

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ГОРДЕЕВА ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**РАЗВИТИЕ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ
ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ПОСРЕДСТВОМ КОМПЛЕКСА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР**


Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

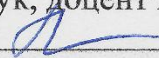
Заведующий кафедрой

канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

29.05.2026 

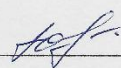
Руководитель

канд. психол. наук, доцент Арамачева Л.В.

29.05.2026 

Обучающийся

Гордеева О.А.

29.05.2026 

Дата защиты

22.06.2026

Оценка

Красноярск, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ КОМПЛЕКСА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР	7
1.1. Понятие и сущность внимания. Специфика произвольного внимания	7
1.2. Возрастные психологические особенности детей младшего школьного возраста	13
1.3. Методы и приемы исследования внимания детей младшего школьного возраста	18
1.4. Возможности психологических игр в развитии произвольного внимания младших школьников	22
Выводы по Главе 1	25
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ КОМПЛЕКСА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР	27
2.1. Организация и методы исследования	27
2.2. Анализ результатов исследования.....	29
2.3. Организация психолого-педагогической работы по развитию произвольного внимания младших школьников посредством комплекса психологических игр.....	34
2.4. Выявление результативности проведенной работы	37
Выводы по Главе 2	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	49
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	55

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность выпускной квалификационной работы определена рядом обстоятельств. По мнению А.Р. Лурия, О.В. Заширинской проблема внимания – одна из трудных проблем психологии, в истории ее изучения были разные периоды. В последние годы наблюдается растущая практическая потребность в углубленном изучении внимания, обусловленная усложняющейся средой, в которой живет как ребенок, так и взрослый. Данная ситуация связана с увеличением объема информации, которую человеческому мозгу приходится фильтровать, игнорируя ненужные стимулы [35].

Появление в 2021 году обновленного федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), усиление требований к содержанию учебной деятельности младших школьников привело к непрерывному усложнению образовательного процесса. Обучение стало более структурированным, с четко заданным алгоритмом, и предъявляет к учащимся новые требования, касающиеся их психических особенностей. В частности, это касается внимания и способности к его произвольному регулированию, что раньше не было столь актуально. Школьное обучение предъявляет повышенные требования к умению ребенка концентрировать внимание по собственному желанию. От него требуется способность удерживать внимание на задаче в течении длительного времени, а также следовать установленным правилам и инструкциям [27].

Исследователи Л.С. Выготский, Л.И. Божович, Н.Г. Лусканова отмечают, что успешное начало школьной жизни и адаптация к новым условиям, как внешним, так и учебным, в значительной степени зависят от развития психики ребенка, а именно от совершенствования произвольного, преднамеренного внимания. Внимание является фундаментальным компонентом и ключевым условием для успешного выполнения любой деятельности, в которой участвует младший школьник [7; 4;28].

Современные исследователи Т.В. Ахутина, А.Н. Савостьянов, А.В. Семенович, Д.И. Фельдшейн в своих исследованиях проблем психического развития дают основание утверждать, что уровень развития внимания современных детей ниже, чем ранее. Показатели связывают с различными биосоциальными факторами, в которых выделяют условия обучения и воспитания, времяпровождения в цифровой среде [5].

Внимание к проблеме развития внимания у младших школьников уделяли многие исследователи. Среди них особо выделяются имена Л.С. Выготского, П.Я. Гальпери, Н.Ф. Добрынина, О.Ю. Ермолаева, С.П. Зубовой, С.Л. Кабыльницкой, Т.К. Комаровой, В.А. Крутецкого, С.С. Леветиновой, Т.М. Малютиной, Т.А. Мешковой, С.Л. Рубинштейна и И.В. Страхова. В своих исследованиях авторы приводят различные трактовки понятия «внимание», раскрывают особенности его развития в младшем школьном возрасте, рассматривают вопросы влияния свойств внимания на успеваемость младших школьников.

Представленная информация доказывает актуальность и значимость проблемы. Это послужило выбору темы выпускной квалификационной работы, обусловило постановку цели и задач исследования.

Цель исследования: изучить возможности развития произвольного внимания младших школьников посредством комплекса психологических игр.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме произвольного внимания детей младшего школьного возраста: рассмотреть понятие «произвольное внимание», выделить показатели развития произвольного внимания детей младшего школьного возраста.

2. Провести эмпирическое исследование, охарактеризовать развитие произвольного внимания детей младшего школьного возраста.

3. Разработать и реализовать комплекс психологических игр по развитию произвольного внимания младших школьников и оценить его эффективность.

4. Оценить результативность проведенной работы.

Объект исследования: произвольное внимание.

Предмет исследования: развитие произвольного внимания детей младшего школьного возраста посредством комплекса психологических игр.

Гипотеза исследования: развитие произвольного внимания детей младшего школьного возраста посредством комплекса психологических игр будет результативным, если:

- игры развивают свойства произвольного внимания: концентрацию, устойчивость, объем, распределение и переключение;
- комплекс игр предполагает постепенное усложнение заданий (от развития объема и устойчивости внимания к его распределению и переключению).

В процессе исследования использованы следующие методы:

1. Теоретические: анализ научной психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические: тестирование.
 - Методика «Перепутанные линии» (М.И. Ильина),
 - Методика «Проставь значки» (Р.С. Немов),
 - Методика «Корректирующая проба» (Б. Бурдон),
 - Методика «Запомни и расставь точки» (Р.С. Немов).
3. Методы количественной и качественной обработки данных.
4. Методы воздействия: психолого-педагогический эксперимент.

Экспериментальная база исследования: образовательная организация МАОУ СШ №Х г. Красноярск.

Выборка исследования: дети младшего школьного возраста (обучающиеся вторых классов 8-9 лет) – 40 чел., из них 20 человек – обучающиеся 2 А класса и 20 человек – обучающиеся 2 Б класса.

Практическая значимость: данной работы заключается в том, что полученные данные и разработанный комплекс по развитию произвольного

внимания младших школьников могут быть использованы педагогами и психологами образования в практической деятельности.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, выводов по каждой главе, заключения, списка использованных источников и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ КОМПЛЕКСА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР

1.1. Понятие и сущность внимания. Специфика произвольного внимания

История изучения процесса внимания насчитывает более ста лет. При этом, до настоящего времени в научной литературе отсутствует единая точка зрения относительно понятия внимания.

Первые исследования и описание внимания замечены у американского психолога У. Джеймса. По его мнению, «внимание представляет собой овладение одним из несколькими объектами. Суть данного процесса состоит в концентрации и фокусировании сознания. Внимание отвлекает от ряда вещей с той целью, чтобы заниматься иными вещами» [43, с. 612].

В зарубежной когнитивной психологии существуют различные подходы к определению внимания. Одни исследователи рассматривают его как механизм фильтрации значимой информации (А.М. Трейсмэн, Д.А. Норман, Р.М. Шифрин). Другие видят во внимании ограниченный ресурс психической энергии (Д. Канеман, М.И. Познер). Третьи (Э. Нойманн, Д.А. Норман) акцентируют внимание на роли внимания в управлении произвольным восприятием и обработкой информации [1].

Немецкий психолог Вильгельм Вундт под вниманием понимает «психический процесс, который происходит при восприятии информации» [26, с. 206].

Французский психолог Т. Рибо полагает, что «внимание выступает умственным состоянием, которое сопровождается приспособлением индивидуума: произвольным либо искусственным» [37, с. 420].

Израильско-американский психолог Д. Канеман внимание трактует как «процесс, либо состояние настройки субъекта на восприятие важной для него

информации и выполнения целей и задач деятельности, стоящих перед ним» [40, с. 141].

Немецкий психиатр К. Шнайдер внимание определяет, как «направленность и сосредоточенность психической деятельности на задаче и цели, которые позволяют улучшить отбор необходимой информации из внешней среды либо памяти. Это повышает эффективность деятельности» [44, с. 554].

Американский психолог У. Нейсер отмечает, что «внимание – это фактор психической деятельности, обеспечивающий ее продуктивность, избирательность и селективность» [38, с. 243].

Немецкий психолог Э. Нойманн считает внимание «особым состоянием психической активности, характерное для различных психических процессов (от восприятия до мышления). Это состояние улучшает протекание данных психических процессов. Кроме этого, указанное состояние характерно для различных видов деятельности, осуществляемых на материале с разными характеристиками» [14, с. 62].

Отечественная психологическая наука исследует внимание с точки зрения деятельностного подхода. Этот подход трактует внимание в качестве отдельного вида психической деятельности, либо как ее сосредоточенность и направленность.

Л.С. Выготский рассматривает внимание в двух формах. Во-первых, как природное внимание. Во-вторых, как продукт культурного развития – здесь внимание выступает высшей психической функцией. Ученый считает, что «внимание является обращенным внутрь процессом опосредованного внимания, который подчинен общим законам культурного развития» [2, с. 153].

С.Л. Рубинштейн внимание трактует в качестве явления, которое выступает необходимым компонентом деятельности. Ученый так определяет исследуемый психический процесс: «Внимание – это сторона всех

познавательных процессов сознания, в которой они выступают в качестве деятельности, направленной на объект» [10, с. 160].

Заслуживает рассмотрения концепция внимания, предложенная Д.Н. Узнадзе. Автор полагает, что «внимание является процессом объективации. Здесь из круга наших восприятий выделяется одно, которое становится наиболее ясным из актуальных содержаний нашего сознания» [17, с. 55].

В.И. Страхов считает, что «внимание является сосредоточением. Внимание аккумулирует в себе комплекс психических процессов» [42, с. 276].

В справочнике «Большой психологический словарь», изданном под руководством Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко, внимание трактуется как «процесс и состояние настройки субъекта на восприятие приоритетной информации и выполнение поставленных задач» [36, с. 304].

Известный российский психолог, эксперт в области когнитивных функций, особенно внимания, Н.Ф. Добрынин считает, что «внимание является направленностью и сосредоточенностью психической деятельности» [25, с. 246].

Согласно подходам отечественной психологии, основанным на теории внимания П.Я. Гальперина, внимание представляется как «сквозной познавательный процесс, не имеющий собственного продукта и представляющий собой функцию внутреннего контроля за выполнением исполнительных и интериоризированных действий» [19, с. 168].

Анализ зарубежных и отечественных исследований по проблеме внимания позволяет сделать следующие выводы. Внимание является определенной активизацией и направленностью психической деятельности сознания человека, которая направлена на избирательное восприятие объективной и субъективной действительности. Внимание является одним из познавательных процессов человека. Внимание представляет собой избирательный процесс, при котором наше сознание фокусируется на определенных объектах, событиях или их характеристиках, выделяя их из

общего потока информации. Представляя собой фильтр, который позволяет нам лучше воспринимать и обрабатывать выбранные элементы. Таким образом, внимание – состояние сосредоточенности на определенном объекте.

Внимание обладает определенными свойствами, представленными на Рис. 1.



Рис. 1. Свойства внимания

Объем произвольного внимания – это та его «характеристика, которая определяет эффективность любого вида обучения, поскольку мыслительный акт предполагает одновременное объединение, совмещение и удержание нескольких объектов в поле внимания» [16, с. 232].

Устойчивость – это «длительное сосредоточение на значимом объекте, которое обеспечивает оптимальное отражение предмета и является необходимым условием продуктивной работы» [41, с. 69].

Интенсивность – это «качество, которое определяет эффективность восприятия, мышления, памяти и ясность сознания в целом» [21, с. 47].

Концентрация – это «поглощение внимания одним объектом или одной деятельностью. Показателем является невозможность отвлечь внимание от предмета деятельности посторонними раздражителями» [11, с. 45].

Распределение внимания – это умение выполнять две или более различные деятельности, удерживая на них свое внимание.

Переключение – это «сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного предмета или действия на другие, это перестройка внимания, переход его с одного объекта на другой в связи с изменением задачи деятельности» [32, с. 265]

Колебания внимания – это периодические и кратковременные произвольные изменения интенсивности внимания.

В науке выделяют три вида внимания:

– произвольное внимание характеризуется направленностью субъекта на сознательно выбранную цель;

– непроизвольное внимание выражается в переключении внимания на неожиданное изменение;

– постпроизвольное внимание (введено Н.Ф. Добрыниным) появляется в процессе освоения деятельности и увлеченности выполняемой работой.

В отечественной психологии С.Л. Рубинштейн дает следующее определение произвольному вниманию – «это активность личности, проявляющаяся в сознательном выборе объекта сосредоточения и волевом удержании на нем.» [31, с. 502]

Среди перечисленных видов именно произвольное внимание имеет критическое значение для успешности обучения в начальной школе. Его развитие в младшем школьном возрасте (7–10 лет) имеет ряд специфических особенностей, которые необходимо учитывать при организации развивающей работы. Поступление в школу меняет социальную ситуацию развития: ведущей деятельностью становится учебная, требующая систематичности и произвольной регуляции [45].

Произвольное внимание в младшем школьном возрасте еще недостаточно зрелое: ребенок способен удерживать внимание усилиями воли лишь ограниченное время (10–15 минут непрерывной работы), после чего наступает утомление [28].

Младший школьник сильно зависит от внешней организации. Ему требуются четкие инструкции и контроль со стороны взрослого. Свойства внимания развиваются неравномерно: объем и устойчивость формируются быстрее, чем навыки распределения и переключения [3].

Для достижения устойчивых результатов развитие произвольного внимания должно осуществляться по определенной логике, основанной на закономерностях онтогенеза высших психических функций:

- от внешнего к внутреннему. На начальном этапе регуляция осуществляется через внешние средства (фишки, карточки), которые постепенно заменяются внутренней речью и самоконтролем;

- от совместного к самостоятельному, внимание удерживается в совместной деятельности со взрослым, затем функция передается самому школьнику;

- от простого к сложному. Развитие начинается с тренировки устойчивости, затем переходит к объему и завершается сложными формами распределения и переключения [7, 9, 28].

Анализ возрастной динамики внимания в исследованиях Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, А.М. Прихожан позволяет предположить, что свойства произвольного внимания развиваются в определенной последовательности. На ранних этапах младшего школьного возраста преимущественно формируются объем и концентрация, затем – устойчивость и переключаемость, а к концу возраста – навыки распределения и саморегуляции как высший уровень произвольной регуляции. Данная динамика соответствует общим закономерностям интериоризации высших психических функций в онтогенезе [6; 46; 15; 28].

Эффективное развитие произвольного внимания требует создания специальных педагогических условий. Ключевым фактором является мотивация, опора на познавательный интерес или игровую мотивацию позволяет продлить период продуктивной работы [3].

Использование игровых технологий, где правила игры требуют постоянного контроля внимания, выступает естественным тренажером произвольности. Также важно чередование видов деятельности, оно позволяет предотвращать истощение нервных процессов [27].

Таким образом, согласно теории внимания П.Я. Гальперина, внимание рассматривается в отечественной психологии как фундаментальный когнитивный процесс, не имеющий собственного продукта, а функционирующий как механизм внутреннего контроля за выполнением исполнительных и интегрированных действий. В зависимости от наличия или отсутствия целевой направленности выделяют два основных вида внимания: произвольное и произвольное. Произвольное внимание всегда связано с определенной целью и требует волевых усилий для концентрации на объекте. Н.Ф. Добрыниным было введено понятие постпроизвольного внимания, которое развивается на основе произвольного и характеризуется сосредоточением на объекте без дополнительных волевых усилий. В психологии принято различать статические (концентрация, устойчивость, объем) и динамические (распределение и переключение) свойства внимания.

1.2. Возрастные психологические особенности детей младшего школьного возраста

В современной периодизации психического развития младший школьный возраст охватывает период от 6-7 до 9-11 лет. В этом возрасте получают дальнейшее развитие все психические процессы – восприятие, внимание, память, воображение, мышление и речь, закладывается фундамент этического поведения. Это означает, что человек усваивает моральные нормы

и правила, которые определяют его поступки и отношения с другими людьми. В результате этого процесса формируется общественная направленность личности, то есть ориентация на благо общества и соблюдение общественных интересов.

Изменения в психических характеристиках ребенка происходят не изолированно, а под влиянием основной деятельности, характерной для данного возрастного этапа, которой является учебная. Целостное развитие ребенка в младшем школьном возрасте является залогом будущих успехов в средней школе и взрослой жизни [30].

Ведущая деятельность в младшем школьном возрасте – учебная, направленная на формирование у ребенка понятий, умений, навыков и практических способов действий.

Д.А. Дорошенко полагает, что младший школьный возраст выделяется фундаментальным периодом, оказывающим решающее влияние на последующую жизнь и становление личности. На данном периоде закладываются основы физического и психического здоровья, формируется характер, вырабатываются привычки и модели межличностных отношений, а также определяются ключевые черты индивидуальности. Именно младший школьный возраст формирует основу мировоззрения, складывающуюся при непосредственном участии взрослых и опосредуемую воздействием природной и социальной среды [12].

В.Р. Кузекевич, А.А. Русаков считают, что младший школьный возраст является «пограничным» переходом от детства к новой школьной жизни и сопровождается рядом физиологических и психических изменений, основными из которых являются изменения, модифицирующие взаимоотношения взрослеющей личности с обществом и его институтами [18].

Младший школьный возраст характеризуется множеством новообразований и интенсивным развитием всех психических процессов ребенка. В период обучения в начальной школе бурными темпами развивается речь. Как верно отмечает Г.В. Ларина, познавательный процесс может

проходить и при помощи иных средств, но социализироваться без вербального общения ребенку не представляется возможным, поскольку привыкли более открыто передавать информацию, чем дети, которые могут словами объяснить то, что дети с нарушенной речью передают всем телом, интонацией и мимикой [20].

Речь младших школьников характеризуется следующими компонентами: достаточный словарный запас, умение составлять сложные предложения, связность слов в предложениях, умение пересказа и формирования законченной мысли, грамотное звукопроизношение, последовательность постановки слов по содержанию. Школьники со сформированной коммуникацией готовы к освоению программы школы, поскольку они не только могут выразить свою мысль, но и правильно понять то, что передается им педагогом. Говоря о форме общения, следует указать, что преобладающим является внеситуативно-личностное.

Исследования В.А. Томиной в области развития речи у младших школьников показали, что у детей с речевыми дефектами возникают трудности в социализации, особенно в игровых ситуациях, поскольку их речь часто бывает неразборчива для сверстников. Речевые недостатки отрицательно сказываются на успеваемости, создавая барьеры в усвоении школьной программы и увеличивая риск школьной дезадаптации. [39].

Младший школьный возраст – время развития произвольного внимания. Время удержания внимания возрастает от 15-20 мин. в 1-2 классе, до 20-25 мин. в 3-4 классе. Н.В. Царева указывает, что устойчивость внимания ребенка младшего школьного возраста находится на высоком уровне, объем внимания достаточен. В случае нарушения развития внимания школьники имеют более низкий уровень общего развития, общей эрудиции и знаний об окружающей их действительности. Такие дети сложнее общаются со взрослыми, со сверстниками и тем более с другими незнакомыми детьми. В том случае, если у школьника концентрация внимания низкая, оно быстро истощается, дети не

могут сосредоточиться на предлагаемом задании, сконцентрироваться на предъявляемой им информации и быстро отвлекаются [40].

