

ПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ



Уважаемые родители, чем меньше ребенок сталкивается с опытом необходимости ПВ, тем сложнее ему будет в будущем. Сначала ребенку трудно выдержать минутку занятий пальчиковой гимнастики, затем ему трудно делать утром зарядку, позже заправлять свою постель, потом трудно высиживать 45 минут в школе, потом ему трудно будучи взрослым регулировать свой гнев и свою тревогу, доводить дело до конца не сдаваться и «не раскисать» при неудачах.

Произвольное внимание – это сознательное направленное внимание на что-либо под влиянием принятых решений или поставленных задач. Оно сильно отличается от непроизвольного внимания.

Непроизвольное внимание – это пассивная форма, где человек направляет свое внимание в ответ на какой-либо раздражитель, или с целью удовлетворения какой-либо потребности. Таким образом, НПВ – то что дано нам от природы. ПВ – это то, что бывает только у человека и формируется в процессе воспитания и обучения. ПВ требует усилий и часто расходится с нашими сиюминутными потребностями и желаниями.

Один из высших уровней эмоционально-волевой сферы – умение регулировать свои внутренние процессы. ПВ это то чему нужно обучать постепенно, от меньшего к большему

Обычно ПВ формируется дома, когда родители учат ребёнка самообслуживанию, границам, режиму. Также в саду, где нужно выдерживать дисциплину, проявлять еще больше самостоятельности, потихоньку справляться с опорой на себя. Затем в школе, когда ребенок сидит на уроках, учит д/з и готовится к контрольным. Это формируется на

секциях, когда мы тренируем новые навыки, готовимся к соревнованиям или выступлениям.

Произвольное внимание –это тот фактор, недостаточная сформированность которого будет усложнять жизнь человека в любом его возрастном периоде. Мы надеемся, что произвольное внимание наших детей будет достаточно сформировано благодаря общим усилиям и правильно выстроенной работе.

Игры на развитие произвольного внимания в домашних условиях:

Игра «Изобрази явление»

Цель: стимулировать внимание, учить точно и быстро реагировать на звуковые сигналы.

Взрослый спрашивает детей о тех явлениях в природе, которые бывают осенью. Дети отвечают: «Дует сильный, холодный ветер, падают листья, птицы улетают на юг, часто идёт дождь, на дворе лужи» и т.д.

Затем взрослый предлагает ребятам все эти явления изобразить движениями или жестами. Если они затрудняются, взрослый сам показывает те или иные движения, а потом просит детей придумать каждому своё движения или жест.

Далее взрослый включает музыку, дети танцуют или просто двигаются, как хотят. Как только музыка прекращается и звучит команда, например, «Дождь», дети выполняют соответствующее движение.

Игра «Найди отличия»

Цель: развивать внимание, мыслительные процессы.

Детям предлагается сравнить два предмета или две картинки между собой, назвать все отличия.

Игра «Весёлая зарядка»

Цель: развивать зрительное внимание и моторную память.

Взрослый показывает детям ряд различных физкультурных движений (по началу их должно быть не больше двух) и просит запомнить их последовательность. Затем эти же движения выполняются детьми одновременно со взрослым и, наконец, воспроизводятся разными детьми по очереди.

Варианты движений для рук.

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Хлопнуть в ладоши перед грудью. | 1. Руки вперёд. |
| 2. Хлопнуть в ладоши за спиной. | 2. Вытянуть в сторону левую руку |
| 3. Хлопнуть в ладоши у правого плеча. | 3. Вытянуть в сторону правую руку |
| 4. Хлопнуть в ладоши у левого плеча. | 4. Руки на пояс |
| 5. Руки вниз | |

1. Вытянуть в сторону правую руку.
2. Вытянуть в сторону левую руку.
3. Поднять вверх правую руку.
4. Поднять вверх левую руку.

1. Поставить на пояс правую руку.
2. Поставить на пояс левую руку.
3. Опустить вниз правую руку.
4. Опустить вниз левую руку.

Варианты движений для ног.

1. Топнуть правой (левой) ногой.
2. Поднять правую (левую) ногу и хлопнуть под ней в ладоши.
3. Присесть
4. Отвести вперёд (в сторону, назад) правую (левую) ногу.
5. Подпрыгнуть.

В качестве варианта усложнения можно предложить детям выполнить разученные движения в обратном порядке.

Игра-конструктор «Пифагор»

Цель: развивать произвольное внимание, зрительное восприятие.

