

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
Центр анимационного творчества «Перспектива»

Принята
на заседании педагогического совета
МОУ ДО ЦАТ «Перспектива»
Протокол № 4
« 12 » 05 2025 год

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Директор МОУ ДО ЦАТ «Перспектива»

О.В. Кулигина
« 12 » мая 2025 год
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

социально-гуманитарной направленности

«Фитнес мозга»

(возраст 8-11 лет срок реализации 1 год)

Автор-составитель: педагог
дополнительного образования
Лепилина Елена Ивановна

Ярославль
2025

Пояснительная записка

Каждый человек рождается с определенным уровнем умения воспринимать информацию, наиболее активно проявляющимся в первые годы жизни. Однако без специальных тренировок, самостоятельного развития этот уровень постепенно будет ослабевать, что в конце концов приведет к старческому слабоумию. Чтобы стать умнее, лучше воспринимать и запоминать информацию и значительно отодвинуть старость, необходимо заниматься тренировками, направленными на повышение когнитивных способностей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Фитнес мозга**» является модифицированной программой *социально-гуманитарной направленности*. Программа предполагает сенсорное и интеллектуальное развитие ребенка, помогает облегчить все виды учения и, особенно, усвоение учебных навыков.

Тип программы - модифицированная.

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012 года;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. N 28);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Головной мозг у нас состоит из двух полушарий. Всем известно, что правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон. В большинстве случаев одно из полушарий является, доминирующим. Идеальное взаимодействие между полушариями есть эффективная творческая работа мозга. Особый механизм объединения левого полушария и правого полушария в единую интегративную, целостно работающую систему, формирующийся под влиянием как генетических, так и средовых факторов, есть межполушарное взаимодействие. Межполушарное взаимодействие необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Чем лучше будут развиты межполушарные связи, тем выше у ребёнка будет интеллектуальное развитие, память, внимание, речь, воображение, мышление и восприятие.

Актуальность

Актуальность программы заключается в том, что в современное время дети учатся по развивающим технологиям, где мышление является основой. В связи с этим возникла необходимость создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Фитнес мозга», направленной на развитие интеллектуальных и психологических навыков с учетом последовательности, сложности заданий и учетом категории детей.

Многочисленные наблюдения педагогов, исследования психологов показали, что ребенок, не научившийся учиться, не овладевший приемами мыслительной деятельности в начальных классах школы, в средних классах обычно переходит в разряд неуспевающих. Это еще раз доказывает актуальность данной программы.

Для обучения необходим хороший уровень развития памяти. Как правило, зрительная память является у многих людей ведущей. Поэтому проблемы с ней встречаются реже, чем со слухоречевой. За слухоречевую память отвечают височные отделы левого полушария. Необходим и хороший уровень мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения, классификации, обобщения, умозаключения.

Хорошее взаимодействие левого и правого полушарий необходимо, например, в математике (при решении задач, особенно там, где нужно изобразить условие задачи в виде схемы), при письме (связь фонема — графема), особенно на начальных этапах обучения письму и чтению (ребёнок при

диктовке не может вспомнить, как пишется та или иная буква). Хорошее взаимодействие левого и правого полушарий необходимо, например, в математике (при решении задач, особенно там, где нужно изобразить условие задачи в виде схемы), при письме (связь фонема – графема), особенно на начальных этапах обучения письму и чтению (ребёнок при диктовке не может вспомнить, как пишется та или иная буква). Программа предназначена для детей младшего и среднего школьного возраста, к этому времени межполушарные взаимодействие должно созреть в полной мере. Но в настоящее время количество школьников, которые испытывают трудности в обучении, неуклонно растёт. Обучаясь по данной программе, ребёнок будет развивать своё мышление, воображение и тренировать другие важные психические функции, необходимые для успешного обучения в школе. Программа «Фитнес мозга» разработана с учетом интересов и запросов родителей, запроса общеобразовательных учреждений, и предусматривает работу по интеллектуальному и сенсорному развитию ребенка.

Новизна программы

Данная программа составлена с учетом материалов, которые были разработаны в рамках проекта «Учиться лучше вместе», реализуемого при финансовой поддержке ЮСАИД и технической поддержке ЮНИСЕФ, и программе доктора Пола И. Деннисона и Гейли Деннисона «Гимнастика мозга».

В программе подобраны различные коррекционные упражнения для активизации работы мозга: методика «Таблица Шульте», методика «Рисование двумя руками», нейропсихологические упражнения, мнемотехника, которые прошли апробацию в 2020, 2021, 2022 годах. Актуальная и эффективная, инновационная технология, является кинезиология. Кинезиология или «гимнастика мозга» – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Под влиянием кинезиологических упражнений в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие у детей. По мнению К. Ханнофорд, «именно двигательная активность «подкармливает» мозг информацией, идущей от окружающей среды, формируя, таким образом, понимание мира, и создает основу для развития новых интеллектуальных возможностей».

На каждом занятии используются упражнения: кинезиологические, таблицы Шульте, рисование двумя руками.

Что бывает если межполушарное взаимодействие не сформировано? Происходит неправильная обработка информации и у ребенка возникают сложности в обучении (проблемы в письме, устной речи, запоминании, счете, а так же в целом восприятии учебной информации).

Особенности программы

В программе собраны апробированные упражнения, которые активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей эмоциональной, физической и умственной жизнью. Эти интегрирующие упражнения пробуждают систему "интеллект-тело" и приводят её в готовность к обучению. Человеческая способность мыслить, запоминать, учиться уникальна. Благодаря особенному строению мозга, мы можем не только осознавать себя, но и постоянно развиваться. Способность различными способами воспринимать и осознавать окружающий мир и называется когнитивной.

Когнитивные умения, которые развиваются в процессе реализации программы «Фитнес мозга», для того, чтобы дети могли успешно осваивать учебный материал:

- Развитие свойств внимания: (переключаемость, распределение, устойчивость), обучение распределению и устойчивости внимания.
- Развитие объема памяти, развитие слухоречевой памяти.
- Развитие зрительно-пространственного гнозиса и праксиса (это способность узнавать предметы по чувственным восприятиям). Например, человек не только видит, но и узнает ранее виденные предметы. Узнавание является сложной функцией отдельных анализаторов, оно вырабатывается в процессе индивидуального опыта (по типу условных рефлексов); полученная информация закрепляется (функция памяти).
- Развитие перцептивных обобщений с использованием различных форм. Формирование зрительно-моторной памяти.
- Развитие темповых характеристик внимания и памяти.

Адресность программы

Программа рассчитана на детей 8-11 лет.

Данная программа позволяет проводить систематическую работу как с детьми в норме, так и с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья или общее недоразвитие речи, так как на сегодняшний день инклюзивное образование считается в приоритете.

Психологические особенности

Период от 8 до 11 лет – уже не маленький ребенок, но и еще не подросток.

Психологические особенности детей 8-10 лет — это такие качества как любознательность, конкретность мышления, подвижность и высокая впечатлительность. Дети в этот период подражают взрослым и ровесникам, но наряду с этим начинают проявлять индивидуальность. Они все еще не умеют долго концентрировать свое внимание на чем-либо. Индивидуальные психологические особенности детей связаны с их физическим развитием. Для 8-10 летнего возраста характерна высокая подвижность и энергичность. Ребенок растет очень быстро, но неравномерно. Сердце его не растет пропорционально телу. По этой причине дети не способны выносить долгие периоды напряженной деятельности. Восемилетние дети могут сосредоточить свое внимание максимум на 15 минут. Их произвольное внимание все еще не отличается прочностью. Тем не менее, порог слышимости и острота слуха еще не смогли достичь своих максимальных величин, так как это характерно лишь для подросткового возраста. Ребенок с 8 до 10 лет живет в настоящем. К третьему классу (9 лет) младшие школьники уже лучше запоминают факты, сведения и стихи. Этот возраст считается прекрасным для заучивания наизусть. Более легко ребенок запоминает слова, а не мысли. Особенно хорошо запоминается то, что чем-то мотивируется или имеет значение. Что касается эмоциональной сферы, то на этой стадии начинает формироваться система оценок. Эмоции, как правило, заслоняют объективность оценок. Авторитет взрослых людей еще так велик, что часто собственную оценку заслоняет оценка взрослых. Младший школьник может хорошо оценить и предвидеть предполагаемые реакции взрослых. Он уже прекрасно знает, когда и с кем что можно позволить. Дети этого возраста очень любят учиться, им хочется быть первыми. Они много читают, много рассказывают. Учеба для таких детей интересна. Дети восьми лет очень чувствуют всю ответственность порученных им заданий.

Дети 11 лет уже начинают чувствовать изменения в своем теле. Начинается период полового созревания. В этом возрасте у детей присутствуют резкие перепады в настроении. Эмоции бывают самыми разными. Ребенок то смеется, то плачет. В учебе тоже могут быть проблемы. Ребенок переходит в среднюю школу. Новые учителя, новые требования. Каждый преподаватель ждет повышенного внимания к своему предмету. Зачастую дети просто не успевают учить все. Также к этому времени уже ясно видно, к чему у него больше способностей. Важно не упустить этот момент и подталкивать ребенка в том направлении, которое ему нравится. Одиннадцатилетние дети все больше времени проводят со сверстниками. У них много совместных увлечений, интересов. Психология ребенка 11 лет мало чем отличается от ребенка 10 лет. Но разница все же есть. Она состоит в том, что у первого уже более нестабильная и более ранимая психика, чем у второго.

Возраст учащихся 5-го класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости - главного личностного новообразования младшего подростка.

Умственная активность младших подростков велика, но вот способности развиваются только в деятельности, которая вызывает положительные эмоции. Успех (или неуспех) существенно влияет на мотивацию учения. Оценки при этом играют важную роль: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия подростка.

Трудности 5-классников:

- возросший темп работы: дети, не умеющие быстро писать, не успевают;
- возросший объем работы, как на уроке, так и дома;
- необходимость самостоятельно находить дополнительную информацию (литературу) и работать с ней.

Режим занятий

Программа рассчитана:

1 вариант: на 1 год обучения (72 часа): 1 раз в неделю по 2 академических часа, в соответствии с

возрастными особенностями;

2 вариант: на 1 год обучения (36 часов): 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Отличие вариантов заключается в объеме и количестве выполняемых упражнений.

Объем программы – 72 часа.

Наполняемость групп

Набор детей свободный, либо организованные классы, а также классы с ООП (лого-классы). В группы принимаются все желающие без предварительного отбора. Количество обучающихся в группах не более 10-15 человек (лого группы 8-12 человек), т.к. каждый этап работы требует индивидуального подхода к каждому ребенку. Группы формируются по возрасту: группа 8-9 лет, группа – 10-11 лет.

Формы проведения занятия

По форме организации деятельности

- Групповая и индивидуальная работа
- Открытое занятие
- Мастер-классы

По способу подачи материала

- Практическое занятие
- Занятие-игра, мастер-класс
- Тренировочные упражнения

Основные методы и технологии

- Развивающее обучение
- Мультимедийные технологии
- Технология обучения в сотрудничестве

Цель: Расширение границ межполушарного взаимодействия, увеличение и укрепление нейронных связей через комплекс нейропсихологических упражнений.

Задачи:

Образовательные

- Развитие интеллектуальных процессов: память, внимание, мышление, воображение, восприятие, речь.