В младшем школьном возрасте активными темпами развивается память: целенаправленное запоминание, долговременная память, произвольность, осмысленность. Мышление находится на переломном этапе развития. Совершается переход от наглядно-образного к словесно-логическому, понятийному мышлению. Обучающиеся успешно выполняют действия по образцу, выстраивают умозаключения.

Младший школьный возраст – «период интенсивного развития воображения. Оно переходит во внутреннюю деятельность, появляется собственное словесное творчество: считалки, дразнилки, стихи» [17, с. 80].

Волевая сфера младших школьников устойчива. Они могут сконцентрироваться длительное время на одной деятельности. Для них свойственны организованность, самостоятельность, адекватность самооценки, наличие устойчивости в поведении, высокая продуктивность деятельности, они умеют делать выводы, рассуждать. Младшие школьники способны принимать решение и концентрироваться на чем-то одном.

В период обучения в начальной школе возрастает двигательная активность и подвижность, увеличиваются физические возможности.

Говоря об эмоциональной сфере младших школьников, следует сказать, что в указанном возрасте преобладает ровное оптимистическое настроение. Развивается познавательная мотивация: при выполнении предлагаемых заданий дети охотно прилагают интеллектуальные усилия, выбирают для выполнения сложную часть предлагаемого задания. При решении мыслительных задач школьники анализируют инструкцию, обдумывают свои ответы, и только после этого приступают к выполнению, что влечет за собой верное умозаключение [21].

У младших школьников формируются компоненты социализации: когнитивный (осведомленность о важнейших социальных проблемах), эмоционально-волевой (отношение к собственным и национальным

ценностям, к социуму, труду), поведенческий (активность, коллективизм, характер межличностных отношений).

Основываясь на представленной информации, можно заключить, что период начальной школы отличается появлением новых психологических качеств и активным прогрессом всех когнитивных функций ребенка. Резко совершенствуются речевые навыки, мыслительные процессы, концентрация внимания, способность к фантазии, сознательное запоминание, умственные возможности, обогащается и становится более детальным понимание окружающей действительности, формируются такие навыки, как анализ собственных поступков и осознание себя как личности.

Описанные психические и физиологические особенности, присущие младшему школьному возрасту, оказывают непосредственное влияние на развитие внимания.

В младшем школьном возрасте (от 6-7 до 9-11 лет) получают дальнейшее развитие все психические процессы – восприятие, внимание, память, воображение, мышление и речь. Ребенок осваивает новую социальную позицию – школьника, становится членом школьного коллектива, изменяет весь привычный уклад жизни.

Таким образом важной чертой внимания младших школьников является его непроизвольность. Оно легко переключается на любой отвлекающий стимул, затрудняющий учебный процесс. Произвольное внимание данной возрастной группы развито недостаточно, его необходимо поддерживать и развивать в процессе обучения. Послепроизвольное внимание находится на стадии формирования на начальной ступени обучения.

Для младших школьников характерны небольшой объем и недостаточная устойчивость внимания. Распределение внимания и умение концентрироваться развиты слабо, они испытывают трудности с удержанием внимания на одном предмете на протяжении длительного времени. Интенсивная концентрация и сосредоточенность приводят к быстрой утомляемости.

1.3. Методы и приемы исследования внимания детей младшего школьного возраста

Для того, чтобы в полном объеме исследовать внимание у младших школьников, в науке разработан комплекс методик.

Французский офтальмолог Ж.Р. Ландольт разработал методику «Кольца Ландольта», которая применяется «для исследования произвольного внимания и для оценки темпа психомоторной деятельности, работоспособности и устойчивости к монотонной деятельности, требующей постоянного сосредоточения внимания» [16, с. 81].

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому тестовый лист, на котором в рядах расположены круги с прорезями в разных местах. Задача испытуемого – найти кольцо, прорезь которого находится в определенном месте, к примеру, двенадцати (верху) или пятнадцати (справа) часов. После завершения работы количество зачеркнутых колец подсчитывается, а также количество допущенных ошибок. Затем по специальной формуле высчитывается показатель устойчивости и продуктивности внимания [25].

Немецко-американский психолог Г. Мюнстерберг разработал методику «Тест Мюнстерберга», направленный на изучение избирательности и концентрации внимания.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с набором букв, в котором имеются слова. Задача испытуемого – просмотреть текст, подчеркнуть имеющиеся слова за 2 минуты. После завершения работы подсчитывается количество выделенных слов и количество ошибок (пропущенные и неправильно выделенные слова). Затем по специальной формуле высчитывается показатель избирательности и концентрации внимания.

Для оценки устойчивости, концентрации и распределения внимания французский психолог Б. Бурдон разработал тест «Корректирующая проба».

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому стандартный бланк теста «Корректирующая проба», на котором в случайном порядке напечатаны некоторые буквы русского алфавита. Задача испытуемого – найти буквы «к» и «р» и зачеркнуть их. После завершения работы подсчитывается количество найденных букв. Затем в соответствии с ключом высчитывается показатель устойчивости, концентрации и распределения внимания [19].

Для оценки концентрации и переключения внимания французский психолог А. Пьерон разработал тест «Методика Пьерона-Рузера». В отечественной науке аналогичная методика «Проставь значки» предложена Р.С. Немовым.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с изображениями квадрата, треугольника, круга и ромба. Дается задание: «Расставить в геометрические фигуры: в квадрат – плюс, в треугольник – минус, в кружок – ничего не ставьте и в ромб – точку». После завершения работы подсчитывается количество обработанных фигур. Затем в соответствии с ключом высчитывается показатель концентрации внимания [30, с. 264].

Немецкий психиатр В. Шульте разработал тест «Таблицы Шульте» для оценки объема динамического внимания.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с изображениями пяти таблиц размером 60х60 см, на которых написаны в беспорядке числа от 1 до 25. Дается задание: «Найти, показать и назвать все числа по порядку от 1 до 25». После завершения работы оценивается время, затраченное на выполнение задания по каждой из пяти таблиц. Затем в соответствии с ключом делается вывод об объеме динамического внимания [38, с. 244].

Для оценки переключения внимания немецкий психиатр В. Шульте и отечественный психолог Ф.Д. Горбов разработали тест «Таблицы Горбова-Шульте».

Ход методики: экспериментатор устанавливает перед испытуемым черно-красную таблицу размером 49х49 см с цифрами от 1 до 25 черного и от 1 до 24 красного цвета. Дается задание: «На таблице 25 черных цифр от 1 до 25 и 24 красные цифры от 1 до 24. Нужно показывать и называть черные цифры в возрастающем порядке от 1 до 25, а красные – в убывающем порядке от 24 до 1». После завершения работы оценивается время, затраченное на выполнение задания. Затем в соответствии с ключом высчитывается показатель переключения внимания [40, с. 142].

Отечественными психологами П.Я. Гальпериным и С.Л. Кабыльницкой для оценки устойчивости внимания разработана методика «Проба на внимание».

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с заранее напечатанным текстом. Дается задание: «Прочитай этот текст. Проверь его. Если найдешь в нем ошибки (в том числе и смысловые), исправь их карандашом или ручкой». После завершения работы подсчитывается число найденных и пропущенных ошибок. Затем в соответствии с ключом делается вывод об устойчивости внимания [44, с. 555].

Для оценки объема внимания отечественный психолог В. Богомолов разработал методику «Запомни и расставь точки». Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому квадраты с нанесенными на них точками. Дается задание: «Я буду тебе одну за другой показывать карточки, на которых нарисованы точки, а потом ты сам будешь рисовать эти точки в пустых клеточках в тех местах, где ты видел эти точки на карточках». После завершения работы подсчитывается число карточек с правильным выполнением. В соответствии с ключом делается вывод об объеме внимания [41, с. 70].

Для оценки концентрации и устойчивости внимания швейцарский психолог А. Рейн разработал методику «Переплетенные линии». В отечественной науке аналогичная методика предложена М.Н. Ильиной.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с перепутанными линиями. Дается задание: «Перед тобой 16 линий, ты должен мысленно по порядку проследить взором ход каждой из них и назвать ту цифру, которой она заканчивается». Основные показатели, учитываемые при исследовании и анализе результатов, – время, затраченное на 16 линий и количество ошибок, допущенных при этом [10, с. 161].

Для изучения объема внимания в отечественной науке методика «Запомни и расставь точки» предложена Р.С. Немовым.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк, на котором напечатаны пары цифр и предлагает складывать их. После завершения работы подсчитывается число верно выполненных вычислений. Затем в соответствии с ключом делается вывод об объеме внимания.

Таким образом, можно сделать следующие выводы. Для того, чтобы в полном объеме исследовать внимание у младших школьников, в науке разработан комплекс методик: «Кольца Ландольта» (произвольное внимание), «Тест Мюнстерберга» (избирательность и концентрация внимания), «Корректирующая проба Бурдона» (устойчивость и концентрация внимания), «Методика Пьерона-Рузера» (концентрация внимания), «Таблицы Шульте» (объем динамического внимания), «Таблицы Горбова-Шульте» (переключение внимания), «Проба на внимание» (устойчивость внимания), «Запомни и расставь точки» (объем внимания), «Переплетенные линии» (концентрация и устойчивость внимания). Данные методики позволяют изучить особенности развития внимания человека.

1.4. Возможности психологических игр в развитии произвольного внимания младших школьников

В системе психолого-педагогического сопровождения обучающихся начальной школы игровые технологии занимают существенное место, выступая эффективным средством оптимизации познавательных процессов. Несмотря на то, что согласно периодизации Д.Б. Эльконина, ведущей деятельностью младшего школьного возраста является учебная деятельность, игра не утрачивает своей развивающей функции. Для младших школьников игровые формы организации деятельности служат мощным ресурсом формирования произвольного внимания, позволяя трансформировать внешние требования в внутренние механизмы саморегуляции [45].

Теоретический анализ показывает, что произвольное внимание формируется в социальной деятельности через усвоение культурных образцов поведения. Л.С. Выготский указывал на то, что именно в ситуации правила, характерной для игры, ребенок учится действовать не импульсивно, а согласно заданной цели, что является сущностью произвольного внимания [7].

В развитии младшего школьника игра психологическая игра трактуется как технология усиления потенциала психических функций. Механизм действия игр заключается в создании мотивационной основы для выполнения действий, требующих сосредоточенности. Там, где учебная задача может восприниматься как рутинная, игровая обстановка активизирует интерес, позволяя удерживать внимание дольше без признаков утомления [34].

Возможности игровых методов в развитии внимания реализуются через воздействие на основные его свойства: объем, устойчивость, концентрацию, распределение и переключаемость. Как подчеркивает И.В. Дубровина для младшего школьника характерна относительная область произвольной регуляции, поэтому внешняя организация деятельности через игровые правила выступает необходимым условием развития внутреннего контроля [13].

Современные исследователи выделяют несколько принципов построения психологических игр для младших школьников.

Принцип постепенного усложнения: от игр с материализованными объектами к вербальным и мыслительным операциям. Что соответствует закономерностям онтогенеза, описанным в теории поэтапного формирования умственных действий [22].

Принцип эмоциональной вовлеченности: игра вызывает положительный эмоциональный отклик, так как тревожность и негативный фон снижают эффективность внимания. А.М. Прихожан отмечает, что в младшем школьном возрасте эмоциональная устойчивость еще формируется, поэтому игровая деятельность должна быть безопасной и поддерживающей [28].

Важным аспектом является интеграция игровых методов в образовательный процесс. М.Р. Битянова указывает на то, что изолированное проведение игр менее эффективно, чем их включение в структуру урока или внеурочной деятельности как элемента переключения или разминка. вышеуказанное позволяет переносить навыки внимания, сформированные в игре, на учебные задачи [3].

Эффективность игровых технологий подтверждается данными о возрастной динамике внимания. К концу младшего школьного возраста произвольное внимание становится доминирующим, однако данный процесс требует целенаправленной поддержки. Игры, требующие совместной деятельности, способствуют не только развитию внимания, но и коммуникативных навыков, что соответствует требованиям к метапредметным результатам [27].

Для результативного развития произвольного внимания детей младшего школьного возраста посредством комплекса психологических игр необходимо, чтобы игровые задания были целенаправленно ориентированы на развитие базовых свойств внимания: концентрации, объема, устойчивости, распределения и переключения. При этом комплекс игр должен строиться по принципу постепенного усложнения: начальным этапом выступает

тренировка объема и концентрации внимания как фундаментальных характеристик. После игры на развитие устойчивости и переключения. Завершающим этапом становится работа над распределением внимания и саморегуляцией – наиболее сложными функциями.

Таким образом, психологические игры обладают значительным потенциалом в развитии произвольного внимания у младших школьников. Их использование позволяет создать оптимальные условия для тренировки регуляторных функций, поддержать учебную мотивацию и обеспечить плавный переход от внешней регуляции к внутренней саморегуляции. Ключевым условием эффективности является систематичность применения игр, их соответствие возрастным возможностям детей и интеграция в общую образовательную среду.

Выводы по Главе 1

Основываясь на теорию внимания отечественного психолога П.Я. Гальперина внимание принято рассматривать как сквозной познавательный процесс, не имеющий собственного продукта, а представляющий собой функцию внутреннего контроля за выполнением исполнительных и переработанных действий. Основные виды внимания: непроизвольное (основывается на рефлексивном сигнале, который, поступая в мозг человека, на неосознаваемом уровне руководит переключением внимания) и произвольное (выражается в сознательной направленности и регулируемости, в которой субъект сам выбирает предмет сосредоточения). Н.Ф. Добрыниным введено понятие постпроизвольного внимания, которое возникает на основе произвольного и заключается в сосредоточении на объекте. В психологии принято различать статические (концентрация, устойчивость, объем) и динамические (распределение и переключение) свойства внимания.

Особенностью внимания младших школьников является его непроизвольный характер: оно легко и быстро отвлекается на любой внешний стимул, мешающий процессу обучения. Произвольное внимание у младших школьников развито недостаточно, его необходимо поддерживать и развивать.

Для того, чтобы в полном объеме исследовать внимание у младших школьников, в науке разработан комплекс методик: «Кольца Ландольта», «Тест Мюнстерберга», «Корректирующая проба Бурдона», «Методика Пьерона-Рузера», «Таблицы Шульте», «Таблицы Горбова-Шульте», «Проба на внимание», «Запомни и расставь точки», «Переплетенные линии», «Счет по Крепелину».

Игровые технологии сохраняют высокую значимость в системе психолого-педагогического сопровождения младших школьников, выступая эффективным средством оптимизации познавательных процессов и формирования произвольного внимания. Несмотря на то, что ведущей

деятельностью данного возраста является учебная, игра не утрачивает своей развивающей функции, создавая мотивационную основу для выполнения задач, требующих сосредоточенности, и способствуя трансформации внешних правил во внутренние механизмы саморегуляции. Эффективность игровых методов обусловлена их способностью воздействовать на основные свойства внимания при соблюдении принципов постепенного усложнения и эмоциональной безопасности, что особенно важно в период становления эмоциональной устойчивости ребенка. Тем самым ключевым условием успешности выступает не изолированное проведение игр, а их интеграция в образовательный процесс, что обеспечивает перенос сформированных навыков на учебные задачи и способствует достижению метапредметных результатов. Таким образом, систематическое и возрастосообразное применение психологических игр создает оптимальные условия для развития регуляторных функций и плавного перехода от внешней регуляции к внутренней саморегуляции младшего школьника.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ КОМПЛЕКСА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР

2.1. Организация и методы исследования

Для изучения особенностей развития внимания младших школьников организовано эмпирическое исследование, в котором приняли участие 40 обучающихся 2 класса в возрасте 8-9 лет (обучающиеся 2 «А» и 2 «Б» классов).

Для проведения эмпирического исследования подобраны методики, представленные в Табл. 1.

Таблица 1

Диагностический инструментарий для изучения особенностей развития внимания младших школьников

Показатель	Наименование методики	Автор методики
Концентрация и устойчивость внимания	«Перепутанные (переплетенные) линии»	М.И. Ильина
Переключение внимания	«Проставь значки»	Р.С. Немов
Распределение внимания	«Корректирующая проба»	Б. Бурдон
Объем внимания	«Запомни и расставь точки»	Р.С. Немов

Подробное описание методик приведено в Приложении А.

Представим краткое описание методик.

Цель методики «Переплетенные линии» (автор – М.И. Ильина) – оценка концентрации и устойчивости внимания.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с перепутанными линиями. Дается задание: «Перед тобой 16 линий, ты должен мысленно по порядку проследить взором ход каждой из них и назвать ту цифру, которой заканчивается линия». При исследовании и анализе

результатов учитываются такие основные показатели: время, затраченное на 16 линий и количество ошибок, допущенных при этом.

Цель методики «Проставь значки» (автор – Р.С. Немов) – оценка переключения внимания.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк с изображениями круга, ромба, квадрата и треугольника. Дается задание: «В геометрические фигуры расставить: в треугольник – минус, в квадрат – плюс, в кружок – ничего не ставьте и в ромб – точку». После завершения работы подсчитывается количество обработанных фигур. Затем в соответствии с ключом высчитывается показатель переключения внимания.

Цель методики «Корректирующая проба» (автор – Б. Бурдон) – оценка распределения внимания.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому стандартный бланк теста «Корректирующая проба», на котором в случайном порядке напечатаны некоторые буквы русского алфавита. Задача испытуемого – найти буквы «к» и «р» и зачеркнуть их. После завершения работы подсчитывается количество найденных букв. Затем в соответствии с ключом высчитывается показатель распределения внимания.

Цель методики «Запомни и расставь точки» (автор – Р.С. Немов) – оценка объема внимания.

Ход методики: экспериментатор предлагает испытуемому бланк, на котором напечатаны пары цифр и предлагает складывать их. После завершения работы подсчитывается число верно выполненных вычислений. Затем в соответствии с ключом делается вывод об объеме внимания.

Таким образом, с помощью данных методик определяются такие показатели внимания, как концентрация, устойчивость, переключение, распределение и объем.

2.2. Анализ результатов исследования

С помощью методики «Переплетенные линии» (автор – М.И. Ильина) мы исследовали концентрацию и устойчивость внимания детей.

Протокол результатов исследования приведен в Приложении Б.

На Рис. 2. представлены результаты исследования.

