家长如何培养幼儿专注力

1.专注力是一种习惯，而习惯要从小培养，抓得越早，后面的效果就越好。在日常生活中，我们经常看到这样的情形，家长给孩子买了很多的书籍和玩具，这样只会让孩子注意力涣散。家长每次给孩子玩具也不要超过两到三个，玩完这些放回原处再拿别的玩具。

2.要营造一个集中注意力的环境。孩子在学习的时候，要把写字台上与学习无关的东西都收起来。

3.合理安排孩子写作业和活动的时间。对于低年级的小学生来说，他们的专注力一般不超过15分钟，超过这个时间孩子就会走神。三四年级的小学生为20分钟，五六年级的小学生则为半个小时。所以，孩子写累了就让他休息一会儿再写。

4.改定时为定量。有些家长看到孩子八点就写完作业了，于是让孩子额外再做题。这样孩子就会产生逆反心理，反正早写完也得写，还不如晚点儿写完。

5.家长不要干扰孩子的学习思路和专注力。有些家长检查孩子的作业时发现错误，就说，你这道题做错了。也不顾孩子正在写其他作业。

6.尽量减少对孩子的唠叨和训斥。即使孩子注意力不集中，家长也不要总是把这句话挂在嘴边，那样等于强化孩子不集中的特点，孩子也会在心里认同自己注意力不集中。