Развивающие

- Развивать зрительно-моторную и пространственную координацию;
- Формировать умение работать в темпе.

Воспитательные

- Формировать правильное отношение к своему здоровью (правильная осанка, сохранение зрения).

Общая структура занятия

- Разминка для рук. Двигательная гимнастика.
- Кинезиологические упражнения.
- Таблицы Шульте.
- Развитие моторики (одна, две руки).
- Упражнения, формирующие когнитивные умения.
- Рефлексия.

Характеристика ожидаемых результатов по освоению программы

По окончании обучения по программе:

- Обучающиеся проявляют интерес к выполнению нейропсихологических заданий.
- Обучающиеся умеют совершать нужные мыслительные операции (анализ, синтез, выделение общего признака, исключение лишнего, выполнение задачи по алгоритму или образцу, перенесение способа решать задачи на другой материал и т.д.).

Обучающиеся узнают:

- Приемы мнемотехники для запоминания.
- Алгоритмы запоминания.

Формирование личностных действий

- Обучающиеся могут самостоятельно оценивать правильность выполнения задания.

Формирование регулятивных действий

- Обучающиеся получают возможность научиться контролировать свою деятельность по ходу или результатам выполнения задания.

Формирование коммуникативных действий

- Обучающиеся получают возможность научиться взаимодействовать (сотрудничать) с другими обучающимися в группе, работать в режиме сотрудничества.

Условия реализации:

- Систематическое проведение занятий (плюс ежедневное выполнение домашнего задания 10-15 минут).
- Обеспечение индивидуального и дифференцированного подхода.
- Создание условий для самостоятельной деятельности детей.
- Сотрудничество педагога с семьей.

Формы педагогического контроля

Знания, умения и навыки обучающихся контролируются в ходе практических работ, на итоговых занятиях по темам, где широко применяется такая форма контроля, как взаимопроверка и самоконтроль, самоанализ, педагогическая оценка, наблюдение, выставка работ.

Формы подведения итогов реализации программы

Форма подведения итогов реализации программы: выполнение тестовых заданий, мастер-классов.

Форма аттестации // контроля

№	Блок	1 час в неделю	2 часа в неделю
1	Введение	Наблюдение/ самооценка	Наблюдение/ самооценка
2	Развитие когнитивных способностей, межполушарного взаимодействия	Наблюдение/ Самооценка/педагогическая диагностика	Наблюдение/ Самооценка/педагогическая диагностика
3	Мастер-класс	Самооценка/педагогическая диагностика	Самооценка/педагогическая диагностика
4	Проверяем знания	Самооценка/педагогическая диагностика//тестирование	Самооценка/педагогическая диагностика//тестирование

Содержание программы

Учебный план

№	Блок	Тема	1 академический час			2 академических часа		
			Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
1	Введение	Знакомство с особенностями головного мозга, межполушарными связями. Особенности памяти, внимания, мышления. Начальное тестирование.	1	1	2	1	1	2
2	Развитие когнитивных способностей, межполушарного взаимодействия	Развитие внимания	4	4	8	8	8	16
		Развитие памяти	5	5	10	10	10	20
		Развитие мышления	3	3	6	6	6	12
		Развитие воображения	2	2	4	4	4	8
		Развитие восприятия	2	2	4	4	4	8
		Развитие речи	*	*	*	2	2	4
3	Мастер-класс	Проведение мастер-класса «Новые упражнения для меня»	0,5	0,5	1	1	1	2
4	Проверяем знания	Тестовые задания	0,5	0,5	1	1	1	2
ИТОГО:			18	18	36	36	36	72

Содержание учебного плана

Блок	Тема	Часы	Содержание
Введение	Нейропсихологические упражнения – что это и зачем нужно.	4	<i>Теория:</i> Знакомство материалами. Знакомство с особенностями головного мозга, межполушарными связями. Особенности памяти, внимания, мышления. <i>Практика:</i> Начальное тестирование. Знакомство с нейропсихологическими упражнениями. Пальчиковая гимнастика пальчиковые упражнения.
Развитие когнитивных способностей, межполушарного взаимодействия	Развитие внимания	4	<i>Теория:</i> Внимание – что это такое!? <i>Практика:</i> упражнения на формирование концентрации, устойчивости внимания.
		4	<i>Теория:</i> Свойства внимания. <i>Практика:</i> упражнения на формирование концентрации, устойчивости внимания.
		4	<i>Теория:</i> Свойства внимания <i>Практика:</i> упражнения на формирование избирательности внимания
		4	<i>Теория:</i> Взаимосвязь свойств внимания <i>Практика:</i> упражнения на формирование переключения внимания
	Развитие памяти	4	<i>Теория:</i> Наша память <i>Практика:</i> упражнения на развитие зрительной и слуховой памяти.
		4	<i>Теория:</i> Особенности памяти. <i>Практика:</i> упражнения на развитие зрительной и слуховой памяти
		4	<i>Теория:</i> Особенности памяти. <i>Практика:</i> упражнения на развитие долговременной и кратковременной памяти.
		4	<i>Теория:</i> Мнемотехника что это. <i>Практика:</i> упражнения на развитие мнемотехнических приемов (заучивание слов).
		4	<i>Теория:</i> Приемы заучивания. <i>Практика:</i> упражнения на развитие мнемотехнических приемов (заучивание стихов).

	Развитие мышления	4	<i>Теория:</i> Наше мышление. <i>Практика:</i> упражнения на развитие словесно-логического мышления
		4	<i>Теория:</i> Мышление. <i>Практика:</i> упражнения на развитие наглядно-образного мышления
		4	<i>Теория:</i> Мышление. Виды мыслительных операций. <i>Практика:</i> упражнения на развитие наглядно-действенного мышления.
	Развитие воображения	4	<i>Теория:</i> Знакомство с воображением <i>Практика:</i> упражнения на развитие воображения
		4	<i>Теория:</i> Воображение <i>Практика:</i> Приёмы создания новых образов воображения.
	Развитие восприятия	4	<i>Теория:</i> Восприятие что это? <i>Практика:</i> Приёмы создания новых образов воображения.
4		<i>Теория:</i> Иллюзия <i>Практика:</i> Создание иллюзионных рисунков.	
Мастер-класс	Мастер-класс	2	Проведение мастер-класса обучающиеся подбирают задания самостоятельно дома и проводят мастер-класс
Проверяем знания	Проверяем знания	2	Проведение тестовых заданий
	ИТОГО:	72	

Календарный учебный график

Год обучения	Начало учебного года	Окончание учебного года	Кол-во часов	Форма контроля
1-й	01.09	31.05	72 часа	Тестирование Мастер - класс

№	дата	Тема	Часы	Форма занятия
1.	1 – 2 неделя	Знакомство с особенностями головного мозга, межполушарными связями; особенностями памяти, внимания, мышления. Начальное тестирование.	4	Практическая работа
2.	3 – 4 неделя	Формирование концентрации внимания.	4	Практическая работа
3.	5 – 6 неделя	Формирование устойчивости внимания.	4	Практическая работа
4.	7 - 8 неделя	Формирование избирательности внимания.	4	Практическая работа
5.	9 – 10 неделя	Формирование переключения внимания.	4	Практическая работа
6.	11-12 неделя	Развитие зрительной памяти.	4	Практическая работа
7.	13-14 неделя	Развитие слуховой памяти.	4	Практическая работа
8.	15-16 неделя	Развитие долговременной и кратковременной памяти.	4	Практическая работа
9.	17-18 неделя	Упражнения на развитие мнемотехнических приемов (заучивание слов).	4	Практическая работа
10.	19-20 неделя	Упражнения на развитие мнемотехнических приемов (заучивание стихов).	4	Практическая работа
11.	21-22 неделя	Развитие словесно-логического мышления.	4	Практическая работа
12.	23-24 неделя	Развитие наглядно-образного мышления.	4	Практическая работа
13.	25-26 неделя	Развитие наглядно-действенного мышления.	4	Практическая работа
14.	27-28 неделя	Развитие воображения	4	Практическая работа
15.	29-30 неделя	Приёмы создания новых образов воображения	4	Практическая работа
16.	31-32 неделя	Развитие восприятия	4	Практическая работа
17.	33-34 неделя	Создание иллюзионных рисунков	4	Практическая работа
18.	35 неделя	Мастер-класс	2	Мастер-класс
19.	36 неделя	Проверяем знания	2	Практическая работа
			72	

Обеспечение программы

Материально – техническое обеспечение

Занятия ДООП «Фитнес для мозга» проводятся в оборудованном кабинете, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям, где имеется хорошее дневное и вечернее освещение. Кабинет оснащен посадочными местами по количеству обучающихся, рабочим местом педагога.

Рабочие места организованы таким образом, чтобы обучающиеся сидели, не стесняя друг друга, за каждым закреплено определённое место. Кабинет оснащен видео- аудио аппаратурой.

В работе необходимо:

- альбом либо тонкие листы;
- простые карандаши;
- тетрадь в клеточку;
- цветные карандаши;
- крупы (фасоль, семечки и т.д.);
- ленточки;
- «колючие» мячики.

Все необходимые материалы приобретаются самими обучающимися.

Методическое обеспечение

Виды работы

1. Мелкая мускулатура пальцев

- Упражнения на развитие силы пальцев и быстроты их движений.
- Развитие моторики (одна, две руки)

2. Зрительный анализ и синтез

- Упражнения на определение правых и левых частей тела.
- Задания на ориентировку в пространстве по отношению к предметам.
- Задания с условиями по выбору нужных направлений.
- Двигательные упражнения.

3. Рисование

- Занятия по штриховке по контуру, обводка.
- Срисовывание фигур.
- Задания на зарисовку деталей, предметов, с натуры.
- Дорисовывание незаконченных рисунков.
- Дорисовывание рисунков с недостающими деталями (даются законченные изображения, но с недостающими деталями).
- Упражнения в дорисовывании, создании собственной картины при условии реальности сюжета и деталей.
- Задания на воспроизведение фигур и их сочетаний по памяти.
- Рисование «глазами».

4. Кинезиологические упражнения.

5. Таблицы Шульте.

6. Упражнения, формирующие когнитивные умения.

Образовательные технологии:

- Здоровьесберегающие.
- Мультимедийные технологии (ИКТ).
- Разноуровневое обучение.
- Исследовательские методы в обучении (самостоятельный подбор заданий по темам).
- Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Контрольно- измерительные материалы

Тестирование по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Фитнес для мозга» проводится педагогом дополнительного образования или педагогом – психологом. Обработку тестирования проводит педагог – психолог. В программе подобраны примеры тестов, которые могут быть использованы при тестировании. Все результаты диагностики фиксируются в диагностической карте.

Диагностическая карта

Ребенок	Развитие интеллектуальных процессов						Отношение к своему здоровью	Зрительно-моторную и пространственную координацию	Темп работы	Средний показатель
	Внимание	Память	Мышление	Воображение	Восприятие	Речь				

Оценка выполняется по трехбалльной системе:

3 балла – высокий уровень (задания выполнены),

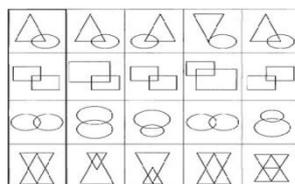
2 балла – средний уровень (задания выполнены частично),

1 балл – низкий уровень (задания выполнено минимально, не выполнено совсем).

