**Как помочь ребенку стать внимательным**

Вопрос из жизни. Ваш ребенок приходит из школы, делает уроки, приносит вам на проверку. И тут вы обнаруживаете, что:

1. В решенной задаче чего-то не хватает – двух действий, трех чисел и одного ответа. Заглядываете в черновик, видите образцово-верное решение, вроде все на месте;
2. Оценки в тетради имеют определенную геометрическую закономерность: после тройки идет пятерка, после пятерки тройка (как вариант: после двойки пятерка и так далее).

Ситуация знакома? Сегодня наше собрание-практикум посвящено развитию внимания младших школьников.

До проведения собрания я попросила вас заполнить анкету , чтобы узнать, насколько актуальна, затронутая тема?

1. Часто ли ваш ребёнок отвлекается во время выполнения заданий?

|  |  |
| --- | --- |
| - Да. | 14 чел. |
| - Трудно ответить. | 2 чел. |
| - Нет. | 9 чел. |

2. Можно ли назвать вашего ребёнка сосредоточенным, усидчивым?

|  |  |
| --- | --- |
| - Да. | 9 чел. |
| - Трудно ответить. | 8 чел. |
| - Нет. | 8 чел. |

3. Хотелось бы вам, чтобы ваш ребёнок был внимательным?

|  |  |
| --- | --- |
| - Да. | 25 чел. |
| - Трудно ответить. | чел. |
| - Нет. | чел. |

4.Что Вы делаете для того, чтобы у вашего ребёнка развивалось внимание?

|  |  |
| --- | --- |
| - Занимаемся. | 23 чел. |
| - Затрудняемся ответить. | 2 чел. |
| - Не знаем. | чел. |
|  |  |

Сегодня на собрании мы познакомимся с играми и упражнениями, которые направлены на развитие внимания.

Что такое внимание?

**Внимание** — направленность и сосредоточенность сознания на каком-нибудь предмете, явлении или деятельности.

Внимание может быть

**- непроизвольным**, т.е. не имеющим цели и волевого усилия,

**-произвольным** – т.е. наличие цели и активное её поддержание,

- **послепроизвольным**, т.е. – наличие цели, но без волевого усилия.

**Если внимание хорошо развивается, то соответственно развиваются и его такие важные свойства, как концентрация, устойчивость, распределение, переключение, увеличение объёма усвоенной информации, а также возникает привычка быть внимательным, даже если при этом складываются неблагоприятные условия.**

***Объём внимания*.** Это количество объектов, которые одновременно могут находиться в зоне внимания человека. У младших школьников объём внимания не превышает 3-4 объектов, а у некоторых детей и того меньше. Маленький объём внимания не даёт ребёнку возможности концентрироваться на нескольких предметах, удерживать их в уме.

***Устойчивость внимания*** *–* это способность сохранять концентрацию сознания на определённом объекте. У младших школьников устойчивость внимания активно возрастает к 9-10 годам. В начале учебного процесса она держится во временном диапазоне от 7 до 12 мин.

***Распределяемость внимания*** – это концентрация сознания на двух разных объектах в одно и то же время. Это свойство необходимо младшим школьникам, например, при выполнении комментированного письма (ребёнок должен одновременно говорить, что именно он записывает, и осуществлять процесс письма), при проверке собственных работ (нужно читать написанный текст и одновременно искать орфограммы, проверять их и сверять с написанным), при проведении математических диктантов. Как видим, очень полезное и необходимое для учёбы свойство.

