

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №206» комбинированного вида
(МБДОУ «Детский сад №206»)

Игровой сеанс
«Психопрофилактика нарушений произвольного внимания у детей
дошкольного возраста»

Составитель:
Кремнева Ю. Н.,
педагог-психолог

Игровой сеанс «Психопрофилактика нарушений произвольного внимания у детей дошкольного возраста»

*«Внимание – это та дверь,
через которую проходит все,
что только входит в душу человека
из внешнего мира»*

К.Д. Ушинский

На сегодняшний день нарушения внимания дошкольника - одна из актуальных проблем, которая становится более заметной, когда ребенок уже пошел в школу. Невнимательность, неумение сосредоточиться, сколько - либо долго удерживать внимание при выполнении различных заданий – все это сказывается на учебной деятельности. Решение данной проблемы возможно в рамках психопрофилактики. Существуют средства, методы и способы, которые можно применять уже в период дошкольного детства.

Произвольное внимание - это сосредоточенность сознания и воли человека не на том, что для него представляет интерес или что ему приятно, а на том, что он должен делать. Именно эта сосредоточенность является одним из основных условий успешного обучения ребенка. Говоря о развитии произвольного внимания, имеют в виду совершенствование его свойств, к которым относятся:

- объем - количество предметов, которые могут быть восприняты одновременно;
- концентрация - степень сосредоточенности на предмете;
- распределение - возможность выполнять несколько действий одновременно, удерживать во внимании несколько предметов;
- устойчивость - длительность сосредоточенности на предмете (явлении)
- переключаемость - сознательный перенос внимания с одного предмета на другой.

Умение концентрировать внимание имеет большое значение для результатов любого труда, особенно умственного. Ребенок, умеющий внимательно слушать объяснения взрослого, легче запоминает и быстрее усваивает материал, эффективнее работает. Дети дошкольного возраста склонны к отвлекаемости и сложности сосредоточения на чем-то малоизвестном и неважном для них. Причины этому могут быть следующими:

- общее расстройство нервной системы (болезни лор-органов и др.);
- быстро возникающее утомление;
- эмоциональная перегрузка большим количеством впечатлений;
- разбросанность интересов (ребенок посещает несколько кружков, секций)
- неправильное воспитание в семье (отсутствие режима дня);

- недостаточное развитие эмоционально - волевой сферы (например, сниженная самооценка, неуверенность в своих силах, страх перед неудачами).

Для расширения объема внимания и развития устойчивости, сосредоточенности, распределения и переключения, а также для профилактики нарушений внимания у детей среднего и старшего дошкольного возраста необходимо использовать разнообразные развивающие игры, игры и упражнения на психорегуляцию и развитие внимания.

Игра «Да и нет не говорить, черное и белое не носить»

Ребенку предлагается поиграть в вопросы и ответы. На вопросы можно отвечать по-разному, но необходимо соблюдать одно правило: нельзя произносить запретные слова, например «да», «нет», «черное», «белое». Взрослый задает такие вопросы, ответы на которые предполагают использование запретного слова, например: «Снег черный?», «Крокодилы летают?». Ребенок должен найти такую форму ответов, чтобы выполнить правила игры. Игру следует начинать с одного запретного слова, постепенно вводя другие.

Игра «Восковая фигура»

Дети свободно передвигаются по площадке, выполняют разные движения головой, туловищем, ногами. По команде водящего «Скульптура!» каждый участник должен замереть в той позе, в какой его оставил «скульптор». Тот, кто пошевелился, выбывает из игры.

Игра «Будь внимателен»

Ребенок выполняет гимнастические упражнения по словесной команде, например «Зайчики!» - прыжки на месте; «Птицы!» - взмахи руками; «Лягушки!» - приседание и подскоки вприсядку и т.д. Команды должны быть разнообразными и подаваться с различными интервалами.

Игра «Самый зоркий»

Для этой игры необходимо иметь набор предметных или сюжетных картинок. Детям на несколько секунд, под счет «раз, два, три – внимательно смотри!», показывается та или иная картинка. Затем она прячется и ее следует быстро отыскать среди четырех-пяти других.

Игра «Что лежит в сундучке?»