Тесты на развитие внимания

Для детей 7-9 лет

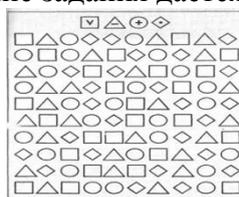
Тест. Посмотрите внимательно на следующую картинку, здесь изображены геометрические фигуры по-разному. На выполнение этого теста дается одна минута. Найдите одинаковые геометрические фигуры.



Тест «Найди лишнее» (на распределение внимания)

Например: посмотрите внимательно на следующую картинку, здесь нарисованы квадрат, треугольник, круг и ромб.

В верхней строчке даны образцы, по которым надо заполнить все остальные геометрические фигуры. В квадрате нарисована галочка, в треугольнике написан знак минус, в круге написан знак плюс и в ромбе стоит точка. На выполнение задания дается одна минута.



Для детей 10-11 лет

Тест. Перед ребенком тестовый материал, это и буквы, и слова. Что нужно сделать? Нужно за 36 секунд найти 10 слов, замурованных в буквах. Для этого необходимо считать текст как можно быстрее и находить спрятанные слова.

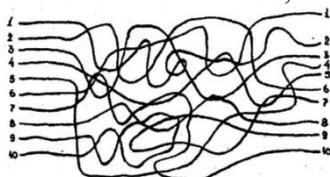
Предложите ребенку вести глазами по буквам и захватывать несколько букв вперед. Необходимо увеличивать скорость.

бсолнцвтргщцоцэрайонзгучновостьъхъзгчяфактъуэкзаментрочягщ
шгцкпппрокуроргурourseабетеориямтоджебъамхоккейтроиаафцуйгахт
телевизорболджщзхюэлгщъбпамятьшогхеюжипдргщщнздвосприятие

Тест. Перед вами тест «**Исправь ошибки**» на устойчивость внимания. Необходимо найти и исправить ошибки. И уложиться в 1 минуту. Это могут быть ошибки, как орфографические, так и стилистические.

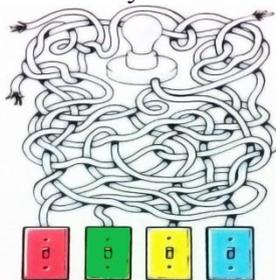
Стары лебеди склонили перед ним гордые шеи.
Взрослые и дти толпились на берегу. Внизу над
ними расстилалась ледяная пустыня. В отфет я
кивал ему рукой. Солнце дохотило до верхушек
деревьев и тряталось за ними. Сорняки живучи
и плодовицы. Я уже заснул, когда кто-то
окликнул меня. На столе лежала карта на шего
города. Самолет сюда, чтобы помочь людям.
Скоро удалось мне на машине.

Тест на устойчивость и концентрацию зрительного внимания **Методика «Перепутанные линии Риссу»**. Перед вами два столбика цифр и соединяющие их линии, которые пересекаются с другими и запутывают вас окончательно. Проведите, проследите мысленно путь от цифры слева до цифры справа. Нельзя ничем себе чем-либо помогать, в том числе мышкой).



Весь путь отслеживаем глазами.

Тест. Какой выключатель включит лампу? Ребенку нужно мысленно пройти по проводам и узнать, какого цвета выключатель включает лампу. На выполнение дается 15 секунд.



Тесты на развитие памяти

Тест на логическую и механическую память «Запомни пару» для детей 8–11 лет

У вас перед глазами 2 столбца, по 2 слова в каждом. В первом столбце слова имеют общий смысл и логику, слова во втором столбце — логика отсутствует.

Кукла — играть;	жук — дом;
Курица — яйцо;	компас — клей;
Ножницы — резать;	колокольчик — стрела;
Лошадь — карета;	синица — брат;
Книга — ученик;	лейка — автобус;
Бабочка — муха;	туфли — чайник;
Щётка — зубы;	палка — графин;
Барабан — палочки;	шапка — пчела;
Снег — холод;	рыба — огонь;
Корова — молоко;	пила — торт.

Зачитайте ребёнку пары слов из первого ряда. Делайте перерывы по 5 секунд между парами. Затем, после 10-секундного интервала, читайте только левые слова, а школьник должен написать только правые. Прodelайте то же со вторым набором слов. Подведите итоги: если ребёнок запомнил от 7 до 10 слов, то это высокий показатель, от 4 до 6 слов — средний, и меньше 3 слов — низкий уровень.

Тест на слуховую память «запомни пару» для детей 8–11 лет

Ребёнок получает задание за несколько попыток выучить и безошибочно воспроизвести ряд, состоящий из 12 слов: ДЕРЕВО, КУКЛА, ВИЛКА, ЦВЕТОК, ТЕЛЕФОН, СТАКАН, ПТИЦА, ПАЛЬТО, ЛАМПОЧКА, КАРТИНА, ЧЕЛОВЕК, КНИГА.

Взрослый читает ребёнку слова (всего 6 попыток). После каждого прослушивания ребёнок должен попытаться воспроизвести весь ряд.

Взрослый каждый раз отмечает, сколько слов ребёнок вспомнил и назвал правильно.

Оценка результатов

- Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл все 12 слов за 6 или меньше попыток. Это свидетельствует об очень высоком уровне развития памяти.
- Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток 10-11 слов. Это свидетельствует о высоком уровне развития памяти.
- Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток 8-9 слов. Это свидетельствует о среднем уровне развития памяти.
- Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток 4-5 слов. Это свидетельствует о низком уровне развития памяти.
- Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток не более 3 слов. Это свидетельствует об очень низком уровне развития памяти. В таком случае нужна консультация невропатолога.

Тест на зрительную память «запомни пару» для детей 8–11 лет

Взгляни на картинку (10-15с) и запомни все эти предметы. Переверни страницу и найди их на картинке.

Норма для детей 6 лет: 7-8 предметов



Тесты на развитие мышления

Методика "Простые аналогии"

Оборудование: бланк, в котором напечатаны два ряда слов по образцу.

Бежать - стоять	Кричать - а) молчать, б) ползать, в) шуметь, г) звать, д) конюшня
Паровоз - вагоны	Конь - а) конюх, б) лошадь, в) овес, г) телега, д) конюшня
Нога - сапог	Глаза - а) голова, б) очки, в) слезы, г) зрение, д) нос
Коровы - стадо	Деревья - а) лес, б) овцы, в) охотник, г) стая, д) хищник
Малина - ягода	Математика - а) книга, б) стол, в) парта, г) тетради, д) мел
Рожь - поле	Яблоня - а) садовник, б) забор, в) яблоки, г) сад, д) листья
Театр - зритель	Библиотека - а) полки, б) книги, в) читатель, г) библиотекарь, д) сторож
Пароход - пристань	Поезд - а) рельсы, б) вокзал, в) земля, г) пассажир, д) шпалы
Смородина - ягода	Кастрюля - а) плита, б) суп, в) ложка, г) посуда, д) повар
Болезнь - лечить	Телевизор - а) включить, б) ставить, в) отремонтировать, г) квартира, д) мастер
Дом - этажи	Лестница - а) жители, б) ступеньки, в) каменный,

Порядок исследования

Ученик изучает пару слов, размещенных слева, устанавливая между ними логическую связь, а затем по аналогии строит пару справа, выбирая из предложенных нужное понятие. Если ученик не может понять, как это делается, одну пару слов можно разобрать вместе с ним.

Обработка и анализ результатов

- О высоком уровне логики мышления свидетельствуют 8-10 правильных ответов,
- о хорошем - 6-7 ответов,
- о достаточном - 4-5,
- о низком - менее чем 5.

Тесты на развитие воображения

Тест "Определение уровня воображения"

Инструкция: Вам предлагается 12 вопросов теста. На них надо отвечать либо "да", либо "нет". Первая цифра в скобках (количество баллов) означает положительный ответ, вторая - отрицательный.

1. Интересуетесь ли вы живописью? (2, 1).
2. Часто ли вы скучаете? (1, 2).
3. Рассказывая какую-либо историю, любите ли вы украсить ее красочной деталью, добавленной от себя? (1, 0).
4. Инициативны ли вы на работе, в школе? (2, 1).
5. "Широко" ли вы пишете, много ли занимаете место на бумаге? (1,0).
6. Руководствуетесь ли вы в выборе одежды законами моды или собственным вкусом? (2, 1).
7. Любите ли вы рисовать во время собраний или лекций на листе бумаги одни и те же фигурки? (0, 1).
8. Слушая музыку, представляете ли вы какие-либо образы, связанные с ней? (1,0).
9. Любите ли вы писать длинные письма? (2, 1).
10. Видите ли вы иногда цветные сны? (1, 0).
11. Любите ли вы мысленно бывать в тех снах, которые знаете лишь по рассказам? (1, 0).
12. Часто ли вы плачете, расстраиваетесь в кино? (1, 0).

Итак, подсчитайте очки. 14-17 очков: у вас богатое воображение. Если вы сумеете применить его в жизни, то добьетесь больших творческих успехов. 9-13 очков: среднее воображение. Такое воображение встречается у очень многих людей. От вас и только от вас зависит, сумеете ли вы развить его. 5-8 очков: вы реалист в полном смысле этого слова. В облаках не витаете. Однако немного фантазии еще никому не вредило. Поэтому задумайтесь о себе.

Тесты на развитие восприятия

Слуховое восприятие. От уровня слухового восприятия зависит, как ребёнок будет воспринимать объяснение учителя или детей класса. Чтобы выявить уровень слухового восприятия, надо попросить ребёнка рассказать, как он понял прочитанный вами текст.

Инструкция. Вы читаете предложение (только один раз), ребёнок слушает: " Серёжа встал, умылся, позавтракал, взял портфель, пошёл в школу." Задаёте вопрос: "Назови порядок действий Серёжи"

Оценка результатов. Действия названы правильно, последовательно - тест выполнен. 1-3 ошибки - тест также считается выполненным, но это 2 уровень выполнения задания.

Более 3 ошибок - тест не выполнен.

Список информационных источников

1. Использование педагогами нейропсихологических и нейрокинезиологических упражнений, способствующих успешности решения учебных задач учащимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Методич. пособие / Сыманюк Э.Э., Печеркина А.А., Ицкович М.М., Токарская Л.В. Екатеринбург: Издательский Дом "Ажур", 2019. 160с. (Министерство образования и молодежной политики Свердловской области Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина. Государственное бюджетное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс»)
2. Лейтес Н.С., Возрастная одаренность индивидуальные различия. – М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997 -448с.
3. Праведникова Ирина Игоревна Нейропсихология. Игры и упражнения, Изд. «АЙРИСпресс», 2017

Интернет источники

1. <https://ffc.org.kg/book>
2. https://spravochnick.ru/psihologiya/individualnye_psihologicheskie_osobennosti_detey_8-10 лет
3. <https://cepia.ru/test-razvitie-vnimaniya-detej>
4. <https://co1858.ru/prochee/testy-na-pamyat-dlya-shkolnikov-na-lyuboj-voznrast.html>
5. <https://temiday.ru/testy-na-razvitie-pamyati-i-vnimaniya-dlya-shkolnikov-dlya-svoix/>
6. <https://iklife.ru/samorazvitie/testy-na-logiku.html>
7. <https://infourok.ru/doklad-psihologopedagogicheskie-osobennosti-detey-let-4010675.html>
8. <https://www.b17.ru/article/95953/>

Методические материалы

Упражнения на развитие внимания, памяти и мышления ребенка

Упражнение 1 «Делай и рассказывай»

Учите ребенка концентрировать внимание на любом простом занятии, например, рисование. Объясняйте ребенку вслух, что он должен сделать, поправляйте его, проговаривайте каждое движение ребенка. Больше общайтесь с ребенком и комментируйте вслух его действия.

