**Если**

**ребёнок**

**невнимателен**

***"Вместо шапки на ходу***

***Он надел сковороду.***

# Вместо валенок перчатки

***Натянул себе на пятки…"***

***С.Я. Маршак***

Наверное, каждый может вспомнить хотя бы одного из своих знакомых, которому подойдёт описание знаменитого маршаковского Рассеянного. Забытые очки и не выключенные утюги, постоянные опоздания и потерянные документы – всё это начиналось в детстве и уже тогда доставляло немало хлопот и ребёнку, и его родителям, и учителям. А как огорчали в школьные годы "глупые" ошибки из-за невнимательности!

Невнимательность – не такой уж безобидный порок. Несчастные случаи, неприятности в личной жизни, неудавшаяся карьера – это часто сопровождает невнимательного человека на протяжении всей его жизни. Поэтому очень важно уже в раннем возрасте определить, нет ли у ребёнка так называемого синдрома дефицита внимания (СДВ).

Если ваш ребёнок постоянно "витает в облаках", попробуйте обратиться к психологу. Однако первичную диагностику можно провести и самостоятельно, воспользовавшись несложным тестом.

**Итак, ваш ребёнок:**

* Часто неспособен удерживать внимание на деталях, допускает ошибки по небрежности.
* Обычно с трудом сохраняет внимательность на протяжении всей игры или при выполнении длительного задания.
* Часто кажется, что ребёнок не слышит обращённую к нему речь.
* Не может придерживаться предлагаемых для выполнения задания инструкций, хотя понимает их.
* Систематически испытывает сложности в организации самостоятельной работы.
* Обычно избегает выполнения заданий, которые требуют длительного умственного напряжения.
* Часто теряет вещи.
* Легко отвлекается на посторонние объекты.
* Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях.

Утвердительные ответы следует давать, если перечисленные признаки проявляются в течение длительного времени (не менее полугода) вне зависимости от ситуации. Если вы ответили утвердительно на 6 и более вопросов, то вашему ребёнку нужна психологическая помощь.

Внимательность можно развивать точно так же, как память или силу. Лучше всего это делать в игровой форме. Существуют игры, которые эффективны при направленном развитии внимания.

***"Будь внимателен"***

Ребёнок выполняет гимнастические упражнения по словесной команде, например: по команде "Зайчики!" - прыжки на месте; "Птицы!" - взмахи руками; "Лягушки!" - присесть и скакать вприсядку и так далее. Команды должны быть разнообразными и подаваться с различными интервалами.

***"Что изменилось"***

Ребёнку показывают несколько предметов, лежащих на столе. Когда он отвернётся, один из предметов убирают или переставляют. От ребёнка требуется узнать , что изменилось. Начинать следует с небольшого количества предметов, постепенно его увеличивая.

***"Кто больше запомнит"***

Ребёнку предлагается рассмотреть картинку. Затем картинку убирают. Ребёнку предлагают вспомнить, где находился на картинке тот или иной предмет.

***"Подхвати мяч".***

Играющие, рассчитавшись по номерам, стоят в кругу, ведущий стоит в середине.

Внезапно он называет один из номеров и одновременно подбрасывает мяч. Вызванный должен поймать мяч. Поймавший становиться ведущим.

Игры можно придумать самим или вспомнить из собственного детства, например: "Съедобное – несъедобное", "Колечко, выйди на крылечко", "Летает – не летает" и другие. Игра является достаточно универсальным рецептом, она не только развивает психические и физические качества ребёнка, но и способствует улучшению детско-родительских отношений.