

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

ГИСВАЙН ЖАННА ВЯЧЕСЛАВОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОЦЕССА ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.01. Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой

к.психол.наук, доцент ВАК, доцент
кафедры ПиПНО Н.А. Мосина



_____ (дата, подпись)

Руководитель

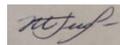
к. психол. наук, доцент ВАК,
доцент кафедры ПиПНО Е.В.Гордиенко



Дата защиты _____

Обучающийся

Гисвайн Ж.В.



_____ (дата, подпись)

Оценка _____

(прописью)

Красноярск, 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	Ошибка! Закладка не определена.
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	6
1.1. Сущность и значение процесса внимания	6
1.2. Психолого-педагогические особенности обучающихся начальных классов	9
1.3. Особенности развития процесса внимания младших школьников	15
Выводы по главе 1	22
Глава 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ...	24
2.1 Методическая организация констатирующего эксперимента	24
2.2 Результаты констатирующего эксперимента и их анализ.....	28
2.3 Программа развития внимания младших школьников	Ошибка! Закладка не опре
Выводы по главе 2.....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	58
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	60

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Формирование гармонично развитой личности представляет собой одну из самых важных целей педагогической теории и практики на данном этапе развития нашего общества. В наше время становление и раскрытие потенциала детей, развитие их памяти, их способностей мыслить, предоставление комфортных условий для увеличения жизненного опыта и становления личности является основной целью современной педагогики.

В младшем школьном возрасте процесс развития внимания, как и прочие психические процессы, претерпевает значительные изменения, которые могут быть обусловлены преобразованиями мышления. Суть этих изменений состоит в том, что внимание младших школьников приобретает черты произвольности, становясь постепенно сознательно регулируемым и опосредованным. Одним из базовых условий успешного обучения в школе является развитие внимания. Необходимо подчеркнуть, что, обладая достаточно развитым вниманием, ученик может обучаться гораздо быстрее и правильнее, двигаться аккуратнее и четче, при этом поведение может быть контролировано самим ребенком, ребенок может ставить перед собой те или иные цели, и постепенно выполнять их решение.

Зачастую на уроке учащиеся отвлекаются, особенно ученики младшего школьного возраста. И это не всегда зависит от опыта педагога, хотя опыт играет огромную роль. Всеми виной не сосредоточенное внимание учащихся на уроке. Многие проблемы, возникающие в учении, непосредственно связаны с недостатком развития внимания. Проблемам развития внимания учеников младшего школьного возраста посвящено немало исследований.

Актуальность рассматриваемой проблемы заключается в том, что формирование внимания обучающихся младшего школьного возраста является неотъемлемой частью всего учебного процесса, от формирования внимания обучающихся зависит их дальнейшее интеллектуальное, физическое и психическое развитие. Ни для кого не секрет, что в наше время

школьники и так слишком перегружены дополнительными занятиями, различными кружками и для того чтобы не утомлять учеников после уроков специальными занятиями по развитию внимания, наиболее эффективным будет развивать внимание учеников младшего школьного возраста непосредственно во время учебного процесса.

Цель работы: выявить актуальный уровень развития внимания у детей младшего школьного возраста и разработать программу по развитию внимания во внеурочной деятельности.

Объект исследования: когнитивная сфера младших школьников.

Предмет исследования: особенности развития процесса внимания младших школьников.

Гипотеза: мы предполагаем, что внимание у детей младшего школьного возраста сформировано недостаточно и требует дополнительных мер по его развитию.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме исследования.
2. Изучить особенности внимания как психического процесса.
3. Выявить особенности развития внимания младших школьников.
4. Рассмотреть методы и приемы развития внимания у детей младшего школьного возраста.
5. Составить диагностическую программу для выявления актуального уровня развития внимания у детей младшего школьного.
6. Провести диагностику для выявления актуального уровня развития внимания и проанализировать полученные данные.
7. Разработать программу по развитию внимания у детей младшего школьного возраста.

Для решения поставленных задач исследования использовались следующие **методы исследования:**

1. Теоретический анализ психолого-педагогической и научно-методической литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические: наблюдение, беседа, оценивание результатов деятельности детей, психодиагностические методики.

3. Методы качественного и количественного анализа данных.

Базой исследования послужила МБОУ Матвеевская НОШ. В эксперименте приняли участие десять учащихся в возрасте 8-9 лет.

Структура выпускной квалификационной работы состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованной литературы, приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1. Сущность и значение процесса внимания

Ни один психический процесс не может протекать целенаправленно и продуктивно, если человеку не удастся сосредоточить своего внимания на том, что воспринимает или делает. Возможно, задумавшись, смотреть на какой-либо предмет и не замечать его или видеть очень плохо. Занятый своими мыслями, человек не слышит разговоров, которые ведутся рядом с ним, хотя звуки голосов доходят до его слухового аппарата. Человек может не почувствовать боли, если наше внимание направлено на что-нибудь другое. Напротив, глубоко сосредоточившись на каком-либо предмете или деятельности, человек подмечает все детали этого предмета и действует очень продуктивно. А, фиксируя свое внимание на ощущениях, мы увеличиваем свою чувствительность.

Внимание, по мнению ряда ученых, в том числе, Л.И. Божович [3, с. 67] является направленностью и сосредоточенностью сознания на каком-нибудь предмете, явлении или деятельности. Направленность сознания – выбор объекта, а под сосредоточенностью принято подразумевать отвлечение от всего, что не обладает отношением к этому объекту. Внимание обуславливает успешную ориентировку субъекта в окружающем мире. Объект внимания пребывает в центре нашего сознания, все остальное воспринимается лишь в качестве фона – слабо, неясно, однако направленность внимания может в любой момент быть изменена. Внимание является самостоятельным психическим процессом, поскольку не может быть проявлено вне других процессов – мышления, речи, наблюдения и прочих. Можно внимательно или невнимательно слушать, смотреть, думать, делать. Таким образом, внимание является свойством различных психических процессов.

Внимание не является самостоятельной психической функцией, его нельзя наблюдать само по себе. Внимание представляет собой особую форму психической активности человека, и данная форма психической активности входит как необходимый компонент во все виды психических процессов. Внимание, согласно мнению Г.С. Абрамовой [2, с. 58], – «это всегда характеристика какого-то психического процесса: восприятие – когда мы можем вслушиваться, рассматривать, принохиваться, пытаюсь различить какой-либо зрительный или звуковой образ, запах; мышления, когда мы пытаемся решить какую-то задачу; памяти, когда необходимо вспомнить или запомнить что-то; воображения, когда мы стараемся что-то четко представить себе». Таким образом, внимание – это способность человека выбирать важное для себя и сосредоточивать на нем своё восприятие, мышление, припоминание, воображение.

Анализируя основные виды внимания, видим, что таковыми, по мнению Л.С. Выготского, являются природное и социально обусловленное внимание, непосредственное и опосредованное внимание, произвольное и произвольное, чувственное и интеллектуальное внимание [6, с. 102].

Природное внимание дано человеку с самого его рождения в форме врожденной способности избирательно реагировать на определенные внешние или внутренние раздражители, несущие элементы информационной новизны. Основной механизм, обеспечивающий такое внимание, называется ориентировочным рефлексом. Это связано с активностью ретикулярной формации и нейронов-детекторов новизны.

Непосредственное внимание не контролируется ничем, кроме объекта, на который оно направлено и которое соответствует текущим интересам и потребностям человека.

Опосредованное внимание регулируется с помощью специальных средств, например, жестов, слов, указательных знаков, предметов.

Непроизвольное внимание, согласно исследованиям Л.И. Божович, – «самое простое и генетически начальное, оно также называется пассивным,

принудительным, поскольку он возникает и поддерживается независимо от целей, с которыми сталкивается человек. Это не связано с участием воли.

Непроизвольное внимание не требует усилий для того, чтобы удержать и на некоторое время сосредоточить на чем-то внимание. Возникновение непроизвольного внимания связано с различными физическими, психофизиологическими и психическими причинами. Эти причины тесно связаны друг с другом, но для удобства их можно разделить на следующие основные категории» [3, с. 71]. Данное внимание, как исследует Л.И. Божович, «характеризуется тем, что объекты попадают в поле внимания случайно, без преднамеренного желания с вашей стороны. В этом случае многое зависит от характеристик воспринимаемого объекта, его новизны, необычности, значимости. Этот тип внимания не требует волевых усилий» [3, с. 72].

Произвольное внимание. Характеризуется тем, что человек сознательно направляет его к определенному объекту. Мы используем этот тип внимания при осуществлении наиболее преднамеренно осуществляемых мероприятий. Этот тип внимания требует волевых усилий.

Послепроизвольное внимание. Этот тип внимания возникает на базе произвольного, но оно не требует волевого контроля.

У внимания, согласно исследованиям В.С. Мухиной, «есть также свои свойства, или так называемые параметры внимания. К их числу относятся:

- объем внимания – это количество объектов, одновременно находящихся в поле внимания;
- устойчивость внимания – это умение не отвлекаться в течение определённого времени, то есть длительность сосредоточенности;
- концентрация внимания– это степень сосредоточенности на объекте; может быть высокой, средней и низкой;
- переключение внимания– способность менять направленность внимания, то есть переключать внимание с одного объекта или вида работы на другой;

- распределение внимания – способность иметь более одного фокуса внимания, выражается в умении выполнять несколько дел одновременно, например, набирать текст на компьютере и вести разговор;

- избирательность внимания – возможность успешной настройки на восприятие информации, относящейся к сознательной цели работы» [19, с. 54].

Основной функцией внимания считается функция внутреннего контроля за согласованностью различных звеньев действия, определяющих успешность его выполнения, например, скорость и точность решения задачи.

Таким образом, анализ педагогической и психологической литературы, позволяет говорить о следующих особенностях процесса внимания:

1. Внимание является направленностью и сосредоточенностью сознания на каком-нибудь предмете, явлении или деятельности.

2. Выделяют несколько видов внимания: природное и социально обусловленное внимание, непосредственное и опосредованное внимание, произвольное и произвольное, чувственное и интеллектуальное внимание.

3. Свойства внимания или параметры: объем, устойчивость, концентрация, переключение, распределение, избирательность.

Мы отметили основные выводы из изученной литературы о процессе внимания. Теперь обратимся к вопросу о психолого-педагогических особенностях обучающихся начальных классов.

1.2. Психолого-педагогические особенности обучающихся начальных классов

Младший школьный возраст, как любой другой, характеризуется рядом противоречий. Главное из них состоит в том, что ребенок одновременно тяготеет к двум противоположным позициям: ребенка и взрослого. С одной стороны, он все еще стремится оставаться ребенком, т. е. человеком, не имеющим обременительных обязанностей, живущим в свое удовольствие

(гедонистом), опекаемым, ведомым, эмоционально и материально зависимым от взрослых, не несущим серьезной ответственности за свои действия и т. д. С другой стороны, ему крайне важно стать школьником, т. е. человеком ответственным, самостоятельным, трудолюбивым, обязанным выполнять свой долг перед взрослыми и своим будущим, подавляющим сиюминутные желания, и пр.

Это основное противоречие конкретизируется в целом ряде других, возникающих в связи с поступлением ребенка в школу. Назовем наиболее типичные из них, вызванные изменением внешних условий жизни ребенка:

- потребность растущего организма в интенсивной двигательной активности вступает в противоречие с необходимостью вести малоподвижный образ жизни, буквально не двигаться на уроке, при выполнении домашних заданий и даже на перемене;

- тяга к игре противоречит необходимости отказываться от нее в пользу учебной деятельности;

- общительность должна сочетаться с необходимостью дисциплинированного поведения на уроке, где нельзя разговаривать и следует работать самостоятельно;

- монотонность школьной жизни, недостаточность ярких, красочных событий в ней, акцент на умственном развитии вступают в конфликт со способностью ребенка бурно переживать происходящее, эмоционально реагировать на все события;

- противоречие между потребностью младшего школьника в личностном, неформальном общении со взрослыми и преобладанием делового, функционального общения с одним из самых значимых взрослых — с учителем и пр. [5, с. 16].

Как считает В.В. Давыдов, дети младшего школьного возраста характеризуются особыми отношениями «к миру (картина мира) и с миром (чем мир является для человека), к себе (образ «Я») и с собой (чем человек

является для себя)» [16,с.33]. Мир является перед ребенком, как бесконечное многогранное, защищенное взрослыми пространство для игр и дружбы, познания и взаимодействия с природой. Следовательно, его отношение с миром комфортное.

В то же время младший школьный возраст — это период, когда ребенок совершает принципиально важный шаг в процессе выделения себя из мира близких взрослых. Это происходит в связи с появлением в жизни ребенка нового влиятельного взрослого — учителя. Педагог — носитель той социальной роли, с которой ребенок до школы не сталкивается. Одобряемое или не одобряемое учителем поведение, плохие или хорошие отметки, выставленные им, начинают конструировать отношения ребенка не только со сверстниками, но и с большинством взрослых.

Так, отношения со сверстниками в младшем школьном возрасте возникают в учебной деятельности или по ее поводу, опосредуются ею и учителем, который воплощает все, что стоит за словом «школа», в руках у которого мощнейший инструмент воздействия на каждого школьника — отметка.

Деятельность и общение шестилеток регулируется учителем. Под его формирующим воздействием дети приобретают навыки коллективных взаимоотношений, которые имеют общественную направленность. Самоуправление осознается ребенком в качестве возможности ориентироваться в группе. Регуляция осуществляется через отношение ребенка к самому себе, к своим обязанностям. У младшего школьника происходит изменение содержания самооценки: конкретно-ситуативная самооценка становится более обобщенной. Обобщенность самооценки предполагает эталон нормативного поведения. Таким эталоном для детей

является нравственный пример. Установлено, что уровень развития самооценки определяет процесс формирования самоконтроля. Существенно, однако, что младшие школьники могут осуществлять самоконтроль только под руководством взрослого или в коллективе сверстников. Появляется потребность в самовоспитании, определении собственной индивидуальности, в вычленении характерологических качеств [18, с.112].

Эмоционально-нравственные отношения в младшем школьном возрасте еще недостаточно дифференцированы. В то же время, наряду с проявлением таких важных нравственных чувств, как чуткость, щедрость, готовность помочь и защитить, повышается эмоциональность — условие формирования у детей склонности к сочувствию, сопереживанию; воспитания отзывчивости, доброты, милосердия, стремления к справедливости и других свойств, которые становятся основными элементами нравственных убеждений.

У детей младшего школьного возраста происходит интенсивное развитие потребностей: изменяется их направленность, потребности становятся более осознанными и самоуправляемыми.

Продолжают интенсивно развиваться волевые процессы. Волевые качества личности являются стержневой стороной характера человека, и их воспитанию должно быть уделено серьезное внимание. В учебной деятельности и в коллективе сверстников у младшего школьника в первую очередь формируются такие волевые черты характера, как самостоятельность, уверенность в своих силах, настойчивость, выдержка. В качестве одного из новообразований в формировании личности младшего школьника выступают относительно устойчивые формы поведения и деятельности [19, с. 86]. Появляются сдержанность и самостоятельность.

Самостоятельность представляет собой профилактическую меру деятельностно-поведенческой ситуативности.

Руководящая роль в формировании правильного поведения школьников принадлежит взрослым (учителю, родителям). Однако это руководство не должно заменять самостоятельности детей, ибо излишняя опека, выполнение работы за них, подсказывающие вопросы и другие подобные действия взрослых формируют черты пассивности у школьника.

Другое важное волевое качество младшего школьника—сдержанность. Сдержанность лежит в основе самоконтроля. Выступая в умении подчиняться требованиям учителя, сдержанность — как антипод импульсивности — способствует развитию устойчивости. Многие учащиеся уже могут самостоятельно готовить уроки, сдерживая желания погулять, поиграть, почитать, не отвлекаясь, не занимаясь посторонними делами.

К концу младшего школьного возраста значение осмысленных поступков возрастает. Ребенок приобретает навыки самоконтроля. Требования внешнего контроля за совершением поступка утрачивают свое прежнее значение. Как показали еще Л.С. Выготский, а затем А.Н. Леонтьев, многие психические процессы у младшего школьника приобретают опосредованный характер [7, с. 161]. Дети сознательно используют выработанные обществом нормы, с помощью которых становится возможным овладение собственными действиями и поступками. В этом основа произвольности, как психологического новообразования. У младших школьников произвольность поведения становится более устойчивой, что связано не в последнюю очередь с возрастающим влиянием детского коллектива.

