

Развитие внимания младших школьников. Рекомендации родителям.

1. Создайте ребенку спокойную обстановку для работы, не допускайте перегрузок и утомления. Сделайте так, чтобы в учении для него было больше увлечения, чем принуждения. Для детей с низким уровнем развития внимания особенно важно всегда начинать приготовление уроков в одно и то же время. Тогда им легче мобилизоваться, настроиться на работу. Установка вырабатывается и на постоянное рабочее место. Достаточно усесть за привычный стол, и приходит рабочее настроение. Причём желательно, чтобы это место было только местом для занятий, а не для игр и дополнительного чтения. Тогда ничто не будет отвлекать ребенка от основного занятия.

2. Всё необходимое для работы всегда должно быть у ребенка под рукой. Начиная от ручки, бумаги и до таблиц, схем, словарей и т.п.

3. В перерывах между сложными видами работы используйте приемы расслабления или двигательную разрядку.

4. Развивайте у вашего школьника навыки самоконтроля, самопроверки выполненной работы. Можно специально составить текст из 13-14 предложений. В каждое предложение включите одну-две типичные для вашего школьника ошибки. Например: пропуски букв, слов; повторение слогов в слове; замена букв или слов и т.п. Ребенку надо проверить текст, найти и исправить в нем ошибки. Проверять можно разными способами:

- самостоятельно, читая про себя;
- читая вслух и отчёркивая слоги вертикальными черточками;
- сравнивать текст с правильным образцом.

Научите ребенка при проверке пользоваться непрозрачной линейкой. С ее помощью слово открывается постепенно, по слогам, без забега вперед. Ведь ошибки часто не замечаются, если ученик забегает вперед и "узнает" слово.

5. Выберите специальное время для упражнений, развивающих способность к сосредоточению, концентрации, повышающих устойчивость внимания, умение переключаться. Таких упражнений достаточно много, но они должны быть интересными и не восприниматься как продолжение скучных уроков. Найти такие упражнения можно в многочисленной литературе для родителей. Примеры:

- Например, если ваш ребенок невнимателен при чтении и письме, предложите ему такое задание. Возьмите несколько

страниц печатного текста из старой книги или журнала (шрифт должен быть достаточно крупным). Инструкция: "Вычеркни все буквы "т", а буквы "д" обведи кружком". А потом вместе с ребенком проверьте, сколько допущено ошибок. Упражнение можно повторять каждый день, меняя инструкцию. Постепенно количество ошибок будет снижаться.

- Можно найти специальные фигурные таблицы для тренировки способности к переключению внимания. Дается инструкция в каждой фигурке таблицы поставить определенный значок. Например: в квадрате - горизонтальную черточку, в кружке - вертикальную, в треугольнике - точку и т. д.
- Очень полезны упражнения по расшифровке сообщений, записанных специальными значками (вроде пляшущих человечков из рассказа А. Конан-Дойля). Придумайте такой секретный алфавит и составьте с его помощью небольшое письмо. Этот вид работы довольно сложный, но очень полезен для тренировки способности к концентрации и распределению внимания.
- Известное упражнение - отыскивание по порядку чисел, произвольно разбросанных на листе бумаги. Вы можете сами нарисовать такую таблицу.
- Возможно, что вашему ребенку понадобится тренировка специфического вида внимания. Например, он хорошо воспринимает информацию, представленную в зрительном, наглядном виде. И благополучно пропускает то, что предъявляется на слух. Вспомните выражение "в одно ухо влетает, из другого вылетает". Это про него. Значит, необходимо развивать у такого школьника слуховое внимание, учить его сосредотачиваться на своих слуховых ощущениях. Попросите его закрыть глаза и прислушаться к окружающим звукам. А затем пускай перечислит то, что услышал (шум льющейся на кухне воды, звуки с улицы, разговор за стеной и т.д.). Или такое упражнение: вы называете ребенку в произвольном порядке несколько имен. Каждое должно прозвучать несколько раз. Например: Катя, Антон, Даша, Дима, Антон, Антон, Даша, Катя, Дима, Катя и т.д. При этом отмечаете для себя, сколько раз назвали то или иное имя. Задача ребенка - сказать, сколько раз прозвучало каждое имя.
- Бывает, что ребенок, наоборот, недостаточно внимателен при восприятии зрительной информации. В таком случае стоит

тренировать его наблюдательность, умение подмечать детали, сравнивать величину, цвет, положение предметов, другие признаки. Возьмите несколько любых мелких предметов, расположите их на столе. Попросите ребенка в течение 30 секунд рассмотреть эту композицию. Затем он отвернется, а вы в это время что-то измените: переставите предметы, добавьте такой же, но другого цвета, что-то вовсе уберете. Ребенку нужно сказать, что изменилось. Полезно сравнение двух картинок, похожих на первый взгляд, но различающихся в деталях.

Упражнений по развитию внимания в специальной литературе или в детских журналах можно найти много. Выбирайте те, что интересны вашему ребенку. Главное - занимайтесь понемногу каждый день и обязательно вместе с ребенком фиксируйте его успехи.

Упражнения для развития внимания

1. Упражнение «Найди слова»

Цель: развитие зрительного внимания.

Ход задания.

