

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему «ІГРОВИЙ ПСИХОТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ДОВІЛЬНОЇ
УВАГИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ»**

Виконала: студентка II курсу, групи
8.0539- з

спеціальності 053 Психологія

Веретеніна Марина Вадимівна

Керівник: к.психол.н., доцент кафедри
психології Спіцина Л.В.

Рецензент: к.психол.н., доцент кафедри
психології Грединарова О.М.

Запоріжжя
2020

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології

Кафедра психології

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2020 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Веретеній Марині Вадимівні

1. Тема роботи Ігровий психотренінг як засіб розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку

керівник роботи Спіцина Л.В. к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «14» липня 2020 року № 4031-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) здійснити аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку; дослідити рівні розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку; розробити і впровадити програму ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку; довести ефективність запропонованої програми

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) 2 рисунок, 2 таблиці.

6. Консультанти розділів роботи

| Розділ | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата | |
|----------|---|----------------|------------------|
| | | Завдання видав | Завдання прийняв |
| Вступ | Спіцина Л.В., доцент | | |
| Розділ 1 | Спіцина Л.В., доцент | | |
| Розділ 2 | Спіцина Л.В., доцент | | |
| Висновки | Спіцина Л.В., доцент | | |

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

| № з/п | Назва етапів кваліфікаційної роботи | Строк виконання етапів роботи | Примітка |
|-------|-------------------------------------|-------------------------------|----------|
| 1 | Збір та систематизація матеріалу | січень-березень 2020 р. | Виконано |
| 2 | Робота над вступом | березень 2020 р. | Виконано |
| 3 | Робота над першим розділом | квітень-травень 2020 р. | Виконано |
| 4 | Робота над другим розділом | вересень-жовтень 2020 р. | Виконано |
| 5 | Написання висновків | жовтень 2020 р. | Виконано |
| 6 | Передзахист | листопад 2020 р. | Виконано |
| 7 | Нормоконтроль | листопад 2020 р. | Виконано |

Студент _____ М.В. Веретеніна

Керівник роботи _____ Л.В. Спіцина

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О.М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 70 сторінок, 2 рисунка., 2 таблиці, 2 додатка, 50 джерел.

Об'єкт: процес розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

Предмет: ігровий психотренінг як засіб розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: дослідити як ігровий психотренінг впливає на розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку.

Гіпотеза: Розроблена програма ігрового психотренінгу впливає на розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний і порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури); емпіричні (психологічне тестування, анкетування, психолого-педагогічний експеримент: констатувальний, формувальний).

Наукова новизна роботи полягає у тому, що вперше теоретично та емпірично обґрунтовано розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку засобами ігрового психотренінгу, який передбачає розробку програми ігрового психотренінгу як засіб розвитку довільної уваги та складання психолого-педагогічних рекомендацій батькам для підвищення її ефективності.

Галузь використання: навчально-виховні заклади, позашкільні навчальні заклади для дітей, загальноосвітні школи.

УВАГА, ДОШКІЛЬНИЙ ВІК, ДОВІЛЬНА УВАГА, МИМОВІЛЬНА УВАГА, ІГРОВИЙ ПСИХОТРЕНІНГ.

SAMMARY

Veretenina M. V. Game psychological training as a means of developing the voluntary attention of preschool children.

The qualifying work of the master: 70 pages, 2 figures., 2 tables, 2 appendices, 50 sources.

Object: the process of development of voluntary attention of preschool children.

Subject: game psychotraining as a means of developing the voluntary attention of preschool children.

The purpose of the study: to investigate how playful psychotraining affects the development of voluntary attention of preschool children.

Hypothesis:.. The developed program of game psychotraining influences development of arbitrary attention of children of preschool age.

Research methods: theoretical (theoretical and comparative analysis of psychological and pedagogical literature); empirical (psychological testing, questionnaires, psychological and pedagogical experiment: ascertaining, formative).

The scientific novelty of the work is that for the first time the development of voluntary attention of preschool children by means of game psychotraining is theoretically and empirically substantiated.

Field of use: educational institutions, out-of-school educational institutions for children, secondary schools.

Key words: attention, preschool age, enough attention, involuntary attention, game psychotraining.

ЗМІСТ

| | |
|--|----|
| ВСТУП..... | 6 |
| РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА РОЗВИТКУ ДОВІЛЬНОЇ УВАГИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ..... | 10 |
| 1.1. Розкриття сутності уваги у підходах зарубіжних та вітчизняних учених..... | 10 |
| 1.2. Поняття та психологічні механізми довільної уваги..... | 20 |
| 1.3. Психологічна характеристика дошкільного віку..... | 31 |
| 1.4. Особливості формування розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку..... | 41 |
| РОЗДІЛ 2. ПРОЦЕС РОЗВИТКУ ДОВІЛЬНОЇ УВАГИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІГРОВОГО ПСИХОТРЕНІНГУ..... | 46 |
| 2.1. Програма ігрового психотренінгу як засіб розвитку довільної уваги..... | 46 |
| 2.2. Проведення дослідження розвитку довільної уваги..... | 55 |
| 2.3. Аналіз результатів експериментального дослідження розвитку уваги..... | 58 |
| ВИСНОВКИ..... | 62 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ..... | 65 |
| ДОДАТКИ..... | 69 |

ВСТУП

Актуальність дослідження. Дошкільний вік – важливий період інтелектуального та особистісного розвитку дитини, протягом якого відбувається вдосконалення її пізнавальних та вольових процесів. Важливою умовою підготовки дитини до школи є сформованість механізмів довільної уваги, уміння протягом певного часу концентрувати її на другій справі або розповіді педагога. Довільність уваги виступає передумовою успішного залучення дитини до навчально-виховного процесу та становлення її здатності до самоорганізації.

Коли дитина добре зосереджена, лише тоді вона може успішно вчитися. Тому уважно слухаючи пояснення вихователя під час занять, дитина легше сприймає, розуміє та запам'ятовує його зміст і тим самим полегшує собі виконання завдань. При стійкій увазі можливо запевнити акуратність, безпомилковість і точність у виконанні письмових робіт.

За даними різних дослідників саме у дітей дошкільного віку відбувається зростання продуктивності уваги.

Дошкільний вік сприятливий для розвитку уваги. Без достатньої сформованості цієї психічної функції процес навчання неможливий. Лише повернувши увагу дітей під час занять зміною одного виду роботи на інший, вихователь намагається її утримати тривалий час.

Розвиток та виховання уваги у дошкільників набуває особливого значення у зв'язку з переходом дитячих садків на роботу за новими програмами; засвоєння змісту цих програм можливе тільки при високих показниках рівня розвитку обсягу уваги дитини.

Дитина коли перебуває в бадьорому стані активно взаємодіє з навколишнім середовищем з власними переживаннями (запам'ятовує, сприймає, пригадує, розуміє)

Увага необхідна дитині в повсякденному житті як в побуті, в процесі спілкування з людьми, так і при вирішенні проблем соціалізації та адаптації суспільного життя.

При високому розвитку виховання та навчання увага стає уважністю- рисою людського характеру.

Проблемою розвитку уваги займалися як вітчизняні, так і зарубіжні вчені: А. Валлон, Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, Ф. Н. Гоноболін, В. В. Давидов, Б. В. Ельконін, Г. С. Костюк, К. Коффка, О. М. Леонт'єв, Н. А. Менчинська, Т. Рібо, С. Л. Рубінштейн, Е. Б. Тітченер, Д. Н. Узнадзе, К. Д. Ушинський та інші.

Психологічно обґрунтований перелік якостей уваги, як і її можливих розладів та порушень, є необхідною передумовою розгляду пізнавальних процесів, в яких виявляє себе увага .

П. Я. Гальперін вважав, що увага є ідеальна, скорочена й автоматизована дія контролю, а це створює можливість і необхідність цілеспрямованого формування як функції психологічного контролю. Як і кожна згорнута автоматизована розумова дія, дія контролю має формуватися поетапно [22].

Відомо, що увага регулює неспецифічні активізаційні можливості людини, які залежать від багатьох факторів: емоцій, сенсорних впливів, мотивації тощо.

Видатний психолог Д. Н. Узнадзе вважав, що увага – зосереджена діяльність особи в даний момент на деякому реальному або ідеальному об'єкті – предметі, події, образі [35]. Увагою характеризується та погоджується рідна частина функціональної структури дії, визначаюча успішність його виконання.

