



МБДОУ ЦРР – детский сад №8 «Сардаана»

РАЗВИВАЙСЯ

вместе с нами



№ 4

Газета для родителей и детей

17 ноября 2020 год



РАЗГОВОР НА ТЕМУ

Рассеянные дети

Что же такое внимание?

Внимание - это способность человека сосредоточиться на определённых объектах и явлениях. Из окружающего мира на нас одновременно воздействует большое количество источников информации. Усвоить всю поступающую информацию невозможно, да и не нужно. Но выделить из неё полезную, значимую в данный момент, важную для принятия правильных решений, совершенно необходимо. Эту функцию психической деятельности и выполняет внимание.

К основным свойствам внимания относятся: концентрация, объём, устойчивость, распределение и переключение.

Концентрация внимания - умение сосредоточиться на нужном объекте, отдельных его частях или признаках, способность вникнуть в проблему, задачу.

Объём внимания характеризуется количеством одновременно воспринимаемых и удерживаемых в сознании объектов. Для детей 6-7 лет число таких объектов колеблется от трёх до пяти.

Устойчивость внимания - это возможность длительного сосредоточения на одном и том же объекте, одной и той же проблеме.

Распределение внимания - это одновременное внимание двум или нескольким объектам при одновременном выполнении действий с ними или наблюдении за ними.

Переключение внимания - это перемещение внимания с одного объекта на другой или с одной деятельности на другую в связи с постановкой новых задач.

Причины рассеянности:

1. Повышенная утомляемость мозга, когда мозг работает активно 10-15 мин., а затем 3-5 мин. отдыхает, во время чего ребенок не воспринимает, что ему говорят, хотя кажется внимательно слушающим. С какими-либо нарушениями интеллектуального развития ММД не связана.
2. Достаточно часто причиной таких состояний является гиперактивность. Если диагноз будет подтвержден, то понадобится усиленная коррекция и, возможно, медикаментозное лечение.
3. Возможно, причиной рассеянности является чрезмерное увлечение чем-то одним, например, компьютерными играми и телефоном.
4. Неправильное питание. Возможно, вашему ребёнку не хватает витаминов или минеральных веществ.
5. Недосыпание. Укладывайте ребенка спать пораньше.
6. Усталость. Не переусердствуйте, стараясь развить у своего ребенка разнообразные таланты и отдавая его во всевозможные секции и кружки!

Рекомендации по работе с такими детьми:

- Развивать внимание можно при помощи различных игр. Предлагайте игры типа «найди отличия», «нарисуй по образцу», «съедобное – несъедобное».
- Научите ребенка рукоделию, требующему внимания – вышивке, бисероплетению, выжиганию.
- Необходимо избегать переутомления детей в течение дня.
- Необходимо как можно чаще показывать, рассказывать, совместно обыгрывать ту информацию, которая должна быть усвоена ребенком.
- Очень полезны для развития внимания настольные игры: мозаики, лото и т.п.
- Наберитесь терпения и не ждите немедленных успешных результатов.
- И главное – не ругайте ребенка, даже когда он откровенно «ловит ворон». Мягко направляйте и помогайте, давайте четкую пошаговую инструкцию. И чаще хвалите!

Алексеева Мария Ивановна, педагог-психолог.

ЭТО ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

Тест «Насколько внимателен ваш ребёнок?»

Ответьте на вопросы теста (выбирая вариант „А» или „Б»), а затем прочтите «ключ» и узнайте результат. Если вы не знаете, какой вариант вам больше подходит, выберите тот, что первым пришел в голову (наиболее вероятный).

1. Если кроха устал, он находит в себе силы сосредоточиться?

А Нет, внимание ускользает от него, даже если задание интересное.

Б Да, если я ему помогаю в этом.

2. Ваш ребенок быстро осваивается на новом месте?

Б Да, у него есть подобный навык.

А Нет, он немного теряется, робеет.

3. Часто ли ваш малыш расстраивается по пустякам?

А Да, такое бывает.

Б Нет, я замечаю, что он не очень обращает внимание на мелочи.

4. Часто ли вы сами проявляете невнимательность?

А Да, иногда мне бывает трудно сконцентрироваться.

Б Нет, я умею сосредотачиваться.

5. Тренируете ли вы внимательность своего малыша?

Б Да, но стараюсь, чтобы он при этом не слишком утомлялся.

А Нет, пока не приступали к тренировкам. Да и нужны ли они дошкольнику?

6. Если вы вдвоем с малышом рассматриваете картинку, замечает ли он детали?

Б Да, если сюжет картины представляет для него интерес.

А Чаще всего детали картины ускользают от него.

7. Ребенок сосредоточенно слушает музыку?

Б Да, если уровень музыкального произведения доступен ему.

А Нет, музыку воспринимает плохо.

8. В компании, где много детей и взрослых, внимание вашего ребенка рассеивается?

А Да, в обществе ему бывает сложнее сосредоточиться.

Б Нет, если компания дружелюбна, доброжелательна к нем

9. Есть ли у крохи проблемы с запоминанием стихов?

А Да, стихи с трудом заучивает.

Б Нет, запоминание стихов никогда не было для него проблемой.

10. Если вашего ребенка расспросить о подробностях содержания сказки (во что были одеты герои, кто и что говорил и т.д.), он легко ответит?

А Нет, такие детали в сказках он почти не воспринимает.

Б Да, ему доставляет удовольствие обращать внимание на детали.

Больше ответов А: Возможно, вам стоит уделять больше времени тренировке внимательности вашего ребенка, так как у него могут быть с этим проблемы.

