

Внимание у детей: причины волнений родителей и пути развития

Невнимательность детей вызывает тревогу — как помочь развить концентрацию и память?

Самоделкина Екатерина

Психология развития детского внимания

У детей внимание формируется неравномерно и зависит от многих факторов, включая стресс и усталость. Часто родители замечают, что ребёнок быстро теряет интерес и отвлекается, не успевая усвоить важную информацию



Основные характеристики детского внимания

Объём внимания отражает количество информации, которую ребёнок способен воспринять одновременно, варьируется в зависимости от возраста и состояния

Концентрация и устойчивость зависят от мотивации и эмоционального настроения, а также от окружающей среды и физического самочувствия ребёнка.

Распределение внимания — умение переключаться между задачами и контролировать отвлекающие факторы, развивается постепенно и требует поддержки.

Почему важно развивать внимание у детей?



Улучшение учебной успеваемости

Развитое внимание способствует лучшему восприятию и обработке информации, что снижает количество ошибок и повышает эффективность обучения ребёнка.



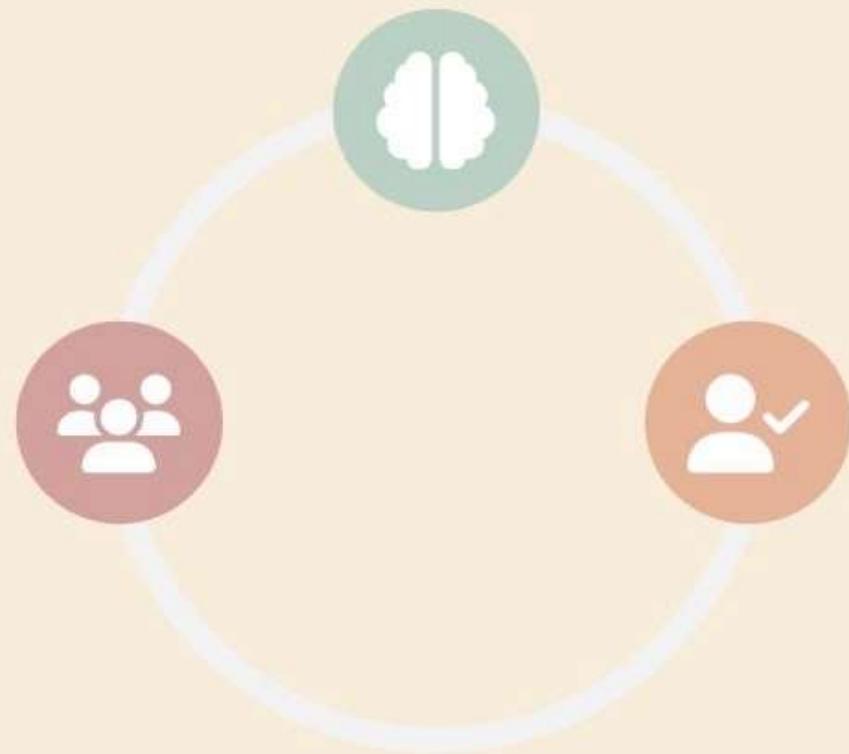
Формирование самоконтроля

Внимание играет ключевую роль в развитии самоконтроля, помогая ребёнку регулировать своё поведение в различных ситуациях.



Успешная социализация

Хорошо развитое внимание облегчает взаимодействие с окружающими и способствует правильному нормированию поведения в коллективе



Игра "Заметь все": развитие памяти и наблюдательности



Запоминание порядка и цветов предметов

В игре используются 5-7 разноцветных предметов, которые ребёнок должен запомнить за короткое время. Повторное предъявление и перестановка предметов развивают зрительную память и внимание к деталям



Определение изменённых позиций предметов

После перестановки предметов появляется задача выявить изменения без дополнительного просмотра. Это тренирует концентрацию и способность анализировать визуальную информацию.

Игра "Поиск предмета": тренировка зрительного внимания



Поочерёдный вход и выявление изменений

Дети по очереди заходят в комнату, где спрятан новый предмет. Одной попытки достаточно, чтобы развить навык быстрого обнаружения изменений и повысить уровень сосредоточенности.



Использование штрафных очков для мотивации

За ошибочные ответы вводятся штрафы, что стимулирует концентрацию и внимательное отношение к деталям, повышая соревновательный интерес и наблюдательность.

Игра "Что изменилось": развитие кратковременной памяти



Запоминание поз и одежды участников

Водящий запоминает исходное состояние группы, фиксируя позиции и детали одежды. Это развивает способность к детальному наблюдению и удержанию информации.



Выявление изменений после выхода водящего

После изменений в комнате водящий должен восстановить исходное положение группы. Такая деятельность тренирует сравнение и внимание к деталям.

Игры "Зеркало" и "Слух индейца": внимание в движении и на слух



Игра "Зеркало" для развития моторного внимания

Ребёнок повторяет движения ведущего, тренируя скорость восприятия и точность имитации. Вариации с задержкой способствуют концентрации и контролю над действиями.



"Слух индейца" — тренировка слухового восприятия

Дети слушают окружающие звуки и пытаются определить их источники. Игра улучшает сенсорное внимание и способности к дифференциации звуков.

Выводы и рекомендации для развития внимания

Понаблюдайте, что дается ребёнку сложнее: воспринимать информацию визуально или на слух? Учитывая это, вы сможете более грамотно подобрать игры и упражнения на внимание.

Играя в предложенные выше игры со своими детьми, меняйтесь ролями, предлагая и ребёнку выступить в качестве ведущего и загадывать эти задания вам, чтобы он был равноправным партнером. Пусть ребенок чувствует по вашему настроению, что вы играете с ним, потому что вам это приятно. Не заставляйте ребенка играть в эти игры, «потому что есть проблемы со вниманием»