



Министерство образования Иркутской области

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа №1 г. Черемхово»

Подготовил: учитель О.Ш. Жмурова

Доклад по теме: «Развитие навыков сосредоточения и устойчивого внимания
школьников»

«Внимание!» – как часто с этим словом обращается учитель к своим ученикам, с тем, чтобы побудить их лучше сосредоточиться на том, что он им говорит и показывает, и организовать их деятельность для более эффективного усвоения материала. Только приучив детей быть внимательным, учитель может рассчитывать на успех учебной и воспитательной работы.

Внимание – необходимое условие выполнения любой деятельности. Отсюда задача учителя – так организовать занятия учащихся, чтобы побудить их к работе, вызвать интерес к ней. Поэтому учителю надо не просто получить ряд практических советов и указаний о том, как привлекать и поддерживать внимание у школьников, а глубже ознакомиться с этой проблемой, понять психологическую и физиологическую природу сосредоточенности, узнать о видах внимания, его свойствах, о некоторых их особенностях у детей.

Новые школьные программы и современные требования к обучению ставят перед учителем задачу не только добиваться усвоения учениками основ наук, но и всемерно развивать детей, учить их применять полученные знания на деле и самостоятельно приобретать и расширять их. Всё это требует активизации учебной работы, а, следовательно, повышения внимания учащихся в процессе обучения. Выполнение задач, поставленных перед школой, требует от учителя глубокого знания учеников, их возрастных и индивидуальных особенностей (в частности, свойств внимания) и умелого использования всего того, что даёт педагогу психологическая наука.

Нельзя забывать о том, что человек, хорошо владеющий своим вниманием, как правило, отличается такими положительными чертами, как работоспособность и активность, проявляющиеся в труде, в учении и общественной деятельности. Поэтому воспитание и развитие внимания и внимательности у детей в школе поможет им в будущем стать более энергичными и активными участниками в созидании будущего.

Внимание имеет огромное значение в жизни человека. Именно оно делает наши психические процессы полноценными. Известно, что смотреть и видеть, слушать и слышать - далеко не одно и то же. Только внимание даёт нам возможность видеть, слышать, в полном смысле слова воспринимать окружающее.

Где нет внимания, нет и созидательного отношения человека к тому, что он делает, нет, по существу, и продуктивного мышления. Как необходимое условие для ориентировки в окружающей действительности внимание имеет огромное значение для любой деятельности, особенно для обучения. Подчёркивая роль внимания в психической жизни человека, К.Д. Ушинский, образно выражаясь, писал, что «внимание есть именно та дверь, через которую проходит всё, что только входит в душу человека из внешнего мира».

Внимание обеспечивает чёткое и яркое восприятие учебного материала. Оно также необходимо для понимания этого материала. Каждый из собственного опыта знает, что можно несколько раз прочесть трудный текст и не понять его, если это делается без должного внимания. И достаточно бывает тот же материал прочесть один раз, но очень внимательно, чтобы всё в нём стало ясно.

Внимание обеспечивает более быстрое и прочное запоминание учебного материала и сохранение его в памяти на длительный срок. Внимание – необходимое условие быстрого формирования навыков, причём особенно оно необходимо на начальной стадии их выработки.

В волевой деятельности внимание влияет на её целенаправленность, настойчивость и упорство в преодолении трудностей. Выбор мотива, принятие решения часто в немалой степени зависят от того, на что направлено внимание человека. Наконец, сила волевого акта, неизменность принятого решения также обуславливаются устойчивостью внимания.

Устойчивость внимания – это способность сохранять концентрацию сознания на определённом объекте. У младших школьников устойчивость внимания активно возрастает к 9-10 годам. В начале учебного процесса она держится во временном диапазоне от 7 до 12 мин. Для учителя это прежде всего означает, что объяснение нового материала со всей подготовительной работой не должно длиться более 7 мин. Ошибочно было бы думать, чем больше мы подберём подготовительных упражнений, тем лучше ученики поймут новую тему. Это может быть верно только в том случае, если лимит времени не превышен. Часто при объяснении учебного материала мы видим, что ребёнок вроде бы слушает нас, не отвлекается, не разговаривает, но по взгляду видно, что концентрация ослабла. Психологи советуют на несколько секунд прервать объяснение и попросить ребят, чтобы каждый задал себе вопрос «Что я сейчас делаю?» После этого устойчивость внимания возвращается.

Эмоции человека тоже нередко зависят от направленности и силы внимания. Чтобы ослабить чувство страха, надо не думать о том, что нас пугает, отвлечь от этого своё внимание, что особенно важно в ситуации мнимой опасности.

