

Как помочь детям стать внимательнее Родительское собрание в III классе

Цель: осознание родителями важности и значимости развития детского внимания, ознакомление с методами и приёмами его развития.



Оборудование: анкеты для родителей, памятки, карточки с заданиями для работы в группах, для рефлексии.

I. Вступительное слово (стадия вызова).

Учитель. Уважаемые мамы и папы, сегодня мы собрались вместе, чтобы обсудить успешность учебной деятельности наших детей. Результаты обучения напрямую связаны с познавательными процессами, которые формируют у школьников способность к интеллектуальной деятельности. И сегодня мы рассмотрим один из этих процессов. Предлагаю вам разгадать кроссворд.

				1	И	В	А	Н					
2	Т	А	Т	Ь	Я	Н	А						
				3	Т	Р	Е	Т	И	Й			
					4	М	А	Р	И	Н	А		
				5	Н	А	Т	А	Л	Ь	Я		
					6	Н	А	Р	У	Ж	У		
					7	И	В	А	Н	О	В	Н	А
				8	Ш	Е	С	Т	Ь				

1. Имя директора школы.
2. Имя учителей музыки и английского языка.
3. После какого урока ученики обедают?
4. Имя учителя английского языка 2-й группы.
5. Как зовут педагога по ИЗО?
6. Как открывается входная дверь здания школы: вовнутрь или наружу?
7. Отчество завуча по начальным классам.
8. Последняя цифра в номере нашего кабинета.

Учитель. Найдите ключевое слово.

А теперь посмотрите на слова эпиграфа (записан на доске):

«Внимание — это та дверь, через которую окружающий мир входит в душу человека».

К. Д. Ушинский

Учитель. Что, по-вашему, означает слово *внимание*? С какими словами ассоциируется?

Анкета для родителей.

Что из перечисленного вы наблюдаете у своего ребёнка?

1. Часто совершает беспокойные движения кистями и стопами. Сидя на стуле, ребёнок ёрзает, извивается.

2. Не может сидеть спокойно на месте, когда требуется.

3. Легко отвлекается на посторонние раздражители.

4. С трудом дожидается своей очереди во время игры и в других ситуациях (занятия в школе, экскурсии).

5. На вопросы часто отвечает не задумываясь, не выслушав до конца.

6. При выполнении заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).

7. С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.

8. Часто переходит от одного незавершённого действия к другому.

9. Не может играть тихо, спокойно.

10. Болтливый.

11. Мешает другим, пристаёт к окружающим (вмешивается в игры других детей).

12. Часто складывается впечатление, что ребёнок не слушает обращённую к нему речь.

13. Теряет вещи (игрушки, карандаши, книги).

14. Часто совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях (выбегает на улицу, дорогу, не глядя по сторонам).

Учитель. Наличие восьми пунктов из перечисленных выше является основанием для утверждения того, что у вашего ребёнка проявляется синдром дефицита внимания. Поэтому данная тема важна и актуальна.

II. Беседа (стадия осмысления содержания).

Учитель. Третий класс является переломным в жизни младшего школьника. Многие учителя отмечают, что именно с третьего года обучения дети начинают осознанно относиться к учению, проявлять активный интерес к познанию. Исследования показывают, что между вторым и третьим классами происходит скачок в умственном развитии: активно усваиваются знания и формируются мыслительные операции, интенсивно развивается вербальное мышление (мышление, оперирующее понятиями). Активно развивается способность ребёнка произвольно управлять своими психическими процессами, он учится владеть вниманием, памятью, мышлением. Эти изменения должны активно использоваться в работе с детьми. Хорошо развитое

внимание и его организованность являются факторами, непосредственно определяющими успешность обучения в младшем школьном возрасте.

Легко быть внимательным, когда смотришь интересный фильм. Но трудно быть внимательным, когда учишь сложный урок. Почему так происходит? Потому что в этих двух случаях мы встречаемся с разным вниманием: произвольным (случай с интересным фильмом) и произвольным (сложный урок).

Непроизвольное внимание возникает без всяких усилий с нашей стороны. Что может привлекать к себе непроизвольное внимание? Таких объектов очень много, но их можно разделить на две группы:

1) всё, что привлекает своими внешними свойствами (громкие, неожиданные звуки; яркие вкусы; что-то новое);

2) всё, что интересно ребёнку, связано с его любимыми занятиями.

