

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Диагностика, коррекция и возможности саморазвития



Жалобы на недостаток внимания и усидчивости у младших школьников составляет 90% всех жалоб со стороны родителей и учителей. Проблемой нарушения внимания, мне кажется, школьный психолог занимается больше всего. Возможно, потому, что симптомы нарушения внимания самые очевидные, а также потому, что существует большое количество методик для диагностики и, самое главное, коррекции подобных нарушений. Хочу рассказать о своем опыте работы в этой области.

Все началось с того, что мои коллеги — учителя начальных классов предложили разработать схему наблюдения за развитием учащихся, чтобы отслеживать это развитие из класса в класс. Взяв за образец несколько существующих схем, мы обнаружили, что многое нам не подходит: не отвечает сфере наших интересов, требует слишком много времени для заполнения и т.д. Поэтому мы решили изобрести свой «велосипед». Перебрали много методик и пришли к выводу, что единственная функция, которую мы можем исследовать фронтально в динамике, — это внимание. Два раза в год в каждом классе начальной школы проводится фронтальное обследование внимания. Результаты анализируются и используются для предупреждения и коррекции трудностей в обучении.

В процессе этих исследований я поняла необходимость превратить ученика из пассивного объекта диагностики в заинтересованного в результате участника, понимающего причины своих трудностей и готового к их преодолению. Я исхожу из того, что, поскольку внимание осуществляет функцию контроля деятельности, оно тесно связано с развитием самоконтроля. Поэтому я не только регулярно провожу тестирование, но и обсуждаю с учащимися результаты, даю каждому индивидуальные рекомендации.

МЕТОДИКИ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ

Для начала я проанализировала несколько известных мне тестов, подходящих для фронтального исследования внимания.

1. Методика Пьерона–Рузера. Кодирование геометрических фигур в течение 3 минут. Ребенку предлагается закодировать четыре фигуры: ромб — горизонтальная черточка, круг — оставить пустым, квадрат — в центре точка, треугольник — вертикальная черточка. Сначала все вместе заполняют образец. На бланке всего десять строчек по десять фигур в каждой.
2. Методика кодирования Д. Векслера делится на два вида: кодирование 5 фигур для детей 5–7 лет (5 рядов по 10 цифр) и кодирование 9 цифр для детей 8–15 лет (4 ряда по 25 цифр). За 2 минуты ребенок должен закодировать как можно больше фигур или цифр.
3. Методика для определения умственной работоспособности П.Я. Кеэса. В течение 2 минут ребенок должен среди повторяющихся геометрических фигур найти и отметить три фигуры, соответствующие образцу. Всего семь рядов по 15 знаков в каждом.
4. Корректирующая проба Бурдона. Необходимо в течение 5 минут вычеркивать разными способами 2–3 буквы. Всего 40 строчек по 40 знаков в каждой.
5. Проба Ландольта представляет собой ряды незамкнутых колец (24 строки по 24 знака в каждой), при этом разрывы находятся в разных местах колец. Предлагается в течение 5 минут зачеркивать два типа колец.

Опробовав на практике каждую из методик, я окончательно остановилась на следующих:

- для первого класса: кодирование (в первом полугодии) и проба Кеэса (во втором).
- для второго и третьего классов: вариант корректирующей пробы Бурдона из диагностического комплекта, составленного Н.Я. и М.М. Семаго.

Во втором классе в первом и во втором полугодии учащиеся ищут по две буквы, в третьем классе — по три. При этом рекомендуется каждую букву зачеркивать особым способом. При повторном

тестировании это требование становится обязательным. Работа не считается успешной, если правила зачеркивания не соблюдались, хотя она и сделана без ошибок. В таком случае ученику предлагается ее переделать.

ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ДИАГНОСТИКИ

Обычно первое тестирование в каждом классе проводится в сентябре. Диагностику лучше проводить в начале урока. Детям раздаются бланки (заданием вниз), их просят подписать листок (первоклассники в первом полугодии получают уже подписанные бланки). Затем я показываю детям, как выглядит их бланк, обговариваю, как должен лежать листок. Проба Пьерона–Рузера и проба Кеэса требуют тренировки. На доске заранее рисуется образец, и мы все вместе обсуждаем, как выполнять задание. Для корректурных проб рисуется, что и как надо зачеркивать. Мы договариваемся: если ребенок неправильно зачеркнул фигурку или букву и обнаружил это, то он должен поставить на них определенную закорючку, чтобы мне было понятно — ошибка найдена и исправлена.