В младшем школьном возрасте мотивация становится силой, которая инициирует активность.

Специфика развития личности младшего школьника обуславливает предрасположенность ребенка к воспитанию гуманности (человечности). Присвоение гуманистических форм деятельности и поведения обеспечивает важнейшие психологические новообразования, формирующиеся в этом возрасте: абстрактное мышление, внутренний план действий, произвольность поступков, самоконтроль и самооценка. Перечисленные особенности младшего школьника создают благоприятные предпосылки для эффективного воспитания гуманистически устойчивой личности.

Интересные данные о развитии внимания приводит Г. Н. Понарядова [39]. Выявлено, что у детей с различной успеваемостью внимание на протяжении 1—4 классов развивается по-разному. У средне и хорошо успевающих учащихся внимание развито средне, у отличников — хорошо, а у неуспевающих школьников исходно низкий уровень внимания. От класса к классу у хорошо успевающих учащихся происходит интенсивное развитие произвольного внимания, а у слабоуспевающих показатели внимания в 1-м и 2-м классах примерно одинаковы и лишь к 3-му классу наблюдается небольшой рост.

У детей младшего школьного возраста интенсивно развивается мышление, память, познавательные процессы. Выходят на новый уровень взаимоотношения в семье, со сверстниками, учителем.

Педагогу важно знать психолого-педагогические особенности младших школьников, уметь выделять психические отклонения и уметь подобрать методику индивидуальной работы по преодолению отклонений таких детей.

1.3. Особенности развития процесса внимания младших школьников

В младшем школьном возрасте внимание, как и прочие психические процессы, претерпевает значительные изменения, которые могут быть обусловлены преобразованиями мышления. Суть этих изменений состоит в том, что внимание младших школьников приобретает черты произвольности, становясь постепенно сознательно регулируемой и опосредованной. Одним из базовых условий последующего успешного обучения в школе является развитие внимания. Необходимо подчеркнуть, что, обладая достаточно развитым вниманием, ребенок может выполнять процесс мышления гораздо быстрее и правильнее, двигаться аккуратнее и четче, при этом поведение может быть контролировано самим ребенком, ребенок может ставить перед собой те или иные цели, и постепенно выполнять их решение.

Когда ребенок начинает обучение и поступает в школу, преобладает непроизвольное внимание. Это объясняется особенностями его мышления: он видит и быстро реагирует на то, что его интересует и что связано с его потребностями. Внимание младшего школьника характеризуется большой нестабильностью, легкой отвлекаемостью, он, как правило, не знает, как быстро переключить свое внимание, ребенок слабо контролирует свое внимание. Поэтому в учебном процессе учитель должен тщательно работать над организацией внимания ребенка.

Развитие произвольного внимания является одним из важнейших аспектов формирования у ребенка волевых качеств. Среди психических явлений вниманию принадлежит особое место: оно является не самостоятельным психическим процессом, и не относится к свойствам личности. В то же время внимание всегда может быть включено в практическую деятельность и в познавательные процессы, посредством его

выражаются интересы, направленность личности. Внимание, согласно исследованиям И.Ю. Кулагиной, «выступает в жизни как сторона психической деятельности и является необходимым условием успешного приобретения знаний, качества и последующей продуктивности в трудовой деятельности» [16, с. 79].

Внимание и память детей младшего школьного возраста отличаются такими признаками как небольшой объем, малая устойчивость; так, младшие школьники могут сосредоточенно заниматься одним делом в течение 10-20 минут, в то время как школьники среднего звена – 30-35 минут, а старшеклассники – до 50 минут. Затруднены распределение внимания и его переключение с одного задания на другое [20, с. 80].

Согласно исследованиям Р.С. Немова, «разные дети могут быть внимательны по-разному: так, внимание обладает разными свойствами, и эти свойства развиваются у них в неодинаковой степени, создавая индивидуальные варианты. Одни младшие школьники имеют устойчивое, но плохо переключаемое внимание, они могут довольно долго и старательно решать одну задачу, заниматься одним делом, или видом деятельности, но быстро перейти к следующей задаче или следующему виду деятельности им трудно. Другие дети младшего школьного возраста могут легко переключиться в процессе выполнения того или иного дела или игры, но также легко могут отвлекаться на посторонние моменты. У третьих детей младшего школьного возраста может быть хорошая организованность внимания, которая сочетается с малым объемом памяти. Для большинства невнимательных младших школьников характерными являются сильная отвлекаемость, плохая концентрированность и неустойчивость внимания» [21, с. 81].

Нередко детям младшего школьного возраста бывает трудно поддерживать произвольное внимание не только потому, что они не привыкли к волевым усилиям: у них отсутствует еще и умение работать терпеливо, не спеша. Это особенно чувствуется, когда дети должны вникать в условие задачи. Учебные задания - как на уроке, так и дома не могут быть выполнены, если на них не сосредоточиться. Постепенно ученик привыкает работать внимательно, у него развивается и послепроизвольное внимание.

Когда ребенок начинает посещать учебное заведение, его произвольное запоминание, как правило, неосознанно, он не может сознательно, по собственной воле, запомнить материал, предложенный в рамках программы. Это не значит, что такой ребенок младшего школьного возраста не может ничего вспомнить - на самом деле он невольно вспоминает, что его впечатлило. Внимание следует развивать у детей младшего школьного возраста. Однако в процессе развития внимания у детей, которые испытывают трудности с обучением, могут возникнуть значительные трудности, связанные с их физиологическими характеристиками.

Одним из основных аспектов развития внимания учеников начальных классов является воспроизведение. Как отмечают Л.В. Занков и В.Г. Петрова, слабость памяти умственно отсталых проявляется в трудностях не столько получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения, и в этом их главное отличие от детей с нормальным интеллектом. Воспроизведение – очень сложный процесс, требующий большой волевой активности и концентрации. Из-за непонимания логики событий воспроизводство младших школьников часто носит бессистемный характер. Незрелость восприятия, невозможность использовать приемы запоминания и вспоминания заставляет детей младшего школьного возраста совершать

ошибки в воспроизведение [11, с. 112]. Труднее всего таким детям младшего школьного возраста дается воспроизведение словесного материала. Так, к примеру, усвоив содержание рассказа, ученик младшего школьного возраста при его воспроизведении может сообщать некоторые вымышленные либо взятые из другого рассказа детали.

Ряд фактов позволяет считать начало младшего школьного возраста и критическим этапом развития. В 7–8 лет изменяются базовые механизмы организации всех психических функций, растет напряжение адаптационных процессов. Важнейшим фактором перехода целостного организма на другой уровень функционирования является формирование в этом возрасте регуляторных систем мозга, восходящие влияния которых опосредуют избирательную системную организацию психических процессов, а нисходящие регулируют деятельность всех органов и систем. Другим важным фактором, определяющим критический характер данного периода развития, является резкая смена социальных условий – начало обучения в школе. Обеспечение соответствия этих двух факторов – внутреннего морфо-функционального и внешнего социально-педагогического – является необходимым условием благоприятного преодоления этого критического периода.

Делать учение занимательным для ребенка, но в то же время должно требовать от детей точного исполнения и незанимательных для них задач, не наклоняя слишком ни в ту, ни в другую сторону, давая пищу пассивному вниманию и упражняя активное, которое хотя и слабо в ребенке, но может и должно развиваться, и крепнуть от упражнения». (К.Д. Ушинский)[19. с. 294].

В 7–8 лет механизмы внимания, как непроизвольного, преобладающего в этом возрасте, так и произвольного носят незрелый характер. Реакция

активации в электроэнцефалограмме в ответ на новый стимул проявляется как в виде зрелой формы (десинхронизация альфа-ритма), которая в этом возрасте отличается меньшей длительностью и большим латентным периодом по сравнению с детьми 9–10 лет, так и в виде онтогенетического варианта (усиление тета-активности). Последнее свидетельствует о том, что активация, направленная на оценку информационной составляющей среды, еще недостаточно точно сформирована и сохраняется роль непосредственной привлекательности стимула и его эмоциональной окраски в процессе внимания.

Такая активация не стимулирует и не облегчает в полной мере дальнейшего углубленного анализа нового стимула. Она направлена скорее на непосредственную оценку его эмоциональной значимости, удовлетворяя потребности ребенка во впечатлениях.

С 9–10 лет произвольное внимание организуется по типу взрослого – реакция активации на новый стимул проявляется в виде длительной и генерализованной десинхронизации альфа-ритма. «Распад» сложившейся в состоянии покоя системы создает оптимальные условия для формирования новых функциональных объединений и тем самым облегчает анализ информации в коре больших полушарий.

На протяжении младшего школьного возраста интенсивно формируются механизмы произвольного внимания. К концу дошкольного периода, по мере прогрессивного созревания лобных областей появляется возможность управления активационными влияниями в соответствии с задачей. Ребенок начинает осуществлять простейшее планирование своих действий и подчиняться инструкции взрослого, не всегда совпадающей его собственными желаниями. Однако эта возможность носит еще нестойкий

характер, и произвольная деятельность, организованная с помощью внимания, легко вытесняется интересными занятиями, непосредственно привлекающими ребенка.

Итак, развитие внимания начинается в раннем возрасте и продолжается в течение жизни. Во время школьного обучения, внимание дополняется рациональным и интеллектуальным в психике.

Внимание детей младшего школьного возраста отличаются такими признаками как небольшой объем, малая устойчивость, затруднены распределение внимания и его переключение с одного задания на другое. Согласно исследованиям, дети могут быть внимательны по-разному.

Таким образом, для развития внимания детей младшего школьного возраста необходимо использовать психолого-педагогические приемы и методы, которые актуализируют ресурсы детей.

При разработке и проведении занятий, цель которых состоит в развитии внимания, следует опираться на достижение следующих задач

1. Научить вырабатывать концентрированное и устойчивое внимание, увеличить объём внимания, усилить способность к распределению и переключению внимания.
2. Развить объём, точность, мобилизационную готовность и уверенность в правильности запоминания и воспроизведения информации.
3. Развить волевую сферу.
4. Научить мыслить творчески, видеть взаимосвязи, делать умозаключения.
5. Развить воображение, с целью привлечения его к решению задач учебной деятельности.

6. Формировать социальные и коммуникативные умения, необходимые для взаимодействия с одноклассниками и педагогами.

7. Формировать устойчивую учебную мотивацию, устойчивую самооценку.

Выводы по главе 1

В данной ВКР в качестве рабочего определения термина внимание, используется подход Л.И. Божович, в котором внимание понимается как направленность и сосредоточенность сознания на каком-нибудь предмете, явлении или деятельности. В литературе встречаются следующие свойства внимания: устойчивость концентрация, распределение, переключаемость, объём.

В процессе формирования психики человека, внимание, как и другие психические процессы, развивается, переходя от одних качественных форм к другим. При рождении, ребёнок имеет произвольную форму внимания, которая является интуитивной реакцией нервной системы на определённый стимул. Среди таких стимулов можно выделить следующие: движущийся объект, новизна, экспрессивность объекта и другие. По мере совершенствования психики в целом и формирования воли, осуществляется качественное изменение внимания, которое приобретает форму произвольного. Главной особенностью такого внимания, что оно регулируется самим человеком, на основании волевой установки. В младшем школьном возрасте исследователями отмечается наличие зачатков волевых качеств, что означает наличие некоторой степени произвольности во внимании. Не смотря на сравнительно развитое внимание, исследователями отмечается, что его свойства ещё недостаточно совершенны, т.е. отмечается некоторая рассеянность.

В младшем школьном возрасте внимание, как и прочие психические процессы претерпевает значительные изменения, которые могут быть обусловлены преобразованиями мышления. Суть этих изменений состоит в

том, что внимание младших школьников приобретает черты произвольности, становясь постепенно сознательно регулируемой и опосредованной. Одним из базовых условий последующего успешного обучения в школе является развитие внимания. Необходимо подчеркнуть, что, обладая достаточно развитым вниманием, ребенок может выполнять процесс мышления гораздо быстрее и правильнее, двигаться аккуратнее и четче, при этом поведение может быть контролировано самим ребенком, ребенок может ставить перед собой те или иные цели, и постепенно выполнять их решение.

Для эффективного решения психолого-педагогических задач, связанных с развитием внимания у детей младшего школьного возраста, необходимо максимально опираться на интерес ребенка, предоставлять ему право выбора, исходить из уже проявленных способностей, стимулировать и мотивировать ребенка, как поощрением, так и проблемными задачами, ориентировать на общественную значимость его деятельности.

В заключении необходимо добавить, что все задачи, положенные в основу первой главы курсовой работы, полностью реализованы.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1 Методическая организация констатирующего эксперимента

Цель дальнейшего этапа исследования – изучение особенностей развития процесса внимания младших школьников.

На данном этапе перед нами были поставлены следующие задачи.

- Организовать исследование развития внимания младших школьников.
- Выполнить анализ результатов исследования.

При этом нами использовались в процедуре исследования метод анализа теоретической и методической литературы, описательный, сопоставительный, тестирования, обобщения.

В качестве критериев используются классические свойства внимания:

- устойчивость — это временная характеристика внимания, длительность привлечения внимания к одному и тому же объекту;
- под концентрацией внимания подразумевается степень или интенсивность сосредоточенности внимания;
- под распределением внимания понимают способность человека выполнять несколько видов деятельности одновременно;
- переключение означает сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта на другой. В интерпретации основным средством измерения данного критерия указаны проценты.

Следовательно, для удобства расчётов процент переводится в балл, через деление процента на 10;

– под объемом внимания понимается количество объектов, которые мы можем охватить с достаточной ясностью одновременно.

Таблица 1

Диагностическая программа определения уровня внимания

Критерий	Методика	Уровни		
		Низкий	Средний	Высокий
Устойчивость внимания	методика «Кольца Э. Ландольта»»	Соответствует медленному темпу выполнения диагностического задания 0-4 баллов	Соответствует среднему темпу выполнения диагностического задания 5-7 баллов	Соответствует высокому темпу выполнения диагностического задания 8 -10 баллов
Концентрация внимания	методика Немова и Векслера	Низкая интенсивность сосредоточенности внимания. Менее 30 фигур	Средняя интенсивность сосредоточенности внимания 30-47 фигур	Высокая интенсивность сосредоточенности внимания 47-50 фигур
Распределение внимания	Проба на внимание П.Я.Гальперин и С.Л. Кабыльницкая «исправь ошибки»	Сложности при выполнении нескольких задач одновременно; опускание существенных моментов из внимания. 0-4 баллов	Распределение внимания, на несколько стимулов, равномерное. Отмечаются незначительные отклонения от нормы. 5-6 баллов	Распределение внимания, на несколько стимулов, равномерное. 10-8 баллов
Переключаемость или переключенность внимания	методика Немова и Векслера	Низкая эффективность осмысленного перемещения внимания с одного предмета на другой менее 30 фигур	Средняя эффективность осмысленного перемещения внимания с одного предмета на другой 30-47 фигур	Высокая эффективность осмысленного перемещения внимания с одного предмета на другой 47-50 фигур
Объем внимания	методика «Кольца Э. Ландольта»»	Низкое количество объектов, которые одновременно могут находиться во внимании	Среднее количество объектов, которые одновременно могут находиться	Значительное количество объектов, которые одновременно могут находиться

		младшего школьника. 0-4 балла	во внимании младшего школьника. 5-7 баллов	во внимании младшего школьника. 8-10 баллов
Итог		10-22 баллов	23-34	35-39

На основании данных критериев были подобраны диагностические методики, где выраженность каждого критерия оценивается баллами, которые переводятся в уровень.

В исследовании применяются следующие диагностические инструменты:

- методика Немова и Векслера (концентрация и переключение внимания);
- методика «Кольца Э. Ландольта» (определение объема, продуктивности и устойчивости внимания);
- проба на внимание П.Я.Гальперин и С.Л. Кабыльницкая «Исправь ошибки» (распределение внимания).

Дети охотно участвовали в проведении эксперимента, были сосредоточены, внимательны. Продолжительность исследования - 20 минут.

