

Особенности развития внимания в дошкольном возрасте

Успешность выполнения деятельности человеком зависит от многих факторов, но среди них следует отметить способность сосредотачиваться. Такие психические процессы как мышление, восприятие, память функционируют слаженно, но для того, чтобы включился процесс восприятия информации необходимо внимание, нужно сосредоточиться на информации. Тогда она будет воспринята, поступит в сознание, и ребенок может оперировать ею, то есть думать и запоминать. Но если при восприятии информации, например, на уроке ребенок невнимателен (например, засмотрелся в окно на птичку), то он не воспримет объяснения учителя в полном объеме и без искажений и нечего будет осмыслять и запоминать.

Способность сосредотачиваться начинает проявляться у детей уже в первые месяцы жизни и отражает их интерес к окружающим предметам. Маленький ребенок сосредоточен только до тех пор, пока интерес не угаснет. Появление нового предмета тотчас же вызывает переключение внимания на него. Именно этим свойством внимания пользуются родители младенцев, отвлекая их от плача погремушкой. Подобный вид внимания называют *непроизвольным* (возникающим без участия воли), потому что возникает оно под влиянием внешних и внутренних раздражителей, таких как громкие звуки, яркий свет, непривычный запах. Непроизвольное внимание эволюционно служит нашей безопасности, услышав непривычный шум за спиной, мы рефлекторно обернемся посмотреть, в чём дело.

Чем младше ребенок, тем менее устойчиво его внимание. Поэтому маленькие дети редко длительное время занимаются одним и тем же делом. По мере роста ребенка в дошкольном возрасте, в ходе психического развития, внимание приобретает большую сосредоточенность и устойчивость. Ребенок 4 лет может играть в одну и ту же игру около получаса или немного дольше, а к пяти-шести годам длительность игры возрастает до двух часов. Возрастает устойчивость внимания и при рассматривании картинок, слушании сказок. Так, длительность рассматривания картинки увеличивается к концу

дошкольного возраста примерно в два раза, ребенок шести лет способен в большей полноте осмыслять сюжет картинки, выделять в ней больше деталей и взаимосвязей.

Со временем на основе этого генетически исходного внимания, непроизвольного, у ребёнка все больше начинает принимать участие воля и начинает формироваться так называемое произвольное внимание - то есть умение сосредоточиться на определенном действии или предмете с помощью усилий воли.

Выделяют также и третий тип - послепроизвольное внимание, которое возникает на основе интереса и вдохновения. Простой пример: на начальном этапе чтение требует от ребёнка постоянной сосредоточенности, то есть внимание удерживается усилием воли, но в какой-то момент, благодаря возросшему интересу, увлеченности сюжетом, ребёнок начинает читать без напряжения, чтение захватывает его и внимание удерживается без усилия воли.

Кроме произвольного, непроизвольного и постпроизвольного внимания существует сенсорное внимание. В физиологии *сенсорика* - это функция нервной системы, заключающаяся в восприятии внешних раздражителей. Сенсорное развитие ребенка - это способ познания окружающего мира, в основе которого лежит работа органов чувств. И в соответствии с существующими органами чувств выделяют внимание зрительное, слуховое, обонятельное, вкусовое и т.д.

Внимание, направленное на движения и действия называют моторным. Моторное внимание регулирует и контролирует движения и действия. Дети с хорошо развитым моторным вниманием могут стать успешными спортсменами.

Эффективное функционирование психических процессов памяти, воображения и мышления обеспечивает интеллектуальное внимание. С хорошо развитым интеллектуальным вниманием ребенок лучше запоминает и

воспроизводит информацию, создает более четкие образы воображения, ясно и продуктивно мыслит.

Внимание дошкольника имеет несколько ярких особенностей.

Во-первых, внимание ребенка младшего дошкольного возраста стимулируют привлекательные внешне предметы, события и люди. До тех пор, пока у него сохраняется непосредственный интерес к воспринимаемым объектам, ребёнок остаётся сосредоточенным. Ближе к школе произвольное внимание развивается в большей степени, но даже к концу дошкольного периода ребёнку ещё сложно заставить себя быть внимательным, поскольку еще идет формирование волевых процессов, поэтому ребенку все еще необходима помощь взрослого в выполнении дела.