Найти в каждой строчке «спрятанные» слова. Всего 12 слов.

ЯФОУФСНКОТПХЪАБЦРИГЪМЩЮСАЭЕМЯЧ
ЛОБИРЪГНЖРЛРАКГДЗПМЫЛОАКМНПРСТУР
ФРШУБАТВВКДИЖСЯИУМАМАЦПЧУЪЩМОЖ
БРПТЯЭЦБУРАНСГЛКЮГЪБЕИОПАЛКАФСПТУЧ
ОСМЕТЛАОУЖЫЪЕЛАВТОБУСИОХПСДЯЗВЖ

Слова: кот, мяч, рак, мыло, шуба, ум, мама, буран, палка, метла, уж, автобус.

2. Упражнение «Не пропусти растение»

Цель: развитие способности к переключению внимания.

Ход задания.

Всякий раз, когда среди произнесенных взрослым слов встретится название растения, ребенок должен вставать и тут же садиться.

Слова:

ДОРОГА, ТИГР, БЕРЁЗА, САМОЛЁТ, ПШЕНИЦА, РОЗА, ЗМЕЯ, ДУБ,
КУКЛА, ГРИБ, ШКОЛА, ШИПОВНИК, РОМАШКА, РАМА, ДОМ,
МАШИНА, МАЛИНА, ТОПОЛЬ, ТЕПЛОВАЗ, МУРАВЕЙ, ГРАФИН, ГВОЗДИКА, ГВОЗДЬ, МУЗЕЙ, ТЕАТР,
ИГРА, ИВА, ИВОЛГА, ВОРОБЕЙ,
ВОЛК, КАШТАН, ПАЛЬМА, ПАЛАТКА, КИНО, КЕНГУРУ, КОНЬ,
ХОККЕЙ, ГОРОД, СОБАКА, БАНАН, ВАСИЛЁК, КУВШИН, МОЛОКО,
ТЮЛЬПАН, ТЫКВА, ТЕРЕМОК, ЛЕС, ЕЛЬ, СОСНА, ДОРОГА, КНИГА, ИСКУССТВО, МУЗЫКА, ОСИНА,
БАЛЕТ, ТАПОЧКИ, ПАРКЕТ, ПЛЮЩ, ОДУВАНЧИК, МИМОЗА...

3. Упражнение «Живое – неживое»

Цель: развитие переключаемости внимания.

Ход задания.

Взрослый называет слова. Если ребенок услышит слова, обозначающие живые предметы (например, медведь) – должен хлопнуть в ладоши. Если взрослый называет слова, обозначающие неживые предметы (например, зеркало) – топает ногой.

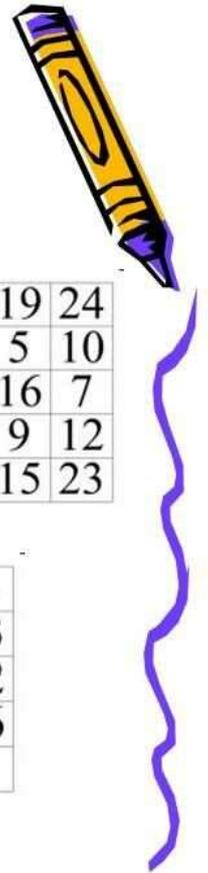
Слова:

КАША, ДОМ, ЖУК, ВОРОБЕЙ, СНЕГ, УТРО, ДЕРЕВО, ТРАВА, СТОЛ, АКВАРИУМ, ПТИЦА, ВАЗА,
ГНЕЗДО, БУЛКА, ОКНО, ЧЕЛОВЕК, ЗЕБРА, КОМАР, ДВЕРЬ, ФИАЛКА, ЗОНТ, АБРИКОС, ЁЖИК,
МУРАВЕЙ, ЗАБОР, ТАРЕЛКА, БАБОЧКА, МЯЧ, СТРЕКОЗА, УДАВ, КАБАН, ЯСТРЕБ. ₂

4. Таблицы Шульте

Такая таблица представляет собой (чаще всего) квадрат 5×5 (для детей помладше можно 3×3, 4×4, 4×3) с разделенными в нем 25 ячейками. В таблице пишем в ячейках числа от 1 до 25, вперемешку. Цель игры - как можно быстрее найти все числа по порядку. Кстати, это упражнения хорошо подойдет и для тренировки внимания у взрослых

Таблицы Шульте



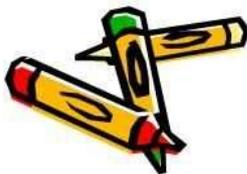
14	9	2	21	13
22	7	16	5	10
4	25	11	18	3
20	6	23	8	19
15	24	1	17	12

2	13	1	8	20
17	6	25	7	11
22	18	3	15	19
10	5	12	24	16
14	23	4	9	21

21	11	1	19	24
2	20	18	5	10
4	13	25	16	7
17	6	14	9	12
22	3	8	15	23

5	21	23	4	25
11	2	7	13	20
24	17	19	6	18
9	1	12	8	14
16	10	3	15	22

3	17	21	8	4
10	6	15	25	13
24	20	1	9	22
19	12	7	14	16
2	18	23	11	5



Учитель-дефектолог

Костюкович Н.Г.