Учите ребенка выполнять все действия последовательно. Постепенно ребенок научится делать последовательно все самостоятельно.

Упражнение 2 «Найди предмет»

Для развития внимания хорошо подходит игра, найди предмет. Посмотрите какой-нибудь предмет в комнате, например, пирамидка. Опишите пирамидку ребенку так, чтобы он понял, что вы описываете и сказал, что это такое. Например, этот предмет высокий, у него есть много деталей, опишите какие это детали, какого они цвета и размера, и так далее.

Упражнение 3 «Посмотрим друг на друга»

Упражнение «Посмотрим друг на друга» хорошо развивает внимание ребенка, улучшает память, оно очень простое, интересное и веселое. Ваш ребенок с удовольствием поиграет в эту игру. Дайте возможность ребенку посмотреть на вас внимательно несколько секунд. Затем он отворачивается и рассказывает про вас все, что он запомнил.

Например, цвет волос, описание лица, что на вас одето, какого цвета и так далее. Если ребенок мало смог рассказать не ругайте его, сыграйте в эту игру снова. Изучая вас, второй раз ребенок будет более внимателен, чем первый раз.

В эту игру можно, даже нужно играть наоборот, посмотрите на своего ребенка отвернитесь и опишите то, что вы запомнили. Ваш ребенок сделает выводы, что вы рассказали и что он упустил. Эти выводы вы можете проговорить, вместе углубляясь в детали.

Упражнение 4 «Мешай мне»

Интересное упражнение «Мешай мне». Здесь можно поиграть малыми группа по 3 человека. Роль 1 обучающегося задавать разные вопросы ребенку, например, какого цвета кубик, есть у машины колеса, где мячик, как тебя зовут и так далее. Ребенок должен быстро отвечать на вопросы.

Роль 2 ребенка отвлекать ребенка, когда он отвечает на вопросы. Если ваш ребенок смог ответить на вопросы и не отвлекался, поощрите его. В следующий раз он будет стараться еще лучше.

В эту игру можно играть вдвоем, например, ребенок рассказывает стихотворение или пересказывает сказку, а второй человек его отвлекает его.

Упражнение 5 «Будь внимательным»

Последнее время очень часто в детских книгах предлагают упражнения на развитие памяти и внимания. Например: Нарисована картинка, ребенок смотрит и запоминает, что на ней изображено. Через две три минуты книга закрывается, и ребенок должен рассказать, что он запомнил. Это простое задание, но оно хорошо тренирует память.

Такое упражнение можно использовать для любого предмета, посмотреть на него, запомнить и потом рассказать.

Например: У вас в комнате на полу лежит ковер. Рассмотрите внимательно рисунок, который изображен на ковре вместе с ребенком, пусть ребенок запомнит этот рисунок. Рассматривать можно минуты две или три. Затем отведите взгляд от ковра и попробуйте рассказать, что вы запомнили. В следующий раз вы можете рассмотреть какую-нибудь картину или скульптуру и рассказать о ней. Каждое следующее занятие вы должны сокращать время запоминания.

Упражнение 6 «Попробуй запомнить»

Развивать наблюдательность, внимание и зрительную память можно разными способами. Рассмотрим один из них.

Например: Для детей возьмем пять разных предметов. Это может быть карандаш, ручка, цветной ластик, мячик, скакалка. Даем рассмотреть детям все эти предметы, затем складываем их в темный мешочек. Ребята должны рассказать по очереди, что они запомнили.

Для детей постарше и взрослых тоже можно использовать это упражнение.

Например: Возьмем больше, семь или десять предметов. Это может быть ложка, кружка, подстаканник, медаль, красивый камень и так далее. Все эти предметы надо быстро и внимательно рассмотреть на запоминание дается одна минута. Затем положить в темный мешочек и попробовать рассказать то, что вы запомнили.

С каждым следующим занятием время запоминания надо сокращать, а количество предметов увеличивать.

Упражнение 7 «Сосредоточь внимание»

Поставьте часы перед телевизором, когда идет интересный мультфильм или сказка. Посадите ребенка перед телевизором, ребенок в течение двух минут должен смотреть на секундную стрелку, не поворачивая свой взгляд на экран телевизора. Ребенок не должен отвлекаться на телевизор, он должен сосредоточиться на секундной стрелке часов.

Упражнение 8 «Запомни и расскажи»

Посмотрите внимательно на картинку, здесь нарисованы цифры, под каждой цифрой написано слово. Внимательно посмотрите на картинку одну минуту, затем закройте эту картинку и попробуйте написать на бумаге все цифры и под каждой цифрой написать слово.



Что у вас получилось? Если ошибок много попробуйте запомнить только верхнюю строчку от нуля до четырех, потом от пяти до девяти.

Сравните написанное с картинкой, если есть ошибки, повторите упражнение.

Упражнение 9 «Запомни и нарисуй по памяти»

Посмотрите на следующую картинку. Здесь нарисованы бусы, маленькие бусы нарисованы цветными карандашами, а большие бусы надо раскрасить.

Посмотрите внимательно на цветные бусы, закройте их и попробуйте по памяти раскрасить вторые бусы.



Что у вас получилось?

Проверьте, правильно вы раскрасили бусы или нет.

Упражнение 10 «Попробуй разгадай»

Посмотрите новое упражнение ребусы. Здесь написана часть слова, вторая часть слова нарисована в виде картинки. Надо посмотреть внимательно и сказать, какое слово было задумано.



После того, как вы отгадаете все слова ребуса, закройте ребус и напишите все слова в алфавитном порядке по памяти.

«Таблицы Шульте»

Перед вами расположены таблицы с цифрами, разбросанными в разном порядке от 1 до 24. Необходимо смотреть в центр таблицы, чтобы охватить взглядом всю таблицу целиком, и называть цифры в порядке возрастания от 1 до 25.

Нужно стараться называть как можно быстрее и правильнее. Засеките время, за которое ребенок называет одну таблицу. Хорошо, когда ему требуется 30-40 секунд на каждую таблицу. Лучше выполнять за один подход все таблицы сразу. И как можно чаще практиковаться.

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

Методика Шульте - Горбова «Красно-черная таблица»

Эта методика используется для оценки переключения и распределения внимания.

Перед вами расположены таблицы Шульте, но с цветными числами: черного цвета от 1 до 25 и красного цвета от 1 до 24. Необходимо называть попеременно одну черную и одну красную.

Например, 1 черное и 24 красное, 2 черное и 23 красное и так далее до 25 черное и 1 красное.

Нужно постараться уместиться в 2 минуты. Если ребенок затратит меньшее количество времени, то будет просто замечательно.

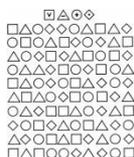
8	9	24	20	15	6	19
4	5	12	1	24	13	23
14	18	17	22	2	11	8
22	11	7	21	8	3	9
2	7	16	23	19	16	3
13	1	21	5	10	25	17
15	10	18	20	4	14	12

Методика Пьерона-Рузена

Это методика используется для оценки уровня концентрации внимания. Перед вами ряд геометрических фигур с проставленными в них значками.

Необходимо проставить во всех геометрических фигурах во всех рядах соответствующие символы: в квадратах — галку, в треугольниках — минус, в кругах — плюс, в ромбах — точку.

Лучше делать этот тест на бумаге. Если бумаги нет под рукой, то можно тренироваться называя вслух.



Методика «Корректирующая проба (Тест Бурдона)»

Для исследования используют материал из букв, цифр, фигур. Необходимо зачеркнуть определенную букву, цифру, фигуру в каждом ряду. На выполнение дается 5 минут.

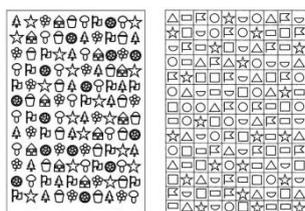
Через каждые 60 секунд ребенком по команде делается отметка-черта, по которой будет видно сколько знаков просмотрено за минуту. Дальше в таком же порядке продолжается выполнение теста до сигнала «Стоп» или до конца теста.

Подсчитывается количество просмотренных строк и ошибок, а также затраченное время. На основе данных, делаются вычисления и оценивается уровень внимания.

В целях развития внимания, нужно начинать с простых таблиц, где разница между объектами максимальна, потом усложнять. Можно зачеркивать не один предмет, а несколько и разными способами. На выполнение давать 2 минуты.

В этих тестах необходимо за 2 минуты:

- зачеркнуть елочку, подчеркнуть грибочек
- обвести флаг, зачеркнуть круг



Тест Торндайка на развитие внимания и памяти

Для оценки избирательности внимания

Перед ребенком 100 трехзначных цифр. Задача найти заданные трехзначные числа среди ста других. Нужно последовательно, или как хочет ребенок, найти указанные числа и как можно быстрее. На выполнение задания дается максимум пять минут.

Необходимо стремиться к норме, она составляет 190 — 210 секунд. Этот тест для школьников 3 класса и старше, и взрослых.

	627	786							
	782	489							
	345	372							
	645	459							
	852	293							
273	529	432	697	978	489	456	324	842	354
923	576	873	345	684	563	754	382	363	786
763	427	963	239	896	243	739	293	683	724
728	297	759	438	583	234	825	546	597	734
635	498	846	253	627	883	857	352	972	534
932	576	942	524	393	624	678	945	782	283
259	645	832	594	639	425	927	459	698	574
895	469	795	376	654	389	742	589	835	492
659	357	573	279	954	262	852	417	938	745
673	248	349	867	953	476	863	285	798	372

7 веселых игр и упражнений на развитие внимания и памяти для младших школьников

Не все так серьезно, есть и веселые игры на развитие внимания и памяти, в которые можно играть и вам вместе с детками.

1. Казалось бы, детская игра «Найди отличия». А если взять уровень посложнее, да на время. Кто быстрее найдет отличия?



Для старших школьников (5-9 классы) берем сложные задания. Найдите 12 отличий за 2 минуты. А кто из вас сможет быстрее?

2. Любые игры на поиск спрятавшегося предмета. На этой картинке нужно найти нужные предметы, да, за десять секунд. Сможете наперегонки с ребенком?



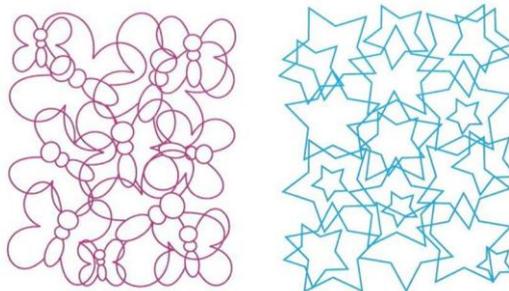
3. Игры с картинками. Что изменилось?

Перед вами две картинки с 10 предметами, для школьников можно уже брать 15 предметов. Но в первый раз можно начинать и с меньшего количества.

Пусть ребенок посмотрит внимательно на первую картинку в течение 1 минуты, потом на вторую. Что изменилось?



4. Сколько силуэтов бабочек видит ребенок? А звездочек? Время выполнения 15 секунд.