Аналіз теоретичних напрацювань свідчить, що ефективний розвиток довільної уваги можливий за умов її систематичного тренування. Відповідно постає необхідність впровадження у виховний процес спеціальної програми з покращення рівня розвитку уваги дітей дошкільного віку. Сучасна освітня парадигма вимагає впровадження активних методів навчання. Психологи та педагоги-практики до таких методів відносять ігровий психотренінг. Виходячи

з цього, було обрано таку тему дослідження: « Розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку засобами ігрового психотренінгу.»

Об'єкт: процес розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

Предмет: ігровий психотренінг як засіб розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: дослідити як ігровий психотренінг впливає на розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку.

Гіпотеза: розроблена програма ігрового психотренінгу впливає на розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку.

Для досягнення мети та підтвердження гіпотези було визначено такі завдання:

1. Здійснити аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

2. Дослідити рівні розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

3. Розробити і впровадити програму ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку.

4. Довести ефективність запропонованої програми.

Методи дослідження:

- теоретичні (теоретичний і порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури);

- емпіричні (психологічне тестування, анкетування, психолого-педагогічний експеримент: констатувальний, формувальний).

Наукова новизна роботи полягає у тому, що вперше теоретично та емпірично обґрунтовано розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку засобами ігрового психотренінгу, який передбачає розробку програми ігрового психотренінгу як засіб розвитку довільної уваги та складання психолого-педагогічних рекомендацій батькам для підвищення її ефективності.

Практичне значення. Матеріали роботи можуть бути використані практичними психологами ДНЗ, вихователями у роботі з дітьми дошкільного віку.

Структура кваліфікаційної роботи магістра. Складається зі вступу, двох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел 50 найменування. Загальний обсяг основного тексту 70 сторінок. Робота містить 2 таблиці, 2 рисунка та 3 додатка.

РОЗДІЛ 1

ПРОБЛЕМА РОЗВИТКУ ДОВІЛЬНОЇ УВАГИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

1.1 Розкриття сутності уваги у підходах зарубіжних та вітчизняних вчених

Увага - одна з найдавніших проблем психології, яка завжди викликала у дослідників підвищений інтерес. Психологічне поняття «увага» багато років допомагає повідомляти один одному про стани психіки та викликати подібний стан у інших. Проте від житейського до наукового розуміння уваги психологічна наука пройшла довгий шлях. Сучасні вчені зазначають, що на сьогоднішній день у психології щодо проблеми уваги залишається багато нерозв'язаних питань.

В історії психологічної думки увагу вивчали з позиції інтроспективної психології В. Джемс, В. Вундт, Е. Тітченер; гештальтпсихології - К. Кофка, В. Келер, П. Адамс; феноменологічного напрямку - французький учений М. Мерло-Понті; когнітивної психології - американський психолог У. Найсен та ін. [1; 2; 3]. Розробці проблеми уваги присвятили свої праці П. Гальперін [4; 5], М. Добринін [6], М. Ланге, Є. Мілерян [2], С. Рубінштейн [7], Д. Узнадзе, І. Страхов [8]. У сучасній психології вивчення уваги здійснюють у загальній, віковій, педагогічній і медичній психології, психології праці, нейропсихології та інших галузях. І сьогодні вона має багато нез'ясованих питань методологічного і теоретичного плану.

Н. Чупрікова [9], Ю. Дормашев, В. Романов [10] критично зауважують, що у психології існують різні теоретичні та методологічні підходи до розкриття проблеми уваги. Зокрема, чітко та однозначно не виокремлено ознак уваги, оскільки немає загальноновизнаного її наукового тлумачення. Наукові визначення уваги, які дають різні автори, є дуже різносторонніми і практично не

піддаються систематизації. Досі немає єдиної думки про те, чи існує увага як самостійний психічний процес (аналогічний, наприклад, процесам сприймання і мислення), чи це лише особлива сторона інших психічних процесів. Багато різноманітність визначень поняття уваги призвела до вільного тлумачення, що може приводити до переплутання понять психологічної суті явища. (див. табл.1.1).

Таблиця 1.1.

Тлумачення уваги в історії психологічної думки (за М. Фалікманом*)

| № п/п | Автори визначень | Визначення уваги |
|-------|-------------------------|---|
| 1 | М. Добринін | Увага - це спрямованість і зосередженість психічної діяльності. |
| 2 | Е. Трейсман | Увага - це механізм об'єднання окремих ознак в образі цілісного об'єкта. |
| 3 | Д. Бродбент | Увага - це механізм селекції (фільтр) в системі переробки інформації, що дозволяє відкинути чи послабити непотрібну інформацію на основі аналізу її фізичних ознак. |
| 4 | А. Олпорт О. Нойманн | Увага - це механізм встановлення взаємної відповідності між інформацією, яка поступила, і поведінковими актами суб'єкта, що пізнає. |
| 5 | В. Вундт | Увага - це процес апперцепції та його результат - ясність та чіткість відповідних елементів свідомості. |
| 6 | Е. Тітченер | Увага - це сенсорна ясність. |
| 7 | Д. Канеман | Увага - це "розумове зусилля" чи ресурси системи переробки інформації, оснащені механізмом їх розподілу. |
| 8 | Ю. Гіпенрейтер | Увага - це феноменальний і продуктивний прояв провідного рівня організації діяльності. |

Отже, на сучасному етапі розвитку наукових знань концепція уваги не є завершеною. Наукова література свідчить про численні теорії уваги, що відображають різні підходи до її визначення та розкриття фізіологічних основ. Проаналізувавши джерела ми зможемо виокремити основні теорії, у яких представники різних психологічних напрямків розкривають природу уваги, опираючись на власні концептуальні положення (див. табл.1.2).

Таблиця 1.2.

Психологічні теорії уваги

| Назва теорії | Основні положення теорії |
|---|---|
| Моторна теорія Т. Рібо, Болдуїн, М. Ланге | Рух є умовою виникнення уваги. Якщо усунути рухи, то від уваги нічого не залишиться. Людина, яка не вміє керувати м'язами, не здатна зосереджуватись. |
| Волонтаристська теорія | Сутність уваги полягає у вольовій діяльності. Воля панує над психічними процесами. |
| Інтроспективна психологія В. Вундт, Й. Гербарт | Увага - це стан свідомості, який характеризується ясністю, чіткістю, інтенсивністю наявного в ній змісту або перебігу процесів. Це - фіксаційна точка свідомості, найясніше її поле, це прояв невідомої внутрішньої сили. |
| Асоціативна психологія Вайтца | Емоція зумовлює виникнення уваги, але вона не становить сам процес уваги. |
| Теорія установки Д. Узнадзе | Установка, налаштованість (неусвідомлюваний стан готовності до діяльності), внутрішньо зумовлює стан уваги. |
| Теорія поетапного формування розумових дій П. Гальперіна | Увага - один із моментів орієнтувально-дослідницької діяльності, це психічний контроль за змістом образів, думок, дій людини. Не кожен контроль є увагою, однак увага - це завжди контроль. |
| Рефлекторна теорія І.Сеченов, І.Павлов О.Ухтомський | Предмети і явища зовнішнього світу, діючи через рецептори на мозок людини, викликають у неї орієнтувальні рефлекси та пристосувальні рухові реакції. |

Французький психолог Т. Рібо і російський психолог М. Ланге науково обґрунтували ці механізми здійснили у руслі моторної теорії уваги. Умовою виникнення уваги можна розглядати роль рухів, як важливий зовнішній та побічний вияв уваги. Рух, зазначали вони, фізіологічно підтримує і посилює акт уваги, налаштовуючи органи чуття на зосередження або відвернення свідомості. Руховий ефект уваги та вміння ним керувати розкриває механізми довільної уваги. Довільно регулюючи рухи, пов'язані з чимось значущим, можна відповідно активізувати й спрямувати увагу. Якщо, підкреслювали прихильники цієї теорії, усунути рухи, то неможливою стане сама увага. У підтримці уваги велику роль відграють рухи (м'язовий, руховий елемент). Проте не можна зводити до них саму увагу.

Р. Декарт, Г. Фехнер, Е. Мюллер припускали, що за своєю природою увага є підсиленням нервового збудження. Джерело виникнення цієї нервової подразливості кожен із них пояснював своєрідно. Так, у Е. Мюллера - це результат вольового утримання уявлення, за К. Леманом - наслідок рефлекторного припливу крові до місця подразнення [12]. Інші психологи розглядали увагу як вплив волі на розуміння, вважали її суто духовною активністю.