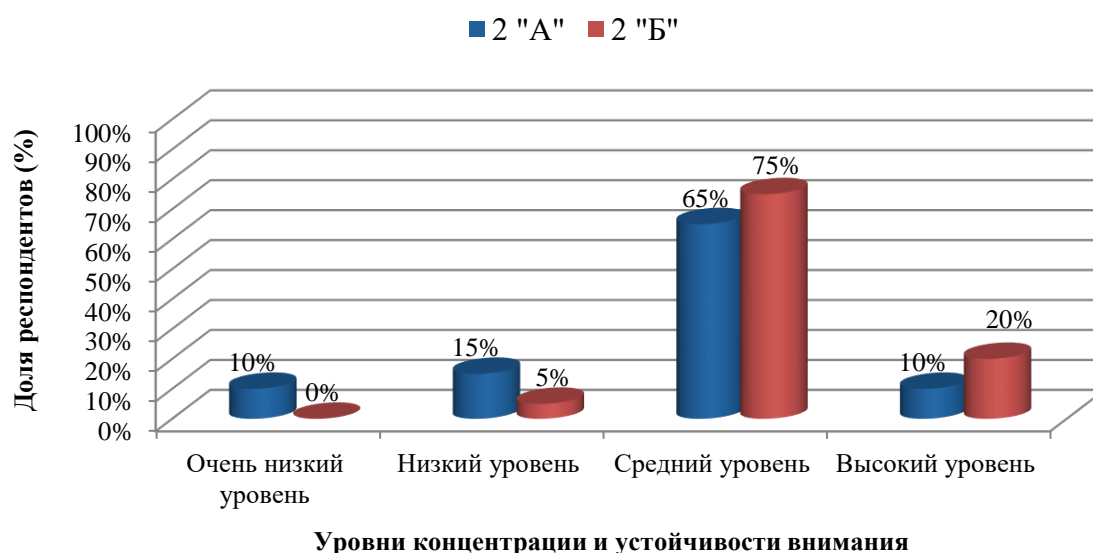


Рис. 2. Распределение выборочной совокупности детей по уровням концентрации и устойчивости внимания (методика «Переплетенные линии» М.И. Ильиной)

Анализ данных позволяет сделать следующие выводы.

У 10% младших школьников 2 «А» класса диагностирован очень низкий уровень концентрации и устойчивости внимания. Эти дети допустили 4-5 ошибок при выполнении задания, потратив на это 128,6 секунд. Во 2 «Б» классе школьников с очень низким уровнем концентрации и устойчивости внимания не выявлено.

У 15% младших школьников 2 «А» класса и 5% школьников 2 «Б» класса диагностирован низкий уровень концентрации и устойчивости внимания. Эти дети допустили 3 ошибки при выполнении задания, потратив на это 103,5 секунд.

У 20% школьников 2 «Б» класса и 10% школьников 2 «А» класса диагностирован высокий уровень концентрации и устойчивости внимания. Эти дети полностью справились с заданием без ошибок, потратив на это 75 секунд.

У большинства младших школьников (75% во 2 «Б» классе и 65% во 2 «А» классе) диагностирован средний уровень концентрации и устойчивости внимания. Эти дети допустили 1-2 неточности при выполнении задания, при этом исправили их самостоятельно, потратив на это 86,5 секунд.

Используя методику «Проставь значки» (автор – Р.С. Немов) мы исследовали переключаемость внимания.

На Рис. 3. представлены результаты исследования.

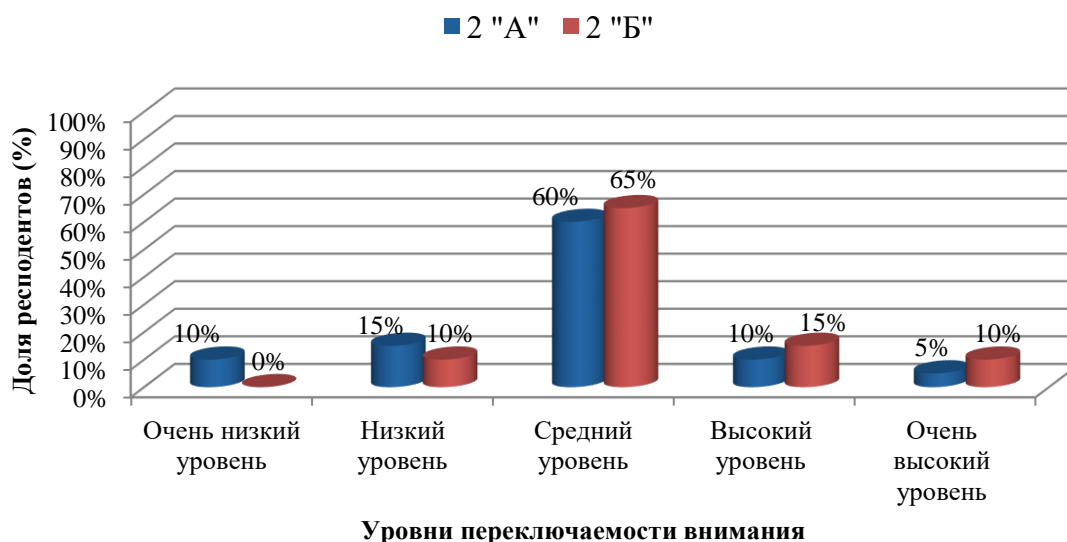


Рис. 3. Распределение выборочной совокупности детей по уровням переключаемости внимания (методика «Проставь точки» Р.С. Немов)

Анализ данных, представленных на 0, позволяет сделать следующее **выводы.**

У 10% младших школьников 2 «Б» класса и 5% 2 «А» класса диагностирован очень высокий уровень переключения внимания. Эти дети безошибочно выполнили задание, набрав 10 баллов.

У 10% младших школьников 2 «А» класса диагностирован очень низкий уровень переключения внимания. Эти дети допустили более 7 ошибок, неправильно проставив знаки, набрав 0-3 балла. Во 2 «Б» классе школьников с очень низким уровнем переключения внимания не выявлено.

У 15% младших школьников 2 «Б» класса и 10% 2 «А» класса диагностирован высокий уровень переключения внимания. Эти дети допустили по 1-2 ошибки, неправильно проставив знаки, набрав 8-9 баллов.

У 15% младших школьников 2 «А» класса и 10% школьников 2 «Б» класса диагностирован низкий уровень переключения внимания. Эти дети допустили по 5-6 ошибок, неправильно проставив знаки (или пропустив фигуры), набрав 4-5 баллов.

У большинства младших школьников (65% во 2 «Б» классе и 60% во 2 «А» классе) диагностирован средний уровень переключения внимания. Эти дети допустили по 3-4 ошибки, неправильно проставив знаки (или пропустив фигуры), набрав 6-7 баллов.

С помощью методики «Корректирующая проба» (автор – Б. Бурдон) мы исследовали распределение внимания.

На Рис. 4. представлены результаты исследования.

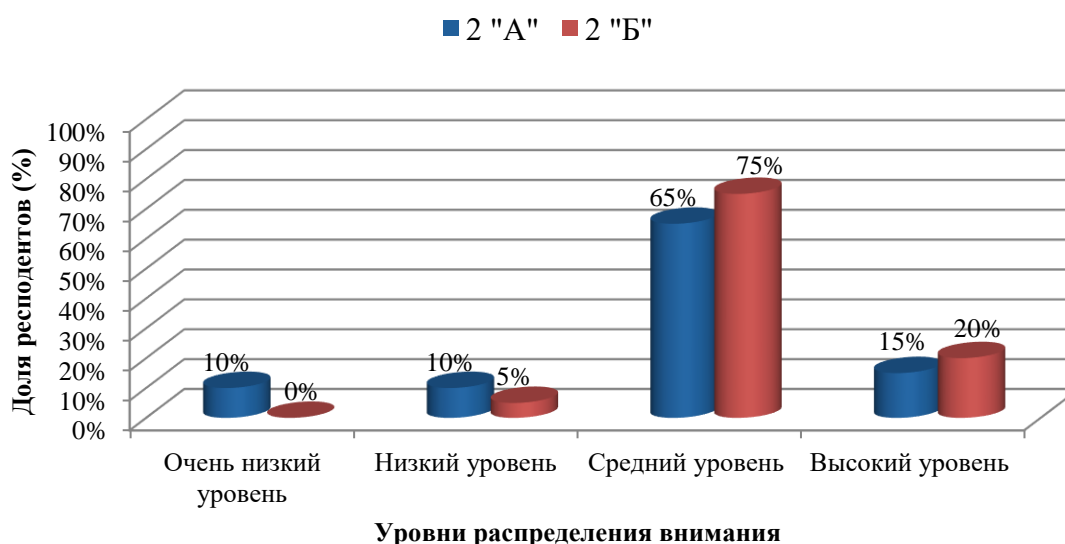


Рис. 4. Распределение выборочной совокупности детей по уровням распределения внимания (методика «Корректирующая проба» Б. Бурдон)

Анализ данных, выявленных на Рис. 4., позволяет прийти к следующим выводам.

У 10% младших школьников 2 «А» класса диагностирован очень низкий уровень распределения внимания. Эти дети не заполнили верно ни одной строки, набрав 0 баллов. Во 2 «Б» классе школьников с очень низким уровнем распределения внимания не выявлено.

У 10% младших школьников 2 «А» класса и 5% школьников 2 «Б» класса диагностирован низкий уровень распределения внимания. Эти дети верно заполнили 0-9 строк, набрав 1-2 балла.

У 20% младших школьников 2 «Б» класса и 15% 2 «А» класса диагностирован высокий уровень распределения внимания. Эти дети верно заполнили 13-15 строк, набрав 3 балла.

У большинства младших школьников (75% во 2 «Б» классе и 65% во 2 «А» классе) диагностирован средний уровень распределения внимания. Эти дети верно заполнили 10-12 строк, набрав 2 балла.

С помощью методики «Запомни и расставь точки» (автор – Р.С. Немов) мы исследовали объем внимания. Результаты данной методики представлены на Рис. 5.

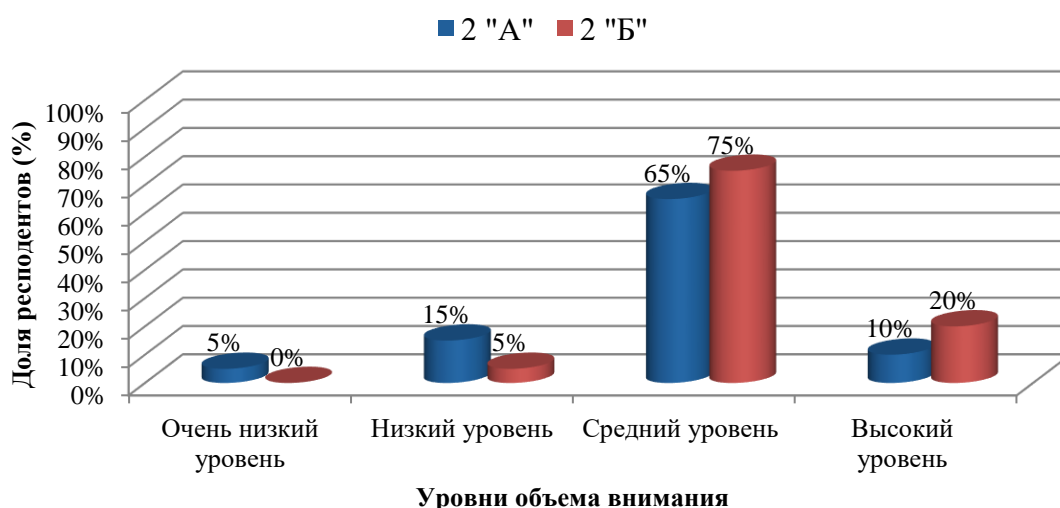


Рис. 5. Распределение выборочной совокупности детей по уровням объема внимания (методика «Запомни и расставь точки» Р.С. Немов)

Анализ эмпирических данных позволяет сделать следующие выводы относительно развития произвольного внимания детей.

У 5% младших школьников 2 «А» класса диагностирован очень низкий уровень распределения внимания. Этот ребенок верно отметил менее 6 точек. Во 2 «Б» классе школьников с очень низким уровнем объема внимания не выявлено.

У 15% младших школьников 2 «Б» класса и 10% школьников 2 «А» класса и диагностирован высокий уровень объема внимания. Эти дети верно отметили 17-20 точек, набрав 3 балла.

У 15% младших школьников 2 «А» класса и 5% школьников 2 «Б» класса диагностирован низкий уровень объема внимания. Эти дети верно отметили 6-10 точек, набрав 1 балл.

У большинства младших школьников (75% во 2 «Б» классе и 65% во 2 «А» классе) диагностирован средний уровень объема внимания. Эти дети верно отметили 11-16 точек, набрав 2 балла.

Таким образом, по результатам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что у младших школьников концентрация, устойчивость, переключение, распределение и объем внимания сформированы преимущественно на среднем уровне. При этом следует отметить, что в 2 «А» класса все перечисленные показатели внимания развиты в меньшей степени по сравнению с 2 «Б» классе.

Проведенное исследование позволяет говорить о дефицитах произвольного внимания у младших школьников, которые выражаются в следующем: трудности с концентрацией внимания на деталях или склонность к невнимательным ошибкам в школьной работе; затруднения в поддержании внимания во время заданий; избегание или неприязнь к задачам, требующим длительного умственного усилия (например, домашняя работа); частая потеря предметов, необходимых для выполнения заданий или деятельности

(например, учебников, тетрадей, ручек); легкая отвлекаемость внешними раздражителями; забывчивость в повседневной жизни.

Полученные данные обуславливают необходимость по организации работы, направленной на развитие произвольного внимания младших школьников.

2.3. Организация психолого-педагогической работы по развитию произвольного внимания младших школьников посредством комплекса психологических игр

После проведения диагностики был разработан комплекс психологических игр, который способствовал развитию произвольного внимания младших школьников. В комплекс входят разные психологические игры.

Цель: развитие произвольного внимания детей младшего школьного возраста.

Задачи по развитию произвольного внимания:

1. Способствовать увеличению объема внимания.
2. Формировать концентрацию и устойчивость внимания.
3. Развивать распределение внимания.
4. Способствовать улучшению переключаемости внимания.

Организационный этап: подбор психологических игр.

Практический этап: проведение комплекса игр, направленных на развитие произвольного внимания.

Сроки реализации программы: 9 недель (см. приложение В)

Развитие произвольного внимания младших школьников не является произвольным, а базируется на фундаментальных закономерностях онтогенеза высших психических функций, возрастной динамики внимания и нейрофизиологических особенностях созревания мозга ребенка. Поэтому

комплекс психологических игр состоит из 4 блоков, благодаря чему происходит поступательное развитие функций внимания.

Блок 1. Развитие объема и концентрации внимания.

Направлен на формирование базовых, наиболее ранних по срокам онтогенеза свойств внимания. Умение удерживать фокус на одном объекте (концентрация) и одновременно воспринимать ограниченное число стимулов (объем) создает нейрофизиологический и операциональный фундамент для всех последующих регуляторных функций. На данном этапе регуляция полностью опирается на внешние средства (наглядные карточки, четкие инструкции, тактильные фишки), что соответствует начальной стадии интериоризации по П.Я. Гальперину. Игровой сюжет обеспечивает эмоциональную безопасность, необходимую для формирования первичного произвольного сосредоточения без тревожного компонента [8; 28].

Блок 2. Развитие устойчивости и переключаемости внимания.

Логически следует за первым блоком, так как требует не только фиксации внимания, но и его устойчивого сохранения вопреки помехам, а также быстрого перехода между изменяющимися правилами. Эти функции опираются на созревание тормозных механизмов лобных долей и когнитивную гибкость, которые формируются позднее объема и концентрации [33].

Введение динамических правил, игрового шума и сменяющихся сигналов моделирует переход от статической фиксации к адаптивной регуляции. На данном этапе происходит постепенное сокращение внешней подсказки и активация внутренней речи как инструмента удержания инструкции [6].

Блок 3. Развитие распределения и саморегуляции внимания.

Представляет вершину в иерархии свойств внимания. Распределение требует одновременного удержания двух и более программ действий, что невозможно без сформированной устойчивости и переключаемости. Саморегуляция (планирование, самопроверка, коррекция ошибок)

соответствует финальной стадии по П.Я. Гальперину – переходу действия во внутренний умственный план с опорой на внутренний контроль. Внешние опоры минимизируются, уступая место самостоятельному мониторингу и рефлексии. Командные формы работы переводят регуляцию в социальный контекст, моделируя реальную учебную и межличностную среду [8; 46].

Блок 4. Направлен на закрепление и интеграцию.

Обеспечивает генерализацию и перенос сформированных навыков в измененные условия. Согласно принципу прочности научения, изолированное владение отдельными свойствами внимания недостаточно для их устойчивого применения в учебной деятельности. Комплексные задания, измененные правила и командное взаимодействие создают условия для интеграции всех компонентов внимания. Ситуация успеха, позитивное подкрепление и структурированная рефлексия закрепляют позитивный образ «Я-внимательный», формируя внутреннюю мотивацию к дальнейшему саморазвитию и этично завершая цикл сопровождения [28; 13].

Согласно принципу прочности научения, сформированные навыки требуют закрепления через повторение в измененных условиях [9].

М.Р. Битянова указывает на важность фиксации успеха для поддержания мотивации к дальнейшему саморазвитию. Ситуация успеха в финальных занятиях создает положительное подкрепление, которое повышает вероятность самостоятельного применения навыков внимания вне занятий [3].

Для эффективного развития произвольного внимания сначала необходимо сформировать базовую устойчивость. Нарушение последовательности может привести к тому, что ребенок формально выполняет задания, но не происходит реальной интериоризации навыков [33].

2.4. Выявление результативности проведенной работы

После реализации комплекса игр для проверки динамики развития произвольного внимания детей младшего школьного возраста была проведена повторная диагностика по методикам, используемым в начале исследования.

Комплекс игр проводился с обучающимися 2 «А» класса (экспериментальная группа), контрольную группу составили обучающиеся 2 «Б» класса.

Результаты экспериментальной группы.

Результаты исследования концентрации и устойчивости внимания детей по методике «Переплетенные линии» (автор – М.И. Ильина) после проведения комплекса психологических игр представлены на Рис. 6.

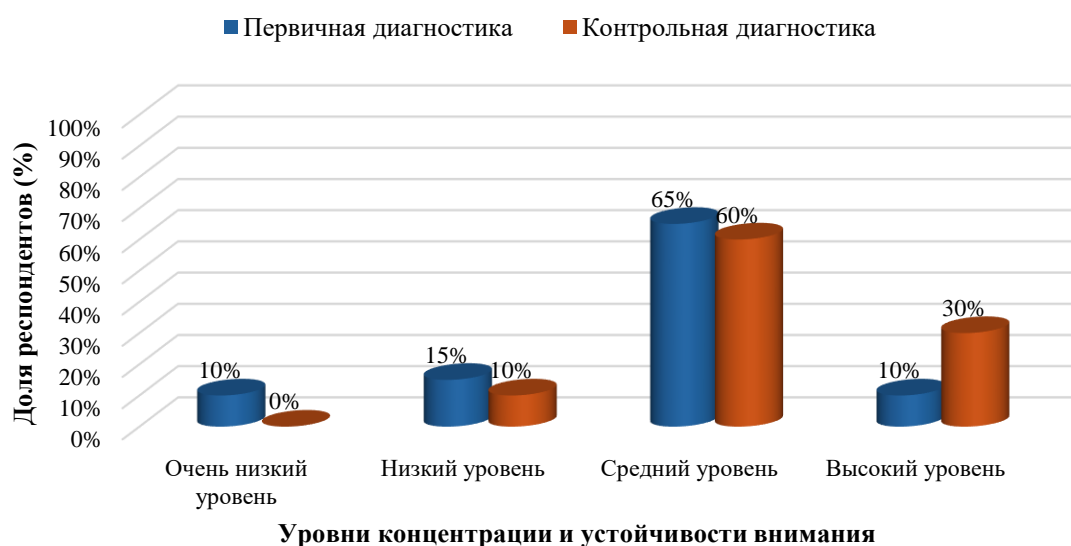


Рис. 6. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной группы по уровням концентрации и устойчивости внимания (методика «Переплетенные линии» М.И. Ильиной) после проведения комплекса психологических игр

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

– после проведения психологических игр очень низкий уровень концентрации и устойчивости внимания снизился на 10%.