Упражнение 1

Взять всего один предмет, можно любимый телефон ребенка, можно что-то из фруктов: яблоко, лимон, нектарин, либо ручку, телефон, ластик.

Попросить ребенка: положить это предмет перед собой, внимательно посмотреть на него в течение одной минуты и запомнить все его особенности: шероховатости, ямки, форму, цвет.

Потом закрыть глаза и постараться описать этот предмет по памяти. Попытаться вызвать этот образ.

Когда поток слов закончится, посмотреть еще раз внимательно на предмет и оценить все ли правильно было сказано. Того ли цвета, толщины предмет, нет ли еще каких-либо особенностей?

После этого пусть повторно закроет глаза и попытается воссоздать этот образ. Необходимо описывать по памяти то, что видит с закрытыми глазами.

Опять открыть глаза, сверить описание предмета с оригиналом. Нет ли каких еще деталей, которые он не заметил в первый раз? Может это какие-то сколы, форма, цвет, промятости?

Такое упражнение нужно делать постоянно, пока у ребенка не получится воссоздать или описать образ так, как он есть в действительности.

Как только получится описать, переходите к двум предметам и повторяйте ту же процедуру. Потом к трем и так далее.

Игры на тренировку внимания «на ходу»

Практиковать внимание можно везде.

Упражнение 2

По дороге в школу выберите любой объект, рассмотрите его с ребенком хорошенько и запомните. Пройдя мимо, попытайтесь описать его по памяти.

Сначала вам будет казаться, что он может вспомнить совсем мало деталей. Но со временем он удивится, сколько может запоминать с одного взгляда.

Упражнение 3

Когда гуляете, сделайте следующее: попросите ребенка посмотреть вокруг, на деревья, ищите одинаковые по форме, по виду, смотрите на то, что растет на земле.

Можно подготовиться заранее и рассмотреть в энциклопедии деревья и кустарники, которые растут в вашей полосе.

Посмотрите на птиц. Чем отличается один голубь от другого? А дети? Сравните одного ребенка с другим, их игрушки или, может быть, самокаты.

Чем больше он деталей заметит, тем более цепким станет его внимание.

Упражнение 4

Попросите школьника описать лицо его лучшего друга.

Какие у него глаза, лоб, брови, губы, нос, какой формы подбородок, есть ли ямочка на подбородке или щеках?

Высокий ли лоб, волосы какого цвета, какая у него была прическа?

Если ребенок не может это сделать по памяти, то самое время приступить к внимательному знакомству с теми, кто его окружает. Попросите ребенка описать папу, маму, сестру или брата.

У нас на тренинге «Гений после 33? Да!», который подходит и школьникам с 13 лет, мы как раз начинаем запускать потоки образов (самой эффективной методики для развития мозга, способностей) с описания по памяти своего самого близкого человека.

Чем может помочь простое рисование?

Упражнение 5

Рисуем обеими руками. Дайте ребенку фломастеры или карандаши в разные руки. Пусть попробует нарисовать одной рукой круг, а другой рукой треугольник.

Рисовать нужно одновременно, т.е. одновременно начинать и так же заканчивать. Пусть старается рисовать круглый круг, а треугольник с острыми углами.

Сколько он можете нарисовать таких кругов и треугольников за 1 минуту?

Как связаны дыхание и внимание?

Упражнение 6

Как только человек переключается на что-то внимание: на новый абзац, строку, предложение, а также перед тяжелыми физическими упражнениями, он задерживает дыхание, это происходит автоматически.

Более того, если вы сделаете 10 приседаний, а потом сразу же захотите прочитать книгу, то вы не сможете сконцентрировать свое внимание на чтении, пока не восстановится дыхание.

Короткое дыхание обеспечивает короткие всплески внимания, и наоборот. Поэтому дыхательные практики очень важны. Особенно полезно ритмичное дыхание.

Необходимо ребенка учить дышать ритмически. Если ему нужно что-то запомнить или начать игры на развитие внимания и памяти, то сперва можно подышать ритмически, а потом приступить к заданиям.

Что значит ритмически? Вдох на 4 счета, задержка на 4 счета, выдох на 4 счета, задержка на 4 счета. Сделайте с ним 8 подходов, а потом пусть дышит как обычно. Научите и себя дышать в этом режиме.

Упражнение 7

Подключаем к внимательному запоминанию все наши органы чувств — тренируем образную память. Если ребенок рассматривает яблоко, то нужно запоминать не только, как оно выглядит (упражнение 1), но и:

запах,

а какое оно на вкус, если раскусить,

какие возникают ощущения от того, как он его держит в руке,

насколько оно тяжело,

умещается ли в руке,

если его сжать, твердое ли оно?

а если по нему постучать. Какой будет звук?

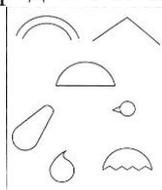
а если ногтем постучать. Звук изменится?

Упражнения (тесты) на развитие воображения.

Упражнения предложить на отдельном листе бумаги для каждого обучающегося.

Упражнение №1

Посмотри внимательно, на что похожа каждая фигурка? Назови несколько вариантов, а потом можешь её дорисовать так, как ты себе это представляешь.



Упражнение №2

Дорисуй линии и фигуры так, чтобы получился волшебный лес со своими обитателями.



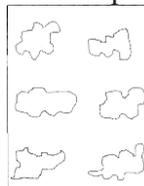
Упражнение №3

Подумай, как можно эти фигуры превратить в подарки для твоих друзей. Попробуй дорисовать.



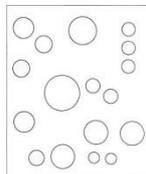
Упражнение №4

Посмотри внимательно на каждую кляксу и подумай, на что она похожа. Попробуй дорисовать.



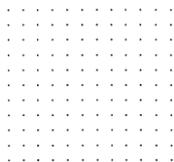
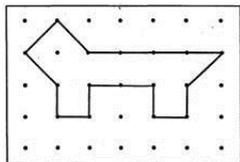
Упражнение №5

Дорисуй эти кружки так, чтобы из них получилась картинка. Можешь несколько кружков объединить в одну картинку.



Упражнение №6

Посмотри, как можно, соединяя точки, сделать рисунок. Попробуй нарисовать что-нибудь сам, соединяя точки.



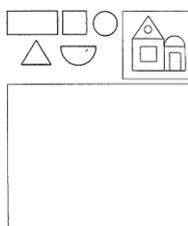
Упражнение №7

На картинке узоры остались только у одной бабочки. Придумай узоры для остальных бабочек и раскрась их.



Упражнение №8

Придумай, что можно нарисовать из этих геометрических фигур. Каждую фигуру можно использовать по несколько раз и можно менять их размеры. Но другие фигуры использовать нельзя. Например, как показано на картинке.



Когнитивные навыки

Саморазвитие

- ▶ Самосознание
- ▶ Обучаемость
- ▶ Восприятие критики и обратная связь
- ▶ Любознательность

Организованность

- ▶ Организация своей деятельности
- ▶ Управление ресурсами

Управленческие навыки

- ▶ Приоритизация
- ▶ Постановка задач
- ▶ Формирование команд
- ▶ Развитие других
- ▶ Мотивирование других
- ▶ Делегирование

Достижение результатов

- ▶ Ответственность, принятие риска
- ▶ Настойчивость в достижении целей
- ▶ Инициативность

Решение нестандартных задач

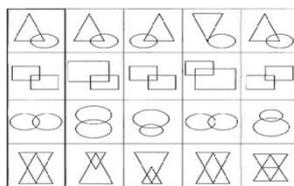
- ▶ Креативность, в том числе умение видеть возможности
- ▶ Критическое мышление

Адаптивность

- ▶ Работа в условиях неопределенности

Тесты на развитие внимания

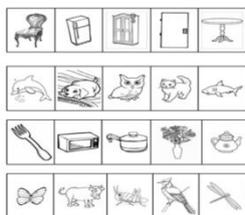
Для детей 7-9 лет Тест Посмотрите внимательно на следующую картинку, здесь изображены геометрические фигуры по-разному. На выполнение этого теста дается одна минута. Найдите одинаковые геометрические фигуры.



Если не получилось найти одинаковые геометрические фигуры за одну минуту, повторите упражнение.

Тест найди лишнее

Например: посмотрите внимательно на следующую картинку, здесь изображены разные предметы. На выполнение этого теста дается одна минута. Найдите две лишние картинки, среди всех картинок.

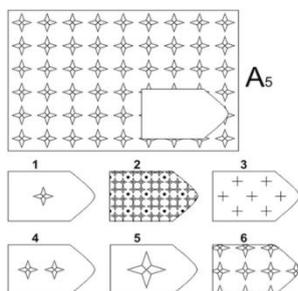


Тест Четвертый лишний

Например: на выполнение данного теста дается одна минута. Найди в каждом квадрате лишний предмет.



Тест. Посмотрите внимательно этот тест, здесь нарисован прямоугольник с определенным рисунком, но не полностью. На выполнение этого теста дается десять секунд. Какую фигуру, и под какой цифрой надо вставить.



Тест ребусы

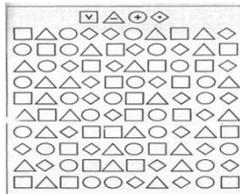
Например: посмотрите внимательно на следующую картинку. Здесь изображены дети и написаны буквы. На выполнение этого теста дается одна минута. Расшифруйте с помощью букв имена детей и скажите, как их зовут.



Тест на распределение внимания

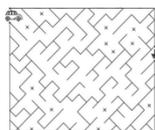
Например: посмотрите внимательно на следующую картинку, здесь нарисованы: квадрат, треугольник, круг и ромб.

В верхней строчке даны образцы, по которым надо заполнить все остальные геометрические фигуры. В квадрате нарисована галочка, в треугольнике написан знак минус, в круге написан знак плюс и в ромбе стоит точка. На выполнение задания дается одна минута.



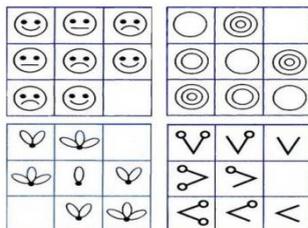
Тест лабиринт

Например: посмотрите внимательно следующий тест, здесь нарисована машина и флажок, который обозначает финиш. На выполнение задания дается десять секунд. Надо привести машину к финишу.



Тест на закономерность.

Например: посмотрите внимательно на картинки, здесь изображены разные предметы. На выполнение данного теста дается одна минута. В этом тесте надо найти закономерность, и нарисовать следующий или пропущенный предмет.



Тест Найди отличия

Например: посмотрите внимательно на эти две картинки. На выполнение этого теста дается десять секунд. Найди десять отличий на этих картинках.



Тесты на внимание

Тест первый

Перед ребенком тестовый материал, это и буквы, и слова. Что нужно сделать? Нужно за 36 секунд найти 10 слов, замурованных в буквах. Для этого необходимо считать текст как можно быстрее и находить спрятанные слова.

Предложите ребенку вести глазами по буквам и захватывать несколько букв вперед. Необходимо увеличивать скорость.