Произвольное внимание возникает тогда, когда человек ставит перед собой определённую цель и прилагает усилия, старания для её достижения. Задача по математике не производит на нас такого сильного впечатления, как удар грома — он овладевает вниманием совершенно независимо от нас. А чтобы решить математическую задачу, надо самому удерживать на ней внимание. Иногда решение задачи становится для человека настолько интересным делом, что он может даже не услышать удара грома. Тогда можно говорить о том, что внимание из произвольного превратилось в непроизвольное.

Если у детей недостаточно развито произвольное внимание, то они будут заменять в письменных работах согласные или гласные буквы, близкие по акустическим признакам (жуки — зуки).

Произвольное внимание — это привычка, воспитание которой начинается именно в семье. Внимание также имеет следующие свойства и особенности.

Концентрация — умение сосредоточиться на нужном объекте, способность вникнуть в проблему.

Время, в течение которого сохраняется концентрация внимания, указывает на устойчивость внимания. Некоторые учёные полагают, что гениальные мыслители наделены особо устойчивым вниманием. Но именно из-за сверхконцентрации и возникают иногда комичные ситуации...

Ньютон задумал сварить яйцо. Взяв часы, он отметил начало варки. А спустя некоторое время вдруг обнаружил, что в руках держит яйцо, а варит... часы. Но когда учёного спросили, как ему удалось открыть закон тяготения, он ответил: «Благодаря тому, что я неотступно думал об этом вопросе».

Высокая концентрация — это и наблюдательность, и организованность. Развивать её можно, выполняя такие упражнения, как поиск одинаковых фигур, счёт кружков в каждой цветовой группе (кто точнее и быстрее), запутанные линии «У кого что?», «Лабиринты» и другие.

Распределение — одновременное внимание к двум или более объектам и выполнение действий с

ними. Это свойство можно представить как расщепление луча прожектора в двух и более направлениях. Успешность усвоения русского языка связана с этим свойством.

При каких условиях человек может распределить своё внимание? Например, чтобы успешно выполнять одновременно две работы, надо по крайней мере в одном деле быть мастером. Тогда эта работа будет выполняться автоматически, «сама собой», а человек будет лишь время от времени сознательно контролировать и регулировать её. В этом случае основное внимание можно будет уделить второй работе, менее знакомой.

Одни люди легко могут делать два дела сразу, другим это очень трудно. У одних внимание распределённое, у других — концентрированное. Некоторые могут легко и просто переходить от одного занятия к другому — у таких людей внимание подвижное, гибкое. Для других переход от одного дела к другому связан с определённым усилием: им нужно время, чтобы «собраться с мыслями», «войти в работу». Эти люди различаются таким свойством внимания, как переключение.

Переключение — перемещение внимания с постановкой новой задачи. У некоторых людей проявляется такое свойство внимания, как рассеянность. Этим словом обозначают два вида невнимательности по двум причинам:

– от слабости внимания (человек ни на чём не может сосредоточиться на долгое время);

– от сильного сосредоточения на одном предмете (человек не способен замечать ничего другого, поэтому и рассеян).

Умение переключать внимание помогает ребёнку переключаться на различные виды деятельности во время урока.

Для изучения способности к переключению и для тренировки можно использовать такое упражнение: сосчитать от 1 до 83, отыскивая соответствующие числа на рисунке, и засечь время (или провести соревнование с кем-либо). Запомнив время, можно тренировать эту способность, а затем проверить, улучшился ли результат.

Устойчивость — умение длительно сосредотачиваться на одном объекте.

Если у детей недостаточно развита устойчивость внимания, то они будут пропускать буквы и цифры в словах, предложениях и примерах (трва — трава), пропускать, переставлять слоги в словах; добавлять гласные буквы (тарава — трава). Ребёнок с устойчивым вниманием может долго работать не отвлекаясь, ему нравится длительная напряжённая работа. Ведущая роль при овладении чтением принадлежит именно устойчивости внимания.

Объём внимания характеризуется количеством одновременно воспринимаемых и удерживаемых в сознании объектов. При хорошем объёме легче сравнивать, анализировать, обобщать, классифицировать. Сколько объектов запомнил человек за 2–3 с, таков его объём внимания (обычно от 4

до 6). У школьніка 1–2. Чем лучше техника чтения, тем больше объём внимания. При овладении математикой ведущая роль принадлежит объёму.

Для развития объёма внимания можно использовать упражнение: подготовьте 10–12 разных предметов, накройте их газетой. Предложите ребёнку запомнить предметы за 2–3 сек.