Теорія апперцепції німецьких учених Г. Лейбніца, К. Вольфа, І. Канта, Й. Гербарта, В. Вундта та інших внесла низку поправок до теорії уваги. Так, Й. Гербарт вказав на той факт, що апперцептивна увага зумовлена виникненням відповідних спогадів. На його думку, увага залежить від сили нового уявлення та від того, як воно співвідноситься зі старими уявленнями. Гамільтон вказував, що коли одне уявлення інтенсивне, то воно витіснить інші. Опоненти цієї теорії підкреслюють невизначеність поняття інтенсивного уявлення [12]. В межах інтроспективної психології виявляються в увазі концепції довільної внутрішньої зосередженості свідомості та емоційно-вольової активності. Однак вони не пояснювали механізми виникнення і розвитку уваги. Увагу вважали результатом емоцій (Дж. Мілль, Вайтц). Дж. Мілль стверджував, що мати приємне або неприємне відчуття, ідею і бути до них уважними - це одне й те

саме. Не тому уявлення інтенсивне, що воно зосередило на собі нашу увагу, а тому, що увага і є вираженням інтенсивності та цікавості уявлення. Ця теорія набула особливого розвитку в англійській асоціативній психології.

Досить поширеною була теорія уваги Д. Узнадзе, пов'язана з поняттям установки. Згідно з цією теорією, увага - особливий стан налаштованості, породжений впливом попереднього досвіду на наступні дії суб'єкта. Наприклад, пояснює автор, якщо потримати в руках однакові за об'ємом, але різні за вагою кульки, то потім суб'єктивно по-різному будуть оцінюватися за вагою інші кульки. Установка, що виникла внаслідок ілюзії, впливатиме на сприймання ваги предмета, що пов'язано з увагою. Вона внутрішньо зумовлює стан уваги людини, що в подальшому впливає на орієнтацію в певній ситуації.

Існує концепція уваги, що будується на принципі взаємодії свідомості й діяльності особистості (М. Добринін [13], І. Матюгін [14], Ф. Гоноболін [15], І. Страхів [8] та ін). Її вихідне положення полягає в тому, що увага нерозривно пов'язана з діяльністю, в діяльності вона існує і нею підтримується. Бути уважним - обов'язково означає бути діяльним щодо тих чи інших об'єктів. Водночас увага розглядається як необхідна умовна психічної діяльності людини, забезпечуючи організацію і регуляцію психічної діяльності, ясність і чіткість сприйняття об'єктивної дійсності.

Взаємні зв'язки психічної діяльності суб'єкта й об'єкта, свідомості й предмета визначають механізми виникнення й розвитку уваги та підвищення її ефективності. За цього увага виявляється у двохсторонніх відносинах суб'єкта й об'єкта. Так, що більшою є активність свідомої діяльності суб'єкта, то чіткіше виступає об'єкт; що виразніше у свідомості виступає об'єкт, то інтенсивнішою є сама свідомість, що виявляється в увазі. Дана концепція певною мірою асимілює й узагальнює окремі положення різних теорій і в цьому плані є універсальною.

Самостійною формою психічної діяльності вважає увагу П. Гальперін. Він дотримується гіпотези, що увага є діяльністю психічного контролю. Основні положення цієї гіпотези полягають у тому, що увага є однією зі

складових орієнтувально-виконавчої діяльності, що в цій діяльності увага не має власного продукту, а виконує функцію контролю, поступово стаючи внутрішньою скороченою автоматизованою дією [4].

Вчені пояснення природи уваги намагалися йти суто психологічним шляхом. Так, гештальтпсихологи стверджували, що спрямованість і обсяг уваги цілком визначається законами структурного сприймання, інші дотримувалися позицій "емоційної" теорії, а третя група обстоювала моторну теорію уваги.

Однак поступово вчені дійшли висновку, що суто психологічно пояснити природу уваги не можна, потрібно шукати фізіологічну основу. Частина з них (Т. Рібо та ін) розуміли її як нервові пригнічення. Пригнічення полягає у фізіологічних процесах, які лежать в основі одного уявлення пригнічуються іншими процесами.

У сучасній вітчизняній психології під фізіологічними основами уваги розуміють сукупність нервових структур головного мозку, діяльність яких забезпечує виникнення і функціонування людської уваги. На основі аналізу фізіологічних теорій уваги нами встановлений різносторонній підхід до аналізу фізіологічних механізмів уваги, її моторних і сенсорних компонентів, механізму орієнтувальної діяльності, значення ретикулярної формації, дослідження закономірностей протікання нервових процесів у корі великих півкуль, системності ВНД, принципів домінанти і зворотного зв'язку, значення мовленнєвої системи у розвитку довільної уваги.

Вітчизняні психологи і фізіологи пояснюють фізіологічні механізми уваги з погляду взаємодії основних нервових процесів - гальмування і збудження, що протікають у корі головного мозку [6].

Увага вирізняє предмет (об'єкт) серед багатьох інших. Фізіологічно це означає, що збуджуються одні нервові процеси і гальмуються інші, тобто діє встановлений І. Павловим закон індукції нервових процесів, за яким процеси збудження, що виникають в одних ділянках мозку, спричиняють процеси гальмування в інших ділянках. Учений пов'язував увагу з оптимальним осередком збудження, який виникає під впливом раніше згаданих факторів.

Вдаючись до образного порівняння, він писав, що якби можна було бачити крізь черепну коробку і якби місце великих півкуль з оптимальною збудливістю світилося, то ми б побачили у думаючої свідомої людини, як її великими півкулями пересувається щораз інша за формою і величиною химерно неправильних обрисів світла пляма, оточена на всьому іншому просторі півкуль більш чи менш значною тінню. Ця "світла пляма" відповідає оптимальному осередку збудження кори головного мозку, що перебуває в стані руху і переміщення, а "затінена" - ділянкам, що перебувають у стані гальмування [16].

У ділянках кори головного мозку, що перебувають у стані оптимального збудження, створюються найсприятливіші умови для пізнавальної і творчої діяльності, підвищення її продуктивності. Педагог у своїй роботі повинен знати та вміти організовувати умови виникнення оптимального збудження. Ідея осередку оптимального збудження була надто узагальненою, щоб відповідати таким поясненням.

Значний внесок в аналіз фізіологічних механізмів уваги зробив відомий російський фізіолог О. Ухтомський. Розробляючи принцип доміанти, він доводив, що збудження розподіляється у нервовій системі нерівномірно, і кожна інстинктивна діяльність, як і умовно-рефлекторна, може викликати в нервовій системі осередки оптимального збудження, які відрізняються від рухомого осередку оптимального збудження підвищеною збудливістю та стійкістю. Ці осередки вчений назвав доміантами. Під назвою "домінанта" О. Ухтомський розумів більш чи менш стійкий осередок підвищеної збудливості центрів, чим би він не був викликаний, до того ж збудники, що надходять в інші осередки, спричинюють підсилення збудження в домінанті [16]. Гальмування, яке виявляє домінантний осередок серед усіх інших збудників центральної нервової системи, зумовлює скерованість свідомості на певний об'єкт, викликає відволікання від усього іншого.

Отже, серед багатьох збуджень, що виникають водночас у корі великих півкуль головного мозку, одне є домінуючим. Інші збудження за цього гальмуються. Загальмовані відносно слабші збудження (порівняно з

домінуючими) учений назвав субдомінантними. Домінанта не лише гальмує субдомінантні збудження, а й посилюється за їх рахунок. Між домінантою і субдомінантами ведеться боротьба. Домінантне збудження залишається домінуючим доти, поки якась субдомінанта не набуде більшої інтенсивності, ніж сила домінанти. Тоді субдомінанта стає домінантою, а домінанта - субдомінантою.

На основі цих тверджень О. Ухтомський пояснював, що тривале виконання одних і тих самих дій призводить до втоми і затухання домінанти, послаблення уваги. Тому потрібна зміна діяльності або відпочинок. У стані втоми увага послаблюється, легко відволікається. Тому увага може слугувати показником втоми людини.

Дослідження вчених (Є. Хомської, Є. Соколова, Г. Мегуна, Дж. Моруцці та ін) виявили механізми, які розкривають нейрофізіологічні основи уваги. Встановлено, що увага як вибіркоче сприймання впливів можлива лише у стані бадьорості організму, що зумовлюється активною діяльністю мозку.

