

## Развитие внимания у детей

### **"Важно ли быть внимательным" или развитие внимания в раннем возрасте**

Сегодня мы начнем разговор о внимании и внимательности и постараемся найти ответ на вопрос: "важно ли быть внимательным?" В последнее время все больше детей, а значит, и взрослых, общающихся с ними, страдают от невнимательности. В чем причины такой ситуации?

Во-первых, физиологические проблемы в развитии ребенка до и после рождения: гипоксии (кислородное голодание), родовые травмы, черепно-мозговые травмы раннего возраста; во-вторых, недостаток психолого-педагогических знаний у родителей. Можно назвать и еще одну причину, которая связана с современными условиями развития и воспитания детей и ролью взрослых в этом процессе. Современный малыш с рождения оказывается в ситуации технического прогресса, на него изначально обрушивается стремительный поток информации (раздражителей), а взрослый часто не умеет ограничивать этот поток: сортировать, подбирать нужную информацию и учить избирательно сосредотачиваться на ней.

Быть внимательным ребенку необходимо, прежде всего, для успешного познавательного развития и обучения, но не только. Внимательный человек быстрее и легче справляется с новой задачей, лучше контактирует с людьми. А развивать внимательность, как и любую способность, необходимо с рождения.

Итак, развитие внимания в младенчестве.



В этом возрасте внимание проявляется как реакция сосредоточения на раздражитель. Сосредоточение обеспечивает ребенку выделение из окружающего мира, прежде всего, человеческого лица, эмоций, речи взрослого, а затем и предметов и действий с ними. Первое сосредоточение отмечается на 2-3 недели жизни, когда новорожденный реагирует на громкий звук и прекращает движения собственного тела. На 3-4 недели жизни ребенок явно прислушивается к речи взрослого и рассматривает его лицо при общении. К концу первого месяца ребенок может сосредотачиваться на новом предмете и достаточно долго его рассматривать.

Обязательным условием сосредоточения в младенчестве является общение ребенка со взрослым, т.е. малыш будет рассматривать и прислушиваться гораздо активнее, когда мама показывает предметы, манипулирует с ними, разговаривая с ребенком.

При постоянном контакте ребенок в 2-3 месяца может длительно сосредотачиваться на лице взрослого и его речи, обращенной к ребенку, при этом малыш переводит взгляд с лица взрослого на предмет, который демонстрирует ему близкий человек.



Со второго полугодия жизни сосредоточение переносится еще и на деятельность с предметом, и ребенок сосредотачивается как на действиях взрослого, так и на своих собственных. Накопление ориентировочных действий приводит к тому, что к концу первого года жизни малыш может действовать одновременно с двумя предметами (складывать что-то в коробку). Это говорит о том, что появляется такое свойство внимания, как переключение.

В раннем детстве (с 1 года до 3 лет) продолжают совершенствоваться распределение и переключение внимания. Ребенок может следить одновременно за несколькими объектами, но самое главное - он может воспринимать речь, или указания взрослого и одновременно выполнять действие. Именно с развитием регулирующей функции речи связано развитие внимания в этом возрасте. Основной рекомендацией для развития внимания является четкая, немногословная, точная речь взрослого, который кратко и понятно регулирует все поведение ребенка.



Ранний возраст является одним из самых трудных в воспитании внимательности, поскольку в этом возрасте ребенок очень активен, нетерпелив, стремится к самостоятельности, его поведение порывисто и импульсивно, взрослому бывает нелегко заставить малыша сосредоточиться.

Однако ребенок вполне способен выслушать короткую просьбу или инструкцию и выполнить короткое действие в соответствии с ней и приучать малыша к этому необходимо. Если Вы замечаете в своем ребенке трудности в выполнении ваших указаний, проявите корректную настойчивость. В этом возрасте закладываются основы произвольного внимания, так необходимого ребенку в дальнейшем обучении.

В свойствах внимания малышей есть свои возрастные особенности, о которых взрослому не следует забывать:

- Внимание ребенка неустойчиво, и поэтому он быстро прекращает начатое дело.

Не ставьте глобальных задач, предлагайте то, что реально за раз

выполнить и увидеть результат.

- Концентрация зависит от эмоциональности, т. е ребенок фиксирует только эмоционально привлекательные объекты.

Будьте внимательны к эмоциям ребенка, предлагайте такие предметы и действия, которые вызывают отклик.

- Способности переключаться и распределять внимание только формируются, поэтому ребенок тяжело оставляет начатое дело, или не реагирует на другие раздражители во время выполнения действия.

Стимулировать переключение и распределение внимания надо терпеливо и осторожно, лучше в подвижных играх.

Младенчество и раннее детство являются очень значимыми в дальнейшем развитии внимания и воспитании внимательности как качества личности. Утерянные в этом возрасте возможности в формировании этого качества бывает непросто восполнить. Поэтому, прежде всего, будьте внимательны сами к собственным детям!

