

Консультация для родителей

Как преодолеть рассеянность у ребенка.

Рассеянность - психическое состояние, для которого характерно отсутствие сосредоточенности, внимания.

Рассеянный ребенок не умеет выделять главное при наблюдении в деятельности, следовать четкому порядку, быть организованным, исполнительным. Рассеянному ребенку трудно учиться, он отвлекается, не слушает объяснения, может не выполнить задание.

Иногда рассеянность ребенка вызывается болезнью, временным ослаблением всего организма. В таком случае укрепить здоровье ребенка, наладить его питание и отдых. Рассеянность вызывается также подавленностью, плохим настроением ребенка. А иногда неправильным воспитанием. Например, освобождение ребенка от всех его обязанностей и одновременно выполнение всех его прихотей.

Если состояние рассеянности систематически повторяется, то оно становится привычным, превращается в черту характера, проявляется вместе с другими недостатками

Малышу с расстройством внимания требуется особое воспитание, и в первую очередь, надо дать своему чаду больше самостоятельности. Воспитание у детей воли, чувства ответственности и долга развивает сосредоточенность и предупреждает рассеянность.

Что еще можно сделать, чтобы воспитать внимание, сосредоточенность у ребенка, преодолеть его рассеянность?

Внимание можно и нужно развивать! Тренировать внимание лучше с раннего детства. Если заметили у проблемы с концентрацией, стоит уделить этому вопросу свое время.

Внимательность, сосредоточенность ребенка лучше всего тренируется в игре. Например:

- Возьмите много мелких предметов (пуговицы, орехи, камешки), рассыпьте их по столу. Пусть ребенок постарается запомнить, какие вещи лежат на столе. Закройте предметы бумагой и предложите ребенку назвать все, что лежит под

ней, каждый правильный предмет вынимайте. Игра будет интереснее, если в ней примут участие все члены семьи.

- Рекомендуем еще одну игру. Поставьте рядом 5-6 игрушек. Ребенок закрывает глаза, а в это время с игрушками происходят какие-то изменения: исчезает одна из игрушек, меняется их расположение, добавляется новая игрушка. Открыв глаза, ребенок должен сказать, что изменилось. Постепенно количество игрушек увеличивается. Ещё сложнее заметить, какие изменения произошли например с куклой: появился бант, исчезла туфелька, изменилась прическа. И т.д.

- «Послушай и сделай как я» – похлопайте в ладоши определенный ритм и попросите за вами повторить. Можно не только хлопать, но и постучать по предметам (например, по банке, столу, книге) в определенном ритме.

Это упражнение полезно для развития слуховой памяти и внимания.

- «Стрелка» – следует задержать взгляд на секундной стрелке часов на 2-3 минуты, не отвлекаясь и следить, как она передвигается по часам. Здесь тоже интересно ставить рекорды!

Предлагаемые игры не требуют много времени, но велико их значение в преодолении у ребенка рассеянности и воспитании внимательности. Не стоит забывать о спорте. Спортивные занятия полезны не только для общего здоровья и силы, но и способствуют развитию воображения, внимания и быстрого мышления.