В останні роки нейрофізіологи продовжували пошук нейрофізіологічних систем, які лежать в основі вибіркової діяльності тварин і людини. Вихідним для сучасного дослідження механізмів уваги є той факт, що вибірковий характер протікання уваги пояснюється загальною активацією діяльності мозку, яка забезпечує перехід від пасивного стану до активного і пов'язана зі збудженням ретикулярної формації [17]. Показником активації мозку є його електричні потенціали. Вони вимірюються електроенцефалограмою. Прикладом їх можуть бути ритмічні електричні кіркові потенціали високої і низької частоти (дельта-ритми спання, альфа-ритми дифузного стану тощо). У перехідний період помітна десинхронізація - поява високочастотних та низькоамплітудних нерегулярних коливань.

При оптимальному рівні збудливості вибіркочість уваги людини залежить від активного стану кори головного мозку. Механізми, що підтримують тонус кори, пов'язані з різними структурами неспецифічної системи (гіпоталамічна система, гіпокамп тощо).

Ретикулярна формація - відносно автономна нервова тканина, що знаходиться в стовбурі мозку та підкіркових ділянках і є фільтром, який відсіває малозначущі сигнали. Вона пов'язує кору головного мозку зі стовбуром двосторонніми зв'язками і має не тільки загальне активаційне значення, а й селективне. Розрізняють волокна ретикулярної формації, спрямовані від стовбура до кори, і волокна, які починаються майже в усіх ділянках кори (особливо в лобній і скроневій ділянках мозку) та йдуть до стовбура головного мозку і рухових ядер спинного [17].

Висхідна ретикулярна формація доводить імпульси до кори головного мозку і лежить в основі біологічно зумовлених форм активації (пов'язаної з обміном речовин, елементарними потягами організму). Низхідна - відіграє суттєву роль у забезпеченні вибіркового активізуючого впливу на ті види діяльності, які формуються за участю кори головного мозку. Групи нейронів, що знаходяться у гіпокампі, реагують на будь-які зміни подразників різних сенсорних систем і навіть на ритм їх дії. З огляду на це вчені, зокрема канадський нейрофізіолог Г. Джаспер, пропонують називати ці клітини "нейронами новизни" або "клітинами уваги", які модифікують стан активності кори та регулюють її готовність до дії [12].

У людини провідну роль у регуляції активного стану відіграють лобні ділянки мозку. Так, англійський фізіолог Г. Уолтер показав, що кожний стан активного очікування викликає у цих ділянках особливі повільні електричні коливання, які він назвав "хвилями очікування".

Нейрофізіологи виявили, що при подразненні ділянок мозкової кори, відбуваються зміни в електричному ядрі стовбура та призводить до стимулювання орієнтувального рефлексу. Таке загальне позбавлення на вибіркові реакції, спрямовані на ознайомлення із зазначеними вище змінами, І. Павлов визначив як "орієнтувальні рефлекси", або "рефлекси що таке?". Ці рефлекси особливі, бо їм притаманні такі властивості, як "звикання" і "пробудження" та реагування на дію умовного подразника. У людини таким сигналом може бути слово, яке викликає явища готовності та очікування дії

сигналу. Зважаючи на ці особливості орієнтувального рефлексу, можна сказати, що він пов'язаний не тільки із загальною, генералізованою активацією організму, а й із диференційованим, вибіркоким характером дії [18].

У комплекс реакцій орієнтувального рефлексу входять прояви його в ефektorній, моторній частині. Доказом цього є поява електричних явищ у м'язах тієї руки, якою суб'єкт має реагувати і знає про це. Усе те ще раз підтверджує думку про вибіркоким характер орієнтувального рефлексу та про наявність у комплексі орієнтувальних реакцій установки.

Вчені припускають, що мимовільна увага пов'язана з загальними, генералізованими формами неспецифічної активації мозку. Особистість має можливість зробити стан активації більш стійким, змінити його на основу стійкої та напруженої уваги. Є підстави стверджувати, що довільна увага пов'язана не тільки з підвищенням загального рівня активації мозку, а й з вибіркокістю активації неспецифічних систем мозку.

Особливе значення для організації уваги має вироблення динамічних стереотипів. Коли суб'єкт, виконуючи будь-яке завдання, не допускає неуважності, у нього відносно легко формується оптимальний осередок збудження. Практично не можливо змінити практичний стереотип.

Отже, увага є одним з феноменів орієнтовно-дослідницької діяльності особистості. Це психічна дія, спрямована на зміст образу, думки чи іншого явища. Увага відіграє важливу роль у житті людини, оскільки завдяки їй відбувається регуляція діяльності, поведінки та інтелектуальної активності.

Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчує, що причин неуважності багато. Боротися з такою неуважністю треба передусім шляхом формування вольових якостей особистості

1.2 Поняття та психологічні механізми довільної уваги

Питання розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку цікавило і цікавить багатьох педагогів і психологів. Під час аналізу психолого-педагогічної літератури було з'ясовано, що увага – умова ефективності всіх видів діяльності людини, передусім трудової та навчальної. Уважність необхідна людині в її повсякденному житті, в побуті, у спілкуванні з іншими людьми. Увага учнів є однією з основних умов успішної організації навчально-виховного процесу.

Особливістю протікання пізнавальних процесів є їх вибірковий, спрямований характер. Увага – це спрямованість і зосередженість, що передбачає підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної та рухової активності індивіда [19].

Спрямованість уваги виявляється в образотворчості, у мимовільному або довільному виборі, виділенні об'єктів, які відповідають вимогам суб'єкта, цілям та задачам його діяльності. Зосередженість (концентрація) на одних об'єктах передбачає одночасно відокремлення від всього стороннього, тимчасове ігнорування інших об'єктів .

Також увага може проявлятися в сенсорних, мнемічних, розумових та рухових процесах. Тому залежно від об'єкта дослідження вчений

А. Ухтомський [20] виділяє такі форми процесів уваги:

- сенсорна (перцептивна);
- інтелектуальна;
- моторна (рухова).

Зараз більше вивчають сенсорну (зорову та слухову) увагу. Більшість даних, які характеризують увагу, одержано, фактично, під час її дослідження. Так, з увагою пов'язані точність та повнота сприйняття, ослабленість уваги може призвести до значних порушень перцептивних процесів та перекрученню образу, який формується.

У психологічній науці існували різні підходи з вивчення довільної уваги. Сучасна наука багато що знає про суть та власність нервових процесів в тому числі і уваги.

Увага – важливий психологічний компонент розумової діяльності.

Такі вчені як І. П. Павлов та Л. С. Виготський [19] виділяють два основних види уваги: мимовільну та довільну увагу. Мимовільна увага виникає та підтримується незалежно від свідомих намірів та цілей людини. Довільна увага – це свідомо спрямоване та регульоване зосередження. Довільна увага розвивається на підставі мимовільної.

За активністю людини в організації уваги розрізняють три види : мимовільна, довільна, після довільна.

Довільна увага називається активною або вольовою. Всі визначення підкреслюють, що в зосередженні уваги на об'єкті ініціатива належить суб'єкту.

Довільна увага – це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності [19].

Після довільна увага, як переконує досвід і спеціальні дослідження вчених, виникає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги. Після довільна увага – зосередження свідомості на об'єкті, значущому та цінному для особистості.

Мимовільна увага. Відомий російський вчений І. П. Павлов в деяких дослідженнях називав її пасивною, в інших – емоційною. Обидва терміни допомагають розкрити особливості мимовільної уваги. Коли говорять про пасивну увагу, то підкреслюють відсутність зусиль з боку людини, спрямованих на зосередження на об'єкті уваги. Коли мимовільну увагу називають емоційною, то виділяють зв'язок між об'єктом уваги та емоційними інтересами, потребами, викликаними даним об'єктом. У цьому випадку також нема вольових зусиль, спрямованих на зосередженість. Таким чином,

мимовільна увага - це зосередженість свідомості на об'єкті в силу особливості цього об'єкту як подразника [13].

Довільна увага виникає, якщо в діяльності людина ставить перед собою певну задачу та свідомо виробляє програму дій. Це і визначає виділення об'єктів її уваги.

В довільній увазі проявляється активність особистості, при цьому увага, інтереси мають опосередкований характер. Основною функцією довільної уваги є активне регулювання протікання психічних процесів. Саме завдяки наявності довільної уваги людина здатна активно, вибірково "витягати" з пам'яті потрібні їй відомості, виділяти головне, суттєве, обирати правильне рішення [19].