- низкий уровень концентрации и устойчивости внимания снизился на 5%.
- средний уровень концентрации и устойчивости внимания снизился на 5%.
- высокий уровень концентрации и устойчивости внимания увеличился на 20%.

Анализируя полученные данные, можно сделать выводы, что благодаря комплексу психологических игр концентрация и устойчивость внимания младших школьников улучшилась.

Результаты исследования переключаемости внимания детей по методике «Проставь значки» (автор – Р.С. Немов) после проведения комплекса психологических игр представлены на Рис. 7.



Рис. 7. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной группы по уровням переключаемости внимания (методика «Проставь точки» Р.С. Немов) после проведения комплекса психологических игр

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

- После проведения психологических игр очень низкий уровень переключаемости внимания снизился на 10%.

- Низкий уровень переключаемости внимания снизился на 5%.
- Средний уровень переключаемости внимания остался неизменным (60%).
- Высокий уровень переключаемости внимания увеличился на 10%.
- Очень высокий уровень переключаемости внимания увеличился на 5%.

Анализируя полученные данные, можно сделать выводы, что благодаря комплексу психологических игр переключаемость внимания младших школьников улучшилась.

Результаты исследования распределения внимания по методике «Корректирующая проба» (автор – Б. Бурдон) после проведения комплекса психологических игр представлены на Рис. 8.

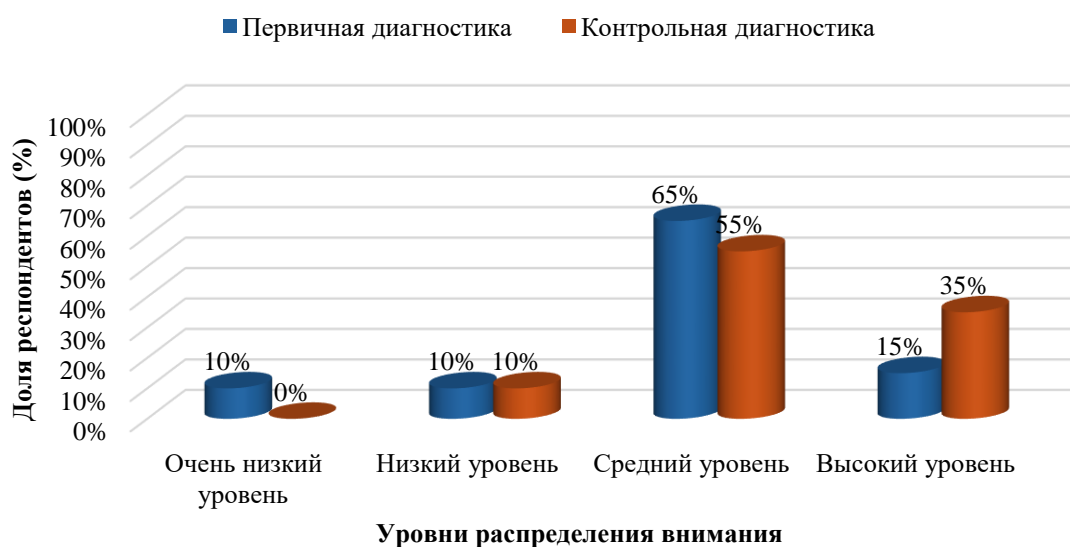


Рис. 8. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной группы по уровням распределения внимания (методика «Корректирующая проба» Б. Бурдон) после проведения комплекса психологических игр

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

– после проведения психологических игр очень низкий уровень распределения внимания снизился на 10%.

– низкий уровень распределения внимания не изменился.

– средний уровень распределения внимания снизился на 10%.

– высокий уровень распределения внимания увеличился на 20%.

Анализируя полученные данные, можно сделать выводы, что благодаря комплексу психологических игр распределение внимания младших школьников улучшилась.

Результаты исследования объема внимания по методике «Запомни и расставь точки» (автор – Р.С. Немов) после проведения комплекса психологических игр представлены на Рис. 9.

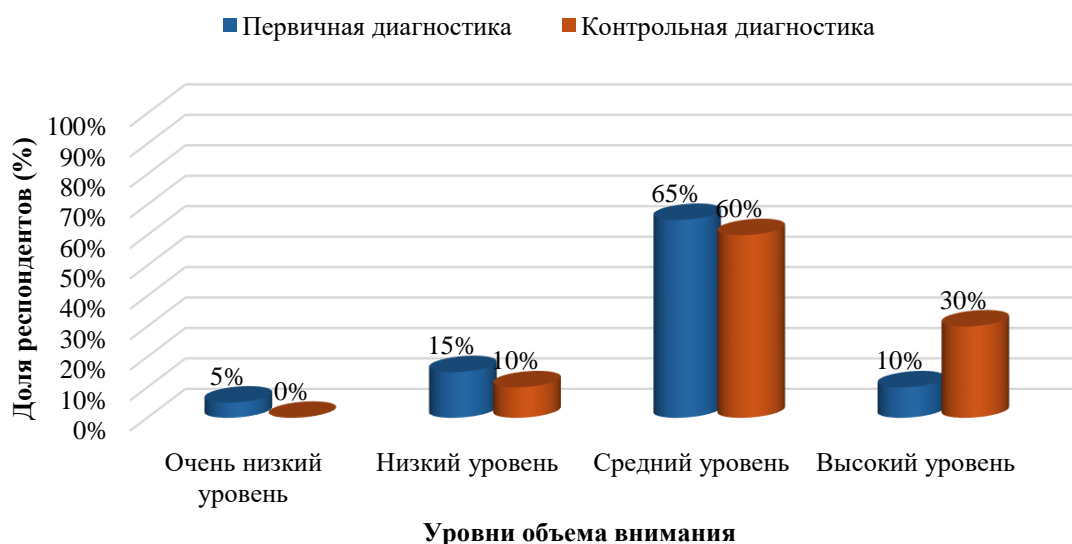


Рис. 9. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной группы по уровням объема внимания (методика «Запомни и расставь точки» Р.С. Немов) после проведения комплекса психологических игр

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

– после проведения психологических игр очень низкий уровень объема внимания снизился на 5%.

– низкий уровень объема внимания снизился на 5%.

- средний уровень объема внимания снизился на 5%
- высокий уровень объема внимания увеличился на 20%.

Результаты контрольной группы.

Результаты исследования концентрации и устойчивости внимания детей по методике «Переплетенные линии» (автор – М.И. Ильина) при повторном исследовании представлены на Рис. 10.



Рис. 10. Распределение выборочной совокупности детей контрольной группы по уровням концентрации и устойчивости внимания (методика «Переплетенные линии» М.И. Ильиной)

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

- при повторном исследовании очень низкий уровень концентрации и устойчивости внимания не изменился.
- низкий уровень концентрации и устойчивости внимания не изменился.
- средний уровень концентрации и устойчивости внимания снизился на 10%
- высокий уровень концентрации и устойчивости внимания увеличился на 10%.

Результаты исследования переключаемости внимания детей по методике «Проставь значки» (автор – Р.С. Немов) при повторном исследовании представлены на Рис. 11.

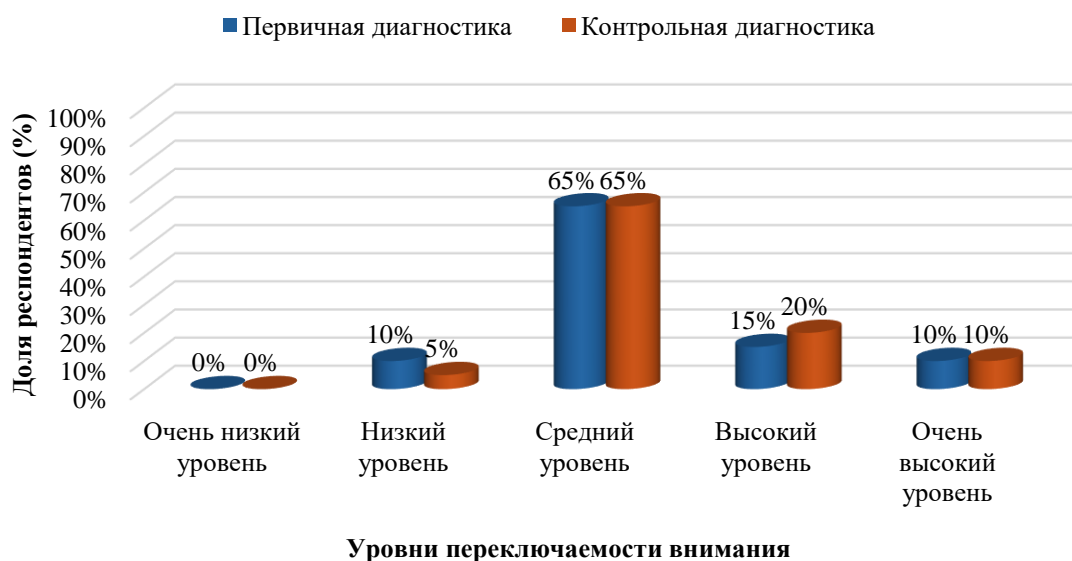


Рис. 11. Распределение выборочной совокупности детей контрольной группы по уровням переключаемости внимания (методика «Проставь точки» Р.С. Немов)

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

- При повторном исследовании очень низкий уровень переключаемости внимания не изменился.
- Низкий уровень переключаемости внимания снизился на 5%.
- Средний уровень переключаемости внимания не изменился.
- Высокий уровень переключаемости внимания увеличился на 5%.
- Очень высокий уровень переключаемости внимания не изменился.

Результаты исследования распределения внимания по методике «Корректирующая проба» (автор – Б. Бурдон) при повторном исследовании представлены на Рис. 12.



Рис. 12. Распределение выборочной совокупности детей контрольной группы по уровням распределения внимания (методика «Корректирующая проба» Б. Бурдон)

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

- при повторном исследовании очень низкий уровень распределения внимания не изменился.
- низкий уровень распределения внимания не изменился.
- средний уровень распределения внимания снизился на 15%
- высокий уровень распределения внимания увеличился на 15%.

Результаты исследования объема внимания по методике «Запомни и расставь точки» (автор – Р.С. Немов) при повторном исследовании представлены на Рис. 13.



Рис. 13. Распределение выборочной совокупности детей контрольной группы по уровням объема внимания (методика «Запомни и расставь точки» Р.С. Немов)

Анализ эмпирических данных позволяет сделать выводы:

- при повторном исследовании очень низкий уровень объема внимания не изменился.
- низкий уровень объема внимания не изменился.
- средний уровень объема внимания снизился на 5%
- высокий уровень объема внимания увеличился на 5%.

Анализируя полученные данные, можно сделать вывод, что благодаря психолого-педагогической работе, предполагающей использование комплекса психологических игр, объем внимания младших школьников улучшился.

Выводы по Главе 2

Диагностический комплекс обеспечивает комплексную и объективную оценку сформированности основных свойств произвольного внимания у детей младшего школьного возраста. Использование стандартизированных методик позволяет измерить ключевые показатели внимания: концентрацию, устойчивость, переключаемость, распределение и объем. Сочетание количественных параметров (время выполнения, количество ошибок, объем обработанного материала) с качественным анализом стратегий деятельности повышает надежность получаемых данных и минимизирует влияние индивидуальных особенностей восприятия. Таким образом, подобранный инструментарий полностью соответствует задачам исследования, позволяя зафиксировать исходный уровень развития произвольной регуляции и в дальнейшем оценить динамику показателей в ходе формирующего эксперимента.

Первичное эмпирическое исследование позволило установить, что у младших школьников все исследуемые свойства произвольного внимания (концентрация, устойчивость, переключаемость, распределение и объем) сформированы преимущественно на среднем уровне. При этом в экспериментальной группе зафиксировано большее количество детей с низким и очень низким уровнем развития внимания по сравнению с контрольной группой, что свидетельствует о наличии недостающих проявлений произвольной регуляции.

Выявленные трудности проявляются в неустойчивой концентрации на деталях, затруднениях при переключении между задачами, повышенной отвлекаемости внешними стимулами и сниженной способности к распределению внимания при выполнении многокомпонентных заданий. Данные особенности обуславливают необходимость целенаправленной психолого-педагогической работы, направленной на развитие произвольного внимания младших школьников.

Разработанный комплекс психологических игр состоящего из 4 блоков. Логика построения, которого обусловлена закономерностями онтогенетического развития высших психических функций. Последовательное прохождение четырех блоков обеспечивает поступательное формирование произвольного внимания: от базовых свойств (объем и концентрация) к более сложным (устойчивость, переключаемость, распределение и саморегуляция) с последующей интеграцией навыков в измененных условиях.

Таким образом, программа способствует устойчивому развитию произвольного внимания младших школьников и обеспечивает эффективный перенос сформированных регуляторных навыков в реальную учебную деятельность.

Сравнительный анализ данных констатирующего и контрольного этапов выявил положительную динамику развития произвольного внимания в экспериментальной группе: зафиксировано сокращение доли детей с низким уровнем по всем диагностируемым свойствам внимания и прирост высоких показателей (на 10–20%). В контрольной группе изменения менее выражены (прирост 5–15%), что обусловлено естественным возрастным развитием.

Таким образом, полученные данные подтверждают эффективность комплекса игр «Академия Волшебников» как средства развития произвольного внимания младших школьников, обеспечивающего переход от внешней регуляции к внутреннему самоконтролю.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование подтвердило рабочую гипотезу: систематическое использование специально организованного игрового комплекса создает условия для развития произвольного внимания у младших школьников. Поставленная цель достигнута, а все исследовательские задачи решены последовательно: от анализа теоретических подходов и диагностики исходного уровня развития внимания до разработки, реализации и оценки эффективности программы «Академия Волшебников».

Выводы по первой главе показали, что в современной отечественной психологии внимание рассматривается не как изолированный познавательный процесс, а как сквозной регуляторный механизм, обеспечивающий контроль за выполнением учебной деятельности. У детей 7–10 лет произвольная регуляция находится в стадии активного становления. Вывод заключается в том, что развитие внимания требует не спонтанного, а поэтапного сопровождения. Игровые технологии, выстроенные по принципу постепенного усложнения и эмоциональной безопасности, выступают оптимальным средством интериоризации внешних опор во внутренние механизмы саморегуляции.

Выводы по второй главе подтвердили, что на старте работы у большинства детей показатели концентрации, устойчивости, переключения, распределения и объема внимания находятся на среднем уровне, в экспериментальной группе выявлена значительная доля учащихся с трудностями произвольной регуляции. Был реализован 18-занятийный курс, где каждое упражнение было вплетено в единый сюжет и имело четкую направленность. Сравнительный анализ данных констатирующего и контрольного этапов зафиксировал устойчивую положительную динамику в экспериментальной группе: доля детей с низкими показателями существенно сократилась, а прирост высоких уровней составил 10–20% по всем диагностируемым свойствам. В контрольной группе изменения носили

умеренный характер (5–15%), что согласуется с естественными возрастными сдвигами без специального педагогического воздействия. Полученные данные эмпирически подтверждают эффективность разработанного комплекса.

Практическая значимость исследования заключается в создании готового к внедрению методического инструмента, который может быть использован педагогами-психологами и учителями начальных классов в рамках внеурочной деятельности. Программа может способствовать формированию учебной самостоятельности, и развитию метапредметных компетенций.

Перспективы дальнейшего изучения проблемы видятся в нескольких направлениях. Во-первых, необходима апробация программы на расширенной и разнообразной выборке для повышения репрезентативности результатов. Во-вторых, важна адаптация комплекса для детей с особыми образовательными потребностями, а также изучение степени переноса игровых навыков на качество усвоения конкретных учебных предметов.

Таким образом, мы эмпирически и практически доказали, что произвольное внимание можно развивать не через директивные указания, а через осмысленную игровую деятельность, учитывающую возрастные закономерности и индивидуальную траекторию ребенка. И главный результат нашей работы измеряется не только цифрами в протоколах, но и изменением внутренней позиции ученика, когда он чувствует поддержку, а не контроль, когда видит в ошибке этап обучения, а не неудачу, способствует формированию устойчивой готовности к самостоятельному развитию.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Баранова Ю.А. Громова С.Ф. Использование интерактивных средств обучения для поддержания внимания младших школьников на уроках информатики в начальной школе // Инновационные научные исследования. 2021. № 12-2(14). С. 238-248.
2. Белозерских А.В. Крухмалева О.А. Развитие внимания и его пути у младших школьников // Современные стратегии развития общества, науки и образования: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции (Москва, 30 ноября 2023 года). М., 2023. С. 153-158.
3. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе: учеб. Пособие. М.: Генезис, 2021. 298 с.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Питер, 2008. 400 с.
5. Водяха С.А. Особенности структуры интеллекта младших школьников, обучаемых посредством гаджетов // С.А. Водяха, Ю.Е. Водяха, С.А. Минюрова. Психолого-педагогическое образование, 2019. №7. с. 133-140.
6. Выготский Л.С. История развития высших психических функций. М.: Смысл, 2005. 533 с.
7. Выготский Л.С. Психология развития человека: учеб. пособие для вузов. М.: Юрайт, 2025. 281 с.
8. Гальперин П.Я. Поэтапное формирование умственных действий: избр. психол. труды. М.: МГУ, 2019. 192 с.
9. Гальперин П.Я. Психология как объективная наука: избр. психол. тр. М.: Институт практической психологии, 2020. 416 с.
10. Глухова О.А. Развитие внимания младшего школьника в процессе учебной деятельности с использованием игровой технологии // Проблемы и перспективы развития науки и образования в XXI веке: Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции (Нефтекамск,

25 апреля 2024 года). Нефтекамск: «Мир науки», 2024. С. 160-163.

11. Глюза М.А., Мамедова Л.В. Методика развития внимания у младших школьников // Сила знаний: объединение умов и ресурсов: Сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции (Иркутск, 15 мая 2024 года), 2024. С. 45-48.

12. Дорошенко Д.А. Развитие внимания младших школьников на уроках изобразительного искусства // Мир детства в современном образовательном пространстве: Сборник статей студентов, магистрантов, аспирантов. Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2024. Вып. 14. С. 60-64.

13. Дубровина И.В. Психологическое здоровье школьников: учеб. пособие. М.: Академия, 2020. 320 с.

