КОМИТЕТ ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина

Факультет психологии

Кафедра общей и прикладной психологии

**РАЗРАБОТКА И ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ ПО РАЗВИТИЮ ВНИМАНИЯ**

**МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

ВЫПУСКНАЯ

КВАЛИФИКАЦИОННАЯ

РАБОТА

Студента МАЛАЩИНСКОЙ ОКСАНЫ ВЛАДИМИРОВНЫ

Направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Научный руководитель:

кандидат психологических наук, доцент Куницына И.А.

К защите допускаю:

Зав. кафедрой общей

и прикладной психологии

Маклаков А.Г.

«\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г.

 Санкт - Петербург

2017 год

Содержание

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc472274023)

[ГЛАВА 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 6](#_Toc472274024)

[1.1. Общая характеристика внимания как психического процесса 6](#_Toc472274025)

[1.2. Физиологические основы внимания 8](#_Toc472274026)

[1.3. Свойства внимания и их характеристика 11](#_Toc472274027)

[1.4. Виды внимания 16](#_Toc472274028)

[1.5. Общая характеристика детей младшего школьного возраста и особенности развития их внимания 20](#_Toc472274029)

[Выводы по 1 главе 27](#_Toc472274030)

[ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ 29](#_Toc472274031)

[2.1. Методологические принципы исследования 29](#_Toc472274032)

[2.2. Характеристика этапов исследования 30](#_Toc472274033)

[2.3. Характеристика выборки исследования 31](#_Toc472274034)

[2.4. Характеристика методов и методик исследования 32](#_Toc472274035)

[2.5. Методы статистического анализа данных 43](#_Toc472274036)

[ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ 45](#_Toc472274037)

[3.1. Анализ результатов диагностики свойств внимания младших школьников на этапе констатирующего эксперимента 45](#_Toc472274038)

[3.2. Анализ взаимосвязи свойств внимания и учебной успеваемости младших школьников 47](#_Toc472274039)

[3.3. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной и экспериментальной групп в начале формирующего эксперимента. 48](#_Toc472274040)

[3.4. Разработка программы по развитию внимания детей, обучающихся во втором классе общеобразовательной школы 50](#_Toc472274041)

[3.5. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной и экспериментальной групп после проведения развивающих занятий. 53](#_Toc472274042)

[3.6. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной группы в начале и в конце формирующего эксперимента. 54](#_Toc472274043)

[3.7. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых экспериментальной группы в начале и в конце формирующего эксперимента. 55](#_Toc472274044)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 56](#_Toc472274045)

[ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ 57](#_Toc472274046)

[ВЫВОДЫ 61](#_Toc472274047)

[СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 61](#_Toc472274048)

[ПРИЛОЖЕНИЕ 65](#_Toc472274049)

# ВВЕДЕНИЕ

У Николо Паганини было три ученика. Хотя они и были профессионалами, но начали брать у него уроки. И только через два года получили известность как виртуозы. А после этого у Паганини спросили, как ему это удалось. Он дал такой ответ: «Я научил их заниматься внимательно».

**Актуальность исследования**

Внимание младших школьников - это одно из основных условий эффективности учебно-воспитательного процесса. В процессе обучения, воспитания, деятельности и общения у школьника идёт процесс развития внимания. А виды его внимания образуют устойчивые сочетания, на основе которых формируется внимательность как свойство личности. Недостаточный уровень развития внимания довольно часто выступает как один из ведущих признаков, который препятствует не только усвоению знаний, но и формированию личности. Это лежит в основе школьной неуспеваемости, а особенно в младших классах. Учебные задания содержат много новой информации, а процесс их выполнения требует более длительного времени. Но, к сожалению, по своей форме процесс обучения не всегда является увлекательным и непринуждённым. И чтобы справиться со всем этим нужно уметь управлять своим вниманием и подчинять его своей воле.

Многие результаты психолого-педагогических исследований и наблюдений педагогов и родителей учащихся говорят нам о том, что каждый год выделяется группа детей, которые имеют низкий уровень развития внимания. И именно это является одной из основных причин их неуспеваемости в школе.

По мнению Ю.З. Гильбуха неуспеваемость можно разделить на общую и специфическую. Под общей неуспеваемостью он подразумевает стойкое отставание ученика по обоим основным предметам школьной программы (русскому языку и математике). Специфическая разновидность неуспеваемости затрагивает только один из этих предметов и может быть удовлетворительной или даже отличной успеваемостью по остальным предметам школьного курса. Общая и специфическая отставание определяет круг причинных факторов, которые являются предметом анализа в процессе определения причин различных трудностей [18].

Ряд трудностей в обучении младшего школьника выделили психологи А.Ф. Ануфриев и С.Н. Костромина. Основной из возможных психологических причин данных трудностей являются: слабая концентрация, низкий уровень объема и распределения внимания; низкий уровень развития кратковременной и долговременной памяти; низкая степень восприятия и произвольности; низкий уровень образного мышления [15]. Таким образом одной из основных причин трудностей в обучении можно отнести к недостаткам познавательной деятельности учащихся и плохого развития их психических процессов.

Поскольку в начальной школе происходит развитие всех познавательных процессов, то нужно, чтобы этот процесс протекал более интенсивно и эффективно. Поэтому необходимо сделать его более организованным. Для этого необходимо создать не только социальные условия, но и подобрать комплекс методик, наиболее эффективных, доступных и интересных детям.

Основной задачей данной работы является разработка универсальной развивающей программы, направленной на развитие внимания и связанных с ним других познавательных процессов младшего школьного возраста.

**Цель исследования**: разработка и оценка эффективности программы по развитию внимания у детей младшего школьного возраста.

В связи с этим были выдвинуты следующие **задачи исследования**:

1. Изучить внимание детей младшего школьного возраста.
2. Проанализировать взаимосвязь значений показателей отдельных свойств внимания и учебной успеваемости младших школьников.
3. Разработать программу по развитию внимания детей младшего школьного возраста.
4. Оценить эффективность программы по развитию внимания детей младшего школьного возраста.

**Объект исследования:** дети младшего школьного возраста, обучающихся во вторых классах общеобразовательной школы.

**Предмет исследования:** внимание детей младшего школьного возраста и возможности его развития за счет развивающей программы.

**Гипотеза исследования:** благодаря использованию авторской программы по развитию внимания младших школьников возможно достижение положительной динамики значений показателей отдельных свойств данного познавательного психического процесса у детей младшего школьного возраста.

**Практическое значение работы** определяется возможностью использовать полученные данные для практической деятельности школьного психолога в работе с обучающимися младших классов.

**Структура работы:** введение, три главы, заключение, практические рекомендации, выводы, список литературы, приложение.

# ГЛАВА 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

## 1.1. Общая характеристика внимания как психического процесса

Как известно, внимание в жизни каждого человека играет большую роль. Но не все знают, что существует довольно обширное количество его видов, форм и качеств, характеристики которых существенно отличаются друг от друга.

Внимание играет роль далеко не самостоятельного познавательного процесса, поскольку само по себе оно ничего не показывает и отдельно не существует. Однако, оно представляет собой один из важнейших компонентов в составе познавательной деятельности личности, так как создает и управляет функционированием. Любая познавательная деятельность проводится сознательно, поэтому внимание несёт в себе и функцию сознания.

Внимание является особым состоянием сознания. Благодаря ему направляются и сосредотачиваются различные познавательные процессы, чтобы более полно и четко отражать действительность. Также внимание тесно связано со многими сенсорными и умственными процессами. А больше всего заметна эта связь в ощущениях и многочисленных восприятиях.

Никакой другой психический процесс не упоминается так часто в повседневной жизни и не находит себе место с таким трудом в рамках психологических концепций, как внимание. Часто вниманием объясняются успехи в учебе и работе, а невниманием – ошибки, промахи и неудачи. Особенности внимания с необходимостью диагностируются при приеме детей в школу, при отборе для самой разной профессиональной деятельности, а также для определения текущего состояния человека.

В отечественной психологии проблема внимания рассматривалась с разных теоретических позиций. Самое фундаментальное значение имеют работы JI.C. Выготского, который рассматривал внимание в рамках культурно-исторической теории. Также работа Д.Н. Узнадзе, изучавшего внимание с позиции психологических установок, имели неоценимую пользу. Итак, можно выделить два основных направления или два взгляда на природу внимания, а соответственно и на условия, которые необходимы для его развития.

Первое направление представлено такими известными отечественными психологами как Б.Г. Ананьев, Ф.Н. Гоноболин, Н.Ф. Добрынин, C.JI. Рубинштейн, И.В. Страхов. Они определяют внимание как «направленность и сосредоточенность любой деятельности». Сторонники данной концепции не считают внимание самостоятельным процессом, а лишь стороной других процессов, в которых оно и проявляется.

Второе направление возникло хронологически позже и содержит в себе критическое отношение к первому направлению. Создателем данной концепции является выдающийся отечественный психолог П.Я. Гальперин. Он определяет внимание как «специальную деятельность контроля». Основные положения его концепции можно свести к следующим:

- Внимание является одним из моментов ориентировочно-психологического действия. Оно направленно на содержание образа и мысли другого феномена, имеющегося в данный момент в психике человека.

- Функция внимания представляет собой контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительская и контрольная части. Вот эта последняя часть и является вниманием как таковым.

- Деятельность контроля или внимания не имеет отдельного результата.

- Все конкретные виды внимания (произвольного и непроизвольного), с точки зрения внимания как деятельности психического контроля, являются результатом формирования новых умственных действий [15, с. 37].

Вообще, особенности внимания таковы, что оно является основным условием успешного результата любой интеллектуальной деятельности. Его функции представляют собой улучшение других видов работы, к которым оно фиксируется, но при этом оно не имеет своего специального деятельного продукта.

Кроме того, в некоторых источниках по психологии можно прочитать, что внимание является такой организацией психической деятельности, с помощью которой восприятия, ощущения, мысли осознаются яснее остальных, а последние отходят на второй план или вовсе не воспринимаются [13].

Таким образом, внимание является сознательным действием, которое направлено на обращение какого-либо объекта. Оно не зависит от присутствующих свойств этого предмета. Например, таких как привлекательность, внешние и внутренние его качества или даже интерес самого наблюдателя. Поэтому фиксируется оно благодаря самому человеку в зависимости от его деятельности. Если человек приблизительно знает, что такое внимание, то он понимает, что хороший результат и успех различной работы зависят именно от того, как правильно поставлена цель и как запланированы этапы по её достижению.

## 1.2. Физиологические основы внимания

Внимание можно определить как психофизиологический процесс или состояние, характеризующее динамические особенности познавательной деятельности. Они выражаются в её сосредоточенности на сравнительно узком участке внешней или внутренней действительности, которые на данный момент времени становятся осознаваемыми и концентрируют на себе психические и физические силы человека в течение определённого периода времени. Р.С. Немов считает, что внимание – это процесс сознательного или бессознательного (полусознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирования другой [35].

Центры нервной системы, что задействованы в работе когнитивных процессов, обеспечивается функционированием внимания, которые оно сопровождает.

Специальный нервный центр, отвечающий за осуществление этого процесса, отсутствует. А за возникновение зрительных, тактильных и других ощущений отвечают определенные участки коры головного мозга.

Ученые, изучавшие высшую нервную деятельность, выяснили, что нервные образования, расположенные в разных участках мозга, не могут иметь одинаковый уровень возбуждения или торможения. Поскольку когнитивные процессы протекающие в коре головного мозга выражают это в активности некоторых участков той или иной интенсивности [25, с. 88].

Учёные психологи и физиологи выделили психологическую характеристику внимания.

По утверждению И.П. Павлов о том, что если бы мы смогли посмотреть сквозь человеческий череп, а участки с оптимальной возбудимостью в головном мозге светились, то мы бы увидели с какой скоростью перемещается эта светящаяся точка по большим полушариям, совершая при этом разные ломаные фигуры.

Физиология под вниманием понимает нервную деятельность некоторого участка головного мозга, который на данный момент обладает оптимальной возбудимостью, в то же время другие участки имеют более низкую возбудимость.

Общая характеристика внимания, по мнению И.П. Павлова, состоит в том, что в местах оптимальной возбудимости легко устанавливаются новые условно рефлекторные связи и с успехом образуются новые дифференцировки. Именно эта особенность может объяснить четкость и отчетливость когнитивных процессов [1, с. 66-67].

Участки коры, где проявляется максимальная возбудимость, становится творческим местом в головном мозге.

В связи с получаемыми раздражениями различного характера в процессе деятельности, эти участки постоянно меняются. Также происходит изменение и постоянное перемещение участков с низким уровнем возбудимости [23, с. 100].

Связь в виде закона отрицательной индукции имеет такие места коры головного мозга, которые обладают высокой и низкой возбудимостью, характерного для такого психического процесса, как внимание.

Характеристики внимания обуславливаются действием этого физиологического закона. Он обуславливает сильное возбуждение одних участков коры головного мозга, а благодаря индукции вызывает процессы торможения или завершение нервного процесса, в общем. Поэтому в одних местах возникает оптимальная возбудимость, а в других – заторможенность [20, с. 84-85].

А.А. Ухтомский также занимался объяснением физиологических механизмов внимания. Этот ученый выдвинул теорию о принципе доминанты.

Согласно этому учению, в определенный момент в коре головного мозга возникает некий участок, характеризующийся высоким уровнем возбудимости, который доминирует над другими участками, угнетая их активность. Но возбудимость может усилиться и за счет идущих импульсов иного характера.

Ритмический слабый звук способен вызвать ориентировочный рефлекс в обычной ситуации, но в случае возникновения доминанты, связанной, например, с чтением книги, этот звук усилит внимание, а точнее его концентрацию.

Но если нервное возбуждение, находящееся в доминантном очаге, достигает своего максимального показателя, то импульсы иного характера приводят не к концентрации внимания, а к парабиотическому торможению [14, с. 100-101].

## 1.3. Свойства внимания и их характеристика

Внимание обладает определенными параметрами и особенностями. Эти особенности могут быть также характеристикой человеческих способностей и возможностей. Такими параметрами являются свойства внимания. Также у каждого свойства есть своя характеристика и основная функция.

Итак, основные характеристики внимания заключаются в следующих свойствах:

***Сосредоточенность или концентрация внимания***

Основная задача этих свойств заключена в том, что при помощи своего сознания, человек может выделить определённый объект и направить на него своё внимание.

*Сосредоточенность* – это «удержание» внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального. Эта особенность внимания обычно связана с глубоким интересом к деятельности, а также к какому-либо событию или факту. Степенью и силой сосредоточенности является концентрация или интенсивность внимания. При этом концентрация выступает как поглощение внимания одним объектом или одной деятельностью. Показателем интенсивности является невозможность отвлечь внимание от предмета деятельности посторонними раздражителями [28, с. 149].

Под сосредоточенностью прежде всего подразумевается большая или меньшая углублённость в деятельность [27, с. 355].

 Характеристика сосредоточенности внимания имеет резко выраженные признаки. Это может быть соответствующая поза, мимика, выразительный взгляд, быстрая реакция или даже торможение всех лишних движений. В то же время внешние признаки не всегда соответствуют действительному состоянию внимания. Так, например, тишина в классе может свидетельствовать как об увлечении какой-либо деятельностью, так и о полном равнодушии к происходящему.

А.А. Ухтомский полагал, что концентрация внимания связана с особенностями функционирования доминантного очага возбуждения в коре. В частности, концентрация является следствием возбуждения в доминантном очаге при одновременном торможении остальных зон головного мозга.

***Устойчивость***

Эта характеристика помогает человеку сопротивляться отвлекающим факторам, т.е. личность может долго сосредотачиваться на конкретном объекте или действии.