***Концентрация внимания***– сосредоточенность на объекте внимания, процесс погружения. Иногда человек настолько углубляется в выполнении того или иного дела, увлечён чтением книги, просмотром фильма, что ничего не видит и не слышит вокруг. Наверное,  все мы мечтаем о том, чтобы ученики так увлечённо решали задачи или писали упражнения. Если же ученик не умеет сосредотачивать своё внимание, то его сознание как бы скользит по предметам, не задерживаясь подолгу на каком-либо из них. В результате впечатление от предмета остаётся расплывчатым, нечётким. Причин, снижающие концентрацию внимания несколько. Как это не удивительно, одна из причин – наличие у ребёнка аденоидов. Этот воспалительный процесс не позволяет мозгу получать достаточное количество кислорода и, как следствие, формирует рассеянное внимание. Самой большой проблемой современных детей является просмотр телевизора, а теперь добавился ещё и компьютер. Дело в том, что мелькание кадров требует поверхностного взгляда, концентрированный взгляд при длительном смотрении вызывает головную боль. Если дети много смотрят телевизор, они легко вырабатывают поверхностный взгляд и переносят его на другие виды деятельности.

Для ребенка 7-8 лет характерна неустойчивость внимания и быстрая утомляемость. Он не способен заниматься одним делом больше 30-35 минут, часто отвлекается по пустякам. Чем монотоннее деятельность, тем она сложнее для первоклашки. Проще решить задачу под звездочкой, но интересную. Так же сложно переключаться с одного рода занятий на другой. Скажем, решать задачу и проговаривать ее решение вслух. К концу периода обучения в начальных классах должно выработаться произвольное внимание и привычка работать длительно и с полной отдачей, то есть устойчивость внимания. Предвижу чей-то облегченный вздох: ну вот, дите подрастет и за ум возьмется, пятерки таскать будет. Не надейтесь, что все «само» придет. Не придет, и халявы не будет! Никакой учитель не сделает вашу работу!

Используя упражнения, вы добьетесь видимых результатов уже через месяц систематических тренировок. Занимайтесь по полчаса в день, придерживаясь определенного графика, будьте требовательными, но терпеливыми.

1. Проводите занятие в игровой форме;
2. Хвалите ребенка, замечайте каждое его достижение;
3. Чередуйте задания, стимулируя тем самым интерес;
4. Ставьте конкретную задачу и добивайтесь ее выполнения.

**Концентрация внимания**

* **«Письмо аборигена».**Перед ребенком выкладывается карточка с набором букв русского алфавита. В этом наборе зашифрованы слова. Ребенок должен их найти.

АВРОГАЗЕТААТМНИВСЛШКТДОМРВМЧЕВНГМШЬ  
ШАОНСРВИКЕЫМОЧКИВЛГМЛГСТИМСНПАКЕТД  
АВМЛБЕРЁЗАВЛНГСТРЫИЧЕНСЩКНИГАМШВАЛ  
ВОНГАРСИЫПЧЬЛЩДАТКОШКААВЕСНАЕУКЫМЧСЯ  
ЗВНКПЕНАЛВАКСШНМТВЛДЧБЮВНЛЕСВНАОСТВ

Варианты:

- среди букв найти словарные слова и исправить ошибки:

СЧЬРИБИНАФХЗДИРЕВНЯУЫЙЭКВОРТИРАЬБОКОРТИНА

- среди букв найти и подчеркнуть слова, найти лишнее слово:

ЖЭСОБАКАПРИКОРОВАЛДКАБАНЭЪЦЙЛОШАДЬ

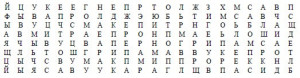
- отделить в сплошном тексте слова друг от друга и записать поговорку (можно добавить выполнение грамматического задания, связанного с темой урока – например, определить время глаголов, склонение имён существительных и т.д.)

