*Консультация для родителей на тему*

*«Как преодолеть рассеянность у ребёнка?»*

Рассеянность - это психическое состояние, для которого характерно отсутствие сосредоточенности, внимания.

Рассеянный ребёнок не умеет выделять главное при наблюдении в деятельности, следовать чёткому порядку, быть организованным и исполнительным.

Обычно рассеянность – результат неправильного воспитания. Если ребёнок приучен к порядку, усвоил навыки дисциплины и организованности, привык заканчивать начатое дело, он не может быть рассеянным. И наоборот, если родители позволяют нарушать режим, а беспорядок в уголке ребёнка и его забывчивость расценивают как мелочи, то незаметно в поведении дошкольника появляются неорганизованность и рассеянность.

Что можно сделать, чтобы воспитать внимание, сосредоточенность у ребёнка, преодолеть его рассеянность?

Прежде всего, не следует упрекать дошкольника и наказывать его за несобранность, забывчивость, неаккуратность. Необходимо терпеливо тренировать его в правильном поведении, учить преодолевать свои недостатки. Для этого должен строго соблюдаться четкий режим дня. Режим не позволяет менять занятия по настроению, требует сосредоточивать внимание и волю на начатом деле и доводить его до конца. Приучая ребёнка к выполнению режима, ему напоминают, что нужно сделать, контролируют его действия. Постепенно соблюдение режима войдёт в привычку, ребёнок научится ответственно относиться к различным обязанностям.

Для воспитания сосредоточенности, внимания важно создать некоторые внешние условия и устранить то, что может отвлечь ребёнка. Родители порой сами виноваты в детской рассеянности. Например, делают замечания ребёнку за то, что он часто отвлекается от занятий. Но в это время в соседней комнате они включают телевизор, и ребёнок мысленно тоже с ними, временами оставляет своё занятие и заглядывает к ним. Важно не отвлекать детей от дела, уважать их работу. Конечно, не всегда можно устранить то, что мешает. Иногда к помехам приходится приспосабливаться. Проявить сосредоточенность, внимание ребёнок может только в том, что его захватило, увлекло. Он любит мастерить, ухаживать за комнатными растениями и животными, следить за своим аквариумом и т.д. Поощряя такие занятия, родители внушают ребёнку, что растения, если их не поливать, или рыбки, если их не обеспечить кормом, могут погибнуть. Так у ребёнка появляется чувство ответственности. Постепенно ребёнок усваивает, что не все дела только приятны и увлекательны, что необходимо делать и то, что не очень интересно, но полезно семье и ему самому, что для достижения цели нужно приложить усилия. Но нельзя перегружать детей длительными, монотонными занятиями.

Внимательность, сосредоточенность ребёнка лучше всего тренируется в игре. Например, возьмите много мелких предметов ( пуговицы, орехи, камешки), рассыпьте их по столу. Пусть ребёнок постарается запомнить, какие вещи лежат на столе. Закройте предметы бумагой и предложите сыну ( дочери) назвать всё, что лежит под ней. Каждый правильно названный предмет вынимайте. Игра будет интереснее, если в ней примут участие папа, мама, сестрёнка или сверстники ребёнка.

Рекомендуем ещё одну игру. Поставьте рядом 5-6 игрушек. Ребёнок закрывает глаза, а в это время с игрушками происходят какие-то изменения: исчезает одна из игрушек, меняется их расположение, добавляется новая игрушка. Открыв глаза, ребёнок должен сказать, что изменилось. Постепенно количество игрушек увеличивается до 10. Ещё сложнее заметить, какие изменения произошли с куклой: появился бант, исчезла туфелька, изменилась причёска и т.д.

Предлагаемые игры не требуют много времени, но велико их значение в преодолении у дошкольника рассеянности и воспитании внимательности.

Воспитание у детей воли, чувства ответственности и долга развивает сосредоточенность и предупреждает рассеянность.