

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Развиваем память и внимание дошкольника в обычных домашних делах»

Введение

Память и внимание — важнейшие психические процессы, которые помогают ребенку познавать окружающий мир, приобретать новые знания, осваивать навыки, общаться со взрослыми и сверстниками, а в дальнейшем успешно учиться в школе.

Многие родители считают, что для развития памяти и внимания обязательно нужны специальные занятия, карточки, рабочие тетради или сложные развивающие игры. На самом деле прекрасные возможности для развития этих способностей находятся рядом с нами — **в обычной повседневной жизни**.

Уборка игрушек, приготовление еды, поход в магазин, прогулка, одевание, накрывание на стол, чтение сказки, складывание вещей — всё это может стать небольшой развивающей игрой.

Главное — не превращать каждое домашнее дело в урок.

Для дошкольника наиболее естественный способ обучения — **игра, общение, наблюдение и практическая деятельность**.

Ребенок развивается, когда ему интересно, когда он действует сам, отвечает на вопросы, сравнивает, запоминает, ищет решение и получает возможность проверить себя.

Что такое внимание?

Внимание — это способность сосредоточиться на определенном объекте или действии, замечать важные детали и некоторое время удерживать на них сосредоточенность.

У дошкольника внимание еще развивается. Ребенку может быть трудно долго заниматься одним и тем же делом, особенно если оно не вызывает интереса.

Поэтому не стоит требовать от дошкольника длительной неподвижности и концентрации только потому, что взрослому кажется, что «он уже большой».

Гораздо эффективнее постепенно развивать способность:

- замечать детали;
- слушать инструкцию;
- переключаться с одного задания на другое;
- находить нужный предмет;
- сравнивать объекты;
- выполнять действие по последовательности;
- замечать изменения;
- доводить небольшое дело до конца.

Что такое память?

Память помогает ребенку сохранять и воспроизводить полученную информацию.

Благодаря памяти ребенок постепенно запоминает: имена людей; названия предметов; стихи и песни; правила; последовательность действий; маршруты; события; новую информацию; способы выполнения различных действий.

Память дошкольника развивается особенно активно в процессе эмоционально значимой и интересной деятельности.

Поэтому ребенок может прекрасно помнить содержание любимого мультфильма, последовательность событий сказки или расположение игрушек, но забывать простые просьбы взрослого.

Это не всегда означает, что ребенок «невнимательный».

Информация лучше запоминается тогда, когда она связана с интересом, действием, эмоцией и личным опытом.

Главное правило: развиваем память и внимание ненавязчиво

Необязательно каждый день говорить:

«Сейчас будем развивать память!»

Для ребенка это может превратить интересное занятие в обязанность.

Вместо этого можно использовать короткие игровые задания в течение дня.

Например:

«Помоги мне запомнить, что нужно купить».

«Посмотри внимательно: что изменилось?»

«Сможешь принести три красных предмета?»

«Давай попробуем приготовить салат по порядку».

Такие задания занимают несколько минут, но при регулярном повторении дают хороший развивающий эффект.

Развиваем внимание во время уборки игрушек

Уборка игрушек может стать отличной тренировкой внимания.

Вместо обычного: **«Убери игрушки»** можно давать конкретные задания.

Игра «Найди и положи»

«Найди все машинки и поставь их в коробку».

Затем:

«Теперь найди кубики».

Ребенок учится выделять нужные предметы среди множества других.

Игра «По цвету»

«Сначала соберем все красные игрушки, потом синие».

Игра «По размеру»

«Найди большие кубики».

Затем:

«А теперь маленькие».

Игра «Что осталось?»

После уборки спросите:

«Посмотри внимательно. Какая игрушка осталась на полу?»

Так ребенок учится замечать детали и контролировать результат собственной деятельности.

Развиваем память во время похода в магазин

Поход в магазин — прекрасная возможность для развития памяти.

Необязательно давать ребенку длинный список.

Начинайте с двух предметов:

«Нам нужно купить хлеб и молоко. Давай попробуем запомнить».

Позже можно увеличить количество.

Например:

«Нужно купить яблоки, хлеб и сыр. Что нам нужно купить?»

Можно сделать игру интереснее:

«Я назову три продукта, а ты попробуй повторить их по порядку».

