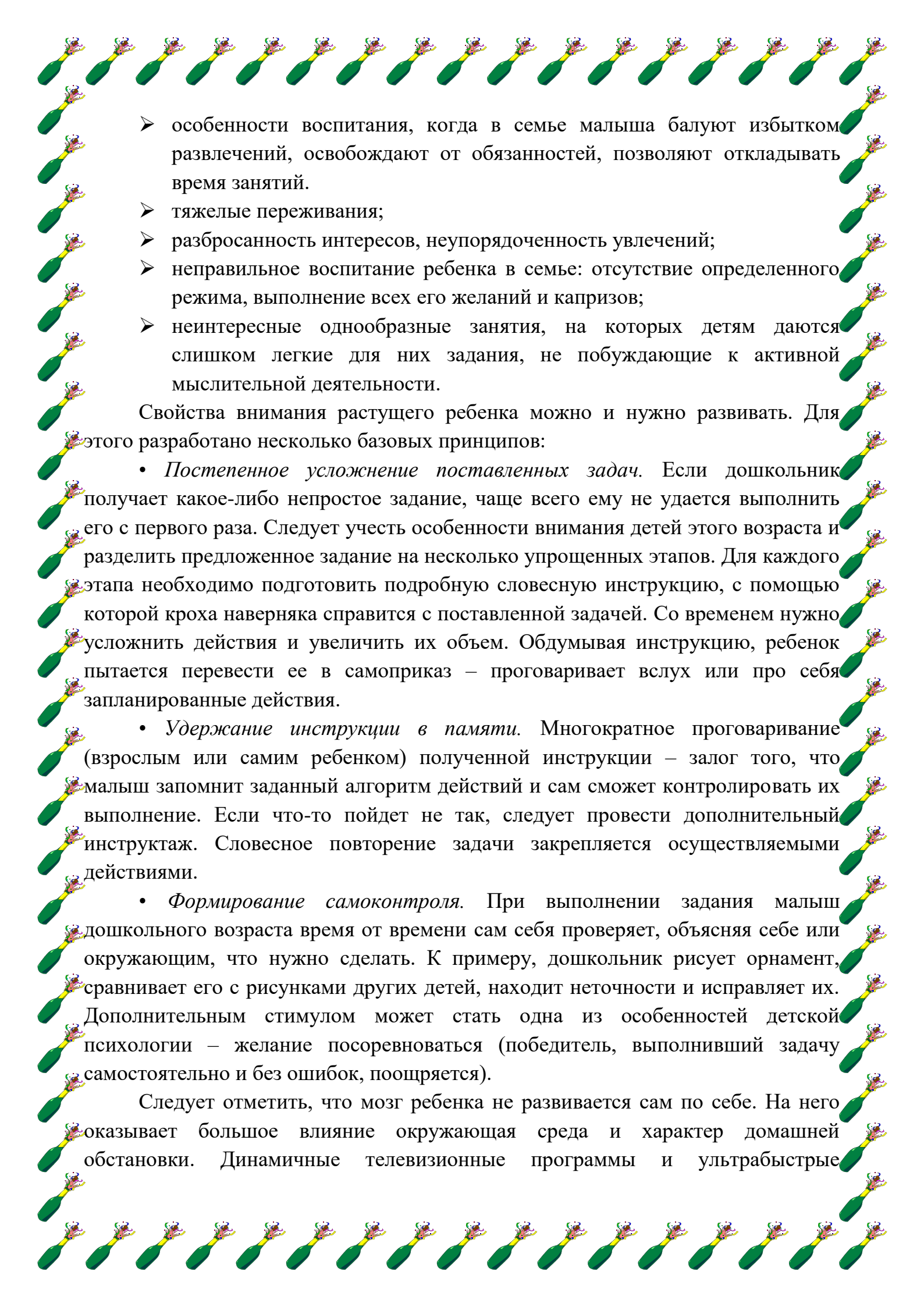
Внимание у дошкольников, как правило, развито очень слабо. Ребенка может заинтересовать любой предмет и его внимание легко перескакивает с одного объекта на другой. В результате он может не слышать, что говорит взрослый и не заметить происходящего вокруг него.

От того, насколько хорошо внимание развито, во многом зависит успех ребенка в школе, поэтому очень важно приступить к работе в дошкольном возрасте, создавать условия для того, чтобы произвольное внимание переросло в произвольное, волевое умение сосредотачиваться.

Произвольное внимание развивается постепенно, по мере развития отдельных его свойств, таких, как объем, концентрация, распределение, переключение и устойчивость.