14. Захарова Ю.И. Особенности развития внимания младших школьников // Взаимодействие науки и общества в контексте междисциплинарных исследований: Сборник статей Международной научно-практической конференции (Калуга, 20 декабря 2023 года). Уфа, 2023. С. 62-65.

15. Защирина О.В. Психология детей с задержкой психического развития: учеб. пособие для вузов. СПб.: СПбГУ, 2019. 212 с.

16. Калашникова Д.В. Потенциал электронных дидактических игр в развитии произвольного внимания младших школьников // Сборник научных трудов VI Международной научно-практической конференции (Казань, 21 ноября 2024 года). Казань: КГИК, 2024. С. 232-234.

17. Кожемякина Е.Д., Климченко И.В. Развитие произвольного внимания младших школьников во внеурочной деятельности с помощью метода проектов // Наука в жизни человека. 2022. № 1. С. 55-62.

18. Кузекевич В.Р., Русаков А.А. Особенности развития внимания у младших школьников средствами подвижных игр // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2025. № 1(239). С. 66-72.

19. Ларина А.С., Романова Ю.В. Влияние процесса активизации внимания на успеваемость младших школьников Романова // Образование

XXI века: профессионально-педагогическое образование в условиях современных социальных и экономических потребностей российского общества и школьной практики: Материалы Всероссийской научной конференции с международным участием (Липецк, 26 октября 2023 года). Липецк, 2023. С. 168-172.

20. Ларина Г.В. Развитие внимания у младших школьников // Научная инициатива: проблемы и перспективы внедрения инновационных решений: сборник статей Международной научно-практической конференции (Магнитогорск, 27 ноября 2024 года). Уфа, 2024. С. 227-230.

21. Леханова Е.В. Особенности развития внимания младших школьников в условиях цифровой среды // Педагогический вестник. 2023. № 29. С. 47-49.

22. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека: учеб. пособие для вузов. М.: Питер, 2024. 768 с.

23. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии: учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2019. 384 С.

24. Маклаков А.Г. Общая психология: учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2024. 592 с

25. Петрова С.С., Кривоносова А.С. Влияние игры на развитие внимания младших школьников // Вопросы педагогики. 2020. № 11-2. С. 246-249.

26. Плотникова Е.Н., Дорошенко Д.А. Специфика развития внимания младших школьников на уроках изобразительного искусства // Проблемы современного педагогического образования. 2024. № 83-1. С. 206-208.

27. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 286 (ред. от 18.06.2025) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» // Гарант: офиц. сайт. – URL: <https://www.garant.ru/> (дата обращения 03.11.2025).

28. Прихожан А.М. Психология младшего школьника: учеб. пособие. 2-е изд., перераб. М.: Академия, 2022. 304 с.

29. Прихожан А.М. Психология подростка: учеб. пособие. 3-е изд.,

перераб. М.: Академия, 2022. 384 с.

30. Психологические и социальные факторы развития свойств внимания у младших школьников / О.Ю. Гроголева, К.Н. Белогай, Ю.В. Борисенко, М.Л. Симкин // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2022. Т. 6, № 4(24). С. 263-268.

31. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2003. 713 с.

32. Савельева В.В., Шадрина С.Н. Развитие внимания младших школьников посредством нейроигр в учебной деятельности // Перспективы науки. 2023. № 11(170). С. 265-268.

33. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте: метод замещающего онтогенеза: учеб. пособие. М.: Генезис, 2022. 474 с.

34. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека: учеб. пособие для вузов. М.: Юрайт, 2021. 412 с.

35. Солдатова Г.У., Шляпников В.Н. Цифровая компетентность подростков и родителей: результаты исследования. М.: ГБУ «НИИ РОС», 2020. 120 с.

36. Стяжкина А.А. Развитие произвольного внимания младших школьников посредством дидактических игр с использованием интерактивной доски // Педагог цифрового поколения: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Ижевск (26 октября 2022 года). Ижевск: «Удмуртский университет», 2022. С. 304-310.

37. Тазиева А.И., Каюмова Р.Л. Корректирующие пробы и их влияние на развитие внимания у младших школьников // IX Андреевские чтения: современные концепции и технологии творческого саморазвития личности : Сборник статей участников Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Казань, 21–22 марта 2024 года). Казань: КФУ, 2024. С. 420-423.

38. Толстопятых Л.Е., Акинина Л.И., Секишева Т.А. Основные критерии

определения произвольного внимания у младших школьников // Наука и образование: отечественный и зарубежный опыт: Сборник трудов Двадцать седьмой международной научно-практической конференции (Белгород, 10 февраля 2020 года). Белгород, 2020. С. 243-246.

39. Томина В.А. Приемы развития внимания младших школьников в процессе обучения // Обучение и воспитание в период детства: познавательное развитие ребенка дошкольного и младшего школьного возраста: актуальные проблемы теории и практики: сборник статей по материалам научного семинара (Оренбург, 18 ноября 2021 года). Оренбург: ОГПУ, 2021. С. 425-428.

40. Царева Н.В. Произвольное внимание младших школьников: особенности и проблемы развития // Инновации. Наука. Образование. 2021. № 25. С. 141-145.

41. Цвирбут В.В. Содержательные и динамические характеристики концентрации внимания младших школьников // Современное образование Витебщины. 2021. № 3(33). С. 69-71.

42. Цибизова А.С., Губанова Н.Ф. Дидактическая игра как средство развития внимания младших школьников // Образовательное пространство детства: исторический опыт, проблемы, перспективы: Сборник научных статей и материалов XI международной научно-практической конференции (Коломна, 30–31 мая 2024 года). Коломна, 2024. С. 276-284.

43. Шахина А.С. Развитие внимания младших школьников с помощью метода нейрографики // Инновации в науке: вызовы и перспективы будущего: Сборник статей Международной научно-практической конференции (Москва, 15–16 апреля 2025 года). М.: Цифровое научное издательство, 2025. С. 612-623.

44. Щеглова Л.В., Бабакова И.В. Приемы работы над развитием внимания младших школьников // Формирование и развитие профессиональной компетенции учителя: Материалы IX Региональной научно-практической конференции. Воронеж: Научная книга, 2025. С. 554-557.

45. Эльконин Д.Б. Психология игры: классический труд. М.: Питер, 2024. 384 с.

46. Эльконин Д. Б. Психология развития: учеб. пособие для вузов. М.: Академия, 2019. 144 с.

47. Яковлева Н.Н. Психологическая помощь дошкольнику и младшему школьнику: учеб. пособие. М.: Сфера, 2019. С. 1 92.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Диагностический инструментарий для изучения особенностей развития
внимания младших школьников

1. Наименование методики: «Перепутанные (переплетённые) линии» (М.И. Ильина).

Цель: изучения концентрации и устойчивости внимания.

Оборудование: секундомер, стимульный материал (специальный бланк с изображением перепутанных линий), лист бумаги, карандаш.

Инструкция: «У тебя перед глазами рисунок, на нем много перепутанных линий. Найди конец каждой, проследи её с самого начала. Пальцем и карандашом пользоваться нельзя».

Фиксируемые параметры: t – время выполнения задания; n – количество допущенных ошибок.

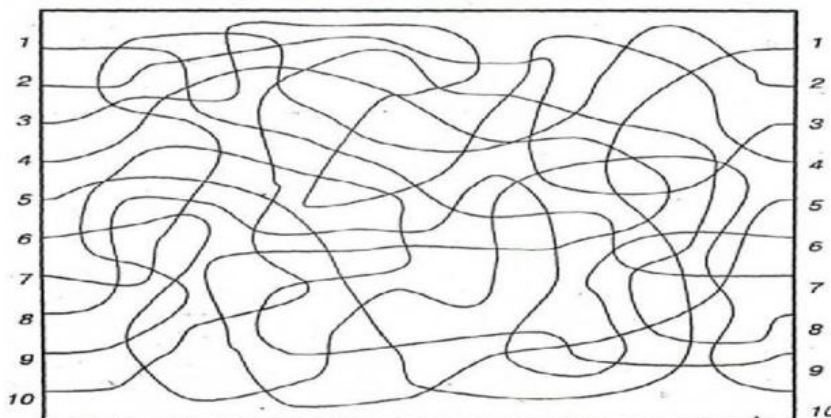


Рис. 14. Бланк с изображением перепутанных линий

Обработка результатов: экспериментатору необходимо внимательно наблюдать за ребёнком, обращая внимание на точность его действий, скорость и длительность выполнения задания, комментарии, которые он делает в процессе прохождения теста.

Оценка результатов

Описание процесса выполнения задания	Время выполнения задания (сек)	Количество ошибок	Уровень концентрации внимания
Ребёнок полностью справляется с заданием, выполняет без ошибок.	75,0	0	Высокий
В работе присутствуют некоторые неточности, которые испытуемый сам исправляет.	86,5	1-2	Средний
Задание выполнено с ошибками, появившимися ближе к концу работы над стимульным материалом.	103,5	3	Низкий
Тестируемый допускает большое количество ошибок. Использовался палец или карандаш.	128,6	4-5	Очень низкий

2. Наименование методики: «Проставь значки» (Р.С. Немов).

Цель: оценка переключения внимания.

Оборудование: таблица с изображенными на ней в случайном порядке геометрическими фигурами (круг, треугольник, квадрат, ромб), секундомер. Перед началом выполнения задания ребенку показывают приготовленную таблицу и объясняют, как с ней работать. Работа заключается в том, чтобы в каждой фигуре - кружке, квадратике, ромбике и треугольнике поставить тот знак, который задан вверху на образце, т.е. соответственно галочку, черту, плюс или точку. Ребенок непрерывно работает, выполняя задание в течение 1,5 минут.

Общий показатель переключения внимания определяется по формуле: $S = (N - 2,8p) / L$, где S – показатель переключения внимания обследованного ребенка; N - количество просмотренных изображений; t - время выполнения задания, мин; p - количество допущенных ошибок.

Ошибками считаются неправильно проставленные знаки или пропущенные, т.е. не помеченные соответствующими знаками геометрические фигуры.

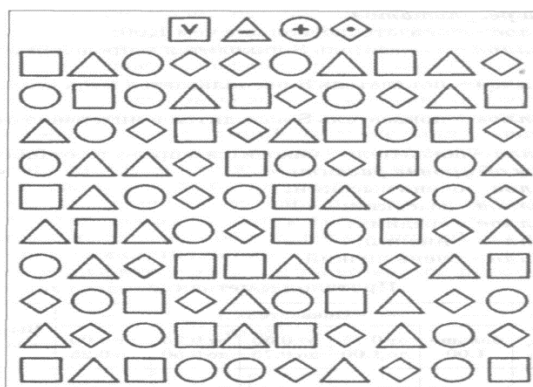


Рис. 14. Бланк с изображением геометрических фигур

Таблица 3

Оценка результатов

Баллы	Показатель S	Уровень переключения внимания
10	S больше чем 1,00	очень высокий
8-9	S находится в пределах от 0,75 до 1,00.	высокий
6-7	S располагается в пределах от 0,50 до 0,75.	средний
4-5	S находится в интервале от 0,25 до 0,50	низкий
0-3	S находится в пределах от 0,00 до 0,25.	очень низкий

3. Наименование методики «Корректирующая проба» (Б. Бурдон).

Цель: изучение распределения внимания.

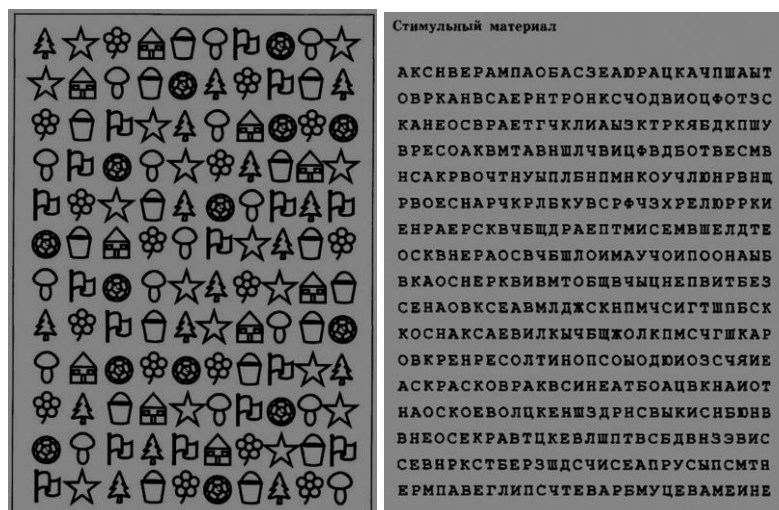
Инструкция: 1 класс: перед тобой изображены домик, елка, звезда, флаг, гриб, мяч, ведро. По моей команде твоя задача гриб обвести в круг, елочку зачеркнуть, мяч подчеркнуть. По истечению 30 секунд, задание поменяется. Елочку нужно обвести в круг, мяч зачеркнуть, гриб подчеркнуть.

Инструкция: 2-4 класс: перед тобой напечатаны буквы. По моей команде твоя задача все буквы «и» обвести в круг, все буквы «у» подчеркнуть, все буквы «а» зачеркнуть. По истечению 30 секунд ты услышишь команду стоп, после чего нужно будет буквы «и» зачеркнуть, буквы «у» подчеркнуть, буквы «а» обвести в круг.

Описание: проверить уровень развития способности к распределению внимания можно на простой модели, представленной в многочисленных вариантах корректирующих проб (это могут быть буквенные, цифровые матрицы или матрицы с любыми простыми фигурами). Ребенок, просматривая в

корректирующей матрице каждую строку последовательно, должен как можно скорее зачеркивать разными способами три каких-либо различных элемента матрицы. Например: звездочку - поперечной чертой, треугольник - вертикальной, а флажок - крестиком. Необходимо фиксировать общее время выполнения всей работы. Через каждую минуту взрослый должен отмечать цветным карандашом на бланке (предупредив об этом заранее ребенка, чтобы не сбивать его темп работы) место текущего поиска заданных знаков.

Оборудование: различного вида изображения - фигурные, буквенные, силуэтные и др.; протокол для фиксации параметров; секундомер, простые карандаш.



1 класс

2-4 класс

Рис. 15. Бланк с изображениями

Таблица 4

Оценка результатов

Баллы	Количество верно выполненных строк	Уровень распределения внимания
1 класс		
3	10-12	высокий
2	7-9	средний
1-2	4-6	низкий
0	0	очень низкий
2-4 класс		
3	13-15	высокий
2	10-12	средний
1-2	0-9	низкий
0	0	очень низкий

4. Наименование методики «Запомни и расставь точки» (Р.С. Немов).

Цель: определение объема внимания.

Необходимые материалы: карандаш или ручка, секундомер, лист с точками, разрезанный на 8 квадратов, которые затем складываются в стопку (по порядку с последовательно увеличивающимся на них числом точек) таким образом, чтобы вверху оказался квадрат с двумя точками, а внизу – квадрат с девятью точками, бланк для ответов.

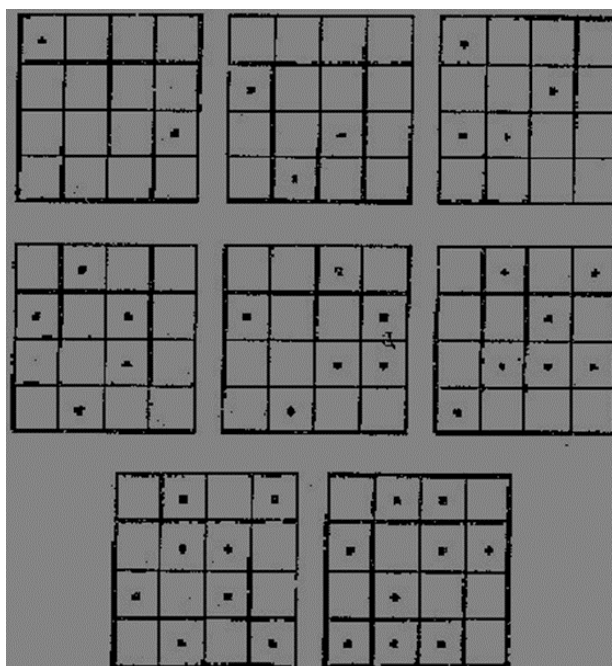


Рис. 16. Бланк с точками

Инструкция: «Сейчас мы поиграем в игру на внимание. Я буду одну за другой показывать карточки, на которых нарисованы точки, а потом вы сами будете рисовать эти точки в пустых клеточках в тех местах, где вы видели эти точки на карточках».

Обработка результатов: объемом внимания ребенка считается максимальное число точек, которое он смог правильно воспроизвести на любой из карточек (выбирается та из карточек, на которой было воспроизведено безошибочно самое большое количество точек).

На воспроизведение карточки с 2-5 точками дается 10 секунд, 6-7 точками - 15 секунд, 8 точками - 20 секунд.

Таблица 5

Оценивание результатов

Баллы	Количество верно отмеченных точек	Уровень объема внимания
1 класс		
3	12-14	высокий
2	8-11	средний
1	4-7	низкий
0	менее 4	очень низкий
2-3 класс		
3	17-20	высокий
2	11-16	средний
1	6-10	низкий
0	менее 6	очень низкий
4 класс		
3	24-27	высокий
2	17-23	средний
1	12=16	низкий
0	менее 15	очень низкий

Протоколы исследования особенностей развития внимания младших
школьников

Таблица 6

Протокол экспериментальной группы

№	Ф.И.	«Переплетенные линии»	«Проставь значки»	«Корректирующая проба»	«Запомни и расставь точки»
1	Ребенок 1	средний	средний	средний	средний
2	Ребенок 2	средний	средний	средний	средний
3	Ребенок 3	высокий	очень высокий	высокий	высокий
4	Ребенок 4	средний	средний	средний	средний
5	Ребенок 5	высокий	высокий	высокий	высокий
6	Ребенок 6	средний	средний	средний	средний
7	Ребенок 7	низкий	низкий	низкий	низкий
8	Ребенок 8	средний	средний	средний	средний
9	Ребенок 9	средний	средний	средний	средний
10	Ребенок 10	очень низкий	очень низкий	очень низкий	очень низкий
11	Ребенок 11	средний	высокий	высокий	средний
12	Ребенок 12	средний	средний	средний	средний
13	Ребенок 13	средний	средний	средний	средний
14	Ребенок 14	средний	средний	средний	средний
15	Ребенок 15	низкий	низкий	низкий	низкий
16	Ребенок 16	средний	средний	средний	средний
17	Ребенок 17	средний	средний	средний	средний
18	Ребенок 18	очень низкий	очень низкий	очень низкий	низкий
19	Ребенок 19	средний	средний	средний	средний
20	Ребенок 20	низкий	низкий	средний	средний

Таблица 7

Протокол контрольной группы

№	Ф.И.	«Переплетенные линии»	«Проставь значки»	«Корректирующая проба»	«Запомни и расставь точки»
1	2	3	4	5	6
1	Ребенок 1	высокий	очень высокий	высокий	высокий
2	Ребенок 2	средний	средний	средний	средний
3	Ребенок 3	средний	средний	средний	средний
4	Ребенок 4	средний	средний	средний	средний
5	Ребенок 5	средний	высокий	высокий	средний
6	Ребенок 6	средний	средний	средний	средний
7	Ребенок 7	средний	средний	средний	средний
8	Ребенок 8	высокий	очень высокий	высокий	высокий
9	Ребенок 9	средний	средний	средний	средний

					Продолжение таблицы 7
1	2	3	4	5	6
10	Ребенок 10	средний	низкий	средний	средний
11	Ребенок 11	средний	средний	средний	средний
12	Ребенок 12	средний	средний	средний	средний
13	Ребенок 13	высокий	высокий	высокий	высокий
14	Ребенок 14	средний	средний	средний	средний
15	Ребенок 15	средний	средний	средний	средний
16	Ребенок 16	низкий	низкий	низкий	низкий
17	Ребенок 17	средний	средний	средний	средний
18	Ребенок 18	высокий	высокий	высокий	высокий
19	Ребенок 19	средний	средний	средний	средний
20	Ребенок 20	средний	средний	средний	средний

**Комплекс игр по развитию произвольного внимания детей младшего
школьного возраста**

Комплекс психологических игр «Академия волшебников»

Цель: развитие произвольного внимания детей младшего школьного
возраста

Задачи:

- Способствовать увеличению объема внимания.
- Формировать концентрацию и устойчивость внимания.
- Развивать распределение внимания.
- Способствовать улучшению переключаемости внимания.