Для старших дошкольников можно предложить запомнить небольшой список и проверить себя в магазине.

Важно не ругать ребенка, если он забыл.

Можно сказать:

«Ничего страшного. Давай вспомним вместе».

Развиваем внимание во время приготовления пищи

Кухня предоставляет множество возможностей для развития.

Ребенку можно поручить безопасные и соответствующие возрасту действия:

- принести ложку;
- поставить салфетки;
- положить овощи в миску;
- пересчитать яблоки;
- разложить предметы по цвету;
- определить, чего не хватает;
- следить за последовательностью простых действий.

Например:

«Сначала положим овощи в миску, потом добавим зелень».

После этого спросите:

«Что мы сделали сначала? А что потом?»

Так развивается не только память, но и понимание последовательности.

Игра «Что исчезло?»

Разложите перед ребенком несколько безопасных предметов.

Например: ложку; чашку; карандаш; игрушку; кубик.

Попросите ребенка внимательно посмотреть.

Затем ребенок закрывает глаза, а взрослый убирает один предмет.

Вопрос:

«Что исчезло?»

Для младших дошкольников используйте 3–4 предмета.

Для старших можно увеличить количество.

Позже можно не только убирать предметы, но и **менять их местами**.

Вопрос:

«Что изменилось?»

Такая игра хорошо развивает наблюдательность и зрительную память.

Развиваем память во время одевания

Даже обычный процесс подготовки к прогулке можно использовать для развития последовательности.

Спросите: **«Что мы сначала надеваем?», «Что надеваем потом?»**

Можно предложить ребенку самостоятельно назвать последовательность:

«Расскажи, как ты собираешься на прогулку».

Для старших дошкольников:

«Что нужно проверить перед выходом из дома?»

Ребенок может назвать: одежду; обувь; головной убор; необходимые вещи.

Так постепенно формируется навык планирования.

Игра «Запомни порядок»

Возьмите несколько предметов.

Например: машинка → кубик → мяч → карандаш.

Попросите ребенка повторить последовательность.

Затем усложните:

«Теперь я поменяю два предмета местами. Что изменилось?»

Еще один вариант: взрослый выполняет несколько действий: **поднял руки → хлопнул → повернулся.**

Ребенок должен повторить последовательность. Такая игра развивает двигательную память и внимание.

Развиваем слуховое внимание

Ребенку важно не только видеть, но и внимательно слушать.

В повседневной жизни можно использовать короткие инструкции.

Например: **«Возьми красную чашку и поставь ее на стол».**

Затем усложнить: **«Возьми синюю салфетку, положи ее рядом с тарелкой и принеси ложку».**

Важно увеличивать сложность постепенно.

Если ребенок не справляется, инструкция слишком длинная.

Разделите ее на части.

Игра «Слушай внимательно»

Взрослый заранее договаривается с ребенком о слове-сигнале.

Например:

«Когда услышишь слово "яблоко", хлопни в ладоши».

Затем взрослый рассказывает небольшой рассказ, в котором несколько раз встречается это слово.

Позже можно использовать несколько сигналов:

«Если услышишь "кошка" — хлопни, если услышишь "собака" — топни».

Такая игра развивает слуховое внимание и способность быстро переключаться.

Развиваем память во время чтения сказок

Чтение — один из самых полезных способов развития памяти и внимания.

Но не обязательно после каждой сказки устраивать проверку.

Достаточно иногда задавать вопросы:

«Кто встретился герою сначала?»

«Что произошло потом?»

«Почему герой так поступил?»

«Чем закончилась история?»

Можно попросить ребенка пересказать сказку по картинкам.

Для старших дошкольников:

«Попробуй рассказать сказку так, чтобы я смогла представить всё, что произошло».

Это развивает не только память, но и речь, мышление, воображение.

Игра «Продолжи рассказ»

Начните небольшую историю:

«Однажды утром мальчик вышел на прогулку и увидел возле дома...»

Пусть ребенок продолжит.

Затем взрослый добавляет новое событие.

В конце попросите ребенка вспомнить всю последовательность событий.

Такая игра помогает развивать словесную память и способность удерживать информацию.

Развиваем внимание на прогулке

Прогулка — прекрасное время для наблюдений.

Можно предложить ребенку искать определенные объекты.

