**Подсказки для родителей по развитию внимания у детей**

Еще до начала обучения в школе у ребенка постепенно формируется произвольное внимание, которое предполагает тщательное выполнение всякого задания, как интересного, так и неинтересного. Оно отличается активным характером, требует от ребенка волевых усилий. Произвольное внимание развивается по мере становления всех его отдельных свойств: объема, концентрации, распределения, переключаемости, устойчивости. Уровень развития произвольного внимания по совокупности всех своих характеристик ,в том числе объем внимания, его устойчивость, наличие внутреннего плана действий во многом определяет успешность обучения ребенка в школе.

Способность к внутреннему плану действий дает возможность ребенку оперировать в уме образами, понятиями, схемами. В начальной школе на этой способности основано формирование навыка решения арифметических задач, написание творческих текстов, создание композиционно сложных рисунков и т. п.)

Так, объем внимания влияет на овладение навыком счета, концентрация внимания необходима для овладения чтением, а для обучения письму нужно развитое распределение внимания.

Устойчивость внимания дает возможность ребенку последовательно познавать предметы внешнего мира, не соскальзывая на посторонние связи, несущественные характеристики.

В основе сохранения внимания ребенка лежит возможность сопротивления отвлекающим факторам. Отвлекать малыша могут внешние раздражители и внутренние, такие как собственные эмоциональные состояния или посторонние ассоциации. Ребенку нужно выработать механизм "борьбы с помехами". Помощь родителей в этом случае может выражаться в виде речевых инструкций, направленных на завершение основной деятельности.

Идеальный вариант представляет собой задание, для выполнения которого требуются усилия, чуть превосходящие потенциал ребенка. Такая ситуация стимулирует дальнейшее развитие дошкольника. Слова родителей, тормозящие отвлечения детей на посторонние дела, не должны носить негативной эмоциональной окраски. Если торпедировать ребенка фразами: "Не отвлекайся!", "Не смотри по сторонам!", "Не трогай машинки!", вряд ли малыш с удовольствием будет завершать задание. Более удачным вариантом могут быть высказывания: "Давай закончим строчку", "Сейчас закрасим шапочку и поиграем", "Посмотри, тебе осталось написать две буквы!".

Задание для взрослых

Проверьте, как развита у ребенка способность к внутреннему плану действий. Сначала покажите, как при повороте квадрата по часовой стрелке на 90 градусов - для ребенка говорим: "при повороте один раз" - меняется рисунок внутри квадрата. Когда малыш разберется, что происходит, предложите ему аналогичные задания: как изменится рисунок при повороте квадрата два, три раза.

Способность к внутреннему плану действий можно потренировать с помощью букв. Задания могут быть такими:

- если поменять в слове "ПИЛА" букву "П" на букву "С", какое слово получится?

- если в слове "СПОРТ" отбросить первую букву, какое слово получится?

- если в слове "КОШКА" поменять букву "К" на букву "М", а букву "О" на букву "Ы", какое слово получится?

Поиграйте в игру "Три пункта", которая стимулирует развитие у ребёнка объема внимания. Вы предлагаете ребенку занять удобную для него позу и замереть в ней, то есть не двигаться. При этом малыш должен выслушать и запомнить три пункта задания. Затем вы говорите: "Раз, два, три - беги!" - и ребенок быстро выполняет все пункты задания, причем именно в той последовательности, в какой они звучали. Задания могут быть самые разные, например:

1. Самое простое задание:

- Пункт первый. Хлопни в ладоши три раза;

- Пункт второй. Назови какую-нибудь мебель;

- Пункт третий. Встань рядом с предметом, сделанным из дерева.

Когда ребенок освоится с правилами игры, можно предложить ему усложненный вариант.

2. Усложненное задание:

- Пункт первый. Подпрыгни столько раз, сколько тебе лет;

- Пункт второй. Напиши в тетради название водоплавающей птицы;

- Пункт третий. Встань рядом с предметом, который начинается на букву "С".

Задание можно усложнять, увеличивая количество пунктов до 4-5. В эту игру хорошо играть с двумя - пятью детьми. Пригласите в гости друзей вашего малыша. Ваши усилия не пройдут даром. Ребенок не только разовьет свое внимание, но и будет учиться общаться со сверстниками.

Распределение внимания заключается в параллельном выполнении нескольких видов деятельности. Осуществляется за счет способности быстро переключаться с одного вида деятельности на другой.

Способность к переключению внимания имеет очень важное значение в игровой и учебной деятельности ребенка. Неумение быстро переключать внимание может приводить детей к затруднениям тогда, когда нужно, например, от игры перейти к учебному заданию или чтению книги, последовательно выполнить определенные указания взрослого, при решении задачи осуществить разные умственные действия в заданной последовательности. В этих случаях обычно говорят, что такие дети рассеянны. Они сосредоточены или сильно увлечены одним действием и не могут быстро переключиться на другое. Это часто наблюдается у детей с инертным, флегматическим типом темперамента. Вместе с тем возможно повышение показателей переключения путем специальной тренировки.

