«Какие методы позволяют улучшить концентрацию ребёнка 6–7 лет?»

Подготовил воспитатель
МБДОУ д/с № 10
Зыбцева Л.С.

Зачастую родители сталкиваются с тем, что при выполнении домашнего задания с детьми, будь то в детском саду, на дополнительных занятиях или в школе, их ребёнок не проявляет особого интереса к деятельности. Ему тяжело сосредоточиться, он рассеян, часто отвлекается на что-то более интересное и занимательное.

Чем же это обусловлено? Всё дело в том, что к ближе к 7 годам, ввиду возрастных особенностей, ведущий вид деятельности ребёнка с игры только начинает сменяться на учебную деятельность. Простыми

Да, у ребенка «просыпается» интерес к познанию нового, и он может быть сосредоточен на той деятельности, которая дается с некоторым волевым усилием. Но произвольность все еще продолжает формироваться, и ребенку не всегда легко быть усердным и долго заниматься однообразным делом. Он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное и привлекательное.

И главная задача родителей, понять это, принять и найти оптимальное решение проблемы.

Делюсь несколькими способами улучшения концентрации ребенка, которые помогут ребёнку и родителям в этот непростой период:

До начала выполнения домашнего задания или в период отдыха (5-7 минут):

1. «Минутка тишины» - предложите ребёнку принять удобное положение и не разговаривать в течение минуты. При этом, важно сосредоточить его взгляд на каком-то визуальном объекте: на песочных часах, стеклянном шаре с блёстками и т. п.

2. Зрительная/пальчиковая гимнастика – помогут не только переключить внимание ребёнка, но и благоприятно влияют на укрепление мышц глаз, улучшение аккомодации/развитие мелкой моторики пальцев рук

3. «Музыкальная пауза» - предложите ребёнку принять удобное положение тела, закрыть глаза и включите успокаивающую мелодию. Это может быть пение птиц, шум моря и т. п.

4. Дыхательные упражнения – помогут улучшить кровообращение и ускорить обменные процессы в организме. Для проведения подобных упражнений можно использовать воздушный шарик, трубочки, мыльные пузыри, а также можно обойтись без оборудования, используя технику «квадратного дыхания»

Во время выполнения домашнего задания:

1. Использование звуковых сигналов – взрослый может воспользоваться колокольчиком, звонком, погремушкой и т. д. для привлечения внимания ребёнка

2. Использование визуальных сигналов – это может быть использование яркого света фонарика, поднятие руки и т. д.

3. Использование интерактива/ярких картинок – используйте короткие фрагменты мультфильмов, презентации или картинки, соответствующие тематике задания

Эти методы могут быть применимы не только родителями, но и педагогами при организации занятий.