Сутність викладеного дає підставу стверджувати, що в цілеспрямованій діяльності для особистості цікавими та значущими стають зміст і сам процес діяльності, а не тільки її результат як при довільному зосередженні, то є підстава говорити про після довільну увагу. Діяльність так захоплює в цьому випадку людину, що їй не треба помітних вольових зусиль для підтримки уваги. Таким чином, після довільна увага, проявляючись слідом за довільною, не може бути зведена до неї. Так як ця увага пов'язана з свідомо поставленою метою, вона не може бути зведена і до мимовільної уваги. Увага, спочатку підтримана вольовим зусиллям, переходить у після довільну. Після довільна увага характеризується тривалою високою зосередженістю, з нею обґрунтовано пов'язують найбільш інтенсивну та плідну розумову діяльність, високу продуктивність всіх видів праці.

Мимовільну увагу викликають подразники, які відрізняються фактично однією загальною властивістю - новизною, привертають увагу тому, що реакція на них не ослаблена в результаті звикання .

Увагу привертають сильні подразники: голосні звуки, яскраві світло та фарби, різкий запах. При цьому має значення не стільки абсолютна, скільки відносна інтенсивність подразника.

Мимовільну увагу викликають подразники, що відповідають потребам індивіда, є значущими для нього.

Мимовільна увага пов'язана із загальною спрямованістю особистості. Мимовільна увага виникає незалежно від свідомих намірів суб'єкта, без будь-яких вольових зусиль з його боку. Основна функція мимовільної уваги міститься в швидкій та правильній орієнтації в умовах середовища, які постійно змінюються, у виділенні тих її об'єктів, які можуть мати у даний момент найбільше життєве значення .

Між мимовільною і довільною увагою існують взаємозв'язки і взаємопідходи. Не тільки довільна увага виникає з мимовільної, а й довільна стає мимовільною. Останнє виникає у зв'язку із змінами в мотивації діяльності. Так дошкільник приймає завдання вихователя, керуючись усвідомленням необхідності його виконати і бореться за роботу, хоч сам зміст роботи спочатку не приваблює його. Проте в процесі виконання завдання він здобуває результати, які його зацікавлюють. Виникає безпосередній інтерес до змісту завдання, під впливом якого змінюється увага. Таку увагу називають вторинною мимовільною, або послідовною увагою. Послідовна увага відрізняється від первинної мимовільної тим. Що вона є свідомо контрольованою. Контроль цей виявляється в загальному прямуванні даної діяльності і в перетворенні тих відхилень уваги, що виникають в ході виконання даної діяльності [21].

Увага, як показали дослідження, детермінується співвідношенням збуджень у корі великих півкуль головного мозку, зумовлених подразниками, що впливають на чуття організму, і внутрішніми установками та психічними станами.

Фізіологічною основою найпростіших випадків уваги є орієнтувальний рефлекс. Останній виникає під впливом нового або несподівано з'явившогося виникаючого подразника.

Увага, що виступає в єдності з орієнтувальним рефлексом, дає можливість вчасно помітити раптовий подразник (предмет, явище), що виявився та доцільно на нього реагувати.

Щоб краще зрозуміти фізіологічні основи, треба звернути увагу на роботи видатного російського фізіолога І. П. Павлова.

Згідно з ідеями І. П. Павлова, явища уваги пов'язані з підвищенням збудження окремих мозкових структур в результаті взаємодії процесів збудження та гальмування.

Як вважав І. П. Павлов, в будь-який момент часу в корі головного мозку є будь-яка ділянка, яка характеризується найбільш сприятливими, оптимальними умовами для збудження. Ця ділянка виникає за законом індукції нервових процесів, які концентруються в одній області головного мозку, викликають гальмування в інших його областях та навпаки [22]. Обґрунтування І. П. Павловим, нервових процесів, в наш час може бути конкретизованим за рахунок сонної терапії збудження, яка панує у сучасних дослідженнях вчених щодо механізмів збудження та гальмування у центральній нервовій системі.

В останні роки в дослідженнях вітчизняних та зарубіжних психологів та вчених одержані нові результати, які розкривають нейрофізіологічні механізми уваги. Російський вчений І. М. Сеченов зазначає, що увага виникає на фоні загальної бадьорості організму, пов'язаної з активною мозковою діяльністю. Якщо активна увага можлива в стані оптимальної бадьорості, то труднощі зосередження виникають як на фоні розслабленої дифузної, так і на фоні надмірної бадьорості [22]. Увага можлива на певному рівні активності мозку. Припускається, що мимовільна увага пов'язана передусім із загальними, генералізованими формами неспецифічної активізації мозку. Довільна увага пов'язана як із збільшенням загального рівня активації мозку, так і з значними локальними формами активізації мозку.

Властивості нервової діяльності, які характеризують думки, рухомість головного мозку мають високо детермінованими генетичною природою. Так, первісна увага дитини здійснюється за допомогою спадкових нервових механізмів, організуючих протікання її рефлексів за відомим фізіологічним принципом домінанти. Цей принцип установлює, що в роботі нервової системи організуючим моментом є наявність одного найголовнішого осередку

збудження, котрий посилюється за їх рахунок. У доміантному нервовому процесі закладені органічні основи того процесу поведінки, який ми називаємо увагою.

Зазначимо, що дослідження в сфері нервової діяльності свідчать, що у немовлят є тільки дві доміаннти – харчова та пов'язана із зміною положення. Тільки поступово у дитини розвивається зорова, слухова та інші доміаннти, і тільки з їх появою стає можливим утворення нових умовних рефлексів з зору та слуху.

Таким чином, доміантна реакція стоїть на самому початку утворення нових зв'язків у корі головного мозку дитини та визначає характер і напрямок цих зв'язків. Весь цей період у розвитку дитини ми називаємо періодом натурального або примітивного розвитку її уваги .

На думку Л. С. Виготського, існують дві лінії розвитку уваги дитини: лінія натурального та лінія культурного розвитку уваги. Автор виходив з того, що культурний розвиток уваги починається у самому ранньому віці дитини, при першому ж соціальному контакті між дитиною та оточуючими дорослими людьми [22]. Як і всякий культурний розвиток, він є розвитком соціальним і полягає в тому, що дитина з мірою вростання в оточуюче її соціальне середовище, у процесі пристосування до цього середовища розвиває та формує ту основну операцію соціальної поведінки, яку назвали в психології "довільною" увагою .

Сам собою органічний, або натуральний, розвиток уваги ніколи не призвів би та не призводить на справді до виникнення довільної уваги. Вона виникає, як показують наукові дослідження, з того, що оточуючі дитину люди починають за допомогою ряду стимулів та засобів спрямовувати увагу дитини, керувати її увагою, підкоряти її своїй владі і цим самим дають до рук дитини ті засоби, за допомогою яких вона потім і сама оволодіває своєю увагою за тим же типом.

Таким чином, механізм довільної уваги може бути зрозумілий тільки генетично та соціально.

В останні роки все більшого значення починають набувати уявлення про ведучу роль кори великих півкуль у системі нейрофізіологічних механізмів уваги. Вчений Т. Ціген посилався на те, що на рівні кори великих півкуль з процесами уваги пов'язують наявність особливого типу нейронів: нейрони уваги – детектори новизни та клітини установки – клітини очікування [17].

Французький психолог Т. Рібо (слідом за І. М. Сеченовим) вважав, що уваги без її фізичного виявлення не існує. У зв'язку з цим він висунув теорію рухової уваги. Увага, стверджував він, це не духовний акт, що діє таємничо, її механізм – руховий, тобто такий, що впливає на м'язи у формі затримки. На думку Т. Рібо, людина, яка не вміє керувати м'язами, не здатна зосереджувати увагу [23].

Наведені дані про розуміння уваги свідчать про складність з'ясування сутності уваги та особливостей її виявлення в діяльності.

Структура уваги характеризується різними якісними проявами - властивостями. До них відносять: стійкість, концентрацію, переключення, коливання, розподіл та обсяг уваги.

Стійкість уваги характеризується тривалістю зосередження на об'єктах діяльності. Слід зазначити, що зосередженість уваги та її стійкість у процесі діяльності можуть порушуватися: сила і тривалість зменшується, увага слабшає, людина відволікається від об'єкта діяльності. Відволікання настає тоді, коли відсутні чинники, які сприяють зосередженості та стійкості уваги.

