

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №2 «Ромашка»

**Рекомендации и советы родителям
«Тренируем внимание у детей 5-6 лет»**

Педагог-психолог

Куш Е.И.

г. Приморско-Ахтарск

Многие родители, сталкиваются с проблемой концентрации внимания у детей дошкольного возраста и не знают, как её решить. Достаточная концентрация внимания и устойчивая память обеспечивают не только успешное обучение, но и легкую социализацию ребенка. Развивать и совершенствовать внимание так же важно, как и обучать чтению, счету, письму. Развитие внимания находится в неразрывной связи с развитием памяти.

К 5-6 годам внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20-25 минут вместе со взрослым. Ребёнок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задаётся взрослым (например, отобрать несколько фигур определённой формы и цвета, найти на картинке изображения предметов и заштриховать их определённым образом). Память дошкольника в этом возрасте носит произвольный характер - ребенок чаще всего не ставит перед собой осознанных целей что-либо запомнить, запоминание и припоминание происходит независимо от его воли и сознания, но в тоже время определяется, скорее всего, интересом, деятельностью и желаниями ребенка. Чтобы ребенок запомнил, заучил какое-то определенное стихотворение, сочинил рассказ, сказку, перед ним надо поставить четкую цель: «Вспомни!» Взрослый должен побудить ребенка к сознательному воспроизведению своего опыта: в игре, в продуктивной и речевой деятельности. Очень важно, чтобы цель, поставленная перед ребенком, соответствовала потребностям той деятельности, в которую включается дошкольник. Ребенок должен понимать, зачем нужно запоминать.

Для того чтобы развивать внимание, необходимо знать его основные свойства и степень развития этих свойств у ребенка.

1. Объем внимания – количество предметов, которые ребенок может одновременно воспринять. Объем внимания развивается с возрастом. До 3-4 лет, ребенок может воспринимать только один объект, обычно это что-то яркое и необычное. В 5-6 лет таких объектов может быть уже несколько, обычно 2-3. Чтобы проверить объем внимания, проведите несложный тест: разложите на столе несколько предметов (10-12), накройте их чем-нибудь, например, непрозрачной тканью, затем уберите ткань на 3 секунды, попросите ребенка запомнить, какие предметы находятся на столе, и вновь накройте их тканью. Затем попросите ребенка назвать предметы, которые он запомнил.

2. Концентрация внимания – свойство, характеризующееся способностью удерживать внимание на одном предмете, не отвлекаясь на остальные. Для развития концентрации внимания попробуйте заниматься с ребенком, какой-нибудь деятельностью, требующей сосредоточенности, в шумной обстановке, например, включив музыку. При этом можно постоянно усложнять задание, делая музыку все более громкой.

3. Переключаемость внимания – скорость перехода от одного вида деятельности к другому, это свойство внимания требует волевого усилия. С плохой переключаемостью внимания связана рассеянность, которую могут усиливать утомление и хронические заболевания (например, аденоидит – при котором затруднено носовое дыхание и мозг не получает достаточного количества кислорода). Ребенок, особенно впечатлительный, иногда долго не

может сосредоточиться на выполнении задания, из-за воспоминания о каком-либо сильном образе. Переключаемость и объем внимания у маленьких детей развиты плохо. Для их тренировки, существуют специальные упражнения.

Научить детей думать - значит научить их анализировать, сравнивать предметы и явления между собой, находя в них сходство и различие, осуществлять обобщение, классифицировать предметы и явления. Именно мыслительные операции становятся при определенных условиях способами логического запоминания. Гораздо быстрее осваивается материал в игре, чем при простом объяснении. Эмоциональное переживание способствует оживлению произвольного запоминания, так как в памяти откладывается масса деталей второстепенных по существу, но помогающих удерживать главное. Дети запоминают лучше то, что привлекло их своей яркостью, необычностью; запоминают лучше то, с чем они активно действовали. Игра способствует развитию внимания и произвольной памяти. Игра помогает значительно увеличить концентрацию внимания и память. А также помогает детям развивать интеллект и познавательные способности.

Несколько советов родителям:

- во время занятий, не будьте отстраненным зрителем, принимайте активное участие в играх, демонстрируйте свои эмоции;
- когда даете инструкцию ребенку, позаботьтесь о том, чтобы она была конкретной, понятной и последовательной;
- задания должны подбираться так, чтобы ребенку было интересно, то есть они должны немного превосходить умения ребенка на данный момент;
- не упрекайте ребенка за невнимательность и не сравнивайте его с другими детьми, а просто помогите ему развить его внимание... и его успехи вас удивят

Помните: всегда лучше запоминается то, что интересно ребенку. Поэтому старайтесь придумывать разные игры.

Вот некоторые примеры игр и игровых упражнений, направленных на развитие внимания:

Игра «Повтори ритм»

Отхлопайте ребенку простой ритм ладошками и попросите его повторить. Когда малыш справится, усложняйте ритм, подключая хлопки по ногам, хлопки по мебели, притопывание, щелчки пальцами.