бсолнцевтргщцоцэрайонзгучновостьъхъгчяфактъэкзаментрочягщ
шгцкппрокуроргурсеабетеориямтоджебьямхоккейтромаафцуйгахт
телевизорболджщзхюэлгцьбпамятьшогхеюжипдргщщнздвосприятие

Тест второй

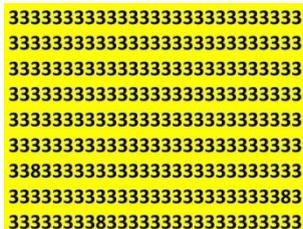
Перед вами тест «Исправь ошибки» на устойчивость внимания. Необходимо найти и исправить ошибки. И уложиться в 1 минуту. Это могут быть ошибки, как орфографические, так и стилистические.

Стары лебеди склонили перед ним гордые шен.
Взрослые и дти толпились на берегу. Внизу над
ними расстилалась ледяная пустыня. В отфег я
кивал ему рукой. Солнце дохотило до верхушек
деревьев и тряталось за ними. Сорняки живучи
и плодовиы. Я уже заснул, когда кто-то
окликнул меня. На столе лежала карта на шего
города. Самолет сюда, чтобы помочь людям.
Скоро удалось мне на машине.

Тест третий

Перед вами ряды троек. Предложите ребенку найти спрятанную цифру, он ее сам увидит, но пусть постарается уложиться в пять секунд. Если он сможет быстрее, то очень хорошо.

Для этого он может просматривать строчку за строчкой, а может охватить целым взглядом всю картинку и выхватить новое изображение.



При развитии правого полушария мы так и делаем — последний самый быстрый способ.

Тест четвертый

Перед вами ряды букв Ы. Необходимо найти другую спрятанную букву. Предложите ребенку управиться за 10 секунд.

Он также может просматривать строчку за строчкой, а может охватить целиком взглядом и выхватить новую букву, которая очень отличается от остальных. Правое полушарие очень быстрое, оно сразу увидит отличие.



Тест пятый

Предложите ребенку рассмотреть ряды цифр от 1 до 60. Одна цифра пропущена. Необходимо найти пропущенную цифру. На выполнение данного теста дается пять секунд.



Тест шестой

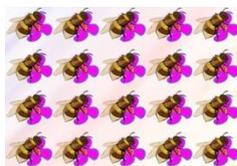
Это видоизмененный тест Торндайка, о классическом варианте этого теста вы узнаете чуть позже. Перед вами числовые ряды из цифр 5 и 0. Необходимо найти четырехзначное число 5050, и постараться уложиться в одну минуту.

Его нужно искать как по вертикали, так и по горизонтали. Ребенок, как и в предыдущих тестах, может просматривать строчку за строчкой по горизонтали, в потом столбик за столбиком по вертикали, а может изобрести свой способ.



Тест седьмой

Перед вами практически одинаковые шмели. Но есть один, который отличается от других. Необходимо найти его за 1 минуту.



Тест восьмой

Покажите ребенку шесть рядов теней котиков. Они все одинаковые, за исключением одного, он отличается от других. Предложите ребенку найти его как можно быстрее, лучше уложиться за десять секунд.



Тест девятый

Коты надежно спрятали другое животное. Найдите, что это за животное?

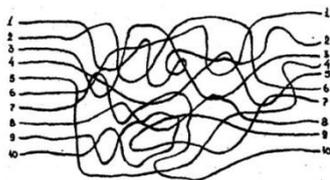


Тест на устойчивость и концентрацию зрительного внимания

Тест десятый

Методика «Перепутанные линии Риссу».

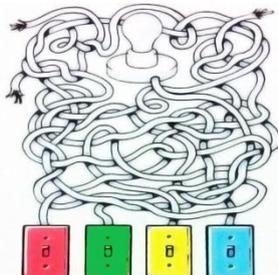
Перед вами два столбика цифр и соединяющие их линии, которые пересекаются с другими и запутывают вас окончательно. Проведите, проследите мысленно путь от цифры слева до цифры справа. Нельзя ничем себе чем-либо помогать, в том числе мышкой)



Весь путь отслеживаем глазами.

Тест одиннадцатый

Какой выключатель включит лампу? Ребенку нужно мысленно пройти по проводам и узнать, какого цвета выключатель включает лампу. На выполнение дается 15 секунд.



Тест двенадцатый

Эта игра очень хорошо тренирует внимание. В таблице расположены цифры от 1 до 30, нужно за 20 секунд найти и назвать в порядке возрастания все цифры. Может ли ребенок повторить тест еще раз и назвать числа еще быстрее?



Как получилось у ребенка пройти тесты? Смог ли он уложиться в обозначенное время? Если нет, то ничего страшного, эти тесты можно проходить много раз. Внимание только

Тест «Таблицы Шульте»

Перед вами расположены таблицы с цифрами, разбросанными в разном порядке от 1 до 24. Необходимо смотреть в центр таблицы, чтобы охватить взглядом всю таблицу целиком, и называть цифры в порядке возрастания от 1 до 25.

Нужно стараться называть как можно быстрее и правильнее. Засеките время, за которое ребенок называет одну таблицу. Хорошо, когда ему требуется 30-40 секунд на каждую таблицу. Лучше выполнять за один подход все таблицы сразу. И как можно чаще практиковаться.

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

Методика Шульте — Горбова «Красно-черная таблица»

Эта методика используется для оценки переключения и распределения внимания.

Перед вами расположены таблицы Шульте, но с цветными числами: черного цвета от 1 до 25 и красного цвета от 1 до 24. Необходимо называть попеременно одну черную и одну красную.

Например, 1 черное и 24 красное, 2 черное и 23 красное и так далее до 25 черное и 1 красное.

Нужно постараться уместиться в 2 минуты. Если ребенок затратит меньшее количество времени, то будет просто замечательно.

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

Методика «Корректурная проба (Тест Бурдона)»

Для исследования используют материал из букв, цифр, фигур. Необходимо зачеркнуть определенную букву, цифру, фигуру в каждом ряду. На выполнение дается 5 минут.

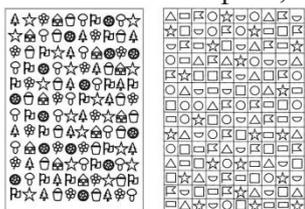
Через каждые 60 секунд ребенком по команде делается отметка-черта, по которой будет видно сколько знаков просмотрено за минуту. Далее в таком же порядке продолжается выполнение теста до сигнала «Стоп» или до конца теста.

Подсчитывается количество просмотренных строк и ошибок, а также затраченное время. На основе данных, делаются вычисления и оценивается уровень внимания.

В целях развития внимания, нужно начинать с простых таблиц, где разница между объектами максимальна, потом усложнять. Можно зачеркивать не один предмет, а несколько и разными способами. На выполнение давать 2 минуты.

В этих тестах необходимо за 2 минуты:

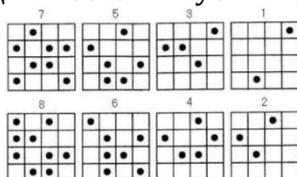
- зачеркнуть елочку, подчеркнуть грибочек
- обвести флаг, зачеркнуть круг



Тест «Запомни и расставь точки» на оценку и развития объема внимания

Вырезаются все карточки по отдельности. Карточки представляют собой таблицы с проставленными в произвольном порядке точками.

Ребенок рассматривает каждую карточку, запоминает, переворачивает или закрывает, и проставляет точки в соответствующих местах в пустых бланках.



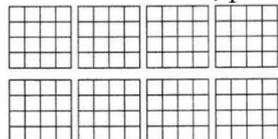
Каждая карточка предъявляется 2 раза. Ребенок начинает с первой карточки, смотрит на нее в течение 1 секунды, старается запомнить, потом еще раз, а потом за определенное количество времени на пустом бланке проставляет точки в нужные места пустой карточки.

Так ребенок прodelываете с остальными карточками до номера 8.

Для того, чтобы вспомнить и проставить на пустых бланках ребенку дается время:

- с 1-4 карточки по 10 секунд
- с 5-6 карточки по 15 секунд
- 7-8 карточки по 20 секунд

Для удобства можно, работая с одной карточкой, закрывать другие, ненужные в данный момент.



Тест на логическую и механическую память «запомни пару» для детей 8–11 лет

У вас перед глазами 2 столбца, по 2 слова в каждом. В первом столбце слова имеют общий смысл и логику, слова во втором столбце — логика отсутствует.

Кукла — играть;	жук — дом;
Курица — яйцо;	компас — клей;
Ножницы — резать;	колокольчик — стрела;
Лошадь — карета;	синица — брат;
Книга — ученик;	лейка — автобус;
Бабочка — муха;	туфли — чайник;
Щётка — зубы;	палка — графин;

Барабан — палочки; шапка — пчела;
Снег — холод; рыба — огонь;
Корова — молоко; пила — торт.

Зачитайте ребёнку пары слов из первого ряда. Делайте перерывы по 5 секунд между парами. Затем, после 10-секундного интервала, читайте только левые слова, а школьник должен написать только правые. Прodelайте то же со вторым набором слов. Подведите итоги: если ребёнок запомнил от 7 до 10 слов, то это высокий показатель, от 4 до 6 слов — средний, и меньше 3 слов — низкий уровень.

Тест на слуховую память «запомни пару» для детей 8–11 лет

Ребёнок получает задание за несколько попыток выучить и безошибочно воспроизвести ряд, состоящий из 12 слов: ДЕРЕВО, КУКЛА, ВИЛКА, ЦВЕТОК, ТЕЛЕФОН, СТАКАН, ПТИЦА, ПАЛЬТО, ЛАМПОЧКА, КАРТИНА, ЧЕЛОВЕК, КНИГА.

Взрослый читает ребёнку слова (всего 6 попыток). После каждого прослушивания ребёнок должен попытаться воспроизвести весь ряд.

Взрослый каждый раз отмечает, сколько слов ребёнок вспомнил и назвал правильно.

Оценка результатов

• Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл все 12 слов за 6 или меньше попыток. Это свидетельствует об очень высоком уровне развития памяти.

• Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток 10-11 слов. Это свидетельствует о высоком уровне развития памяти.

• Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток 8-9 слов. Это свидетельствует о среднем уровне развития памяти.

• Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток 4-5 слов. Это свидетельствует о низком уровне развития памяти.

• Ребёнок запомнил и безошибочно воспроизвёл за 6 попыток не более 3 слов. Это свидетельствует об очень низком уровне развития памяти. В таком случае нужна консультация невропатолога.

Тест на зрительную память «запомни пару» для детей 8–11 лет

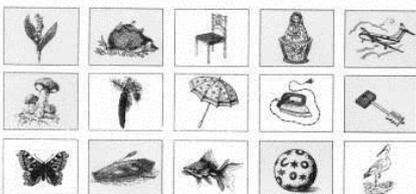
Взгляни на картинку (10-15с) и запомни все эти предметы. Переверни страницу и найди их на картинке.

Норма для детей 6 лет: 7-8 предметов

1 Взгляни на картинку (10–15 сек.) и запомни все эти предметы. Переверни страницу и найди их на картинке внизу.



1 Найди и обведи те предметы, которые были нарисованы на предыдущей странице. (Нормой является 7–8 предметов.)



Тест «20 слов» (методика М. Г. Бархатовой)

Для запоминания предлагается ряд из 20 слов (10 конкретных и 10 абстрактных, имеющих одинаковое число слогов). Слова в ряду чередуются в случайном порядке: мячик, жалость, палка, трамвай, шепот, вражда, пенал, кошка, свежесть, вызов, счастье, дата, кролик, месяц, правда, печаль, шапка, морковь, ветер, радость.