Советы по развитию внимания.

Верный путь развития внимания — учиться работать в разных условиях, в шумной обстановке, стараться не замечать того, что мешает занятиям.

Развитие устойчивости внимания человека связано с выраженностью его волевых качеств. Необходимо дисциплинировать себя, приучать даже в мелочах быть хозяином собственных действий, сосредоточиваться, когда этого совсем не хочется. Рекомендуются чаще следовать принципу «надо», а не принципу «хочу». Поэтому приучайте детей начинать работу с трудного и неинтересного, сначала выполнять дела, которые хочется отложить на потом. Но при этом не следует забывать о перерывах.

Полезны подвижные и спортивные игры, решение головоломок, игра в шахматы. Но сами по себе подобные занятия не развивают внимание, этому способствуют стремления, желания, цели. Можно годами увлекаться шахматами и быть не очень внимательным человеком.

Важно помнить: чем больше та или иная деятельность соответствует собственным интересам, потребностям, способностям, тем быстрее будет развиваться ваше внимание. Нельзя позволять себе делать её без радости.

Большую пользу принесут систематические упражнения по одновременному выполнению различных действий. При этом важно сохранить достаточно хорошим общее восприятие каждого объекта и в то же время следует концентрировать внимание на главном, выделяя его из второстепенного.

Тренировка переключения внимания должна идти по трём направлениям: умение быстро переключать внимание с объекта на объект; умение выделять наиболее важные объекты; умение выбирать оптимальный маршрут восприятия, что образно называют выработкой «маршрута восприятия».

Работа родителей в группах (задание на выбор).

Психологами разработаны специальные психотехнические упражнения, направленные на развитие произвольности, способности управлять вниманием.

1. «Рассыпанные буквы»: составьте больше слов за 1 мин (акбаос, авроок, лакош, аицсил, тёлмоас, киенчу, адгооп, аклук, агоорд, цаяз, аниашм, рофтовс, ьлбиомтова, лнаеп и т. д.).

2. Разделите «склеенные» между собой слова (шаркорзинаботинкибинокльедаобезьянакнигарукаельчасы).

3. Разделите «склеенные» между собой предложения (былазимазимойхолодноморозщиплетщёкипогодахорошая).

4. «Не зевай». Учитель читает слова: крот, год, фронт, оплот, пилот, флот, оплот, поворот и т. д. и спрашивает: каким по счёту было слово оплот?

5. «Сколько чего?». Осмотрите комнату и назовите все предметы, которые начинаются с буквы **к** (**с**) и имеют форму квадрата или круга.

6. Вычеркни повторяющиеся слова (моресолнцелесводамореземлясолнцелучнебоводарыбалесутка моресолнцедепароходводаземляпоходморелисарыбанедетиморе).

7. Расставьте числа в порядке возрастания:

5, 8, 1, 6, 4, 12, 7, 2, 1, 8, 10, 4, 3, 2, 0, 5, 2, 8, 5, 7, 18, 22, 11, 16, 8, 13, 8, 6, 19, 21, 15, 17, 12, 14, 30, 27, 32, 6, 4, 8, 19, 42.

8. Найдите ошибки в примерах:

$$\begin{array}{ll} 3 + 12 = 15 & 30 : 6 = 6 \\ 3 + 20 = 32 & 41 - 11 = 40 \\ 16 - 9 = 7 & 48 : 6 = 8 \end{array}$$

Можно указать количество ошибок.

9. Сколько слов со звуком [п] (на слух)?

Белый снег пушистый кружится, порхает и под ноги тихо-тихо оседает. Протяни ладошку — поддержи пушинки, как красивы эти белые звёздочки!

10. Задача: на столе лежали книга, ручка, краски, фломастер, тушь. Один предмет убрали и заменили другим. И оказалось, что на столе лежат ручка, тушь, ластик, книга, краски. Что убрали со стола и что положили на стол?

Том Вуджек в своей книге «Тренировка ума» приводит следующее упражнение для развития внимания, которое он называет «Двухминутная концентрация». Оно очень простое, и для его выполнения не требуется особая обстановка. Достаточно нескольких минут, главное, чтобы в поле вашего зрения были часы с секундной стрелкой: наручные или настенные.