Особливо помітно відволікання уваги виявляється у неуважних людей. Розосередженість – це негативна особливість уваги, яка зумовлюється послабленням сили зосередженості. Фізіологічним підґрунтям її є слабкість збудження у ділянках кори головного мозку. Люди, а особливо діти, яким властива слабкість уваги, постійно відволікаються, їхня увага швидко переходить з предмета на предмет, не затримуючись на жодному, їм важко зосередитися на чомусь одному тривалий час. Такі люди, головним чином, учні,

потребують, щоб їхню розумову діяльність підтримували засоби унаочнення, активізували збудженням інтересу до завдань, не затримували на одноманітному матеріалі, навантажуючи лише один різновид сприймання – зоровий або слуховий. .

На думку таких дослідників як А.Р. Лурія, Ф. Є. Рібаков [24] однією з важливих умов тривалого зосередження є мінливість, рухомість об'єктів уваги.

Вчені пояснюють це тим, що стійкість уваги підвищується із збільшенням складності об'єкта. Складні об'єкти викликають активну розумову діяльність, з чим і пов'язана тривалість зосередження. Увага може бути стійкою, коли людина усвідомлює важливість, значущість виконуваної роботи. Тому, формування стійких пізнавальних інтересів – одна з важливих умов підвищення уважності учнів на уроках, успішності навчального процесу.

Велике значення для збереження стійкої уваги має активність особистості. Важливу роль відіграє внутрішня активність, пов'язана з рішенням різноманітних перцептивних та розумових задач, які потребують найбільш повного відображення об'єктів зосередження. Дослідження індивідуальних особливостей продуктивності, стійкості, точності уваги, які проводили такі вчені, як Гербарт, В. Вундт, Е. Тітченер свідчать про те, що стійкість тісно пов'язана з динамічними характеристиками уваги та однією з динамічних особливостей уваги є коливання уваги. Під "коливанням" уваги розуміють періодичні, короткочасні, мимовільні зміни ступеня інтенсивності уваги, періодичне мимовільне її посилення або послаблення [24].

Колівання уваги легко простежуються при сприйнятті так званих подвійних зображень.

Динаміка уваги виявляється й у зрушеннях стійкості протягом тривалої роботи. Такі зрушення розглядають як стадії зосередження.

Переключення уваги – це навмисне перенесення уваги з одного на інший предмет, якщо цього вимагає діяльність.

Переключення може бути зумовлене або програмою свідомої поведінки, вимогами діяльності, або необхідністю включення в нову діяльність відповідно до умов, що змінюються, або здійснюватися в умовах відпочинку.

Виділяють ряд показників переключення уваги. Це, передусім, час, витрачений на перехід від однієї діяльності або операції до другої; продуктивність роботи; якість, точність роботи. Можна говорити про повне завершене переключення або про неповне незавершене. При неповному незавершеному переключенні людина, приступивши до виконання нової роботи, неповністю відключається від попередньої. Тому при організації уваги учнів на уроці необхідно враховувати як час переключення, так і особливості виконання роботи після переключення уваги [24].

Переключення пов'язано з особливостями попередньої діяльності та наступної діяльності. Успішність переключення залежить від ставлення людини до попередньої та нової діяльності. Чим цікавіша була попередня діяльність і чим менш цікава наступна, тим важче відбувається переключення.

Поряд з переключенням уваги виділяють її відвернення (відволікання). Під відволіканням розуміють мимовільне переміщення уваги з основної діяльності на об'єкт, що не має значення для її успішного виконання.

Отже, розподіл уваги – властивість, з якою пов'язана можливість одночасного виконання двох і більше різних видів діяльності.

Важливе значення має розподіл уваги в педагогічній діяльності. Вчитель, який пояснює матеріал на уроці, повинен стежити за змістом свого мовлення, контролювати логіку, послідовність викладання й в той же час спостерігати за тим, як сприймають матеріал учні.

Можливість розподілу уваги залежить від ряду умов. Чим складніше сполучувані види діяльності або вирішувані задачі, тим складніше розподіляти увагу. Труднощі представляє сполучення двох видів розумової діяльності. В усіх випадках основною умовою успішного розподілу уваги є автоматизація хоча б однієї з одночасно здійснюваних видів діяльності.

Уміння розподіляти увагу формується в процесі оволодіння діяльністю, воно може бути розвинене шляхом тренувальних вправ та накопиченням відповідних навичок .

До властивостей уваги відносять її обсяг, який визначається кількістю одночасно чітко сприйнятих об'єктів. М. М. Ланге [20] встановив, що при сприйнятті багатьох простих об'єктів у інтервалі часу 0,07-0,1 секунди обсяг уваги у дорослої людини дорівнює в середньому 7 ± 2 елементам. Обсяг уваги залежить від особливостей сприйняття об'єктів. Обсяг уваги молодших школярів дуже обмежений. З віком він розширюється. Основною умовою збільшення обсягу уваги є формування вмінь групувати, систематизувати, об'єднувати за змістом матеріал, який сприймається.

Однією з негативних сторін уваги є неуважність. Неважність може проявлятися в нездатності до тривалого інтенсивного зосередження, у легкому та частому відволіканні. Цей вид неуважності нерідко є однією з причин зниження працездатності та неорганізованості поведінки.

Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчує, що причин неуважності багато. Як стійка особистісна особливість – неуважність є показником слабкої довільної уваги і може бути результатом неправильного виховання. Боротися з такою неуважністю треба передусім шляхом формування вольових якостей особистості. Постійна неуважність може пояснюватися поганим станом здоров'я, загальним розладом нервової системи дитини. Неважність може носити і тимчасовий характер, являючись наслідком надмірного емоційного збудження або перевтомлення.

Отже, психологічно обґрунтований облік якостей уваги, як і її можливих розладів та порушень, є необхідною передумовою розгляду пізнавальних процесів, в яких проявляє себе увага .

Вчені переконливо доводять, що увага, як і всі інші психічні процеси, має низькі та високі форми. Перші відносяться до неопосередкованої уваги, другі до опосередкованої. Увага у людини формується з народження, в процесі формування її відбувається взаємопов'язаний розвиток пам'яті, мови тощо.

Розвиток уваги як процес має певні етапи. Психолог В. Джемс [25], який досліджував етапи розвитку уваги виділив періоди розвитку уваги, які у своїй основі приймаються всіма дослідниками.

Перші два тижні життя – прояв орієнтованого рефлексу як об'єктивного, вродженого признаку неопосередкованої уваги дитини.

Кінець першого року життя – виникнення орієнтовано-дослідницької діяльності як засобу майбутнього розвитку опосередкованої уваги.

Початок другого року життя – зародження опосередкованої уваги під впливом мовленнєвих інструкцій дорослого.

Другий-третій рік життя – розвиток опосередкованої уваги.

Чотири з половиною – п'ять років – направлення уваги на складні інструкції дорослого.

П'ять-шість років – виникнення елементарної формули опосередкованої уваги під впливом самої інструкції.

Шкільний вік – розвиток і вдосконалення опосередкованої уваги. Увага поділяється на мимовільну і довільну. Мимовільною науковці називають таку увагу, яка складається в ході взаємовідношень людини з середовищем по мимо її свідомого наміру. Первісно вона виникає як безумовно-рефлекторне явище, викликане впливом тих чи інших зовнішніх факторів на розвиток життєдіяльності людини; вона ускладнюється, стає умовно-рефлекторним явищем, що викликається подразниками, які набули для людини значення певних сигналів. Існують деякі загальні відомості подразників, завдяки яким вони легко звертають на себе увагу людини. Такими є раптовість появи об'єкта, сила його впливу, уміння його інтенсивності і положення в просторі, співвідношення його з фоном, на якому він виступає тощо [26].

Отже, виходячи з вище зазначеного, можна зробити такий висновок:

Розрізняють увагу неопосередковану (пасивну) та опосередковану (активну), коли вибір об'єкта уваги відбувається осмислено. Нами виокремлено характеристики уваги, а саме стійкість, об'єм (кількість об'єктів, яка може бути

сприйнята і запам'ятована людиною у відносно короткий проміжок часу), вміння переключання.

Увага, як і всі інші психічні процеси, має низькі та високі форми. Перші відносяться до неопосередкованої уваги, другі до опосередкованої.

Увага у людини формується з народження, в процесі формування її відбувається взаємопов'язаний розвиток пам'яті, мовлення, мислення тощо.