Перед началом работы я всегда напоминаю детям, что они не должны стремиться сделать все задание. Для меня важнее, чтобы оно было сделано без ошибок. Оценки за эту работу не ставятся, но результаты потом будут обсуждаться. Второклассникам и третьеклассникам говорю, что все работы будут введены в компьютер и он выдаст им рекомендации и пожелания (речь идет об обратной связи).

Далее я спрашиваю ребят, все ли им понятно. Если вопросов нет, мы переворачиваем листы и по команде «Начали!» — работаем. Когда звучит команда «Стоп!» — все должны поставить точку там, где их застала эта команда. После этого работы собираются.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Подобное тестирование помогает лучше узнать учащихся, с первого класса определить уровень развития внимания у каждого ребенка, выделить детей «группы риска» — тех, у кого могут возникнуть проблемы в дальнейшем. В конце года повторная диагностика позволяет проследить, какие произошли изменения: кто начал выправляться, а кто, наоборот, выпадать из учебного процесса.

Работа каждого учащегося анализируется, подсчитываются результаты. Для каждого ребенка высчитывается количество строчек и знаков, которые он успел просмотреть за определенное время, количество допущенных ошибок. Кроме того, в корректурных пробах для второго и третьего класса подсчитывается показатель точности работы по формуле:

$$A = E/E + O,$$

где A — показатель точности, E — число правильно зачеркнутых знаков, O — число пропущенных. Если ребенок не допускает ни одной ошибки, то его точность равна единице. Мы называем этот результат «стопроцентной точностью».

Анализируется и успешность класса в целом, учитывается, сколько строчек в среднем успели сделать ребята в классе, в каких строчках ошибались чаще, минимальное и максимальное количество ошибок. Если это повторная проба, то подсчитывается количество учащихся, сделавших эту работу хуже, чем раньше, лучше или без изменений.

Для каждого класса составляется специальная таблица с результатами, полученными каждым учащимся. Такие таблицы позволяют проследить динамику развития внимания каждого ученика из класса в класс. Для индивидуальной работы берутся результаты конкретного ученика и сравниваются с результатами всего класса и его собственными предыдущими результатами. Сравнение между собой результатов по классам и возрастам позволяет оценить работоспособность и стиль работы отдельного класса и составить рекомендации для учителей. Кроме того, во втором и третьем классе назначается время для обсуждения результатов и получения обратной связи. В первом классе обратная связь для всего класса не используется, она дается только отдельным детям в качестве поддержки, особенно в случае успеха при повторной диагностике.

ПРИМЕРНЫЕ НОРМЫ

Несколько лет подобной работы позволили мне вывести примерные нормы для каждой пробы.

Методика Пьерона–Рузера (первый класс, первое полугодие)

Успевают сделать от 4 до 10 строчек (в среднем 60–90 знаков). Количество ошибок — от 0 до 5 (в среднем 0 ошибок). Тип ошибок: пропуски фигур, реже — неправильное кодирование.

Методика Кеэса (первый класс, второе полугодие)

Успевают сделать от 2 до 6 строчек (в среднем 3–4,5 строчки). Количество ошибок от 0 до 15 (в среднем 0–4). Тип ошибок: пропуски, реже — неправильное узнавание, то есть зачеркнул не ту фигуру.

Методика Бурдона (второй класс, две буквы)

Успевают сделать от 5 до 15 строчек (в среднем 7–11,5 строчек). Ошибки от 0 до 20 (в среднем 3–10). Тип ошибок: пропуск букв, очень редко — неправильное узнавание.

Методика Бурдона (третий класс, три буквы)

Успевают сделать от 4 до 11,5 строчек (в среднем 5–8 строчек). Ошибки от 0 до 11 (в среднем 0–7). Тип ошибок: пропуск букв.

В целом при повторном тестировании в каждом классе примерно половина учащихся выполняет эту работу лучше, а около четверти — показывает худший результат.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Когда все учащиеся в классе пройдут тестирование и работы проверены, я приступаю к написанию обратной связи.

Обратная связь — это индивидуальный анализ результатов тестирования с указанием количества просмотренных знаков, ошибок, уровня точности, с конкретными рекомендациями, как избежать ошибок в дальнейшем, на что следует особо обратить внимание.

Учащийся получает свой проверенный бланк, к которому прилагается листок с обратной связью. Это позволяет обратиться к каждому ребенку лично и повышает уровень его заинтересованности в результате, приучает к самостоятельному анализу своих ошибок.