Описание методик исследования представлено далее.

Методика 1. Методика Немова и Векслера

Цель – определение уровня развития способности к концентрации и переключению внимания.

Оборудование: бланк задания с геометрическими фигурами в количестве 50, карандаш, секундомер.

Инструкция: Взрослый кладет перед ребенком бланк, дает ему карандаш и говорит следующее:

«Посмотри на листок, здесь нарисовано много разных фигур. Давай посмотрим на первую строчку, она самая короткая, в ней всего 5 фигур. Все

они разные. Давай назовем их по порядку, как они называются? Посмотри, в каждой фигуре есть свой знак, они тоже все разные».

«Давай попробуем в пустых фигурах рисовать такие же знаки, как в первой строчке. Начинать нужно вот здесь (показываем ребенку первую фигуру). Будь внимателен заполняй строчки по порядку слева направо».

На работу дается 2 минуты.

Обработка анализов результата:

47-50 фигур – высокий уровень развития концентрации внимания.

30-47 фигур – средний уровень развития концентрации внимания.

Менее 30 фигур – низкий уровень развития концентрации внимания.

Методика 2. «Кольца Э. Ландольта» (см. Приложение А)

Цель: определение продуктивности и устойчивости внимания

Ребенку предлагается бланк с кольцами Э. Ландольта, сопровождаемый следующей инструкцией: «Теперь мы сыграем в игру под названием «Будьте бдительны и работайте как можно быстрее. «В этой игре вы будете соревноваться с другими детьми, тогда мы увидим, какой результат вы достигли в соревновании с ними. Я думаю, что вы не будете хуже, чем другие дети».

Затем ребенку показывается бланк с кольцами Ландольта и объясняется, что он должен, внимательно просматривая кольца по рядам, находить среди них такие, в которых имеется разрыв, расположенный в строго определенном месте, и зачеркивать их.

Методика 3. Методика изучения концентрации и устойчивости уровня внимания (П.Я. Гальперин, С.Л. Кабыльницкая) (см. Приложение А)

Цель – определить уровень устойчивости внимания учащихся.

Оборудование: карточка с текстом, карандаши.

Порядок проведения: Исследователь фиксирует время работы с текстом, особенности поведения ребенка (уверенно ли работает, сколько раз проверяет текст, читает про себя или вслух и прочее).

Для нахождения и исправления ошибок не требуется знания правил, но необходимы внимательность и самоконтроль. Текст содержит 10 ошибок.

Обработка результатов теста

Подсчитывается количество пропущенных ошибок:

- 0-2 – высший уровень внимания,
- 3-4 – средний уровень внимания,
- более 5 – низкий уровень внимания.

Исследователь должен обратить внимание на качество пропущенных ошибок: пропуск слов в предложении, букв в слове, подмена букв, слитное написание слова с предлогом или др.

Представленные методы и методики полностью отвечают задачам и цели исследования.

2.2 Результаты констатирующего эксперимента и их анализ

Анализ полученных результатов начнем с выявления степени развитости таких критериев, как концентрация и переключение внимания. Для этого мы провели диагностику младших школьников по методике Немова и Векслера, результаты которой представлены в таблице 2.

Результаты диагностики младших школьников по методике Немова и Векслера.

Имя Ф.	Критерий (баллы)	Уровни
	Концентрация и переключение внимания	
Иван С	35 фигур	Средний
Дмитрий К	48 фигур	Высокий
Ирина М	29 фигур	Низкий
Аня Г	42 фигур	Средний
Пётр С	27 фигур	Низкий
Ира К	47 фигур	Высокий
Александра Р	36 фигур	Средний
Даша Е.	44 фигуры	Средний
Аня А.	40 фигур	Средний
Иван Г.	49 фигур	Высокий

Как можно видеть из таблицы 2 в группе младших школьников:

- в основном доминирует средний уровень концентрации и переключения внимания, таких учащихся оказалось 5 (50%).

- низкий уровень концентрации и переключения внимания диагностирован у 2 (20%) учащихся. Учащиеся данной группы (Ирина М. и Петр С.) правильно нарисовали только 29 фигур и 27 фигур соответственно.

- высокий показатель концентрации и переключения внимания у младших школьников диагностирован у 3 (30%) учащихся.

Наглядно результаты диагностики младших школьников по методике Немова и Векслера отображены на диаграмме (Рисунок 1).

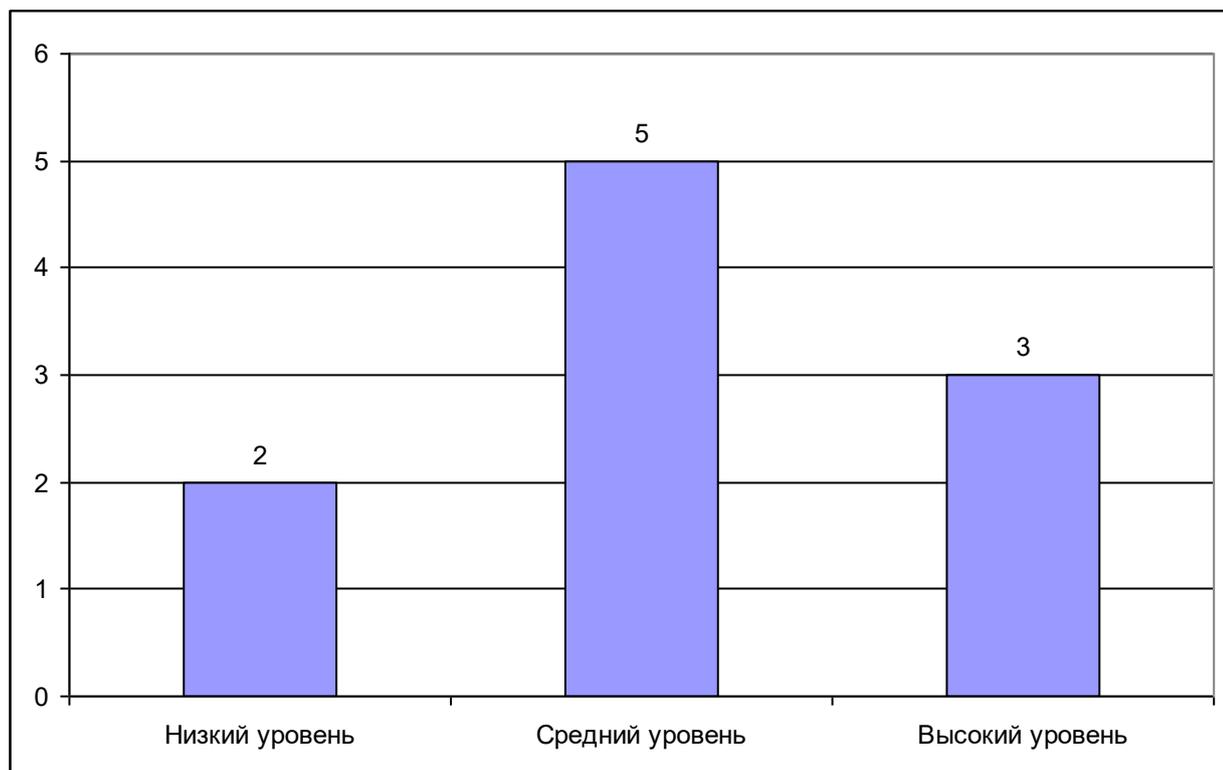


Рис. 1. Уровень концентрации и переключения внимания, методика Немова и Векслера

Как видно из гистограммы, в результате проведения методики выявлено, что доминирует средний уровень концентрации и переключения внимания. Выполняя задания, учащиеся нуждаются в помощи и контроле со стороны взрослых.

Для выявления степени развитости таких критериев, как устойчивости и объем внимания, использовали методику «Кольца Э. Ландольта», результаты выполнения которой представлены в таблице 3.

Результаты диагностики младших школьников по методике «Кольца Э.
Ландольта»

Имя Ф.	Критерий (баллы)	Уровни
	Устойчивость и объем внимания	
Иван С	6 баллов	Средний
Дмитрий К	8 баллов	Высокий
Ирина М	5 баллов	Средний
Аня Г	7 баллов	Средний
Пётр С	4 балла	Низкий
Ира К	8 баллов	Высокий
Александра Р	7 баллов	Средний
Даша Е.	8 баллов	Высокий
Аня А.	6 баллов	Средний
Иван Г.	6 баллов	Высокий

Как можно видеть из таблицы 3 в группе младших школьников:

- в основном доминирует средний уровень устойчивости и объема внимания, таких учащихся оказалось 5 (50%).
- низкий уровень устойчивости и объема внимания диагностирован только у Петра С (4 балла).
- высокий показатель устойчивости и объема внимания у младших школьников диагностирован у 4 (40%) учащихся.

Наглядно результаты диагностики младших школьников по методике «Кольца Э. Ландольта» отображены на гистограмме (рисунок 2).

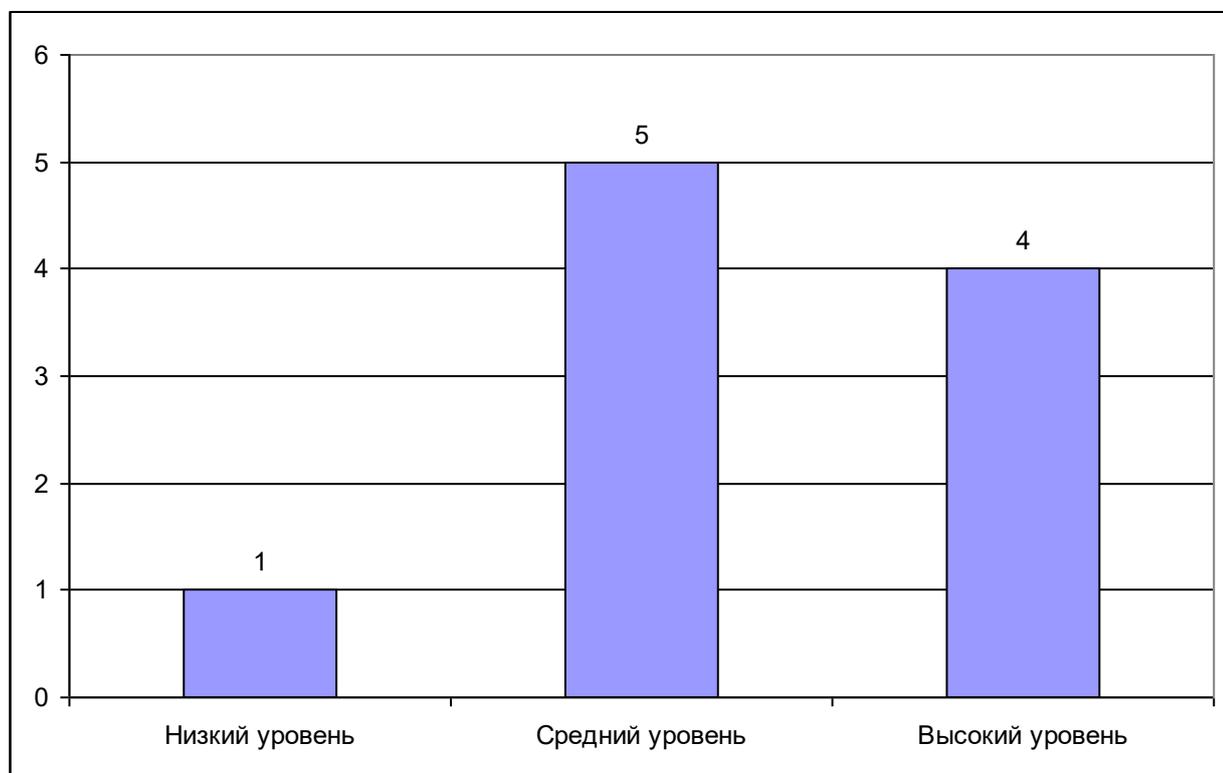


Рис. 2. Уровень устойчивости и объема внимания, методика «Кольца Э. Ландольта»

Таким образом, результаты проведения методики показали, что у детей преобладает средний уровень устойчивости и объема внимания.

Далее были проанализированы результаты методики № 3 – «Исправь ошибки».

Результаты выполнения учащимися этого задания представлены в таблице, где цифры указывают число незамеченных ошибок.

Результаты методик представлены в таблице 4.

Таблица 4

Методика «Исправь ошибки»

Фамилия	Количество ошибок, допущенных испытуемыми					Всего	Уровни
	Подмена	Пропуск	Пропуск	Подмена	Слитное		

	слова в предложении	к слова в предложении	букв	букв	написание прилагательного с предлогом		
Иван С			+	+	+	3	Средн.
Дмитрий К		+	+	+		3	Средн.
Ирина М	+	+		+	+	5	Низк
Аня Г	+		+	+		3	Средн.
Пётр С	+	+	+	+	+	5	Низкий
Ира К						0	Высок.
Александра Р	+	+			+	3	Средн.
Даша Е.			+	+		2	Высок.
Аня А.	+			+	+	3	Средн.
Иван Г.	+	+	+	+	+	5	Низк.

Анализ таблицы 4 показывает, что большинство учащихся с работой справилось. Они заметили и исправили в тексте многих ошибок.

Таким образом, согласно данной методике, у 3 учащихся – 30% - низкий уровень сосредоточенности, умения сфокусировать внимание – дети допустили 5 ошибок. 5 учащихся (50%) допустили по 3 ошибки, показав средний уровень сосредоточенности, умения сфокусировать внимание.

Наглядно результаты диагностики младших школьников по методике «Исправь ошибки» отображены на гистограмме (рисунок 3).

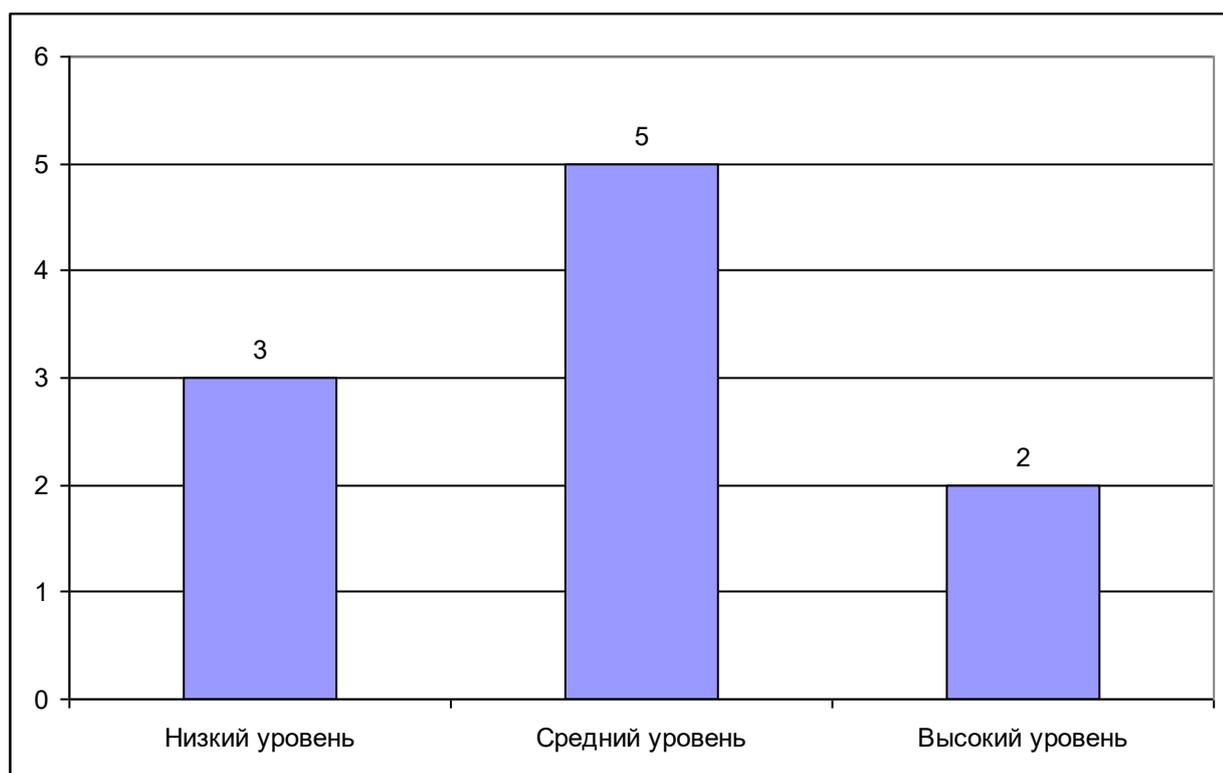


Рис.3. Результаты методики «Исправь ошибки»

После проведения всех диагностических методик, результаты по ним суммируются, и выводится общий профиль внимания по каждому учащемуся. В работе сданным тестирования применяются следующие варианты анализов:

Количественный анализ результатов включает подсчёт числовых показателей, использующихся в качестве средства оценки свойства внимания. При этом используются простые статистические функции, позволяющие упростить сравнение большого количества числовых данных (Среднее арифметическое, максимальный и минимальный показатели);

Качественный анализ подразумевает анализ качества выполнения методики. В контексте данного исследования, осуществляется анализ ошибок и ситуации, в которой ошибка была допущена.