Концентрация внимания определяет, насколько сильно, интенсивно ребенок может сосредоточиться на объекте, а также насколько он способен сопротивляться отвлекающим обстоятельствам, случайным помехам. Чаще всего сила сосредоточения у дошкольников невелика, ее важно развивать.

Например, на развитие концентрации внимания направлено такое упражнение. Попробуйте вместе с ребенком разучить какое-нибудь стихотворение при включенном радио или телевизоре. Первое четверостишие учите при очень слабом звуке. Запоминая второе четверостишие, немного увеличьте громкость. Последнее четверостишие разучивайте при достаточно громком звуке.

Распределение внимания предполагает его рассредоточение в одно и то же время на несколько объектов. Именно это свойство дает возможность совершать сразу несколько действий, сохраняя их в поле внимания. В дошкольном возрасте переключение и распределение внимания развиты слабо и требуют тренировки.

Для тренировки переключения и распределения внимания можно использовать такое упражнение.

Ребенку предлагается лист со строчками, состоящими из разных фигур, которые расположены вперемежку: круги, квадраты, прямоугольники, трапеции, овалы и т. п.

Дается задание: одну фигуру (например, круг) зачеркивать вертикальной чертой, а другую фигуру (например, треугольник) подчеркивать горизонтальной чертой, все остальные фигуры пропускать.

Причинами слабой переключаемости может стать легкое и быстро проявляющееся утомление детей. Оно наступает особенно быстро при выполнении трудной, неинтересной и однообразной работы, требующей длительного напряжения нервно-мышечной системы и особенно зрительного и слухового аппаратов. Перегрузка впечатлениями, сильными эмоциональными переживаниями, недостаточный отдых вызывают возникновение сильного и разлитого торможения деятельности мозга. Наступает сонливость, нервные клетки теряют восприимчивость и перестают отвечать на падающие на них раздражители. Чтобы избежать этого, важно следить за тем, чтобы ребенок соблюдал режим дня, особенно в выходные дни. Не стоит перегружать его в выходные занятиями в различных кружках, студиях, посещением гостей, театров, музеев, просмотром фильмов, компьютерными играми и т. п. Такое изобилие впечатлений не дает ребенку возможности сосредоточиться на деятельности, предлагаемой ему в рабочие дни.

Процесс овладения навыком письма существенно зависит от распределения внимания ребенка. Малышу необходимо параллельно выполнять несколько видов деятельности: чтение текста, который надо списать, или прослушивание его, запоминание этого текста, проговаривание вслух или про себя нужных слов, вспоминание необходимых букв и их написания и, наконец, написание, совмещенное с постоянным стремлением вписаться в строку и соответствовать правилам каллиграфии.

Задание для взрослых

Для развития внимания поиграйте с ребенком в игру по типу теста "корректурная проба". Эта игра поможет развить многие свойства внимания: распределение, переключаемость, объем и устойчивость.

Для игры подойдет любой текст из газеты или старого журнала с крупным шрифтом. Первичное задание звучит так: "По сигналу зачеркни все буквы "о" одной чертой". Хорошо, если и взрослый будет участвовать в игре и тоже займется вычеркиванием букв в своем тексте. Играя первый раз, взрослому необходимо приглядеться, правильно ли движется взглядом по тексту малыш. Правильное движение аналогично перемещению взгляда в процессе чтения: слева - направо, сверху - вниз. Если ребенок вычеркивает буквы хаотично или в любом другом порядке, ему нужно показать, как это делать, и по мере необходимости поправлять в течение игры.

Когда задание будет выполнено, ребенок и взрослый меняются текстами с тем, чтобы проверить работу друг друга. Помните, что развивающий эффект проверки выше простого выполнения задания, но такой вариант работы и более сложен для ребенка. Если малыш с легкостью выполняет и само задание, и проверку, взрослым можно немного схитрить, специально допуская ошибки. Для начала пусть это будет всего лишь одна ошибка. Важно, чтобы ребенок самостоятельно ее нашел. Если же этого не произошло, не стоит спешить с подсказкой. Пусть помощь взрослого будет постепенной. Направляющие фразы могут быть такими: "Посмотри-ка, по-моему, я где-то ошибся". Если поиск опять неудачен, то: "Наверно, ошибка в этой строке", далее: "Посмотри в начале строки", "Посмотри в этом слове". От фразы к фразе увеличивается доза родительской помощи, и, таким образом, ребенок проявляет максимально возможную для себя самостоятельность. Когда первый уровень сложности игры будет ребенком усвоен, можно постепенно усложнять задание по следующей схеме:

- попросите малыша искать две буквы и отмечать их по-разному, например: перечеркивать "о" и подчеркивать "а";

- дайте задание отмечать три буквы;

- сделайте в своем тексте ошибки, пусть ребенок их обнаружит;

- поиграйте с учетом времени, проверьте, кто из вас быстрее выполнит работу.

Внимание - одно из уникальных свойств психики человека. Без него невозможна работа памяти, мышления. Внимание требуется, чтобы добиться успеха в игре, спорте, любом деле. Особенно важно внимательное отношение к людям. Здорово, если ребенок поймет это уже в детстве.