На примере корректурной пробы мы с учащимися стараемся понять происхождение сложностей в учебе и найти пути их преодоления. Выявление особенностей внимания каждого учащегося помогает объяснить его неудачи на уроках. Например, Надя на уроке математики первая поняла, как решать задачу, вызвалась написать решение на доске и так торопилась поскорее все сделать, что забыла записать последнее действие. Тестирование выявило Надину склонность торопиться под конец работы.

При написании обратной связи используются фразы типа: «Молодец!», «Хорошо», «Неплохо», «Так держать!», «Все в твоих руках», «Жаль», «Обидно». Основной рекомендацией для всех является обязательная проверка сделанного. Во время устного обсуждения результатов внимание ребят обращается на выраженную закономерность: те, кто успел сделать больше строчек, сделали и больше ошибок.



Пример 1 (по результатам первого тестирования)

Фамилия, имя.

Просмотрено: 5 строчек.

Ошибок: 14.

Точность: 86%.

Правила вычеркивания соблюдались не полностью.

Подобное количество ошибок делает обычно тот, кто сильно торопится. Но ты, судя по всему, не торопилась. Возможно, ты не смогла как следует сосредоточиться или просто устала? Тщательно проверяй все сделанное.

Пример 2 (по результатам второго тестирования)

Фамилия, имя.

Просмотрено: 5 строчек и еще 6 знаков (в прошлый раз было 8 + 2).

Ошибок: 2 (в прошлый раз 14).

Точность: 97% (в прошлый раз 87%).

Правила вычеркивания соблюдались.

Очень хорошо. Ты перестал торопиться, и количество ошибок уменьшилось. Жаль, что ближе к концу работы тебе сложнее удерживать внимание. Результат: две обидные ошибки. Но ты можешь быть очень внимательным: в первых трех строчках ты не сделал ни одной ошибки, а это сложные строчки! Старайся выполнять задания по частям, отдыхая между ними и чередуя разные виды деятельности. В таком случае ты будешь меньше утомляться, значит, и ошибок станет меньше. Также рекомендую тщательно проверять сделанное, даже если задание кажется легким.

АНАЛИЗ РАБОТ

| Что обращает на себя внимание в работе | В чем может быть причина | Что делать |
|---|--|--|
| Задание сделано неверно (1–2 ребенка на класс). Например, зачеркивал все подряд. | Не понял задание; проблемы с включением в работу; тревожность, не привык работать в группе. | Провести повторное тестирование, плюс дополнительные методики для определения особенностей внимания и произвольности, выявления тревожности. |
| Сделано очень мало строчек (в два-три раза меньше, чем у остальных). | Трудно сосредоточиться или не уверен в себе. | Провести обследование для определения особенностей внимания и выявления тревожности. Понаблюдать за ребенком на уроке. |
| Очень много ошибок, например, более 20. | Трудно сосредоточиться, очень торопится, не понял задание. | Провести повторное обследование, плюс методики для определения особенностей внимания. Рекомендовать занятия по развитию внимания. |
| По 1–2 ошибки в каждой строчке. | Трудно сосредоточиться, легко отвлекается. | Провести обследование для определения особенностей внимания и памяти. Рекомендовать занятия по развитию внимания. |
| Все ошибки сосредоточены в одной части работы: - в первых строчках; - в середине; - в последних двух-трех строчках. | Неравномерный темп работы: - не может сразу включиться; - быстро утомляется; - поторопился или устал. | Рекомендовать: - начинать работу с более легких заданий; - разбивать задания на небольшие части, делать перерывы, менять виды деятельности. |
| Работа выполнялась не последовательно (построчно), а хаотично — зачеркнуты знаки в начале, середине или конце листа, пропущено очень много строчек. | Не понял задание, проблемы с организацией деятельности. | Провести повторное обследование, плюс методики для определения особенностей внимания и произвольности. Обращать внимание ребенка на последовательность выполнения действий, на соответствие полученного результата исходным требованиям. |
| Пропущены 1–2 строчки в середине работы. | Очень торопился, отвлекся. | Провести обследование для определения особенностей внимания. Рекомендовать занятия по развитию внимания. |
| Линии очень неровные или обведены много раз. | Неуверенность в себе, тревожность, проблемы с | Провести обследование для выявления тревожности. Если |