Для игры необходимо иметь от шести до десяти предметов, знакомых детям. Например, матрешка, кукла, пирамидка, цыпленок, петрушка, курочка, зайчик, медвежонок, обезьянка и сундучок (им может быть раскрашенная картонная коробка). Задача: внимательно посмотреть на игрушки и постараться их запомнить. Затем дети закрывают глаза. В это время воспитатель прячет одну, две или три игрушки в сундучок. После этого дети называют, какие игрушки спрятались в сундучке.

Игра «Что увез медвежонок?»

На столе на цветных кружках бумаги группами по три – пять предметов расположены разные игрушки. В одном варианте все группы могут состоять из одинакового количества предметов, в другом, более сложном – двух видов: например, три группы по три предмета и две – по четыре. Предметы в группах

однородные: грибки, кубики, стаканчики, чашечки и т.д. В начале игры дети рассматривают предметы, пересчитывают их, узнают их количество. Затем появляется на грузовой машине медвежонок: «Я хочу с вами поиграть, проверить, какие вы внимательные и умеете ли вы хорошо считать. Закройте глаза, я сейчас погружу в машину все, что захочу, и уеду. Как только я скажу: «Пора, детвора!» - глаза открывайте и игрушки называйте. Надо их назвать и еще пересчитать!» По сигналу медвежонок дети закрывают глаза, медвежонок каждый раз берет разное количество игрушек из групп или забирает полностью одну группу (остается только бумажный круг, на котором игрушки стояли). Дети называют, сколько и каких игрушек в кузове у медвежонок или сколько всего игрушек у него в машине. Диалог с детьми ведет медвежонок, спрятав машину за стол. Он спрашивает: «Кто скажет, какие игрушки я взял?» Когда дети перечислят, он заглядывает за стол, где стоит машина, и говорит: «Правильно!» или: «Нет! Ошиблись!» Затем спрашивает: «А сколько грибочков? А сколько кубиков?» Каждый раз он заглядывает в кузов машины и подтверждает, правильно ли отвечают дети. «А теперь самый трудный вопрос, - говорит медвежонок, - сколько всего игрушек в моей машине?»

Игра «Будь внимателен!»

Называйте детям различные слова: стол, кровать, чашка, карандаш, медведь, вилка и т.д. Они внимательно слушают и хлопают в ладоши тогда, когда встретится слово, обозначающее, например, животное.

В другой раз предложите, чтобы дети вставали каждый раз, когда услышат слово, обозначающее растение. Затем объедините первое и второе задания, т.е. дети хлопают в ладоши, когда слышат слова, обозначающие животных, и встают при произнесении слов, обозначающих какое-либо растение.

Игра «Что изменилось?»

Все дети становятся в одну шеренгу. Ведущий вызывает одного ребенка и предлагает запомнить внешний вид каждого участника игры. На это дается 1-2 минуты. После этого ребенок отворачивается или выходит в другую комнату. Участники игры вносят мелкие изменения в костюм или прическу: можно приколоть значок или, наоборот, снять его, расстегнуть или застегнуть пуговицу, поменяться друг с другом местами, изменить прическу и т.д. Затем запоминавший должен назвать те изменения в костюмах товарищей, которые ему удалось заметить.

Можно видоизменить эту увлекательную игру: разложите на столе перед ребенком 10 предметов, попросите его отвернуться и в этот момент поменяйте расположение предметов. Затем предложите ответить, что же изменилось.

Игра «Птица – не птица?»

Дети внимательно слушают и, если прозвучит слово, обозначающее не птицу, необходимо подать сигнал - топнуть или хлопнуть. Обязательно спросите ребенка, что неправильно. Уточните: «А муха - это кто?»

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

Мухи и стрижи...

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

Аисты, вороны,

Галки, макароны.

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

лебеди, куницы,

Галки и стрижи,

Чайки и моржи

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

Чибисы, чижки,

Сойки и ужи.

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

Чайки, пеликаны,

Майки и орланы.

Голуби, синицы,

Цапли, соловьи,

Окуни и воробьи.

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

Утки, гуси, совы,

Ласточки, коровы.

Прилетели птицы:

Голуби, синицы,

Палки и стрижи,

Бабочки, чижки,

Аисты, кукушки,

даже совы-сплюшки,

лебеди и утки –

и спасибо шутке!