Экспериментальные исследования показали, что внимание первично подвержено периодическим непроизвольным колебаниям. Периоды колебаний внимания, по данным Н. Ланге, равны обычно 2-3 секундам, доходя максимум до 12 секунд. К колебаниям внимания относились, во-первых, колебания сенсорной ясности, которые связаны непосредственно с утомлением и адаптацией органов чувств. Наиболее существенным условием устойчивости внимания является возможность раскрывать в этом предмете, на котором оно сосредоточено, новые стороны и связи [26, с. 89]. Там, где в связи с поставленной перед собой задачей мы, сосредотачиваясь на каком-нибудь предмете, можем развернуть данное в восприятии или мышлении содержание, раскрывая в нем новые аспекты в их взаимосвязях и взаимопереходах, внимание может очень длительное время оставаться устойчивым. Там, где сознание упирается как бы в тупик, в разрозненное, скудное содержание, не открывающее возможности для дальнейшего развития, движения, перехода к другим его сторонам, углубления в него, там создаются предпосылки для лёгкой отвлекаемости и неизбежно наступают колебания внимания [19, с. 427].

Устойчивость – это временная характеристика внимания, которая может определяться разными причинами. Одна из таких причин связана с индивидуальными физиологическими особенностями человека, в частности со свойствами его нервной системы и общим состоянием организма в данный момент времени. Другие причины характеризуют различные психические состояния (возбуждённость, заторможенность и т.п.). Есть причины, которые соотносятся с мотивацией (наличием или отсутствием интереса к предмету или деятельности, а также его значимостью для личности). Остальные причины связанны с внешними обстоятельствами осуществления деятельности. В жизни характеристика общей устойчивости внимания чаще всего определяется сочетанием всех этих факторов, вместе взятых [24].

С.Л. Рубинштейн считает, что: «…устойчивость внимания не означает его неподвижности. Она не исключает его переключаемости. Переключаемость внимания заключается в способности быстро выключаться из одних установок и включаться в новые, соответствующие изменившимся условиям» [30, с. 237].

***Переключаемость внимания***- это переход с одного объекта на другой, с одного вида деятельности на иной. Причём такой переход может быть как непроизвольным, так и произвольным. В первом случае человек непроизвольно переводит свое внимание на объект случайного интереса, а во втором – сознательно. То есть усилием воли заставляет себя сосредоточиться на каком-нибудь, даже не очень интересном ему самому, предмете.

Процесс включения и отвлечения функционально связаны с переключаемостью внимания. Включение в процессе внимания характеризуется тем, как человек переключает внимание на нечто иное, а затем полностью сосредотачивается на нём.

Эти характеристики внимания связаны со специальными свойствами нервной системы человека, такими, как лабильность, возбудимость и торможение. Соответствующие свойства нервной системы непосредственно определяют качества внимания, особенно непроизвольного, и поэтому их следует рассматривать в основном как природно обусловленные [24].

***Объёмом внимания*** является то количество информации, которое одновременно способносохраняться в сфере повышенного внимания и сознания человека. Поскольку определение объёма внимания связано с кратковременным запоминанием, то его нередко отождествляют с объёмом кратковременной памяти [24]. Но согласно ряду исследований, обнаруживших при этом существование довольно значительных индивидуальных различий в объёме внимания, было выявлено, что объем внимания у взрослого человека достигает в среднем примерно до 4-5 и максимум 6 объектов. У ребенка он равен в среднем не более 2-3 объектам. Речь при этом идёт о числе друг от друга не зависимых и не связанных между собой объектов, таких как числа, буквы и т.п. [26, с. 54].

***Распределение*** – это такое свойство внимания, которое отвечает за умение наблюдать за несколькими предметами или выполнять несколько разнонаправленных действий в одно и то же время.

Р.С. Немов дает такое определение этому свойству внимания: «Распределение внимания – это способность человека рассредоточить внимание на значительном пространстве, параллельно выполнять несколько видов деятельности или совершать несколько различных действий» [24].

Распределение внимания зависит от ряда условий, прежде всего от того, насколько связаны друг с другом различные объекты и насколько автоматизированы действия, между которыми должно распределяться внимание. Чем теснее связаны объекты, и чем значительнее автоматизация, тем легче совершается распределение внимания. Способность к распределению внимания можно развить при помощи различных упражнений. Распределение вниманиятакже зависит от психологического и физиологического состояния человека. Умение распределять внимание у людей различно. Например, в процессе выполнения сложных видов деятельности, которые требуют повышенной концентрации внимания, область его распределения обычно сужается. Поэтому человек быстро утомляется.

***Рассеянность и внимательность***

В первом варианте сознание человека не направляется на какой-то объект, а рассеивается. А при внимательности, наоборот, осознаётся.

*Рассеянность* является конкретной характеристикой внимания, поскольку ученые выделяют два базовых вида этого свойства. Первый вид возникает как продукт неустойчивости психического процесса. Под этим понимается такая характеристика внимания и памяти, которая свойственна детям младшего школьного возраста, но также может проявляться и у взрослых. Причинами этого явления может стать слабость нервной системы, высокая утомляемость или недосыпание. Если человек не обладает привычкой сосредотачивать свое внимание на работе, то первый вид рассеянности может развиться в этом случае. Иным характером обладает второй вид феномена «рассеянное внимание». Характеристики внимания в данном случае представлены серьезной концентрацией на чем-нибудь одном и не замечанием других окружающих объектов. Такая рассеянность свойственна увлеченным людям, например, ученым, писателям или фанатам своего дела.

Есть еще две характеристики внимания в психологии – это *внимательность и невнимательность*. Практически можно сказать, что это два аспекта одного свойства. С детства ребенка учат делать все внимательно, поэтому со временем его внимание становится постоянной чертой и становится *внимательностью*.

Обладая такой особенностью, люди презентуют себя в обществе только с положительной стороны. Этой черте также сопутствует наблюдательность и способность качественно воспринимать окружающую среду. Внимательный человек отличается быстрой реакции на происходящие события и более глубоким переживанием, а также хорошими способностями к обучению.

Таким образом, свойства внимания и их характеристика относятся к одной из важных тем изучения психических и интеллектуальных способностей человека. От этих качеств во многом зависит деятельность и работоспособность каждого из нас. Свойства внимания в психологии являются одним из инструментов понимания поведенческих и психических факторов, которые влияют на процесс и способность получения и восприятия различной информации.

## 1.4. Виды внимания

Внимание проявляется через сенсорные и интеллектуальные процессы, а также с помощью практических действий, использующих цели и задачи различной деятельности [16]. Благодаря этому существуют такие основные виды внимания, как моторное, сенсорное, интеллектуальное, преднамеренное и непреднамеренное.

*Моторное внимание.* Это вид внимания, направленного на движение или действие, которое совершает человек. Оно позволяет более ясно и осознанно понимать разные приемы и методы, применяемые на практике. Моторная разновидность внимания управляет как движениями, так и действиями, а также контролирует их. Они обычно направлены на какой-то конкретный предмет, особенно в тех случаях, когда обязаны быть очень четкими и ясными.

*Сенсорное внимание* зачастую возникает тогда, когда объекты действуют на чувствительные органы. Данные формы внимания обеспечивают довольно четкое отражение и предметов, и их характеристик. Это проявляется в определенных ощущениях человека. Из-за сенсорного внимания образы, возникающие в сознании, становятся ясными и отчетливыми предметами.

Этот вид внимания может быть зрительным, слуховым, обонятельным и т.п. Как правило, у людей особенно часто проявляются зрительные и слуховые его разновидности. Заметим, что зрительный вид в психологии изучен лучше всего, так как его довольно легко понять и зафиксировать.

*Интеллектуальное внимание.* Данный вид внимания направлен на более сложное функционирование и эффективную работу таких познавательных процессов, как память, мышление и воображение. Благодаря этому человек может намного лучше запомнить и воспроизвести полученную им информацию, создать более ясные образы в процессе воображения и продуктивно думать. Данный вид имеет внутренний характер и почти недоступен для проведения исследований, поэтому он менее изучен. Сложно дать четкое определение, что такое интеллектуальное внимание.

*Преднамеренное внимание.* Данный вид помогает человеку быть внимательным по отношению к какому-либо предмету или к каким-либо умственным действиям. Преднамеренное внимание направлено на регулировку сенсорных и моторных процессов, а также внутренних познавательных действий. Эта разновидность может стать произвольной в тех случаях, когда человек проявляет волевые усилия для того, чтобы его внимание было направлено и сосредоточено на предмете, который следует познавать.

Инициатива возникновения такого внимания принадлежит человеку, поэтому метод его проявления осуществляется усилием его воли. Если направленность внимания тесно связана с сознанием, то это приводит к так называемому произвольному виду в деятельности человека. Он появляется в тех ситуациях, где субъект поглощен какой-либо деятельностью. Однако данный вид внимания тесно связан с системой различных ассоциаций. Поэтому, в случае, когда объект внимания продолжает фиксировать свою цель, то он может уничтожить волевое усилие. Такой вид внимания начинает свое проявление в тех случаях, где деятельность становится более увлекательной и проводится без каких-либо особых усилий.

Внимание, которое появляется самостоятельно и без определенной цели со стороны субъекта, называется *непреднамеренным*. Его вызывают существенные для человека качества различных предметов и многочисленных явлений. Новизна предмета служит проявлением провоцирующего фактора, как основная черта характеристики этого вида внимания.

Е.И. Рогов при изучении внимания, различал два его основных вида - *произвольное*и*непроизвольное* внимание.

*Непроизвольное внимание* является наиболее простым и генетически исходным, но его также называют пассивным или вынужденным, так как оно возникает и поддерживается независимо от стоящих перед человеком целей, связанных с его рефлекторными установками. Данный вид внимания может устанавливаться и поддерживаться независимо от осознаваемого намерения человека. Когда определенные предметы, явления или лица завладевают нашим вниманием и приковывают его на время к себе, тогда это приводит к связи свойств действующих на него раздражителей. Так получатся первичная форма внимания, продуктом которой является непосредственный и непроизвольный интерес [25, с. 190].

Многие яркие раздражители, например, такие, как громкие звуки, внезапный свет, резкие запахи и др., могут привлечь непроизвольное внимание. Также при непроизвольном внимании довольно большое значение принадлежит оформлению текста. Таким примером является различные детские книги. Их форма в первую очередь зависит от разного рода внешних факторов и имеет вынужденный характер для привлечения внимания. Но подобную функцию она выполняет совсем недолго. Внутренние причины непроизвольного внимания базируются на ожидании каких-то определенных впечатлений. Поэтому, прежде чем начинать читать, важно составить примерное представление о данной книге хотя бы по её названию или содержанию.

*Произвольное внимание –* это регулируемое внимание, направленное на объект, сознательно избираемый субъектом. Данный термин служит для обозначения центрального факта, как познание самой деятельности человека, в котором он поднимается до уровня сознательной организованности и не совершается стихийно или под воздействием каких-либо сил извне. Поэтому его еще называют волевым, преднамеренным и активным.

Так называемое произвольное внимание имеет место в том случае, когда предмет, на который оно направлено, сам по себе его не привлекает. Первая черта произвольного внимания всегда носит опосредованный характер. Что касается условий его формирования, то здесь можно выделить планомерную организацию работы, применение свойств умственной деятельности, четкую постановку цели, умение надолго концентрироваться. Таковы основные особенности внимания подобного вида. Итак, непроизвольное внимание пассивно, а произвольное - активно. Вторым различием является то, что непроизвольное внимание - это независящие от нас факторы, т.е. внезапно раздавшийся шум, ощущение голода, яркая окраска, а также именно то внимание, которое направляем мы сами. Однако есть ещё одно различие: непроизвольное внимание представляет собой не чистую пассивность, потому что оно включает в себя активность субъекта. Оно также не является и чистой активностью, потому что обусловлено внешними условиями или объектом, включающими элементы пассивности. И, наконец, третья черта, завершающая определение произвольного внимания: это волевая операция, поскольку сознательное регулирование - самое существенное в произвольном внимании [26, с. 10].

## 1.5. Общая характеристика детей младшего школьного возраста и особенности развития их внимания

Некоторые считают, что развитие ребенка начинается в подростковом возрасте. Здесь идет речь о полном его взрослении. Это да, но некоторые черты развития представителей данной возрастной категории достаточно неплохо себя проявляют и в младшем школьном возрасте.

Ребенок уже взрослый. Но он себя таковым не считает. Это стандартная модель мышления для развивающихся людей. Это связано с тем, что он помнит себя, каким он был ранее. Но он не знает, что такое настоящая взрослость, еще не прочувствовал этого.

Именно поэтому младший школьный возраст называют вершиной детства. Но это не просто так. Поскольку основные моменты, которые присутствуют в детском возрасте, у младших школьников также имеются. Например, склонность к фантазированию, и даже изучению различных предметов всеми доступными им способами.

Младший школьный возраст достаточно разнообразен. Например, чаще всего деньги даются ребенку уже в более поздние этапы данного периода, так как маленьким детям деньги особо и не нужны. Но дети бывают разные. Кто-то начинает требовать карманные деньги у родителей уже в семилетнем возрасте, а кому-то такая идея и способность приходит только в подростковом возрасте. Хотя многое зависит и от самих родителей и их достатка. Таким способом можно развивать самостоятельность или поощрять учебные достижения ребёнка.

Правда, подростковый возраст должен быть этапом, когда человек должен хоть как-то, но работать. Возможно даже у родителей. Но при этом механизм его существования должен быть взрослым.

Хоть она и несколько меньше, чем у детей, которые ходят в детский садик, но при этом значительно больше, чем даже у подростков. Виной тому служат пока еще неразвитые лобные доли мозга, которые заканчивают свое формирование только к 12 годам. А временами даже ещё в более позднем возрасте.

Младший школьный возраст является достаточно значимым периодом в жизни каждого человека. Поскольку в это время закладываются основы характера и поведения, проявляется темперамент личности, а также стремление занять определенный социальный статус в обществе.

Приобретая новые качества и навыки, школьник учится действовать в разных жизненных обстоятельствах самостоятельно, благодаря чему на его плечи ложится личная ответственность за свои действия и поступки. Все это приводит к тому, что у ребенка меняется мировосприятие и повышается уровень интеллектуального развития.

Как и в любом жизненном периоде, здесь есть свои психологические особенности, зная которые, младший школьный возраст можно использовать в качестве закладки основных жизненных ценностей ребенка, а также приобретения положительных качеств. Нужно учитывать, что иногда в это время может возникнуть частая утомляемость, что связано с интенсивным физическим ростом ребенка, который опережает его психоэмоциональное развитие.

Главной задачей детей в этом период становится учебная деятельность, направленная на освоение новых знаний и умение воспринимать новую информацию.

Именно поэтому в это время происходит следующее:

- наглядно-образное мышление сменяется словесно-логическим;

- доминирующей мотивацией становится достижение знаний и получение хороших отметок в качестве поощрения;

- смена распорядка дня и референтной группы, а также новые требования приводят к смене восприятия ребенком своего места в коллективе, при котором он начинает осознавать себя в качестве человека с самостоятельным мнением.

Младший школьный возраст характеризуется самоутверждением ребенка, которое может проявляться по-разному. Если у одних детей становление происходит вместе с хорошей учебой и поведением, то у других это может происходить абсолютно наоборот.

Именно поэтому здесь следует учитывать психологические особенности младших школьников, которые заключаются в стремлении к постоянному движению, необходимости делиться со взрослыми своими достижениями и результатами, а также в потребности похвалы.

Последнее, между прочим, является чрезвычайно важным моментом в жизни ребенка, поскольку похвала придает ему уверенность в правильно выбранной позиции по тому или иному вопросу.

Следует также учитывать, что в этом возрасте все школьники стараются копировать друг друга, и именно по этому психологи отмечают так называемое коллективное поведение.

В этом ничего плохого нет, поскольку это очень важный период в жизни каждого человека, при котором ребенок начинает чувствовать ответственность не только за себя самого, но и за своих товарищей. У него появляется чувство сопереживания за своих друзей, а также понимание долга, преданности и дружбы.

Младший школьный возраст — это важнейший период, в котором ребенку необходимо уделять максимум внимания, поскольку именно в это время закладывается взаимопонимание со взрослыми.