Возраст: 7-10 лет

БЛОК 1. «ЗОРКИЙ ГЛАЗ» (Объем и концентрация внимания)

Комплекс психологических игр «Академия Волшебников»

Цель блока: тренировка способности удерживать фокус на объекте и
воспринимать несколько стимулов одновременно.

Принципы реализации:

- От внешнего к внутреннему: использование внешних опор (карточки, фишки) с постепенным переходом к самоконтролю.
- От совместного к самостоятельному: начало с парных и групповых заданий, переход к индивидуальной работе.
- От простого к сложному: последовательное усложнение игровых заданий.
- Эмоциональная вовлеченность: поддержание положительного настроя через игровой сюжет.

Возраст: 7–10 лет. Время занятия: 25–30 мин..

Занятие 1. «Тайное приглашение»

БЛОК 1. «Зоркий глаз» (Объем и концентрация внимания)

Цель: знакомство, создание мотивации, первичная тренировка концентрации и объема внимания.

Задачи:

- Установить контакт, познакомить детей друг с другом и с ведущим.
- Создать безопасную и доверительную атмосферу в группе.
- Сформировать первичный интерес к теме «волшебства» (внимания).
- Познакомить с ритуалами начала и завершения занятия.

Оборудование: красивый конверт с сургучной печатью (или стикером), клубок ярких ниток, именные бейджи, коробка «Волшебный сундук», фишки-«кристаллы», бумага, карандаши.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог: здравствуйте, дорогие друзья! Проходите, пожалуйста, в наш круг. Меня зовут Ольга Александровна, и я – хранитель ключей от одной очень секретной организации. (Достает красивый конверт). Сегодня я получил это таинственное послание. Хотите узнать, что внутри? (Открывает, читает). "Приглашаются смелые, умные и внимательные дети в «Академию Волшебников». Здесь вы научитесь самой важной магии – магии Внимания!" Вы готовы стать учениками Академии? (Дети отвечают)

Психолог: тогда давайте скрепим наше согласие волшебным ритуалом. Встаньте в круг, возьмитесь за руки. Сейчас мы создадим круг силы. Я скажу: "Внимание – наш дар!", а вы повторите хором и сделаете легкий поклон. Готовы? Начали: Внимание – наш дар! (Дети повторяют)

Психолог: отлично! Вы уже чувствуете силу этого круга? Теперь мы – одна команда, одна группа волшебников. В Академии мы будем помогать друг другу, слушать и поддерживать. Давайте познакомимся поближе.

2. Разминка. Игра «Волшебная паутина» (5 мин.)

Цель: знакомство, создание чувства групповой сплоченности, развитие слухового внимания и памяти на имена.

Инструкция: у меня есть волшебный клубок. Когда он окажется у вас в руках, назовите свое имя и скажите, какое волшебное существо вам нравится больше всего. Например: "Я – Маша, я люблю единорога". После этого намотайте нить на палец и передайте клубок тому, кто стоит рядом. Так мы сплетем паутину доверия, которая будет связывать нас на всех занятиях.

Ход игры: психолог начинает, наматывает нить на свой палец, называет себя и передает клубок. Игра продолжается по кругу.

Психолог: посмотрите, какая прочная паутина у нас получилась! Эта паутина – символ нашей связи. Если кто-то потянет нить, все почувствуют. Так и в нашей группе: мы слушаем друг друга, поддерживаем.

3. Основная часть. Игра «Ловцы искр» (4 мин.)

Цель: активизация произвольного внимания, тренировка переключения между слуховыми стимулами, снятие мышечного напряжения.

Инструкция: представьте, что вокруг нас летают волшебные искры. Я буду хлопать в ладоши. Если хлопок громкий – вы подпрыгиваете и ловите искры руками. Если хлопок тихий – вы приседаете и прячете искры в ладошки. Будьте внимательны: искры хитрые, я могу менять темп. Готовы? Начали!

Ход игры: психолог хлопает с разной громкостью и темпом (громко-тихо-громко-тихо, затем серия быстрых хлопков). Дети выполняют движения. Через 2–3 мин. игра завершается.

Психолог: молодцы! Вы отлично ловили искры и не путали громкие хлопки с тихими. Это значит, ваше внимание уже работает как настоящий волшебный радар!

4. Основная часть. Игра «Мой волшебный знак» (10 мин.)

Цель: развитие концентрации зрительного внимания, мелкой моторики, создание положительного образа «Я-волшебник», первичная диагностика устойчивости внимания.

Инструкция: в Академии у каждого волшебника есть свой личный знак – символ, который защищает его и помогает концентрироваться. Перед вами лежат бейджи и карандаши. Ваша задача: нарисовать свой волшебный знак. Это может быть звезда, глаз, книга, молния – что угодно, что вам нравится. У вас есть 3 мин.. Главное правило волшебника: не отвлекаться на соседа, работать над своим знаком. Если закончите раньше – можете добавить деталей. Начинаем!

Ход игры: дети рисуют. Психолог ходит между столами, мягко комментирует: «Какой интересный узор у Саши!», «Маша очень сосредоточенно работает, молодец!». Не оценивает рисунки, а хвалит за процесс («вижу, ты старался», «ты внимательно выводил линии»).

Психолог: время вышло! Поднимите свои знаки. Посмотрите, какие разные и красивые они получились! (дети рассматривают работы друг друга). Теперь аккуратно положите свои знаки в Волшебный сундук. Они будут ждать вас там до следующего занятия, чтобы набраться волшебной силы.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше первое занятие в Академии Волшебников подходит к концу. Вы сегодня были замечательными учениками! Давайте подведем итоги. У меня есть Волшебный сундук. Каждый из вас может положить в него фишку – это ваш "кристалл внимания", награда за старание. И, если хотите, скажите одну фразу: "Сегодня я был внимателен, когда...". Кто хочет начать? (Дети по очереди кладут фишки и делятся. Психолог активно слушает, кивает, резюмирует: «Да, ты был очень внимателен, когда рисовал знак»).

Психолог: спасибо вам за искренность и старание! Вы отлично справились с первым испытанием. Ваши кристаллы внимания уже начинают сиять! На следующем занятии мы узнаем Законы Магического Мира. Ритуал завершения: Внимание – наш дар! (Дети хором повторяют и кланяются).

Занятие 2. «Законы магического мира»

Цель: выработка групповых норм, тренировка концентрации и объема зрительного внимания.

Задачи:

- Сформулировать правила поведения в группе совместно с детьми.
- Развить способность удерживать несколько объектов в поле зрения.
- Тренировать работу по инструкции и образцу.
- Закрепить ритуал начала занятия.

Оборудование: плакат с правилами (пустой), маркеры, стикеры, карточки с изображением «можно» и «нельзя», бланки с геометрическими фигурами (корректирующая проба), карандаши, таймер.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог: здравствуйте, юные волшебники! Проходите в наш круг. Я рада видеть ваши сияющие глаза! Давайте начнем наше занятие с ритуала, который объединяет нас. Встаньте в круг, возьмитесь за руки. Готовы? Внимание – наш дар! (Дети хором повторяют и кланяются)

Психолог: отлично! Вы уже помните наш ритуал – это значит, ваше внимание становится сильнее. Сегодня в Академии нас ждет важное дело: мы создадим Законы Магического Мира. Без законов даже самая сильная магия может превратиться в хаос. Но сначала – разминка для наших волшебных глаз.

2. Разминка. Игра «Зеркало волшебника» (4 мин.)

Цель: развитие концентрации зрительного внимания, эмпатии, зрительно-моторной координации.

Инструкция: разбейтесь, пожалуйста, на пары. Встаньте лицом друг к другу. Один из вас будет волшебником, другой – его отражением в волшебном зеркале. Волшебник показывает медленные движения: поднимает руку, наклоняет голову, хлопает. Отражение должно повторять движения точно-точно, как в настоящем зеркале. Через 2 мин. я скажу "Стоп", и вы поменяетесь ролями. Начинайте!

Ход игры: дети работают в парах. Психолог ходит между парами, мягко корректирует: «Смотри на руки партнера», «Повторяй плавно, как в зеркале». Через 2 мин. дает сигнал к смене ролей.

Психолог: молодцы! Вы были очень внимательны друг к другу. Зеркало не может ошибаться – оно должно точно повторять. Так и наше внимание: когда мы сосредоточены, мы видим и делаем все точно.

3. Основная часть. Создание правил «Законы магического мира» (7 мин.)

Психолог: в любом волшебном мире есть правила, которые помогают всем жить дружно и творить чудеса. Давайте вместе придумаем наши законы Академии. Какие правила нужны, чтобы нам было комфортно заниматься? (Дети предлагают. Психолог записывает идеи на плакате, рисуя простые символы: ухо – «слушаем», рот на замке – «не перебиваем», поднятая рука – «хочу сказать»).

Примерный список правил:

- Слушаем, когда говорит другой.
- Не перебиваем.
- Поднимаем руку, если хотим сказать.
- Помогаем друг другу.
- Не смеемся над ошибками.

Психолог: отлично! У нас получились настоящие Законы Магического Мира. Теперь эти правила будут помогать нам на каждом занятии. Если кто-то забудет правило – мы мягко напомним, посмотрев на плакат.

4. Основная часть. Игра «Шифр мага» (10 мин.)

Цель: определение устойчивости внимания и способности работать по образцу; тренировка концентрации на зрительных стимулах.

Инструкция: перед вами лежат волшебные свитки с шифром. Ваша задача: найти все треугольники и обвести их красным карандашом. Квадраты и круги не трогайте – они не часть шифра. Будьте внимательны: если обведете не ту фигуру, шифр не сработает. У вас есть 3 мин.. Начинаем!»

Ход игры: дети выполняют задание. Психолог ходит между столами, наблюдает (не комментирует во время выполнения): кто отвлекается, кто соблюдает инструкцию, кто работает в своем темпе. Через 3 мин. дает сигнал: «Время вышло! Положите карандаши».

Психолог: молодцы, вы справились с шифром! (Не оценивает результаты вслух). А теперь – проверим себя. (Показывает на доске правильные ответы). Посмотрите на свой лист: сколько треугольников вы нашли? Поднимите руку те, у кого 5 и больше. Отлично! Те, у кого меньше – не переживайте, в следующий раз получится лучше. Главное – вы старались и были внимательны».

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие подходит к концу. Вы сегодня не только познакомились с законами Академии, но и проверили свое внимание. Давайте подведем итоги. Подойдите к Волшебному сундуку. Положите в него фишку – ваш "кристалл внимания". И, если хотите, скажите: "Сегодня я был внимателен, когда..." или "Мне было трудно, когда...". Кто хочет начать?» (Дети делятся. Психолог активно слушает, нормализует трудности: «Да, иногда сложно не отвлекаться, это нормально», «Ты молодец, что заметил это»).

Психолог: спасибо за вашу искренность! Вы отлично поработали сегодня. Ваши кристаллы внимания уже сияют ярче! (Закрывает сундук). На следующем занятии мы получим новый инструмент – Волшебный бинокль. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 3. «Волшебный бинокль»

Цель: тренировка концентрации внимания на одном объекте.

Задачи:

- Развивать устойчивость зрительного фокуса.
- Формировать навык игнорирования отвлекающих стимулов.
- Упражнять в концентрации на деталях.

- Закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: картонные «бинокли», карточки с узорами, колокольчик, бумага, карандаши.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже автоматически помните ритуал – это значит, ваше внимание становится привычкой. Сегодня в Академии нас ждет новый инструмент – Волшебный бинокль. Он помогает видеть то, что другие не замечают, и не отвлекаться на лишнее. Но сначала – разминка для наших глаз.

2. Разминка. Игра «Найди цвет» (4 мин.)

Цель: активизация зрительного поиска, переключения внимания между объектами.

Инструкция: сделайте, пожалуйста, бинокли из своих пальцев (показывает). Посмотрите вокруг через свой бинокль. Ваша задача: найти 3 предмета красного цвета. Назовите их шепотом, чтобы не мешать другим. У вас есть 1 мин.. Начинаем!

Ход игры: дети ищут предметы. Психолог ходит, мягко направляет: «Посмотри на полку», «А что на стене?». Через 1 мин. дает сигнал: «Время вышло! Кто нашел 3 предмета? Поднимите руку.

Психолог: молодцы! Вы быстро находили красные предметы. Ваш зрительный поиск работает как настоящий волшебный радар!

3. Основная часть. Игра «Хранитель узора» (8 мин.)

Цель: развитие устойчивости зрительного внимания, тренировка фиксации взгляда, перевод внешнего контроля во внутренний.

Инструкция: у каждого из вас есть волшебный бинокль (раздает трубочки). Я покажу вам древний узор через бинокль. Ваша задача: смотреть на узор 30 секунд, не отводя взгляд. Запомните каждую линию, каждый завиток. Готовы? Начали: раз, два, три... (показывает карточку 30 секунд).

Стоп! Теперь закройте глаза. Представьте узор перед собой. Воспроизведите его в воздухе пальцем. Теперь нарисуйте на бумаге.

Ход игры: дети смотрят, затем рисуют. Психолог наблюдает: кто закрывает глаза, кто пытается рисовать сразу, кто отвлекается. Не оценивает точность рисунка, хвалит за усилие: «Вижу, ты старался вспомнить каждую линию».

Психолог: молодцы! Вы были настоящими хранителями узора. Даже если рисунок не получился точным – главное, вы тренировали свое внимание.

4. Основная часть. Игра «Тишина в зале» (7 мин.)

Цель: концентрация внимания в условиях отвлекающих факторов, тренировка торможения произвольных реакций.

Инструкция: смотрите, пожалуйста, на эту точку на стене (показывает). Ваша задача: не отводить взгляд от точки, пока я не позвоню в колокольчик. Я буду ходить вокруг, шуршать бумагой, тихо говорить. Но вы – волшебники, вы умеете не отвлекаться. Готовы? Начали!

Ход игры: психолог создает легкий шум (ходит, шуршит, тихо напевает) в течение 2 мин.. Дети удерживают взгляд. Затем звонит в колокольчик.

Психолог: отлично! Вы справились с испытанием. Что помогало вам не отвлекаться? (Дети делятся: «Я думал о точке», «Я дышал глубоко»). Эти приемы – ваши волшебные заклинания против отвлечения. Запомните их.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с биноклем подходит к концу. Вы сегодня тренировали свою устойчивость – это как мышца, которая становится сильнее с каждым упражнением. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Ваш бинокль стал сильнее, а внимание – устойчивее. На следующем занятии мы откроем Сундук с сокровищами. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 4. «Сундук с сокровищами»

Цель: развитие объема внимания через запоминание множества объектов.

Задачи:

- Увеличить количество объектов, удерживаемых в поле внимания.
- Развивать зрительную память как основу объема внимания.
- Тренировать скорость восприятия.
- Формировать навык группировки информации.

Оборудование: красивая коробка («Сундук»), 10–15 мелких предметов (ключ, пуговица, фигурка, камешек, монета, бусина и т.д.), ткань для накрытия, бумага, карандаши, таймер.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии нас ждет древний Сундук с сокровищами. Но сокровища исчезнут, если моргнуть! Будьте внимательны. Но сначала – разминка для наших ушей.

2. Разминка. Игра «Хлоп-Топ» (4 мин.)

Цель: переключение слухового внимания, торможение автоматических реакций.

Инструкция: я буду называть волшебные слова. На слово "магия" – хлопайте в ладоши. На слово "чудеса" – топайте ногами. Я буду путать вас, говорить быстро. Будьте внимательны! Начинаем: магия! (хлопают). Чудеса! (топают). Магия! Чудеса! Магия-чудеса-магия...

Ход: психолог называет слова вразброс, ускоряя темп. Через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! Вы не путали хлопки с топотом, даже когда я ускорялся. Ваше слуховое внимание работает как настоящий волшебный фильтр!

3. Основная часть. Игра «Что в сундуке?» (8 мин.)

Цель: развитие объема зрительного внимания, тренировка одновременного удержания нескольких стимулов.

Инструкция: я выложу предметы из сундука на стол. Ваша задача: смотреть 10 секунд и запомнить как можно больше предметов. Не называйте их вслух, запоминайте про себя. Готовы? Начали: раз, два... десять – стоп! (Накрывает сундук тканью). Теперь назовите все предметы, которые запомнили. Я буду записывать.

Ход игры: психолог выкладывает 5 предметов, дети смотрят 10 секунд, затем называют. Записывает на доске. Повторяет игру, увеличивая количество предметов до 7–9. Хвалит за количество названных: «Ого, 6 предметов – отлично!».

Психолог: вы запомнили много сокровищ! Что помогало вам не забыть предметы? (Дети делятся: «Повторял про себя», «Группировал: все круглое вместе»). Эти приемы – ваши волшебные заклинания для памяти.

4. Основная часть. Игра «Исчезновение» (7 мин.)

Цель: тренировка удержания зрительного образа в памяти, развитие концентрации.

Инструкция: смотрите на предметы в сундуке. Запоминайте. Теперь – закройте глаза. (Убирает один предмет). Готово! Откройте глаза. Чего не стало? Поднимите руку, кто заметил.

Ход игры: психолог убирает 1 предмет, дети называют. Повторяет 2–3 раза, меняя предметы.

Психолог: отлично! Вы заметили исчезновение. Ваш зрительный образ стал четким, как волшебное зеркало.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с сундуком подходит к концу. Вы сегодня тренировали объем внимания – это как расширять волшебный мешок, в который помещается все больше сокровищ. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Ваш объем внимания растет, как волшебная сила. На следующем занятии мы станем детективами и будем искать отличия. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 5. «Поиск отличий»

Цель: развитие способности удерживать эталон и сравнивать объекты (концентрация + объем).