Игра «Топ хлоп»

Ведущий произносит фразы-понятия - правильные и неправильные. Если выражение верное, дети хлопают, если не правильное - топают.

Примеры: "Летом всегда идет снег". "Картошку едят сырую". "Ворона - перелетная птица". Понятно, что чем старше дети, тем сложнее должны быть понятия.

Игра «Пуговица»

Играют два человека. Перед ними лежат два одинаковых набора пуговиц, в каждом из которых ни одна пуговица не повторяется. У каждого игрока есть игровое поле - это квадрат, разделенный на клетки. Начиная игру выставляет на своем поле 3 пуговицы, второй игрок должен посмотреть и запомнить, где какая пуговица лежит. После этого первый игрок закрывает

листочком бумаги свое игровое поле, а второй должен на своем поле повторить то же расположение пуговиц.

Чем больше в игре используется клеток и пуговиц, тем игра становится сложнее.

Игра «Маленький жук»

«Видишь, перед тобой поле, расчерченное на клеточки. По этому полю ползает жук. Жук двигается по команде. Он может двигаться вниз, вверх, вправо, влево. Я буду диктовать тебе ходы, а ты будешь передвигать по полю жука в нужном направлении.

Внимание? Начали. Одна клеточка вверх, одна клеточка налево. Одна клеточка вниз. Одна клеточка налево. Одна клеточка вниз. Покажи, где остановился жук».

Игра «Делай как я»

Во время игры педагог стоит или сидит напротив детей. Задача детей – повторять за взрослым все движения по принципу «делай как я». Команда выполняется по устной инструкции без показа. Например: руки вверх, в стороны; правая вверх, левая на пояс; прыгаем на правой ноге и т.д.

Игра «Снежинки кружатся»

Детям предлагается свободно рассредоточиться по группе, залу, имитируя движение снежинок: «Плавно кружатся снежинки, им весело, они радуются всему миру, своим товарищам. Движения плавные, замедленные.

Время выполнения 2-3 минуты.

Игра «Кричалки – шепталки – молчалки»

Из разноцветного картона надо сделать три силуэта ладони: красный, жёлтый, синий – это сигналы. Когда педагог поднимает красную ладонь «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; жёлтую «шепталку» – можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» - синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться.

Заканчивать игру следует «молчалкой».

Игра «Сова и звери».

Выбирается водящий, он будет совой. Все остальные изображают разных зверушек: мышей, птичек, лягушек, бабочек, зайчиков и т.д. По команде педагога «День!» все «звери» бегают и прыгают. По команде «Ночь!» все должны замереть и не шевелиться. «Сова» вылетает на охоту. Любой шелохнувшийся, засмеявшийся или сменивший позу игрок, замеченный «совой», становится её добычей. Расшалившемуся ребёнку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу, предварительно сообщив, что этот клубок будет не простой, а волшебный. Как только он начнёт его сматывать, сразу же успокоится. Когда игра станет для ребенка привычной, он сам будет просить дать ему «волшебные нитки», почувствовав, что огорчён, устал или злится. Размер клубка постепенно может становиться всё больше и больше.

Игра «Запрещённое движение»

Дети вместе с педагогом становятся в круг. Педагог объясняет, что он будет показывать разные движения, а игроки их выполнять вместе с ним, но одно

движение запрещено – его нельзя повторять (например, «руки за голову»). Педагог начинает делать разные движения. Дети их повторяют. Неожиданно он выполняет запрещённое движение. Дети, повторившие его, делают шаг вперёд, а затем продолжают играть. Запрещённые движения следует менять после 4-5 повторов.

Игра «Зеваки»

Дети идут по кругу, держась за руки. По сигналу педагога (звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают 4 раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры.

Игра «Летает – не летает»

Дети садятся или становятся полукругом. Педагог называет предметы, при этом если эти предметы летают, то он поднимает руки, а если нет, то руки остаются опущенными вдоль тела. Педагог может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания, будут подниматься.

Игра «Съедобное – несъедобное»

Дети стоят в кругу или полукругом. Водящий по очереди кидает участникам мячик и при этом называет предметы (съедобные и несъедобные). Если предмет съедобный, мячик ловится, если нет – отбрасывается.