

## Консультация для родителей «Причины нарушения внимания и рекомендации по его развитию»

Внимание - это способность сосредотачиваться на каком-то предмете или действии.

Выделяют три вида внимания:  
непроизвольное, произвольное,  
послепроизвольное.

Причины нарушений:

1. Проблемы со здоровьем.

Физические или психические нарушения в организме могут плохо отражаться на совершенствовании механизма внимания. Необходимо приучать детей к ведению здорового образа жизни.

2. Проблемы со сном. Несоблюдение режима сна и хронический недосып отрицательно влияют на способность концентрироваться на чем-либо, ребенок становится не внимательным и хронически рассеянным.

3. Неблагополучная обстановка в семье. Крайне негативно сказывается на способности сосредотачиваться и концентрироваться.

Рекомендации как развивать

внимание дома: необходимо рационально организовать жизнь ребенка дома. Детям важно соблюдать режим дня. Приучайте ребенка вставать в одно и то же время, сразу умываться, чистить зубы. У ребенка должно быть свое «рабочее место», где ему никто бы

не мешал, и было как можно меньше отвлекающих факторов. Проследите, чтобы ребенок не сидел напротив окна, не слышал и не видел работающий телевизор. В его поле зрения не должны находиться посторонние предметы. А также играйте вместе со своими детьми.

Помогите своему ребенку стать внимательным и усидчивым!

