

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. 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 предьявляется 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.).

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.

Министерство социальной защиты населения Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное учреждение
«Комсомольский-на-Амуре реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями»

Памятка для родителей

КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ РАЗВИТЬ ВНИМАНИЕ?



ПСИХОЛОГИ РАЗЛИЧАЮТ ВНИМАНИЕ И ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ.

Внимание - направленность и сосредоточенность психической деятельности на каком-то объекте.

Способность к произвольному вниманию свойственна всем людям без исключения.

Внимательность - сложившееся качество личности. Рассеянный школьник, как и все другие дети, способен "обратить внимание" на какой-то объект. Однако он часто не может полностью сосредоточиться на этом объекте: внимательность еще не стала его личным качеством. Понятно, что отсутствие этого важного качества не лучшим образом сказывается на его школьных достижениях.

Рассеянность может быть обусловлена каким-то заболеванием, нарушением мозговой деятельности или, например, воспалением носоглотки, аденоидитом. Но почему же тогда так много невнимательных среди здоровых детей? Понятно, что не стоит ждать особой сосредоточенности, если ребенок устал, ему неинтересно, у него в данный момент другие желания, а вокруг много посторонних раздражителей. Но эти объяснимые временные состояния постепенно складываются в общий стиль учебной работы, а затем становятся жизненным стилем.

Организация внимания школьника на уроке зависит, прежде всего, от мастерства учителя. Дома же родителям приходится брать эти функции на себя.

РЕКОМЕНДАЦИИ: на что родителям необходимо обратить внимание?

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 усесться за привычный стол, и приходит рабочее настроение. Причем 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. Все 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. Причем проверять можно разными способами:

самостоятельно, читая про себя;

читая вслух и отчеркивая 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.