ПОДЛЕЖАЧИЙКАМЕНЬВОДАНЕТЕЧЁТ   /Под лежачий камень вода не течёт./

* ***«Копировальщики»*:** школьникам предлагается без ошибок переписать следующие строчки:

- аммадда     береюре     аввамава        ессанессас         деталлата ;  
- етальтаррс     усокгата       енажлобы      клатимори       лиддозока ;  
- миноцапримапавотил        щонеркапридюракеда       куфтироладзлоекунм

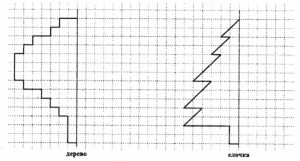
* **Вычеркнуть все буквы «В» и обвести в кружочек все буквы «Е»**



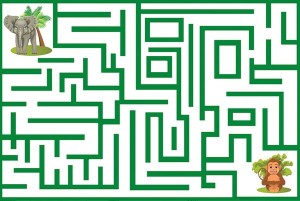
- Вариант: подчёркивать в каждой строчке ту букву, которая стоит первой :

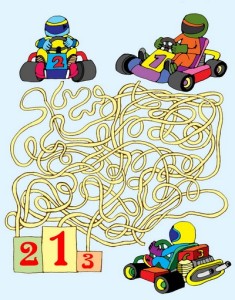
- Другой вариант : сначала одну букву подчёркиваем (С), а другую (О) – вычёркиваем, затем по команде «Внимание!» проводится черта и начинается вторая часть работы : С – теперь вычёркиваем, а О – подчёркиваем.

* **«Дорисуй рисунок»**. Это задание вырабатывает усидчивость



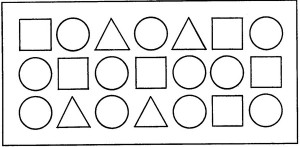
* **Хождение по лабиринтам** (проложить дорожку от одного пункта до другого).





* **Игра «Пианино»**. Количество человек от 3 и более (чем больше, тем интереснее). Детям такая игра очень нравится. Все садятся на стулья в один ряд. Руки кладут друг другу на колени. Нужно по очереди хлопать по коленке соседа, соблюдая заданный темп. Последний человек в ряду хлопает 2 раза и игра проходит в обратную сторону. Тот, кто собьется или пропустит хлопок, выбывает из игры.

### Распределение внимания

* **«Юлий Цезарь»**. Делать одной рукой одно действие, другой – другое одновременно и не сбиваясь:  
  a) нарисовать одной рукой круг, другой квадрат;  
  b) перекладывать одной рукой из тарелки в тарелку горох, а другой рукой перелистывать книгу и т.д.;
* **«Парный счет».** Считаем 1, 30, 2, 29, 3, 28 и так далее;
* **«Подсчет элементов»**.Ребенку предлагается карточка. Требуется посчитать в таком порядке: первый квадрат, первый кружок, первый треугольник, второй кружок, второй треугольник и т.д.

### Объем внимания

### ****Игра «Города».**** Взрослый называет название города, допустим, ПЕНЗА. Ребенок повторяет и добавляет еще город: ПЕНЗА-МИНСК. Взрослый ПЕНЗА-МИНСК-МОСКВА и так далее, пока кто-нибудь не собьется;

### Упражнение «Придумай слово».

### Учитель кидает мяч каждому из учащихся, предлагая назвать, как можно больше слов на предложенный им звук. Например:«М»–машина, мебель, мойка, матрёшка и т.д. (можно использовать не только существительные, но и прилагательные и глаголы).

Одна из причин резкого ухудшения внимания в младших классах – повальное увлечение компьютерными играми. Это приводит к рассеянности и переходу к клиповому сознанию. Мозг перестает запоминать, анализировать – он просто «тупо» принимает картинки, чтобы тут же их забыть. Попробуйте после двухчасовой игры на планшете попросить своего ребенка выучить стихотворение или правило – на это уйдет немало времени.

Как быть? Запретить играть, конечно, можно, но я скажу, есть вариант получше. Вы убьете сразу двух зайцев! Предложите своему сыну или дочке вместо очередной стрелялки  тренажер для развития мозга и коррекции внимания Викиум . Ребенок увлечется обязательно, игрушка очень интересная, к тому же развивающая.

Методики Викиум разработаны российскими учеными так, чтобы воздействовать на подсознательном уровне, активизируя работу мозга. И чем дольше ребенок будет играть, тем больше будет работать и развиваться его мозг. Результаты заметны уже через неделю.