

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 43
СТАНЦИИ СЕВЕРСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЕВЕРСКИЙ
РАЙОН ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА С.Г. СОБОЛЕВА**



Советы психолога родителям:

- ✚ Вы хотите видеть вашего ребенка сильным, выносливым и закаленным – тренируйте его в разнообразном физическом труде.
- ✚ Вы хотите видеть его умным и образованным - приобщайте к чтению, расширяйте кругозор, воспитывайте жажду знаний.
- ✚ Вы хотите видеть его всегда веселым и жизнерадостным - не дайте закиснуть ему в праздности и лени.
- ✚ Вы хотите закалить его волю и характер - не скупитесь на трудные задания, заставляйте его почаще напрягать свои силы, преодолевать трудности.
- ✚ Вы желаете, чтобы ваш ребенок был чутким и отзывчивым, хорошим товарищем - пусть он ежедневно трудится вместе с другими, учится помогать товарищам, отзываться на чужую боль.
- ✚ Вы хотите, чтобы ваш ребенок нашел свое место в жизни - знакомьте его с различными видами деятельности, вырабатывайте у него трудолюбие и ответственность за свои поступки.
- ✚ Как можно чаще интересуйтесь успехами и поведением своих детей. Педагоги школы - ваши помощники в воспитании. Советуйтесь с ними, помогите им со своей стороны лучше узнать ваших детей.
- ✚ Узнавайте, с кем дружат и проводят свободное от занятий время ваши дети, как ведут себя на улице, в общественных местах.

ПОМОЖЕМ РЕБЕНКУ СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ

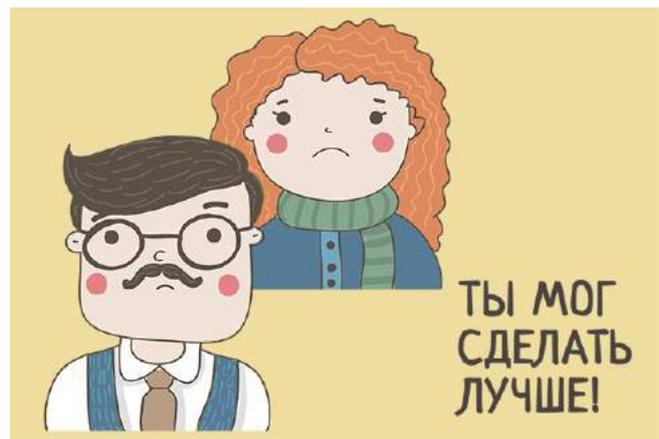
С проблемой невнимательности детей чаще всего сталкиваются родители, чьи дети приступили к систематическому школьному обучению. И это вполне понятно, поскольку учебная деятельность требует от ребенка новых, более высоких форм произвольного поведения, способности управлять своими психическими процессами,

в том числе и вниманием.

Как правило, родители прекрасно понимают, что хорошее внимание является одним

из важнейших условий успешного обучения. Именно поэтому среди родительских наставлений в начале школьного дня чаще всего можно услышать: «**Будь внимательным! Не отвлекайся в школе! Соберись на уроке! Хорошо слушай учителя!**»

Для плохо успевающих школьников подобные призывы становятся весьма привычными. Однако, если у ребенка действительно существуют проблемы с развитием внимания, одними требованиями «быть более внимательным» здесь не обойтись.



РАЗНЫЕ ПРИЧИНЫ

Для начала родителям необходимо разобраться в возможных причинах недостаточного внимания школьника. Перечислим наиболее распространенные из них.

Переутомление и перегрузки.

Жизнь современного ребенка наполнена множеством обязанностей. Обычно рабочий день школьника не ограничивается рамками собственно учебных занятий, а включает в себя посещение разнообразных кружков, секций, студий и пр. (при этом далеко не все из них ребенок посещает по собственному желанию). Нередко график функционирования школьника расписан с утра до вечера столь плотно, что ученик едва-едва успевает подготовить домашнее задание. Времени на полноценный отдых при этом практически не остается, дети плохо высыпаются. Физические, психологические, информационные перегрузки неизбежно приводят к снижению работоспособности, повышению невнимательности и рассеянности детей.

Недостаточная мотивация выполнения деятельности.

