

Консультация для родителей «Как научить ребенка усидчивости и внимательности»

Подготовил: учитель-дефектолог
Торопова Ирина Михайловна

Усидчивость – это способность сосредоточиться на задании, удерживать внимание на протяжении продолжительного времени и завершать начатую работу. Внимательность же определяется как способность замечать важные детали, ориентироваться в обстановке и выполнять задания с учетом всех его требований.

Усидчивость и внимательность являются важными компонентами успешного обучения и общего развития ребенка. Они способствуют способности сосредоточиться на задании, выполнять его без отвлечений и с высоким качеством.

Усидчивости и внимательности играют важное значение в развитии ребенка:

- формируют познавательное развитие, способствуя более глубокому и качественному усвоению знаний, формированию критического мышления и развитию памяти;
- помогают социальной адаптации, так как дети, обладающие этими качествами, легче устанавливают отношения со сверстниками и взрослыми, так как могут внимательнее слушать и понимать других;
- способствуют эмоциональному развитию: контроль над вниманием и усидчивостью помогает детям лучше справляться с эмоциями, развивает саморегуляцию.

Можно выделить основные методы и приемы формирования усидчивости и внимательности у детей:

1. Игровые занятия. Использование игр, где нужно проявление усидчивости (например, пазлы, настольные игры-бродилки) с элементами соревнования способствуют развитию данных навыков в увлекательной форме.

2. Структурирование деятельности и занятий. Четкое планирование и разбивка заданий на небольшие этапы помогают ребенку сосредоточиться на каждой части задания, не перегружая его.

3. Регулярные перерывы. Обеспечение периодических перерывов в процессе обучения, особенно во время долгих занятий, позволяет предотвратить усталость и улучшить концентрацию.

4. Создание тихой рабочей среды. Обеспечение минимальных отвлекающих факторов в месте, где ребенок занимается (предметы быта, шум), позволяет ему сосредоточиться лучше.

5. Упражнения на внимание. Рекомендации по выполнению простых упражнений, таких как игры на запоминание, на внимание к деталям (например, находить отличия на картинках), помогают развивать эти навыки.

6. Настройка на успех. Поддержка инициативы ребенка, похвала за достигнутые успехи, пусть и небольшие, дает ему мотивацию и уверенность в своих силах.

Для того, чтобы помочь своему ребенку в развитии этих навыков, родителям необходимо поощрять разнообразные виды деятельности, включая хобби, которые

требуют от ребенка усидчивости (чтение, рисование, конструирование), а также принимать в них участие.

Так же важно применять положительное подкрепление: похвала и поддержка за проявление усидчивости и внимательности.

Совместные занятия и помощь в выполнении домашних заданий сформируют у ребенка привычку работать вместе, а родителю будет легче наблюдать за поведением ребенка: анализировать, в каких ситуациях он наиболее внимателен или, наоборот, отвлекается, и помогать ему справляться с трудностями.

Формирование усидчивости и внимательности – это процесс, который требует времени, терпения и последовательности как со стороны родителей, так и педагогов. Применение разнообразных методов и приемов может значительно улучшить эти качества у ребенка, что в дальнейшем положительно скажется на его учебной деятельности и социальной адаптации.

Список использованных источников:

1. Выготский Л.С. (2005). «Психология и педагогика.» Санкт-Петербург: Питер.
2. Эльконин Д.Б. (1998). «Психология игры.» Москва: Академия.
3. Мельникова И.А. (2010). «Развитие усидчивости у детей.» Москва: Издательство Педагогического университета.