**ПРОИЗВОЛЬНОСТЬ:**

**важное качество дошкольника и будущего первоклассника**

В дошкольном возрасте преобладает непроизвольное внимание. И часто ребенок просто оказывается во власти ярких внешних впечатлений. Это проявляется в быстрой отвлекаемости, невозможности сосредоточиться на одном, в частой смене деятельности.

Дошкольник может действовать одновременно несколькими предметами, переключаться с одного действия на другое и сосредотачиваться на объекте достаточно длительное время. Но внимание ребенка по-прежнему зависит от эмоций и раздражителей, т.е. чем эмоциональнее деятельность, тем больше сосредоточен ребенок; чем сильнее действует внешний раздражитель, тем больше ребенок отвлекается. Начиная с 5—5,5 лет, дети все меньше реагируют на посторонние раздражители во время выполнения какого-либо действия.

Произвольность – это независимость внимания ребенка от посторонних, отвлекающих факторов, это умение сосредоточиться на своей деятельности. Произвольность проявляется не только в концентрации на одном деле, но и в следовании инструкции. В дошкольном детстве ребенок учится играть по правилам, действовать по правилам во время занятия, соблюдать правила дома и в общественных местах.

Формирование произвольного внимания происходит не сразу, а постепенно:

**1. Стадия внешних (речевых) стимулов –** когда ребенку нужна постоянная поддержка (похвала, напоминание) взрослого

**2. Стадия личных целей –** когда ребеноксамостоятельно направляет, удерживает внимание и не отвлекается на посторонние раздражители, выполняя поставленную задачу.

**3. Стадия волевых усилий или послепроизвольное внимание - когда у ребенка** формируется привычка «заставлять» себя быть внимательным, а вся жизнедеятельность направляется нормами поведения ( "хорошо-плохо" или "можно-нельзя").

Как помочь ребенку развить произвольное внимание? Как научить его самостоятельно ставить цель и идти к ней, не отвлекаясь? Этот процесс во многом зависит от проведения взрослого.

Именно родитель является примером для своего ребенка. Важно и умение взрослого взглянуть на себя со стороны и подать положительный пример: довести дело до конца, быть последовательным в своих действиях (например, играя с ребенком, собирая его в садик и т.д.) Не будьте строги и слишком требовательны к ребенку, не предъявляя тех же требований к себе!

Кроме того, в формировании произвольности вам могут помочь следующие рекомендации.

* *Для малышей: важно доводить любую игру до конца. Подсказывая ребенку возможные игры с одной и той же игрушкой, взрослый учит его удерживать внимание. Сначала это непросто, ведь ребенку куда интереснее хвататься то за одну красивую игрушку, то за другую.*
* *Для развития внимания очень важно использовать игры, особенно подвижные, которые требуют переключения, распределения и сосредоточения внимания.*
* *Для развития переключения внимания необходимо устанавливать связь между различными видами деятельности. Например, между игровой и бытовой: взрослый должен предупреждать ребенка заранее о необходимости переключиться с игры на одевание или еду.*
* *Для активизации внимания необходимо сделать так, чтобы ребенку было интересной в той среде, где он находится, чтобы сами предметы подогревали его познавательную активность.*
* *Полезным упражнением для тренировки произвольности является обсуждение с ребенком планов и итогов дня. Пусть у него будет возможность выбрать что-то, что он будет делать вечером заранее (потом план должен быть исполнен!) Кроме того, вспоминая, что и как происходило в течение дня, ребенок учится осознавать себя и свои действия, а это тоже важный ключ к формированию произвольности.*
* *Нельзя переоценить роль взрослого в удержании внимания ребенка старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Если родитель проявит интерес к занятиям ребенка, присядет рядом с ним и даже похвалит – ребенок будет действовать с тройным усердием и вниманием. Интерес родителя – это очень ценный стимул для ребенка.*
* *Кроме того, на сайте нашей школы вы можете найти ряд упражнений, помогающий развитию произвольного внимания.*

Безусловно, произвольность во многом зависит от состояния нервной системы и темперамента. Если, несмотря на выполнение всех рекомендаций, ваш ребенок к старшему дошкольному возрасту имеет проблемы с произвольным вниманием, необходимо выявить причины трудностей и осуществить специальную коррекционную работу под руководством специалиста.

*Успехов вам! И будьте внимательны!*

***Список используемой литературы***

*Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. "Как преодолеть трудности в обучении детей" М.: Издательство «Ось-89», 1999.*

*Смирнов Е.О., Лаврентьева Т.В. "Формирование воли и произвольности поведения у детей" / http://adalin.mospsy.ru/l\_01\_00/l\_01\_06a.shtml*

*Чеботарева Н.В. «Внимателен ли ваш ребенок?» / http://www.mrdou.ru/vnimatelen-li-vash-rebenok-sovety-i-rekomendacii-psixologa/*