**Упражнения для развития внимания**

Специалистами разработаны десятки упражнений, благодаря выполнению которых концентрация внимания у детей повышается всего за несколько недель занятий. Главное, не пытаться применять их лишь время от времени, а действовать систематически, по индивидуально подобранному графику.

**Если ребенок неусидчивый и невнимательный, его досуг следует разнообразить такими играми:**

* шашки и/или шахматы;
* игра на противоположные действия – малыш должен выполнять действие, которое противоположно тому, что делает ведущий. Это может быть прыжок в ответ на приседание, подъем рук в ответ на их разведение в стороны и т.д.;
* игра «не собьюсь» – ребенку предлагают сосчитать до 30, но с какой-то оговоркой. Например, вместо чисел с тройкой – гавкать, или вместо четных – приседать и т.д.;
* игра «повтори фразу» – ведущий говорит фразу, в которой использует объект или действие. Например, я еду на море и беру с собой шляпу. Ребенок должен подхватить тему и к шляпе добавить еще один предмет. Так цепочку нужно увеличивать до максимума, каждый раз полностью перечисляя все уже упомянутые объекты.

Развить внимание у ребенка 10 лет и старше помогут головоломки и паззлы. Также можно найти в интернете немало ресурсов, предлагающих игры на развитие реакции, концентрации, усидчивости. Даже обычное чтение книг, работа с раскрасками или выполнение поделок – дополнительные способы улучшить внимательность.

**Если ребенок рассеянный и невнимательный, стоит попробовать такие приемы:**

* «пуговицы» – надо взять два листа бумаги и два разных набора одноцветных пуговиц. Ведущий и ребенок садятся друг напротив друга. На листах чертится в ряд несколько ячеек, начинать можно с пяти, постепенно увеличивая их количество. Ведущий раскладывает в своих ячейках пуговицы в произвольном порядке, дает ученику несколько секунд на их запоминание, затем выставляет между ними перегородку. Ребенок должен из своих пуговиц составить такую же композицию. Со временем количество ячеек и цветов пуговиц следует увеличивать;
* «жук» – на двух листах чертятся таблицы размером 10 на 10 клеток. Определяется исходная точка, из которой «поползет жук». Между ведущим и учеником ставится перегородка. Первый начинает описывать и отмечать у себя передвижение жука, например, на 1 клетку вперед, на 2 клетки вверх и т.д. Ребенок должен отслеживать услышанное и так же отмечать это на своем рисунке. В какой-то момент ведущий останавливается и проверяет, в правильном ли месте «остановился жук»;
* корректурная проба – ребенку надо дать лист с текстом, на котором тот должен перечеркнуть все буквы «о» или другие знаки. Постепенно задание усложняется путем добавления новых указаний.