Констатирующий этап. После проведения всех методик, результаты авторских тестов были подсчитаны и их анализ осуществляется по приведённым, в диагностической программе, критериям.

Таблица 5

Анализ уровня сформированности внимания младших школьников в зависимости от критериев, чел.

Уровень	Устойчивость	Концентрация	Распределение	Переключение	Объём	Итого
Низкий уровень	1	2	3	2	1	2
Средний уровень	5	5	5	5	5	5
Высокий уровень	4	3	2	3	4	3

В результате проведения количественного анализа, по числу младших школьников, отметим, что большинство значений выборки соответствуют среднему уровню. Самое маленькое значение равно 1 человек, самое большое 5 человек. Данное распределение баллов означает, что свойства внимания, у учащихся, развиты не равномерно: по одним показателям отмечаются высокие баллы, по другим низкие.

По данным качественного анализа вышеуказанная тенденция проявляется в полной мере. А именно, у учащихся по предложенным заданиям имеются ошибки, связанные с недостаточной сформированностью внимания как психического процесса. Данный феномен часто описан в возрастной психологии и не считается серьёзным отклонением. По мере взросления и постоянной тренировки внимания, результаты по тестам должны улучшиться.

Лучше всего у учащихся развита устойчивость внимания. Это хорошо заметно, не только по балловым показателям, но и по качественным признакам. На втором месте, находится свойство внимания – объём. Как и

предполагалось, меньше всего развита способность распределения внимания, часто учащиеся проявляли трудности при этом. Задания, выявляющие специфику свойств концентрации и переключения, не вызывали сложностей, но и не давались легко.

На основании диагностической программы, необходимо представить распределение испытуемых, в зависимости от диагностического критерия (рисунок 4).

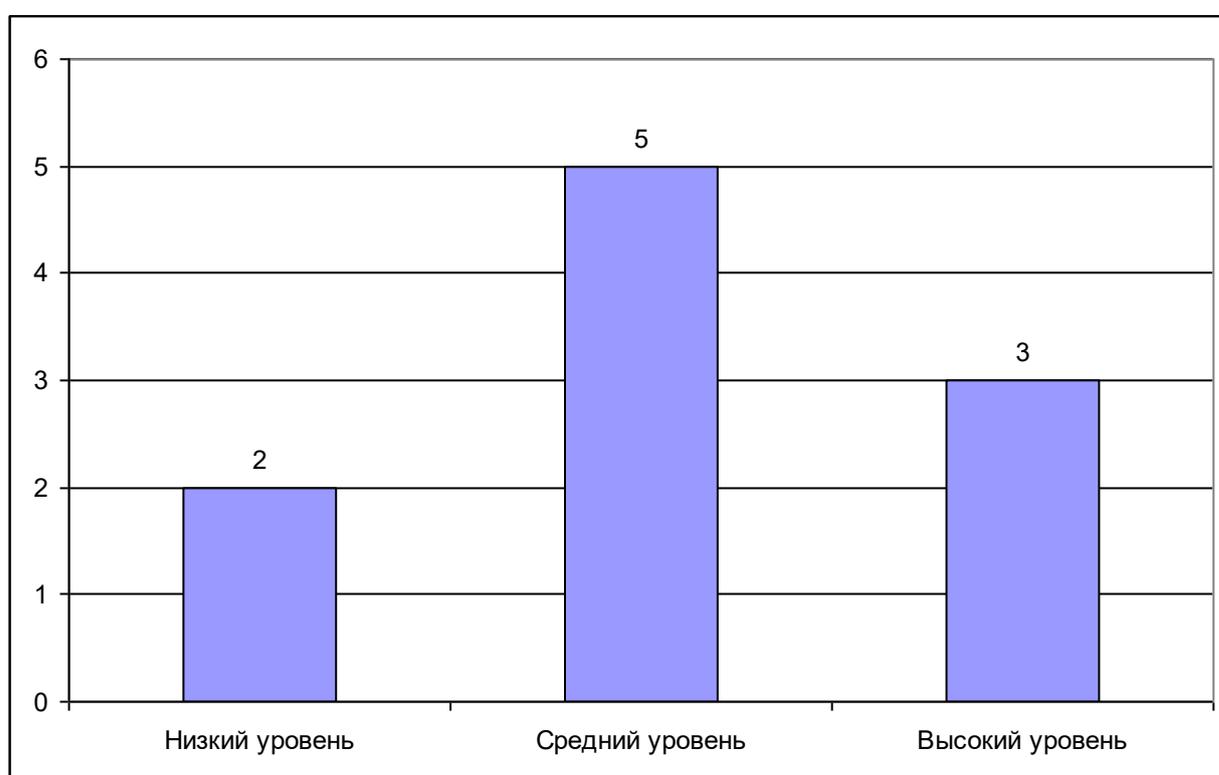


Рис.4. Диагностика уровня сформированности внимания младших школьников

Таким образом, на основании анализа результатов тестирования, можно сделать следующие выводы:

Развитие внимания, как психического процесса, находится большинства представителей выборки на среднем уровне.

В данной выборке отмечается сравнительная сформированность устойчивости внимания. Меньше всего сформировано распределение внимания.

Выше перечисленное свидетельствует о необходимости проведения дополнительной развивающей работы с младшими школьниками. Нами разработан вариант программы для реализации данной цели. Представим ее в следующем параграфе.

2.3 Программа развития внимания младших школьников

Проанализировав результаты опытно-экспериментальной работы, мы видим, что у младших школьников средний уровень сформированности внимания, для его повышения необходимы дополнительные занятия. Нами была разработана программа развития внимания младших школьников.

Актуальность программы. Внимание – это необходимое качество, которое должно развиваться с раннего детства, так как оно будет способствовать успешному усвоению нового материала, формированию способности использовать имеющиеся знания. Важно научить детей младшего школьного возраста фокусироваться на предлагаемом материале в процессе деятельности, быть наблюдательным, уметь ориентироваться в незнакомом материале, распределять внимание, например, слушать и в то же время писать, рисовать. Для любого вида деятельности особенно ценным качеством является быстрый переход от одного вида деятельности к другому. Поэтому у детей младшего школьного возраста необходимо развивать интеллектуальную деятельность, стабилизировать внимание, увеличивать ее объем, учить умению самостоятельно ориентироваться в выполняемой деятельности.

Такое исследование развития внимания у детей младшего школьного возраста помогает лучше понять и определить уровень развития внимания у каждого конкретного учащегося, выявить учеников из групп риска – тех, у кого могут быть проблемы в учебной деятельности, и определить дальнейшее индивидуальное коррекционное образование, и направление педагогической деятельности при работе как педагогов, так и психологов.

Цель программы: преодоление трудностей в развитии внимания при обучении в школе.

Задачи программы:

1. Научить вырабатывать концентрированное и устойчивое внимание, увеличить объём внимания, усилить способность к распределению и переключению внимания.
2. Развить объём, точность, мобилизационную готовность и уверенность в правильности запоминания и воспроизведения информации.
3. Развить волевую сферу.
4. Научить мыслить творчески, видеть взаимосвязи, делать умозаключения.
5. Развить воображение, с целью привлечения его к решению задач учебной деятельности.
6. Формировать социальные и коммуникативные умения, необходимые для взаимодействия с одноклассниками и педагогами.
7. Формировать устойчивую учебную мотивацию, устойчивую самооценку.

Условия проведения программы

Данная программа объёмом 23 часа (плюс 17 часов индивидуальной работы с детьми) ориентирована на групповую форму работы. Численность

группы 6-10 человек (это эффективно с точки зрения психологических результатов). В группу включаются учащиеся, показавшие в результате проведения психолого-педагогической диагностики низкий уровень развития внимания, и испытывающие трудности в учёбе по причине невнимательности. Программа включает в себя 20 занятий. Частота групповых встреч – 2 раза в неделю. Приблизительная длительность каждого занятия – 1 час – 1 час 10 минут. Дополнительно с групповыми занятиями раз в неделю в течение 40-50 минут проводятся индивидуальные занятия с учащимися, испытывающими трудности в работе в группе. Занятия проводятся в помещении со столами, стульями и доской. Выполнение индивидуальных работ производится в тетрадях. Роль «главного» в какой-либо игре служит хорошим тренингом для застенчивых детей. Дети ожидают оценивания своей работы. Поэтому оценка работы участников, а также стимулирование, активизация их деятельности производится с помощью «баллов внимательности» (за успешно выполненные задания основной части занятия). В конце занятия дети подсчитывают «баллы» и дают оценку своей работы. Динамика развития детей отслеживается посредством проведения контрольных срезов через каждые 10 занятий. Также, через каждые пять занятий рекомендуется проводить консультацию родителей детей, занимающихся в группе. На консультациях родителям предлагаются игры и упражнения по развитию ребёнка в домашних условиях.

Структура занятий

Занятия представлены в виде блока упражнений и игр, способствующих развитию, в первую очередь, внимания, памяти, мышления, воображения, коммуникативных навыков. Часто одни и те же приёмы

позитивно влияют на развитие различных психических функций, поэтому неизбежно перекрывание блоков.

В структуре занятий можно выделить следующие этапы (таблица 6)

Таблица 6

Этапы занятий по развитию внимания у младших школьников

№ п/п	Содержание темы	Кол-во часов		Примечание
		Груп. работа	Индивид. Работа	
1	Знакомство с правилами работы на занятиях. Развитие устойчивости, концентрации, распределения внимания; слуховой и кинестетической памяти, гибкости мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	Наблюдение за деятельностью детей в группе, анализ выполнения заданий в тетрадах, анализ работы детей в целом.
2	Развитие объёма и распределения внимания; зрительной памяти; конвергентного мышления; воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
3	Развитие распределения, переключения, объёма внимания; слуховой памяти; пространственной ориентации, гибкости мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
4	Развитие распределения, объёма внимания; зрительной и кинестетической памяти; наблюдательности; логического мышления; творческого воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
5	Развитие концентрации, устойчивости внимания; смысловой памяти; логического мышления; гибкости мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	

				анализ работы детей в целом. 2) Консультация родителей детей, занимающихся на занятиях.
6	Развитие концентрации и объёма внимания; смысловой памяти; пространственной ориентации; логического мышления; креативности.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	Наблюдение за деятельностью детей в группе, анализ выполнения заданий в тетрадях, анализ работы детей в целом.
7	Развитие взаимодействия; развитие внимания, связанного с координацией слухового и зрительного анализаторов; развитие логического мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
8	Развитие объёма, переключения внимания; зрительной памяти; логического мышления; творческого воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
9	Развитие концентрации, объёма внимания; смысловой памяти; логического мышления; грамматических навыков.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
10	Развитие концентрации и переключения внимания; волевой сферы; зрительной памяти; логического мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
11	Развитие умения сосредотачиваться, распределения внимания; зрительной, смысловой памяти, ассоциативного мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	1) Проведение контрольного среза. 2) Консультация родителей.
12	Повышение уверенности в себе; развитие саморегуляции; концентрации	1ч. – 1ч.10	40-50	Наблюдение за деятельностью детей в группе, анализ выполнения заданий в

	и переключения внимания; смысловой памяти ⁴ ; умения выполнять действия по аналогии, выделять существенные признаки.	мин.	мин.	тетрадах, анализ работы детей в целом.
13	Развитие концентрации, переключения внимания; слуховой памяти; зрительно-моторной координации; логического мышления; креативности; пополнение активного словаря.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
14	Развитие концентрации, устойчивости, распределения внимания; смысловой памяти; логического мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
15	Развитие концентрации внимания; смысловой памяти; понятийного мышления; воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	1) Наблюдение за деятельностью детей в группе, анализ выполнения заданий в тетрадах, анализ работы детей в целом. 2) Консультация родителей детей, занимающихся на занятиях.
16	Развитие концентрации внимания; смысловой памяти; логического мышления; воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	Наблюдение за деятельностью детей в группе, анализ выполнения заданий в тетрадах, анализ работы детей в целом.
17	Развитие концентрации и распределения внимания; зрительной памяти; логического мышления; воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
18	Развитие концентрации, объёма внимания; зрительной памяти; звукового восприятия; развитие	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	

	оригинальности, гибкости мышления.			
19	Развитие концентрации, объёма внимания; смысловой памяти, логического мышления, воображения.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	
20	Развитие концентрации, распределения внимания; смысловой памяти, логического мышления.	1ч. – 1ч.10 мин.	40-50 мин.	1) Проведение контрольного среза. 2) Консультация родителей.
Итого:	23 часа	17 часов		

1. Ритуалы приветствия-прощания являются важным моментом работы с группой, позволяющие спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь важно для плодотворной работы. Этот ритуал обычно предлагается психологом. В него должны быть включены все дети.

2. Разминка не только служит элементом развития внимания, но и является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями.

3. Основное содержание занятий представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных не только на решение задач данного коррекционно-развивающего комплекса, но и на формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. В основную часть занятий также включены психогимнастические упражнения,

способствующие снятию мышечных зажимов, эмоционального напряжения, переключению внимания, повышению работоспособности.

4. Рефлексия занятия предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия предполагает, что дети сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают обратную эмоциональную связь друг другу и психологу.

Содержание программы представлено в таблице 7

Таблица 7

Содержание программы по развитию внимания у младших школьников

№ п/п	Цель занятия	Структура занятия		
		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1	2	4	5	6
1	Создание условий для более близкого знакомства детей в микро-группе	Приветствие Игра «Волшебный клубок»	Упражнения «Минутка», «Живая картинка», «Слова-невидимки», «Восстановить пропущенное слово», «Счет по командам», «Четыре числа», «Кто старше», психогимнастическое упражнение	Подведение итогов. Ритуал прощания
2	Развитие концентрации, объёма и распределения внимания, зрительной памяти.	Приветствие Упражнение на активизацию «Добрый –	Упражнение «Кто внимательнее?», «Дождик», «Переструктурирование слова», «Придумай	Подведение итогов; Ритуал прощания

		злой мяч».	предмет», «Две линии» Игра «Анаграммы»	
3	Развитие концентрации, устойчивости, объёма, распределения, переключения внимания, пространственной ориентации, гибкости мышления, воображения	Приветствие. Игра «Небо – земля – вода»	Упражнения «Минутка», «Примеры и тексты», «Заполнить пропуск в словах», «Восстановить пропущенное слово», «Дорисуй», психогимнастическое упражнение. Игра «Муха»,	Подведение итогов; Ритуал прощания
4	Развитие концентрации, распределения внимания, наблюдательности, зрительной памяти, логического мышления, воображения	Приветствие Игра «Путешествие сказочных героев»	Упражнение «Каждой руке свое дело», «Числовые ряды», «Кляксы», психогимнастическое упражнение Игра «Искатель», «Испорченный телефон», «Анаграммы»	Подведение итогов; Ритуал прощания
5	Развитие устойчивости внимания, смысловой памяти, логического мышления	Приветствие Игра «Стой спокойно»	Упражнение «Пиктограммы», «Вставь недостающее число», психогимнастическое упражнение Игра «Птичка» «Бег ассоциаций».	Подведение итогов; Ритуал прощания «Всем до свидания».
6	Развитие концентрации, устойчивости, объёма внимания,	Приветствие Игра «Узнай по голосу»	Упражнение «Слова-признаки» «Человечек» «Занимательный вопрос»	Подведение итогов; Ритуал прощания

	пространственной ориентации, смысловой памяти, воображения		«Дорисуй фигуру», психогимнастическое упражнение. Игра «Глухой телефон»	
7	Развитие концентрации, устойчивости, распределения внимания, логического мышления, эмоционально-экспрессивное развитие	Приветствие Игра «Плечом к плечу»	Упражнение «Закодированные примеры» «Улови сразу» «Задумай рисунок» «Реши анаграммы», психогимнастическое упражнение. Игра «Четыре стихии»	Подведение итогов; Ритуал прощания
8	Развитие концентрации, устойчивости и объёма внимания, наблюдательности, зрительной памяти, логического мышления, воображения, развитие языка жестов, мимики, пантомимики	Приветствие Игра «Колечко»	Упражнение «Шесть квадратов» «Преобразование слова» «Думаем глазами» «Изобрази сказку», психогимнастическое упражнение. Игра «Бегемот»	Подведение итогов; Ритуал прощания
9	Развитие концентрации, устойчивости внимания, зрительной памяти, логического мышления, волевой сферы, воображения	Приветствие Упражнение «Волшебный мешочек», Игра «10»	Упражнение «Найди буквы» «Установление закономерностей» «Закодированные слова», психогимнастическое упражнение. Игра «Заколдованный принц»	Подведение итогов; Ритуал прощания
10	Развитие концентрации, устойчивости,	Приветствие Игра «Назови	Упражнение «Пиктограммы» «Мышки спрятались в	Подведение итогов; Ритуал прощания

	распределения внимания, смысловой памяти, оперативной памяти, логического мышления, грамматических и математических навыков	соседей»»	норки», психогимнастическое упражнение. Игра «Пишущая машинка», «Кем был»	
--	--	-----------	---	--

Выбор данного комплекса занятий обосновывается следующими положениями:

1. Выбранные упражнения учитывают особенности детей с задержкой психического развития.