Ребёнку предлагается сложить фигурку по образцу из нескольких геометрических фигур.

Упражнение «Четыре стихии»

Цель: развивать внимание, связанное с координацией слухового и зрительного анализаторов.

Взрослый говорит детям, что если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» - вытянуть руки вперёд, слово «воздух» - поднять руки вверх, слово «огонь» - произвести вращение руками.

Упражнение «Хлопни в ладоши»

Цель: развивать слуховое внимание, учить быстро реагировать на звуковые сигналы.

Взрослый говорит ребёнку: «Сейчас я буду называть разные слова. Когда я назову какое-нибудь животное – хлопни в ладоши». Слова: стол, книга, **лошадь**, стул, виноград, **собака**, ножницы, книга, туфли, карандаш, мяч, окно, **кошка**, сапоги, **коза**, стекло, дом, дорога, яблоко, дерево, ковёр, **лев**, стена, крыша, арбуз, санки, снег, **тигр**, кровать, тетрадь, вилка, лёд, ёлка, **заяц**, **волк**, галстук, лимон, **медведь**, дыня, чайник, тарелка, полка, масло, пальто, **белка**.

Игра «Позы»

Цель: стимулировать внимание, развивать умение точно и быстро реагировать на сигнал.

Дети изображают характерные позы животных: лисы, медведя, ежа, оленя. Далее звучит музыка (любая танцевальная) – дети танцуют или просто двигаются. На остановку музыки и команду, например «Медведь», принимают соответствующую позу.

Упражнение «Сделай по схеме»

Цель: развивать внимание, связанное со зрительно-моторной координацией.

Взрослый показывает детям картинку – схематическое изображение человека, у которого определённым образом расположены руки и ноги. Дети, глядя на схему, должны воспроизвести такое же положение рук и ног.

Игра «Прошёл, пробежал, проскакал»

Цель: развивать слуховое внимание.

Сначала дети двигаются друг за другом по кругу, прислушиваясь к тому шуму, который возникает при ходьбе, беге и прыжках. Затем дети садятся в ряд на стульчики, а один из них, вызванный взрослым, должен пройти, пробежать или проскакать за спинами детей. Дети, сидящие на стульчиках, слушают и отгадывают, каким способом передвигался их товарищ. После этого ребёнок, загадавший шумовую загадку, садится на стул, и следующий малыш встаёт за рядом стульев, чтобы начать двигаться любым из трёх способов.

Упражнение «Слушай хлопки»

Цель: стимулировать внимание, учить точно и быстро реагировать на звуковые сигналы.

Детям предлагается передать жестами дующий ветер и падающий снег. Затем взрослый говорит, что на один хлопок они должны изобразить ветер, на два – снег, на три – встать в круг. После этого включается музыка и дети двигаются как хотят. На остановку музыки и определённое количество хлопков выполняют требуемое движение.

Игра «Отгадай, что делаю»

Цель: развивать слуховое внимание.

Сначала детей знакомят со звуками, издаваемыми различными предметами. Взрослый предлагает детям выполнять действия: сначала один ребёнок отбивает мяч о пол; затем другой прыгает через скакалку; третьему предлагается стучать кубиком о кубик, строя

башню; четвёртому – завести ключиком заводную игрушку; пятому - подуть на вертушку; шестому – поиграть с неваляшкой.

Затем все дети садятся спиной к педагогу, а он начинает манипулировать с теми же предметами. Тот из детей, кто догадался, чем производится шум, поднимает руку и, не оборачиваясь, говорит о том, что он услышал. После ответа дети поворачиваются и проверяют правильность ответа. Затем шумовые загадки по очереди загадывает каждый из детей, выбирая для этого описанные выше предметы.

Упражнение «Будь внимателен»

Цель: стимулировать внимание, учить точно и быстро реагировать на звуковые сигналы.

Взрослый предлагает детям вспомнить и изобразить с помощью выразительных движений рук, ног, всего тела: кенгуру, кузнечика, лягушку.

Затем ребята под музыку двигаются по кругу. Через некоторое время музыка прекращается и на команду, например: «Кенгуру!», выполняется соответствующее движение.

Упражнение «Мышка – птичка»

Цель: стимулировать внимание, учить точно и быстро реагировать на словесную инструкцию.

