

Консультация дефектолога.

Развитие внимания у дошкольников.

Внимание представляет собой один из процессов когнитивной, то есть познавательной, сферы человека – наравне с памятью, мышлением, восприятием и воображением. Без сосредоточенности невозможно получить новую информацию в необходимом объеме, запомнить ее, поэтому данный процесс можно с полной уверенностью назвать первой ступенью познания. Далее при помощи памяти человек накапливает приобретенную информацию. Только имея необходимый уровень внимания, ребенок в дальнейшем сможет научиться таким когнитивным процессам, как чтение, письмо, обучение.



ВИДЫ

Можно выделить несколько видов внимания, которые имеют свою специфику у детей дошкольного возраста. Прежде всего, пассивное (непроизвольное, или непреднамеренное) внимание, то есть сосредоточенность на чем-то интересном, необычном без волевых усилий малыша. В дошкольном возрасте именно данный тип является основным: сначала дети обращают внимание на что-то заметное, потом начинают интересоваться и тем, что раньше не знали, новым для себя. Следующий этап развития – формирование произвольного внимания, причем важно понимать, что само по себе из

непроизвольного оно не возникнет, для этого необходимо тренировать ребенка. Активная разновидность напрямую связана с волевыми усилиями, поэтому если ребенок болен или раздражен, его способность концентрироваться снижается. Произвольное внимание начинает формироваться в 4-5 лет, хотя первый тип все равно остается ведущим в течение всего дошкольного детства.

НОРМЫ КОНЦЕНТРАЦИИ

Под концентрацией внимания понимается временной отрезок, в течение которого человек способен удерживать сосредоточенность на каком-то одном действии. У детей она может иметь различную продолжительность в зависимости от возраста, однако даже количество прожитых лет не является основополагающим фактором. Норма зависит от индивидуальных особенностей малыша. В таблице представлены конкретные показатели.

Возраст, лет	Норма, минут
2	4-10
3	5-15
4	8-20
5	10-25
6	11-30
7	15-35

Показатели могут быть как увеличены, так и уменьшены, ведь внимание, как и тело, и мозг, можно тренировать специальными упражнениями.

СТАДИИ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ

Рассеянное (от 0 до 1 года). Дети способны отвлечься на любой шум или новую игрушку.

Фиксированное (1-2 года). Малыш, занятый своим делом, настолько им поглощен, что не замечает ничего вокруг.

Гибкое одноканальное (2-3 года). Может прекратить свое занятие, услышав обращение к себе, но очень быстро к нему вернется.

Сложившееся одноканальное (3-4 года). Дети могут переключаться с одного процесса на другой, прерывать свои занятия, затем вновь к ним возвращаться.

Двухканальное непродолжительное (4-5 лет). Ребенок получает способность делать два дела одновременно – к примеру, играть и слушать, что ему говорит мама. При необходимости выполнить сложное действие способен сконцентрироваться именно на нем.

Сложившееся двухканальное (5-6 лет). Может одновременно делать два дела, именно поэтому тренировки внимания следует начинать с этого возраста.



Упражнения для развития внимания:

СЛУХОВОЕ ВНИМАНИЕ

«Съедобное – несъедобное» – простая, но эффективная игра, в которую можно поиграть как с одним малышом, так и с несколькими. Мама бросает мячик, произнося название блюда, продукта или несъедобного предмета, например одежды. Ребенок внимательно слушает. Если он слышит название

еды, то мячик ловит, если же звучит нечто, не имеющее отношения к кулинарии, то нужно отбить мяч.

Вариаций множество, поэтому когда ребенку надоели продукты и он заскучал, можно предложить немного другие игры.

«Летает – не летает». Мама называет животных и птиц, ребенок, когда слышит название птицы, поднимает руки, зверя – приседает. Со временем задание усложняется – взрослый называет животного и поднимает руки, ребенок же должен проявить внимание и присесть.

«Лови – не лови». Потребуется два небольших мячика – светлый и темный. Светлый ребенок должен ловить всегда, а темный – только тогда, когда мама кидает его молча. Если же при этом звучит команда «Лови», то ловить нельзя.

«Повтори ритм». Мама задает какой-либо несложный ритм, отбивая его ладонями, малыш должен повторить.

«Хлопки». Тоже интересное задание, уровень сложности которого можно варьировать в зависимости от подготовки ребенка. Мама дает установку: когда она хлопает 1 раз, ребенок встает на носочки, когда два раза – на пятки, когда три – приседает. Постепенно увеличивается скорость хлопков.



ЗРИТЕЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ

Существует большое количество упражнений, которые помогут улучшить зрительную сосредоточенность, причем играть можно в любом удобном месте – дома, на прогулке, по дороге к бабушке. Они просты, не требуют какой-либо подготовки, при этом результативны.

Поиск предмета. Мама описывает какой-то предмет, который есть в комнате (на улице), ребенок должен найти его глазами и назвать.

«Посмотри на меня». Ребенок несколько секунд рассматривает маму, ее наряд, прическу, аксессуары. Потом поворачивается к ней спиной и отвечает на вопросы вроде «какого цвета моя сумка», «есть ли на мне сиреневый пиджак», «есть ли у меня брошь»? Главное – так формулировать вопросы, чтобы ребенок имел шанс ответить на них. Можно и усложнить работу: ребенок смотрит на маму, старается запоминать детали ее костюма, после чего она что-то меняет в своем облике, например, снимает шарф. Малыш должен вспомнить предыдущий образ и сообщить, какие перемены с ним произошли. Игра проводится по принципу нарастающей сложности: сначала перемена явная, потом, когда необходимой концентрации внимания достигать станет проще, детали выбираются менее значительными. Например, мама может снять кольцо с одного пальца и надеть на другой или внести два изменения в свой образ (конечно, об этом ребенка нужно предупредить).

Еще одно хорошее упражнение – «Зачеркни букву». Мама дает малышу текст, а также задание – найти в нем все буквы, например, Л и зачеркнуть их. Когда это будет получаться хорошо, можно усложнить: найти А и Л, Л зачеркнуть одной чертой, А – перечеркнуть двумя.

«Сделай как было». Перед ребенком выкладываются фигурки в определенной последовательности. Это могут быть пуговицы разных цветов и окраса, игрушечная посуда, карточки с изображениями. Ребенок пытается запомнить последовательность, после отворачивается, а мама меняет местами

какие-то два предмета. Повернувшись, малыш должен сказать, где произошли перемены.



Мы желаем Вам успехов и удачи в воспитании Ваших детей!

Подготовила:
Дефектолог
Мещерякова Т.А.