

Да помогнем на детето да усъвършенства вниманието и концентрацията си (част II).

Може би сте забелязали, че вашето дете е „невнимателно“, или сте чули тези думи от неговия учител? Изглежда сякаш непрекъснато витае из облаците... Дали детето действително е невнимателно или просто му е скучно в час? Ето на какво трябва да обърнат внимание родителите.

Обем, устойчивост, концентрация и други свойства на вниманието, които е необходимо да се развиват.

Вниманието притежава шест свойства. Нарушението на всяко от тях по свой начин се отразява на дейностите, които извършва детето.

1. Обем на вниманието.

При малък обем на вниманието детето не умее да се концентрира едновременно върху няколко предмета и да ги задържа в паметта си.

2. Устойчивост на вниманието.

3. Концентрация на вниманието.

Ако при извършване на някаква дейност детето бързо се увлича от странични спрямо основното неща, то това означава, че не може за продължително време да съсредоточи вниманието си.

4. Избирателност на вниманието.

Това свойство е изключително важно, за да съумее да се съсредоточи върху значим процес, като при това не обръща внимание на второстепенните отвличащи стимули. Проблемите с избирателността на вниманието възпрепятстват довеждането на започнатото до край.

5. Разпределяемост на вниманието.

На детето му е сложно да изпълни две задачи едновременно.

6. Превключваемост на вниманието

Способност бързо и лесно да се премести вниманието от едно действие върху друго. Ако детето с усилие прехвърля вниманието си от един обект върху друг, като превключва твърде бавно, то е необходимо да се развие гъвкавост на вниманието.

Наблюдавайте кое е сложно за детето: да възприеме информацията визуално или слухово? Отчитайки това, вие ще съумееете по-успешно да подберете игри и упражнения за усъвършенстване на неговото внимание.

Ето няколко предложения:

✚ „Запомни всичко“ – упражнение за концентация и разпределяемост на вниманието.

Предложете на детето внимателно да разгледа някакъв предмет, без да го докосва (например – настолната лампа, вазата или връзката с ключовете). След това нека детето затвори очи и се постараете да опише предмета. Какъв е неговият цвят, размер и т.н.?

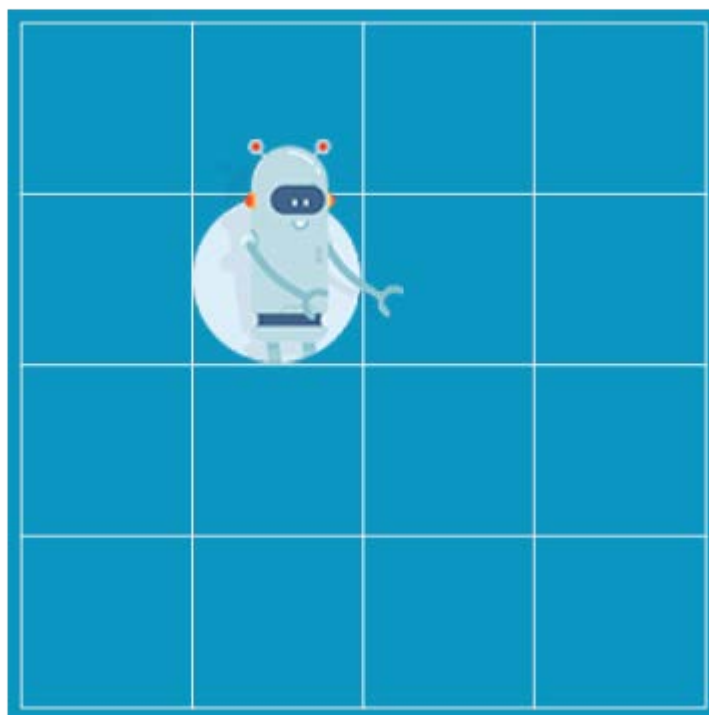
✚ „Какво се е променило?“ – упражнение за обем на вниманието.

Поставете на масата десетина предмета. Може да използвате канцеларски принадлежности: химикали, молив, линия и т.н. Помолете детето да запомни как са разположени предметите. След това го помолете да затвори очи и да преброи до 20. През това време разместете местата и подменете някои от предметите или пък приберете всичко. Предложете на детето да отвори очи и да каже какво се е променило и къде е било мястото на предметите първоначално.

✚ „Забранената цифра“ – упражнение за концентрация и разпределяемост на вниманието.

Бройте на глас до 41, като не назовавате числата, които съдържат цифрата 4. Вместо тях казвайте: „Няма да сбъркам.“ Предложете на детето да повтори упражнението.

✚ „Догони робота“ – упражнение за избирателност, концентрация и устойчивост на вниманието.



Предложете на детето да разгледа картинката с робота и му кажете, че той ще се придвижва нагоре, надолу, наляво и надясно по ваша команда. Продиктувайте няколко хода напред и помолете детето да посочи квадратчето, на което се е преместил роботът след вашите команди. Не бива да се движи по полето, като посочва с пръст.

✚ **„Слушам и смятам“ – упражнение за разпределяемост на вниманието.**

Прочетете някакво изречение, като едновременно с това почуквате с молив по масата. Детето трябва да запомни текста и същевременно да преброи количеството на почукванията.

✚ **„Чета и броя“ – упражнение за превключваемост и разпределяемост на вниманието.**

Предложете на детето да прочете текст, като заедно с това преброи количеството думи в него. При броенето не бива да използва пръстите си.

За допълнителни въпроси и дискусии във връзка с публикуваните материали от „Съветите на училищните психолози“ се свържете с нас чрез мобилните ни телефони или онлайн.