

## Упражнения на развитие внимания детей 5 – 7 лет.

Внимание – это важнейшее качество, которое характеризует процесс отбора нужной информации и отбрасывания лишней.

Внимание обладает определенными свойствами: объемом, устойчивостью, концентрацией, избирательностью, распределением, переключаемостью и произвольностью. Нарушение каждого из перечисленных свойств приводит к отклонениям в поведении и деятельности ребенка. Ребенок любит играть. Свои самые первые навыки, умения, знания он получает именно через игру. Поэтому наша задача - не превращать работу по развитию внимания, памяти, мышления и другие навыки в скучные занятия, а играть с ребенком.

Лучше заниматься вместе с детьми, ведь лишнее спокойствие и внимание не повредили пока ни одному родителю.

**Упражнение 1.** Посмотрите на незнакомую картинку в течение 3-4 сек. Перечислите детали (предметы), которые запомнились. Чем больше деталей заметил ваш ребенок и вы, тем лучше.

### Упражнение 2. Игра "Что изменилось?".

Игра проводится так. Мелкие предметы (ластик, карандаш, блокнот, спичка и т. п. в количестве 10-15 штук) раскладывают на столе и накрывают бумагой. Кто первый желает проверить свою наблюдательность, пожалуйста, просим к столу! Ему предлагают в течение 30 секунд (считают до 30) ознакомиться с расположением предметов; потом он должен повернуться спиной к столу, а в это время три или четыре предмета перекладывают на другие места. Снова 30 секунд дается на осмотр предметов, после чего опять накрывают их листом. Теперь спросим играющего: что изменилось в расположении предметов, какие из них были переложены?

Ответы оцениваются в очках. За каждый правильно указанный предмет играющему засчитывается в выигрыш 1 очко, но зато и за каждую ошибку 1 очко снимается из числа выигранных. Ошибкой считается, когда назван предмет, который не перекладывался на другое место. Перемешаем свою "коллекцию", разложив предметы в другом порядке, и позовем к столу другого участника игры. Так один за другим пройдут испытание все участники команды.

### Упражнение 3. «Зачеркни букву»

Для развития устойчивости внимания дайте ребенку небольшой текст (газетный, журнальный) и предложите, просматривая каждую строчку, зачеркивать какую-либо букву (например, а). Фиксируйте время и количество ошибок. Ежедневно отмечайте результаты в графике и проанализируйте их. Порадуйтесь вместе с малышом успехам. Затем для тренировки распределения и переключения внимания измените задание. Например, так: "В каждой строчке зачеркни букву а, а букву п - подчеркни". Или так: "Зачеркни букву а, если перед ней стоит буква р, и подчеркни букву а, если перед ней стоит буква н". Фиксируйте время и ошибки. Не забудьте похвалить малыша.

#### **Упражнение 4. «Сколько чего»**

Ребенку предлагается осмотреть комнату в квартире и назвать как можно больше имеющихся в ней предметов, начинающихся на звук «к» или «т», или «с». Можно называть не только целые предметы, но и их детали. Далее можно попросить «засечь вниманием» круглые и полукруглые предметы, затем – квадратные и прямоугольные. Далее деревянные, потом – металлические, затем – предметы из стекла. Можно обратиться и к цвету, окраске предметов: черные, серые, синие, зеленые и т.п.

#### **Упражнение 5. «Повтори быстро»**

Ведущий договаривается с играющими, чтобы они повторяли за ним любые слова только тогда, когда он произносил слово «повторите». Далее идет быстрый диалог – «перестрелка».

-Ну, начали! Повторите – «стол»

Играющие говорят: «Стол»

- Повторите – «окно»

Играющие говорят: «Окно»

- Скажите – «улица». Быстро – «кошка» и т.д.

#### **Упражнение «Дальтоник» для взрослых**

При внешней простоте это довольно сложное упражнение. Называйте вслух при чтении следующего цветного текста цвета слов. Именно цвета, а не то, что написано. Хорошо, если после тренировки вам в принципе это удалось сделать без ошибок.

**Красный. Зеленый. Синий. Желтый. Фиолетовый. Оранжевый. Коричневый. Синий.**  
**Красный. Черный. Зеленый. Голубой. Желтый. Коричневый. Черный. Зеленый. Синий.**  
**Фиолетовый. Голубой. Желтый. Черный. Красный. Оранжевый. Коричневый.**