Во-вторых, в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте происходит постепенная смена непроизвольного внимания на произвольное. Другими словами, ребенок может быть сосредоточен даже, если утратил интерес, то есть будет внимателен через «не хочу». И это преобразование крайне важно для успешности обучения в школе. Так, младшие дошкольники рассматривают картинки в течение 6-8 секунд, а старшие дошкольники способны удерживать внимание на иллюстрациях уже 12-20 секунд. Внимание - это залог успешной учёбы, поэтому стоит обязательно выделить время для тренировки этой психической функции, иначе в школе ребёнку будет сложно вписаться в распорядок дня, требующий длительной сосредоточенности и высокой концентрации.

Развитие произвольного внимания у ребёнка зависит от многих факторов, таких как наследственность, состояние здоровья, индивидуальных особенностей, темперамента и иных.

При формировании внимания и его развитии у ребенка родителям стоит учитывать несколько свойств этого психического процесса.

Устойчивость - это способность ребенка удерживать свое внимание на каких-либо предметах или действиях, не отвлекаясь на другие раздражители.

Концентрация – способность сфокусировать свое внимание на объекте или деятельности. Это свойство напрямую зависит от уровня развития воли.

Сосредоточенность - это способность удерживать внимание на одном объекте или виде деятельности при отвлечении от всего остального, касающегося этой темы. Сосредоточенность очень похожа на концентрацию, но считается навыком более глубинного анализа и направления внимания на важные мелочи.

Распределение - способность нашего мозга реагировать на различные стимулы или задачи одновременно, позволяя выполнять одновременно (почти) несколько дел.

Переключаемость - способность быстро отвлечь сознание от одного объекта и переместить его на другой.

Предметность - связана со способностью выделять определенные комплексы сигналов в соответствии с поставленной задачей, личной значимостью, актуальностью сигналов.

Объем внимания - это то количество предметов или процессов, на которых ребёнок может одновременно сфокусироваться. Средний объем внимания взрослого человека от 7 до 9 единиц (предметов, объектов, явлений). Как показывают последние исследования, средний объем внимания ребёнка от 4 до 6 предметов.

Не всегда психическое развитие ребенка идет без сбоев. Родитель может столкнуться с нарушениями внимания у своего ребенка:

- объём внимания ниже нормы. Ребенок не может сконцентрироваться на нескольких объектах, удерживать их. Такое нарушение непременно вызовет у ребёнка трудности при обучении в школе. Например, при обучении письму учитель ставит задачу одновременно следить за наклоном букв, графической техникой и орфографической правильностью написания слова. Ребенок с низким объемом внимания сможет отслеживать что-то одно: соблюдать правильный наклон букв, но при этом слово будет написано с ошибкой и графически с недочетами;

- недостаточность концентрации внимания. При таком нарушении ребенок будет очень часто отвлекаться на посторонние раздражители;
- недостаточная избирательность, при которой малыш не может сконцентрироваться на нужном объекте или занятии и сосредотачивается на второстепенных вещах;
- недостаточная произвольность, при которой дошкольнику сложно по требованию сосредоточиться. Быть внимательным, когда надо, а не только когда интересно;
- неумение одновременно выполнять несколько дел, а иначе плохая распределяемость внимания;
- плохая переключаемость внимания будут и дальше слушать, что говорит учитель, им сложно «вдруг» переключиться с одного вида деятельности на другой, то есть со слов учителя на книгу или доску.

В дошкольном возрасте очень важно тренировать все перечисленные свойства внимания. Если есть проблемы хотя бы с одним свойством, ребёнок будет казаться невнимательным. Для развития внимания важно учитывать возраст ребёнка и его индивидуальные особенности и подбирать соответствующие игры и упражнения.

Тренировки произвольного внимания должны быть построены по принципу «от простого к сложному» и проходить на регулярной основе и тогда эффект от занятий появится уже через пару недель. Если у малыша что-то не получается, следует успокоить, ободрить его, отложить задание и предложить ему для начала вариант попроще.

Родителям стоит помнить: проявление произвольного внимания всегда связано с борьбой между «хочу» и «надо», и чтобы детское «надо» стало осознанным, а не навязанным, развивать внимание ребенка лучше в процессе активной игры и занимательных упражнений вроде нахождения отличий и прохождения лабиринтов.

Деркачева Лариса Владимировна
кандидат психологических наук