Этот ряд слов предъявляется ребёнку для заучивания всего 8 раз. Испытуемый читает медленно вслух слова предложенного ряда. После каждого предъявления ребенок повторяет те слова, которые запомнил, в любом порядке. Слова предъявляются зрительно, в печатном виде. После окончания всех проб испытуемого спрашивают о том, как он запоминал и вспоминал слова.

Обработка результатов и интерпретация

Подсчитывается количество слов, воспроизведенных после 1-го и 8-го предъявлений Средние оценки:

	1-е предъявление	редъявление
для школьников 8-9 лет	4,7	слов
для школьников 11-12 лет	6,8	слов
для школьников 14-15 лет	8,1	слов

Качественный анализ деятельности запоминания. Специальные приемы произвольного запоминания на словесном материале обнаруживаются уже у части наиболее развитых школьников 8-9 лет. Большинство же детей этого возраста при заучивании слов пользуются лишь способом механического повторения их «про себя» или вслух.

С возрастом школьники стихийно все больше овладевают различными приемами запоминания, и к 14-15 годам смысловое запоминание словесного материала становится нормой. Однако уровень овладения этими приемами различает учеников разной степени интеллектуального развития в любом возрасте.

Тесты на логичности и гибкости мышления

1. Методика "Простые аналогии"

Оборудование: бланк, в котором напечатаны два ряда слов по образцу.

Бежать - стоять	Кричать - а) молчать, б) ползать, в) шуметь, г) звать, д) конюшня
Паровоз - вагоны	Конь - а) конюх, б) лошадь, в) овес, г) телега, д) конюшня
Нога - сапог	Глаза - а) голова, б) очки, в) слезы, г) зрение, д) нос
Коровы - стадо	Деревья - а) лес, б) овцы, в) охотник, г) стая, д) хищник
Малина - ягода	Математика - а) книга, б) стол, в) парта, г) тетради, д) мел
Рожь - поле	Яблоня - а) садовник, б) забор, в) яблоки, г) сад, д) листья
Театр - зритель	Библиотека - а) полки, б) книги, в) читатель, г) библиотекарь, д) сторож
Пароход - пристань	Поезд - а) рельсы, б) вокзал, в) земля, г) пассажир, д) шпалы
Смородина - ягода	Кастрюля - а) плита, б) суп, в) ложка, г) посуда, д) повар
Болезнь - лечить	Телевизор - а) включить, б) ставить, в) отремонтировать, г) квартира, д) мастер
Дом - этажи	Лестница - а) жители, б) ступеньки, в) каменный,

Порядок исследования.

Ученик изучает пару слов, размещенных слева, устанавливая между ними логическую связь, а затем по аналогии строит пару справа, выбирая из предложенных нужное понятие. Если ученик не может понять, как это делается, одну пару слов можно разобрать вместе с ним.

Обработка и анализ результатов.

О высоком уровне логики мышления свидетельствуют 8-10 правильных ответов, о хорошем - 6-7 ответов, о достаточном - 4-5, о низком - менее чем 5.

2. Методика "Исключение лишнего"

Цель: изучение способности к обобщению.

Оборудование: листок с двенадцатью рядами слов типа:

1. Лампа, фонарь, солнце, свеча.
2. Сапоги, ботинки, шнурки, валенки.
3. Собака, лошадь, корова, лось.
4. Стол, стул, пол, кровать.
5. Сладкий, горький, кислый, горячий.
6. Очки, глаза, нос, уши.
7. Трактор, комбайн, машина, сани.
8. Москва, Киев, Волга, Минск.
9. Шум, свист, гром, град.
10. Суп, кисель, кастрюля, картошка.
11. Береза, сосна, дуб, роза.

12. Абрикос, персик, помидор, апельсин.

Порядок исследования.

Ученику необходимо в каждом ряду слов найти такое, которое не подходит, лишнее, и объяснить почему.

Обработка и анализ результатов.

1. Определить количество правильных ответов (выделение лишнего слова).
2. Установить, сколько рядов обобщено с помощью двух родовых понятий (лишняя "кастрюля" - это посуда, а остальное - еда).
3. Выявить, сколько рядов обобщено с помощью одного родового понятия.
4. Определить, какие допущены ошибки, особенно в плане использования для обобщения несущественных свойств (цвета, величины и т.д.).

Ключ к оценке результатов.

Высокий уровень - 7-12 рядов обобщены с родовыми понятиями;

хороший - 5-6 рядов с двумя, а остальные с одним;

средний - 7-12 рядов с одним родовым понятием;

низкий - 1-6 рядов с одним родовым понятием.

3. Методика "Изучение скорости мышления"

Цель: определение скорости мышления.

Оборудование: набор слов с пропущенными буквами, секундомер.

Слова:

п-ра	д-р-во	п-и-а	п-сь-о
г-ра	з-м-к	р-ба	о-н-
п-ле	к-м-нь	ф-н-ш	з-о-ок
к-са	п-с-к	х-кк-й	к-ш-а
т-ло	с-ни	у-и-ель	ш-ш-а
р-ба	с-ол	к-р-ца	п-р-г
р-ка	ш-о-а	б-р-за	ш-п-а
п-ля	к-и-а	п-е-д	б-р-б-н
с-ло	с-л-це	с-ег	к-нь-и
м-ре	д-с-а	в-с-а	д-р-в-

Порядок исследования.

В приведенных словах пропущены буквы. Каждая черточка соответствует одной букве. За три минуты необходимо образовать как можно больше существительных единственного числа.

Обработка и анализ результатов:

25-30 слов - высокая скорость мышления;

20-24 слова - хорошая скорость мышления;

15-19 слов - средняя скорость мышления;

10-14 слов - ниже средней;

до 10 слов - инертное мышление

Этими критериями следует пользоваться при оценке учащихся 2-4-х классов, первоклассников можно исследовать со второго полугодия и начинать отсчет с третьего уровня:

19-16 слов - высокий уровень мышления;

10-15 слов - хороший;

5-9 слов - средний;

до 5 слов - низкий.

4. Методика "Изучение саморегуляции"

Цель: определение уровня сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности.

Оборудование: образец с изображением палочек и черточек (/---/---/) на тетрадном листе в линейку, простой карандаш.

Порядок исследования.

Испытуемому предлагают в течение 15 минут на тетрадном листе в линейку писать палочки и черточки так, как показано в образце, соблюдая при этом правила: писать палочки и черточки в определенной последовательности, не писать на полях, правильно переносить знаки с одной строки на другую, писать не на каждой строке, а через одну.

В протоколе экспериментатор фиксирует, как принимается и выполняется задание - полностью, частично или не принимается, не выполняется совсем. Фиксируется также качество самоконтроля по ходу выполнения задания (характер допущенных ошибок, реакция на ошибки, т.е. замечает или не замечает, исправляет или не исправляет их), качество самоконтроля при оценке результатов деятельности (старается основательно проверить и проверяет, ограничивается беглым просмотром, вообще не просматривает работу, а отдает ее экспериментатору сразу по окончании). Исследование проводится индивидуально.

Обработка и анализ результатов.

Определяют уровень сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности. Это один из компонентов общей способности к учению.

1 уровень. Ребенок принимает задание полностью, во всех компонентах, сохраняет цель до конца занятия; работает сосредоточенно, не отвлекаясь, примерно в одинаковом темпе; работает в основном точно, если и допускает отдельные ошибки, то при проверке замечает и самостоятельно устраняет их; не спешит сдавать работу сразу же, а еще раз проверяет написанное, в случае необходимости вносит поправки, делает все возможное, чтобы работа была выполнена не только правильно, но и выглядела аккуратной, красивой.

2 уровень. Ребенок принимает задание полностью, сохраняет цель до конца занятия; по ходу работы допускает немногочисленные ошибки, но не замечает и самостоятельно не устраняет их; не устраняет ошибок и в специально отведенное для проверки время в конце занятия, ограничивается беглым просмотром написанного, качество оформления работы его не заботит, хотя общее стремление получить хороший результат у него имеется.

3 уровень. Ребенок принимает цель задания частично и не может ее сохранить во всем объеме до конца занятия; поэтому пишет знаки беспорядочно; в процессе работы допускает ошибки не только из-за невнимательности, но и потому, что не запомнил какие-то правила или забыл их; свои ошибки не замечает, не исправляет их ни по ходу работы, ни в конце занятия; по окончании работы не проявляет желания улучшить ее качество; к полученному результату вообще равнодушен.

4 уровень. Ребенок принимает очень небольшую часть цели, но почти сразу же теряет ее; пишет знаки в случайном порядке; ошибок не замечает и не исправляет, не использует и время, отведенное для проверки выполнения задания в конце занятия; по окончании сразу же оставляет работу без внимания; к качеству выполненной работы равнодушен.

5 уровень. Ребенок совсем не принимает задание по содержанию, более того, чаще вообще не понимает, что перед ним поставлена какая-то задача; в лучшем случае он улавливает из инструкции только то, что ему надо действовать карандашом и бумагой, пытается это делать, списывая или зарисовывая лист как получится, не признавая при этом ни полей, ни строчек; о саморегуляции на заключительном этапе занятия говорить даже не приходится.

5. Методика «Нелепицы»

При помощи этой методики оцениваются элементарные образные представления, ребенка об окружающем мире и о логических связях и отношениях, существующих между некоторыми объектами этого мира: животными, их образом жизни, природой. С помощью этой же методики определяется умение ребенка рассуждать логически и грамматически правильно выразить свою мысль.

Процедура проведения.

Вначале ребенку показывают картинку, изображенную ниже. В ней имеются несколько довольно нелепых ситуаций с животными. Во время рассматривания картинки ребенок получает

инструкцию примерно следующего содержания: «Внимательно посмотри на эту картинку и скажи, все ли здесь находится на своем месте и правильно нарисовано. Если что-нибудь тебе покажется не так, не на месте или неправильно нарисовано, то укажи на это и объясни, почему это не так. Далее ты должен будешь сказать, как на самом деле должно быть».

Примечание. Обе части инструкции выполняются последовательно. Сначала ребенок просто называет все нелепицы и указывает их на картинке, а затем объясняет, как на самом деле должно быть.

Время экспозиции картинке и выполнения задания ограничено тремя минутами. За это время ребенок должен заметить как можно больше нелепых ситуаций и объяснить, что не так, почему не так и как на самом деле должно быть.

Оценка результатов

10 баллов — такая оценка ставится ребенку в том случае, если за отведенное время (3 мин) он заметил все 7 имеющихся на картинке нелепиц, успел удовлетворительно объяснить, что не так, и, кроме того, сказать, как на самом деле должно быть.

8-9 баллов — ребенок заметил и отметил все имеющиеся нелепицы, но от одной до трех из них не сумел до конца объяснить или сказать, как на самом деле должно быть.

6-7 баллов — ребенок заметил и отметил все имеющиеся нелепицы, но три-четыре из них не успел до конца объяснить и сказать, как на самом деле должно быть.

4-5 баллов — ребенок заметил все имеющиеся нелепицы, но 5-7 из них не успел за отведенное время до конца объяснить и сказать, как на самом деле должно быть.

2-3 балла — за отведенное время ребенок не успел заметить 1 -4 из 7 имеющихся на картинке нелепиц, а до объяснения дело не дошло.

