**«Как преодолеть рассеянность у ребенка?»**

*Рассеянность* – это психологическое состояние, для которого характерно отсутствие сосредоточенности, внимания.

Рассеянный ребенок не умеет выделять главное при наблюдении в деятельности, следовать четкому порядку, быть организованным и исполнительным. Обычно рассеянность результат неправильного воспитания.

Если ребенок приучен к порядку, усвоил навыки дисциплины и организованности, привык заканчивать начатое дело, он не может быть рассеянным. И, наоборот, если родители позволяют нарушать режим, а беспорядок в уголке ребенка его забывчивость расценивают как мелочи, незаметно в поведении дошкольника появляется неорганизованность и рассеянность. Эти качества особенно отрицательно скажутся в школьном возрасте. Рассеянному школьнику трудно учиться, он отвлекается, не слушает объяснений учителя, может не выполнить задания. Рассеянный ученик часто попадает в смешные и досадные положения.

*Что можно сделать, чтобы воспитать внимание, сосредоточенность у ребенка, преодолеть его рассеянность?*

Прежде всего, не следует упрекать дошкольника и наказывать его за несобранность, забывчивость, неаккуратность. Необходимо терпеливо тренировать его в правильном поведении, учить преодолевать свои недостатки. Для этого должен строго соблюдать четкий режим дня. Режим не позволяет менять занятия по настроению, требует сосредотачивать внимание и волю на начатом деле и доводить его до конца. Приучая ребенка к выполнению режима, ему напоминают, что нужно сделать, контролируют его действия. Постепенно соблюдение режима войдет в привычку, ребенок научится ответственно относиться к разным обязанностям.

Для воспитания сосредоточенности, внимания важно создать некоторые внешние условия и устранить, то, что может отвлечь ребенка (громкая музыка, разговоры). Важно не отвлекать от дела, уважать их работу, но и приучать сохранять сосредоточенность в любых обстоятельствах.

Проявлять сосредоточенность, внимание ребенок может только в том, что его захватило, увлекло: что-то мастерит; ухаживает за аквариумом и животным; поливает растения и т.д. Поощряя такие занятия, внушать пользу, значимость его дела, и очень полезно для семьи. Но нельзя перегружать детей длительными, монотонными занятиями. Внимательность, сосредоточенность ребенка лучше всего тренирует в игре.

Например. 1) Мелкие предметы, рассыпьте на столе, пусть ребенок запомнит, где, что лежит. Закройте всё бумагой и предложите назвать предметы.

2) Поставьте 5 – 6 игрушек. Ребенок закроет глаза, поменяйте местами или уберите игрушку. Ребенок должен сказать, что изменилось (проиграть 7 -10 раз). Еще сложнее: заменить – какие изменения произошли с игрушкой (исчезла туфелька, появился бант и т.д.).

Предлагаемые игры не требуют много времени, но велико их значение в преодолении у дошкольника рассеянности и воспитания внимательности.

Иногда рассеянность ребенка вызывается болезнью. Необходимо укрепить здоровье, наладить его питание и отдых.

Если ребенок рассеян, подавлен – обратите внимание на обстановку в семье, ваши отношения.

Если состояние рассеянности систематически повторяется, то оно становится привычным, превращается в черту характера, проявляется вместе с другими недостатками характера. Например, рассеянность в учении часто связана с леностью, рассеянность в общении с людьми – с нетактичностью, эгоизмом, рассеянность в быту – с неорганизованностью, неаккуратностью.

Чтобы этого не произошло, следует внимательно относится к психическим состоянием своих детей и правильно их оценивать.

Если ребенок надолго сосредоточился на своих мыслях и чувствах, его от этого отвлекают.

Воспитывая сосредоточенность, внимание, родители следят, на что они направлены.

Воспитание у детей воли, чувства ответственности и долга развивает сосредоточенность и предупреждает рассеянность.