Задачи:

- Совершенствовать навык сравнения объектов.
- Развивать устойчивость внимания при работе с деталями.
- Формировать навык самопроверки.
- Закрепить переход от внешней проверки к внутренней.

Оборудование: парные картинки с 5–7 различиями (распечатки), лупы (игрушечные или картонные), карандаши, таймер, бланки для самопроверки.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего ритуала. Сегодня в Академии мы станем детективами. Маги должны быть внимательными: замечать малейшие отличия в заклинаниях. Но сначала – разминка для нашего логического мышления.

2. Разминка. Игра «Найди лишнее» (4 мин.)

Цель: активизация категоризации, аналитического внимания.

Инструкция: я назову 4 слова. Три подходят друг другу, одно – лишнее. Ваша задача: хлопнуть, когда услышите лишнее. Пример: стол, стул, шкаф, яблоко. (Дети хлопают на «яблоко»). Готовы? Начинаем: кошка, собака, корова, книга...»

Ход игры: психолог называет наборы слов (животные/предметы, цвета/фрукты и т.д.). Дети хлопают на лишнее. Через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! Вы быстро находили лишнее. Ваше аналитическое внимание работает как настоящий волшебный сканер!

3. Основная часть. Игра «Два свитка» (10 мин.)

Цель: развитие концентрации и объема внимания через сравнение, тренировка удержания эталона в памяти.

Инструкция: у вас на парте две картинки – два волшебных свитка. Они почти одинаковые, но в одном спрятано 5 ошибок волшебника. Ваша задача: найти отличия и обвести их кружком. У вас есть 5 мин.. Используйте лупу, если нужно. Начинаем!

Ход игры: дети работают самостоятельно. Психолог ходит, мягко направляет: «Сравнивай по частям: сначала верх, потом низ», «Не торопись, главное – точно». Через 5 мин. дает сигнал: «Время вышло! Положите карандаши».

Психолог: молодцы! Вы нашли много отличий. Теперь – проверим себя.

4. Основная часть. Игра «Проверка заклинания» (5 мин.)

Цель: развитие самоконтроля, перевод внешней проверки во внутреннюю.

Инструкция: поменяйтесь, пожалуйста, листочками с соседом. Ваша задача: проверить, правильно ли он нашел отличия. Используйте лупу. Если нашли ошибку – аккуратно обведите ее другим цветом. Будьте внимательны и добры друг к другу».

Ход игры: дети проверяют работы друг друга. Психолог помогает, если возникают споры: «Посмотрите еще раз вместе».

Психолог: отлично! Вы были внимательны и к своей работе, и к работе друга. Проверка – это тоже часть волшебства.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие детективов подходит к концу. Вы сегодня тренировали не только внимание, но и самоконтроль – это как стать своим собственным волшебным зеркалом. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли весь блок "Зоркий глаз". Ваш взгляд стал острым, как у настоящего волшебника. На следующем

занятия мы начнем новый блок – "Быстрый ум". До встречи в Академии!
Ритуал завершения.

БЛОК 2. «БЫСТРЫЙ УМ» (Устойчивость и переключаемость внимания)

Цель блока: развитие способности длительно удерживать внимание вопреки помехам и быстро менять программу действий.

Принципы реализации: постепенный переход от внешней сигнальной регуляции к внутреннему самоконтролю; усложнение от простых переключений по сигналу к гибкой смене установок; эмоциональная поддержка через игровой сюжет «Академии Волшебников».

Занятие 6. «Запомни заклинание»

Цель: развитие устойчивости слухового внимания и способности удерживать последовательности стимулов.

Задачи:

- Увеличить объем слуховой памяти через удержание цепочек.
- Тренировать устойчивость внимания к вербальным и ритмическим стимулам.
- Формировать навык вербальной саморегуляции (повторение про себя).
- Закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: карточки с изображениями «заклинаний» (символы), барабан или бубен, бумага, карандаши, таймер, коробка «Волшебный сундук», фишки.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы будем учить волшебные заклинания. Но они

сложные, нужно запомнить каждое слово. Но сначала – разминка для наших ушей.

2. Разминка. Игра «Эхо» (4 мин.)

Цель: активизация слухового внимания, тренировка кратковременной памяти.

Инструкция: я буду говорить волшебные слова, а вы – повторять их точно, как эхо. Если я скажу одно слово – вы повторяете одно. Если два – вы повторяете два. Будьте внимательны! Начинаем: магия... (дети: магия). Волшебство чудо... (дети: волшебство чудо).

Ход игры:

Психолог называет цепочки слов (от 1 до 4 слов). Дети повторяют. Через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! Вы точно повторяли слова. Ваше слуховое внимание работает как настоящая волшебная запись!

3. Основная часть. Игра «Совет волшебников» (8 мин.)

Цель: развитие устойчивости слухового внимания, тренировка удержания последовательности.

Инструкция: я продиктую вам секретное заклинание из символов. Слушайте внимательно, не записывайте. Я скажу: "Круг, квадрат, треугольник". Ваша задача: запомнить порядок и нарисовать его на бумаге. Готовы? Начали: Круг, квадрат, треугольник. (Пауза 5 сек.). Теперь рисуйте.

Ход игры: психолог диктует цепочки (3–5 символов). Дети рисуют. Постепенно увеличивает длину цепочки до 5–7 элементов. Хвалит за точность порядка.

Психолог: вы запомнили сложные последовательности! Что помогало вам не перепутать порядок? (дети делятся: «Повторял про себя», «Представлял картинку»). Эти приемы – ваши волшебные ключи к памяти.

4. Основная часть. Игра «Ритм дракона» (7 мин.)

Цель: тренировка устойчивости слухового внимания, развитие чувства ритма.

Инструкция: слушайте ритм, который я отобью на барабанах. Ваша задача: повторить его точно хлопками. Если я отобью быстро – вы хлопаете быстро. Если медленно – медленно. Будьте внимательны к паузам.

Ход игры: психолог отбивает ритмы (2–4 хлопка с паузами). Дети повторяют. Усложняет ритм.

Психолог: отлично! Вы услышали каждый удар. Ваше внимание стало острым, как уши эльфы.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с заклинаниями подходит к концу. Вы сегодня тренировали слуховое внимание – это как настройка волшебной радиоволны. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли весь блок "Зоркий глаз". Ваш слух и глаз стали острыми. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 7. «Тишина в библиотеке»

Цель: развитие устойчивости внимания в условиях отвлекающих факторов.

Задачи:

- формировать навык концентрации в условиях шума.
- развивать тормозные функции контроля.
- упражнять в удержании инструкции при отвлекающих стимулах.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: карточки с лабиринтами, карандаши, источники шума (колокольчик, шуршащая бумага, музыка), таймер.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы посетим волшебную библиотеку. Там нужно работать в тишине, но вокруг будет шум. Ваша задача – не отвлекаться. Но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Запретное слово» (4 мин.)

Цель: активизация тормозных функций, тренировка контроля.

Инструкция: я буду задавать вам вопросы. Вы должны отвечать быстро. Но есть запретное слово – "нет". Его нельзя говорить. Вместо него придумайте другой ответ. Например: "Ты спишь?" – "Конечно, бодрствую!". Начинаем: Ты хочешь играть?

Ход игры: психолог задает вопросы, дети отвечают без слова «нет». Через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! Вы удержались от запретного слова. Ваше торможение работает как волшебный замок!

3. Основная часть. Игра «Лабиринт в шуме» (10 мин.)

Цель: развитие концентрации внимания в условиях отвлекающих факторов.

Инструкция: перед вами лабиринт. Ваша задача: провести линию от входа до выхода, не заходя за стенки. Но я буду создавать шум: звенеть колокольчиком, шуршать бумагой. Ваша задача – не отвлекаться на звук, смотреть только на лабиринт. Начинаем!

Ход игры: дети рисуют. Психолог создает умеренный шум (2–3 мин.). Наблюдает, кто отвлекается, кто продолжает работу.

Психолог: вы справились с шумом! Что помогало вам не обернуться на звук? (дети делятся: «Смотрел только на линию», «Думал о выходе»). Эти приемы – ваши щиты от помех.

4. Основная часть. Игра «Слушай и рисуй» (5 мин.)

Цель: тренировка устойчивости слухового внимания при визуальной нагрузке.

Инструкция: продолжайте рисовать узор в лабиринте. Но теперь слушайте меня. Когда я скажу "стоп" – остановите карандаш. Когда я скажу "старт" – продолжайте. Я буду говорить неожиданно.

Ход игры: психолог подает сигналы «стоп/старт» через неравные промежутки времени. Дети реагируют.

Психолог: отлично! Вы слушали и рисовали одновременно. Ваше внимание стало гибким и устойчивым.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие в библиотеке подходит к концу. Вы сегодня тренировали концентрацию вопреки шуму – это как магия тишины внутри себя. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли первое испытание блока "Быстрый ум". На следующем занятии мы будем менять маршруты. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 8. «Перемена маршрута»

Цель: развитие способности быстро переключаться между разными правилами деятельности.

Задачи:

- формировать навык быстрого переключения внимания.
- развивать когнитивную гибкость.
- упражнять в удержании новой инструкции вместо старой.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: карточки с геометрическими фигурами разных цветов, таймер, свисток или колокольчик.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы будем менять маршруты. Маги должны уметь быстро перестраиваться. Но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Светофор» (4 мин.)

Цель: активизация переключения внимания по сигналу.

Инструкция: я буду показывать цвета карточек. На красный – хлопаем. На желтый – топаем. На зеленый – тишина. Цвета будут меняться быстро. Будьте внимательны! Начинаем!

Ход игры: психолог показывает карточки вразброс. Дети реагируют. Ускоряет темп.

Психолог: молодцы! Вы быстро переключались между сигналами. Ваше внимание работает как настоящий светофор!

3. Основная часть. Игра «Меняем правило» (10 мин.)

Цель: развитие гибкости внимания, тренировка смены программы действий.

Инструкция: перед вами карточки с фигурами. Сначала сортируйте их по цвету: красные сюда, синие туда. (Через 1 мин.). Стоп! Новое правило: сортируйте по форме: круги сюда, квадраты туда. Еще через мин.: а теперь – по размеру! Правило меняется – будьте внимательны!

Ход игры: дети сортируют. Психолог подает сигналы о смене правила каждые 1–2 мин.. Наблюдает за скоростью адаптации.

Психолог: вы справились с переменами! Что было труднее: запомнить правило или переключиться на новое? (дети делятся). Переключение – это как поворот на дороге, нужно быть осторожным.

4. Основная часть. Игра «Наоборот» (5 мин.)

Цель: тренировка торможения прямой ассоциации, развитие переключения.

Инструкция: я буду показывать фигуры. Если я покажу большую – вы говорите "маленькая". Если маленькую – вы говорите "большая". Если круг – "квадрат". Если квадрат – "круг". Будьте внимательны, не ошибитесь!

Ход игры: психолог показывает фигуры, дети называют противоположности. Темп умеренный.

Психолог: отлично! Вы говорите наоборот. Ваше мышление стало гибким, как волшебная лоза.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с маршрутами подходит к концу. Вы сегодня тренировали переключение – это как менять заклинания на лету. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли второе испытание. На следующем занятии мы войдем в Лабиринт дракона. До встречи в Академии!
Ритуал завершения.

Занятие 9. «Лабиринт дракона»

Цель: развитие устойчивости концентрации при выполнении сложного, длительного задания.

Задачи:

- формировать навык удержания внимания на протяжении 10–15 мин..
- развивать настойчивость в достижении цели.
- упражнять в самоконтроле при выполнении монотонной работы.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: распечатки сложных лабиринтов, карандаши, таймер, «карта дракона» (большая схема на доске).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы войдем в Лабиринт дракона. Там нужно идти долго и не сворачивать. Но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Змейка» (4 мин.)

Цель: активизация моторного внимания, координации.

Инструкция: встаньте в цепочку друг за другом. Положите руки на плечи впереди стоящему. Мы – волшебная змейка. Я буду вести ее: влево, вправо, присесть, встать. Ваша задача: двигаться дружно, не разрывая цепь.

Ход игры: психолог ведет «змейку» по комнате. Дети следят за движениями ведущего и соседа.

Психолог: молодцы! Вы двигались как одно целое. Ваше внимание было направлено на соседа и на путь.

3. Основная часть. Игра «Путь дракона» (12 мин.)

Цель: развитие устойчивости концентрации, тренировка настойчивости.

Инструкция: перед вами карта лабиринта. Ваша задача: провести линию от входа до логова дракона. Путь сложный, много поворотов. Нельзя отрываться от линии и нельзя заходить за стенки. У вас есть 10 мин.. Если устали – отдохните 5 секунд, но не бросайте. Начинаем!

Ход игры: дети работают индивидуально. Психолог следит за временем, напоминает: «Осталось 5 мин.», «Вы близко к цели». Хвалит тех, кто продолжает работать.

Психолог: вы прошли лабиринт! Кто дошел до конца? Поднимите руки. (Большинство поднимает). Это значит, вы умеете держать цель долго. Это важное качество волшебника.

4. Основная часть. Игра «Проверка пути» (3 мин.)

Цель: развитие самоконтроля, оценка результата.

Инструкция: теперь проверьте свой путь. Проведите пальцем по линии еще раз. Если где-то вышли за стенку – обведите это место красным. Это не ошибка, это место для тренировки.

Ход игры: дети проверяют работы. Психолог помогает найти места, где внимание ослабло.

Психолог: отлично! Вы нашли свои места силы. Там, где линия вышла за стенку, ваше внимание немного устало. В следующий раз там будет крепче.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие в лабиринте подходит к концу. Вы сегодня тренировали устойчивость – это как держать меч обеими руками долго. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли третье испытание. На следующем занятии мы станем хамелеонами. До встречи в Академии! Ритуал завершения: Внимание – наш дар.

Занятие 10. «Цветовой хамелеон»

Цель: развитие гибкости мышления через переключение между признаками объектов (цвет, форма).

Задачи:

- формировать навык переключения внимания между разными свойствами стимулов.
- развивать скорость реакции на измененные правила.
- упражнять в торможении предыдущей установки.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: карточки с фигурами разных цветов и форм, таймер, сигнальная карточка («цвет»/«форма»).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы будем меняться как хамелеоны. Маги должны видеть разные свойства предметов. Но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Назови свойство» (4 мин.)

Цель: активизация внимания к признакам объектов.

Инструкция: я буду показывать карточку. Вы называете только цвет. Например: красный круг – вы говорите "красный". Синий квадрат – "синий". Быстро! Начинаем!

Ход игры: психолог показывает карточки, дети называют цвет. Через 1 мин. меняет инструкцию: «Теперь называйте только форму!».

Психолог: молодцы! Вы видели и цвет, и форму. Ваше внимание многогранное, как кристалл!

3. Основная часть. Игра «Переключатель» (10 мин.)

Название игры: «Переключатель»

Цель: развитие гибкости внимания, тренировка смены установки.

Инструкция: перед вами карточки. Когда я подниму синюю сигнальную карточку – вы сортируете фигуры по цвету. Когда я подниму красную

карточку – вы сортируете по форме. Я буду менять сигналы неожиданно. Будьте внимательны!

Ход игры: дети сортируют. Психолог меняет сигналы каждые 30–60 сек.. Наблюдает за ошибками при переключении.

Психолог: вы справились с переключением! Когда было труднее: когда сигнал менялся часто или редко? (дети делятся). Частая смена требует большой концентрации.

4. Основная часть. Игра «Лишний признак» (5 мин.)

Цель: тренировка избирательности внимания.

Инструкция: я назову три признака предмета. Один лишний. Например: красный, круглый, вкусный. Лишний – вкусный, потому что это не видно глазами. Хлопните, когда услышите лишний.

Ход игры: психолог называет наборы признаков. Дети хлопают на лишний.

Психолог: отлично! Вы выделяли главное. Ваше внимание стало избирательным, как линза.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с хамелеонами подходит к концу. Вы сегодня тренировали гибкость – это как менять заклинания в бою. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли весь блок "Быстрый ум". Ваш ум стал быстрым и гибким. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

БЛОК 3. «МУДРЫЙ КОНТРОЛЬ» (Распределение и саморегуляция внимания)

Цель блока: обучение выполнению двух действий одновременно и самостоятельному контролю ошибок.

Принципы реализации: переход от внешней регуляции (сигналы, образцы, правила) к внутреннему самоконтролю; постепенное усложнение от

парного взаимодействия к групповой координации; эмоциональная поддержка через сюжет «Академии Волшебников».

Возраст: 7–10 лет. Время занятия: 25–30 мин..

Занятие 11. «Жонглирование шарами»

Цель: развитие способности выполнять два действия одновременно (распределение внимания).

Задачи:

- формировать навык распределения внимания между двумя задачами.
- развивать координацию действий.
- упражнять в удержании двух программ в рабочей памяти.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: мячики (или клубки ниток), карточки с цифрами, карандаши, бумага, таймер.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы будем жонглировать. Маги должны уметь делать два дела сразу. Но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Руки-ноги» (4 мин.)

Цель: активизация распределения внимания между частями тела.

Инструкция: правой рукой хлопайте по колену.левой рукой гладьте себя по голове. Одновременно! Попробуйте. Если трудно – замедлитесь. Начинаем!

Ход игры: дети пробуют выполнять разные движения разными конечностями одновременно. Психолог помогает тем, у кого не получается.

Психолог: молодцы! Вы делали два движения сразу. Ваше внимание разделилось, как луч света на две части! Сейчас – главное испытание.

3. Основная часть. Игра «Счет и рисунок» (10 мин.)

Цель: развитие распределения внимания между моторной и интеллектуальной задачей.

Инструкция: возьмите карандаш. Ваша задача: рисовать непрерывную волнистую линию по бумаге. И одновременно вслух считать от 1 до 20. Не останавливайте руку, не сбивайтесь со счета. Начинаем!

Ход игры: дети выполняют задание. Психолог наблюдает: кто останавливает руку во время счета, кто сбивается. Через 3 мин. завершает.

Психолог: вы справились! Кто смог не остановить руку? Поднимите руки. (Дети поднимают). Это значит, ваше внимание научилось делиться. Это высший пилотаж!

4. Основная часть. Игра «Два зайца» (5 мин.)

Цель: тренировка удержания двух инструкций одновременно.

Инструкция: я дам два задания. Первое: запомнить число 5. Второе: запомнить цвет "синий". Через мин. я спрошу: какое число? Какой цвет? Ваша задача: удержать оба ответа.

Ход игры: психолог дает задания, отвлекает разговором на мин., затем спрашивает. Дети отвечают.

Психолог: отлично! Вы удержали оба ответа. Ваша память и внимание работают как два верных помощника.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие жонглеров подходит к концу. Вы сегодня тренировали распределение – это как держать два посоха одновременно. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы начали блок "Мудрый контроль". Ваше внимание стало многозадачным. На следующем занятии мы будем учиться останавливаться. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 12. «Стоп-волшебство»

Цель: развитие навыка импульсивного контроля, умения останавливаться по сигналу.