Внимание – условие не только успешной деятельности. Оно может многое сказать и об общем складе личности, о социальной направленности человека. Придавая определённую окраску всем психическим процессам, внимание вообще характеризует в какой-то мере поведение человека. Если мы видим, что один человек любознателен, быстро всё схватывает, энергичен, находчив, другой, наоборот, – медлителен, сосредоточен и пунктуально точен, третий – очень неуравновешен, болтлив, разбрасывается в своей работе, увлекается то одним, то

другим, мы должны сказать, что многое в характерах и темпераментах людей связано с особенностями их внимания.

Ниже приведу некоторые упражнения, которые я использую в своей работе для развития внимания.

Упражнения на развитие внимания

Штирлиц

Развитие устойчивости, целенаправленности и концентрации внимания.

Инструкция.

Один из вас будет ведущим. Остальные игроки замрите в разных позах (ведущий отворачивается). Ведущий поворачивается, ему нужно запомнить позы играющих, их одежду. Запомнили? Посмотрите ещё. А теперь, ведущий, выходите из комнаты.

Играющие делают 5 изменений в своих позах и одежде. Не у каждого пять, а всего пять. Ведущий должен вернуть всё в исходное положение. Если он нашёл все 5 изменений, у него хорошая наблюдательность. Если же он не может ничего исправить, то водит ещё раз.

Что спрятали

Развитие устойчивости, целенаправленности и концентрации внимания.

Инструкция.

(Проводится в парах). Внимательно рассмотрите предлагаемые предметы в течение одной минуты (карандаш, запонки, камешки, бусы, ручки и др.) После того как их закроют, подробно опишите каждый предмет, величину, цвет. Эту же игру можно проводить и в другом варианте: предложив рассмотреть несколько предметов, затем после того как участники закроют глаза, убрать некоторые из них, поменять местами, или наоборот, добавить.

Пуговицы

Способствует увеличению объёма внимания.

Инструкция.

(Проводится в парах). Перед вами лежат два одинаковых набора «пуговиц», ни одна пуговица не повторяется. У каждого игрока есть игровое поле – это квадраты, разделённые на клетки. Начинаящий игру выставляет на своём поле 4 пуговицы, второй игрок должен посмотреть и запомнить, где какая пуговица лежит. После чего первый игрок закрывает листком бумаги своё игровое поле, а второй должен на своём поле повторить то же расположение пуговиц. Чем больше в игре используется клеток и пуговиц, тем игра становится сложнее.

Печатная машинка

Развитие устойчивости, целенаправленности и концентрации внимания.

Инструкция.

Мы будем имитировать работу клавиатуры пишущей машинки. Определите, кто будет ведущим. Ведущий выходит вперёд, все остальные устраиваются на своих местах поудобнее. Прежде всего вам с помощью ведущего, нужно распределить между собой буквы алфавита. Рассчитайтесь слева направо по алфавиту. Когда счёт дойдёт до участника в ряду, продолжите алфавит по

второму и, если потребуется, по третьему, четвёртому кругу. Таким образом, на каждого участника будет приходиться несколько букв алфавита.

Ведущий будет задавать, диктовать какую-нибудь фразу или строчку из любого стихотворения, а все остальные должны будут распечатать эту фразу на «печатной машинке». Печатание нужной буквы обозначается хлопком в ладоши того участника, за которым эта буква закреплена. Если кто ошибается – будет ведущим. Попробуйте с каждым разом всё более удлинять и усложнять фразы.

Брито-стрижено

Развитие устойчивости, целенаправленности и концентрации внимания.

Инструкция.

Помните сказку, где жена наперекор мужу делала всё наоборот? Ведущий должен будет выйти вперёд и показать какое-либо физическое упражнение, а вам нужно будет делать всё наоборот. Если ведущий поднимет руку, вы должны её опустить, если он разведёт ладони, вы – сложите, он быстро махнёт рукой справа налево, а медленно – слева направо. Определите сами первого ведущего. Кто ошибается – будет ведущим.

Считалки

Развитие устойчивости, целенаправленности и концентрации внимания.

Инструкция.

Разделитесь по парам и встаньте друг против друга. По команде каждая пара начинает считать от одного до ста, причём так, что один член пары произносит одну цифру, его партнёр произносит следующую за ним цифру. Итак, чётную один, нечётную – другой и т.д. Рядом стоят игроки, которые также считают. Они не должны сбиваться. Побеждает та пара, которая быстрее сосчитала до ста.