Игра «Соблюдай правила»

Вы озвучиваете ребенку определенное правило. Например, когда я барабаню быстро – нужно ходить быстро, когда барабаню медленно – ходи медленно. Если ребенок справился, усложняем задание: когда барабаню быстро – ходи медленно, когда медленно – ходи быстро.

Другим вариантом может быть ходить или прыгать в ритм музыки. По мере усвоения навыка, давайте задание ходить/прыгать, не попадая в такт.

Игра «Три задания»

Эта игра помогает расширить объем внимания. Вы даете ребенку подряд три инструкции, которые он должен выполнить в той последовательности, которую вы ему задали. Например:

1. Подпрыгни два раза
2. Назови какой-нибудь цветок
3. Подойти к деревянному предмету

Когда ребенок справится, давайте задания по-сложнее:

1. Хлопай столько раз, сколько тебе лет
2. Назови дикое животное
3. Дотронься до предмета на звук «К»

Количество заданий можно увеличивать до 4-5 и усложнять их в зависимости от возраста и развития ребенка.

Игра «Какой игрушки не хватает?»

Поставьте перед ребёнком 5-6 игрушек на 15-20 секунд. Затем попросите ребёнка отвернуться и уберите одну игрушку. После чего, повернувшись, ребёнок отвечает на вопрос: какой игрушки не хватает?

Игра «Разучи стихотворение»

Для развития памяти ребенка 5—6 лет, особенно слуховой, можно рекомендовать заучивание стихотворений о временах года, их признаках, это будет способствовать развитию восприятия и мышления у ребенка, умения сравнивать.

Игра «Опиши игрушку»

В течение 1-2 минут ребенок рассматривает незнакомую игрушку, а затем описывает её. Далее игрушку следует убрать. Через 30 минут предложите ребёнку по памяти описать игрушку и её свойства.

Игра «Разрезные картинки»

Для проведения игры следует использовать 2 картинки. Одна картинка целая, другая — разрезанная по линиям. Можно взять для игры иллюстрации к сказкам, открытки. Предложите ребенку собрать картинку, используя образец. Затем образец нужно убрать, а ребенка попросить собрать картинку по памяти.

Игра «Запомни слова и воспроизведи»

Эту игру необходимо начать с трех-четырех слов и по мере того как ребенок справляется с этими словами, необходимо увеличить их количество до десяти и более. Если ребенок не запомнил трех-четырех слов, необходимо еще раз их прочитать и затем повторить задание.

Игра «Продолжай»

Это совместное упражнение. Вы произносите фразу, например, «У нас в огороде растёт картошка». Ребёнок должен повторить вашу фразу и добавить слово, подходящее в данной ситуации: «У нас в огороде, растёт картошка и

репа». Постепенно фраза становится длиннее, приходится вспоминать новые и новые слова

Игра «Угадай слово»

Играют несколько человек, один игрок выходит («водящий»), другие загадывают слово. Это должно быть существительное, например, слово «дом», «водящий» должен его угадать, с помощью подсказок, причем подсказывать ему могут, только три человека, да и то не прямо, а косвенно. Для того чтобы угадать первую букву, в нашем случае – это буква «Д», те, кто подсказывают, называют каждый по слову, в котором есть буква «Д». Например, один говорит «доска», второй «комод», а третий «радуга» - немного усилий, и первая буква угадана. Затем переходят к следующей букве и так далее, пока слово не будет угадано.

Игра «Исключение»

Взрослый будет называть, допустим, растения, ребенок должен внимательно слушать, и как только среди растений будет названо животное, он должен подпрыгнуть.

Игра «Что изменилось?»

Для игры необходимо 5-6 детей. Выбирают одного ребенка, он «водит», «водящий» в течение 1 минуты рассматривает детей, затем отворачивается или выходит из комнаты. Кто-то из детей меняет что-то в одежде, а «водящий» должен понять, что изменилось.

Игра «Цифры-фигуры»

Это игра на объем внимания, учит выполнять одновременно несколько дел. Взрослый называет несколько цифр (3-4) и при этом показывает картинки с геометрическими фигурами. Ребенок должен запомнить и назвать и цифры, и фигуры. Чтобы улучшить концентрацию внимания можно выполнять различные задания по приведенному образцу. Например, дорисовать узор. Начало узора дано как образец, а все компоненты узора должны повторяться.

Игра «Корректор»

Например, можно предложить игру в «корректора». Ребенку дают лист с буквами (можно взять обычную газету), на котором он должен вычеркивать одну какую-то букву, обводить другую, а все остальные пропускать. Для дошкольников можно взять лист с рядами геометрических фигур различного цвета.

Упражнение на объем внимания

Взрослый дает ребенку задание рисовать треугольники, а сам, когда ребенок рисует, хлопает в ладоши. Ребенок должен нарисовать как можно больше треугольников и назвать количество хлопков.

Хорошо развивают внимание картинки, на которых нужно найти определенное количество отличий.