Те родители, которые в этот период уделяют мало внимания своим детям, впоследствии встречаются с большими трудностями в их подростковом возрасте.

Психологические особенности детей младшего школьного возраста также включают в себя появление некоторой агрессии, которую не стоит воспринимать очень серьезно.

Дело в том, что ребенок только учится управлять своими чувствами, и если одни уже умеют справляться с нахлынувшими эмоциями, то другие еще находится в полном их подчинении. Эту особенность следует учитывать при воспитании детей в это время.

Помимо всего прочего, младший школьный возраст характеризуется стремлением детей к различным видам творческой деятельности, поэтому именно в это время необходимо отдавать своего ребенка в разнообразные кружки по интересам, которые окажут ему неоценимую пользу.

При воспитании ребенка каждый взрослый человек, будь то родитель или учитель, должен считаться с его мнением и прикладывать все усилия к тому, чтобы стать ему другом. В таком случае будет обеспечено доверие маленького человека, а также возможность осуществлять его правильное воспитание.

В учебной деятельности школьника такой психический процесс как внимание играет важную роль. Благодаря вниманию происходит отбор необходимой информации и отсечение лишней.

Чтобы лучше понять особенности внимания детей младшего возраста, необходимо определить характерные особенности высшей нервной деятельности детей данного возраста. Исследователи подчеркивают, что процессы возбуждения и торможения в коре полушарий сменяются у младших школьников довольно быстро. Поэтому внимание отличается легкой переключаемостью и отвлечением, что мешает детям сосредоточиться на одном объекте. Такая повышенная чувствительность нервной системы в этом возрасте обуславливает наличие довольно сильного рефлекса на все новое. Младшие школьники могут переходить с одного вида деятельности к другому без особых затруднений и внутренних усилий. Их внимание в большей степени зависит от поставленной задачи [19, с. 50].

Когда ребенок начинает учиться в школе, у него преобладает непроизвольное внимание. Это значит, что концентрироваться на каком-либо предмете, то есть управлять вниманием малыш пока не умеет. Кроме того, дети впечатлительны и легко возбудимы из-за чего часто отвлекаются.

Взрослым довольно часто приходится слышать жалобы на рассеянное внимание у школьника, что сказывается на его оценках. А если это подтвердится результатами тестов на диагностику внимания младших школьников, проведенными школьным психологом, родителям придется принимать меры. Но можно учесть и то обстоятельство, при котором такие диагностики в школе бывают не случайны. Поскольку после проведения такого обследования школьным психологом может быть предложена специальная программа по развитию или даже коррекции данного психического процесса.

Внимание младшего школьника тесно связано с мыслительной деятельностью – учащиеся не смогут сосредоточить своё внимание на неясном, непонятном. Они быстро отвлекаются и начинают заниматься другими делами. Необходимо трудное непонятное сделать для учащихся простым и доступным, развивать волевое усилие, а вместе с ним и произвольное внимание [22, с. 173]. На протяжении младшего школьного возраста непроизвольное внимание развивается. Ребёнок быстро реагирует на то, что его интересует. Это связано с его потребностями.

Также на внимание школьника оказывает влияние вид учебной деятельности: больше всего детей утомляет устное объяснение, заучивание стихов, а отвлекаются они на объекты, наделенные эмоциональной привлекательностью. Именно эти особенности внимания школьников необходимо учитывать взрослым. Поэтому для лучшего усвоения учебного материала к проведению занятий с младшими школьниками нужно подходить творчески. Нужно менять вид деятельности при проведении различных занятий как в урочное, так и во внеурочное время. Часто использовать различные игры, которые развивают свойства внимания, и многое другое.

В целом, можно сказать, что у детей 7-10 лет основные свойства нервных процессов приближаются к свойствам нервных процессов взрослых людей.

Вместе с тем, свойства нервных процессов у отдельных детей еще очень неустойчивы, поэтому многие физиологи считают, что говорить о типе нервной системы у младших школьников можно говорить лишь условно.

Возросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, и, в целом, для детей остается характерной высокая утомляемость.

У большинства первоклассников устойчивость внимания сохраняется лишь в течение первого урока, а затем неуклонно снижается. Но при обучении во втором классе динамика внимания в течение дня выглядит по-другому. У большинства детей пик его активности приходится на второй и третий уроки. Объясняется это тем, что первоклассники, с большей готовностью идущие в школу, уже заранее настраивают себя на работу.

У второклассников непосредственный интеpec к школе несколько остыл, зато стали появляться некоторые навыки учебного труда, среди них и навык управления своим вниманием. Поэтому особенности развития внимания младших школьников необходимо учитывать при распределении учебной нагрузки и составлении учебного плана. Это позволит улучшить понимание изучаемого материала и успеваемость учащихся.

На протяжении младшего школьного возраста в развитии внимания происходят существенные изменения, идет интенсивное развитие всех его свойств: особенно резко (в 2,1 раза) увеличивается объем внимания, повышается его устойчивость, развиваются навыки переключения и распределения.

К 9-10 годам дети становятся способны достаточно долго сохранять и выполнять произвольно заданную программу действий [5].

Важное значение для психического развития ребенка 7-9 лет имеет формирование такой характеристики внимания как устойчивость, так как устойчиво направленное внимание осуществляет непосредственный поиск объектов, соответствующих целям и мотивам деятельности.

Внимание младшего школьника отличается большой *неустойчивостью*, лёгкой отвлекаемостью. Они могут сосредоточенно заниматься одним делом в течение 10-20 минут (в то время как подростки - 40-45 минут, а старшеклассники - до 50 минут). Неустойчивость внимания объясняется тем, что у младшего школьника преобладает возбуждение над торможением. Внимание может отвлекаться по различным причинам, например из-за новизны обстановки, в силу действия ориентировочного рефлекса, при неправильном использовании наглядных пособий и т.д. Одним и тем же видом деятельности младший школьник может заниматься весьма непродолжительное время в связи с быстрым наступлением утомления, запредельного торможения. Поэтому для детей младшего школьного возраста характерна недостаточная устойчивость внимания, что затрудняет целенаправленную познавательную деятельность в целом и обусловливает многие трудности мыслительной деятельности.

С возрастом все характеристики устойчивости внимания повышаются, растет продолжительность сосредоточения и удержания его на объекте; уменьшается частота отвлечения, а также сокращается длительность каждой паузы.

Так, младший дошкольник посвящает рассматриванию картинок 6-7 секунд, в то время как старший дошкольник 12-15 секунд, а младший школьник и того дольше [9].

Частота и длительность отвлечения внимания школьников определяется, прежде всего, ресурсными возможностями организма, однако, в значительной степени они зависят и от характера деятельности. В ходе исследований отмечено, что наиболее напряженной и вызывающей утомление является словесная деятельность.

Хорошо развитые свойства внимания и его организованность являются важным фактором в младшем школьном возрасте для успешной учебной деятельности [27].

Как правило, хорошо успевающие школьники имеют лучшие показатели развития внимания. При этом специальные исследования показывают, что различные свойства внимания имеют неодинаковый «вклад» в успешность обучения по разным школьным предметам.

Так, при овладении математикой ведущая роль принадлежит объему внимания; успешность усвоения русского языка связана с точностью распределения внимания, а обучение чтению - с устойчивостью внимания.

Из этого напрашивается естественный вывод: развивая различные свойства внимания, можно повысить успеваемость школьников по разным учебным предметам или всей учебной деятельности в целом.

Однако разные свойства внимания поддаются развитию в неодинаковой степени. Наименее подвержен влиянию объем внимания, он индивидуален, в то же время свойства распределения и устойчивости можно и нужно тренировать, чтобы предотвратить их стихийное развитие.

У детей с различной успеваемостью внимание на протяжении данного периода развивается по-разному. У средних и хорошо успевающих школьников чаще всего наблюдается средний уровень развития внимания, у большинства слабо успевающих школьников наблюдается исходно низкий уровень развития внимания.

В дальнейшем в группе успевающих на «4» и «5» от класса к классу происходит интенсивное развитие произвольного внимания. В группах средних и слабо успевающих показатели внимания в первом и втором классах оказываются приблизительно равными, и лишь в третьем классе наблюдается некоторый рост.

Таким образом, исследования показали, что стихийное формирование произвольности внимания в наибольшей степени страдает у тех детей, которые плохо подготовлены к школе и уже в первом классе являются слабоуспевающими.

# Выводы по 1 главе

Таким образом, по первой главе были сделаны следующие выводы:

1. Внимание является основным условием успешного результата любой интеллектуальной деятельности. Но большинство ученых определяют внимание ещё как «направленность и сосредоточенность» любой деятельности. Его функции представляют собой улучшение других видов работы, к которым оно фиксируется, но при этом оно не имеет своего специального деятельного продукта.

2. Внимание обеспечивается функционированием тех центров нервной системы, что задействованы в работе когнитивных процессов, которые сопровождает внимание.

3. Свойства внимания в психологии являются одним из инструментов понимания поведенческих и психических факторов, которые влияют на процесс и способность получения и восприятия различной информации. Раскрытие основных понятий свойств внимания позволит полноценно провести дальнейшую исследовательскую работу.

4. Внимание проявляется с помощью сенсорных и интеллектуальных процессов, а также посредством практических действий с использованием целей и задач различной деятельности. Поэтому существует классификация, предусматривающая разделение внимания на его виды.

5. Внимание детей младшего школьного возраста характеризуется малой устойчивостью, малым объемом, слабым распределением, неразвитой переключаемостью, преобладанием непроизвольного внимания. Состояние внимания влияет на деятельность ребенка. Очень часто, именно из-за неумения управлять вниманием, из-за его несформированности ребенок испытывает трудности в школе.

# ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

## 2.1. Методологические принципы исследования

Успех любого исследования во многом определяется общими и конкретно-научными подходами и принципами, составляющими содержание общенаучной и специальной (психолого-педагогической) методологии. Эти принципы составляют ядро методологической культуры педагога или психолога-исследователя.

В методологическом знании особенно важную роль играют прин­ципы и требования к исследовательской деятельности. Они как бы соединяют в единый поток теорию и практику, дают практике научно обоснованные ориентиры [33].

По этим представлениям были отобраны принципы и требования к данной исследовательской деятельности. Поэтому можно с уверенностью судить о том, что методика развития внимания опирается на следующие **принципы**:

1. *деятельности* - любое развитие происходит в процессе какой-либо деятельности;
2. *психологической комфортности* - ребёнок не должен чувствовать свои неудачи;
3. *сотрудничества* педагога со школьной психологической службой и родителями;
4. *индивидуальности* - необходимо учитывать, что индивидуально-типологические особенности каждого ребёнка позволяют тренировать его внимание лишь в определённых пределах;
5. *последовательности*- предлагать упражнения надо начиная с самых простых, постепенно усложняя их по мере овладения;
6. *поэтапности*- необходимо сначала включать в учебную деятельность упражнения для развития объёма и концентрированности внимания, затем устойчивости и распределения и, наконец, переключаемости и интенсивности (варианты распределения упражнений для тренировки различных свойств внимания могут быть различными, т. к. психологическая диагностика детей поможет выявить те свойства внимания, развивать которые необходимо в первую очередь);
7. *цикличности*- включать развивающие упражнения в уроки необходимо определёнными циклами, продолжительность которых составляет в среднем примерно два месяца. Повторять эти циклы в течение учебного года целесообразно 2-3 раза.

## 2.2. Характеристика этапов исследования

Исследование проводилось в течение 2016-17 учебного года.

Для достижения цели исследования была разработана программа исследования, состоящая из трех этапов:

**1 этап «Констатирующий эксперимент»**

* Проведение психодиагностического исследования уровня сформированности отдельных свойств внимания у детей младшего школьного возраста, обучающихся во вторых классах общеобразовательной школы.
* Обработка и анализ полученных результатов.

**2 этап «Формирующий эксперимент»**

* Отбор контрольной и экспериментальной групп испытуемых по результатам проведения психодиагностического обследования.

Из двух вторых классов было отобрано по 10 человек с наиболее низкими результатами обследования и отнесены к контрольной и экспериментальной группам. Обучающиеся 2 «в» класса составили экспериментальную группу, а обучающиеся 2 «б» класса – контрольную группу.

* Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых экспериментальной и контрольной групп в начале формирующего эксперимента.
* Разработка и проведение программы, направленной на развитие исследованных свойств внимания.
* Повторное проведение психодиагностического обследования уровня сформированности свойств внимания у младших школьников контрольной и экспериментальной групп. Обработка данных.

**3 этап «Оценка эффективности программы»**

* Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной и экспериментальной групп после проведения развивающих занятий.
* Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной группы в начале и в конце формирующего эксперимента.
* Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых экспериментальной группы в начале и в конце формирующего эксперимента.

**2.3. Характеристика выборки исследования**

Исследование проводилось на базе ГБОУ СОШ №285 Красносельского района г. Санкт-Петербурга.

В исследовании принимали участие 40 детей младшего школьного возраста, обучающихся во вторых классах общеобразовательной школы. Возраст испытуемых от 7 до 8 лет, мальчики - 20 человек и девочки - 20 человек. Это учащиеся из 2 «б» и 2 «в» классов.

В выборку попали по 10 человек из каждого класса с наиболее низкими результатами обследования свойств внимания, а также достаточно низким средним баллом по учебной успеваемости.

Для реализации цели и задач исследования была сформирована экспериментальная группа детей в количестве 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек) из 2 «в» класса и контрольная группа детей в количестве 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек) из 2 «б» класса с одинаковыми показателями.

Психологическое диагностирование осуществлялось:

- в соответствии с нормами профессиональной этики для разработчиков и пользователей психодиагностических методик;

- с соблюдением принципов конфиденциальности получаемой информации, обеспечения права индивида отказаться от участия в обследовании;

- информирования индивида об использовании получаемой информации.

Тестирование проводили в отдельном помещении и в отсутствии посторонних [31].

## 2.4. Характеристика методов и методик исследования

Исследование свойств внимания младших школьников проводилось с помощью метода тестирования.

Поскольку для исследования свойств внимания существует достаточно большое количество разнообразных методик, то их выбор был обусловлен соответствием возрасту испытуемых (учащиеся вторых классов в возрасте 7-8 лет):

1. Методика оценки устойчивости внимания "Корректурная проба" тест Бурдона [36].
2. Методика концентрации внимания теста Пьерона-Рузера [40].
3. Методика «Объем внимания» по Шульте [39].

[Тест "Корректурная проба" (Оценка устойчивости внимания)](http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/61-diagnosis-of-intellectual-development/478-test-proofreading-test-score-sustainability-focus)

Корректурная проба как метод исследования внимания  впервые была предложена Б. Бурдоном в 1895 году.

**Цель исследования:** диагностировать устойчивость внимания.

**Материал и оборудование**

Для проведения исследования потребуется стандартный бланк теста "Корректурная проба"(см. Рисунок 2.4.1.) и секундомер. На бланке в случайном порядке напечатаны некоторые буквы русского алфавита, в том числе буквы "к" и "р"; всего 2000 знаков, по 50 букв в каждой строчке.



**Рисунок 2.4.1.** - Стимульный материал по корректурной пробе

**Порядок работы**

Исследование необходимо проводить индивидуально. Начинать нужно, лишь убедившись, что у испытуемого есть желание выполнять задание. При этом у него не должно создаваться впечатление, что его экзаменуют. Испытуемый должен сидеть за столом в удобной для выполнения данного задания позе.

Экспериментатор выдает ему бланк "корректурной пробы" (см. рисунок 2.4.1.) и даёт разъяснение по следующей инструкции: "На бланке напечатаны буквы русского алфавита. Последовательно рассматривая каждую строчку, надо отыскать буквы "к" и "р" и зачеркнуть их. Задание нужно выполнять быстро и точно". Испытуемый начинает работать по команде экспериментатора. Через десять минут отмечается последняя рассмотренная буква. И по команде «Черта!», испытуемый должен прекратить выполнение задания.