| | | |
|---|---|--|
| | мелкой моторикой. | проблемы с моторикой, то рекомендовать занятия по развитию руки. |
| Ребенок двигался по строчкам не слева направо, а наоборот. | Ребенок левша, проблему составляет скрытое левшество. | Провести обследование для выявления скрытого левшества. |
| Несколько знаков зачеркнуто после точки (ребенок работал после команды: «Стоп!»). | Неуверенность в себе, желание показать лучший результат. Стремление быть лучшим и успешным, часто связано с завышенными требованиями со стороны родных. | Провести обследование для выявления тревожности, определить уровень самооценки ребенка. Побеседовать с родителями. |
| Работа сделана хуже, чем в предыдущий раз | Устал, не счел нужным как следует сосредоточиться. | Провести повторное обследование, предложить ребенку самому проверить свою работу, указать на причины возникновения ошибок. |

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА И ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО РАЗВИТИЮ ВНИМАНИЯ

По результатам тестирования выделяются дети, нуждающиеся в более подробном обследовании внимания. Для индивидуальной работы подходят следующие методики:

— таблицы Шульте (применение 3–5 таблиц позволяет проследить стиль работы ребенка и степень его утомляемости);

— лото Когана (позволяет определить способность распределять внимание);

— различные тесты, позволяющие определить уровень развития памяти, так как нарушения внимания тесно связаны с особенностями развития памяти (запоминание картинки; запоминание групп слов; запоминание рассказа; запоминание и рисование по памяти геометрических фигур и т.д.).

Далее выявляются категории детей, нуждающихся в развивающих занятиях.

Например, учащиеся, которые делают большое количество пропусков в корректурной пробе, не могут правильно списать упражнение с доски или из учебника, получают набор заданий для самостоятельной тренировки внимания дома. Это набор корректурных проб (надо в 5–6 строчках вычеркнуть 2–3 буквы разными способами). Выполнять эти задания надо в течение двух месяцев, желательно не менее 5 дней в неделю, по 3–5 минут в день, с обязательной самопроверкой. В регулярном выполнении этих заданий ребенок заинтересован не меньше родителей, так как по истечении двух месяцев проводится контрольное тестирование, позволяющее оценить эффективность занятий.

Детям, которые постоянно отвлекаются на уроке, не могут усидеть на месте, с трудом включаются в работу, рекомендуется посещать индивидуальные или групповые занятия с психологом. Такие занятия должны проходить не менее двух раз в неделю. Существует множество рабочих тетрадей по развитию внимания, их можно использовать для самостоятельной работы дома, а также включать в программу занятий.

Занятия построены на постоянной смене видов деятельности: от задания, требующего сосредоточенности (например, найти отличия, найти спрятавшихся на картинке зверей), мы переходим к заданию на скорость реакции (например, игры с мячом), затем дается задание на время (например, найти и расставить по порядку цифры). Потом идут упражнения на развитие произвольности (например, «Замри-отомри», «Запретное движение или слово», «Холодно-горячо», «Тише едешь —



дальше будешь»). Сидение за партой сменяется подвижными упражнениями и наоборот. Мы используем упражнения на развитие переключаемости (например, подчеркивать буквы разным цветом), распределения внимания (например, надо одновременно рисовать последовательность фигур и слушать рассказ, чтобы потом ответить на вопросы), объема памяти (запомнить 7–10 предметов, слов и т.д.) или концентрации внимания (например, игра «Самый сосредоточенный», когда один выполняет какое-то задание, требующее повышенной сосредоточенности, а остальные ему всячески мешают).

Дети обязательно самостоятельно все проверяют, а на групповых занятиях практикуется проверка заданий друг у друга. Часто дается небольшое задание на дом с указанием, что в какой день делать, чтобы не было перерыва в работе. Выполненная работа проверяется и обсуждается в начале следующего занятия.

Задания на внимание имеет смысл включать в программу любых коррекционно-развивающих занятий.

Развитие внимания

Рекомендации для учителей

Следует помнить, что ребенку до 7 лет в принципе тяжело неподвижно сидеть и заниматься монотонным делом более 10–15 минут — ему необходима физическая активность, количество которой снижается на 60–40% при поступлении в школу.

30-минутный урок шестилеток должен состоять из разнообразных типов деятельности (например, работа в прописи, потом обсуждение, чтение вслух и т.д.) и прерываться физкультминуткой. Легко отвлекающихся детей, склонных витать в облаках, лучше сажать поближе к доске, время от времени обращаться к ним с вопросом. Если ребенок не может сразу включиться в работу, то, давая учащимся задание, следует специально обращаться к этому ученику (например: «Все читают упражнение, и Коля тоже»).

