



# Система упражнений по развитию внимания.

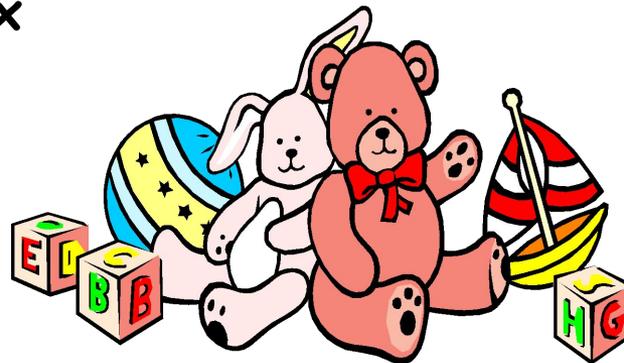


# Заметить всё

- Раскладывают ряд из 7-10 предметов, которые затем закрываются. Приоткрыв предметы на 10 секунд, снова закрыть их и предложить детям перечислить все предметы, которые они запомнили.

Приоткрыв снова эти же предметы, секунд на 8-10. Спросить у детей, в какой последовательности они лежали. Поменять местами два любых предмета, снова показать все на 10 секунд. Предложить детям определить, какие предметы переложены.

Не глядя больше на предметы, сказать, какого цвета каждый из них



# "Ищи безостановочно"



- В течение 10-15 секунд увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета (или одного размера, формы, материала и т.п.). По сигналу один ребёнок начинает перечислять, другие его дополняют.



# "Запоминай порядок"

- 5-6 человек выстраиваются в ряд в произвольном порядке. Водящий за 30-40 секунд поворачивается в их сторону и отвернувшись, перечисляет кто за кем стоит.

## «Маленькие обезьянки»

- Каждый из стоящих в ряду (3-6 человек) принимает какую-либо позу. Один из играющих, поглядев на них секунд 40-50, копирует позу каждого, в то время как остальные стоят спокойно.

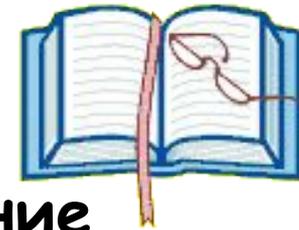


# «Пуговицы»

- На листке из тетради (в клетку) по линиям клеток чертится квадрат в девять клеток, и внутри любых клеток ставятся две пуговицы. Поглядев на рисунок секунды 3, ребенок должен воспроизвести его по памяти, на такой же бумаге.

Как разметка квадрата, так и количество пуговиц (которые располагаются хаотично) постепенно увеличивается. Квадрат заменяем прямоугольником (контуры фигуры проходят только по линиям клеток). Игра усложняется, если использовать пуговицы разного цвета. Усложняя рисунок, нужно соответственно увеличивать количество времени на его рассматривание.

# "Сказка"



- Детям вслух читается сказка. Чтение сопровождается негромким постукиванием карандашом по столу. Дети должны запомнить текст и сосчитать число ударов.

## «Хлопки»

- Ребёнок рисует круги в тетради и одновременно считает хлопки, которыми взрослый сопровождает рисование. Время выполнения задания 1 минута.