**Обработка данных**

При обработке полученных данных психолог сверяет результаты в корректурных бланках испытуемого с ключом к тесту.

В протокол (см. Рисунок 2.4.2.) эксперимента вносятся следующие данные: общее количество просмотренных букв за 10 мин; количество правильно вычеркнутых букв за время работы; количество букв, которые необходимо было вычеркнуть.

**ПРОТОКОЛ ИССЛЕДОВАНИЯ ОЦЕНКИ УСТОЙЧИВОСТИ ВНИМАНИЯ**
Учащийся \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_       Класс \_\_\_\_\_\_
Возраст   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   Пол \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_       Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| Показатели | Результаты |
| Количество просмотренных за 10 мин, букв |   |
| Количество правильно вычеркнутых букв |   |
| Количество букв, которые необходимо было вычеркнуть |   |
| Точность выполнения задания, % |   |
| Оценка точности, баллы |   |
| Оценка продуктивности, баллы |   |
| Оценка устойчивости внимания, баллы |   |

**Рисунок 2.4.2.** – Протокол

Рассчитываются продуктивность внимания, равная количеству просмотренных букв за 10 мин., и точность, вычисленная по формуле:

**К = m:n \* 100 %** , где:

**К** – точность выполнения задания в процентном соотношении;

**n** ‑ количество букв, которые необходимо было вычеркнуть;

**m**  ‑ количество правильно вычеркнутых во время работы букв.

С целью получения интегрального показателя устойчивости внимания, необходимо оценки точности и продуктивности перевести в соответствующие баллы с помощью таблиц, полученной путем обычного шкалирования (см. Таблицу 2.4.1.).

Вычисляем интегральный показатель устойчивости внимания (А) по формуле:

**А = В + С**, где:

**В** и **С** – бальные оценки продуктивности и точности соответственно.

**Таблица 2.4.1. -** Оценка устойчивости внимания в баллах

Продуктивность (В)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Балл | Знаки младших школьников | Знакивзрослых | Балл | Знаки младших школьников | Знакивзрослых |
| 1 | <1011 | - | 14 | 2495 – 2660 | 3160 – 3320 |
| 2 | 1010 – 1175 | - | 15 | 2660 – 2825 | 3320 – 3480 |
| 3 | - | <1560 | 16 | 2825 – 2990 | 3480 – 3640 |
| 4 | 1175 – 1340 | 1560 – 1720 | 17 | 2990 – 3155 | 3640 – 3800 |
| 5 | - | 1720 – 1880 | 18 | 3155 – 3320 | 3800 – 3960 |
| 6 | 1340 – 1505 | 1880 – 2042 | 19 | 3320 – 3485 | 3960 – 4120 |
| 7 | - | 2042 – 2200 | 20 | 3485 – 3650 | 4120 – 4280 |
| 8 | 1505 – 1670 | 2200 – 2360 | 21 | 3650 – 3815 | 4280 – 4440 |
| 9 | 1670 – 1835 | 2360 – 2520 | 22 | 3815 – 3980 | 4440 – 4600 |
| 10 | 1835 - 2000 | 2520 – 2680 | 23 | 3980 – 4145 | 4600 – 4760 |
| 11 | 2000 – 2165 | 2680 – 2840 | 24 | 4145 – 4310 | > 4760 |
| 12 | 2165 – 2330 | 2840 – 3000 | 25 | >4310 | - |
| 13 | 2330 – 2495 | 3000 – 3160 |  |  |  |

Точность (С)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Балл | Младшиешкольники, % | Взрослые, % | Балл | Младшиешкольники, % | Взрослые, % |
| 1 | < 70 | < 81.9 | 14 | 87 – 88 | - |
| 2 | 70 – 72 | 81,9 – 83,0 | 15 | 88 – 90 | 94,9 – 96,0 |
| 3 | 72 – 73 | 83,0 – 84,1 | 16 | 90 – 91 | - |
| 4 | 73 – 74 | 84,1 – 85,1 | 17 | 91 – 92 | 96,0 – 97,0 |
| 5 | 74 – 76 | 85,1 – 86,2 | 18 | 92 – 94 | - |
| 6 | 76 – 77 | 86,2 – 87,3 | 19 | - | 97,0 – 98,1 |
| 7 | 77 – 79 | 87,3 – 88,4 | 20 | 94 – 95 | - |
| 8 | 79 – 80 | 88,4 – 89,5 | 21 | - | 98,1 – 99,2 |
| 9 | 80 – 81 | 89,5 – 90,6 | 22 | 95 – 96 | - |
| 10 | 81 – 83 | 90,6 – 91,6 | 23 | - | >99,2 |
| 11 | 83 – 84 | 91,6 – 92,7 | 24 | 96 – 98 | - |
| 12 | 84 – 85 | 92,7 – 93,8 | 25 | - | - |
| 13 | 85 – 87 | 93,8- 94,9 | 26 | > 98 | - |

Для сопоставления данных по устойчивости внимания с другими свойствами аттенционной функции необходимо вновь осуществить перевод интегрального показателя устойчивости внимания в шкальные оценки по специальной таблице (см. Таблицу 2.4.2.).

**Таблица 2.4.2. -** Шкала для перевода показателей свойств внимания в шкальные оценки

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ШО | Устойчивость внимания младших школьников | Устойчивость внимания взрослых | ШО | Устойчивость внимания младших школьников | Устойчивость внимания взрослых |
| 19 | > 50 | 42 – 43 | 9 | 25 – 27 | 25 – 26 |
| 18 | - | - | 8 | 23 – 24 | 23 – 24 |
| 17 | 48 – 49 | 41 | 7 | 20 – 22 | 22 |
| 16 | 46 – 47 | 39 – 40 | 6 | 16 – 19 | 20 – 21 |
| 15 | 44 – 45 | 37 – 38 | 5 | 14 – 15 | 18 – 19 |
| 14 | 39 – 43 | 35 – 36 | 4 | 12 – 13 | 17 |
| 13 | 36 – 38 | 33 – 34 | 3 | 9 – 11 | - |
| 12 | 34 – 35 | - | 2 | - | 16 |
| 11 | 31 – 33 | 30 – 32 | 1 | - | - |
| 10 | 28 – 30 | 27 – 29 | 0 | > 9 | 12 – 15 |

По таблице 2.4.2. переводим показатель (А) в шкальную оценку. Шкальная оценка (см. Таблицу 2.4.3.) интерпретируется следующим образом:

**Таблица 2.4.3. -** Шкальная оценка устойчивости внимания

|  |  |
| --- | --- |
| **ШО** | **Характеристика уровня устойчивости внимания** |
| 0-3 | Низкая устойчивость внимания |
| 4-7 | Ниже среднего устойчивость внимания |
| 8-11 | Средняя устойчивость внимания |
| 12-15 | Выше среднего устойчивость внимания |
| 16-19 | Высокая устойчивость внимания |

**Вывод**

По результатам проведенного эксперимента должен быть сделан вывод о том, в какой степени внимание испытуемого устойчиво (с учетом возрастной нормы). Если внимание неустойчиво, по возможности указать причины этого явления.

Методика концентрации внимания теста Пьерона-Рузера

**Цель исследования:** определить уровень концентрации внимания.

**Материал и оборудование**

Для проведения исследования потребуется стандартный бланк теста Пьерона-Рузера (см. Рисунок 2.4.3.), карандаш и секундомер.



**Рисунок 2.4.3.** - Стимульный материал по Пьерону-Рузеру

**Порядок работы**

Исследование можно проводить с одним испытуемым или с группой из 5-9 человек. Главные условия при работе с группой: удобно разместить испытуемых; обеспечить каждого бланками тестов и карандашами; следить за соблюдением тишины в процессе тестирования.

*Инструкция испытуемому:* «Вам предложен тест с изображенными на нем квадратом, треугольником, кругом и ромбом (всего 100 фигур). По сигналу «Начали» расставьте как можно быстрее и без ошибок следующие знаки в эти геометрические фигуры: в квадрат – плюс, в треугольник – минус, в кружок – ничего не ставьте и в ромб – точку. Знаки расставляйте подряд построчно. Время для выполнения работы - 60 секунд. По моему сигналу «Стоп!» расставлять знаки прекратите».

**Обработка и анализ результатов**

Результатами данного тестирования являются: количество геометрических фигур, обработанных испытуемым за 60 секунд (считая кружок) и количество допущенных ошибок. Уровень концентрации внимания определяют по таблице (см. Таблицу 2.4.4.).

**Таблица 2.4.4.** - Определение уровня концентрации внимания

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Число обработанных фигур** | **Ранг** | **Уровень концентрации внимания** |
| 100 | 1 | очень высокий |
| 99-91 | 2 | высокий |
| 90-80 | 3  | средний  |
| 79-65 | 4 | низкий |
| 64 и меньше | 5 | очень низкий |

За допущенные при выполнении задания ошибки ранг снижается. Если ошибок 1-2. то ранг снижается на единицу, если 3-4 – на два ранга концентрация внимания считается хуже, а если ошибок больше 4, то – на три ранга.

При анализе результатов необходимо установить причины, обусловившие данные результаты. Среди них важное значение имеет установка, с которой испытуемый готов выполнять инструкцию и обрабатывать фигуры расставляя в них знаки как можно быстрее, или же его ориентации на безошибочность заполнения теста. В ряде случаев показатель концентрации внимания может быть ниже возможного из-за слишком большого желания человека показать свои способности, добиться максимального результата (то есть своего рода соревновательности). Причиной снижения концентрации внимания могут быть также состояние утомления, плохое зрение, болезнь.

Методика «Объем внимания» (по Шульте)

Методика используется для обследования как взрослых испытуемых, так и школьников, начиная с младшего школьного возраста.

**Цель исследования:** определение объема динамического внимания.

**Материал и оборудование:**секундомер, указка, 5 таблиц Шульте (см. Рисунок 2.4.). Каждая таблица представляет собой квадрат (ориентировочный размер - 20х20 см), разделенный на 25 клеток. В каждой таблице в случайном порядке расположены числа от 1 до 25. Высота цифр – 2 см. Таблица №1 используется для инструктажа. Таблицы с №2 по №5 - для экспериментального обследования.



**Рисунок 2.4.4.** - Стимульный материал по Шульте

**Порядок работы**

Эксперимент проводится индивидуально. Испытуемому показывают таблицу №1 и одновременно сообщают инструкцию: «Перед тобой таблица, где в случайном порядке расположены числа от 1 до 25. Твоя задача - находить все числа по порядку, показывать их указкой и одновременно вслух называть». В качестве примера используется таблица №1. Даются рекомендации испытуемому: «Старайся работать как можно быстрее».

Затем испытуемому последовательно предъявляются четыре таблицы (№№2-5). По каждой из таблиц экспериментатор фиксирует время выполнения задания и заносит результаты в протокол (см. Таблицу 2.4.5.).

**Таблица 2.4.5. -** Образец протокола

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № таблицы | Время поиска цифр (сек.) | Количество допущенных ошибок |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| Сумма |  |  |

**Обработка данных**

Вариант обработки состоит в том, что суммарное время выполнения задания по специальной таблице переводится в шкальную оценку, а затем интерпретируется шкальная оценка. Однако такая стандартизация результатов проведена на двух возрастных группах: младших школьниках и взрослых в исследовании С.А. Лукомской и Е.Ф. Рыбалко. Поэтому приводимая ниже таблица может быть использована только как ориентировочная. Перевод результатов в шкальную оценку проводиться с целью сравнения уровня объема внимания данного испытуемого и других свойств его внимания (см. Таблицу 2.4.6.).

**Таблица 2.4.6. -** Шкала для перевода времени выполнения задания в сопоставимую шкальную оценку

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ШО | Объем внимания младших школьников | Объем внимания взрослых | ШО | Объем внимания младших школьников | Объем внимания взрослых |
| 19 | < 115 | < 113 | 9 | 215 – 235 | - |
| 18 | - | - | 8 | 235 – 265 | 183 – 203 |
| 17 | 115 – 125 | - | 7 | 265 – 295 | 203 – 213 |
| 16 | 125 – 135 | 113 – 123 | 6 | 295 – 335 | 213 – 243 |
| 15 | 135 – 145 | - | 5 | 335 – 375 | 243 – 263 |
| 14 | 145 – 155 | 123 – 143 | 4 | 375 – 405 | 263 – 283 |
| 13 | 155 – 165 | - | 3 | 405 – 455 | 283 – 293 |
| 12 | 165 – 175 | 143 – 163 | 2 | - | - |
| 11 | 175 – 195 | - | 1 | - | - |
| 10 | 195 – 215 | 163 - 183 | 0 | > 455 | > 293 |

Интерпретация шкальной оценки (см. Таблицу 2.4.7.) проводится традиционно:

**Таблица 2.4.7. -** Шкальная оценка объёма внимания

|  |  |
| --- | --- |
| **ШО** | **Характеристика объема внимания** |
| 0-3 | Низкий |
| 4-7 | Ниже среднего |
| 8-11 | Средний |
| 12-15 | Выше среднего |
| 16-19 | Высокий |

**Вывод**

В выводе указывается на соответствие или на несоответствие объема внимания испытуемого возрастной норме.

Учебная успеваемость

Понятие успеваемости является одним из основных понятий, рассматриваемых педагогической психологией как отраслью психологической науки. По психолого-педагогическому словарю учебная успеваемость трактуется как: «Степень усвоения знаний, умений и навыков, установленных учебной программой с точки зрения их полноты, глубины, сознательности и прочности. Она находит свое внешнее выражение в оценочных баллах. Сравнительные данные отметок по отдельным предметам характеризуют успеваемость по каждому учебному предмету, по классам или школе в целом».

Объективным показателем успеваемости ребенка являются его отметки, выставленные на основе анализа продуктов деятельности учащегося. Успевающими считаются учащиеся, обучаемые на «3», «4» и «5».

В работе трактуется показатель среднего балла испытуемого за четверть, в которой проводилось исследование.

Результаты обрабатываются по формуле:

**Средний оценочный балл = n1+…+n9 / 9**,

где: n1…n9 - оценки по предметам (данные из классного журнала);

9 - кол-во предметов.

Все эти методики отличаются простотой использования, достаточно валидны, точны и надежны. И немаловажный факт – интересны детям. Они с удовольствием соглашаются поучаствовать в исследовании, принимая методики за игру, что также является значительным «плюсом» в пользу использования данных методик. И что также важно – проведение методик не отнимает много времени и не является утомительным занятием для детей.

## 2.5. Методы статистического анализа данных

Для того чтобы проверить насколько гипотезы исследования достоверны, в качестве методов математической статистики были выбраны:

* ​U-критерий Манна-Уитни [32, с. 49]

Это непараметрический статистический критерий, используемый для сравнения двух независимых выборок по уровню какого-либо признака, измеренного количественно. Метод основан на определении того, достаточно ли мала зона перекрещивающихся значений между двумя вариационными рядами (ранжированным рядом значений параметра в первой выборке и таким же во второй выборке). Чем меньше значение критерия, тем вероятнее, что различия между значениями параметра в выборках достоверны.

* Критерий корреляции Пирсона [32, с. 113]

Это метод параметрической статистики, позволяющий определить наличие или отсутствие линейной связи между двумя количественными показателями, а также оценить ее тесноту и статистическую значимость. Другими словами, критерий корреляции Пирсона позволяет определить, есть ли линейная связь между изменениями значений двух переменных. В статистических расчетах и выводах коэффициент корреляции обычно обозначается как rxy или Rxy.

* *Т - критерий Вилкоксона* [32, с. 87]

Критерий применяется для сопоставления показателей, измерен­ных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

# ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

## 3.1. Анализ результатов диагностики свойств внимания младших школьников на этапе констатирующего эксперимента

У учеников вторых классов (20 мальчиков и 20 девочек) исследовали устойчивость, концентрацию и объем внимания.