Например:

«Посмотрим, сколько красных машин мы увидим».

«Найди три круглых предмета».

«Сколько собак мы встретили?»

«Какие деревья ты заметил?»

Можно играть в игру:

«Кто первый заметит?»

Кто первым увидит: птицу; желтую машину; высокий дом; велосипед; красную вывеску; человека с зонтом.

Важно выбирать задания, соответствующие ситуации и безопасные для прогулки.

Развиваем память через семейные события

Вечером можно обсудить прошедший день.

Спросите:

«Что мы сегодня делали утром?»

«Куда мы ходили?»

«Кого встретили?»

«Что тебе больше всего понравилось?»

Для старших дошкольников:

«Расскажи наш день по порядку — с самого утра до вечера».

Это помогает ребенку восстанавливать последовательность событий.

Игра «Вспомни вчера»

Можно периодически спрашивать:

«Что мы делали вчера после прогулки?»

«Что было на ужин?»

«С кем ты играл?»

Не превращайте это в экзамен.

Если ребенок не помнит, помогите подсказкой:

«Мы сначала ходили гулять, а потом...»

Так ребенок учится использовать подсказки для восстановления информации.

Развиваем память через песни, стихи и считалки

Стихи полезно разучивать небольшими частями.

Не нужно заставлять ребенка сразу запоминать большое произведение.

Можно использовать прием: **взрослый произносит строку → ребенок повторяет; затем две строки → ребенок повторяет; потом соединяем их.**

Полезно сопровождать стихотворение движениями.

Например, если говорится о зайчике — показать ушки, если о птице — сделать движения руками.

Движение помогает удерживать внимание и связывать слова с образом.

Игра «Цепочка слов»

Первый участник называет слово:

«Яблоко».

Следующий повторяет первое слово и добавляет новое:

«Яблоко, машина».

Следующий:

«Яблоко, машина, собака».

И так далее.

Начинайте с небольшого количества слов.

Если ребенок маленький, достаточно 3–4 слов.

Для старших дошкольников можно постепенно увеличивать цепочку.

Развиваем память во время домашних поручений

Домашние дела особенно полезны потому, что ребенок получает возможность не только запомнить информацию, но и использовать ее.

Например:

«Принеси, пожалуйста, полотенце и положи его в ванной».

Позже:

«Возьми полотенце, положи его в ванной, а потом принеси мне расческу».

Так ребенок учится удерживать несколько последовательных инструкций.

Важно давать ребенку время подумать.

Если он не запомнил, не нужно раздраженно повторять:

«Я же только что сказала!»

Лучше:

«Давай повторим вместе».

Игра «Что изменилось дома?»

Взрослый заранее выбирает несколько заметных предметов.

Например, на полке находятся:

- книга;
- игрушка;
- ваза;
- фотография.

Ребенок рассматривает их.

Затем закрывает глаза.

Взрослый меняет один предмет.

Ребенок должен определить изменение.

Можно играть и без перестановки предметов:

«Что изменилось в комнате?»

Например, убрать подушку, открыть занавеску, поставить другую игрушку.

Такие задания развивают наблюдательность.

Не перегружайте ребенка развивающими заданиями

Очень важно помнить:

Память и внимание развиваются не только во время специальных упражнений.

Если ребенок устал, голоден, плохо себя чувствует или перевозбужден, не стоит заставлять его выполнять развивающие задания.

Лучше дать ему возможность отдохнуть.

Дошкольнику необходимы: сон; движение; прогулки; свободная игра; общение; творчество; спокойные занятия.

Нельзя превращать каждый момент жизни ребенка в тренировку.

Создавайте спокойную обстановку для внимания

Если ребенок выполняет домашнее задание, рисует или рассматривает книгу, желательно уменьшить количество отвлекающих факторов.

Телевизор, громкая музыка, постоянные разговоры и работающий телефон могут мешать сосредоточиться.

Но важно учитывать возраст.

Дошкольнику не нужно требовать длительной неподвижности.

Лучше использовать принцип:

«Немного, но регулярно».

Несколько минут интересной игры каждый день могут быть полезнее редких продолжительных занятий.

Как родители могут поддерживать развитие памяти и внимания?

Говорите с ребенком

Разговор — естественная тренировка памяти, речи и внимания.