Игра «Ассоциации»

Загадайте ребенку несколько не связанных между собой слов (слон, магазин, велосипед, дедушка), а ребенок должен придумать историю, в которой будут использованы эти слова. Также вы можете предложить ребенку несколько картинок, он их должен рассматривать около тридцати секунд, затем вы

прячете картинки, а ребенок должен нарисовать то, что запомнил. Большинство игр вы можете придумать сами, но главное — чем раньше вы начнете развивать память своего ребенка, тем проще ему будет учиться в дальнейшем.

Игра «Выложи фигуру»

Разложите на столе перед ребенком палочки, из которых сделайте какую-либо простую фигуру (домик, квадрат, треугольник и т. д.). Попросите ребенка посмотреть внимательно на эту фигуру в течение двух секунд, затем закройте эту фигуру и попросите ее повторить, сложить так же. Усложнить это упражнение можно, складывая эту фигуру из палочек разного цвета. Ребенок должен запомнить расположение палочек по цвету и затем сложить фигуру самостоятельно. Другой вариант: вы просите ребенка сосчитать палочки, из которых сделана фигура, и затем сложить фигуру из такого же количества палочек. Это упражнение тренирует не только зрительную память, но и умение считать.

Игра «Я положил в мешок»

В эту игру можно играть с детьми, например, во время длительных поездок. Взрослый начинает эту игру и говорит: "Я положил в мешок яблоки". Следующий играющий повторяет сказанное и добавляет еще что-нибудь: "Я положил в мешок яблоки и бананы". Третий игрок повторяет всю фразу и добавляет что-то от себя. И так далее. Можно просто добавлять по одному слову, а можно подбирать слова, объединенные по общему признаку (фрукты, овощи и т. д.): "В саду у бабушки растут груши, сливы..." (Порядок тот же.) В этих играх неважно, кто становится победителем, а кто проигравшим. Важно, чтобы ребенок развивал в себе способность вспоминать, получая от этого удовольствие.

Игра «Я – фотоаппарат»

Предложите ребенку представить себя фотоаппаратом, который может сфотографировать любой предмет, ситуацию, человека и т. д. Например, ребенок в течение нескольких секунд внимательно рассматривает все предметы, находящиеся на письменном столе. Затем закрывает глаза и перечисляет все, что ему удалось запомнить.

Игра «Сорока-белобока»

Игровой материал и наглядные пособия: 5-6 небольших предметов (игрушек). *Описание:* разложить на столе предметы (игрушки). Предложить ребенку внимательно посмотреть на стол, запомнить, какие предметы на нем лежат, а затем попросить ребенка отвернуться. Убрать или заменить один или несколько предметов. Ребенок должен определить, что сорока утащила, а что подменила.

Игра «Запомнил - нарисовал»

Игровой материал и наглядные пособия: листок бумаги, карандаши, картон с изображениями предметов. *Описание:* наклеить на картон шесть картинок в два ряда: три сверху, три снизу. На картинках должны быть изображены самые простые предметы: яблоко, шарф, флажок, пуговица, иголка, елка, березовый листок. В течение одной минуты показать ребенку верхний ряд.

Ребенок должен зарисовать то, что он увидел и запомнил. Затем показать так же нижний ряд картинок и снова попросить ребенка зарисовать все то, что он запомнил. Открыть все картинки одновременно и сравнить, насколько рисунки ребенка соответствуют образу.

Игра «Какая она»

Описание: назвать какой-нибудь предмет и предложить ребенку представить, как этот предмет выглядит, какой он формы, цвета, какие он может издавать звуки и т. п. Затем попросить описать все то, что он представил. Например: яйцо - овальное, белое или коричневое, с пятнышками, сырое или вареное, белое и желтое внутри. Потом можно не только проговорить признаки предмета, но и зарисовать его.

Игра «Повтори орнамент»

Игровой материал и наглядные пособия: бусинки, пуговицы, счетные палочки (по 12 штук). *Описание:* взрослый дает ребенку половину игрового материала, остальную половину берет себе, выкладывает из бусинок произвольную композицию, затем в течение 1-2 секунд показывает ребенку. Тот должен выложить из своих бусинок точно такую же композицию по памяти. Затем можно поменяться ролями. Для составления следующих композиций к бусинкам можно добавить счетные палочки и пуговицы.

Игра «Кто где живет»

Игровой материал и наглядные пособия: рисунки с изображениями семей разных зверюшек и их домиков, с проведенными линиями, соединяющими животных с их домиками, которые даны в хаотическом порядке. *Описание:* нужно определить, где чей домик, не проводя карандашом по линиям.

Игра «Хлопни в ладоши»

Взрослый называет ребенку разные слова, если он услышал слово, обозначающее, например, животное, то обязательно должен хлопнуть в ладоши. В другой раз предложить, чтобы ребенок вставал каждый раз, когда услышит слово, обозначающее растение. Затем объединить первое и второе задание, то есть ребенок хлопает в ладоши, когда слышит слова, обозначающие животных, и встает при произнесении слов, обозначающих растения. Хорошо проводить такие игры с несколькими детьми.