### **Важно ли быть внимательным, развитие произвольности внимания в дошкольном детстве**

Созревание центральной нервной системы, развитие коры головного мозга приводят к совершенствованию свойств внимания: устойчивости, переключения и объема. Ребенок дошкольного возраста может действовать одновременно с несколькими предметами, переключаться с одного действия на другое и сосредотачиваться на объекте достаточно длительное время. Но внимание ребенка по-прежнему зависит от эмоций и раздражителей, то есть, чем эмоциональнее деятельность, тем больше сосредоточен ребенок, чем сильнее действует внешний раздражитель, тем больше ребенок отвлекается. Начиная с 5-5,5 лет, дети все меньше реагируют на посторонние раздражители во время выполнения какого-либо действия.

**Основной значимой особенностью дошкольного возраста в области развития внимания является появление произвольности.**

Начиная с 4,5 лет, ребенок все чаще направляет свои действия в соответствии с указаниями взрослого, при этом словесная инструкция "будь внимательным" понимается ребенком уже буквально, он направляет и удерживает свое внимание в зависимости от поставленной цели. Эта способность называется произвольностью внимания. Развитие произвольного внимания связано с одной стороны с развитием речи, с другой с развитием мышления и деятельности в целом.



### **Стадии проявления произвольного внимания:**

#### **1. Стадия внешних (речевых) стимулов**



В младшем и среднем дошкольном возрасте внимание ребенка направляется под действием словесных указаний взрослого. На этом этапе внимание постоянно "соскальзывает" с поставленной цели и ребенку для продолжения сосредоточения необходимы дополнительные стимулы со стороны взрослого (похвала, напоминание, повторные указания). При отсутствии таковых произвольность ослабевает и внимание распадается.

#### **2. Стадия личных целей**

В старшем дошкольном возрасте способность ребенка самостоятельно поставить цель следить или наблюдать за объектом постепенно развивается и достигает своей высшей отметки к 7-7,5 годам, когда ребенок не только понимает роль собственной внимательности для получения результата, но самостоятельно направляет, удерживает внимание и не отвлекается на посторонние раздражители, выполняя поставленную задачу.



Примером такого высокого уровня произвольности может стать описание выполнения детьми 7-ми лет тестового задания, когда ребенку предлагается проверить, достаточно ли хорошо развито его внимание, чтобы успешно учиться. В качестве задания предлагается зачеркивать или обводить определенные фигуры среди многих других и делать это строго определенным способом. При этом на разных этапах выполнения задания специально внедряются посторонние раздражители (постукивание, не обращенная к ребенку речь, музыка). Если у ребенка произвольность высоко развита, он способен на протяжении почти 10 минут выполнять это задание, с минимальным

количеством ошибок, не отвлекаясь на сбивающие раздражители.

### 3. Стадия волевых усилий или слепопроизвольное внимание



По мере того, как ребенок привыкает направлять свое внимание в соответствии с внешней или внутренней целью, развиваются волевые механизмы управления вниманием, или формируется привычка заставлять себя быть внимательным.

Развитие волевых усилий очень связано с формированием норм поведения, когда ребенок приучается сдерживать свое поведение в зависимости от понятий: "хорошо-плохо", или "можно-нельзя".

Как достигнуть такого уровня развития произвольности, когда ребенок самостоятельно ставит цель и удерживает свое внимание на протяжении ее достижения? Это происходит постепенно и только под руководством взрослого.

- Для маленьких детей большое значение имеет умение взрослого, переключая ребенка на разные способы или предметы, удержать его внимание и довести начатую деятельность до конца. Особенно актуальным будет пример с игрушками, когда большинство детей хватают то одну, то другую игрушку, не завершив своих игровых действий. Уже в этот момент начинает воспитываться произвольность, но не грубо и откровенно, а косвенно, через интересные для ребенка предложения продолжить игру разными способами. Если малыш будет постоянно наблюдать деликатную настойчивость взрослого, его отношение к игровому действию будет меняться.
- Для развития внимания очень важно использовать игры, в том числе и подвижные, которые требуют переключения, распределения и сосредоточения внимания.
- Для облегчения переключения необходимо устанавливать связь между различными видами деятельности, особенно между игровой и бытовой, и предупреждать ребенка заранее о необходимости переключиться с игры на одевание или еду.
- Для активизации внимания необходимо подбирать предметную среду, которая стимулирует активную познавательную деятельность ребенка.

Безусловно, произвольность во многом зависит от состояния нервной

системы и темперамента. Если, несмотря на выполнение всех рекомендаций, ваш ребенок к старшему дошкольному возрасту имеет проблемы с произвольным вниманием, необходимо выявить причины трудностей и осуществить специальную коррекционную работу под руководством специалиста.