2. Упражнения направлены на развитие у детей способностей к творчеству и фантазированию.

3. Упражнения интересны школьникам с задержкой психического развития.

4. Детям нравится игровая форма работы, они вовлечены и активно учувствуют в деятельности.

Таким образом, для развития внимания младших школьников необходимо выполнять задачи и упражнения для развития переключения и распределения внимания, потому что все свойства внимания будут развиваться в результате обучения и самоуправления деятельностью ребенка. Чем дольше ребенок младшего школьного возраста может сосредоточить свое внимание на задаче, тем глубже он сможет проникнуть в ее суть и тем больше у него возможностей для ее решения.

Детям младшего школьного возраста все еще трудно сосредоточиться на однообразной и непривлекательной для них деятельности, в то время как в

процессе эмоционально окрашенной игры они могут оставаться внимательными в течение длительного времени. Поэтому рекомендуется, чтобы любая образовательная информация предоставлялась ребенку младшего школьного возраста в игровой форме. Эта особенность внимания является одним из оснований для того, чтобы занятия с ними не могли быть построены на задачах, требующих постоянных волевых усилий. В то же время ребенку необходимо постепенно развивать способность прилагать такие усилия, в частности, к решению интеллектуальных проблем. При высокой концентрации внимания ребенок младшего школьного возраста замечает гораздо больше в предметах и явлениях, чем в обычном состоянии сознания. И с недостаточно сконцентрированным вниманием его сознание словно скользит по объектам, не задерживаясь надолго ни на одном из них. В результате, впечатления расплывчаты и неярки.

Основной целью устранения недостатков в развитии внимания является формирование рациональных методов запоминания и восстановления, развитие произвольности этих процессов, подчинение внимания и памяти учеников мышлению.

Педагог должен не только дать детям младшего школьного возраста задания по изучению материала наизусть, он должен научить, как это можно сделать, и каким образом можно облегчить процесс запоминания.

Стоит отметить, что процесс запоминания с целью развития процесса внимания можно облегчить с помощью таких методов, как группировка материала, выделение главного, установление логических и образных связей, активное повторение, составление плана и т. п. Также важно обратить внимание детей младшего школьного возраста на то, что выбор метода запоминания зависит от структуры учебного материала. Запоминание текста, таблиц умножения, грамматических правил, стихов требует различных методов запоминания.

С целью более качественного запоминания ученики с недостатками в развитии внимания нуждаются в значительно большем количестве повторений, чем дети в норме развития. Следовательно, в процессе повторения материала, дети младшего школьного возраста с трудностями в обучении, по сравнению с теми детьми, которые развиваются нормально, зачастую не проверяют себя, не уделяют внимание тем местам, которые им удалось плохо или неправильно запомнить. Довольно часто такие школьники повторяют весь материал от начала до конца огромное количество раз, не осознавая при этом, какую часть материала им удалось усвоить лучше, а какую - хуже, не запоминая, где следует приложить больше усилий. Узнавание данные учащиеся зачастую принимают за запоминание.

С целью коррекции этих недостатков процесс повторения на этапе «адаптации к трудностям при развитии процесса внимания» должен быть специально организован, а процесс «правильной коррекции» должен быть сведен к формированию методов эффективного повторения у данных школьников (другими словами, модификация повторения).

Первым условием эффективности повторения является создание разнообразных его методов. Учитель должен следить за тем, чтобы школьники повторяли один и тот же материал, выполняя различные задания. Так, например, в процессе изучения конкретного правила правописания дети младшего школьного возраста должны не только повторять его после учебника, но и самостоятельно подбирать соответствующие примеры, находить в тексте слова, написанные по этому правилу; а текстовую информацию можно повторять путем перечитывания, составления плана, поиска ответов на вопрос и т. д.

Модификация методов повторения в процессе развития внимания должна быть тесно связана с активной работой мышления, она должна требовать от учащихся быть сознательными и независимыми, а не повышать уровень обучения до простого запоминания.

Учителя следует научить учащихся, имеющих трудности в развитии внимания, повторять материал не только целиком, но и разбивать его на части или объединять. У детей с трудностями в обучении, с недостатками в процессе развития внимания, как правило, имеются сложности в использовании два приведенных выше метода, по причине того, что они плохо умеют различать семантические связи, такие ученики не могут делить текст на смысловые части. Поэтому таких учащихся нужно учить самостоятельно проверять повторяемое, а также определять, что лучше всего запомнить, а что следует еще раз повторить.

Следует подчеркнуть, что процесс вторичного изучения материала, если он забыт, очень сложен, поскольку второй изучаемый материал уже воспринимается детьми младшего школьного возраста без особого интереса, он не вызывает у них мотивации к изучению.

Много времени уделяется повторению уже пройденного материала в учебных планах. Так, как правило, ученики младшего школьного возраста занимаются повторением в начале и в конце семестра и учебного года, они повторяют только что изученный материал, а также материал, который изучался в течение длительного времени, но это необходимо для того, чтобы освоить новую тему.

Использование технических средств обучения в качестве аудиовизуальных средств обучения также приводит к повышению качества концентрации внимания и повышению интереса к учебному материалу. Умение педагога применять в процессе обучения игровую деятельность позволяет обеспечить естественную мотивацию у школьников к получению новых знаний, сделать даже самый элементарный материал интересным и значимым. Именно использование игровых методов обучения позволяет педагогу заложить основы формирования основных компонентов образовательной деятельности: умение видеть цель и действовать в соответствии с ней, умение контролировать и оценивать свои действия и действия других школьников.

Таким образом, основные рекомендации по развитию внимания в младшем школьном возрасте сходятся в развитии основных форм проявления внимания в период раннего становления личности и формированию основ учебной деятельности, таких как сенсорно-перцептивное, интеллектуально-мыслительное и моторно-двигательное внимание, а также вовлечение ребенка в познавательную-развивающую деятельность.

Основой педагогических мероприятий, является гипотеза, что внимание у детей младшего школьного возраста сформировано недостаточно и требует дополнительных мер по его развитию.

Педагогические мероприятия подбираются с учётом рекомендаций Зубовой, которая указывает, что внимание является сложным психологическим явлением и для повышения эффективности его развития, необходимо соблюдать следующие психолого-педагогические условия:

Формирование положительной мотивации к учебному процессу. Педагогическая практика показывает, что одной из причин рассеянности внимания у младших школьников является отсутствие мотивации. В этом возрастном периоде учащемуся сложно управлять вниманием посредством воли, поэтому на уроках они часто отвлекаются и не могут сосредоточиться на учебном процессе. Как правило, в младшем школьном возрасте, утрачиваются черты детской непосредственности, т.е. ребёнок произвольно реагирует на экспрессивные, яркие и эмоциональные стимулы.

Активизация мыслительной деятельности младших школьников. Несмотря на различия психических процессов, не следует воспринимать их изолированно друг от друга. Внимание, мышление, память и др. работают в комплексе, следовательно, кроме внимания, необходимо приложить усилия для развития мышления и памяти.

Организация внешнего контроля за учебной деятельностью учащегося и формирование навыков планирования собственной деятельности. На уроках, часто бывает так, что детская непосредственность, проявляется в том,

что при отсутствии эффективности контроля, учащиеся отвлекаются от учебной деятельности, и их внимание переключается на другие стимулы. Следовательно, эффективный контроль, за деятельностью ребёнка, на уроках позволяет улучшить показатель его внимания. Кроме этого, ввиду отсутствия возможности тотального контроля, рекомендуется использовать упражнения, формирующие навыки планирования собственной деятельности.

Выводы по главе 2

Вторая глава посвящена составлению диагностической программе и проведению констатирующего эксперимента, направленного на определение уровня внимания у младших школьников, а также разработке программы развития внимания младших школьников.

В качестве критериев процесса внимания нами были выбраны: устойчивость, концентрацией, распределение, переключение, объемом внимания.

В исследовании применяются следующие диагностические методики: методика Немова и Векслера (концентрация и переключение внимания); методика «Кольца Э. Ландольта» (определение объема, продуктивности и устойчивости внимания); проба на внимание П.Я.Гальперин и С.Л. Кабыльницкая «Исправь ошибки» (распределение внимания).

Лучше всего у учащихся развита устойчивость внимания. Это хорошо заметно, не только по балловым показателям, но и по качественным признакам. На втором месте, находится свойство внимания – объём. Как и предполагалось, меньше всего развита способность распределения внимания, часто учащиеся проявляли трудности при этом. Задания, выявляющие специфику свойств концентрации и переключения, не вызывали сложностей, но и не давались легко.

Проанализировав результаты опытно-экспериментальной работы, мы видим, что у младших школьников средний уровень сформированности внимания, для его повышения необходимы дополнительные занятия. Нами была разработана программа развития внимания младших школьников.

Цель программы: преодоление трудностей в развитии внимания при обучении в школе.

Программа включает: ритуалы приветствия-прощания, разминку, совокупность психотехнических упражнений и приёмов, психогимнастические упражнения, рефлексия.

В заключении необходимо добавить, что все задачи, положенные в основу второй главы, были полностью реализованными.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В первой главе выпускной квалификационной работы нами была рассмотрена проблема особенностей развития внимания младших школьников. Представим ключевые выводы.

Под понятием внимание мы понимаем направленность и сосредоточенность сознания на каком-нибудь предмете, явлении или деятельности. Направленность сознания – выбор объекта, а под сосредоточенностью принято подразумевать отвлечение от всего, что не обладает отношением к этому объекту. Основной функцией внимания считается функция внутреннего контроля за согласованностью различных звеньев действия, определяющих успешность его выполнения, например, скорость и точность решения задачи.

В младшем школьном возрасте внимание, как и прочие психические процессы претерпевает значительные изменения, которые могут быть обусловлены преобразованиями мышления. Суть этих изменений состоит в том, что внимание младших школьников приобретает черты произвольности, становясь постепенно сознательно регулируемой и опосредованной. Одним из базовых условий последующего успешного обучения в школе является развитие внимания.

Во второй главе представлена опытно-экспериментальная часть работы. В исследовании приняли участие 10 детей в возрасте 8-9 лет.

Для выявления актуального уровня развития внимания у детей были подобраны следующие диагностические методики: методика «Немова и Векслера» (концентрация и переключение внимания); методика «Кольца Э. Ландольта» (определение объема, продуктивности и устойчивости внимания); проба на внимание П.Я.Гальперин и С.Л. Кабыльницкая «Исправь ошибки» (распределение внимания).

Результаты диагностики показали, лучше всего у учащихся развита устойчивость внимания. Это хорошо заметно, не только по балловым показателям, но и по качественным признакам. На втором месте, находится

свойство внимания – объём. Как и предполагалось, меньше всего развита способность распределения внимания, часто учащиеся проявляли трудности при этом. Задания, выявляющие специфику свойств концентрации и переключения, не вызывали сложностей, но и не давались легко.

Проанализировав результаты опытно-экспериментальной работы, мы видим, что у младших школьников средний уровень сформированности внимания, для его повышения необходимы дополнительные занятия.

Нами была разработана программа развития внимания младших школьников, рассчитанная на 23 часа (плюс 17 часов индивидуальной работы с детьми) ориентирована на групповую форму работы. Численность группы 6-10 человек (это эффективно с точки зрения психологических результатов).

Реализация программы позволяет создать условия для проявления индивидуальных способностей обучающихся, раскрытия их творческих способностей и развития умений решать творческие задачи. К концу занятий дети научатся: видеть цель и действовать в соответствии с ней, контролировать и оценивать свои действия и действия других школьников

Следовательно, цель выпускной квалификационной работы достигнута, задачи решены, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. – М.: Ось-89, 2018. – 272 с.
2. Амонашвили Ш.А. Личностно - гуманная основа педагогического процесса. - М.: Университет, 2012.- 88 с.
3. Абрамова Г.С. Возрастная психология. - М.: Педагогика, 2010.- 128 с.
4. Бабынина Т.Ф., Гильманова Л.В. Взаимодействие воспитателей с родителями и сотрудниками образовательного учреждения: курс лекций по профессиональному модулю для студентов СПО отделения дошкольного образования – Казань: РИЦ, 2017. – 112 с.
5. Белопольская Н.Л., Комплект психодиагностических методик для детей с 6 до 11 лет – Когито-Центр, 2018. – 135 с.
6. Бен Парр. Ловушка для внимания: как вызвать и удержать интерес к идее, проекту или продукту – М.: Альпина Паблишер, 2019. – 276 с.
7. Божович Л.И. Проблемы формирования личности.-М.:Педагогика, 2018. – 351 с.
8. Быкова И.С., Краснощекова И.В. Нарушения психического развития в детском возрасте: учебное пособие Краснощекова И.В. – Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. – 162 с.
9. Верзилин Н.М. Проблемы методики преподавания. - М.: Просвещение, 2013. -108 с.
- 10.Возрастная психология: детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учебное пособие для пед. вузов. – М.: Академия, 2019. – 624 с.
- 11.Возрастная и педагогическая психология / Под ред. М.В. Гамезо. - М.: Просвещение, 2014. – 446 с.
- 12.Выготский Л.С. Собрание сочинений. В 6 т. Т.2. - М.: Наука, 2013. – 409 с.
- 13.Выготский Л.С. Психология развития ребенка. - М.: Эксмо, 2012. – 278 с.
- 14.Глозман Ж.М. Практическая нейропсихология. Помощь неуспевающим школьникам / Глозман Ж.М. – Саратов: Вузовское образование, 2018. – 288 с.

