

Как преодолеть рассеянность у ребенка

Рассеянность – это психическое состояние, для которого характерно отсутствие сосредоточенности, внимания.

Рассеянный ребенок не умеет выделять главное при наблюдении в деятельности, следовать четкому порядку, быть организованным и исполнительным.

Обычно рассеянность – результат неправильного воспитания. Если ребенок приучен к порядку, усвоил навыки дисциплины и организованности, привык заканчивать начатое дело, он не может быть рассеянным. И наоборот, если родители позволяют нарушать режим, а беспорядок в уголке ребенка и его забывчивость расценивают как мелочи, то незаметно в поведении дошкольника появляются неорганизованность и рассеянность.

Эти качества особенно отрицательно скажутся в школьном возрасте. Рассеянному школьнику трудно учиться, он отвлекается, не слушает объяснения учителя, может не выполнить задания. Рассеянный ученик часто попадает в смешные и досадные положения.



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

Прежде всего, не следует упрекать дошкольника и наказывать его за несобранность, забывчивость, неаккуратность. Необходимо терпеливо тренировать его в правильном поведении, учить преодолевать свои недостатки. Для этого должен строго соблюдаться четкий режим

дня. Режим не позволяет менять занятия по настроению, требует сосредотачивать внимание и волю на начатом деле и доводить его до конца. Приучая ребенка к выполнению режима, ему напоминают, что нужно сделать, контролируют его действия. Постепенно соблюдение режима войдет в привычку.

Для воспитания сосредоточенности, внимания важно создать некоторые внешние условия и устраниТЬ то, что может отвлечь внимание ребенка. Важно не отвлекать детей от дела, уважать их работу.

Проявить сосредоточенность, внимание ребенок может только в том, что его захватило, увлекло. Он любит мастерить, ухаживать за комнатными растениями и т.д. Поощряя такие занятия, родители внушают ребенку, что растения, если их не поливать, могут погибнуть. Так у ребенка появляется чувство ответственности. Ребенок усваивает, что не все дела только приятны и увлекательны, что необходимо делать и то, что не очень интересно, но полезно, что для достижения цели нужно приложить усилия.

Внимание, сосредоточенность ребенка лучше всего тренируется в игре. Например, возьмите много мелких предметов (игрушки из киндер-сюрпризов), рассыпьте их по столу. Пусть ребенок постараится запомнить, какие игрушки лежат на столе. Закройте игрушки салфеткой и предложите ребенку назвать все, что лежит под ней. Игра будет интересней, если в ней примут участие папа, сестренка, братишка или сверстники ребенка.

Еще одна игра. Положите перед ребенком 5-6 картинок с изображением животных. Ребенок закрывает глаза, а в это время вы убираете одну картинку, или меняете их расположение, или добавляете еще одну новую картинку. Открыв глаза, ребенок должен сказать, что изменилось. Постепенно количество картинок увеличивается до 10. Предлагаемые игры не требуют много времени, но велико их значение в преодолении у ребенка рассеянности и воспитании внимательности.