# «Счёт с помехой»

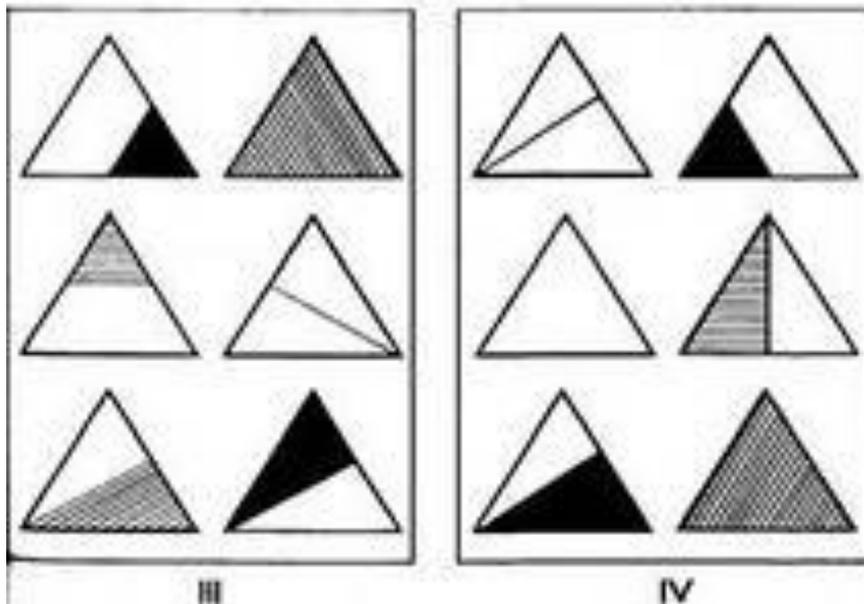


- Ребёнок называет цифры от 1 до 20, одновременно записывая их на листе бумаги или доске в обратном порядке: произносит 1, пишет 20, произносит 2, пишет 19 и т.д.

## "Два дела одновременно"

- Подвешивается самодельный маятник, и затем он приводится в движение. В это же время за маятником показываются картинки, одна за другой. Дети должны подсчитать число качаний маятника и пересказать содержание картинки.

# «Найти общее»



Отыщите два одинаковых растения



# Диагностика познавательных процессов младших школьников.

## Корректурная проба

- Оценка устойчивости внимания методом корректурной пробы.
- Цель: исследование устойчивости внимания.
- Задание: "На бланке напечатаны буквы русского алфавита.

К	Ш	Л	И	С	А	В	Ч	О	Р	В	А	Р	Я	С
О	Н	Б	У	Ь	К	П	К	А	Н	У	Ж	З	В	Ю
П	Д	Г	Е	Г	Р	Х	Н	О	Ч	Ы	Б	Р	У	Ф
Т	О	Л	Е	В	К	Ф	Ь	И	К	Р	С	Л	О	Н
Ш	З	Ю	К	Щ	Ъ	Н	Г	Р	У	С	Ц	А	Д	К
Ж	М	У	П	Б	А	Р	С	У	К	З	В	Р	Е	Д
Н	С	Ь	Ж	Т	К	А	Р	Ю	Б	Т	Ф	М	Т	В
Ф	Ж	О	В	А	П	Ь	Б	У	З	Т	М	Ы	Ш	Ь
Н	Б	Ы	К	С	Д	К	Т	Ю	Р	М	А	У	Д	Ы
Х	Ч	О	Н	Т	К	И	Т	З	А	Н	П	Р	У	С
Щ	Ы	Л	К	Ф	Ю	Я	Ъ	М	В	Р	У	О	З	К
Ф	У	Т	К	А	Р	П	О	С	Т	И	Г	Р	Н	Я

Последовательно рассматривая каждую строчку, отыскивай буквы "к" и "р" и зачеркивай их."

- Через десять минут отмечается последняя рассмотренная буква.

# Методика "Изучение переключения внимания"

2	13	1	8	20
17	6	25	7	11
22	18	3	15	19
10	5	12	24	16
14	23	4	9	21

- Цель: изучение и оценка способности к переключению внимания. Оборудование: таблица с числами черного и красного цветов от 1 до 23, написанными не по порядку; секундомер.
- По сигналу ученик должен назвать и показать числа : а) черного цвета от 1 до 12; б) красного цвета от 12 до 23; в) черного цвета в возрастающем порядке, а красного - в убывающем (например, 1 - черная, 23 - красная, 2 - черная, 22 - красная и т.д.). Время опыта фиксируется с помощью секундомера.

# «Найди слова»

Ц	Ж	Г	Н	О	М	В	И	О	Ф
Б	Т	И	Ъ	Х	Ы	Ч	П	Ю	Е
С	К	А	З	К	А	М	Р	Ф	Я
Ю	Ц	В	О	Ф	З	Р	И	Ъ	С
Э	В	О	Л	Ш	Е	Б	Н	И	К
Ш	З	Ы	У	У	Ч	И	Ц	Ю	Т
Я	В	Г	Ш	Т	Ъ	К	Б	К	Ж
Щ	Ж	М	К	В	У	А	С	Н	О
Д	Е	Я	А	М	Ф	Л	Э	Й	Т
Ъ	А	Ц	О	К	О	Щ	Е	Й	Б