Будь внимателен

Развитие сосредоточения внимания.

Инструкция.

(Проводится в парах). Один из вас будет ведущим. Он назовёт 7 словосочетаний, например, красный помидор, оранжевая кофта, фиолетовое платье, чёрный портфель. Другой участник запоминает их. Затем ведущий начинает называть словосочетания то правильно, то – с ошибками. Если словосочетание названо правильно, то напарник хлопает в ладоши, если – нет, то топает ногой.

Самый внимательный

Способствует развитию активного внимания, реакции сосредоточения.

Инструкция.

Встаньте полукругом. Определите водящего. Водящий, старайтесь запомнить порядок расположения игроков. Затем отвернитесь и скажите, как стоят ваши товарищи.

Кто летает?

Выявление и развитие сосредоточения внимания.

Инструкция.

Ведущий должен спрашивать, а остальные хором быстро отвечать – да или нет. Называется кто-либо или что-либо способное летать, например, стрекоза,

самолёт, муха, слон, чемодан... кто ошибается, будет водить, то есть спрашивать всех остальных: «Кто же летает?»

Найди ошибки

Развитие концентрации внимания.

Инструкция.

Быстро и внимательно читайте тексты, в которых допущено много опечаток и опечаток. Исправляйте их, а затем поменяйтесь текстами со своими напарниками и выполните взаимопроверку.

(Внимание! В тексте допущено большое количество ошибок и опечаток.)

Распределение внимания

Развитие распределяемости внимания.

Инструкция.

(Проводится в парах).

Один из вас засекает время, в течение которого другой называет по порядку цифры от 1 до 20, одновременно записывая их на листе бумаги или на доске в обратном порядке: произносите 1, пишете 20; произносите 2, пишете 19 и т.д.

Подсчитайте время и количество ошибок. Чем меньше время и количество ошибок, тем лучше распределение вашего внимания. Распределение внимания – формируемое качество.

Развитие сосредоточения внимания.

Инструкция.

За 2 минуты найдите 20 ошибок в этих примерах и исправьте их.

$3+12=15$	$13+3=10$	$16-9=7$	$12-6=6$	$15-2=13$	$15+5=10$
$5=17=22$	$4+18=22$	$16-5=11$	$7+7=23$	$114-8=6$	$18-4=12$
$16+4=20$	$15-8=7$	$16+8=23$	$16+9=28$	$15-9=25$	$19+5=24$
$14-9=5$	$7+18=25$	$6+15=22$	$12-7=5$	$19-6=13$	$16=6=22$
$14-9=23$	$11+4=14$	$16+14=20$	$13-4=9$	$13-2=11$	$15-4=11$
$12-4=16$	$12-9=3$	$2+11=13$	$18-8=10$	$18-7=13$	$5+13=18$
$13-5=18$	$16-2=13$	$12+9=21$	$23+9=54$	$6+46=54$	$53-17=35$

Упражнения на концентрацию и устойчивость внимания

а) «Копировальщики»: школьникам предлагается без ошибок переписать следующие строчки:

- аммадда береюре аввамава ессанессас деталлата ;
- етальтаррс усокгата енажлобы клатимори лиддозока ;
- миноцапримапавотил щонеркапридюракеда куфтироладзлоекунм

б) Тест «Мюнстерберга»: среди буквенного ряда спрятались слова

Варианты:

- слова, которые спрятались, выделены курсивом:

БСОЛНЦЕДЕКЖАРАЭЪЗИРЫБАЙЦ

- среди букв найти словарные слова и исправить ошибки:

СЧЪРИБИНАФХЗДИРЕВНЯУЫЙЭКВОРТИРАЪБОКОРТИНА

- среди букв найти и подчеркнуть слова, найти лишнее слово:

ЖЭСОБАКАПРИКОРОВАЛДКАБАНЭЪЦЙЛОШАДЬ

- отделить в сплошном тексте слова друг от друга и записать поговорку (можно добавить выполнение грамматического задания, связанного с темой урока – например, определить время глаголов, склонение имён существительных и т.д.)
ПОДЛЕЖАЧИЙ КАМЕНЬ ВОДА НЕ ТЕЧЁТ / Под лежачий камень вода не течёт./

Внимательный ребёнок – это полноценный и счастливый маленький человек, который умеет позаботиться о себе и близких, бережёт свои вещи и окружающую среду, дисциплинирован и проявляет ответственность и аккуратность во всем. Он с воодушевлением смотрит на мир и стремится узнавать его, достигать поставленных целей и стать полноправным и успешным членом общества.