Хорошо известно, что даже маленький ребенок может проявлять завидную внимательность и сосредоточенность, если занимается тем, что ему очень интересно. И если бы детям можно было делать только то, что им нравится, взрослым бы не приходилось волноваться о развитии детского внимания. Как правило, речь о невнимательности детей заходит тогда, когда от них требуется выполнение чего-то малопривлекательного, не очень интересного и недостаточно значимого. Нередко в роли малопривлекательного занятия выступает учебная работа: ребенок, невнимательный на уроках в школе или при выполнении домашних учебных заданий, может со вниманием заниматься тем, что с учебой не связано (достаточно долго и сосредоточенно играть, смотреть телевизор, заниматься компьютером и пр.). В этих случаях речь может идти о недостаточном развитии у школьника познавательной учебной мотивации, обеспечивающей его полноценное включение в учебную деятельность. Однако учебные занятия, зачастую действительно рутинные и однообразные, далеко не всегда способны сами по себе пробудить и поддержать познавательную активность ребенка.

И тогда на помощь в организации учебной деятельности ребенка и поддержания его внимания к ней приходят другие, непознавательные, мотивы: чувство долга и ответственности, желание получить хорошую отметку, удостоиться похвалы взрослого или избежать наказания и др. Во всех этих случаях речь идет о требовании от ребенка произвольного внимания, т.е. направленности, сосредоточенности на процессе деятельности, осуществляемом сознательно, при помощи волевого усилия.

Таким образом, повышение внимательности школьника напрямую связано с развитием его полноценной познавательной активности и интереса к интеллектуальной деятельности, развитием мотивационной сферы в целом, а также волевых качеств. Решение этих непростых воспитательных задач требует от родителей достаточного времени и немалых усилий.



ЗАИНТЕРЕСОВАННОЕ УЧАСТИЕ

Сознательно заботясь о развитии внимания ребенка, родитель сам должен быть внимательным к ребенку, проявлять искренний интерес к его занятиям, его жизни. Ведь развитию внимания способствует вовлечение ребенка в любую целенаправленную деятельность. Как справедливо отмечают авторы полезной для родителей книжки о внимании школьников О.Ю. Ермолаев, Т.М. Марютина и Т.А. Мешкова: «Мало кто из взрослых задумывается над тем, что, предлагая ребенку искать грибы, собирать на берегу реки камешки, выбирать нужные детали мозаики или конструктора, они тем самым способствуют тренировке внимания». Развитие внимания ребенка, его способности к целенаправленной, организованной деятельности — процесс достаточно длительный, но необходимый для полноценного психического развития. В этой непростой работе родителям могут пригодиться некоторые специальные упражнения и задания, направленные на тренировку различных свойств внимания.

Приведем лишь некоторые из них. Развитие концентрации внимания. Основной тип упражнений — корректурные задания, в которых ребенку предлагается находить и вычеркивать определенные буквы в печатном тексте. Такие упражнения позволяют ребенку почувствовать, что значит «быть внимательным», и развить состояние внутреннего сосредоточения. Эта работа должна проводиться ежедневно (по 5 минут в день) в течение 2–4 месяцев. Рекомендуется также использовать задания, требующие выделения признаков предметов и явлений; упражнения, основанные на принципе точного воспроизведения какого-либо образца (последовательность букв, цифр, геометрических узоров, движений и пр.); прослеживание перепутанных линий, поиск скрытых фигур и др.

Увеличение объема внимания и кратковременной памяти. Упражнения основаны на запоминании числа и порядка расположения ряда предметов, предъявляемых для разглядывания на несколько секунд. По мере овладения упражнением число предметов постепенно увеличивается.

Тренировка распределения внимания. Основной принцип упражнений: ребенку предлагается одновременное выполнение двух разнонаправленных заданий (например, чтение рассказа и подсчет ударов карандаша по столу, выполнение корректурного задания и прослушивание пластинки с записью сказки и т.п.). По окончании упражнения (через 5–10 минут) определяется эффективность выполнения каждого задания.

Разнообразные игры и упражнения на развитие внимания широко представлены в психолого-педагогической литературе. Основное условие, которое необходимо соблюдать родителям в ходе проведения такой работы, состоит в том, что занятия с ребенком должны носить систематический характер. Задания на развитие внимания можно предлагать детям в форме игр, соревнований и проводить не только в обязательно отведенное для этого время, но и как бы между прочим, например по дороге в магазин, на прогулке, во время приготовления ужина и т.д. Самое главное в таких занятиях — **заинтересованность взрослых, их внимание к самому ребенку, его успехам и достижениям.**

