

## **Развитие психических процессов у детей: внимание, память, мышление, усидчивость.**

Как тренировать умение думать и развить внимательность и усидчивость? Наш сегодняшний разговор пойдет о том, как подготовить ребенка к школе в аспекте памяти, внимания и мышления. Ребенку 6-7 лет еще трудно одновременно делать несколько дел одновременно: и выполнять задание, и следить за его оформлением. По научным данным даже взрослый человек может удерживать в фокусе внимания от 4 до 6 предметов или явлений одновременно. А добавьте сюда еще и то, что малышу очень интересно посмотреть, что делает сосед по парте, что происходит за окошком класса. Да и учительница продолжает что-то говорить, поправляет кого-то, делает замечания – и малыш не может ее не слушать. Ребенку приходится переключаться одновременно не между двумя задачами, а между четырьмя-пятью и более. Поэтому нагрузка на мозг даже подготовленного в смысле знаний и умений ребенка очень велика. Для успешной учебной деятельности малыш должен обладать сформированным умением переключать внимание, способностью его концентрировать, иметь хорошую память и развитое мышление. Как мы можем помочь своему ребенку в этом? Оказывается, и память, и внимание, и мышление можно (и нужно!) тренировать. Причем, касается это не только будущих первоклассников. И младшим дошкольникам, и подросткам, и взрослым людям делать это так же необходимо.

Существует множество игр для развития внимания. Приведу лишь некоторые из них:

- ✓ Игра с мячом «съедобное-несъедобное» помогает развивать быстроту не только физической, но и умственной реакции.
- ✓ Игры типа «Сова» или «День-ночь» развивают реакцию и внимание.
- ✓ Все игры из серии, когда ребенок должен по определенному сигналу взрослого делать какие-либо действия (например, если взрослый поднял правую руку – хлопнуть, если левую – топнуть и т.п.) тренируют умение быстро переключаться между заданиями.
- ✓ Искать на картинках «10 отличий».
- ✓ Таблицы Шульте с цифрами и буквами (табличка с расположенными в ней в хаотическом порядке знаками, которые нужно отыскивать и называть в порядке алфавита для букв или убывания-возрастания для цифр).

✓ В тексте находить буквы: например, зачеркивать все буквы «а», а буквы «р» обводить в кружочек. Подсчитать, сколько в тексте определенных букв.

✓ Переписываться зашифрованными разными способами записками.

Выполнять графические диктанты.

✓ Играть в «морской бой».

✓ Соединять рисунок по пронумерованным точкам.

✓ Играть в «крестики-нолики» в уме, без рисования на бумаге.

✓ Играть в «Птичку в клетке» — в нарисованном квадрате 3x3 в уме надо перемещать воображаемую птичку по клеточкам в соответствии с указаниями ведущего, пока она не попадет в центральную клетку.

✓ Собирать пазлы, складывать мозаики, собирать модели из конструктора.

## ПАМЯТЬ

Одним из необходимейших условий успешного обучения ребенка является хорошая память. Что значит «хорошая»? Это значит, что память ребенка имеет достаточный объем и достаточную скорость процессов запоминания и воспроизведения. Все эти параметры поддаются тренировке, и есть методы их улучшить. Но для начала разберемся с тем, что такое память и какой она бывает.

Мы, родители, можем помочь своему ребенку, путем упражнений и тренировок увеличивая объем его памяти. Кроме того, старшего ребенка можно научить пользоваться мнемоническими правилами для запоминания какой-то информации. Сделать это проще всего в ходе игры. Попросите малыша запомнить несколько несвязанных между собой слов. Не получается? А если попробовать придумать предложение, в которое входили бы все эти слова? Уже лучше! Это правило называется «метод построения ассоциаций». Есть и другие правила: попытаться найти что-то общее в том, что надо запомнить с тем, что ребенок уже знает (построение аналогии). Или использовать для запоминания рифмовки. Как тут не вспомнить знаменитые ««жи» «ши» пиши с буквой «и»» или «шестью шесть – тридцать шесть»? Еще можно использовать для запоминания первые буквы слов (или буквы одного слова, которое надо запомнить), строя предложения с ними: это правило все мы используем для запоминания цветов радуги: «Каждый охотник желает знать, где сидит фазан». Используя эти и другие приемы можно значительно расширить способность ребенка к запоминанию информации.