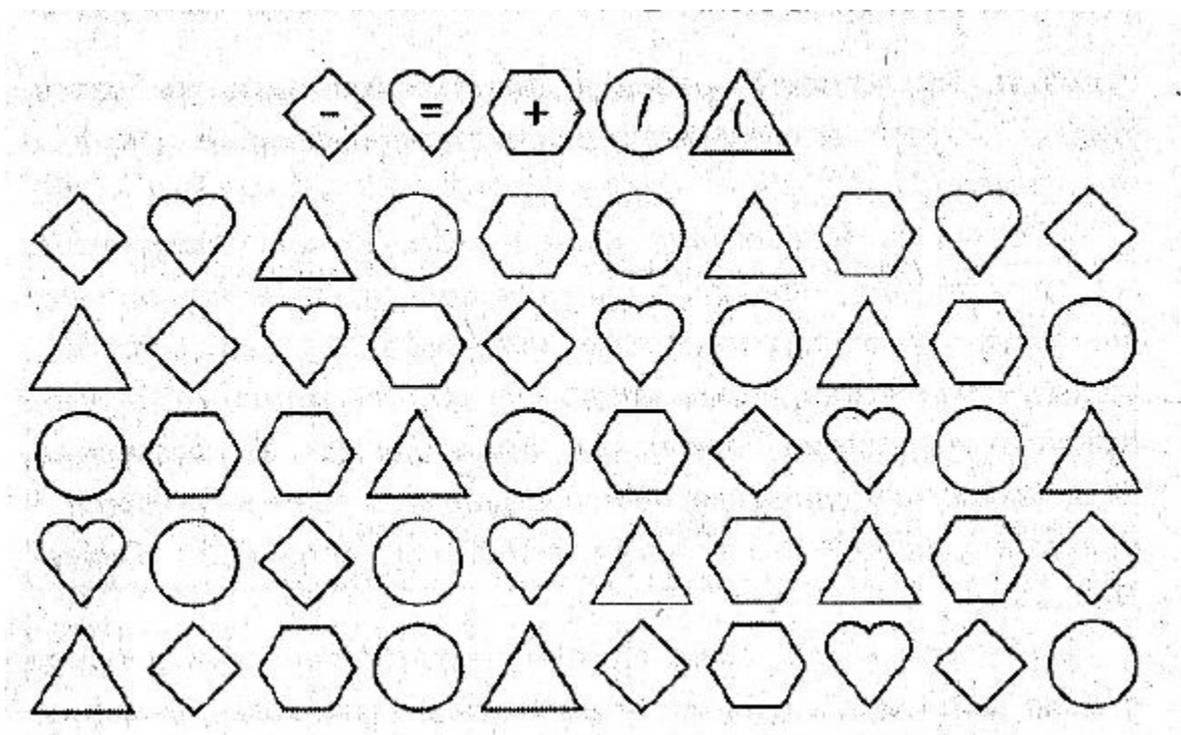
15. Григорьев Д. В., Степанов П. В. Внеурочная деятельность школьников. - М.: Владос, 2010. - 233 с.
16. Давыдов В.В. Российская педагогическая энциклопедия. - М.: Просвещение, 2013. - 280 с.
17. Добринская Е.Л., Соколов Э.И. Свободное время и развитие личности / под ред. Е.Л. Добринской - СПб.: Наука, 2008. - 167 с.
18. Долгова В.И., Гольева Г.Ю., Крыжановская Н.В. Инновационные психолого-педагогические технологии в дошкольном образовании / монография. - М.: Издательство Перо, 2018. - с. 192
19. Долгова В.И., Аркаева Н.И., Капитанец Е.Г. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе / монография. - М.: Издательство Перо, 2018. - 200 с.
20. Долгова В.И., Капитанец Е.Г., Сметанина Д.А. Исследование видов памяти у младших школьников с интеллектуальными нарушениями // Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2018. - Т. 31. - С. 111–115.
21. Ермолаева М.В. Психолого-педагогическая практика в системе образования / М.В. Ермолаева, А.Е. Захарова, Л.И. Калинина, С.И. Наумова. - М.: Просвещение, 2013. - 336 с.
22. Занков Л.В. Избранные педагогические труды. - М.: Просвещение, 2011. - 486 с.
23. Каирова И. А. Педагогическая энциклопедия / И.А. Каирова. Ф.Н., Петрова. - М.: Просвещение, 2014. - 280 с.
24. Каирова И. А. Педагогический словарь. - М.: Просвещение, 2013. - 256 с.
25. Кикоин Е. И. Младший школьник: возможности изучения и развития. - М.: Просвещение, 2012. - 89 с.
26. Кулагина И.Ю. Младшие школьники: особенности развития. - М.: Эксмо, 2012. - 176с.
27. Люблинская А.А. Детская психология. Учебное пособие для студентов педагогических институтов. - М.: Просвещение, 2017. - 265 с.

- 28.Монтессори М. Дети – другие. - М.: Издат. Дом «Россь», 2016. – 372 с.
- 29.Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. - М.: Академия, 2014. – 437 с.
- 30.Немов Р.С. Психология: Учеб. Для студентов высш. пед. учеб.заведений: В 3 кн. Кн.1. Общие основы психологии. - М.: Педагогика, 2015. - 190 с.
- 31.Немов, Р.С. Психология. В 3-х кн. / Р.С. Немов. - М.: Просвещение, 2014.- 324с.
- 32.Соколова Ю. Память, логика, внимание. - М.: РИПОЛ классик, 2011.— 32с.
- 33.Талызина Н.Ф. Педагогическая психология. - М.: Просвещение, 2014.- 235 с.
- 34.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Стандарты второго поколения) / М-во образования и науки Рос. Федерации. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011. – С. 10-26.
- 35.Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. - М.: Просвещение, 2014.-175с.
36. Харламов И.Ф. Педагогика: учебное пособие. - М.: Юристъ, 2013. - 512 с.
- 37.Федеральный Государственный образовательный стандарт. - [Электронный ресурс]-URL: <http://standart.edu.ru/> (дата доступа 10.02.2020).
- 38.Проектирование урока с позиции формирования универсальных учебных действий» - [Электронный ресурс]-URL: http://www.ug.ru/method_article/260 (дата доступа 11.02.2020).
- 39.Цукерман Г.А. Оценка без отметки. - [Электронный ресурс] -URL: <http://experiment.> (дата доступа 15.02.2020).
- 40.Социальная сеть работников образования - [Электронный ресурс] - URL: <http://nsportal.ru.> (дата доступа 16.02.2020).

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Методика Немова и Векслера



Инструкция:

Учитель (или психолог) раздаёт бланки с рисунками и объясняет правила выполнения теста: взрослый называет предметы, а ребята вычёркивают соответствующие элементы в каждой строке, двигаясь слева направо, по команде «Черта!» испытуемые проводят прямую линию, отделяющую пройденный блок от ещё не рассмотренных.

Дети берут в руки карандаши (ручки лучше не использовать, так как неожиданно закончившиеся чернила собьют малыша с толку и отвлекут от теста) и по сигналу педагога начинают работать.

Через 10 минут ученики откладывают пишущие предметы, а учитель собирает бланки ответов.

Методика «Кольца Э.Ландольта»

Методика «Кольца Ландольта» является универсальным средством, которое можно применять для изучения внимания людей разного возраста: от детей пяти-шестилетнего возраста до взрослых людей, получая сравнимые и преемственные показатели. Настоящая методика представляет собой модификацию корректурной пробы Б. Бурдона и основана на кольцах французского офтальмолога Ландольта (E. Landolt).

Определение продуктивности и устойчивости внимания:

Процедура ведения опыта такая же, как и при использовании корректурной пробы Бурдона–Анфимова. Кольца Ландольта желательно предъявлять величиной примерно равной высоте строчной буквы.

Время выполнения задания — 5 минут.

Для оценки устойчивости, распределения и переключения внимания можно использовать один и тот же бланк с кольцами Ландольта, обращаясь при каждом новом задании к той его части, которая при выполнении прежнего задания осталась незаполненной (можно, например, продолжать просматривать бланк или перевернуть его на 180°).

Оснащение эксперимента:

Бланк «Кольца Ландольта», либо бланк колец Ландольта в модификации Глазова, секундомер, протокол, ключ.

Инструкция: «Будьте внимательны и работайте как можно быстрее. Вам необходимо внимательно, просматривая кольца по рядам слева направо, находить среди них такие, в которых имеется разрыв, расположенный слева (как варианты «на 9 часов» или «на запад») (или в другом определенном месте) и зачеркивать их. По команде «Черта!» поставьте вертикальную черту в том месте бланка, где Вас застала эта команда и продолжайте работу».

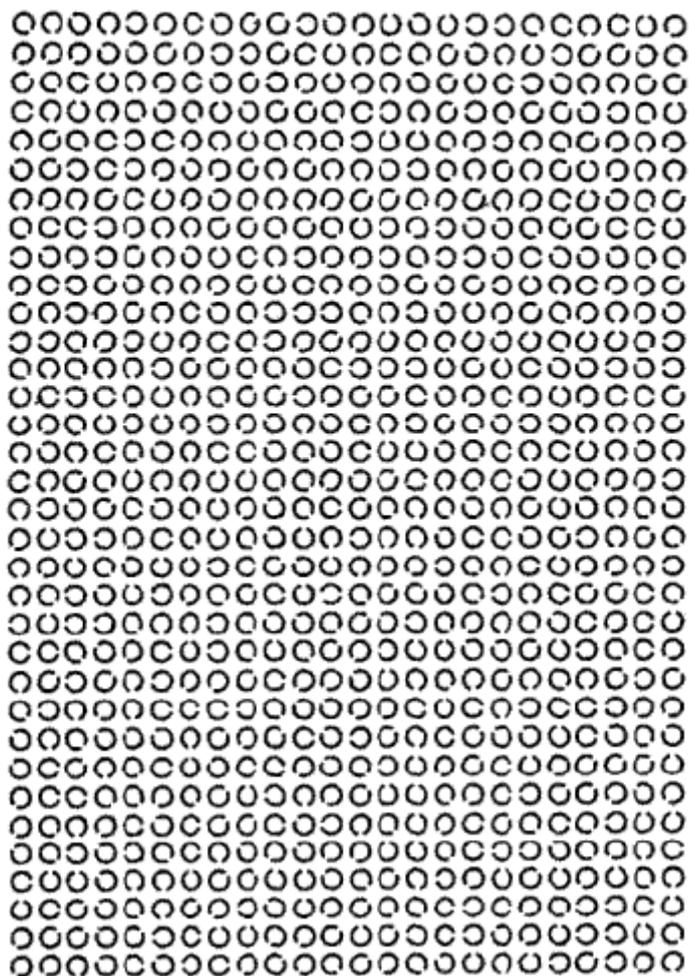


ТЕСТ Э.ЛАНДОЛЬТА

Бланк ответов



разрыв _____ (12/15) Обследуемый _____



Обработка:

При обработке результатов экспериментатор определяет количество колец, просмотренных и вычеркнутых испытуемым, а также количество ошибок, допущенных в процессе работы, как за исследуемые временные промежутки работы, так и за все время, в течение которого продолжался психодиагностический эксперимент.

Объем зрительной информации (V , бит) рассчитывают по формуле:

$$V=0.5936 \cdot N, \text{ где } 65$$

N — общее количество просмотренных знаков,

0.5936 — средний объем информации, приходящийся на один знак (бит).

Скорость переработки зрительной информации (или показатель продуктивности и устойчивости внимания) (Q, бит/с) рассчитывается по формуле

$$Q = (V - 2,807 \times (P+O)) / t, \text{ где}$$

t — время выполнения задания (с);

P — количество пропущенных знаков;

O — количество ошибочно или неправильно зачеркнутых знаков;

V — объем зрительной информации (бит) за время t (с);

2.807 бита — потеря информации, приходящейся на один пропущенный знак.

В процессе обработки результатов вычисляют показатели Q как за исследуемые интервалы времени, так и за все время работы. По полученным результатам строится график выполнения задания. По полученным результатам строят графики. Необходимо отметить, что об устойчивости внимания в данной методике можно также судить по динамике скорости переработки информации (Q).

Интерпретация: Средние значения показателей объема зрительной информации (V) и скорости ее переработки(Q) у школьников разного возраста при использовании не модифицированного варианта колец Е. Ландольта представлены в следующей таблице:

Возраст (лет)	V (бит)	Q (бит/с)
7–8	260	0.74
9–10	282	0.83
11–12	340	1.02
13–14	375	1.11

Показатель Q можно оценить и в баллах по следующей шкале:

Баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Q	<0.57	0.57–	0.64–	0.74–	0.84–	0.92–	1.05–	1.20–	1.35–	>1.36
(бит/с)		0.63	0.73	0.83	0.91	1.04	1.19	1.34	1.36	

Для взрослых нормой скорости переработки информации считается $Q=1.6\pm 0.16$.

Методика изучения уровня внимания (П.Я.Гальперин, С.Л.Кабылицкая)

Назначение теста - изучение уровня внимания и самоконтроля школьников. Предназначена для обследования учеников 3-5 классов.

Инструкция к тесту

«Прочитай этот текст. Проверь его. Если найдешь в нем ошибки (в том числе и смысловые), исправь их карандашом или ручкой».

Текст

Стары лебеди склонили перед ним гордые шеи. Взрослые и дети толпились на берегу. Внизу над ними расстилалась ледяная пустыня. В отфет я кивал ему рукой. Солнце дохотило до верхушек деревьев и тряталось за ними. Сорняки живучи и плодовиты. Я уже заснул, когда кто-то окликнул меня. На столе лежала карта на шего города. Самолет сюда, чтобы помочь людям. Скоро удалось мне на машине.

Игра «Волшебный клубок».

Дети сидят в кругу.

Психолог:

«У меня в руках клубок. Он не простой волшебный. Этот клубок поможет нам сейчас познакомиться друг с другом. Мы будем передавать его по кругу. Каждый из вас, у кого окажется в руках клубок, расскажет нам о себе: как зовут, из какого класса, что больше всего нравится».

Для примера психолог первым начинает знакомство с ребятами. Затем он, разматывая клубок, берётся за начало нити и передаёт клубок ребёнку, сидящему рядом. Участники передают клубок друг другу, рассказывая о себе и держа в руках разматываемую нить. Когда клубок вновь приходит к психологу, он говорит:

«Вот мы и познакомились друг с другом. А теперь натяните нить и закройте глаза. Представьте, что вы одно целое, что каждый из вас важен и значим в этом целом».

Упражнение, направленное на развитие временной ориентации, концентрации и устойчивости внимания, волевой сферы «Минутка».

Психолог:

«Сейчас мы попробуем внутренне измерить время, равное 1 минуте. Закройте глаза. Когда ваша внутренняя минутка пройдёт, поднимите руку». Психолог с помощью секундомера измеряет реальное время и записывает степень несовпадения каждого ответа, может проконтролировать это действие.

Упражнение на развитие объёма внимания, зрительной памяти «Живая картинка».

Психолог организует детей в группу. Участники замирают по сигналу в какой-либо позе. Водящий в течение 30 секунд рассматривает эту скульптурную группу, затем отворачивается. В «картинку» вносится строго

оговорённое количество изменений (например, двое участников меняются местами, третий – опускает поднятую руку, четвёртый поворачивается в другую сторону – всего три изменения). Задача водящего – восстановить первоначальную картинку.

Упражнение, направленное на развитие концентрации и устойчивости внимания «Слова – невидимки».

Психолог пишет на доске (или в воздухе) пальцем слово по одной букве. Дети записывают буквы по мере их изображения в тетрадях или пытаются их запомнить. Затем обсуждается, какое слово получилось у каждого. Психолог может привлечь кого-нибудь из детей к изображению слова.

Психогимнастическое упражнение.

Психолог:

Встаньте прямо. Поднимите руки вверх. Потянитесь. Представьте, что ваши руки – это стебельки с распустившимися на них цветами. Лепестки цветов тянутся вверх к солнышку. Глубоко вдохните. Закиньте сомкнутые руки за голову. Затем разъедините их и вытяните вверх. Дышите глубоко и ровно. Представьте, что хотите дотянуться руками до неба. Плавно опустите руки.

Упражнение на развитие концентрации и распределения внимания, слуховой памяти «Восстановить пропущенное слово».

Психолог читает ряд из 5-7 слов, несвязанных между собой по смыслу: САХАР – ПУЛЯ – ЯЩИК – РЫБА – ТАНЕЦ – ГРУША. Затем ряд читается не полностью, одно из слов опускается, дети должны восстановить пропущенное слово (а в дальнейшем и его место в ряду).

Упражнение на развитие концентрации, устойчивости, объёма внимания, навыков счёта «Счёт по командам».

Группа делится на 2 команды, заранее оговаривается порядок цифр (в пределах 10 или 20) и используемых арифметических операций (+, -). Затем дети первой команды называют по очереди цифры, психолог называет

арифметическое действие с ними. Дети второй команды следят за этим рядом и в уме производят счётные операции и называют окончательный ответ. Затем команды меняются ролями. Выигрывает команда, давшая большее количество правильных ответов.

