

Занятие для воспитанников

«Учись учиться»

Цель: познакомить детей с понятием «внимание», «память»; рассказать о том, как можно тренировать внимание и память; закрепить на практике.

Педагог: – А для чего мы учимся?

Притча.

К одному мудрецу пришел юноша и говорит.

- Я уже несколько лет учусь у одного хорошего учителя. Но я считаю, что он дает мне слишком много знаний. Даже тех, которые мне в жизни не пригодятся. Например, я люблю считать и вычислять, а Учитель рассказывает мне историю или литературу. А зачем они мне? Я ведь хочу стать великим математиком? Скажи, мудрец, как мне сказать об этом Учителю?

Мудрец ничего не сказал, а повел юношу в поле.

- Что ты видишь здесь? – произнес мудрец.

- Я вижу колосья, колышущиеся на ветру; линию горизонта, за которую садится солнце.

Тогда мудрец повел юношу в горы.

- А сейчас, что ты видишь?

- О, мудрец, я вижу всю нашу землю – поля, луга, леса, людей, живущих внизу.

- Правильно – ответил мудрец. Ты видишь гораздо больше. также и со знаниями – их никогда не бывает слишком много. И не важно математик ты или врач – чем больше ты знаешь, тем шире твое мировоззрение, тем интересней ты для самого себя и окружающих тебя людей и тем больше и быстрее ты справляешься трудностями жизни.

Педагог: Для того, чтобы знания лучше усваивались, необходимо, чтобы работали два основных человеческих компонента – внимание и память.

Внимание – это психическое состояние личности, выраженное в сосредоточенности на каком – либо реальной или идеальном объекте – предмете, событии, образе, рассуждении и т.д.

Внимание бывает **произвольное** – когда человек прилагает волевые усилия, чтобы быть сосредоточенным.

И **непроизвольное** – когда внимание привлекается ярким, неожиданным, сильным раздражителем.

Например, когда ученик отвлекается и не слышит объяснения учителя, это обозначает, что у него плохо развито произвольное внимание, т. е. у него не хватает волевых усилий, чтобы сосредоточиться.

А когда внезапно открылась дверь или слышится шум, то у человека срабатывает непроизвольное внимание.

Для тренировки внимания существуют разные упражнения. Одно из них мы сейчас выполним.

Упр. «Фокусировка»

Инструкция: удобно расположитесь на стульях. Глаза закрыты. по моей команде сосредоточить внимание на той части тела, на которое я укажу.

Итак, начали.

- Правая рука

- Левая рука

- Нос

- живот

и т.д.

Второй важный компонент – это память.

Память - это отражение человеком ранее воспринятой информации путем ее сохранения и последующего воспроизведения.

Память бывает:

1. Зрительная
2. слуховая
3. Осязательная

Логическая – память на смысл изложения. например, когда мы пересказываем рассказ, мы это делаем не слово в слово, а опираясь на сюжет, факт.

4. Двигательная – память на движения. Мы все можем ходить, потому что в раннем детстве наша память запомнила эти движения.

5. Эмоциональная память – память на переживания. Например, мы все помним чувство волнения или радости.

Для того чтобы улучшить память тоже существуют специальные упражнения. А еще достаточно выполнять несколько несложных правил.

Памятка

Как улучшить память?

1. Учить нужно всегда с желанием. Никогда не говори: «Я не выучу» а говори: «Я могу и хочу это выучить».
2. Используй все виды памяти: смотри, читай про себя и вслух, черти схемы, таблицы, ищи главную мысль.
3. Лучше учить по одному часу семь дней, чем семь часов подряд в один день. выучить лучше заранее, а накануне только повторить.

4. Правильная организация процесса заучивания.

- заучивай и повторяй небольшими дозами.
- после математики учи историю, после физики – литературу: память любит разнообразие.
- Не учи стихи по столбикам. короткие заучивай целиком, длинные разбивай на порции.
- Начинай повторять до того как материал начал забываться.
- как можно быстрее , не дожидаясь полного заучивания, старайся воспроизвести, закрыв книгу.
- если получил задание во вторник , а отвечать надо в пятницу, не жди до четверга: выучи сразу, а накануне только повтори.

5. Тренируй свою память как мышцы : чем больше ты учишь тем быстрее и лучше ты будешь запоминать в дальнейшем.

Удачи!