Читайте каждый день

Даже небольшая сказка перед сном дает богатый материал для обсуждения.

Просите рассказывать

Пусть ребенок делится событиями дня.

Задавайте вопросы

Но не превращайте общение в допрос.

Играйте в простые игры

Не обязательно покупать специальные пособия.

Давайте небольшие поручения

Они развивают память, внимание и ответственность одновременно.

Предлагайте наблюдать

На прогулке, дома, в магазине.

Позволяйте ребенку делать самостоятельно

Практическая деятельность укрепляет память лучше механического повторения.

Примеры заданий на каждый день

Утро

«Что мы сегодня будем делать?»

Попросите ребенка назвать последовательность утренних дел.

За завтраком

«Сколько тарелок нужно поставить на стол?»

Во время сборов

«Что нам нужно взять с собой?»

В магазине

«Запомни три продукта, которые нам нужно купить».

На прогулке

«Найди три предмета зеленого цвета».

Дома

«Что изменилось в комнате?»

Во время уборки

«Сначала собери кубики, потом книги».

Перед сном

«Расскажи три самых интересных события сегодняшнего дня».

Таким образом, развитие познавательных процессов становится частью обычной жизни.

Памятка родителям

«10 простых способов развивать память и внимание дошкольника»

1. Просите ребенка запоминать небольшие поручения.

Начинайте с одного-двух действий.

2. Играйте в «Что исчезло?»

Убирайте один предмет и просите его найти.

3. Играйте в «Что изменилось?»

Меняйте расположение предметов.

4. Читайте и обсуждайте сказки.

Просите вспомнить события и героев.

5. Учите короткие стихи и песни.

Повторяйте материал постепенно.

6. Наблюдайте на прогулке.

Ищите предметы определенного цвета, формы или размера.

7. Привлекайте ребенка к домашним делам.

Пусть он выполняет простые последовательные поручения.

8. Просите рассказывать о прошедшем дне.

Это развивает память и речь.

9. Играйте в словесные игры.

Используйте цепочки слов, загадки, описания предметов.

10. Не требуйте слишком многого.

Учитывайте возраст, интерес и состояние ребенка.

Важные рекомендации родителям

Если ребенок что-то забыл, не нужно сразу делать вывод:

«У него плохая память».

Если ребенок отвлекается, не спешите говорить:

«Он совершенно невнимательный».

Дошкольный возраст — это период активного развития всех психических процессов.

Возможности ребенка постепенно увеличиваются.

Сегодня он может запомнить две инструкции, через несколько месяцев — три или четыре.

Сегодня ему сложно долго слушать сказку, а со временем он сможет удерживать внимание на более продолжительном рассказе.

Важно замечать динамику.

Не спрашивайте только: «Получилось или нет?»

Лучше спрашивать:

«Что сегодня получилось лучше, чем раньше?»

Заключение

Память и внимание дошкольника не нужно развивать исключительно за столом с карточками и заданиями.

Они развиваются тогда, когда ребенок:

слушает → наблюдает → запоминает → сравнивает → действует → вспоминает → рассказывает → делает выводы.

Обычная жизнь предоставляет для этого огромное количество возможностей.

Поход в магазин может стать тренировкой памяти.

Уборка игрушек — тренировкой внимания.

Приготовление еды — упражнением на последовательность.

Прогулка — развитием наблюдательности.

Чтение сказки — развитием слуховой и словесной памяти.

Разговор о прошедшем дне — тренировкой воспроизведения событий.

Домашние поручения — развитием способности удерживать инструкцию и доводить действие до конца.

Самое главное — **не превращать развитие памяти и внимания в постоянное обучение и контроль.**

Пусть ребенок играет, наблюдает, задает вопросы, ошибается, пробует и открывает новое. Чем больше положительных эмоций связано с познавательной деятельностью, тем естественнее ребенок включается в нее.

Помните:

Ребенок лучше запоминает то, что ему интересно.

Ребенок лучше концентрируется на том, что имеет для него смысл.

Ребенок лучше учится тому, что может попробовать сам.

Поэтому лучший способ развивать память и внимание дошкольника — **быть рядом, разговаривать, играть, наблюдать вместе и превращать обычные дела в маленькие интересные открытия.**