

Развитие внимания и памяти у школьников среднего звена.

Как известно, переходный возраст характеризуется существенными изменениями и в физиологических, и в психических процессах, происходящих у подростка. Это отражается и на внимании подростков. Наблюдения показывают, что именно пятиклассники занимаются в школе особенно неровно: бывают, то сосредоточенными, работоспособными, то рассеянными. Особенно невнимательными они оказываются во второй половине учебного дня. Хочется отметить, что и память становится хуже. Встречаются проблемы с тем, что дети не могут выучить стихотворение, не понимают, о чем идет речь, хотя на уроке было все разобрано.

Чтобы помочь обучающимся улучшить внимание, концентрацию, переключение, распределение внимания выполняйте с детьми следующие упражнения:

- **Концентрация.** Упражнение часто применяется в психологии. Выберите какой-либо один предмет. Наблюдайте за стрелкой часов, вашим домашним животным, деревом за окном. Около пяти минут, больше ни на что не отвлекайтесь. Усложните занятие, включив музыку или телевизор. Формирование внимательности будет легче, если вы постараетесь всегда выполнять только одно занятие, ни на что не отвлекаясь.
- **Кружок-хлопок.** Очень сложное задание на распределение внимания. Предложите детям рисовать круги в течение минуты и считать их. При этом хлопайте, дети также должны считать хлопки. Выигрывает тот, кто правильно посчитал и нарисованные кружки, и хлопки.
- **Вопросы.** Задание, которое не требует особой подготовки и подручных средств. Задача родителей – обращать внимание детей на незначительные детали окружающих предметов. Задавайте вопросы типа: Какого цвета здание, которое мы только что прошли? Что было нарисовано на куртке у мальчика? Машина какой марки проехала только что мимо нас? Задавая такие вопросы, вы заставляете всматриваться в цвет, форму, детали окружающих вас предметов.
- **Не собьюсь.** Дается лист бумаги, на котором без пробелов в несколько рядов записаны буквы в разном порядке. Задача – вычеркнуть из этой записи за 1 минуту определенную букву/ буквы. После истечения времени задание проверяется, считается количество ошибок.
- **Быстрой ряд.** Это занятие не только полезно для развития внимательности. Оно положительно влияет на формирование памяти. Разложите перед собой ряд картинок. Запомните, какая картинка за которой следовала. Сфотографируйте. Затем перемешайте картинки и попробуйте по памяти воссоздать ряд.
- **Картинка по памяти.** Посмотрите на картинку в течение пяти минут, затем опишите все, что вы запомнили. Чем больше деталей останутся в памяти, тем лучше.
- Но лучший прием для развития памяти – это **учить стихотворения наизусть.** нужно попробовать убедить ребенка в том, что это действительно нужно.