В первом случае использовалась корректурная проба: таблица Бурдона (10-минутный вариант заполнения). Исследование внимания с помощью корректурной пробы ориентируется на два критерия: точность и продуктивность. При оценке устойчивости предусматривалось вычеркивание двух букв из стимульного материала. Испытуемые адекватно отреагировали на поставленную перед ними задачу, но необходимо отметить, что в начале эксперимента у детей наблюдалась напряженность, а далее у них повышался интерес к выполнению заданий, подключалось речевое сопровождение.

Во втором варианте на проведение методики теста Пьерона-Рузера для исследования концентрации внимания было потрачено всего 60 секунд. Это особо не затруднило испытуемых при прохождении данного задания.

Оценка объема внимания проводилась с помощью 5 таблиц по методике Шульте. Требовалось называть все числа по порядку от 1 до 25 и при этом время прохождения этого задания фиксировалось на секундомере. А далее эти данные заносились в протокол испытуемого. Также в протоколе учитывались допускаемые ошибки. Поскольку в данном виде диагностирования присутствовал такой «инструмент» как секундомер, то занятие у испытуемого проходило в соревновательном варианте исполнения и напоминало игру.

После обработки данного обследования, были сделаны следующие результаты (табл. 3.1.1.):

**Таблица 3.1.1. -** Результаты обследования в констатирующем эксперименте

|  |  |
| --- | --- |
| **Характеристики свойств внимания** | **Количество испытуемых (чел.)** |
| **Высокий уровень** | **Средний уровень** | **Низкий уровень** |
| Устойчивость внимания | 3 | 15 | 22 |
| Концентрация внимания | 30 | 6 | 4 |
| Объём внимания | 4 | 25 | 11 |

Анализ данных показал, что по показателю «Коцентрация внимания» наблюдается самое большое число испытуемых с высоким уровнем сформированности данного свойства. По показателю «Объём внимания» наиболее часто встречаются данные, соответствующие среднему уровню. Больше половины испытуемых обладают низким уровнем устойчивости внимания (рис. 3.1.1.).

**Рисунок 3.1.1.** – Анализ результатов диагностики свойств внимания младших школьников на этапе констатирующего эксперимента

##

## 3. 2. Анализ взаимосвязи свойств внимания и учебной успеваемости младших школьников

Взаимосвязь свойств внимания и учебной успеваемости младших школьников изучалась с помощью корреляционного анализа данных. Эмпирические значений коэффициента корреляции показателей количества правильно зачеркнутых знаков, точности выполнения заданий и учебной успеваемости близки к критическому значению (rкр.=0,31 при p<0,05). Можно говорить о наличии тенденции к связи точности выполнения тестовых заданий на внимание и учебной успеваемости младших школьников.

При этом значимая корреляционная связь шкальных оценок точности работы, продуктивности и устойчивости внимания со средними значениями учебной успеваемости младших школьников отсутствует. Так как по «сырым» баллам точности есть тенденция к связи, а в шкальных оценках значения коэффициента корреляции совсем низкие, то это позволяет предположить, что в литературном источнике приведены не вполне корректные материалы для перевода «сырых» баллов в шкальные оценки. Они требуют проверки и уточнения.

Результаты корреляционного анализа данных свидетельствуют о связи объема внимания и учебной успеваемости. Так выявлена значимая отрицательная корреляционная связь между показателями суммарного значения времени просматривания четырех таблиц методики и учебной успеваемостью. Следовательно, чем больше времени ребенок затрачивает на выполнение задания на внимание, тем ниже его средний балл успеваемости. При этом шкальная оценка объема внимания положительно коррелирует с учебной успеваемостью: чем больше объем внимания, тем лучше учебная успеваемость.

В ходе анализа связи концентрации внимания и учебной успеваемости было выявлено следующее. Учебная успеваемость не связана с числом обработанных фигур за 1 минуту, а связана с количеством допущенных ошибок. Чем больше ошибок допускает младший школьник при выполнении заданий на внимание, тем ниже будет его учебная успеваемость.

**Таблица 3.2.1. -** Результаты корреляционного анализа значений показателей свойств внимания и учебной успеваемости младших школьников

|  |  |
| --- | --- |
| Изучаемые показатели внимания | Эмпирические значения коэффициента корреляции рассматриваемых показателей внимания и учебной успеваемости (средний балл за первую четверть) |
| **Устойчивость внимания** |
| *m* - количество правильно зачеркнутых знаков | 0,306 |
| *K -* показатель точности выполнения задания | 0,303 |
| *C* – шкальная оценка точности работы  | 0,11 |
| *B* – шкальная оценка продуктивности работы | 0,107 |
| *A* - оценка устойчивости внимания вычислялась как отношение А= С+В | 0,076 |
| *ШОу* - шкальная оценка устойчивости внимания | 0,044 |
| **Объём внимания** |
| Т - суммарное значение времени просматривания четырёх таблиц  | -0,524 (p<0,01) |
| *ШОо* - шкальная оценка объёма внимания | 0,6 (p<0,01) |
| **Концентрация внимания** |
| *n -* число обработанных фигур за 1 минуту | 0,089 (p<0,01) |
| *О -* количество допущенных ошибок | -0,373 (p<0,05) |
| *Ранг -* ранг по показателю концентрации внимания | -0,418 (p<0,01) |

## Таким образом, существует статистически значимая корреляционная связь значений показателей объема и концентрации внимания с учебной успеваемостью младших школьников: чем выше уровень развития данных свойств внимания, тем лучше учебная успеваемость. В то же время выявлена тенденция к наличию связи устойчивости внимания и учебной успеваемости. В дальнейшем следует проанализировать взаимосвязь устойчивости внимания и учебной успеваемости с применением другой психодиагностической методики.

## 3.3. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной и экспериментальной групп вначале формирующего эксперимента

В начале формирующего эксперимента было проведено сравнение результатов исследования внимания у младших школьников, вошедших в контрольную и экспериментальную группы. Так как группы маленькие по численности, то сравнительный анализ выполнялся с помощью U - критерия Манна-Уитни. По всем сравниваемым показателям эмпирические значения данного критерия были выше критических значений. Это говорит об отсутствии значимых различий уровня выраженности изучаемых показателей в контрольной и экспериментальной группах. В таблице 3.3.1. представлены результаты сравнительного анализа шкальных оценок по трем методикам.

**Таблица 3.3.1. –** Сравнение средних значений показателей устойчивости, объема и концентрации внимания у младших школьников контрольной и экспериментальной групп до проведения развивающих занятий

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | Среднее значение | Эмпирическое значениеU-критерия Манна-Уитни |
| Контрольная группа (n=10) | Экспериментальная группа (n=10) |
| 1. Устойчивость внимания | 1,4 | 1,3 | 40,5 |
| 2. Объем внимания | 3 | 3,7 | 43 |
| 3. Концентрация внимания | 2,1 | 1,8 | 48 |

Примечание: Uкр. = 27 при p=0,05

## 3.4. Разработка программы по развитию внимания детей, обучающихся во втором классе общеобразовательной школы

Планируя тренинговую деятельность необходимо рассмотреть существующие методики и отобрать из них наиболее подходящие. При этом необходимо учесть возраст испытуемых, так как программа развития не должна быть утомительной. Оптимальный вариант – это, конечно же, игровая форма проведения.

Развитие внимания ребенка, его способности к целенаправленной, организованной деятельности – это процесс достаточно длительный, но необходимый для полного психического развития личности. Существует достаточно способов, специальных упражнений и заданий, направленных на тренировку различных свойств внимания. Вот некоторые из них:

1. Развитие концентрации внимания.

Основной тип упражнений – корректуальные задания, в которых ребенку предлагается находить и вычеркивать определенные буквы в печатном тексте. Такие упражнения позволяют ребенку почувствовать, что значит «быть внимательным», и развить состояние внутреннего сосредоточения. Рекомендуется также использовать: задания, требующие выделения признаков предметов и явлений; упражнения, основанные на принципе точного воспроизведения какого-либо образца (последовательность букв, цифр, геометрических узоров, движений и пр.).

1. Увеличение объема внимания.

Упражнения основаны на запоминании числа и порядка расположения ряда предметов, предъявляемых для разглядывания на несколько секунд. И последующее их воспроизведение.

1. Тренировка распределения внимания.

Основной принцип упражнений направленный на выполнение двух разнонаправленных заданий. Например:

1) чтение рассказа и подсчет ударов карандаша по столу;

2) выполнение корректуального задания и прослушивание пластинки с записью сказки.

1. Развитие навыков переключения внимания.

Для развития этого свойства внимания предлагается, например, выполнение корректуальных заданий с чередованием правил вычеркивания букв.

Разнообразные игры и упражнения на развитие внимания широко представлены в психолого-педагогической литературе. Основное условие, которое необходимо соблюдать в ходе проведения такой работы, состоит в том, что занятия с ребенком должны носить систематический характер [35,12c.].

Задания на развитие внимания можно предлагать детям в форме игр, соревнований. Желательно, чтобы занятия были насыщены разнообразными, непохожими упражнениями, очень важно в таких занятиях заинтересованность детей. Оптимальное время для проведения таких занятий – это после уроков. Возможно даже проведение внеурочных занятий. Это позволит проводить групповую работу с учащимися параллельных классов. Очень важно во время такой работы не допустить переутомления учащихся и этот факт необходимо учитывать при составлении программы. Нужно учитывать возраст, допустимую нагрузку и количество времени, необходимого для проведения занятий.

Итак, учитывая все вышеизложенное, изучив дополнительно психолого–педагогическую литературу, составлена развивающая программа, которая в дальнейшем была использована для работы с экспериментальной группой учащихся 2 «в» класса ГБОУ СОШ №285 г. Санкт-Петербурга (см. Приложение).

Данная развивающая программа создана для детей вторых классов, обучающихся в начальной школе, где по результатам диагностических исследований наблюдается низкий уровень развития внимания, что обуславливает их низкий уровень учебной успеваемости.

Программа объёмом 7.5 часов ориентирована на групповую и индивидуальную форму работы с учащимися 2 классов. Для эффективности данного эксперимента численность группы не должна превышать 8-10 человек. Ученики включенные в данную группу показали низкий уровень развития внимания, в результате проведения психолого-педагогического обследования, а также испытывают трудности в учёбе по причине своей невнимательности. Программа включает в себя 10 занятий, которые проводятся 1 или 2 раза в неделю. Время проведения этих занятий - вторая половина дня после основной учебной нагрузки. Их длительность не более 45 минут. Также, возможно повторное проведение программы через 2-3 месяца для закрепления результатов. Занятия проводятся в помещении с доской, столами и стульями. Учащиеся выполняют в тетрадях индивидуальную работу. Многие упражнения проводятся в форме соревнования. В этом случае успехи каждого ребёнка важно сравнивать с его предыдущими достижениями, а не с результатами других детей. Для развития коммуникативных навыков у школьников служат игры, где они могут исполнить роль «главного». Оценивание работы учащихся производится с помощью «баллов внимательности». Это стимулирует и активизирует их дальнейшую деятельность. Эти баллы присваиваются за успешно выполненные задания основной части занятия. В конце занятия всегда присутствует рефлексия и оценка своей работы.

Предлагаемые занятия призваны, в большей степени обратить внимание на то, что не всегда удается реализовать на традиционном уроке, а именно:

* ориентация в пространстве;
* произвольность поведения и познавательных процессов;
* умение организовать деятельность;
* развитие мышления, а именно: сравнение, анализ, обобщение, выделение существенного;
* развитие внимания, а именно некоторые его свойства: концентрация, объем, устойчивость;
* развитие памяти, а именно: словесно-логической;
* развитие восприятия, а именно: дифференцированность, устойчивость;
* словарное развитие;
* развитие тонкой моторики.

Многое из вышеперечисленного затрагивается в процессе обучения косвенно и опосредованно, а специально на традиционном уроке внимание этому не уделяется.

Общеизвестные упражнения, которые используются на занятиях, описаны в педагогической и психологической литературе. В данной программе также используются оригинальные авторские упражнения. По необходимости, приоритет в некотором повторении каких-либо упражнений, может зависеть от потребностей детей. Логика занятий выстроена по двум направлениям:

1. От простого к сложному.
2. По актуальности задач в период адаптации.

## 3.5. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной и экспериментальной групп после проведения развивающих занятий

По окончании проведения развивающей программы в экспериментальной и контрольной группах было проведено повторное обследование школьников.

При сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной и экспериментальной групп после проведения развивающих занятий были выявлены значимые различия только по показателю устойчивости внимания. У детей, вошедших в экспериментальную группу, значения данного показателя существенно выше, чем у их сверстников из контрольной группы. По другим сравниваемым показателям значимые различия выявлены не были.

**Таблица 3.5.1. –** Сравнение средних значений показателей устойчивости, объема и концентрации внимания у младших школьников контрольной и экспериментальной групп после проведения развивающих занятий.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | Среднее значение | Эмпирическое значениеU-критерия Манна-Уитни |
| Контрольная группа (n=10) | Экспериментальная группа (n=10) |
| 1. Устойчивость внимания | 2,4 | 4,6 | 25,5 (p<0,05) |
| 2. Объем внимания | 3,1 | 3,6 | 47 |
| 3. Концентрация внимания | 2,4 | 3,2 | 29,5 |

Примечание: Uкр. = 27 при p=0,05

## 3.6. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной группы в начале и в конце формирующего эксперимента

При сравнении результатов диагностики свойств внимания у испытуемых контрольной группы в начале и конце формирующего эксперимента значимые различия выявлены не были.

**Таблица 3.6.1.** – Сравнение средних значений показателей устойчивости, объема и концентрации внимания у младших школьников контрольной группы в начале и в конце эксперимента

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | Среднее значение | Эмпирическое значениеТ-критерия Вилкоксона |
| в начале эксперимента | в конце эксперимента |
| 1. Устойчивость внимания | 1,4 | 2,4 | 13 |
| 2. Объем внимания | 3 | 3,1 | 18 |
| 3. Концентрация внимания | 2,1 | 2,4 | 16 |

Примечание: Ткр. = 10 при p=0,05; Ткр. = 5 при p=0,01.

## 3.7. Сравнение результатов диагностики свойств внимания у испытуемых экспериментальной группы в начале и в конце формирующего эксперимента

При сравнении результатов диагностики свойств внимания у испытуемых экспериментальной группы в начале и конце формирующего эксперимента значимые различия были выявлены по показателю устойчивости внимания (см. таблицу 3.7.1). После проведения развивающих занятий по данному показателю значения стали существенно выше.

Однако по результатам корреляционного анализа значений показателей устойчивости внимания и успеваемости значимая связь выявлена не была. Поэтому нет уверенности в том, что работа над устойчивостью внимания младших школьников будет способствовать повышению учебной успеваемости.

Значения показателей объема и концентрации внимания у младших школьников экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента существенно не изменились.

**Таблица 3.7.1** – Сравнение средних значений показателей устойчивости, объема и концентрации внимания у младших школьников экспериментальной группы в начале и в конце эксперимента

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | Среднее значение | Эмпирическое значениеТ-критерия Вилкоксона |
| в начале эксперимента | в конце эксперимента |
| 1. Устойчивость внимания | 1,3 | 4,6 | 7 (p<0,05) |
| 2. Объем внимания | 3,7 | 3,6 | 15 |
| 3. Концентрация внимания | 1,8 | 3,2 | 12 |

Примечание: Ткр. = 10 при p=0,05; Ткр. = 5 при p=0,01;

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, давайте подведем итог того, с чем могут быть связаны проблемы неуспеваемости учащихся начальной школы. Многие из них обусловлены физиолого-психологическими особенностями развития детей данного возраста. Например, внимание младших школьников часто бывает непроизвольным, неустойчивым или кратковременным. Ученики первого и второго классов ещё не умеют длительно фокусировать своё внимание на работе, особенно если она скучна и однообразна, поэтому они легко отвлекаются от основной учебной деятельности. Им сложно делать волевые усилия для регулирования своего внимания. У детей данного возраста гораздо лучше развито непроизвольное внимание. Так всё, что является для них новым и неизведанным, а также привлекательным и интересным, само по себе и без всяких усилий с их стороны привлекает внимание учеников. Но невозможно строить обучение только на непроизвольном внимании. Именно поэтому зачастую на уроках слышна просьба учителя: «Будьте внимательны!», а в беседе с родителями, в качестве объяснения неудач ученика, нередко говорится о том, что все его ошибки от невнимательности. Но если бы родители спросили педагога, что нужно делать ребёнку, чтобы быть внимательным, или даже как развить это внимание, то обнаружилось бы, что абсолютно не каждый преподаватель готов ответить на эти вопросы. Причины подобных трудностей в том, что внимание младших школьников имеет свои особенности.

