

Статья учителя-дефектолога на тему: «Концентрация внимания через развитие слухового и зрительного восприятия»

автор:

Учитель-дефектолог
Ищенко Оксана Сергеевна
МБДОУ - детский сад № 548

Часто мы жалуемся, что ребенок «не слышит», «не видит», «не может сосредоточиться». Но чтобы сконцентрироваться на задании, нужно сначала услышать или увидеть то, что важно, и отделить это от фонового шума. У детей с нарушением интеллекта эта способность страдает особенно сильно.

Сегодня мы поговорим о том, как через простые игры на слуховое и зрительное восприятие улучшить концентрацию внимания вашего ребенка в повседневной жизни.

1. Связь: внимание начинается с восприятия.

Внимание – это не самостоятельная функция. Это направленность на то, что мы видим или слышим.

Простая схема:

Стимул (звук/предмет) → Ребенок его заметил (восприятие) → Сосредоточился (внимание) → Отреагировал/запомнил.

Если восприятие нарушено (ребенок «пропускает» сигнал), то и внимания не будет. Поэтому тренировать внимание мы начинаем с тренировки ушей и глаз.

Что мешает ребенку?

- Слуховое внимание: он не выделяет речь на фоне других звуков, быстро устает от шума.
- Зрительное внимание: его глаз «скользит», он не фиксирует детали, не удерживает объект.

Вывод: Чтобы ребенок научился концентрироваться, мы сначала учим его слушать и смотреть.

2. Развиваем слуховое внимание: игры, которые работают.

Слуховое внимание – это умение выделять нужный звук из множества и удерживать на нем фокус.

Игра 1: «Что звучит?» (за ширмой)

Что нужно: Несколько предметов, издающих характерные звуки: бубен, ложки (стучать друг о друга), бумага (шуршать), колокольчик, погремушка, стакан с водой (переливать).

Как играть:

1. Сначала покажите предмет и назовите звук: «Это ложки. Как они звучат? Динь-динь».

2. Спрячьтесь за небольшую ширму (или просто за спину) и извлеките звук одним предметом.

3. Ребенок должен показать или назвать: «Что звучало?».

4. Для концентрации: Просите слушать очень тихо, не шевелиться. Сделайте паузу между звуками.

Важно: Начинайте с 2 предметов, контрастных по звуку (бубен – громко, бумага – тихо). Постепенно добавляйте похожие звуки (два разных колокольчика).

Игра 2: «Хлопни, когда услышишь...»

Что развивает: Избирательность слухового внимания, реакцию на заданный сигнал.

Как играть:

· Для самых маленьких (звуки): Договоритесь: «Когда услышишь, как я стучу в бубен – хлопни в ладоши. А когда позвоню в колокольчик – топни ногой». Чередуйте.

· Для детей постарше (слова): Вы произносите разные слова. Ребенок хлопает, только когда услышит название животного (или «еду», или «игрушку» – тему выбираете сами).

· Максимальное усложнение: Хлопнуть, если слово и животное и маленькое (кошка, мышка).

Игра 3: «Слушаем тишину» (практикум)

Это упражнение – настоящий тренажер концентрации.

Правила:

1. Сядьте с ребенком удобно, закройте глаза (или просто закройте).
2. Включите таймер на 30 секунд. В это время нельзя шевелиться и говорить.
3. Задача: услышать все звуки вокруг.
4. По окончании – перечислите по очереди: «Я слышал, как тикают часы. А ты?», «А я слышал, как за окном проехала машина».

Почему это работает: Ребенок учится направлять внимание на акустическое поле, фильтровать звуки, а главное – удерживать концентрацию в течение заданного времени.

Совет: Начинайте с 10-15 секунд. Постепенно доводите до 1 минуты. Можно делать игру перед сном.

Использование бытовых звуков как объектов внимания.

Вы не покупаете специальные пособия. Ваш дом – это звуковая лаборатория.

- Звонок в дверь: «Кто пришел? Слышишь звонок? Бежим открывать!» (закрепляем: звонок = действие).
- Шум воды в кране: «Слышишь, вода шумит? Пора мыть руки».
- Шипение сковороды: «Что это шипит? Угадай, что мама жарит?»
- Стук в стену: «Слышишь? Это сосед. Давай посчитаем, сколько раз он стукнет».

Каждый день обращайтесь внимание ребенка на один новый бытовой звук и называйте его. «Это гудит холодильник», «Это скрипит дверь».

3. Развиваем зрительное внимание: игры на фиксацию и поиск.

Зрительное внимание – это умение удерживать взгляд на объекте и замечать детали.

Игра 1: «Найди такую же картинку»

Что нужно: 2 одинаковых набора карточек (можно купить «Мемо», можно сделать самим: вырезать из журналов или наклеить наклейки).

Как играть:

1. Разложите перед ребенком 3-4 картинки из первого набора (например: мяч, кукла, машина, ложка).
2. Покажите ему одну картинку из второго набора: «Найди такую же».
3. Ребенок ищет взглядом и показывает пальцем (или берет).

Усложнение: Разложите 6-8 картинок. Или используйте картинки, похожие друг на друга (например, разные породы собак).

Игра 2: «Что изменилось?» (тренировка устойчивости)

Что нужно: 4-5 игрушек на столе.

Как играть:

1. Ребенок смотрит на игрушки 10 секунд, запоминает.
2. Он отворачивается или закрывает глаза.
3. Вы меняете местами две игрушки или убираете одну или добавляете новую.
4. Ребенок поворачивается и говорит: «Что изменилось?».

Для детей с нарушением интеллекта: Начинайте с 2 игрушек и одного изменения (переставили местами). Когда легко – увеличивайте количество.

Что развивает: Умение удерживать зрительную цель на отвлекающем фоне – это прямой тренинг концентрации.

4. Комбинируем слух и зрение: двойная нагрузка.

Когда оба канала восприятия работают вместе, концентрация становится максимальной.

Примеры игр:

- «Слушай и смотри»: Вы называете слово, а ребенок должен найти соответствующую картинку среди разложенных.
- «Повтори ритм глазами»: Вы отстукиваете простой ритм (два коротких, один длинный), а ребенок повторяет его, глядя на ваши руки.

· «Цветной диктант»: Вы говорите «Красный», ребенок ищет взглядом красный предмет в комнате и показывает.

5. Общие рекомендации и важные напоминания.

1. Коротко и часто. 5 минут игры на внимание – лучше, чем час мучений. У детей с нарушением интеллекта концентрация быстро истощается.

2. Никакого принуждения. Игра прекращается, как только ребенок отвлекся. Вернетесь через час.

3. Ваш голос – главный якорь. Говорите тише, чем обычно, когда хотите привлечь слуховое внимание. Шепот притягивает лучше крика.

4. Убирайте лишнее. Во время игры на зрительное внимание на столе не должно быть других игрушек. Во время слуховой игры – выключите телевизор.

5. Хвалите за попытку. Даже если ребенок услышал только один звук из трех – это успех. «Ты сегодня дольше слушал тишину, чем вчера!»

Концентрация внимания – это мышца. Ее нельзя накачать за один день. Но регулярные 5-минутные тренировки слуха и зрения обязательно приведут к результату: ребенок начнет дольше удерживаться на задании, лучше реагировать на ваши просьбы и меньше отвлекаться.