Двухминутная концентрация:

- положите перед собой часы, имеющие секундную стрелку;
- расслабьтесь, соберитесь и, когда будете готовы, начните следить за движением секундной стрелки;
- в течение двух минут фокусируйте все ваши мысли, всё ваше внимание на движении секундной стрелки;
- если вы заметили, что отвлеклись, обратили внимание на что-то другое, если ваши мысли больше не отслеживают движение стрелки, то остановитесь, опять сконцентрируйте внимание и начните снова;
- нужно постараться сохранить сосредоточенность на стрелке в течение двух её оборотов.

Это упражнение можно несколько изменить, усложнить и сделать более интересным:

➤ начните делать упражнение в комнате с работающим телевизором. Очень хорошо, если

в это время будет идти что-то интересное для вас. В течение двух минут старайтесь удерживать внимание только на движении секундной стрелки. Не позволяйте себе отвлекаться на телевизионную передачу;

➤ разделите внимание пополам. Сосредоточьте одну его половину на движении секундной стрелки, а другую — на ваших руках. Как только выяснится, что вы слишком много внимания уделяете чему-то одному, начните сначала.

Следите за движением секундной стрелки и в то же время мысленно перебирайте в уме числа: 2, 4, 6, 8, 10, 8, 6, 4, 2, 4, 6 и т. д. Делите своё внимание между двумя этими задачами. Как только вы задумываетесь о чём-то постороннем или сбиваетесь со счёта, начинайте всё сначала. Выполняйте это упражнение в течение двух минут и дольше.

Невнимательность может быть вызвана рядом причин:

- физиологические (любое заболевание, недомогание, т. п.);
- социальные (неприятности);
- дефицит внимания родителей.

Помните: внимательный ребёнок не только заметит ошибку у себя в диктанте, но и не пройдёт мимо лежащей на тротуаре бумажки, не оставит без внимания мамино плохое настроение или грустные глаза сестры.

III. Подведение итогов (стадия «Рефлексия»).

Учитель. Перед вами лежат листочки с нарисованной лестницей, состоящей из десяти ступенек. Оцените сначала своего ребёнка, а затем себя. Напишите имя ребёнка на той ступеньке, которая соответствует, на ваш взгляд, уровню внимания сына или дочери. Чем выше ступенька, тем выше уровень. А затем напишите слово «Я», которое будет соответствовать уровню вашего внимания. Не просто, правда? И есть к чему стремиться. Я всем желаю новых побед, достижений и высокого уровня произвольного внимания. А помочь вам в этом нелёгком деле помогут памятки, которые можно взять с собой.

Список использованных источников

1. Леонтьев, А. Н. Психологические вопросы сознательности учения / А. Н. Леонтьев // Известия АПН РСФСР. — М., 1947. — Вып. 7.
2. Выготский, Л. С. Развитие высших форм внимания в детском возрасте / Л. С. Выготский // Хрестоматия по вниманию. — М., 1976. — 186 с.
3. Психологическая служба в современном образовании : рабочая книга / под ред. И. В. Дубровиной. — СПб. : Питер, 2009. — 400.

Памятка для родителей

- Во время занятий ребёнка устраняйте лишние раздражители (телевизор, радио, компьютер).
- Учите ребёнка преодолевать трудности, связанные с использованием внимания.
- Учитывайте круг увлечений своего ребёнка. Отталкиваясь от его увлечений, привлекайте внимание к другим процессам и явлениям, связанным с его увлечениями.
- Для тренировки внимания используйте любые возможности: прогулки на свежем воздухе, походы и др.
- Через каждые полчаса делайте перерывы и переключайтесь на другие виды деятельности.
- Приобретайте, читайте и используйте книги, журналы, в которых можно найти игры и упражнения, развивающие все свойства внимания.
- Научите ребёнка играть в шахматы и шашки, все эти игры называют «школой внимания».
- Учите ребёнка быть наблюдательным — видеть необычное в обычном, незнакомое в знакомом.
- Не фиксируйте его неудачи. Больше внимания обращайтесь на успехи.
- Стимулируйте интерес к развитию внимания собственным примером и примерами из жизни других людей.
- Наберитесь терпения и не ждите немедленных успешных результатов.

Помните: самому ребёнку развивать произвольные процессы трудно. И главным помощником в этом должны стать мама и папа. Внимание — это не раз и навсегда данное качество. Внимание можно и нужно развивать!

Давайте вместе составим синквейн к слову *внимание*.

Внимание.

Произвольное, непроизвольное.

Развивает, улучшает, способствует.

Внимание — залог успешности обучения.

Воля.

Ковальчук Н. Н., учитель
средней школы № 8 г. Слонима Гродненской области