Конечно, каждый учитель в своем педагогическом «арсенале» имеет запас методов и различных приёмов для привлечения внимания детей к учебному материалу. Многие программы обучения содержат в своих учебниках упражнения, которые развивают этот психический процесс. Но новизна идеи состоит в том, что педагоги, передавая ученикам знания, могут и должны делать это активно, применяя в своей работе различные психологические методы. Однако данная развивающая работа не может проходить время от времени. Она должна быть систематической и планомерной. Дети, у которых уровень развития таких психических процессов, как память, внимание, восприятие, мышление и речь, выше среднего или даже высокий, достаточно успешно осваивают школьную программу по сравнению со своими сверстникам с более низким уровнем развития.

Психолог П. Я. Гальперин рассматривал внимание лишь в связи с другими психическими функциями, такими, как память, мышление, воображение и восприятие. Он считал, что проявление внимания нельзя увидеть отдельно от них, поскольку само по себе оно не имеет отдельного специфического продукта. Его результат - улучшение всякой деятельности, в которой оно участвует. Именно поэтому работу по развитию внимания необходимо вести в первую очередь в этом направлении. Да и сами упражнения в этой области зачастую способствуют развитию и других психических процессов. Развивая различные свойства внимания в процессе учебной деятельности, а также удачно сочетая развивающие упражнения с учебным материалом, мы добьёмся выполнения следующих **целей:**

* повышение уровня знаний учащихся и их качества;
* создание стимулов для положительной мотивации к обучению;
* преодоление трудностей периода адаптации детей при поступлении в школу, а также при переходе их из начальной школы в среднюю.

Внимание – это сложное психическое явление, уровень которого во многом зависит от слаженности работы всех его компонентов (концентрации, объёма, устойчивости, распределяемости и переключаемости). Если хотя бы одно из перечисленных свойств внимания ослаблено, это неминуемо влияет на работоспособность учащегося. Из всего выше сказанного следует, что учителя в своей работе должны решать следующие **задачи:**

**-**развивать интеллектуальные способности с помощью развития внимания;
- учиться использовать непроизвольное внимание и перенаправлять его в произвольное;
- углублять и расширять развитие концентрации внимания, его объёма и устойчивости;
- учить ребёнка управлять своим вниманием, а также полноценно использовать его во время учебного процесса. [4]

Решение поставленных задач крайне эффективно только при постоянной работе педагогов, которая направлена на применение в учебном материале специальных упражнений, развивающих отдельные свойства внимания.

Сложность развития свойств внимания заключается в том, что с каждым из них это происходит в разной степени. Наименее подвержен влиянию объём внимания, так как он индивидуален. Однако остальные свойства можно и нужно тренировать.

Подобная работа должна осуществляться **в двух направлениях**:

1. Использование специальных упражнений, тренирующих основные свойства внимания.

2. Использование упражнений, на основе которых формируется внимательность как свойство личности. Обычно причина глобальной невнимательности заключается в том, что дети обычно ориентируются на общий смысл текста, фразы, слова, арифметической задачи или выражения. Поэтому они схватывают лишь общий смысл и, довольствуясь этим, «пренебрегают частностями». Надо учить детей преодолевать такое восприятие и воспринимать содержание с учётом элементов на фоне смысла в целом. [37]

Внимание можно и нужно развивать каждый день. Особенно плодотворно это надо осуществлять в младшем школьном возрасте.

Очень хочется закончить словами Жана Кювье *«Гений – это прежде всего внимание!».*

# ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Анализ результатов исследования позволил выработать некоторые практические рекомендации для учителей и родителей детей младшего школьного возраста.

Задания для развития внимания, которые можно легко найти в специальной литературе, необходимо вводить в уроки регулярно, сочетая их с темой и общими задачами. Это могут быть не только основные предметы (русский язык, математика, литературное чтение, окружающий мир), но и физкультура, трудовое обучение, музыка, рисование. Продолжительность упражнений колеблется от 2 до 10 минут. Форма организации работы по развитию внимания может быть групповой, парной и индивидуальной. В зависимости от типа упражнения, оно должно соответственно занимать своё место в определённой части урока. Например, в организационном моменте, на этапе повторения и закрепления знаний, физминутке или итоге урока. Эти упражнения не только играют развивающую роль, но и помогают введению в урок нового материала, повторению, закреплению и даже проверке уже изученного. Такие упражнения помогут разнообразить необходимые перерывы для отдыха детей между этапами урока. Всё зависит от общих целей конкретного урока. Также во время физминуток можно не просто выполнить какие-либо движения, а делать их в зеркальном отображении. [38]

Развивающие упражнения можно использовать и во внеурочной деятельности. Достоинством данного вида деятельности можно считать возможность придания им игрового и соревновательного оформления. Данная методика открывает для творчески работающих учителей большое поле для деятельности. Ведь уже известные упражнения можно менять и привносить в них свои новые элементы, способы их применения в процессе учебной деятельности.

Учебная деятельность это не только работа в школе, но и самоподготовка к ней в домашних условиях. Поэтому следующим этапом работы будет просветительская деятельность с родителями. Им нужно показать необходимость оказания помощи своим детям, которая должна быть не просто при выполнении домашнего задания, но и в общем развитии ребёнка в целом. Родителей надо учить использовать развивающие упражнения в повседневной жизни.

**Пример упражнений, которые направлены на развитие внимания.**

1. *Упражнение для улучшения распределения внимания.*

При выполнении данного упражнения ребёнок должен выполнять работу обеими руками одновременно. Правой рукой медленно перелистывать книгу с картинками и запоминать их, а левой рисовать геометрические фигуры или решать несложные примеры. Время на выполнение этого задания – 1 минута.

**2.** *Упражнение для улучшения концентрации внимания.*

Ученику даётся карточка с написанными на ней словами, где в каждом из этих слов нужно отыскать другое, спрятавшееся в нем, слово.

Например: столб, смех, полк, волк, зубр, мель, набор, китель, укол, дорога, коса, олень, пирожок, удочка.

**3.** *Упражнение для увеличения объема внимания.*

Это упражнение проводится в группе из 3-5 человек. «Водящему» нужно увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета, размера, формы, материала и др. в течение 10-15 секунд. Затем он начинает перечислять увиденное, а другие участники должны проверить его ответы.

**4.** *Упражнение для улучшения распределения внимания.*

Ученику нужно называть цифры от 1 до 20 и одновременно с этим записывать их на листе бумаги, но в обратном порядке. При этом произнося 1, нужно писать 20, а произнося 2, писать 19 и т.д. После этого подсчитывается время выполнения задания и число ошибок.

# ВЫВОДЫ

1. Больше половины обследованных младших школьников характеризуются высоким уровнем концентрации внимания. Объем внимания у значительной части школьников средний. При этом чуть больше половины младших школьников обладают низким уровнем устойчивости внимания.
2. Существует значимая корреляционная связь значений показателей объема и концентрации внимания со средними значениями учебной успеваемости младших школьников: чем больше объем и концентрация внимания, тем выше учебная успеваемости. При этом значимая связь устойчивости внимания и успеваемости отсутствует.
3. Разработана программа по развитию внимания детей, обучающихся во втором классе общеобразовательной школы. Она включает в себя 10 занятий по 45 минут каждое. Задания , направленные на развитие разных свойств и видов внимания, и подходят как для индивидуальной, так и для групповой работы.
4. До проведения развивающих занятий младшие школьники контрольной и экспериментальной групп существенно не различались по показателям объема, концентрации и устойчивости внимания. После проведения занятий у обучающихся экспериментальной группы существенно повысились значения показателя устойчивости внимания. По остальным показателям значения существенно не изменились. В процессе проведения формирующего эксперимента существенные изменения значений показателей отдельных свойств внимания у младших школьников контрольной группы не произошли. Полученные данные свидетельствуют о том, что развивающая программа эффективна.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александрова А.Ю., Проводина М.А. Психология младшего школьного возраста. - Екатеринбург: Сфера, 2013. - 343 с.
2. Безруких М.М. Ефимова С.П. Знаете ли вы своего ученика? - Москва: Просвещение, 2006.
3. Богданова Т.Г., Корнилова Т.В. Диагностика познавательной сферы ребёнка. - Москва: Роспедагенство, 1994. - 390 с.
4. Волкова Т.Н. Развитие памяти и внимания. - Москва, 2006.
5. Грушин И.В., Круглова Ю.Б. Развитие памяти у младших школьников. - Иркутск: Остров, 2014. - 410 с.
6. Данилова Е. Поможем ребенку сосредоточиться / Школьный психолог. - 2007. - № 18.
7. Давыдов В.В. Психическое развитие в младшем школьном возрасте / Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. - Москва,2006. - 288 с.
8. Демакова Н.В, Гладышева Н.В. Взаимосвязь развития внимания, памяти и мышления у детей младшего школьного возраста: Автореф. дисс. канд. психол. наук СПб: Издательство Государственной полярной академии, 2012. - 180 с.
9. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. - Санкт-Петербург: Питер, 2002. - 368 с.
10. Дубровина И.В., Акимова М.К., Борисова Е.М. Рабочая книга школьного психолога - Москва: Просвещение, 1991 - 303 с.
11. Гальперин П.Я., Кабыльницкая С.Л. Экспериментальное формирование внимания. - Москва,1974.
12. Гильбух Ю.З. Учебная деятельность младшего школьника: диагностика и коррекция неблагополучия. - Киев, 1993.
13. Гоноболин Ф.Н. Внимание младшего школьника / Психология младшего школьника / Под редакцией Е.И. Игнатьева. - Москва: Академии Педагогических наук РСФСР, 1960.
14. Зорин С.С. Формирование творческих способностей школьников / Искусство и образование. 2006. 26-39 с.
15. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога начальной школы (2-е изд.) / серия «Справочники». - Ростов на Дону: Феникс, 2004. - 448 с.
16. Карелин А.А., Власов К.С. Внимание и его воспитание. - Владивосток: Олимп Проект, 2014. - 340 с.
17. Коломинский Я.Л., Панько Е.А. Учителю о психологии детей младшего школьного возраста: кн. для учителя. - Москва:Просвещение, 2008.
18. Лагутина В.А., Соколовская И.В. Развитие высших форм внимание, памяти и мышления в филогенезе и онтогенезе. Монография. - Санкт-Петербург: АНОО ВПО МИЭП при МПА ЕврАзЭС, 2015. - 296 с.
19. Ланге Н.Н. Теория волевого внимания / Хрестоматия по вниманию - Москва, 1976.
20. Маклаков А.Г. Общая психология. Учебник для вузов. - Санкт-Петербург: Питер, 2007.
21. Марютина Т.М., Мешкова Т.А., Гавриш Н.В. О связи свойств внимания и успеваемости у учащихся вторых классов //Вопросы психологии. 2006. - № 3.
22. Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Патрина К.Г. Психология младшего школьника. - Москва: Просвещение, 1976.
23. Морозов А.В., Константинов С.Н. Учет внимания и памяти ребенка в начальной школе. - Казань: Перекресток, 2014. - 255 с.
24. Немов Р.С. Общая психология. - Санкт-Петербург: Питер, 2008. - 304 с.
25. Общая психология/ Под ред. Е.И. Рогова. - Москва: Владос, 1998.
26. Осипова А.А., Малашинская Л.И. Диагностика и коррекция внимания. Программа для детей 5-9 лет. Москва, 2002.
27. Прокопьев Д.Л. Развитие интеллектуальных и творческих способностей детей 6-8 лет в образовательных учреждениях различного типа/ Прикладная психология и психоанализ. 2007.
28. Психология / Под ред. И.В. Дубровиной – Москва, 2002.
29. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина - Москва: ВЛАДОС, 1999. – 312 с.
30. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / Составители А.В. Брушлинский, К.А. Абульханова-Славская/ Санкт-Петербург: Питер, 2000.
31. Самоукина Н. В., Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, и коррекционные программы. - Москва, 1993 - 70 с.
32. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. Санкт-Петербург: Речь, 2003. - 350с.
33. Таланов В. Л., Малкина-Пых И. Г. Справочник практического психолога. - Санкт-Петербург: Сова; Москва: ЭКСМО, 2005. - 928 с.
34. Тихомирова Л. Ф. Развитие познавательных способностей детей. - Екатеринбург, 2003. - 240 с.
35. Фридман Л.М. Пушкина Т.А. Каплунович И.Я. Изучение личности учащегося и ученических коллективов: кн. для учителя. Москва:Просвещение, 2008.
36. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика детей./ Под ред. Райгородского Д.Я. / Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2014. – 624 с.

**Интернет источники:**

1. [www.adalin.mospsy.ru](http://www.adalin.mospsy.ru)
2. [www.azps.ru](http://www.azps.ru)
3. <http://u4isna5.ru/pedagogika/41-2011-02-02-13-25-41/170-obem>
4. <http://avemir.com.ua/HTMLs/mir_diagnostica_attention.html#attention3>

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Программа занятий по развитию внимания учащихся младшего школьного возраста**

***Пояснительная записка***

В настоящее время наблюдается большое увеличение числа детей с трудностями в обучении. Для решения данной проблемы, учащимся на начальном этапе обучения, оказывается различная психологическая помощь. Сейчас это становится особенно актуальным. В психолого-педагогическом сопровождении учебной деятельности ребёнка выступают разнонаправленные развивающие занятия, поскольку традиционные уроки не могут обеспечить в равной доле решение образовательныx и развивающих задач. Для педагога приоритетным является подача содержания урока, а развитие психических процессов ученика уходят на второй план или опускаются вовсе. Интеллектуальные и психологические ресурсы ребенка расходуются в большом количестве во время школьных занятий, и почти совсем не подкрепляются. Фактически, с самого первого дня, к учащимся предъявляются требования, которые касаются произвольности познавательных процессов, навыков и учебной мотивации, чтобы успешно осваивать школьную программу. Но даже хорошо подготовленные дети в период адаптации школьного обучения испытывают стресс и показывают нестабильные результаты.

Таким образом, главной и приоритетной задачей школьного психолога является оказание помощи ученику в освоении им учебной деятельности. При выявлении основных проблем учащихся необходимо организовать психолого-педагогическое наблюдение психолога, но совместно с учителем. И может быть даже провести диагностику актуального развития детей младшего школьного возраста. А после анализа полученных данных подготовить и провести комплекс развивающих занятий, направленных на актуализацию знаний, умений и навыков учебной деятельности способных создать ситуацию успеха.

***Актуальность проблемы***

Одним из основных условий эффективности учебно-воспитательного процесса является развитие внимания младших школьников. Свойства внимания развиваются именно в процессе обучения, воспитания, а также в общении ученика. Устойчивое сочетание видов внимания формирует внимательность как свойство личности. Причиной плохого усвоения знаний и формирования самой личности является недостаточный уровень развития внимания или даже возникновение его отклонений. Это может быть основой неуспешности детей, обучающихся в младших классах.

На данный момент школьные задания содержат много новой информации и требуют более длительного усердия от учеников. Им также приходится столкнуться с тем, что учебный процесс по своей форме не всегда является увлекательным и интересным. И для того, чтобы справиться с этими проблемами, ученикам нужно уметь управлять своим вниманием, а также подчинять его своей воле.