Больше ответов Б: Скорее всего, ваш малыш внимателен от природы. Однако полностью пускать на самотек этот процесс нельзя. Развивайте этот навык, не забывая и о других способностях крохи.

Тест "Внимательный - невнимательный" – для взрослых

Ответьте «да» или «нет» на следующие вопросы:

1. Часто ли вы проигрываете из-за невнимания?

2. Разыгрывают ли вас друзья и знакомые?

3. Умеете ли вы заниматься каким-либо делом и одновременно слушать то, о чем говорят вокруг вас?

4. Находили ли вы когда-нибудь на улице деньги или ключи?

5. Смотрите ли вы внимательно по сторонам, когда переходите улицу?

6. Способны ли вспомнить в деталях фильм, который посмотрели два дня назад?

7. Раздражает ли вас, когда кто-то отрывает вас от чтения книги, газеты, просмотра телевизора или какого-либо иного занятия?

8. Проверяете ли сдачу в магазине сразу у кассы?

9. Быстро ли находите в квартире нужную вещь?

10. Вздрагиваете ли, если вас внезапно кто-то окликнет на улице?

11. Бывает ли, что вы одного человека принимаете за другого?

12. Увлечшись беседой, можете ли пропустить нужную вам остановку?

13. Можете ли вы, не мешкая назвать даты рождения ваших близких?

14. Легко ли вы пробуждаетесь ото сна?

15. Найдете ли вы в большом городе без посторонней помощи то место (музей, кинотеатр, магазин, учреждение), где побывали единожды в прошлом году?

По одному очку оцените ответы «да» на вопросы 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 13, 14, 15 и ответы «нет» на вопросы 1, 7, 10, 11, 12.

11 очков и больше. Вы удивительно внимательны и проницательны.

От 5 до 10 очков. Вы достаточно внимательны, не забываете ничего важного.

4 очка и менее. Вы очень рассеяны, и это является причиной многих неприятностей в вашей жизни.

ИГРАЕМ ВМЕСТЕ С СЕМЬЕЙ

Игра «Закончи предложение»

Цель: учить анализировать свое эмоциональное состояние.

Ход игры:

- Я обижаюсь, когда...
- Я сержусь, когда...
- Я радуюсь, когда...
- Я грущу, когда...

Упражнение «Негаданная радость»



Цель: учить детей понимать чувства, переживаемые другими; формировать навыки социального поведения.

Ход игры: в комнату вошла мама, с улыбкой посмотрела на своих детей и сказала:

-Заканчивайте, ребята, заканчивайте свою игру. Через час мы идем в цирк.

Мама подняла руку и показала билеты. Дети сначала замерли, а потом пустились в пляс вокруг мамы.

Выразительные движения: поднять брови, улыбнуться, смеяться, потирать руки одна о другую, причем одна может быть сжата в кулак, можно хлопать в ладоши, прыгать, пританцовывать.



Упражнение «Мышь и мышеловка»

Цель: развивать у детей чувство доброты, сопереживания, стремление поддерживать других; формировать доброжелательное отношение к животным.

Ход игры: необходимое число играющих 5-6. Все образуют круг, плотно прижимаются друг другу ногами, бедрами, плечами и обнимают соседа за талию – это «мышеловка» (или сеть), Водящий – в кругу. Его задача – всеми возможными способами выбраться из «мышеловки»: отыскать «дыру», уговорить кого-то раздвинуть играющих, найти другие способы действий. При этом взрослый следит, чтобы ноги «мышеловки» не пинали мышку, не делали ей больно. Если взрослый замечает, что мышенок загрустил и никак не может выбраться, он регулирует ситуацию, например, «Давайте все вместе поможем мышонку, расслабим ножки и ручки, пожалеем его».



Игра «Волшебные цветы»

Цель: учить детей понимать чувства, переживаемые другими.

Материал: контурные изображения розы, репей, лилии, резеды

Ход игры: игрокам предлагается стать волшебниками и оживит цветы. На контурном изображении цветов игроки должны нарисовать лица и раскрасить цветок.

РОЗА

Зовут меня розой
Примите меня.
Я очень душиста
И цветом нежна
По цвету и имя
Такое мне дали
И даже царицей
За пышность прозвали



ЛИЛИЯ

Я – лилия; с вами
Я буду дружна
Кротка и скромна я
И очень стройна
Люблю наклонившись
В ручей поглядеться
Позвольте мне с вами
В кружке повертеться!



РЕПЕЙ

Репей я колючий
Ко всем пристаю
Расту при дороге
У стенки стою
Задеть меня платьем
Прохожий боится
Нельзя ли хоть с вами
Репью подружиться



РЕЗЕДА

Чуть видным кусточком
Расту и всегда
И белым цветочком
Глядит резеда
Приятно лишь пахну
Хоть бледна окраска
Зато мне поскольку
Знакома и ласка



РАЗВИВАЕМ ВНИМАНИЕ, ПАМЯТЬ и МЫШЛЕНИЕ

Какие инструменты нужны каждому из этих людей?
Соедини.



Каких деталей не хватает, чтобы достроить крепость?
Найди место каждой детали. Проведи линию от детали к нужному месту.



Издается:
МБДОУ ЦРР – детский сад №8
«Сардаана»
с.Бердигестях МР «Горный улус»

Набор, верстка и печать осуществлены в
компьютерно-печатном центре ДОУ
Компьютерный набор и верстка:
Алексеева М.И.

Выпуск подготовила:
Педагог-психолог Алексеева М.И.