И, конечно, не забываем про игры на развитие памяти:

- ✓ Ставить перед ребенком ряд предметов или картинок. А потом убрать одну (или несколько) из них, и просить малыша назвать ту, которой не стало.
- ✓ Играть в любые игры типа «мемори».
- ✓ Учить наизусть стихи и песенки.
- ✓ Играть на запоминание цепочки слов: играющие по очереди называют слова, составляя из них «цепочку», каждый следующий игрок должен повторить три (четыре, пять) предыдущих слова из «цепочки» и добавить к ним свое.
- ✓ Внимательно разглядывать любую картинку в книге, а потом закрыть ее и по памяти отвечать на вопросы о том, что на ней изображено.

## МЫШЛЕНИЕ

Вот список игр, которые вам помогут потренировать абстрактно-логическое мышление малыша:

- ✓ Решать любые головоломки.
- ✓ Играть в логические настольные игры: шашки, шахматы, рэндзю, триктрак и т.п.
- ✓ Решать логические задачи (их много в любом печатном пособии для развития детей дошкольного возраста).
- ✓ Разгадывать загадки, ребусы.
- ✓ Играть в игры на классификацию: «Что бывает...» (Что бывает горячим? Чайник, солнце, любовь), «Назови одним словом» (ботинки, тапочки, сандалии – обувь); «Назови пять» (назови пять имен девочек, пять домашних животных, пять марок автомобилей).
- ✓ Выделять системы и подсистемы: «Часть-целое» (из чего состоит паровоз, цветок, книжка).
- ✓ Играть в игры на определения места явления или предмета во времени: «Чем было раньше – чем будет потом» (глина-кувшин-осколки, икра-головастик-лягушка). Или наоборот, расставлять фазы в нужном временном порядке.
- ✓ Играть в игры на определение функционального назначения предмета: что скрывается под словами «леталка», «прыгалка», «копалка»? Почему машину называют «вездеход», а определенный вид посуды «самовар»?

И когда ваш малыш, вооруженный хорошей памятью, способностью управлять своим вниманием и гибким, креативным мышлением пойдет в школу, то даже если он не знает ни одной буквы английского алфавита, не умеет читать и считать, не знаком с 156 (или сколько там?) видами травоядных динозавров, то ему все будет даваться легко и просто, и учеба доставит ему только приятные эмоции. А ведь желание получать знания – это самое главное в обучении.

Без упорства обучение невозможно. Оно необходимо, если не сразу понимаешь правило по грамматике или приходится читать страницу в учебнике по истории во второй раз, чтобы запомнить содержание. Выдержка школьнику необходима, потому что с помощью большого количества упражнений можно оптимизировать процесс усвоения информации в определенных областях мозга.

Терпению дети могут и должны научиться. Начинается все с тренировки внимания. Шестилетки способны сконцентрироваться лишь примерно на 15 минут, дети девятилетнего возраста – уже на 20 минут, двенадцатилетние – на полчаса. Естественно, дети, которые в дошкольном возрасте научились сосредотачиваться на выполняемом задании, в возрасте 11-12 лет учатся лучше, чем те, кто уже в четырехлетнем возрасте имел проблемы с концентрацией внимания.

Поэтому очень важно уделять достаточное внимание специальным упражнениям – лучше всего в игровой форме – для развития усидчивости ребенка. Погружаясь в работу, ребенок тренируется решать проблемы и концентрировать свое внимание. Если не удастся научить малыша концентрироваться с детства, последствия могут быть очень неприятными. В школе дети, которые не научились спокойным играм и упорному труду, часто сталкиваются с проблемами как в учебе, так и в вопросах дисциплины.

Они не могут внимательно слушать на уроках, запоминать учебный материал и затем применять его на практике.

Контролировать себя, прежде всего когда выполняемое задание утомляет, а по телевизору идет интересная передача, – значит, иметь способность дожидаться вознаграждения, которое последует не сразу. Этой способности дети должны учиться практически с рождения. Чтобы уметь контролировать инстинкты, нужно понимать, что не все потребности мгновенно

удовлетворяются. Дети хотят всегда все и сразу, лишь на четвертом году жизни они понимают, что существует не только настоящее, но и прошлое, так же как и будущее. Уже четырехлетние дети могут относительно хорошо выдерживать ожидание. Тот, кто в этом возрасте обретает контроль над собой, став подростком, будет более компетентным в социальном плане: он сможет легче справляться с неудачами, будет увереннее в себе и заслужит более высокие оценки в школе.