**«Невнимательность детей»**

 Все мамы и педагоги знают, как важно развивать умение ребенка сосредотачиваться на конкретном виде образовательной, развивающей деятельности, чтобы достичь хороших результатов. Но бывают дети, которым это сложно дается из за невнимательности. Для того чтобы эффективно справиться с этой задачей, нужно для начала понаблюдать за ребенком, чтобы определить какого рода у него «невнимательность».

Для этого понаблюдайте за ребенком, за тем, как он работает, выполняет задания, играет, и ответьте для себя на следующие вопросы:

• Сколькими делами может одновременно заниматься ребенок?

Широкое или узкое у него поле зрения — сколько предметов сразу он может охватить своим взглядом?

 • Насколько медленно или быстро он входит в работу? Сколько времени нужно ребенку, чтобы начать заниматься делом продуктивно?

• Сколько времени ребенок может работать сосредоточенно, не отвлекаясь? Быстро ли он устает?

• Когда он допускает больше ошибок в начале, в середине или в конце занятия?

• В каких видах деятельности невнимательность проявляется больше?

Ответив на эти вопросы, Вы сделаете полдела, потому что понимая особенности внимания ребенка, Вы будете знать над чем именно Вам предстоит работать.

В некоторых случаях особенности внимания ребенка могут быть обусловлены особенностями развития нервной системы. Если ребенок чрезмерно активен или излишне медлителен, причина тому — не недостаточно сформированные навыки сосредоточения или переключения, а особенности протекания процессов возбуждения и торможения у Вашего ребенка.

 Часто дети в первых классах не могут высидеть урок, начинают отвлекаться и заниматься своими делами, именно потому, что их нервная система еще не готова к таким нагрузкам. В этом случае заставлять ребенка долго сидеть на месте, выполнять работу, относящуюся к одному и тому же виду деятельности, попросту вредно для его здоровья. Квалифицированные советы Вам может дать врач, у которого желательно пройти консультацию.

Однако кроме физиологических причин невнимательности существуют причины и психологического характера. Обратите внимание на виды деятельности, в которых невнимательность проявляется больше. Причина может скрываться в отношении ребенка к этому занятию. Возможно, по отношению к данному виду деятельности у него существуют страхи, повышена тревожность. Например, страх математики и боязнь быть в ней неуспешным может быть причиной того, что ребенок уходит в свои переживания и ничего уже вокруг себя не видит. И Вашей задачей в данной ситуации будет поменять отношение ребенка к этому предмету.

Вопрос невнимательности может также касаться само регуляции. Ребенок допускает много ошибок не потому, что он чего-то не увидел, не заметил, а потому, что не может справиться с собой, действует импульсивно, торопится. Это означает, что развивать нужно не внимание, а навыки само регуляции. Вопрос может быть отчасти решен, если правильно организовать режим занятий и отдыха Вашего ребенка.

Подходят все занятия, в которых развивается координация рук и глаз. Это может быть любой труд или занятие, при котором нужно что-то мастерить руками. Принципиально важно, чтобы ребенку при этом было интересно. Это связано с тем, что только с появлением положительного опыта, умения целенаправленно сосредотачиваться, у него возникнет желание прилагать свои усилия и сосредотачиваться на предметах, которые ему не столь интересны. Сначала стоит найти занятия, которыми ребенок может заниматься долго и с увлечением и в которых результативность зависит от умения концентрироваться. В этом случае он с охотой и с пользой будет проводить время, параллельно развивая навыки сосредотачиваться. Вы можете развивать навыки внимания подспудно в повседневной жизни, обращая внимание ребенка на то, что находится вокруг него, вместе с ним разглядывая различные предметы, интересуясь деталями, фантазируя на эту тему, обсуждая.

***Задачу можно ставить шире — не только развивать умение ребенка сосредотачиваться, а так же научить интересоваться окружающим миром, чем-то увлеченно заниматься .И главное, не забывайте хвалить ребенка за любые успехи и достижения. Ваша похвала будет для него лучшим стимулом!***

Проявление синдрома дефицита внимания с **гиперактивностью** могут быть распределены по четырем основным группам симптомов:

* нарушения внимания,
* признаки импульсивности и **гиперактивности**,
* симптомы статико-моторной недостаточности,
* социальная дезадаптация.

**Родителям**, педагогам и психологам в воспитании детей с **гиперактивностью** и повышенной тревожностью следует руководствоваться следующим правилами, предложенных доктором Д. Реншоу

1. Проявляйте последовательность в соблюдении установленных правил и в применении мер наказания.

2. Следите за своей речью, говорите медленно, спокойным тоном.

3. Старайтесь, по возможности, держать свои эмоции в охлажденном состоянии, укрепляя нервы для того, чтобы выдержать ожидаемые эксцессы.

4. Не сравнивайте ребенка с окружающими.

5. Избегайте состязаний и каких-либо видов работы, учитывающих скорость.

6. Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.

7. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.

8. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что.

9. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.

10. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером для ребенка.

11. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований. Если ребенку с трудом дается какой-либо предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку. А при достижении даже малейших успехов - не забудьте похвалить.

11. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали ранее. Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.