- долп<sup>ра</sup>п<sup>те</sup>ка<sup>м</sup>т<sup>р</sup>ь<sup>у</sup>к<sup>р</sup>д<sup>р</sup>оз<sup>д</sup>  
ал<sup>ж</sup>е<sup>к</sup>а<sup>р</sup>а<sup>н</sup>д<sup>а</sup>ш<sup>т</sup>м<sup>о</sup>п<sup>р</sup>д<sup>я</sup>т<sup>е</sup>л<sup>ь</sup>  
л<sup>е</sup>в<sup>н</sup>о<sup>л</sup>и<sup>к</sup>л<sup>и</sup>т<sup>м</sup>

# «ТЕКСТ»

- Среди буквенного текста вставлены слова. Ребенок должен найти и подчеркнуть эти слова.

Прсты машина евт стол юи псло н.

Бсолнце иток встолор юджым юокно жти

- В предложении зачеркнуть и подчеркнуть указанные буквы.

Р~~р~~с цветфчек зфлфтистый,

Стал ~~л~~н круглый и пушистый,

## *Игра* «ПОДСЛОВА ЗА ВАМИ»

- Участники игры становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч. При этом бросающий громко говорит половину какого-нибудь слова, а тот, кто ловит, должен назвать его вторую половину. Например, *паро-воз, теле-фон*, и т. п. Бросать мяч можно любому игроку. Отвечать нужно быстро.

## *Игра* «ПОВТОРИ БЫСТРО»

Участники повторяют за ведущим любые слова только тогда, когда он произносит слово *«повторите»*.

Далее идет быстрый диалог-*«перестрелка»*:

- Ну начали! Повторите - «стол».

Играющие повторяют: « Стол».

- Скажите - «Лягушка».

- Быстро - «кошка» и т. д.

# Дефицит внимания.

1. Часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, ребёнок корчится, извивается.
2. Не может сидеть спокойно на месте, когда это требуется.
3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.
4. С трудом дожидается своей очереди во время игры и в различных других ситуациях в коллективе (занятия в школе, экскурсии)

5. На вопросы часто отвечает не задумываясь, не выслушав до конца.
6. При выполнении предложенных 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 с одного незавершенного действия к другому.

9. Не может играть тихо, спокойно.
10. Болтливый.
11. Мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
12. Часто складывается впечатление, что ребёнок не слушает обращённую к нему речь.
13. Теряет вещи, необходимые в школе и дома (например, игрушки, карандаши, книги т.д.)

14. Часто совершает опасные действия. Не задумываясь о последствиях (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам). При этом не ищет приключений или острых ощущений.

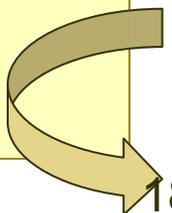
**Признаки гиперактивности  
(1,2,9,10)**

**Невнимательности и  
отвлекаемости (3,6,12,13)**

**Импульсивности (4,5,11,14)**

# Рекомендации родителям:

- Помогите вашим детям стать внимательными.
- Приобретайте, читайте и используйте книги, в которых можно найти упражнения и игры, способствующие развитию внимания.
- В основе внимания лежит интерес. Играйте вместе с детьми в различные игры, развивающие все свойства внимания.
- Научитесь играть в шахматы и шашки, ведь эти игры называют «школой внимания».
- Не забывайте о спортивных и подвижных играх, благодаря которым можно развивать не только силу и ловкость, но и внимание, воображение, быстроту мышления.



- **Учите детей быть наблюдательными – умеющими замечать изменения, происходящие в окружающем мире, видеть необычное в обычном, незнакомое- в знакомом.**
- **Постоянно тренируйте внимание своего ребенка. Используйте для этого прогулки на свежем воздухе, походы, любую возможность.**
- **Стимулируйте интерес к развитию внимания собственными примерами и примерами из жизни других людей.**
- **В семейном кругу демонстрируйте достижения ребенка по развитию собственного внимания.**
- **Наберитесь терпения и не ждите немедленных, успешных результатов.**

**Наше внимание – наш самый  
ценный ресурс.  
То, на что мы  
обращаем внимание,  
умножается в наших жизнях.**