Нарушения свойств внимания малыша могут быть вызваны следующими причинами:

- наличие в носоглотке малыша аденоидов, которые мешают носовому дыханию и как следствие появляется дефицит кислорода в мозге;
- заболевания дыхательных путей, затрудняющие поступление воздуха в легкие и поэтому обедняющие питание клеток мозга кислородом;
- общее расстройство нервной системы (неврастения);
- физическое и умственное утомление и переутомление;
- перегрузки, к которым приводит несоблюдение режима, «перенасыщенные» секциями, занятиями выходные дни;
- малокровие;
- перегрузка мозга большим количеством впечатлений;

- 
- особенности воспитания, когда в семье малыша балуют избытком развлечений, освобождают от обязанностей, позволяют откладывать время занятий.
 - тяжелые переживания;
 - разбросанность интересов, неупорядоченность увлечений;
 - неправильное воспитание ребенка в семье: отсутствие определенного режима, выполнение всех его желаний и капризов;
 - неинтересные однообразные занятия, на которых детям даются слишком легкие для них задания, не побуждающие к активной мыслительной деятельности.

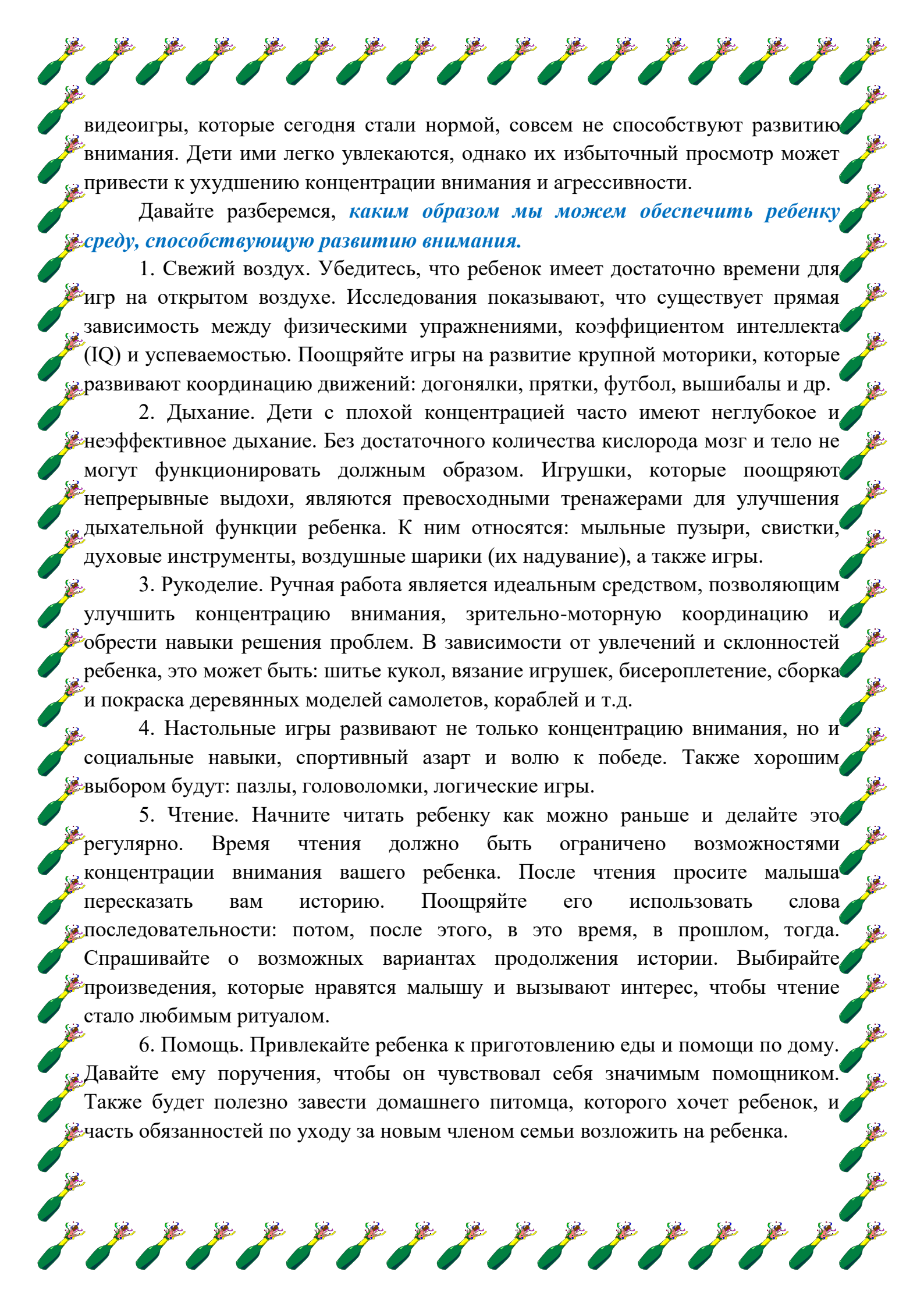
Свойства внимания растущего ребенка можно и нужно развивать. Для этого разработано несколько базовых принципов:

- *Постепенное усложнение поставленных задач.* Если дошкольник получает какое-либо непростое задание, чаще всего ему не удастся выполнить его с первого раза. Следует учесть особенности внимания детей этого возраста и разделить предложенное задание на несколько упрощенных этапов. Для каждого этапа необходимо подготовить подробную словесную инструкцию, с помощью которой кроха наверняка справится с поставленной задачей. Со временем нужно усложнить действия и увеличить их объем. Обдумывая инструкцию, ребенок пытается перевести ее в самоприказ – проговаривает вслух или про себя запланированные действия.

- *Удержание инструкции в памяти.* Многократное проговаривание (взрослым или самим ребенком) полученной инструкции – залог того, что малыш запомнит заданный алгоритм действий и сам сможет контролировать их выполнение. Если что-то пойдет не так, следует провести дополнительный инструктаж. Словесное повторение задачи закрепляется осуществляемыми действиями.

- *Формирование самоконтроля.* При выполнении задания малыш дошкольного возраста время от времени сам себя проверяет, объясняя себе или окружающим, что нужно сделать. К примеру, дошкольник рисует орнамент, сравнивает его с рисунками других детей, находит неточности и исправляет их. Дополнительным стимулом может стать одна из особенностей детской психологии – желание посоревноваться (победитель, выполнивший задачу самостоятельно и без ошибок, поощряется).

Следует отметить, что мозг ребенка не развивается сам по себе. На него оказывает большое влияние окружающая среда и характер домашней обстановки. Динамичные телевизионные программы и ультрабыстрые



видеоигры, которые сегодня стали нормой, совсем не способствуют развитию внимания. Дети ими легко увлекаются, однако их избыточный просмотр может привести к ухудшению концентрации внимания и агрессивности.

Давайте разберемся, *каким образом мы можем обеспечить ребенку среду, способствующую развитию внимания.*

1. Свежий воздух. Убедитесь, что ребенок имеет достаточно времени для игр на открытом воздухе. Исследования показывают, что существует прямая зависимость между физическими упражнениями, коэффициентом интеллекта (IQ) и успеваемостью. Поощряйте игры на развитие крупной моторики, которые развивают координацию движений: догонялки, прятки, футбол, вышибалы и др.

2. Дыхание. Дети с плохой концентрацией часто имеют неглубокое и неэффективное дыхание. Без достаточного количества кислорода мозг и тело не могут функционировать должным образом. Игрушки, которые поощряют непрерывные выдохи, являются превосходными тренажерами для улучшения дыхательной функции ребенка. К ним относятся: мыльные пузыри, свистки, духовые инструменты, воздушные шары (их надувание), а также игры.

3. Рукоделие. Ручная работа является идеальным средством, позволяющим улучшить концентрацию внимания, зрительно-моторную координацию и обрести навыки решения проблем. В зависимости от увлечений и склонностей ребенка, это может быть: шитье кукол, вязание игрушек, бисероплетение, сборка и покраска деревянных моделей самолетов, кораблей и т.д.

4. Настольные игры развивают не только концентрацию внимания, но и социальные навыки, спортивный азарт и волю к победе. Также хорошим выбором будут: пазлы, головоломки, логические игры.

5. Чтение. Начните читать ребенку как можно раньше и делайте это регулярно. Время чтения должно быть ограничено возможностями концентрации внимания вашего ребенка. После чтения просите малыша пересказать вам историю. Поощряйте его использовать слова последовательности: потом, после этого, в это время, в прошлом, тогда. Спрашивайте о возможных вариантах продолжения истории. Выбирайте произведения, которые нравятся малышу и вызывают интерес, чтобы чтение стало любимым ритуалом.

6. Помощь. Привлекайте ребенка к приготовлению еды и помощи по дому. Давайте ему поручения, чтобы он чувствовал себя значимым помощником. Также будет полезно завести домашнего питомца, которого хочет ребенок, и часть обязанностей по уходу за новым членом семьи возложить на ребенка.

7. Поддержка. Если у ребенка что-то не получается, не спешите выполнить это вместо него. Будьте рядом, подбадривайте, сохраняйте его веру в свои способности. Так вы научите ребенка терпеть разочарование и пробовать снова и снова, пока навык не будет освоен.