Взрослый называет слово «мышка». Ребёнок, услышав это слово, должен присесть на корточки. Услышав слово «птичка», ребёнок должен встать и помахать руками. Затем взрослый выполняет действия, не соответствующие словам «птичка» и «мышка», т.е. мешает ребёнку правильно выполнять инструкцию. Ребёнок должен сосредоточиться только на словесной инструкции и не обращать внимания на помехи.

Игра «Говори»

Цель: развивать умение контролировать импульсивные действия.

Взрослый говорит ребятам: «Сейчас я буду задавать вам вопросы. Но на них отвечать можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори!» Давайте потренируемся. «Какое сейчас время года?» (Педагог делает паузу) «Говори!»; «Какого цвета у нас в комнате стены?»...» Говори!»; «Сколько лап у кошки?»...Говори!»; «В какое время года идёт снег?» и т.д.»

Упражнение «Кричалки-шепталки-молчалки»

Цель: развивать умение контролировать импульсивные действия.

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, жёлтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; жёлтая ладонь – «шепталка» - можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» - синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Закончить игру следует «молчалками».

Игра «Купание»

Цель: стимулировать внимание, учить точно и быстро реагировать на звуковые сигналы.

Дети ходят по кабинету, имитируя руками движения пловца. Когда взрослый хлопнет в ладоши один раз, дети останавливаются и молча открывают и закрывают рот («рыба»), если взрослый хлопнет два раза, играющие приседают, свернувшись в комок («черепашка спряталась от носорога»), на три хлопка – останавливаются, наклоняют голову и фыркают.

Игра «Поезд»

Цель: развитие зрительной памяти и внимания.

В игре участвует не более 5-6 детей.

Выбирается «паровозик», остальные дети – «вагончики». «Вагончики» встают друг за другом. Ребёнок – «паровозик» смотрит внимательно на «вагончики» и старается их запомнить. Потом он отворачивается, а взрослый спрашивает: «Кто стоит на втором, третьем месте, четвёртом месте?»

«Паровозик» отвечает. Затем сам становится «вагончиком». Выбирается другой «паровозик».

Игра «Придумай движение»

Цель: развивать воображение, слуховое внимание.

Дети придумывают движения на слова: нахохлившийся воробушек, сугроб, мороз, снег; танцуют под музыку. На остановку музыки и команду, например: «Снег», выполняют придуманное движение.

Игра «Слушай хлопки»

Цель: развивать воображение, слуховое внимание, способности к сознательной мобилизации усилий для достижения цели.

Дети придумывают движения на слова: сосулька, капель, ручеёк.

Договариваются со взрослым, что на один хлопок они изображают сосульку, на два хлопка – капель, на три – ручеёк. Танцуют под музыку. На остановку музыки и определённое количество хлопков выполняют соответствующее движение.

Игра «Придумай и запомни позу»

Цель: развивать моторно-слуховую память, воображение.

Дети придумывают позы к словам: цветок, радостное известие, удивление, вкусная конфета. Затем звучит музыка. Ребята выполняют различные танцевальные движения.

Игра «Филя, где ты?»

Цель: развивать навыки произвольного поведения.

Дети становятся полукругом, ведущий – в центре. Ребята отворачиваются и закрывают глаза. Ведущий тихо дотрагивается до плеча одного ребёнка. Это означает, что именно он будет Филей. Все остальные котятами. По сигналу дети открывают глаза и поворачиваются. Никто не знает, кто - Филя. Ведущий зовёт: «Филя, где ты?». Филя не отзывается. Ведущий зовёт ещё раз. И только на третий зов Филя «рычит» и бросается на котят. Если котёнок успел присесть на корточки, его ловить нельзя. Пойманные котята выходят из игры. Выигрывает тот, кто останется непопманным.

Игра «Канон для малышей»

Цель: развивать волевое внимание.

Играющие стоят по кругу. Игра идёт под небыструю музыку. Дети по очереди делают следующие движения: один приседает и встаёт, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встаёт и т.д.

Для развития волевого внимания и поведения так же рекомендуется использовать игры «Лабиринты», конструирование по образцу, графический диктант.

Автор: Хуторская Л.И.

Используемая литература:

1. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л. 30 занятий для успешного развития ребёнка 5 лет. М., 2008.
2. Картошина М.Ю. Конспекты логоритмических занятий в старших группах. М., 1999.
3. Катаева Л.И. Коррекционно-развивающие занятия с дошкольниками. М., 2000.

Консультацию подготовила Водолазова Е.А