Упражнение на развитие логического мышления «Четыре числа».

Участникам даются числа: 1; 2; 3; 4.

Психолог:

Посмотрите на эти числа. Какие арифметические действия можно с ними произвести, чтобы в итоге получить 8? Каждое число можно использовать только один раз.

Участники выполняют данное задание в тетрадях.

Упражнение на развитие концентрации внимания, дедукции «Кто старше?»

Психолог:

Послушайте внимательно.

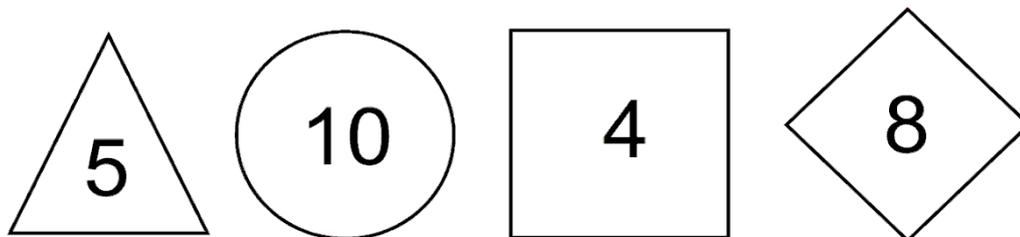
1. Иван моложе Сергея и старше Олега. Кто старше Сергей или Олег?

Упражнение на активизацию «Добрый – злой мяч».

Участники становятся в круг. Кидают друг другу мячик. «Добрый мяч» легко поймать, «злой» - трудно. Научившись кидать добрый – злой мяч, участники кидают друг другу разные мячи. Тот, кому адресован мяч, угадывает, был ли этот мяч «добрым» или «злым».

Упражнение, направленное на развитие концентрации, объёма внимания, зрительной памяти «Кто внимательнее?»

Психолог говорит, и дети смотрят на фигуры с расположенными в них числами в течение 10 секунд.



По истечении заданного времени психолог убирает рисунок и просит участников написать в своих тетрадях сумму всех чисел, проставленных в фигурах. Затем нарисовать фигуры в правильной последовательности и написать в каждой фигуре своё число.

Игра на развитие распределения внимания, логического мышления «Анаграммы». Психолог предлагает участникам анаграммы, например: АВОРОК ОШЛАК

Психолог:

В этих словах буквы перепутали свои места. Поставьте каждую из букв на своё место, чтобы получились правильные слова и запишите их в своих тетрадях.

Психогимнастическое упражнение: «Дождик».

Психолог:

Посмотрите, что-то падает с неба. Вытяните левую руку, откройте ладонь. Вытяните правую руку, откройте ладонь. Поймайте ладонями капельки дождя. Потянитесь вверх. Глубоко вдохните. Опустите руки вниз, стряхните капельки с ладоней. Выдохните. Повторим ещё раз.

Игра на развитие распределения внимания, кинестетического восприятия «Опаздывающее зеркало». Участники стоят в полукруге.

Психолог:

Первый слева (ведущий), представь себе, что ты стоишь перед зеркалом и прихорашиваешься не спеша. Сделал одно движение – задержался на секунду, посмотри в зеркало. Другое движение – пауза, третье движение – снова пауза. Левый сосед должен начать повторять первое движение ведущего только тогда, когда он начнёт выполнять второе движение. Третий слева повторит первое движение ведущего, когда его правый сосед начнёт воспроизводить второе движение ведущего, а сам ведущий уже сделает третье движение. Таким образом, движения ведущего будут повторяться всеми стоящими в полукруге с отставанием на одно движение.

Упражнение, направленное на развитие распределение внимания и ковергентного мышления «Переструктурирование слова».

Психолог:

Из букв данного слова составьте как можно больше новых слов. В новом слове каждую букву можно использовать столько раз, сколько она встречается в исходном слове.

Слово: ПЕРЕЛЕСОК

Упражнение, направленное на развитие объёма и переключения внимания «Придумай предмет».

Психолог предлагает детям перечислить предметы, например зелёного цвета. Просит быть внимательными, чтобы не повторять названия предметов.

Упражнение на развитие воображения «Две линии».

Психолог рисует на доске две линии и предлагает каждому из участников добавлять по одной линии, чтобы получился какой-нибудь предмет или образ.

Игра на развитие объёма, распределения и переключения внимания:

«Небо – земля – вода».

Психолог:

Попробуйте перебрасывать друг другу мячик. Но не просто так, а произнося при этом «небо», «земля» или «птица». Если вы называете: «небо», то тот, кому вы бросаете мяч, должен назвать какую-либо птицу, если – «земля» - название зверя, «воды» - название какой-нибудь рыбы. Будьте внимательны, постарайтесь не повторять названия животных.

Упражнение на развитие концентрации, распределение и переключение внимания «Примеры и текст».

Психолог предлагает участникам в течение 5 минут решить 7 несложных примера. Одновременно он читает вслух неизвестный детям текст. Участники должны в условленный срок правильно решить примеры и ответить на вопросы по содержанию текста. Психолог рекомендует отслеживать родителям детей!

Упражнение на развитие устойчивости внимания, гибкости мышления «Заполнить пропуски в словах».

Психолог предлагает участникам найти пропущенные буквы в словах (4 слова).

Психогимнастическое упражнение.

Психолог:

Сделайте глубокий вдох. Руки медленно поднимаются через стороны вверх. Задержка дыхания на вдохе. Выдох с открытым сильным звуком А-А-А. Руки медленно опускаются. Вдох. Руки поднимаются до уровня плеч

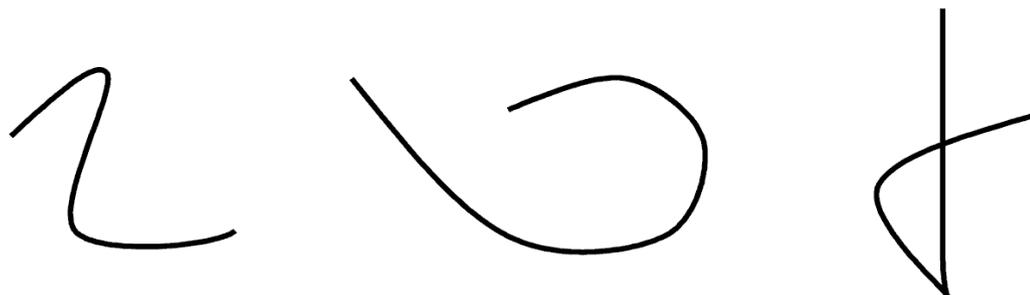
через стороны. Задержка дыхания. Медленный выдох с сильным звуком О-О-О, обнять себя за плечи, опустить голову на грудь. Медленный глубокий вдох. Руки поднять до уровня груди. Задержка дыхания. Медленный выдох с сильным звуком У-У-У. Руки опустить вниз.

Игра, направленная на развитие концентрации, устойчивости внимания, пространственной ориентации «Муха».

Психолог раздаёт участникам таблицы и диктует «перелёт мухи» внутри таблицы вправо – влево, вверх – вниз, но не по диагонали. Перелёт «мухи» дети отслеживают визуально.

Упражнение на развитие воображения «Дорисуй».

Психолог предлагает участникам дорисовать предложенные линии так, чтобы получились изображения каких-либо предметов или образов.



Игра, направленная на активизацию участников, развитие объёма внимания, слуховой памяти «Путешествие сказочных героев».

Участники сидят в кругу, выбирается водящий. Водящий подходит к каждому. Участники шёпотом сообщают ему выбранный для себя сказочный персонаж (из сказки, фильма, мультфильма). Водящий должен запомнить все образы и позвать участников к себе. Например, «Ко мне идёт Баба-Яга» и т.д. Все участники выстраиваются за водящим, образуя цепочку. Водящий ведёт за собой группу, преодолевая препятствия, придуманные психологом.

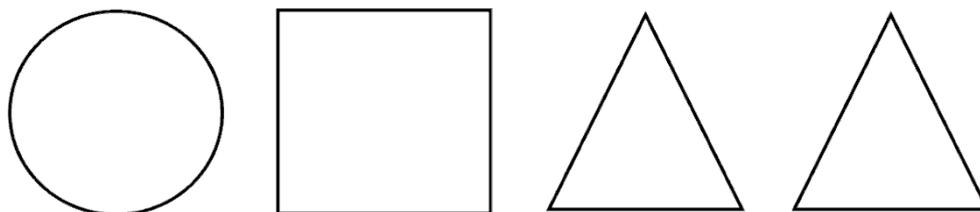
Основная часть

Упражнение на развитие распределение внимания «Каждой руке своё дело».

Психолог раздаёт участникам книги с иллюстрациями.

Психолог:

Левой рукой перелистывайте листы книги, внимательно рассматривая иллюстрации, а правой рукой чертите геометрические фигуры по приведённому образцу:



Работа продолжается в течение минуты.

Игра на развитие наблюдательности «Искатель».

Приготовить какой-либо маленький предмет. Водящий игрок выходит из комнаты. Психолог кладёт предмет на видном месте. Водящий

приглашается в комнату. Он может сделать только один круг по комнате, чтобы отыскать предмет. Остальные игроки не должны подсказывать словами, взглядами о местонахождении предмета.

Упражнение, направленное на развитие устойчивости внимания, умения устанавливать закономерности «Числовые ряды».

Психолог предлагает участникам установить логические закономерности в построении числовых рядов и продолжить их, написав два последующих числа.

Например:

2 4 6 8 10 _ _

5 1 8 1 11 _ _

9 2 7 2 5 _ _

Психогимнастическое упражнение.

Поднимаем руки вверх. Делаем глубокий вдох. Задерживаем дыхание. Тянемся вверх, пытаемся достать яблоко, растущее на дереве. Не получилось. Спокойно опускаем руки вниз. Выдох. Руки встряхнули. Ещё раз попытаемся сорвать яблоко. Поднимаем руки вверх, тянемся. Вдох. Задержка дыхания. Сорвали яблоко. Опускаем руки вниз. Выдох.

Игра на развитие концентрации внимания, наблюдательности, воображения «Испорченный телефон».

Группа участников становится в ряд, спиной к водящему. Водящий поворачивает к себе лицом участника, стоящего рядом с ним и показывает жестом какой-либо предмет или действие. Затем водящий отворачивается, а участник, которому показали жест, демонстрирует его следующему игроку и т. д. Затем сравниваются по схожести жесты водящего и последнего игрока. Если жесты не совпадают, игроки анализируют в каком месте цепочки

произошёл сбой. Каждый участник должен побывать в роли водителя.

Игра на развитие распределения внимания, логического мышления «Анаграммы».

Психолог предлагает участникам анаграммы, например: ЕНАТС
ЫШАРК

Упражнение на развитие воображения «Кляксы».

Участникам раздаются листы с отпечатанными на них пятнами «кляксами». Психолог предлагает детям дорисовать «кляксы», чтобы получился какой-нибудь образ. Проводится обсуждение рисунков.

Игра на развитие концентрации, устойчивости внимания,
пространственной ориентации «Стой спокойно».

Играющие образуют круг. Водящий ходит внутри круга и, остановившись перед кем-нибудь, громко говорит: «Руки». Тот, к кому он обратился, должен стоять спокойно, а его соседи должны поднять руки: сосед справа – левую руку, сосед слева – правую руку. Кто ошибается – выходит из круга.

Основная часть

Упражнение на развитие концентрации внимания, смысловой памяти «Пиктограммы».

Психолог читает слова или словосочетания, которые участникам следует запомнить.

Психолог:

Слов много, а чтобы легче их было запоминать, нарисуйте в тетради что-нибудь (какой-либо предмет или образ), что напомним каждое из них. Рисовать можно картинки, но не буквы и числа. Не старайтесь вырисовывать, качество рисунков неважно. Важно то, чтобы они правильно передавали смысл слова или словосочетания.

Психологу важно показать пример выполнения задания.

Слова:

- 1) весёлый праздник,
- 2) вкусный ужин,
- 3) строгая учительница.
- 4) тяжёлая работа,

- 5) тёплый ветер,
- 6) болезнь,
- 7) обман,
- 8) расставание,
- 9) развитие,
- 10) слепой мальчик,
- 11) страх,
- 12) дружная компания.

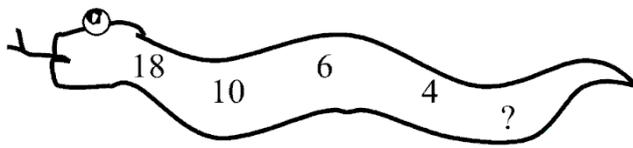
Затем участники по своим рисункам воспроизводят данные слова и словосочетания. В конце занятия проводится повтор.

Упражнение на развитие устойчивости внимания и логического мышления «Вставь недостающее число».

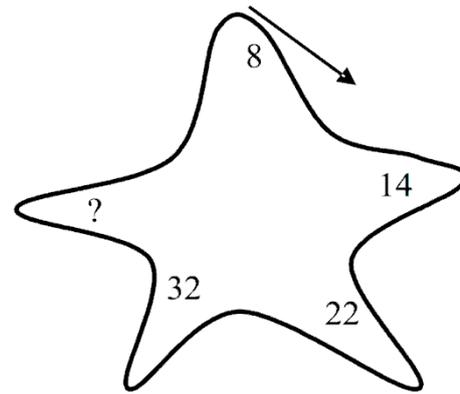
Психолог показывает участникам картинки, на которых в изображённых предметах записаны числовые ряды.

Психолог:

Внимательно посмотрите на числовые ряды и установите логическую закономерность в их построении, продолжив каждый из них одним последующим числом.



? – 3; 44



Психогимнастическое упражнение:

Психолог просит детей закрыть глаза.

Психолог:

Сделайте глубокий вдох и представьте, что вместе с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, а, выдыхая – съезжаете с неё как с горки.

Упражнение повторяется три раза. После его выполнения желающие могут поделиться своими впечатлениями, а вот психолог рекомендует индивидуальные занятия.

Игра, направленная на развитие устойчивости и объёма внимания «Птичка».

Перед игрой каждый участник подбирает для себя «фант» (мелкая вещь). Игроки усаживаются вокруг водящего. Водящий даёт остальным игрокам названия деревьев: дуб, клён, липа ... Каждый должен запомнить своё название. Водящий, например, говорит: « Прилетела птичка и села на дуб». «Дуб» должен ответить: «На дубу не была, улетела на ёлку». «Ёлка» называет другое дерево и т.д. Кто прозевает отдаёт свой фант водящему.

Игра, направленная на развитие концентрации, объёма внимания, гибкости мышления «Бег ассоциаций».

Психолог называет любое слово. Один из участников говорит, с чем

ассоциируется данное слово. Следующий участник называет свою ассоциацию на предложенное слово предыдущего участника и т.д.

Психолог:

Будьте внимательны, не повторяйте слова. Из предложенных участниками слов строится логическая цепочка. В конце задания психолог записывает первое и последнее слово цепочки и спрашивает каждого участника, какую связь он видит между данными словами.

Игра развитие концентрации внимания, активизация на работу «Узнай по голосу».

Водящий поворачивается спиной к группе участников.

Психолог:

«..., ты сейчас в лесу, мы тебе кричим: «Ау!» Глазки крепко закрывай, кто позвал тебя, узнай!»

Участники произносят «Ау!», стараясь изменить свой голос. Водящий должен отгадать участника, зовущего его.

Основная часть

Упражнение, направленное на развитие концентрации внимания и смысловой памяти «Слова – признаки».

Психолог предлагает участникам внимательно прослушать слова и к каждому слову подобрать слово – признак. Например, мяч – резиновый. Слово – признак записывается в тетрадь.

Слова: 1) холод;

2) вода;

3) дым;

4) трава;

5) окно;

6) стол;

7) снег;

8) луна;

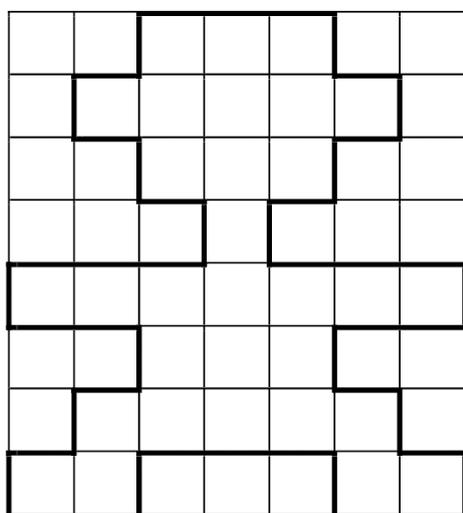
9) день;

10) крик.