Подбадривания и поощрения даже минимальных достижений позволяют повысить заинтересованность учащегося в успешном выполнении задания, а следовательно, улучшить качество его внимания.

Нарушения внимания могут быть связаны с особенностями развития ребенка (имеются в виду различные органические нарушения). В таком случае ребенок физически не способен долго пребывать в состоянии сосредоточенности — его мозг просто «отключается» на время, не в силах справиться с напряжением. Такие дети часто жалуются на головные боли, им требуется щадящий режим, свежий воздух и спокойная обстановка. В этом случае необходимо рекомендовать консультацию психолога или нейропсихолога.

Рекомендации для родителей

Ребенок, привыкший, что каждое его действие контролируют взрослые, никогда не научится самостоятельно работать. Поэтому приучать ребенка к самостоятельности нужно с раннего возраста. Пусть он помогает вам по хозяйству — постепенно у него появится домашняя обязанность, за которую отвечает только он (поливать цветы, накрывать на стол, выносить мусор, ходить за хлебом — выберите то, что наиболее соответствует вашему укладу жизни). Он должен учиться сам себя обслуживать: убирать за собой игрушки, одеваться, а затем и собирать портфель в школу.

6–7-летний ребенок редко умеет самостоятельно организовать свою деятельность — ему нужен график работы и список предстоящих дел, письменные и устные напоминания. С частыми отвлечениями поможет справиться составление расписания и развитие у ребенка чувства

времени.

Для начала понаблюдайте за стилем работы своего ребенка: быстро ли он утомляется от однообразной деятельности, легко ли включается в новое задание или долго «раскачивается», какой вид деятельности ему дается легче (письмо, счет, чтение, рисование и т.д.), какие учебные предметы ему наиболее интересны. Затем, учитывая индивидуальные особенности своего ребенка, вместе с ним составьте план выполнения уроков на каждый день.

Если ребенок хочет посмотреть телевизионную передачу или сходить погулять, постарайтесь вместе с ним рассчитать время так, чтобы все успеть. Предположите, сколько времени займет у него выполнение того или иного задания, а затем засекайте время и сравните результаты.

Договоритесь, что выполненным считается только задание, сделанное полностью, с соблюдением всех требований. Творческий подход к процессу увлечет ребенка, выполнение уроков перестанет восприниматься как скучная обязанность.

Составляя план работы, помните, что 6–7-летние дети еще физиологически не способны долго усидеть на месте, выполняя монотонную работу, поэтому обязательно обеспечьте возможность частой смены деятельности.

Постепенно ребенок приучится рассчитывать свое время и организовывать свою деятельность, и ваше присутствие в комнате перестанет быть необходимым. В ваши функции будет входить контроль конечного результата.

Легко утомляемому ребенку рекомендуется работать, разделив одно задание на два-три по 10–15 минут каждое, сделать небольшой перерыв между ними, во время которого можно подвигаться.

Если ребенок не может быстро включиться в задание, начинайте с более легких и интересных, а сложное оставляйте на потом.

Настроиться на успешное и быстрое выполнение домашней работы ребенку поможет тот вид деятельности, который ему более интересен и лучше получается.

Чувство времени у ребенка можно развивать, предлагая ему оценить, сколько времени займет то или иное действие (например, сколько длится определенная фраза, сколько поезд едет от станции до станции и т.д.)

ЛИТЕРАТУРА

1. Альбом «Нейропсихология детского возраста» / Под ред. *А.В. Семенович*. — М., 1998.
2. *Гатанова Н.В., Тунина Е.Г.* Развиваю внимание. — СПб.: Питер, 2000.
3. *Гатина С.В., Пивоварова Е.В., Сафронова Е.В., Семенович А.В., Серова Л.И.* Схема нейропсихологического обследования детей. — М., 1998.
4. *Гуткина Н.И., Данилова Е.Е., Двойнишников В.А.* Сенсомоторика. Внимание. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 1996.
5. *Дубровина И.В., Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Вохмянина Т.В.* Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. — М.: Академия, 1998.
6. *Кеэс П.Я.* Тест школьной зрелости. — Обнинск, 1992.
7. *Семаго Н.Я., Семаго М.М.* Диагностический комплект «Исследование особенностей развития познавательной сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста». — М.: Аркти, 1999.
8. *Тушканова О.И.* Развитие внимания. — Волгоград, 1997.