0-1 балл — за отведенное время ребенок успел обнаружить меньше четырех из семи имеющихся нелепиц.

Замечание. 4 и выше балла в этом задании ребенок может получить только в том случае, если за отведенное время он полностью выполнил первую часть задания, определенную инструкцией, т.е. обнаружил все 7 нелепиц, имеющихся на картинке, но не успел или назвать их, или объяснить, как на самом деле должно быть.

Выводы об уровне развития

10 баллов - очень высокий.

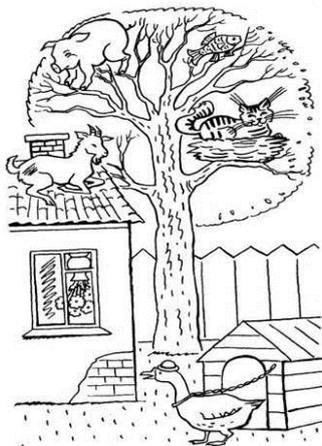
8-9 баллов - высокий.

4-7 баллов - средний.

2-3 балла - низкий.

0-1 балл - очень низкий.

Картинка к методике «Нелепицы».



8. Методика «Выявление общих понятий»

Методика предназначена для выявления способности к обобщению, анализу и классификации.

Обследуемому предлагается бланк с 20-ю рядами слов. В каждом из них набор из 5-ти слов, два из которых более всего с ним связаны. Задача обследуемого — найти в каждом ряду по два слова, наиболее соответствующих обобщающему понятию, и подчеркнуть их. Время на выполнение работы — 3 минуты.

1. Сад (растения, садовник, собака, забор, земля).
2. Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода).
3. Город (автомобиль, здание, толпа, улица, велосипед).
4. Сарай (сеновал, лошадь, крыша, скот, стены).
5. Куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево).
6. Деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага).
7. Кольцо (диаметр, алмаз, проба, округлость, печать).
8. Чтение (глава, книга, печать, картина, слово).
9. Газета (правда, приложение, телеграммы, бумага, редактор).
10. Игра (карты, игроки, штрафы, наказания, правила).
11. Война (самолеты, пушки, сражения, ружья, солдаты).
12. Книга (рисунки, война, бумаги, любовь, текст).
13. Пение (звон, искусство, голос, аплодисменты, мелодия).
14. Землетрясение (пожар, смерть, колебания почвы, шум, наполнение).
15. Библиотека (город, книги, лекция, музыка, читатели).
16. Лес (лист, яблоня, дерево, охотник, волк).
17. Спорт (медаль, оркестр, состязание, победа, стадион).
18. Больница (помещение, сад, враг, радио, больные).
19. Любовь (розы, чувство, человек, город, природа).
20. Патриотизм (город, друзья, родина, семья, человек).

Инструкция: «В каждой строчке Вы найдете одно слово, стоящее перед скобками, и далее — пять слов в скобках. Все слова, находящиеся в скобках, имеют какое-то отношение к стоящему перед скобками. Выберите только два и подчеркните их».

Слова в задачах подобраны таким образом, что обследуемый должен продемонстрировать свою способность уловить абстрактное значение тех или иных понятий и отказаться от более легкого, бросающегося в глаза, но неверного способа решения, при котором вместо существенных выделяются частные, конкретно-ситуационные признаки.

Тест Липмана «Логические закономерности»

Ход опыта. Испытуемым предъявляют письменно ряды чисел. Им необходимо проанализировать каждый ряд и установить закономерность его построения. Испытуемый должен определить два числа, которые бы продолжили ряд. Время решения заданий фиксируется.

Числовые ряды:

2, 3, 4, 5, 6, 7

6, 9, 12, 15, 18, 21

1, 2, 4, 8, 16, 32

4, 5, 8, 9, 12, 13

19, 16, 14, 11, 9, 6

29, 28, 26, 23, 19, 14

16, 8, 4, 2, 1, 0,5

1, 4, 9, 16, 25, 36

21, 18, 16, 15, 12, 10

3, 6, 8, 16, 18, 36

Проверить правильность ответов и уровень развития логического мышления по "ключу".

"Ключи" и интерпретация результатов

Предъявленные ряды

Правильные ответы

2, 3, 4, 5, 6, 7	8, 9
6, 9, 12, 15, 18, 21	24, 27
1, 2, 4, 8, 16, 32	64, 128
4, 5, 8, 9, 12, 13	16, 17
19, 16, 14, 11, 9, 6	4, 1
29, 28, 26, 23, 19, 14	8, 1
16, 8, 4, 2, 1, 0,5	0,25, 0,125
1, 4, 9, 16, 25, 36	49, 64
21, 18, 16, 15, 12, 10	9, 6
3, 6, 8, 16, 18, 36	38, 76

Оценка результатов

Время выполнения задания (мин, с)

	Количество ошибок	Баллы	Уровень развития логического мышления
2 мин и менее	0	5	Очень высокий уровень логического мышления
2 мин 10 с - 4 мин 30 с	0	4	Хороший уровень, выше, чем у большинства людей
4 мин 35 с - 9 мин 50 с	0	3+	Хорошая норма большинства людей
4 мин 35 с - 9 мин 50 с	1	3	Средняя норма
4 мин 35 с - 9 мин 50 с	2 - 3	3-	Низкая норма
2 мин 10 с - 15 мин	4 - 5	0	Ниже среднего уровня развития логического мышления
10 мин - 15 мин	0-3	2+	Низкая скорость мышления, "тугодум"
более 16 мин	более 5	1	Дефект логического мышления у человека, прошедшего обучение в объеме начальной школы, либо высокое переутомление

Упражнения на развитие мышления школьников, которые можно выполнять дома

Упражнение на словесно логическое мышление младших школьников — это занятие, развивающее мышление ребенка и его способность находить связь между словами. Здесь вы можете скачать и распечатать бланки заданий для дальнейших занятий с детьми.

Упражнение на словесно логическое мышление младших школьников нужно начинать с подробного пояснения детям инструкции к заданию.

Цель: развитие словесно-логического мышления.

Материал: распечатанные бланки методики.

Инструкция для Заданий 1-10 (см. Бланки №1 и №2):

заполни таблицу – дорисуй недостающую фигуру в пустой ячейке. Примечание: ребенок обязательно должен подробно обосновать свой выбор! Например, во втором задании в пустой ячейке напротив слова “осина” необходимо нарисовать квадрат, так как осина – это дерево, а слову “дерево” соответствует именно данная геометрическая фигура.

Инструкция для Заданий 11-16 на словесно логическое мышление (см. Бланки №№ 3-5): каждому слову в задании соответствует определенная геометрическая фигура. Необходимо заполнить пустую ячейку, найдя среди пронумерованных слов подходящее. Также как и в предыдущих заданиях, ребенок должен объяснять, почему он выбрал именно это слово.

Примечание родителям к упражнению «Заполните пустые ячейки таблицы»: мы не рекомендуем проходить вам с ребенком все задания, входящие в это упражнение, за один раз. Разбейте их на несколько занятий. После того как все задания будут ребенком выполнены, попросите его придумать свои, аналогичные задачки.

Бланк №1 к упражнению «Словесно-логическое мышление»

№1	АРИФМЕТИКА <input type="checkbox"/>	№2	ДЕРЕВО <input type="checkbox"/>
	РИСОВАНИЕ <input type="radio"/>		ЦВЕТОК <input type="radio"/>
	ЧТЕНИЕ <input type="triangle-up"/>		РЫБА <input type="triangle-up"/>
	СКАЗКА <input type="checkbox"/>		ОСИНА <input type="checkbox"/>
		№3	БРИТВА <input type="checkbox"/>
			НОЖ <input type="radio"/>
			ПИЛА <input type="triangle-up"/>
			ОПИЛКИ <input type="checkbox"/>
№4	ГОЛОС <input type="checkbox"/>	№5	ЛЕТО <input type="checkbox"/>
	БОЛЬ <input type="radio"/>		СРЕДА <input type="radio"/>
	ТОСКА <input type="triangle-up"/>		МАРТ <input type="triangle-up"/>
	ОЖОГ <input type="checkbox"/>		МЕСЯЦ <input type="checkbox"/>

№6	СИДИТ <input type="checkbox"/>
	СТОИТ <input type="radio"/>
	ЛЕЖИТ <input type="triangle-up"/>
	СНЕГ <input type="checkbox"/>

№7	ИДЕТ <input type="checkbox"/>
	ГУДИТ <input type="radio"/>
	ЛЕЖИТ <input type="triangle-up"/>
	ДОЖДЬ <input type="checkbox"/>

№8	ЛИСТ <input type="checkbox"/>
	СТЕБЕЛЬ <input type="radio"/>
	ЦВЕТОК <input type="triangle-up"/>
	СТВОЛ <input type="checkbox"/>

№9	ДОЖДЬ <input type="checkbox"/>
	ВЕТЕР <input type="radio"/>
	ЖАРА <input type="triangle-up"/>
	СНЕГ <input type="checkbox"/>

№10	ЧАШКА <input type="checkbox"/>
	МЕСЯЦ <input type="radio"/>
	ЛАМПА <input type="triangle-up"/>
	СВЕЧА <input type="checkbox"/>

№11	ЖЕЛТЫЙ <input type="checkbox"/>
	ТЕПЛЫЙ <input type="radio"/>
	ХОЛОДНЫЙ <input type="radio"/>
	ГОРЯЧИЙ <input type="radio"/>
	ХУДОЙ <input type="triangle-up"/>
	<input type="checkbox"/>

1 - ЛЕС
2 - МОСТ
3 - СИНИЙ

№12	ХЛЕБ <input type="checkbox"/>
	ЛЕТЧИК <input type="radio"/>
	ВОДИТЕЛЬ <input type="radio"/>
	ЧАСЫ <input type="triangle-up"/>
	КАША <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

1 - ЛОЖКА
2 - РАКЕТА
3 - КОЛБАСА

№13	ПУГОВИЦЫ <input type="radio"/>
	КУРТКА <input type="checkbox"/>
	МОЛНИЯ <input type="radio"/>
	РЕМЕНЬ <input type="triangle-up"/>
	КНОПКИ <input type="radio"/>
	<input type="checkbox"/>

1 - ПАЛЬТО
2 - ШНУРКИ
3 - ПРЯЖА

№14	ВОЛК <input type="checkbox"/>
	КОТ <input type="triangle-up"/>
	КОРОВА <input type="triangle-up"/>
	ДРОЗД <input type="radio"/>
	КУРИЦА <input type="triangle-up"/>
	<input type="checkbox"/>

1 - СОБАКА
2 - ЛЕС
3 - ЛОСЬ

№15	ТЕЛЕВИЗОР <input type="radio"/>
	ДИВАН <input type="triangle-up"/>
	ШКАФ <input type="triangle-up"/>
	ПЫЛЕСОС <input type="radio"/>
	СТОЛ <input type="triangle-up"/>
	<input type="checkbox"/>

1 - МАГНИТОФОН
2 - КРЕСЛО
3 - КОВЁР

№16	ФУТБОЛ <input type="checkbox"/>
	БАСКЕТБОЛ <input type="checkbox"/>
	ШАШКИ <input type="radio"/>
	ШАХМАТЫ <input type="radio"/>
	КАРТЫ <input type="radio"/>
	<input type="triangle-up"/>

1 - ХОККЕЙ
2 - БАДМИНТОН
3 - ДОМИНО