1.3. Психологічна характеристика дошкільного віку

Особливістю дитини раннього віку, якою вона відрізняється від дітей іншого віку, є те, що вона діє не задумуючись, під впливом почуттів і бажань, які виникають в даний момент. Ці почуття і бажання викликаються, перш за все, безпосереднім оточенням дитини, тим, що потрапляє їй на очі. Тому її поведінка залежить від зовнішніх обставин. Дитину дуже легко чим-небудь привабити, але так само легко її можна і відволікти. Якщо, наприклад, дитина заплакала від образи, то її неважко втішити: дати натомість іграшки, чи взагалі чимось зацікавити її.

Раннє дитинство характерне тим, що дитина стає залежною від схвалень і ласки дорослого і дуже ображається, коли цього не отримує. Схвалення і погодження оточуючих викликають у дітей почуття гордості, і вони намагаються заслужити позитивну оцінку, демонструючи дорослим свої досягнення. Дещо пізніше за почуття гордості, дитина починає відчувати почуття сорому у випадках, коли її дії не виправдовують очікування дорослих. В деяких випадках почуття сорому може бути настільки інтенсивним, що переважає інше прагнення і змушує дитину відмовлятися від цікавої іграшки чи здійснення якого-небудь іншого важливого для неї вчинку.

Один із найважливіших моментів розвитку дитини раннього віку полягає в тому, що вона починає усвідомлювати себе як окрему людину, що не міняється при зміні ситуації, яка має свої особливі бажання, які можуть

співпадати з бажаннями дорослих. Дитина опановує можливість виконувати без допомоги дорослого різноманітні предметні дії, засвоює найпростіші навички самообслуговування. В результаті цього вона починає розуміти, що ту чи іншу дію виконує саме вона.

Особливий вплив на розвиток дитини має гра. Дитина під час гри знайомиться з поведінкою і взаємовідносинами дорослих людей, які стають зразком для її власної поведінки, набуває основних навичок спілкування, якостей необхідних для встановлення контакту з ровесниками. Гра також сприяє розвитку почуттів і вольової регуляції поведінки.

Особливе місце у грі займають іграшки. Граючись з лялькою чи іграшковою твариною, дитина навчається опіки, проявів турботи, співпереживань іграшці в усіх її лялькових перепетях, які дитина сама створює в своїй уяві на основі власного досвіду. Улюблена іграшка навчає дитину доброти, здатності ідентифікуватися з лялькою, з природою, з іншими людьми.

Дитина дошкільного віку прагне до того, щоб дорослі залишались нею задоволені, і якщо вона заслуговує на покарання, то завжди хоче виправити зіпсовані відносини з дорослими.

Розвиток дітей у спілкуванні з іншими людьми буде недостатнім, якщо дитиною не керує потреба бути визнаною. Але реалізацію цієї ж потреби можуть супроводжувати такі негативні утворення, як, наприклад, неправда - негативне спотворення істини в корисливих намірах, чи заздрість - відчуття прикрасі, що викликається благополуччям, успіхом іншого. Звісно, неправда може супроводжувати соціальну потребу у визнанні, але обов'язковим компонентом цієї потреби не являється. В онтогенезі, коли внутрішня позиція дитини ще тільки починає визначатись в рамках суспільне заданої діяльності, можливі прояви обману. Однією з причин виникнення негативних особистісних утворень є незадоволення потреби у визнанні в соціально незрілого індивіда.

Особливе місце серед дитячих почуттів займають бурхливі переживання страху. Зародження страху відбувається найчастіше внаслідок невірного виховання і нерозумної поведінки дорослих. Найтиповіші випадки - коли

дорослі починають приходити у відчай з найменшого приводу. Така поведінка дорослих приводить дитину у стан напруженої тривоги і страху. Наприклад, деякий життєвий епізод, який при правильному ставленні пройшов би непомітно, перетворюється дорослими в загрозливу подію і тому може мати важкі наслідки. Страх може бути нав'язаний дорослими і тих випадках, коли дитина бачить прояви страху у самих дорослих. Таким чином, діти починають боятися грози, мишей, темряви. Деякі люди залякують дітей, аби домогтися від них слухняності.

Переживання страху інколи виникає і без впливу дорослих. При зустрічі з незвичайним, новим для дитини, крім подиву і цікавості, може виникнути гострий тривожний стан. Почуття дошкільника 3-4-х років яскраві, але досить ситуативні і нестійкі. Хоча на протязі старшого шкільного віку вони набувають значно більшої глибини і стійкості. В усіх особливостях прояву почуттів проступають особливості темпераменту, притаманного кожній дитині. Темперамент складає фізіологічну основу формування характеру дошкільника.

Почуття дошкільників бувають дуже глибокими і сильними. Діти цього віку дуже чутливі до всілякої несправедливості. Не можна обманювати дітей, сміятися на них, не можна зривати на дітях свою роздратованість. Вони відчують свою безсилість, нездатність захиститися і відповідають на образу грубістю, неслухняністю. Так у різних умовах життя у дитини складається і різна система взаємовідносин з людьми, різна поведінка.

Отже, потрібно уважно слідкувати за створенням атмосфери, в якій виховується дитина.

Дошкільне дитинство (від 3 до 7 років) - це відрізок життя дитини, коли рамки сім'ї розсовуються до межі вулиці, міста, країни. Якщо в періоди дитинства й раннього дитинства дитина, перебуваючи в колі сім'ї, одержував необхідні умови для свого розвитку, то в дошкільному віці розширюється коло його інтересів. Дитина відкриває для себе мир людських відносин, різні види діяльності дорослих людей. Він випробовує величезне бажання включитися в доросле життя, активно в ній брати участь. Переборовши кризу 3-х років

дитина прагне до самостійності. Із цього протиріччя народжується рольова гра - самостійна діяльність дітей, що моделює життя дорослих [61, 13].

Рольова гра, або як її ще називають творча гра, з'являється в дошкільному віці. Гра - це діяльність дітей, у якій вони беруть на себе "дорослі" ролі й в ігрових умовах відтворюють діяльність дорослих і відносини між ними. Дитина, вибираючи певну роль, має й відповідної цієї ролі образ - доктора, мами, дочки, водія. Із цього образу випливають й ігрові дії дитини. Образний внутрішній план гри настільки важливий, що без нього гра просто не може існувати. Через образи й дії діти вчаться виражати свої почуття й емоції. У їхніх іграх мама може бути строгої або доброї, сумної або веселої, ласкавої й ніжної. Образ програється, вивчається й запам'ятовується. Всі рольові ігри дітей (за дуже невеликим виключенням) наповнені соціальним змістом і служать засобом вживання у всю повноту людських відносин.

Гра бере свої джерела із предметно-маніпулятивної діяльності дитини в період раннього дитинства. Спочатку дитина поглинена предметом і діями з ним. Коли він опановує дією, то починає усвідомлювати, що діє сам й як дорослий. Він і раніше наслідував дорослому, але не зауважував цього. У дошкільному віці увага переноситься із предмета на людину, завдяки чому дорослий і його дії стають для дитини зразком для наслідування.

На границі раннього й дошкільного дитинства виникають перші види дитячих ігор. Один з видів гри цього періоду - образно-рольова гра. У ній дитина уявляє себе ким завгодно й чим завгодно й діє відповідно до цього образу. Дитину може здивувати картина, побутовий предмет, явище природи, і він може стати їм на короткий проміжок часу. Обов'язкова умова для розгортання такої гри - яскраве, що запам'ятовується враження, що викликало в нього сильний емоційний відгук. Дитина вживається в образ, відчуває його й душею й тілом, стає ним.

Образно-рольова гра є джерелом сюжетно-рольової гри, що яскраво проявляється у середині дошкільного періоду. Ігрова дія має символічний характер. Граючи, дитина під однією дією має на увазі іншу, під одним

предметом — інший. Не маючи можливості звертатися з реальними предметами, дитина вчиться моделювати ситуації із предметами-замінниками. Ігрові замінники предметів можуть мати дуже невелику подібність із реальними предметами. Дитина може використати паличку як підзорну трубу, а потім, по ходу сюжету, як шпагу. Ми бачимо, як у рольовій грі знак входить у життя дитини й стає засобом організації його діяльності, так само, як й у житті дорослої людини.

Дитина звичайно одержує багато іграшок, які є замінниками реальних предметів людської культури: знарядь, предметів побуту (меблі, посуд, одяг), машин і так далі. Через подібні іграшки дитина засвоює функціональні призначення предметів й опановує навичками їхнього використання.