Задачи:

- формировать навык торможения произвольных реакций.
- развивать самоконтроль в ситуациях высокой активности.
- упражнять в удержании правила «стоп» вопреки импульсу.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: колокольчик или свисток, карточки с изображением «стоп» и «старт», мяч, таймер.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы будем учиться останавливаться. Маги должны уметь не только действовать, но и вовремя замереть. Но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Замри» (4 мин.)

Цель: активизация тормозных функций, тренировка остановки по сигналу.

Инструкция: я буду хлопать в ладоши. Пока я хлопаю – вы двигаетесь свободно. Как только я остановлюсь – вы замираете в той позе, в которой были. Кто пошевелится – тот волшебный лягушонок (шутливо). Начинаем!

Ход игры: психолог хлопает, дети двигаются. психолог резко останавливается, дети замирают. через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! Вы умеете останавливаться по сигналу. Ваше торможение работает как волшебный замок!

3. Основная часть. Игра «Стоп-сигнал» (10 мин.)

Цель: развитие самоконтроля, тренировка остановки вопреки импульсу.

Инструкция: я буду давать задания. Например: "Бегите к окну". Но если я подниму красную карточку "стоп" – вы должны остановиться, даже если очень хочется бежать. Будьте внимательны к сигналу! Начинаем: бегите к двери... (поднимает "стоп").

Ход игры: психолог дает команды на движение, периодически поднимает карточку «стоп». наблюдает, кто успевает остановиться, кто продолжает движение. через 5 мин. завершает.

Психолог: вы справились! что помогало вам остановиться, когда очень хотелось бежать? (дети делятся: «Увидел карточку», «Вспомнил правило»). эти приемы – ваши внутренние тормоза.

4. Основная часть. Игра «Тишина в движении» (5 мин.)

Цель: тренировка контроля импульса в игровой ситуации.

Инструкция: передавайте мяч по кругу. но если я скажу "тишина" – вы передаете мяч молча, без слов и звуков. если кто-то заговорит – мяч возвращается к нему. начинаем!

Ход игры: дети передают мяч. психолог подает сигнал «тишина». наблюдает за контролем речи и движений.

Психолог: отлично! вы удержались от слов, когда нужно было молчать. ваше самоконтроль стал крепче, как волшебная броня.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие со стоп-сигналом подходит к концу. вы сегодня тренировали самоконтроль – это как держать волшебную палочку, но не махать ею без нужды. давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! вы прошли второе испытание. На следующем занятии мы будем составлять план победы. до встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 13. «План победы»

Цель: развитие навыка планирования последовательности действий, целеполагания.

Задачи:

- формировать навык удержания цели и шагов к ее достижению.
- развивать способность к предварительному планированию.

- упражнять в самоконтроле при выполнении многошаговой инструкции.

- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: карточки с этапами «плана» (шаги), бумага, карандаши, таймер, «карта сокровищ» (схема).

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! вы уже чувствуете силу нашего круга. сегодня в Академии мы будем составлять план победы. маги должны знать, куда идут и как туда добраться. но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Цепочка действий» (4 мин.)

Цель: активизация внимания к последовательности, тренировка памяти на порядок.

Инструкция: я покажу три действия: хлопнуть, присесть, повернуться. запомните порядок. потом повторите точно так же. начинаем: (показывает). теперь вы!

Ход игры: психолог показывает цепочки из 3–4 действий. дети повторяют. через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! вы запомнили порядок действий. ваше внимание к последовательности работает как волшебная нить!

3. Основная часть. Игра «Карта сокровищ» (10 мин.)

Цель: развитие навыка планирования, тренировка удержания многошаговой инструкции.

Инструкция: перед вами карта сокровищ. чтобы найти клад, нужно выполнить 5 шагов: 1) нарисовать круг, 2) провести линию вправо, 3) нарисовать квадрат, 4) провести линию вниз, 5) нарисовать звезду. выполняйте шаги по порядку, не пропускайте. начинаем!

Ход игры: дети выполняют задание по карте. психолог наблюдает: кто следует плану, кто пропускает шаги. через 5 мин. завершает.

Психолог: вы прошли по карте! кто выполнил все 5 шагов? поднимите руки. (дети поднимают). это значит, вы умеете держать план в голове. это важное качество стратега.

4. Основная часть. Игра «Свой план» (5 мин.)

Цель: развитие самостоятельного целеполагания, перевод внешнего плана во внутренний.

Инструкция: теперь придумайте свой план из 3 шагов. например: 1) взять карандаш, 2) нарисовать дом, 3) раскрасить крышу. расскажите план соседу. он выполнит ваш план. начинаем!

Ход игры: дети придумывают и озвучивают планы. партнеры выполняют. психолог помогает, если план непонятен.

Психолог: отлично! вы составили и выполнили планы. ваше планирование стало самостоятельным, как у настоящего волшебника. Теперь – немного отдохнем.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с планом подходит к концу. вы сегодня тренировали целеполагание – это как знать, куда летит волшебная стрела. давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! вы прошли третье испытание. На следующем занятии мы посмотрим в Зеркало правды. до встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 14. «Зеркало правды»

Цель: развитие навыка самопроверки, рефлексии своих действий и ошибок.

Задачи:

- формировать навык оценки результата своей деятельности.
- развивать способность видеть и исправлять ошибки.
- упражнять в самоконтроле без внешней подсказки.
- закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: зеркала (игрушечные или картонные), бланки с заданиями, карандаши, образцы для самопроверки, таймер.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! вы уже чувствуете силу нашего круга. сегодня в Академии мы посмотрим в Зеркало правды. маги должны видеть свои ошибки, чтобы стать сильнее. но сначала – разминка.

2. Разминка. Игра «Найди ошибку» (4 мин.)

Цель: активизация внимания к деталям, тренировка поиска несоответствий.

Инструкция: я покажу рисунок с ошибкой. например: дом без крыши. ваша задача: хлопнуть, когда увидите ошибку, начинаем: (показывает рисунки).

Ход игры: психолог показывает рисунки с 1 ошибкой. дети хлопают при обнаружении. через 2–3 мин. завершает.

Психолог: молодцы! вы нашли ошибки. ваше внимание к деталям работает как волшебная лупа!

3. Основная часть. Игра «Проверь себя» (10 мин.)

Цель: развитие навыка самопроверки, тренировка оценки своего результата.

Инструкция: перед вами задание: соединить точки по порядку. выполните его. затем возьмите образец и проверьте себя: совпадает ли ваш рисунок с образцом? если нет – обведите место ошибки красным. начинаем!

Ход игры: дети выполняют задание, затем проверяют по образцу. психолог наблюдает: кто тщательно проверяет, кто пропускает ошибки.

Психолог: вы проверили себя! кто нашел свои ошибки? поднимите руки. Это значит, вы умеете видеть свои недочеты. это важное качество мудреца.

4. Основная часть. Игра «Зеркало» (5 мин.)

Цель: развитие рефлексии, перевод внешней оценки во внутреннюю.

Инструкция: возьмите зеркало. посмотрите в него. скажите себе одно хорошее слово за то, что вы сделали сегодня на занятии. например: "я был внимателен", "я проверил себя". начинаем!

Ход игры: дети смотрят в зеркало, говорят себе доброе слово. психолог создает атмосферу принятия.

Психолог: отлично! вы сказали себе доброе слово. ваша рефлексия стала теплой, как волшебный свет.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше занятие с зеркалом подходит к концу. вы сегодня тренировали самопроверку – это как видеть себя глазами мудрого наставника. давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! вы прошли весь блок "Мудрый контроль". Ваш самоконтроль стал мудрым. Ритуал завершения.

Занятие 15. «Мудрый совет»

Цель: интеграция распределения внимания и саморегуляции в командной деятельности.

Задачи:

- Тренировать распределение внимания между своей задачей и действиями партнера.
- Развивать переключаемость в условиях групповой динамики.
- Формировать навыки кооперации и взаимного контроля.
- Закрепить ритуалы начала и завершения.

Оборудование: большие листы бумаги, маркеры, карточки с «кодами», таймер, коробка «Волшебный сундук», фишки.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! вы уже чувствуете силу нашего круга. сегодня в Академии нас ждет Испытание советом мудрецов. это последнее испытание перед получением сертификата. но сначала – разминка.

Разминка. Игра «Общий ритм» (4 мин.)

Цель: синхронизация группы, настрой на совместную деятельность.

Инструкция: встаньте в круг. Вместе отбиваем ритм хлопками. Я задаю темп, вы поддерживаете. Главное – слышать друг друга и не сбиваться. Начинаем!

Ход игры: дети вместе отбивают ритм. Психолог меняет темп (быстрее/медленнее).

Психолог: молодцы! Вы слышали друг друга. Внимание к команде работает как волшебная связь!

3. Основная часть. Игра «Совместный рисунок» (10 мин.)

Цель: развитие распределения внимания между своим действием и действиями партнера.

Инструкция: вы в парах рисуете один рисунок одним карандашом по очереди. Главное – следить, что рисует партнер, и продолжать его идею. Создавайте вместе! Начинаем!

Ход игры: дети в парах рисуют одним карандашом по очереди. Задача: создать целостное изображение, следя за действиями другого. Время – 5 мин. на рисунок.

Психолог: вы создали вместе! Распределение внимания стало командным. Вы научились удерживать и свою идею, и идею друга.

4. Основная часть. Игра «Командный код» (5 мин.)

Цель: тренировка переключаемости и распределения в условиях групповой задачи.

Инструкция: вашей команде дан код: хлопок-топ-прыжок. Выполняйте синхронно. Через 2 повторения код меняется. Будьте готовы переключиться вместе! Начинаем!

Ход игры: группа выполняет код синхронно. Через 2 повторения психолог меняет последовательность. Усложнение: две подгруппы выполняют разные коды одновременно.

Психолог: отлично! Вы переключались вместе. Ваше внимание стало гибким и командным.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше командное занятие подходит к концу. Вы сегодня показали, как работаете вместе. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли весь блок "Мудрый контроль". Ваше внимание стало многозадачным и мудрым. На следующем занятии нас ждет Великий финал. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

БЛОК 4. «ВЕЛИКИЙ ФИНАЛ» (Закрепление и интеграция)

Цель блока: интеграция всех развитых свойств внимания, оценка динамики, эмоционально положительное завершение программы.

Принципы реализации: переход от индивидуальной к командной деятельности, игровая подача итогового оценивания, создание ситуации успеха, этичное завершение профессионального взаимодействия.

Возраст: 7–10 лет. Время занятия: 25–30 мин..

Занятие 16. «Испытание советом»

Цель: комплексная игровая практика всех развитых свойств внимания в условиях измененных правил, создание ситуации успеха.

Задачи:

- Закрепить навыки концентрации, объема, переключаемости и распределения в едином игровом контексте.
- Сформировать осознание личного прогресса за курс.
- Подготовить эмоциональную базу для завершающих занятий.

Оборудование: бланки «Свиток Совета Мудрецов» (с комбинированными заданиями), цветные карандаши, таймер, карточки с символами, коробка «Волшебный сундук», фишки-«кристаллы».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня нас ждет Испытание Советом Мудрецов. Это не обычный урок, а проверка того, как выросли ваши волшебные способности. Но сначала – разминка для памяти.

2. Разминка. Игра «Вспомни все» (4 мин.)

Цель: активизация памяти на пройденный материал, настрой на итоговую работу.

Инструкция: я буду называть игры, в которые мы играли за курс. Если вы помните игру – хлопните в ладоши. Например: "Волшебный бинокль" (дети хлопают), "Сундук с сокровищами" (хлопают). Начинаем!

Ход игры: психолог называет 8–10 игр из курса вразброс. Дети реагируют хлопком.

Психолог: молодцы! Вы помните почти все. Ваше внимание к пройденному работает как волшебная книга!

3. Основная часть. Игра «Совет мудрецов» (12 мин.)

Цель: интеграция навыков устойчивости, объема и переключения внимания в измененных условиях.

Инструкция: перед вами свиток Совета Мудрецов. Он содержит три части. Первая: обведите все буквы "а" синим карандашом, а все "о" – красным. Вторая: я продиктую 5 слов, запомните их и запишите. Третья: нарисуйте узор из 6 элементов по памяти за 1 мин.. У вас 10 мин. на все. Начинаем!

Ход игры: дети выполняют задания последовательно. Психолог засекает время, мягко напоминает: «Осталось 2 мин.», «Дышите ровно, вы справляетесь». Не комментирует правильность во время выполнения. По истечении времени подает сигнал.

Психолог: вы справились с испытанием! Совет Мудрецов доволен вашей работой.

4. Основная часть. Игра «Мой успех» (3 мин.)

Цель: рефлексия пройденного пути, фиксация личных достижений.

Инструкция: напишите или нарисуйте на листочке одно дело, которое у вас получилось лучше всего за весь курс. Это ваш личный успех. Начинаем!»

Ход игры: дети рисуют или пишут. Психолог подходит, при необходимости помогает сформулировать мысль.

Психолог: отлично! Вы увидели свой успех. Это важно – знать, что у вас получается.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наше испытание подходит к концу. Вы сегодня показали, чему научились за курс. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли испытание Совета. На следующем занятии нас ждет Большой Квест. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 17. «Большой квест»

Цель: интеграция всех компонентов внимания в комплексной игровой деятельности.

Задачи:

- Закрепить навыки устойчивости, объема, переключения, распределения в едином контексте.
- Создать ситуацию совместного успеха через командное взаимодействие.
- Подготовить к церемонии завершения курса.

Оборудование: 4 станции квеста («Бинокль», «Сундук», «Лабиринт», «Зеркало»), маршрутные листы для команд, фишки, таймер, коробка «Волшебный сундук», фишки-«кристаллы».

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии нас ждет Большой Квест. Вы пройдете 4 станции и соберете все кристаллы. Но сначала – инструктаж.

2. Разминка. Игра «Собери команду» (4 мин.)

Цель: активизация группового взаимодействия, настрой на совместную работу.

Инструкция: разбейтесь на команды по 3–4 человека. Придумайте название команды и волшебный девиз. У вас есть 2 мин.. Начинаем!»

Ход игры: дети делятся, обсуждают, придумывают названия и девизы. Психолог помогает, если возникают трудности.

Психолог: молодцы! У вас получились сильные команды. Ваше внимание друг к другу работает как волшебная связь!

3. Основная часть. Игра «Четыре станции» (15 мин.)

Цель: интеграция навыков внимания в комплексных заданиях.

Инструкция: ваша команда получит маршрутный лист. На нем 4 станции: 1) Бинокль – запомнить и воспроизвести узор, 2) Сундук – найти отличия на картинке, 3) Лабиринт – пройти путь без ошибок, 4) Зеркало – проверить себя по образцу. На каждой станции вы получите фишку. Двигайтесь по порядку, помогайте друг другу. Начинаем!

Ход игры: команды проходят станции по очереди. На каждой станции задание выполняется за 3 мин.. Психолог контролирует время, дает подсказки только в случае полной остановки команды, следит за соблюдением правил сотрудничества.

Психолог: вы прошли все станции! Кто собрал 4 фишки? Поднимите руки. (Дети поднимают). Это значит, вы умеете применять все навыки внимания вместе. Это качество настоящего волшебника.

4. Основная часть. Игра «Наш путь» (3 мин.)

Цель: рефлексия командного опыта, фиксация общих успехов.

Инструкция: обсудите в команде: что получилось лучше всего? Что было труднее всего? Выберите одного представителя, который расскажет нам. Начинаем!

Ход игры: команды обсуждают 1 мин., представители делятся впечатлениями.

Психолог: отлично! Вы увидели и свои успехи, и трудности. Ваша рефлексия стала командной, как волшебный совет.

5. Рефлексия. Ритуал «Волшебный сундук» (3 мин.)

Психолог: наш большой квест подходит к концу. Вы сегодня показали, как работаете вместе. Давайте подведем итоги.

Психолог: спасибо за вашу работу! Вы прошли Большой Квест. (Закрывает сундук). На следующем занятии мы найдем Ключ от Сундука. До встречи в Академии! Ритуал завершения.

Занятие 18. «Праздник волшебников»

Цель: торжественное завершение курса, награждение, закрепление позитивного опыта.

Задачи:

- Создать ситуацию успеха и признания для каждого ребенка.
- Закрепить позитивный образ «Я-внимательный волшебник».
- Сформировать мотивацию к дальнейшему саморазвитию.
- Этично завершить профессиональные отношения.

Оборудование: сертификаты «Волшебник внимания», «кристаллы внимания», музыка для праздника, коробка «Волшебный сундук», фишки.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Организационный момент. Ритуал «Круг силы» (3 мин.)

Психолог после ритуала: отлично! Вы уже чувствуете силу нашего круга. Сегодня в Академии мы празднуем ваше превращение в настоящих волшебников внимания. Но сначала – праздничная разминка.

2. Разминка. Игра «Волшебный салют» (4 мин.)

Цель: создание праздничной атмосферы.

Инструкция: представьте, что вы запускаете волшебный салют. На счет "три" поднимите руки вверх и скажите: "Бум!". Начинаем: раз, два, три!

Ход игры: дети выполняют салют 2–3 раза. Психолог создает атмосферу радости, аплодирует.

Психолог: молодцы! Ваш салют был ярким, как ваше внимание!

3. Основная часть. Церемония «Волшебник внимания» (12 мин.)

Цель: признание успехов каждого ребенка.

Инструкция: я вызываю каждого из вас. Когда я назову ваше имя, выйдите в центр. Я вручу вам сертификат "Волшебник внимания" и ваш кристалл. Скажите одно слово о том, что вы чувствуете. Начинаем!

Ход игры: психолог по очереди вызывает детей, вручает сертификаты и кристаллы. Каждый говорит одно слово (радость, гордость, сила и т.д.). Психолог хвалит за конкретные достижения: «Ты научился не отвлекаться», «Ты стал внимательнее к деталям».

Психолог: вы все – настоящие волшебники! Ваши сертификаты – это подтверждение того, что вы научились управлять своим вниманием.

4. Основная часть. Игра «Пожелание другу» (5 мин.)

Цель: развитие эмпатии, закрепление групповой сплоченности.

Инструкция: подумайте о ком-то из группы. Скажите ему одно доброе пожелание. Например: "Я желаю тебе всегда быть внимательным". Начинаем!

Ход игры: дети по кругу говорят пожелания друг другу. Психолог следит, чтобы каждый получил пожелание, мягко направляет: «Говори от себя, гляди в глаза».

Психолог: отлично! Ваши пожелания – как волшебные заклинания добра. Запомните их и берегите».

5. Рефлексия. Прощальный ритуал (3 мин.)

Психолог: наш курс подходит к концу. Вы прошли большой путь от учеников до волшебников. Давайте подведем итоги. Подойдите к Волшебному сундуку в последний раз. Положите фишку – ваш "кристалл внимания".

Психолог: спасибо вам за этот удивительный путь! Вы – настоящие волшебники внимания. Помните: ваше внимание – ваша суперсила. Используйте ее каждый день. Наш прощальный ритуал.

Финальные слова: Академия Волшебников всегда открыта для вас. До новых встреч, дорогие волшебники!