Каждый год, по результатам психолого-педагогических исследований, а также наблюдений педагогов и родителей учащихся младшего школьного возраста, можно выделить группу детей, которые имеют низкий уровень развития внимания. Это является одной из основных причин их неуспеваемости в школе. Именно по этой причине возникла необходимость составить программу развивающих занятий для развития внимания младших школьников. Для максимального развивающего эффекта комплекс таких мероприятий будет включать в себя современные методические приёмы, упражнения, задания и игры, направленные на развитие внимания и связанных с ним других психических процессов.

Данная развивающая программа создана для детей вторых классов, обучающихся в начальной школе, где по результатам диагностических исследований наблюдается низкий уровень развития внимания, что обуславливает их низкий уровень учебной успеваемости.

**Развивающая программа имеет:**

***Цель:*** развитие внимания младших школьников, обучающихся в общеобразовательной школе.

***Задачи:***

1. Учить вырабатывать устойчивое и концентрированное внимание, усилить способность к распределению и переключению внимания, а также увеличить объём внимания.
2. Развить объём, мобилизационную готовность, точность и уверенность в правильности запоминания и воспроизведения информации.
3. Развить волевую сферу.
4. Учить делать умозаключения, видеть взаимосвязи мыслить творчески.
5. Развить воображение для успешного выполнения задач учебной деятельности.
6. Формировать  коммуникативные и социальные умения, которые необходимы для взаимодействия с одноклассниками и педагогами.
7. Формировать устойчивость самооценки и учебной мотивации.

***Участники программы****:* младшие школьники, обучающиеся в общеобразовательной школе в возрасте 7-8 лет. Они набираются в группу по итогам проведённых диагностик: «Корректурная проба» тест Бурдона; теста Пьерона-Рузера; Шульте - «Объем внимания».

**Условия проведения**

Программа объёмом 7.5 часов ориентирована на групповую и индивидуальную форму работы с учащимися 2 классов. Для эффективности данного эксперимента численность группы не должна превышать 8-10 человек. Ученики включенные в данную группу показали низкий уровень развития внимания, в результате проведения психолого-педагогического обследования, а также испытывают трудности в учёбе по причине своей невнимательности. Программа включает в себя 10 занятий, которые проводятся 1 или 2 раза в неделю. Время проведения этих занятий - вторая половина дня после основной учебной нагрузки. Их длительность не более 45 минут. Также, возможно повторное проведение программы через 2-3 месяца для закрепления результатов. Занятия проводятся в помещении с доской, столами и стульями. Учащиеся выполняют в тетрадях индивидуальную работу. Многие упражнения проводятся в форме соревнования. В этом случае успехи каждого ребёнка важно сравнивать с его предыдущими достижениями, а не с результатами других детей. Для развития коммуникативных навыков у школьников служат игры, где они могут исполнить роль «главного». Оценивание работы учащихся производится с помощью «баллов внимательности». Это стимулирует и активизирует их дальнейшую деятельность. Эти баллы присваиваются за успешно выполненные задания основной части занятия. В конце занятия всегда присутствует рефлексия и оценка своей работы.

Предлагаемые занятия призваны, в большей степени обратить внимание на то, что не всегда удается реализовать на традиционном уроке, а именно:

* ориентация в пространстве;
* произвольность поведения и познавательных процессов;
* умение организовать деятельность;
* развитие мышления, а именно: сравнение, анализ, обобщение, выделение существенного;
* развитие внимания, а именно некоторые его свойства: концентрация, объем, устойчивость;
* развитие памяти, а именно: словесно-логической;
* развитие восприятия, а именно: дифференцированность, устойчивость;
* словарное развитие;
* развитие тонкой моторики.

Многое из вышеперечисленного затрагивается в процессе обучения косвенно и опосредованно, а специально на традиционном уроке внимание этому не уделяется.

Общеизвестные упражнения, которые используются на занятиях, описаны в педагогической и психологической литературе. В данной программе также используются оригинальные авторские упражнения. По необходимости, приоритет в некотором повторении каких-либо упражнений, может зависеть от потребностей детей. Логика занятий выстроена по двум направлениям:

1. От простого к сложному.
2. По актуальности задач в период адаптации.

**Структура занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Номер** **занятия** | **Время прове-дения** | **Содержание** |
| Занятие 1 | 45 мин |  - Знакомство с правилами работы на занятиях.  - Развитие: устойчивости, концентрации и распределения внимания. |
| Занятие 2 | 45 мин | Развитие: объёма и распределения внимания; зрительной памяти и воображения. |
| Занятие 3 | 45 мин | Развитие: распределения, переключения, объёма внимания; слуховой памяти; пространственной ориентации и гибкости мышления. |
| Занятие 4 | 45 мин | Развитие: распределения, объёма внимания; зрительной и кинестетической памяти; наблюдательности; логического мышления; творческого воображения. |
| Занятие 5 | 45 мин | Развитие: концентрации, устойчивости внимания; смысловой памяти; логического мышления; гибкости мышления. |
| Занятие 6 | 45 мин | Развитие: концентрации и объёма внимания; смысловой памяти; пространственной ориентации; логического мышления; креативности. |
| Занятие 7 | 45 мин | Развитие взаимодействия связанного с координацией слухового и зрительного анализаторов; развитие логического мышления и внимания. |
| Занятие 8 | 45 мин | Развитие: объёма и переключения внимания; зрительной памяти; логического мышления; творческого воображения. |
| Занятие 9 | 45 мин | Развитие: концентрации и объёма внимания; логического мышления; смысловой памяти; грамматических навыков. |
| Занятие 10 | 45 мин | Развитие: концентрации и переключения внимания; волевой сферы; зрительной памяти; логического мышления. |

**1. Ритуалы приветствия и прощания** являются важным моментом работы с группой. Они позволяют сплачивать детей, создавая атмосферу группового доверия и принятия. Это очень важно для подобной работы. Данный ритуал обычно предлагается самим психологом, но в него должны быть включены все дети.

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

**3. Основное содержание занятий** представляет собой совокупность психотехнических приёмов и упражнений, которые направленны не только на решение задач данного развивающего комплекса, но и на формирование социальных навыков, а также на динамическое развитие группы. Психогимнастические упражнения, которые включены в основную часть занятий, помогают снять мышечные зажимы и эмоциональное напряжение.

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

***ПЛАН РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ***

Занятие 1 «Знакомство группы»

**Задачи:**

**-** создание условий для более близкого знакомства детей в микрогруппе;

- знакомство с правилами работы на занятиях;

- развитие устойчивости, концентрации и распределения внимания.

**1. Приветствие** (Время – 5 мин.)

Психолог приветствует всех участников группы и рассказывает им как будут проходить их занятия. Также оговариваются элементарные правила поведения в группе и предлагается ритуал приветствия.

**Ритуал:** «Все, начиная с ведущего, передают по кругу рукопожатие (слева направо), а также узнают и запоминают имена членов группы».

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра «Волшебный клубок».*** Дети сидят в кругу.

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

Важно, чтобы психолог первым начал «знакомство» с ребятами. Каждый из участников, разматывая клубок, берётся за начало нити и передаёт клубок сидящему рядом. Дети передают клубок друг другу, рассказывая о себе и держа в руках разматываемую нить. Когда клубок вновь приходит к психологу, он говорит: *«Вот мы и познакомились друг с другом. А теперь натяните нить и закройте глаза. Представьте, что вы одно целое, потому что каждый из вас важен и значим в этом целом».*

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие концентрации и устойчивости внимания, временной ориентации, а также на развитие волевой сферы.*** (Время – 8 мин.)

Объяснение психолога: *«Сейчас мы попробуем внутренне измерить время равное одной минуте. Закройте глаза. Когда ваша внутренняя минутка пройдёт, поднимите руку».*

Затем, с помощью секундомера, психолог измеряет реальное время и заносит результат каждого участника в таблицу.

***2) Упражнение на развитие концентрации и устойчивости внимания.*** (Время – 5 мин.)

Психолог пишет на доске (или в воздухе) пальцем слово по одной букве. Дети записывают буквы по мере их изображения в тетрадях или пытаются их запомнить. Затем обсуждается, какое слово получилось у каждого. **Психогимнастическое упражнение.** (Время – 2 мин.)

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

***3) Упражнение на развитие распределения и концентрации внимания, а также на развитие слуховой памяти.*** (Время – 5 мин.)

Психолог читает ряд из 5-7 слов, несвязанных между собой по смыслу:
ПУЛЯ - ГРУША - САХАР - РЫБА - ЯЩИК - ЛИСТОК - ТАНЕЦ

Затем ряд читается не полностью, одно из слов опускается. После этого дети должны восстановить пропущенное слово, а в дальнейшем и его место в ряду.

***4) Упражнение на развитие логического мышления.*** (Время – 10 мин.)

Участникам даются числа: 3; 2; 4; 1.

Объяснение психолога: «Посмотрите на эти числа. Какие арифметические действия можно с ними произвести так, чтобы в итоге получилось число 8? Только существует одно условие, при котором каждое из этих чисел можно использовать только один раз».

Дети выполняют данное задание в тетрадях самостоятельно. Затем психолог проверяет их ответы.

***5) Упражнение на развитие концентрации внимания с применением дедукции.*** (Время – 3 мин.)

Объяснение психолога: «Внимательно послушайте такую задачу:

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

**4. Рефлексия занятия**(Время – 2 мин.)

Психолог спрашивает детей: с чем они познакомились на занятии? что им понравилось? что не понравилось? А также сам рассказывает о своём впечатлении от занятия и предлагает участникам ритуал прощания.

**Ритуал:** Все встают в круг, берутся за руки и хором говорят «До свидания!».

Занятие 2

**Задачи:** развитие распределения, концентрации и объёма внимания.

 **1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Упражнение на активизацию коммуникативной деятельности.***

Психолог проговаривает правила игры с мячом: «Добрый мяч» легко поймать, «злой» - трудно. Затем участники становятся в круг и начинают перекидываться мячом. Научившись кидать «добрый» или «злой» мяч, участники кидают друг другу разные мячи. Тот, кому адресован мяч, должен угадать какой был мяч.

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие объёма, концентрации внимания и зрительной памяти*** (Время – 5 мин.)

Участники должны рассмотреть фигуры с расположенными в них числами в течение 10 секунд.

****

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

***2) Упражнение на развитие распределения внимания, логического мышления.*** (Время – 5 мин.)

Участникам предлагается прочесть анаграммы, например:

ОШЛАК (школа) АВОРОК (корова)

Объяснение психолога: «В этих словах буквы перепутали свои места. Поставьте каждую из букв на своё место так, чтобы получились правильные слова и запишите их в своих тетрадях». Затем психолог проверяет их ответы.

**Психогимнастическое упражнение «Дождик».** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Посмотрите, что падает с неба? Вытяните левую руку, откройте ладошку. Вытяните правую руку, откройте ладошку. Поймайте ладошками капельки дождя. Потянитесь вверх. Глубоко вдохните. Опустите руки вниз, стряхните капельки с ладошек. Выдохните. Давайте повторим ещё раз».

***3) Упражнение на развитие распределение внимания и мышления.*** (Время – 10 мин.)

Объяснение психолога: «Из букв данного слова составьте как можно больше новых слов. В новом слове каждую букву можно использовать столько раз, сколько она встречается в исходном слове. Например, слово: ПЕРЕЛЕСОК».

***4) Упражнение на развитие переключения и объёма внимания.*** (Время – 5 мин.)

Участники должны записать в своих тетрадях названия предметов, например зелёного цвета, которые есть в классе. Психолог просит их быть внимательными, и не повторять названия предметов. Затем дети сверяют свои ответы.

***5) Упражнение на развитие концентрации внимания***  (Время – 5 мин.)

Стимульный материал для упражнения: 2 набора «найди отличия».
Дети делятся на две команды. Каждая команда получает по 2 рисунка и задание: найти в них отличия. Та команда, которая справляется с заданием быстрее, получает балл на каждого участника этой команды.

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 3

**Задачи:** развитие концентрации, устойчивости, переключения, распределения, объёма внимания, а также пространственной ориентации, гибкости мышления и воображения.

**1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие объёма, распределения и переключения внимания.***

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

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие концентрации, переключение и распределение внимания.*** (Время – 5 мин.)

Участники должны решить семь несложных примеров за 2 минуты. Одновременно с этим, психолог читает вслух неизвестный детям текст. Они должны в условленный срок правильно решить примеры и ответить на вопросы по содержанию текста.

***2) Игра на развитие устойчивости, концентрации внимания и пространственной ориентации.*** (Время – 5 мин.)

Психолог раздаёт участникам таблицы из 16 клеток и диктует «перелёт мухи» внутри таблицы (вправо – влево, вверх – вниз), но не по диагонали. Перелёт «мухи» дети отслеживают визуально.

**Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Сделайте глубокий вдох. Медленно поднимайте руки через стороны вверх. Задержка дыхания на вдохе. Выдох с открытым сильным звуком А-А-А. Медленно опускайте руки. Вдох. Руки поднимаются до уровня плеч через стороны. Задержка дыхания. Медленный выдох с сильным звуком О-О-О. Обнимите себя за плечи и опустить голову на грудь. Медленный глубокий вдох. Руки поднять до уровня груди. Задержка дыхания. Медленный выдох с сильным звуком У-У-У. Руки опустить вниз».

***3) Игра на тренировку активного внимания.***(Время – 10 мин.)

Каждому участнику присваивается одна буква. Затем психолог называет слово. Если в этом слове есть буква, которая присвоена ребёнку, то он должен выйти к доске.

*Слова для игры*: дом, рама, папа, еж, цирк, вода, каша, заря, рука, бык, герб, сон.
*Буквы*: о, м, п, р, е, ж, д, к, ш, у, в, б, а, ц, и, ы, г, з, я, с, н.

***4) Игра на развитие слухового внимания и пространственной ориентации.*** (Время – 10 мин.)

В этой ирге участники слушают команды психолога, а затем повторяют эти движения вместе с ним. Далее они начинают бегать по кругу, но как только звучит команда, застывают в определенной позе. Невнимательные выбывают.

|  |  |
| --- | --- |
|  **Команда** |  **Движение руками** |
| Огонь | Прижимаем к груди |
| Воздух | Поднимаем вверх |
| Земля | Опускаем руки вниз |
| Вода | Вытягиваем руки вперед |

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 4

**Задачи:**

**-** развитие распределения и концентрации внимания;

- развитие зрительной памяти и наблюдательности;

- развитие воображения и логического мышления.

**1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра для развития объёма внимания, слуховой памяти и активизации участников.***

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

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие распределение внимания.*** (Время – 5 мин.)

Участникам выдаются книги с иллюстрациями.

Объяснение психолога: «*Левой рукой перелистывайте листы книги, внимательно рассматривая иллюстрации, а правой рукой чертите геометрические фигуры по образцу».*

 

 Работа продолжается в течение двух минут. Затем при выполнении этих заданий можно поменять руки.

***2) Игра на развитие наблюдательности.*** (Время – 10 мин.)
Для этой игры необходимо приготовить какой-либо маленький предмет. Водящий игрок выходит из комнаты. Психолог кладёт предмет на видном месте. Затем водящий приглашается в комнату. Он может сделать только один круг по комнате, чтобы отыскать предмет. Остальные игроки не должны подсказывать словами и взглядами о местонахождении предмета.

***3) Упражнение на развитие устойчивости внимания и умения устанавливать закономерности.*** (Время – 5 мин.)

Участники должны установить логические закономерности в построении числовых рядов и продолжить их, написав два последующих числа.

Например:
**5 1 8 1 11 \_ \_
9 2 7 2 5 \_ \_**

**2 4 6 8 10 \_ \_
Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

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

***4) Игра на развитие распределения внимания и логического мышления.*** (Время – 5 мин.)

Участникам должны прочесть анаграммы, например:

АБРЕЗ, НОЗИБ, ФЕЛЕТОН, ВОЙБУЛ, ГРИТ (зебра, бизон, телефон, буйвол, тигр).

Нужно отгадать слова и найти лишнее слово.

