

## Важно ли быть внимательным, развитие произвольности внимания в дошкольном детстве

Созревание центральной нервной системы, развитие коры головного мозга приводят к совершенствованию свойств внимания: устойчивости, переключения и объема. Ребенок дошкольного возраста может действовать одновременно с несколькими предметами, переключаться с одного действия на другое и сосредотачиваться на объекте достаточно длительное время. Но внимание ребенка по-прежнему зависит от эмоций и раздражителей, то есть, чем эмоциональнее деятельность, тем больше сосредоточен ребенок, чем сильнее действует внешний раздражитель, тем больше ребенок отвлекается. Начиная с 5-5,5 лет, дети все меньше реагируют на посторонние раздражители во время выполнения какого-либо действия.

**Основной значимой особенностью дошкольного возраста в области развития внимания является появление произвольности.**

Начиная с 4,5 лет, ребенок все чаще направляет свои действия в соответствии с указаниями взрослого, при этом словесная инструкция "будь внимательным" понимается ребенком уже буквально, он направляет и удерживает свое внимание в зависимости от поставленной цели. Эта способность называется произвольностью внимания. Развитие произвольного внимания связано с одной стороны с развитием речи, с другой с развитием мышления и деятельности в целом.



### Стадии проявления произвольного внимания:

#### 1. Стадия внешних (речевых) стимулов

В младшем и среднем дошкольном возрасте внимание ребенка направляется под действием словесных указаний взрослого. На этом этапе внимание постоянно "соскальзывает" с поставленной цели и ребенку для продолжения сосредоточения необходимы дополнительные стимулы со



стороны взрослого (похвала, напоминание, повторные указания). При отсутствии таковых произвольность ослабевает и внимание распадается.

## 2. Стадия личных целей

В старшем дошкольном возрасте способность ребенка самостоятельно поставить цель следить или наблюдать за объектом постепенно развивается и достигает своей высшей отметки к 7-7,5 годам, когда ребенок не только понимает роль собственной внимательности для получения результата, но самостоятельно направляет, удерживает внимание и не отвлекается на посторонние раздражители, выполняя поставленную задачу.



Примером такого высокого уровня произвольности может стать описание выполнения детьми 7-ми лет тестового задания, когда ребенку предлагается проверить, достаточно ли хорошо развито его внимание, чтобы успешно учиться. В качестве задания предлагается зачеркивать или обводить определенные фигуры среди многих других и делать это строго определенным способом. При этом на разных этапах выполнения задания специально внедряются посторонние раздражители (постукивание, не обращенная к ребенку речь, музыка). Если у ребенка произвольность высоко развита, он способен на протяжении почти 10 минут выполнять это задание, с минимальным количеством ошибок, не отвлекаясь на сбивающие раздражители.

## 3. Стадия волевых усилий или послепроизвольное внимание

По мере того, как ребенок привыкает направлять свое внимание в соответствии с внешней или внутренней целью, развиваются волевые механизмы управления вниманием, или формируется привычка заставлять себя быть внимательным.

Развитие волевых усилий очень связано с формированием норм поведения, когда ребенок приучается сдерживать свое поведение в зависимости от понятий: "хорошо-плохо", или "можно-нельзя".



Как достигнуть такого уровня развития произвольности, когда ребенок самостоятельно ставит цель и удерживает свое внимание на протяжении ее достижения? Это происходит постепенно и только под руководством взрослого.

• Для маленьких детей большое значение имеет умение взрослого, переключая ребенка на разные способы или предметы, удержать его внимание и довести начатую деятельность до конца. Особенно актуальным будет пример с игрушками, когда большинство детей хватают то одну, то другую игрушку, не завершив своих игровых действий. Уже в этот момент начинает воспитываться произвольность, но не грубо и откровенно, а косвенно, через интересные для ребенка предложения продолжить игру разными способами. Если малыш будет постоянно наблюдать деликатную настойчивость взрослого, его отношение к игровому действию будет меняться.

• Для развития внимания очень важно использовать игры, в том числе и подвижные, которые требуют переключения, распределения и сосредоточения внимания.

• Для облегчения переключения необходимо устанавливать связь между различными видами деятельности, особенно между игровой и бытовой, и предупреждать ребенка заранее о необходимости переключиться с игры на одевание или еду.

• Для активизации внимания необходимо подбирать предметную среду, которая стимулирует активную познавательную деятельность ребенка.

• Безусловно, произвольность во многом зависит от состояния нервной системы и темперамента. Если, несмотря на выполнение всех рекомендаций, ваш ребенок к старшему дошкольному возрасту имеет проблемы с произвольным вниманием, необходимо выявить причины трудностей и осуществить специальную коррекционную работу под руководством специалиста.

Консультацию подготовила: педагог-психолог  
Даньшова Мария Викторовна