

О внимании

Сегодня не нужно быть психологом или педагогом, чтобы знать, что концентрация внимания — одно из самых важных свойств психики.

Однако мало знать этот факт, важно помочь ребенку максимально развить способность к концентрации, от которой в будущем будет во многом зависеть успех в учебе, а затем на работе.

О том, как развивается внимание у дошкольников и в какие игры помогают в этом деле, рассказывает медицинский психолог Кристина Курош.

Как формируется способность к концентрации от рождения до 6 лет :

Развитие внимания начинается с *ориентировочного рефлекса*, когда младенец на 2–3-й неделе жизни реагирует на резкие изменения, происходящие вокруг него: сильный звук, внезапное появление какого-то предмета, новый яркий объект.

Следующий этап развития внимания называется «*комплексом оживления*», когда малыш откликается на лицо матери или другого близкого человека, концентрируясь на его чертах.

Затем постепенно младенец обучается различать мимику близких, отвечать на нее. Также малыш реагирует на движения взрослых, а затем и на объекты, на которые указывает мама и папа.

Приблизительно к 9–10-му месяцу ребенок учится управлять нашим вниманием с помощью *указательного жеста*.

А далее начинается магия. Магия речи.

Когда ребенок учится овладевать вниманием взрослого не только через жесты, но используя простые звуки и слова. С этого времени (примерно с года) малыш, не осознавая этого, становится на путь овладения своим собственным вниманием.

Специалисты различают два вида внимания: непосредственное (как у животных) и осознанное (чисто человеческое — сознательное). Вот это «человеческое внимание» и начинает развиваться из желания маленького ребенка управлять вниманием и поведением взрослого. Для того чтобы привлечь чье-то внимание к какому-либо объекту, нужно самому сконцентрироваться на нем и удерживать его в сознании.

Постепенно кроха приобретает способность к *произвольному вниманию*.

Именно оно будет определять успешность человека в том или ином виде деятельности.

Каковы условные нормы развития внимания ребенка .


Пока внимание ребенка непроизвольно (до года), длительность концентрации на объекте определяется стимулом, который привлек малыша. Например, насколько нов объект, который видит ребенок, насколько он необычен и как с этим объектом взаимодействует взрослый.

Самая интересная игрушка для малыша — та, с которой интересно играть с мамой.

Когда же внимание ребенка становится все более осознанным за счет речи, мы можем условно выделить определенные временные рамки, в которые ребенок способен концентрироваться и работать с определенным предметом. Разумеется, выделяя эти рамки, мы подразумеваем ту деятельность, которая требует волевого усилия.

Сюда не входит просмотр мультиков, картинок в гаджетах, так как при этом у малыша включается непроизвольное внимание.

Такое времяпрепровождение не только не способствует развитию произвольного внимания малыша,



но и вредит ему: ребенок не прилагает усилий к «добыче» информации, не учится удерживать внимание на «неинтересном», чтобы получить «интересное».

Если мы говорим об условных нормах времени концентрации, то следует ориентироваться на следующие показатели:

- Для ребенка 3 лет будет вполне достаточно 15 минут активной работы, после чего ему потребуется такой же перерыв.
- Для ребенка 4 лет — 20 минут работы и 20 минут перерыва.
- Шестилетка сможет работать 30 минут до перерыва.
- Начиная с 7 лет ребенок может работать до 45 минут подряд.