По словам – признакам участники воспроизводят предложенные психологом слова.

Упражнение на развитие концентрации внимания, пространственной ориентации «Человечек».

Психолог диктует участникам графический диктант.



Психогимнастическое упражнение.

Психолог:

Представьте, что фокусник превратил вас в игрушки, а для женщин психолог рекомендует другую методику. Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились. А теперь откройте глаза и постарайтесь позой или движением изобразить вашу игрушку. Остальные участники угадывают, что это за игрушки.

Упражнение, направленное на развитие объёма внимания «Занимательный вопрос».

Психолог предлагает участникам внимательно послушать и ответить на

вопрос:

Мама попросила сына купить в магазине: мясо, мыло, спички.

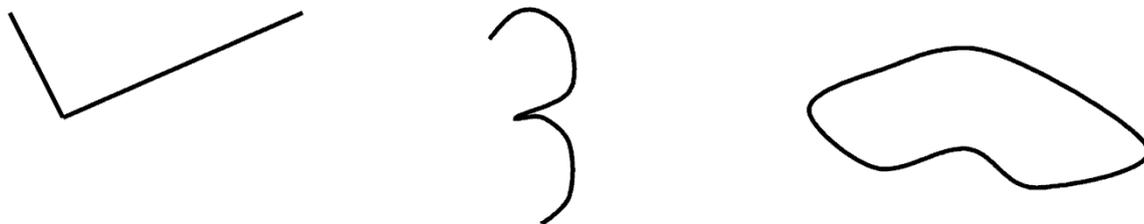
Сын купил: масло, сало, спички, мясо.

Что же он забыл купить? (мыло)

Что он купил лишнего? (масло, сало)

Упражнение на развитие творческого воображения: «Дорисуй фигуру».

Психолог предлагает участникам дорисовать фигуры, чтобы получились интересные предметы или образы.



Игра на развитие концентрации и переключение внимания «Глухой телефон».

Аналог игры «Испорченный телефон»

Участники рисуют пальцем на спине последующего в цепочке игрока сначала буквы, затем короткие слова.

Игра на развитие взаимодействия, активизацию участников «Плечом к плечу».

Игроки выстраиваются парами. Психолог предлагает передавать небольшой по размерам мячик от одной паре к другой, придерживая его только плечами.

Основная часть

Упражнение на развитие распределения внимания и логического мышления «Закодированные примеры».

Психолог предлагает участникам, используя ключ к шифру, решить примеры:

$$ОС - МИ = ТС + МК = КО + ВП = МАА - МО =$$

Ключ:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	М	В	Е	К	О	С	И	П	Т

Игра на развитие устойчивости внимания «Четыре стихии».

Игроки стоят по кругу. Психолог договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» - вытянуть руки вперёд, если слово «воздух» - поднять вверх, слово – «огонь» - произвести вращение руками.

Упражнение на развитие концентрации внимания: «Улови сразу».

Взяв в руки 3-7 однородных предметов, например карандашей, психолог взмахивает ими как можно быстрее перед участниками, которые должны определить их количество и показать на пальцах их количество только психологу. Для тех, кто не успел подсчитать, психолог взмахивает

повторно немного медленнее, затем ещё медленнее. И так до тех пор, пока каждый ясно не воспримет количество демонстрируемых предметов.

Упражнение на развитие переключения внимания, воображения «Задумай рисунок».

Каждый участник должен рисовать только одним карандашом и только определённого цвета. У каждого свой листок.

Психолог предлагает задумать рисунок и начать рисовать, но на счёт «раз, два, три» участники должны передать свой листок соседу слева, а у соседа справа взять листок и дорисовать его рисунок. Передавать листки по команде до тех пор, пока не вернётся каждому из участников свой листок. Его можно будет определить по цвету своего карандаша.

После работы психолог опрашивает участников, правильно ли другие участники поняли их задумки и дорисовали рисунок?

Психогимнастическое упражнение.

Психолог:

Сделайте вдох и расслабьтесь. Положите подбородок на грудь. Поверните подбородок и шею направо, затем налево. Повторите это три раза. Приподнимите плечи, затем опустите их. Лечение неврозов таким образом тоже вылечивается, последнее упражнение повторите три раза. Почувствуйте, как удлинилась ваша шея, как она расслабилась. Представьте себя с длинной как у жирафа шеей.

Упражнение на развитие устойчивости внимания, логического мышления «Реши анаграммы».

Психолог предлагает участникам решить анаграммы:

КАУТ КАБОСА ЦИРУКА КАЙНЕДИ. Исключить лишнее слово.

Игра, на развитие наблюдательности «Колечко».

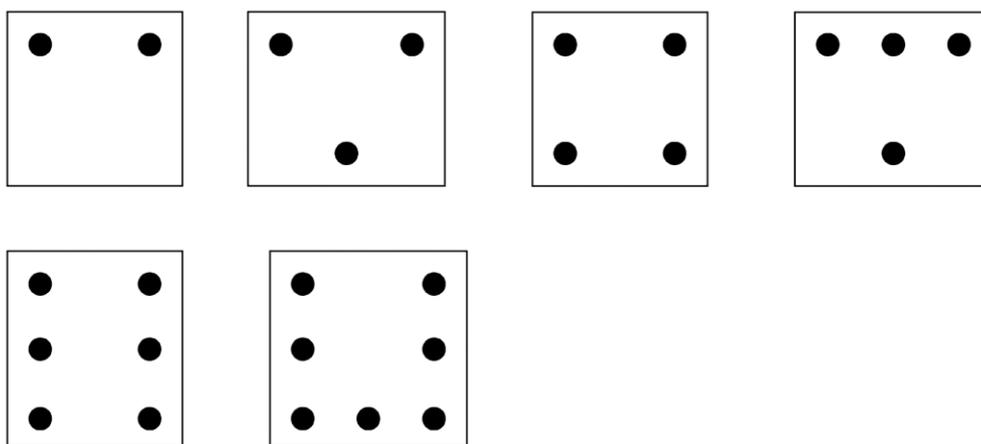
Выбирают водящего, ему дают «колечко» - любой маленький предмет. Участники становятся полукругом, держа перед собой ладони «лодочкой». Водящий проходит всех участников, вкладывая свои ладони в ладони каждого из них. При этом он незаметно оставляет «колечко» в ладонях какого-либо из участников. Пройдя всех, водящий говорит: «Колечко, колечко, выходи на крылечко». Задача обладателя «колечка» - выбежать вперёд, задача всех остальных участников – постараться предугадать и не выпустить участника с «колечком» из ряда.

Основная часть

Упражнение на развитие концентрации, объёма внимания, зрительной памяти «Шесть квадратов».

В 6 квадратах изображены точки. Психолог предлагает участникам сделать в тетрадах заготовки – 6 пустых квадратов. Затем предъявляет детям последовательно 6 квадратов и просит запомнить расположение точек. Время запоминания – 1 минута. Затем участники рисуют точки по памяти в нарисованных заготовках.

Психолог предъявляет квадраты по мере усложнения расположения и увеличения количества точек.



Упражнение на развитие устойчивости внимания и логического мышления, зрительной памяти «Преобразование слова».

Психолог предлагает участникам преобразовать слово ТОЧКА путём замены первого согласного. Детям следует произвести не менее 5 изменений. Записать слова в тетради и запомнить, а взрослым предлагается тренинг по продажам для развития устойчивости внимания. Время на запоминание – 20 секунд. В конце занятия психолог просит участников воспроизвести эти слова.

Психогимнастическое упражнение.

Психолог:

Представьте, что в вашей груди находится воздушный шарик. Глубоко вдохните, сделайте выдох через рот. Снова вдохните и представьте, как шарик наполняется воздухом и становится всё больше и больше. Медленно выдохните ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика. Сделайте паузу и сосчитайте до 5. Снова вдохните, задержите дыхание, считая до 3, представляя внутри себя надутый шарик. Выдохните, почувствуйте, как тёплый воздух проходит через горло, рот.

Игра на развитие концентрации и устойчивости внимания «Бегемот».

Психолог называет любые слова, участники их повторяют. Например, лампа – лампа, небо – небо и т. д. Но есть одно запретное слово – «бегемот», которое нельзя повторять, а нужно, например, хлопнуть в ладоши. Это слово психолог может произнести в любой момент.

Упражнение на развитие концентрации внимания, логического мышления «Думаем глазами».

Психолог предлагает участникам внимательно посмотреть на ряд фигур и продолжить его справа и слева.



Упражнение на развитие воображения, пантомимики, наблюдательности «Изобрази сказку».

Психолог делит участников на две команды. Каждая команда задумывает сюжет какой-либо известной сказки или мультфильма и пытается изобразить её без слов. С помощью жестов, мимики, пантомимики.

Затем, одна из команд показывает свою сказку, а другая команда, внимательно посмотрев её, должна догадаться, какая это сказка и кто кого изображает.

Это упражнение также развивает у детей умение договариваться и совместно координировать действие.

Упражнение, направленное на осознание своего эмоционального состояния и освобождение от негативных эмоций «Волшебный мешочек».

Психолог предлагает участникам сложить в «волшебный мешочек» все отрицательные эмоции: злость, обиду, грусть и т.п. Этот мешочек со всем плохим, что в нём есть завязывается. Психолог обещает детям по окончании занятия «выбросить» из мешочка все отрицательные эмоции.

Игра на развитие концентрации и устойчивости внимания «10».

Психолог:

Встаньте в круг. Я буду бросать вам мячик. Если я назову число меньше 10, то вы назовёте любое имя, если больше 10 – любой день недели.

3. Основная часть

Упражнение, направленное на развитие концентрации и устойчивости внимания «Найди буквы».

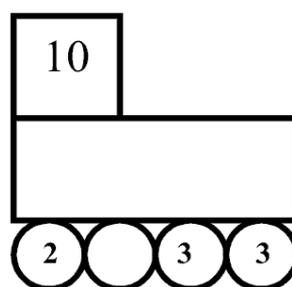
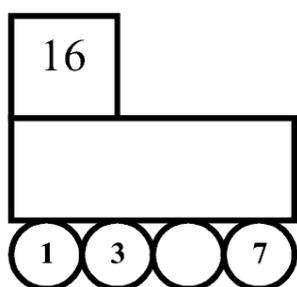
Психолог раздаёт участникам вырезки из газет и предлагает им найти все буквы «а» и зачеркнуть их чертой, буквы «н» обвести в кружочек, буквы «м» подчеркнуть снизу линией. Время выполнения задания 5 минут.

Упражнение на развитие логического мышления «Установление закономерностей».

Психолог показывает участникам картинки, на которых в изображённых предметах записаны числовые ряды.

Психолог:

Внимательно посмотрите на числовые ряды и установите логическую закономерность в их построении. Найдите недостающее число.



Психогимнастическое упражнение

Сделайте вдох носом. Мы начинаем поездку на лифте. Почувствуйте, как воздух начинает свой путь от подвала (живота). Выдох через рот. Снова вдохните – воздух поднимается на один этаж выше (желудок). Выдох. Вдохните ещё раз и поднимите лифт на следующий этаж (грудь). Выдох. А сейчас поднимемся на последний этаж. Вдох (голова). Выдох. Когда выдохните, ощутите, что всё напряжение и волнение вышли из тела, словно из двери лифта.

Игра на развитие волевой сферы, воображения «Заколдованный принц».

Психолог:

Вы, заколдованные принцы и принцессы, превращённые злой колдуньей в ледяные статуи. Сейчас вы замрётё, ваши лица и тела должны оставаться неподвижными. Добрый волшебник (кто-либо из детей) должен вас расколдовать – сделать так, чтобы вы улыбнулись или рассмеялись. Чем дольше вы удержитесь от смеха, тем лучше. Водящий старается рассмешить «заколдованного» и если ему это удаётся, «заколдованный» становится водящим. Игра прекращается, когда все участники игры будут «расколдованы».

Упражнение на развитие распределения внимания и логического

мышления, зрительной памяти «Закодированные слова».

Психолог предлагает участникам расшифровать 7 закодированных слов. Даёт ключ к шифру. Каждая буква соответствует определённому числу.

Слова:

6740 (лиса)

434675 (суслик)

43125 (сурок)

624Ь (лось)

184Ь (рысь)

9265 (волк)

521290 (корова)

Ключ:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	Р	О	У	С	К	Л	И	Ы	В

Участники записывают расшифрованные слова в тетради. Психолог предлагает запомнить данные слова. Время запоминания – 10 секунд.

Производится воспроизведение слов. Затем психолог просит обнаружить среди слов лишнее и подчеркнуть его линией. Объяснить, почему оно лишнее.

Игра на развитие концентрации внимания и закрепления математических навыков «Назови соседей».

Играющие стоят в круге. Психолог бросает мяч ребёнку и называет числа от 0 до 20. Поймавший мяч должен назвать «соседей», то есть числа на 1 меньше и на 1 больше. После этого он возвращает мяч психологу.

Основная часть

Игра на развитие концентрации внимания «Пишущая машинка». Каждому играющему присваивается название букв из алфавита. Затем произносится слово или фраза из 2-3 слов. По сигналу психолога участники начинают печатать: «буквы» по – очередности построения слова хлопают в ладоши. Когда слово будет напечатано, все дети хлопают в ладоши вместе.

Слова: ЗЕМЛЯ, ПУТНИК, СОРВАТЬ ЦВЕТОК.

Распределение букв по игрокам:

1 – А Е, 2 – О У, 3 – Ъ В, 4 – К Ц, 5 – З Л, 6 – М П, 7 – Т Н, 8 – И С, 9 – Р Я.

Упражнение на развитие концентрации внимания, смысловой памяти «Пиктограммы».

Психолог читает слова или словосочетания, которые участникам следует запомнить.

Психолог:

Слов много, а чтобы легче их было запоминать, нарисуйте в тетради что-нибудь (какой-либо предмет или образ), что напомним каждое из них. Рисовать можно картинки, но не буквы и числа. Не старайтесь вырисовывать, качество рисунков неважно. Важно то, чтобы они правильно передавали

СМЫСЛ СЛОВА ИЛИ СЛОВСОЧЕТАНИЯ.

Психологу важно показать пример выполнения задания.

Слова:

- 1) золотой ключик;
- 2) зелёное дерево;
- 3) шариковая ручка;
- 4) письмо дедушке;
- 5) купание;
- 6) червивый гриб;
- 7) авария;
- 8) сломанный стул;
- 9) красивая девочка;
- 10) медовый пряник.

Затем участники по своим рисункам воспроизводят данные слова и словосочетания. В конце занятия проводится повтор.

Психогимнастическое упражнение.

Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Закройте глаза. Представьте прекрасное голубое небо. По нему двигаются облака. Вы наблюдаете за ними. Пусть ваши мысли улетают вместе с облаками. Вы сосредоточены на небе. Вы спокойны и ощущаете покой, тишину и радость, психология бизнесмена сходна с психологией любого уверенного в себе человека. Откройте глаза. Глубоко вдохните и выдохните.

Игра на развитие концентрации внимания, логического мышления

«Кем был?»

Психолог предлагает участникам встать в круг. Бросает детям мяч по очереди и задаёт вопрос: «Кем (чем) был раньше?»

Слова:

- Цыплёнок - ...
- Корова - ...
- Дуб - ...
- Рыба - ...
- Лошадь - ...
- Хлеб - ...
- Рубашка - ...
- Лягушка - ...
- Овца - ...
- Лёд - ...

Упражнение на развитие концентрации, объёма внимания, зрительной памяти «Мышки спрятались в норки».

Психолог предлагает детям внимательно посмотреть на лист с изображёнными на нём квадратами - «норками» и запомнить в каких «норках» сидят мышки. На запоминание даётся 20 секунд. Затем психолог убирает лист, а участники должны, в расчерченных в тетрадях таблицах, зарисовать в ячейках «мышек» в виде точек.

