

أنشطة لزيادة الانتباه عند الأطفال



1. لعبة البحث

- اخفي أشياء صغيرة
- اطلب من الطفل البحث عنها.



2. البازل والألغاز

- تركيب البازل أو حل الألغاز يساعد على التركيز والانتباه للتفاصيل.



3. أنشطة التلوين

- التلوين داخل الخطوط يعزز التركيز والدقة.



4. ألعاب الذاكرة

- استخدم بطاقات أو صور واطلب من الطفل تذكر أماكنها أو أزواجها.



5. القص واللصق

- قص الأشكال ولصقها في أماكنها الصحيحة ينمي الانتباه والدقة.



7. القراءة اليومية

- قراءة القصص مع الطفل تزيد من تركيزه وتوسع مدى انتباهه.



6. الأنشطة الحركية

- مثل القفز على الأرقام أو المشي على خط مستقيم لتنشيط الجسم والعقل.

نصائح مهمة

- ✓ اجعل الأنشطة قصيرة وممتعة.
- ✓ شجع الطفل وكن صبوراً معه.
- ✓ قلل من المشتتات أثناء النشاط.
- ✓ وفر بيئة هادئة وآمنة.

نسمة حسن إسماعيل

أخصائية ومحاضرة التربية

♦ أنشطة تنمي الانتباه لدى الأطفال

♦ أنشطة تنمي الانتباه لدى الأطفال:

□ مفتاح التعلم والنجاح

يُعد الانتباه من أهم العمليات المعرفية التي يعتمد عليها التعلم، فهو البوابة التي تستقبل من خلالها المعلومات قبل أن تُعالج وتُخزن في الذاكرة. وتشير الدراسات التربوية إلى أن الطفل الذي يمتلك قدرة جيدة على الانتباه يكون أكثر استعدادًا لاكتساب اللغة، وتعلم القراءة والكتابة، وحل المشكلات، والتفاعل الاجتماعي.

ومن المهم أن ندرك أن ضعف الانتباه لا يعني دائمًا وجود اضطراب، فقد يكون ناتجًا عن قلة التدريب، أو كثرة المشتتات، أو عدم ملائمة الأنشطة لعمر الطفل. لذلك فإن تقديم أنشطة هادفة وممتعة يساهم في تحسين التركيز والانتباه بصورة ملحوظة. أنشطة فعّالة لتنمية الانتباه

♦ لعبة البحث عن الأشياء: تنمي الانتباه البصري، وسرعة الملاحظة، والتمييز بين التفاصيل.

♦ البازل والألغاز: تساعد الطفل على التركيز لفترة أطول، وتنمي التفكير المنطقي والإدراك البصري.

♦ التلوين داخل الحدود: يعزز الدقة، والتأزر البصري الحركي، والانتباه للتفاصيل.

♦ ألعاب الذاكرة: تقوي الذاكرة العاملة والانتباه المستمر من خلال تذكر أماكن البطاقات أو مطابقة الصور.

♦ القص واللصق: يطور التحكم الحركي الدقيق، ويزيد من القدرة على متابعة التعليمات.

◆ الأنشطة الحركية المنظمة: مثل القفز على الأرقام أو المشي على خط مستقيم، حيث تربط بين الانتباه والحركة، مما يحسن كفاءة الدماغ في معالجة المعلومات.

◆ القراءة اليومية: حتى لو كانت لمدة 10-15 دقيقة، فإنها تنمي الانتباه السمعي والبصري، وتوسع الحصيلة اللغوية، وتدعم الفهم.

🌟 نصائح للوالدين والمعلمين

✓ اجعل الأنشطة قصيرة ومناسبة لعمر الطفل.

✓ ابدأ بالمهام السهلة ثم زد مستوى الصعوبة تدريجيًا.

✓ قدم التعزيز الإيجابي بعد كل إنجاز.

✓ قلل من المشتتات مثل التلفاز والهاتف أثناء النشاط.

✓ احرص على النوم الكافي والتغذية الصحية؛ فهما يؤثران مباشرة في الانتباه.

🌟 الانتباه مهارة يمكن تدريبها وتنميتها، وليس قدرة ثابتة يولد بها الطفل. وكلما تم الاهتمام بها في السنوات الأولى، انعكس ذلك إيجابًا على التحصيل الدراسي، واللغة، والذاكرة، والوظائف التنفيذية، مما يهيئ الطفل لرحلة تعلم أكثر نجاحًا وثقة.

نسمة حسن إسماعيل

أخصائية ومحاضر التربية الخاصة

باحثة ماجستير في التربية الخاصة

📖 للمزيد من المعلومات التربوية والفوائد في جميع المجالات يمكنك زيارة مكتبة المعلم

اليمنى على التليجرام اضغط على الرابط 📌

<https://t.me/libraryadel>

ثم إبحث في المكتبة