Составитель – Зонова Е.Г.,

педагог-психолог МАДОУ ЦРР –

детский сад, ул. Нефтяников

**Детская невнимательность.**

Как часто слышишь от родителей в сторону своего чада такие слова «будь внимательней». Хорошо, если такое указание звучит в отношении ребенка очень редко. Но, бывает невнимательность, перерастает в проблему, особенно если речь идет о детях, которые идут в школу или уже являются учениками. Ведь процесс обучения в школе требует большой концентрации внимания.

Как быть в такой ситуации? Ведь одними только словами не поможешь?

**Пять причин «синдрома невнимательности»**

Прежде чем предпринимать какие-либо действия по отношению к рассеянному ребенку, родителям в первую очередь необходимо найти первопричины, ведущие к такому поведению. Это может быть:

- гиперактивность в поведении. Дети с таким синдромом, очень подвижны и активны, им тяжело усидеть на одном месте и заинтересоваться чем то одним. Родители таких детей должны проявлять особое терпение и последовательность в отношении к своему ребенку.

- слабый иммунитет, хронические болезни; дети которые часто болею, имеют слабый иммунитет, что является быстрой утомляемостью и низкой работоспособностью. Такие дети должны соблюдать режим нагрузок и не переусердствовать.

- слабая нервная система. При воспитание таких детей родители должны сами учитывать нагрузки на нервную систему ребенка исходя их его поведения.

- психологическая или физическая переутомляемость. Перегрузки неизбежно приводят к снижению работоспособности, повышению невнимательности и рассеянности детей.

- отсутствие интереса;

**Способы тренировки внимания**

Прежде всего, хочется напомнить родителям, что невнимание у детей иногда проявляется как не интерес к чему-то, особенно, что касается учебы. И если Вы, этому же ребенку, предложите поиграть, он с удовольствием уделит данному занятию все свое время. Поэтому, в развитии у ребенка концентрации внимания помогут не строгие приказы, а игровая форма обучения.

**Несколько упражнений на внимательность**

Время выполнения по 5 минут в течение 2-6 месяцев;

- воспроизведение геометрического узора. (мозаика, пазлы, игры по книге педагогов Никитиных);

- выполнение двух заданий в одно время. Например, лепить и слушать стихи, рисовать и слушать музыку…

- в тексте находить и вычеркивать заданные буквы.

- В течение 10–15 сек увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета (или одного размера, формы, материала и т.п.).

- Ребенок называет числа от 1 до 20, одновременно записывая на листе бумаги или доске эту же числовую последовательность, но в обратном порядке: произносит 1, пишет 20, произносит 2, пишет 19

- Оценить свойства внимания можно с помощью теста "Мюнстерберга". Среди буквенного текста спрятались слова.

Например: рнотммвниманиехищьзимак

Главное условие по преодолению у ребенка синдрома невнимательности - это терпение родителей при воспитании, сотрудничество с педагогами, психологами, врачами. Также, очень важно систематическое выполнение назначенного курса и упражнений на внимательность.

http://medportal.ru/enc/psychology/c