

КОНСУЛЬТАЦІЯ ДЛЯ БАТЬКІВ :
“ПРОСТІ ЦІКАВІ ІГРИ ДЛЯ РОЗВИТКУ УВАГИ
У ДІТЕЙ”

Підготувала : практичний психолог Ірина КОМОЧКІНА

2025

Якщо ігри та вправи на увагу стануть постійними тренуваннями для дитини, незабаром ви помітите перші результати. Дитина буде швидше і легше запам'ятовувати, стане більш зібраною. Щоб утримати прогрес, включіть ігри та вправи на увагу в список постійних справ.

Ви помітили, що дитина «неуважна», або почули ці слова від вихователя або вчителя? Кажуть, постійно «літає в хмарах»... А вона дійсно неуважна або їй просто нудно на уроках? Розбираємо, на що батькам варто звернути увагу.

Всього є шість властивостей уваги. Порушення кожної з них по-своєму відображається на діяльності дитини.

1) Обсяг уваги. При невеликому обсязі уваги дитина не вміє концентруватися одночасно на декількох предметах і утримувати їх в пам'яті.

2) Стійкість.

3) Концентрація уваги. Працюйте в цьому напрямі, якщо дитина швидко відволікається на сторонні справи, не може довго зосереджувати увагу.

4) Вибірковість уваги. Ця властивість вкрай важлива, щоб вміти зосередити увагу на діяльності і при цьому не звертати уваги на другорядні, відволікаючі стимули. Проблеми з вибірковістю уваги заважають доводити розпочату справу до кінця.

5) Розподіл уваги. Дитині складно виконувати два завдання одночасно.

6) Переключення уваги. Здатність швидко і легко перемістити увагу з одного виду діяльності на інший.

Корисні активності, як навчити дитину керувати увагою Гра «Заборонений колір» (розвиваємо концентрацію і розподіл уваги) Перед початком гри встановіть правила: - не можна називати заборонені кольори, наприклад, зелений і червоний; - не можна один і той же колір називати двічі. А тепер задавайте питання: «Якого кольору небо? Якого кольору трава? Якого кольору сонце? Якого кольору полуниця?» Можливі варіанти відповідей: «Блакитного; як газон; жовтого; як серце». Гра «Придумай автомобіль» (розвиваємо вибірковість уваги). Запропонуйте дитині уявити, що неподалік проїжджає автомобіль, який кожен раз повертається. Як він виглядає? Які звуки видає? Поступово картинка повинна ставати все більш живою і насиченою. Робіть дитині підказки, але не коментуйте кожну її дію. Так вона може відволіктися від гри і втратити інтерес до неї. Гра «Знайди зайве» (розвиваємо концентрацію і розподіл уваги) Прочитайте дитині вірш і попросіть плескати в долоні, якщо вона чує зайві слова. Вилетіли птиці: Прилетіли птиці: Голуби, синиці, Голуби, синиці, Бузьки, ворони, Лебеді, куниці, Галки,

макарони. Галки і стрижі, Чайки і моржі. Вправа «Слухаю і рахую» (розвиваємо розподіл уваги) Прочитайте пропозицію, постукуючи олівцем по столу. Дитина повинна запам'ятати текст і порахувати кількість ударів. Вправа «Читаю і рахую» (для розвитку переключення і розподілу уваги) Запропонуйте дитині прочитати текст з 3-4 речень і одночасно порахувати кількість слів у ньому. Для рахунку не використовуємо пальці. Вправа «Запам'ятай все» (розвиток концентрації і розподілу уваги) Запропонуйте дитині уважно розглянути якийсь предмет не торкаючись до нього. Наприклад, настільну лампу, вазу або в'язку ключів. Потім нехай дитина закриває очі і постарается описати предмет. Якого він кольору, розміру? Який він на дотик? Вправа «Заборонена цифра» (розвиваємо концентрацію і розподіл уваги) Рахуйте вголос від одного до 41, не називаючи числа, в яких є цифра 4. Замість них говорите: «Не зіб'юся». Запропонуйте дитині повторити вправу.