***5) Игра на развитие способности концентрировать внимание.*** (Время – 5 мин.)

Дети разбиваются на пары. Один ребенок показывает простые движения руками и туловищем, а второй ребенок их повторяет. Через 2 минуты дети меняются ролями. Далее идёт обсуждение, кто был лучшим «зеркалом».

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 5

**Задачи:** развитие устойчивости внимания, логического мышления и смысловой памяти.

 **1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие устойчивости, концентрации внимания и пространственной ориентации.***

Участники образуют круг. Выбирается «водящий». Далее он начинает ходить внутри круга и, остановившись перед кем-нибудь, громко говорит: «Руки». Тот, к кому он обратился, должен стоять спокойно, а его соседи должны поднять руки (сосед справа – левую руку, а сосед слева – правую руку). Кто ошибается, выходит из круга.

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие концентрации внимания и смысловой памяти.*** (Время – 10 мин.)

Психолог читает слова или словосочетания, которые участникам следует запомнить.
Объяснение психолога: «*Слов много, а чтобы легче их было запоминать, нарисуйте в тетради что-нибудь (какой-либо предмет или образ). Для того чтобы запомнить каждое из них. Рисовать можно картинки, но не буквы и числа. Не старайтесь вырисовывать, качество рисунков неважно. Важно то, чтобы они правильно передавали смысл слова или словосочетания».*

Важно, чтобы психолог показал пример выполнения данного задания.

*Слова*:

1) обман;
2) расставание;
3) развитие;
4) слепой мальчик;
5) тёплый ветер;
6) страх;

7) весёлый праздник;
8) вкусный ужин;
9) строгая учительница;
10) тяжёлая работа;
11) болезнь;
12) дружная компания.

Затем участники по своим рисункам воспроизводят данные слова и словосочетания.

***2) Игра на развитие устойчивости и объёма внимания.*** (Время – 5 мин.)

Перед игрой каждый участник подбирает для себя «фант». Это должна быть какая-то мелкая вещь. Игроки усаживаются вокруг водящего. Водящий даёт остальным игрокам названия деревьев: берёза, липа, дуб, ясень, клён, осина, черёмуха, ива и др. Каждый должен запомнить своё название. Водящий, например, говорит: «Прилетела птичка и села на иву». «Ива» должна ответить: «На иве не была, улетела на берёзу». «Берёза» называет другое дерево и т.д. Кто прозевает, то отдаёт свой фант водящему.

**Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

Психолог просит детей закрыть глаза.

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

Упражнение повторяется три раза. После его выполнения желающие могут поделиться своими впечатлениями.

***3) Упражнение на развитие и тренировку избирательности внимания.*** (Время – 5 мин.)

*Стимульный материал:* таблица с набором букв и лист со словами – облако, дом, мяч, слон, карандаш. Выдаётся каждому ребёнку.

Детям предлагается найти в таблице слова и закрасить их.

***4) Игра на развитие концентрации и объёма внимания, а также гибкости мышления.*** (Время – 5 мин.)

Психолог называет любое слово. Один из участников говорит, с чем ассоциируется данное слово. Следующий участник называет свою ассоциацию на предложенное слово предыдущего участника и т.д.

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

***5) Игра на развитие способности переключения зрительного и слухового внимания.*** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Когда играет музыка, то это день, когда ее нет, то это ночь. Днем каждый игрок должен активно передвигаться, разговаривать и наблюдать за другими. Ночью все должны молчать, не ходить и закрыть глаза – уснуть. Ночью нужно внимательно слушать, что происходит вокруг».

Через четыре минуты (по две минуты на каждое время суток), ведущий собирает детей в круг и спрашивает: кто что видел и слышал?

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 6

**Задачи:** развитие концентрации, устойчивости, объёма внимания, смысловой памяти, пространственной ориентации и воображения.

**1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие концентрации внимания.***

Из участников группы выбирается водящий. Затем он поворачивается спиной к группе.

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

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

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие концентрации внимания и смысловой памяти.*** (Время – 5 мин.)

Участникам нужно внимательно прослушать слова, и к каждому слову подобрать слово – признак*. Например, снег - холодный.* Слово – признак записывается в тетрадь.

Слова:

1) день;
2) луна;
3) дым;
4) трава;
5) окно;
6) стол;
7) мяч;
8) вода;
9) холод;
10) крик.

По словам – признакам участники воспроизводят предложенные психологом слова.

***2) Упражнение на развитие концентрации внимания и пространственной ориентации.*** (Время – 10 мин.)
Психолог диктует участникам графический диктант.



**Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Представьте, что фокусник превратил вас в игрушки. Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились. А теперь откройте глаза и постарайтесь позой или движением изобразить вашу игрушку». Остальные участники должны угадать, что это за игрушки.

***3) Упражнение на развитие объёма внимания.*** (Время – 5 мин.)

Психолог предлагает участникам внимательно послушать и ответить на вопрос задачи:

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

Сын купил: масло, сало, спички, мясо.

Что же он забыл купить? (ответ - мыло)

Что он купил лишнего? (ответ - масло, сало)

***4) Упражнение на развитие концентрации, объёма внимания и зрительной памяти.*** (Время – 5 мин.)

Участникам нужно внимательно посмотреть и запомнить четыре геометрические фигуры с нарисованными в них значками. Время запоминания одна минута. Затем дети в своих тетрадях зарисовывают эти фигуры по памяти.

 ***5)*** ***Упражнение на развитие концентрации внимания и смысловой памяти.*** (Время – 5 мин.)

Участникам нужно подобрать слова-действия к каждому предъявляемому слову и записать их в тетрадях. Важно, чтобы психолог обязательно разобрать с ними пример: шар - надувать.

***Слова***:

1) ручка -
2) павлин -
3) диван -
4) помидор -
5) кит -
6) мак -
7) конфета -
8) пальто -
9) барабан -
10)песня -

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 7

**Задачи:** развитие устойчивости, концентрации, распределения внимания и логического мышления.

**1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие взаимодействия и активизацию участников.***Игроки выстраиваются парами. Психолог предлагает передавать небольшой по размерам мячик от одной паре к другой при условии - придерживать его только плечами.

**3. Основная часть**

***1) Упражнение на развитие концентрации внимания.*** (Время – 5 мин.)

Взяв в руки 3-7 однородных предметов, например карандашей, психолог взмахивает ими как можно быстрее перед участниками, которые должны определить их количество и показать на пальцах их количество только психологу.
Для тех, кто не успел подсчитать, психолог взмахивает повторно немного медленнее, затем ещё медленнее. И так до тех пор, пока каждый ясно не воспримет количество демонстрируемых предметов.

***2) Игра на развитие устойчивости внимания.*** (Время – 5 мин.)

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

***3)*** ***Упражнение на развитие переключения внимания и воображения.*** (Время – 10 мин.)

Условия выполнения работы: каждый участник должен рисовать только одним карандашом и только определённого цвета. У каждого свой листок.

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

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

**Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Сделайте вдох и расслабьтесь. Положите подбородок на грудь. Поверните подбородок и шею направо, затем налево. Повторите это три раза. Приподнимите плечи, затем опустите их. Почувствуйте, как удлинилась ваша шея, как она расслабилась. Представьте себя с длинной как у жирафа шеей».

***4) Игра на развитие концентрации внимания.*** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Встаньте в круг. Возьмите мячик. Сейчас вы будете перекидывать мячик друг другу, называя по порядку числа, начиная с единицы. Но, внимание, если попадётся число, которое содержит «3» , вместо этого числа говорите: «Не собьюсь!», а следующий продолжает счёт дальше». Тот, кто сделает ошибку выбывает из круга.

***5)*** ***Упражнение на развитие концентрации внимания и пространственной ориентации.*** (Время – 5 мин.)

Участники должны нарисовать в тетрадях квадрат и вписать в него круг, но при этом глаза должны быть закрыты. Можно сделать несколько попыток выполнения этого задания.

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 8

**Задачи:** развитие концентрации, устойчивости и объёма внимания, зрительной памяти, логического мышления, наблюдательности и воображения.

**1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие наблюдательности.***

Участники выбирают водящего. Ему дают «колечко» - любой маленький предмет. Все становятся полукругом и держат перед собой ладони «лодочкой». Водящий должен вложить свои ладони в ладони каждого из участников, но так, чтобы при этом незаметно оставить «колечко» в ладонях какого-либо из ребят. После этого водящий говорит: «Колечко, колечко, выйди на крылечко». Задача обладателя «колечка» выбежать вперёд, так чтобы остальные не смогли его остановить. А задача всех остальных участников заключается в том, чтобы постараться предугадать и не выпустить участника с колечком.

**3.Основная часть**

***1) Упражнение на развитие концентрации, объёма внимания и зрительной памяти.*** (Время – 10 мин.)

В шести квадратах изображены точки. Дети должны сделать в тетрадях заготовки – шесть пустых квадратов. Затем психолог показывает им последовательно квадраты с точками и просит запомнить их. Время запоминания – 2 минуты. После этого участники рисуют точки по памяти в своих заготовках. Далее идёт проверка полученного результата.



 ***2) Упражнение на развитие устойчивости внимания и логического мышления, а также зрительной памяти.*** (Время – 5 мин.)

Участники должны поменять слово БОЧКА на другое слово, путём замены первой согласной буквы. Детям следует произвести не менее пяти изменений. (Ответ: почка, дочка, точка, мочка, ночка.) Правильные ответы нужно записать в тетрадь. Затем ребята зачитывают получившиеся слова.

***3) Игра на развитие концентрации и устойчивости внимания.*** (Время – 5 мин.)

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

**Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Представьте, что в вашей груди находится воздушный шарик. Глубоко вдохните и сделайте выдох через рот. Снова вдохните и представьте, как шарик внутри вас наполняется воздухом. Он становится всё больше и больше. Медленно начинайте выдыхать ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика. Сделайте паузу и сосчитайте до пяти. Снова вдохните и задержите дыхание. Считайте до трёх, представляя внутри себя надутый шарик. Выдохните, почувствуйте, как тёплый воздух проходит через горло, а затем рот».

***4) Упражнение на развитие концентрации внимания, логического мышления.*** (Время – 5 мин.)

Психолог предлагает участникам внимательно посмотреть на ряд фигур, а затем продолжить его справа и слева. Новый ряд надо зарисовать в тетрадь.

 

 ***5) Упражнение на развитие концентрации внимания и логического мышления.*** (Время – 5 мин.)

Психолог берёт в руку какой-нибудь небольшой предмет и прячет его в кулаке. Задавая психологу вопросы различного характера, участники должны отгадать, что это за предмет.

Объяснение психолога: «*Вопросы, которые вы будете задавать – это как ключи от дверей, за которыми скрывается что-то неизвестное. Этих ключей-вопросов много. Ими могут быть такие вопросы как: какого размера этот предмет; из чего он сделан; какой он формы или цвета; для чего предназначен; к какому виду относится; на что влияет. Чтобы узнать какой это предмет, необходимо научиться пользоваться этими «ключами».*

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 9

**Задачи:** развитие устойчивости, концентрации внимания, волевой сферы, зрительной памяти, логического мышления и воображения.

 **1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие концентрации и устойчивости внимания.***
Объяснение психолога: «Дети, встаньте в круг! Я буду бросать каждому из вас мячик. Тот, кто поймает его, должен назвать любое имя если я назову число меньше 10, а если я назову число больше 10 - назовёт любой день недели».

**3. Основная часть**

***1) Упражнение, направленное на развитие устойчивости и концентрации внимания.*** (Время – 5 мин.)

Психолог раздаёт участникам вырезки из газет и предлагает им найти все буквы «о» и зачеркнуть их чертой, буквы «р» обвести в кружочек, а буквы «с» подчеркнуть снизу линией.

**Психогимнастическое упражнение.** (Время – 5 мин.)

Объяснение психолога: «Сделайте вдох носом. Мы начинаем поездку на лифте. Почувствуйте, как воздух начинает свой путь от «подвала» (показывает на живот) и выдох через рот. Снова вдохните и почувствуйте, как воздух поднимается на «один этаж» выше (показывает на желудок), и снова выдох. Вдохните ещё раз и «поднимите лифт на следующий этаж» (показывает на грудь) и выдох. А сейчас «поднимемся на последний этаж». Вдох (показывает на голову) и выдох. Когда выдохните, попробуйте ощутить как всё напряжение и волнение вышло из вашего тела, словно из двери лифта».

***2) Упражнение на развитие распределения внимания и логического мышления, а также зрительной памяти.*** (Время – 15 мин.)
Участники должны расшифровать семь закодированных слов. Психолог даёт им ключ к шифру.

**Слова**: **Ответы:**

521290 (корова)
434675 (суслик)
184Ь (рысь)
9265 (волк)
43125 (сурок)
624Ь (лось)
6740 (лиса)

**Ключ**:

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

Участники записывают расшифрованные слова в тетради, которые им нужно запомнить. На это даётся 10 секунд. Далее дети воспроизводят свои слова. Затем психолог просит обнаружить среди слов лишнее, подчеркнуть его и объяснить почему оно лишнее.

***3) Игра на развитие распределения внимания.*** (Время – 10 мин.)
Объяснение психолога: «Один из участников пишет на доске предложение. Другой участник «шалун» стирает всё, что написал первый. Остальные участники в своих тетрадях должны воспроизвести, то, что было написано».

Примеры предложений:

• Якорь зацепился за сундук.

• Семеро одного не ждут.

• Вам прислали сто рублей.

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 2 мин.)

Ритуал прощания.

Занятие 10 «Подведение итогов»

**Задачи:** повторение и закрепление материала, рефлексия членов группы.

**1. Приветствие**(Время – 3 мин.)
Ритуал приветствия.

**2. Разминка**(Время – 5 мин.)

***Игра на развитие логического мышления, концентрации внимания и пополнение активного словаря.***

Объяснение психолога: *«Дети, встаньте в круг! Я буду называть слово и бросать вам по очереди мячик, а вы должны подобрать к этому слову другое слово, которое противоположно по смыслу или значению».*

Слова:

1) хороший
2) плакать
3) опускаться

4) близко
5) начинать
6) тонкий
7) левый
8) наверху
9) открывать
10) нападать
11) чёрный
12) ночь

**3. Основная часть**(Время – 30 мин.)

Схема этого занятия зависит от предпочтений детей и является общим обсуждением накопившихся вопросов: чему научились? что понравилось больше всего? что не понравилось? Игры и упражнения для проведения данного занятия дети выбирают сами.

Основная функция данного занятия - оставить у детей благоприятные воспоминания об их успехах и тем самым закрепить наработанные навыки.

**4. Рефлексия занятия.** (Время – 7 мин.)

Психолог задаёт ребятам вопросы: что нового они узнали? что получилось успешно освоить? что понравилось? что не понравилось?

А также рассказывает детям о своих впечатлениях от проведённых занятий.

**Заключительное упражнение как ритуал прощания.**

*Психолог предлагает всем детям выразить чувство благодарности всем присутствующим при помощи мимики, жестов или движений, но без помощи слов.*

**ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Ануфриев А. Ф. и др. Как преодолеть трудности в обучении детей. - Москва, 2001.
2. Гаврина С. Е. и др. Развиваем внимание (рабочая тетрадь). - Москва, 2003.
3. Рабочая книга школьного психолога / под ред. Дубровиной И. В. - Москва, 1987.
4. Самоукина Н. В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения и коррекционные программы. - Москва, 1993. - 70 с.
5. Гаврина С. Е. , Кутявина Н, Л. и др. Развиваем внимание. - Москва, 2003.
6. Забрамная С.Д., Костенкова Ю.А. Развивающие занятия с детьми. Москва, 2001.
7. Осипова А.А., Малашинская Л.И.Диагностика и коррекция внимания. Программа для детей 5– 9 лет. – Москва: ТЦ Сфера, 2004. – 104 с.
8. Тихомирова Л. Ф. Развитие познавательных способностей детей. - Екатеринбург, 2003.