**Консультация для родителей  
«Воспитание усидчивости и внимания»**

**Подготовила воспитатель Карпенко Л.В.**

Дети дошкольного возраста могут сосредотачивать внимание только на интересных для них вещах, играх, предметах. Если ребёнку интересно, то он будет долго играть в одну и ту же игру, но если появится что-то более интересное, то его внимание сразу же переключается. Например, ребёнок с интересом смотрит мультфильм, открыв рот, но вот в комнату вбегает брат и начинает играть в машинки – всё, мультфильм потерял для него всякий интерес, и он уже присоединяется к брату, чтобы поиграть вместе.

Выделяют несколько качеств внимания:

• Ёмкость - означает количество объектов, которые человек может охватить одновременно;

• Скорость переключения – показывает, насколько быстро человек может переключить своё внимание с одной вещи на другую;

• Устойчивость – предполагает способность необходимое время концентрировать своё внимание на одном предмете.

• Избирательность – означает способность отсеивать лишнее и воспринимать лишь необходимое;

• Распределение – это способность одновременно выполнять несколько дел;

• Произвольность представляет собой сосредоточение внимания, когда это требуется, прикладывая для этого усилие воли.

Все эти качества необходимо воспитывать в ребёнке с самого раннего детства. Если какое-то из этих качеств не развито или развито плохо, то это приводит к проблемам в обучении и другим трудностям. Так, при маленькой ёмкости внимания ребёнок не сможет концентрироваться на нескольких предметах, удерживая их в уме. При неустойчивости внимания ребёнок постоянно отвлекается. При плохой избирательности внимания ребёнку не удаётся сосредоточиться на том, что требует выполнение поставленной цели.

Ниже приведены самые простые игры и упражнения, которые помогут вам в развитии внимательности у вашего ребёнка.

Упражнения на развитие внимательности:

• «Найди несколько отличий». Ребёнку предлагается рассмотреть две картинки и найти в них отличия. Для дошкольника достаточно будет обнаружить в картинках 5 отличий.

• «Найди одинаковые фигуры». Ребёнку предлагается карточка, на которой изображено несколько фигур, среди которых две – одинаковые. Он должен внимательно рассмотреть фигуры и найти схожие.

• «Ошибки художника» - это задание очень весёлое и забавное, поэтому нравится всем детям без исключения. Ребёнку предлагается рассмотреть картинку, на которой имеются ошибки. Ему нужно будет их найти. Например, на картинке нарисован пейзаж с цветами, которые растут наоборот, на дереве вместо листьев – грибочки и так далее.Хочу такой сайт

• «Угадай, чего не стало?». На стол выкладывается десять предметов, ребёнок их запоминает в течение одной-двух минут, после чего отворачивается, а взрослый один предмет убирает. Ребёнок должен назвать, что пропало. Другой вариант игры – предметы меняются местами. Предметы можно заменить картинками.

Продолжительность таких игр зависит от ситуации. Как правило, это 20–30 минут. Если вы замечаете, что ребёнок утомился раньше, то настаивать на продолжении не стоит. Если вы видите, что ребёнок спустя это время активно играет или выполняет задание, то лучше его не прерывать.

Усидчивость неразрывно связана с вниманием, и представляет собой способность саморегуляции и самоконтроля. Усидчивость не является врождённым качеством, она формируется в течение жизни. Усидчивый ребёнок обладает хорошим вниманием, он всегда выполняет начатое дело до конца и не бросает его на полпути. Если вы регулярно, а не время от времени, развиваете в ребёнке усидчивость, то одновременно с нею развивается память, внимание и интеллектуальные способности. Ребёнок начинает лучше запоминать, учится анализировать, выделять главное. Развивать в ребёнке усидчивость не так уж и сложно, главное - делать это постоянно, учитывая при этом, что для дошкольника ведущим видом деятельности является игра.

Рекомендации по развитию усидчивости.

• Играйте вместе с ребёнком, покажите ему, как нужно выполнять то или иное задание. Совместная деятельность объединяет семью и пробуждает в ребёнке интерес.

• Не забывайте, что, подбирая игры и упражнения, важно учитывать, чтобы они соответствовали возрасту и особенностям ребёнка.

• Занимаясь с ребёнком, исключите приказной тон. Если вы что-то хотите от ребёнка, то пусть это будет не приказ, а просьба.

• Обилие игрушек – не самое лучшее для развития ребёнка. Его внимание от такого разнообразия будет только хуже. Пусть игрушек будет меньше, но зато они будут представлять ценность для ребёнка, иметь развивающий характер, а не только развлекательный. Если вы всё-таки не можете не баловать своего ребёнка игрушками, то выберите две-три игрушки, а остальные уберите, постепенно их меняя.

• Отличным способом развить в ребёнке усидчивость являются лепка, рисование, аппликация и другие виды деятельности, которые требуют концентрации внимания.

К концу дошкольного возраста ребёнок уже может в некоторой степени управлять своим вниманием, которое постепенно начинает приобретать характер произвольности. Это является одной из составляющих готовности ребёнка к обучению в школе.