Щоб простежити розвиток гри, розглянемо становлення її окремих компонентів. У кожній грі є учасники й свої ігрові засоби: діти, що беруть участь у ній, ляльки, іграшки й предмети. їхній підбір і сполучення різні для молодших і старших дошкільників. У молодшому дошкільному віці гра може складатися з одноманітних повторюваних дій, що іноді нагадує маніпуляції із предметами, а склад учасників гри може бути обмежений одним-двома дітьми. Наприклад, трирічна дитина може «готовити обід» і запросити на обід «гостю» або «готовити обід» для своєї дочки-ляльки. Ігрові умови дітей старшого дошкільного віку можуть включати велику кількість учасників гри. Кожен учасник може мати кілька додаткових предметів й іграшок для більше повного розкриття свого образу. У ході гри іноді складається складна схема переходу іграшок і предметів від одного учасника до іншого, залежно від розвитку ігрового сюжету.

Рольова гра являє собою діяльність у якій діти беруть на себе ролі дорослих й в узагальненій формі, тобто в спеціально створюваних ігрових умовах відтворюють діяльність дорослих і відносини між ними. Для цих умов характерне використання різноманітних ігрових предметів, що заміщають дійсні предмети діяльності дорослих [49, 35].

Розвиток гри проявляється насамперед у зміні сюжету й змісту. У дошкільників можна спостерігати гри не тільки з побутовим сюжетом ("дочки-матері"). Досить часто в цьому віці досягають свого розквіту гри на виробничі сюжети ("будівництво", "школа"), одержують подальший розвиток гри із широким суспільними сюжетами ("війна").

Міняється й зміст дитячих ігор, тобто те, що відтворюється в якості центрального, характерного моменту діяльності дорослих. Головний зміст гри дошкільників - уже не стільки дії із предметами, скільки спілкування між людьми й виконання правил, що впливають із узятої на себе ролі. Адже саме в ролях втілюється сюжет і зміст.

На основі глибокого вивчення гри дітей 3-7 років Д.Б. Ельконін виділив й охарактеризував чотири її рівні розвитку [61, 116].

Перший рівень. Центральним змістом гри цього рівня є головним чином дії з певними предметами, що спрямовані на співучасників гри. Ролі присутні, але вони визначаються дією. Як правило, ролі не називаються, та й діти не називають себе іменами осіб, ролі яких вони на себе взяли. Навіть у тому випадку, якщо в грі є рольовий поділ функцій і ролі називаються, діти фактично не повторюють типові у реальному житті відносини.

Другий рівень. Основним змістом гри, як і на попередньому рівні, залишається дія із предметом. Але в ньому на перший план висувається відповідність ігрової дії реальній. Ролі дітьми називаються. Передбачається розподіл функцій. Виконання ролі зводиться до реалізації дій, пов'язаних з даною роллю. Логіка дій визначається їхньою послідовністю в реальній дійсності. Кількість дій розширюється й виходить за межі якого-небудь одного типу дій.

Третій рівень розвитку гри. Основним змістом гри стає виконання дій, що впливають із ролі, серед яких починають виділятися спеціальні дії, що передають характер відносин до інших учасників гри. Ролі ясно обкреслені й виділені. Діти називають свої ролі до початку гри. Ролі визначають поведження дитини й характер його спілкування з іншими учасниками гри. Логіка й

характер дій визначаються взятої на себе роллю. Дії стають різноманітними. З'являється специфічна рольова мова, звернена до товариша по грі у відповідності зі своєю роллю й роллю, виконуваної товаришем. Визначаються правила поведінки, яким діти підкоряють свої дії.

Четвертий рівень розвитку гри. Основним змістом гри стає виконання дій, пов'язаних з відношенням до інших людей, ролі яких виконують інші діти. Протягом всієї гри дитина веде тільки одну лінію поведінки. Рольові функції взаємозалежні. Мова носить явно вольовий характер, обумовлений і роллю мовця, і роллю того, до кого вона звернена.

Таким чином, можна сказати, що відносини дітей, що вступили в гру непрості. Подвійність ігрової взаємодії між дошкільниками, що впливає й зі сполучення взятої на себе ролі, і з особливостей особистості дитини, особливо яскраво проявляється в характері спілкування, що виникає між дітьми, що грають.

Насамперед, сюжетно-рольова гра виникає в групі вже знайомих один з одним дітей. У цій групі до початку гри вже склалася певна система особистих взаємин у якій кожна дитина займає те або інше місце, має певний соціальний статус. Особливості спілкування проявляються на найперших етапах гри: на основі виборчої симпатії й виникає ігрова група. Вона, як указує О.П. Усова, може бути об'єднана спочатку інтересом до змісту гри, а потім й інтересом дітей один до одного [66, 63]. Можливий й інший мотив об'єднання: діти, які взаємно симпатизують один одному, поєднуються для гри по сюжету, який якимось улаштує більшість. Можливі випадки, коли дитина як би жертвує своїми ігровими інтересами заради можливості вступити в спілкування з певними імпонуючими йому або впливовим товаришам по групі. О.П. Усова відзначає, що такі "ігрові групи", що виникають на основі особистого інтересу можуть бути самими цікавими явищами в дитячому житті [68, 75].

Реальне групове спілкування багато в чому визначає й наступний етап гри - розподіл ролей. Як показують дослідження, найцікавіші ролі найчастіше захоплюють діти з високим соціальним статусом, так називані "соціометричні

зірки". У цьому випадку вони стають і лідерами ігрової групи, що визначають її конкретний зміст, що розподіляють інші ролі, що оцінюють вірогідність і правильність їхнього виконання.

Таким чином, у грі проявляються й розвиваються кілька видів спілкування, різних по своєму походженню й функціям. Насамперед це відносно стабільне міжособистісне спілкування, що виникло до початку гри. На його тлі виникає й розгортається сюжетно-рольове спілкування, обумовлене сюжетом і змістом гри: діти у своїх діях і висловленнях втілюють в життя уявлення про зміст і характер спілкування персонажів, що зображуються.

У результаті такої взаємодії з'являється й третій план спілкування - організаційне спілкування із приводу гри, при наявності якого діти-персонажі на мить "виходять" з ролі й здійснюють контроль за діями інших учасників гри.

Залежно від зіграності ігрового угруповання, реальних відносин у ній, розвиненості самого сюжету й змісту гри на перший план можуть висуватися то одні, то інші типи відносин, а отже й види спілкування. Особливо важливе значення для розвитку внутрігрупового спілкування мають сюжетні взаємини, у яких втілюються уявлення дітей про соціальні взаємозалежності дорослих.

У рольовій грі діти відбивають свій навколишній світ і його різноманіття, вони можуть відтворювати сцени із сімейного життя, із взаємин дорослих, трудової діяльності й так далі. У міру дорослішання дитини, ускладнюються й сюжети їхніх рольових ігор. Так наприклад, гра в «дочки-матері» в 3-4 року може тривати 10-15 хвилин, а в 5-6 років - 50-60 хвилин. Старші дошкільники здатні грати в ту саму гру кілька годин підряд, тобто поряд зі збільшенням розмаїтості сюжетів збільшується й тривалість гри.

Ігровий сюжет, так само як й ігрова роль, найчастіше не плануються дитиною молодшого дошкільного віку, а виникають ситуативно, залежно від того, який предмет або іграшка потрапили в цей момент йому в руки (наприклад, посуд, - значить буде грати в будинок). Сварки в дітей цього віку виникають через володіння предметом, з яким один з них захотів пограти.

Рольова гра в старших дошкільників підкоряється правилам, що впливають із узятої на себе ролі. Діти планують своє поведження, розкриваючи образ обраної ними ролі. Сварки дітей старшого дошкільного віку, як правило, виникають через неправильне рольове поведження в ігровій ситуації й закінчуються або припиненням гри, або вигнанням «неправильного» гравця з ігрової ситуації.

У грі здійснюються два види взаємин - ігрові й реальні. Ігрові відносини - це відносини по сюжеті й ролі, реальні взаємини — це відносини дітей як партнерів, товаришів, які виконують спільну справу. У спільній грі діти вчаться мові спілкування, взаєморозумінню, взаємодопомозі, учаться підкоряти свої дії іншим гравцям.

Гра - провідна діяльність у дошкільному віці, вона значно впливає на розвиток спілкування дитини. У грі дитина пізнає зміст людської діяльності, починає розуміти й орієнтуватися в причинах тих або інших учинків людей. Пізнаючи систему людських відносин, він починає усвідомлювати своє місце в ній. Гра стимулює розвиток пізнавальної сфери дитини. Граючи фрагменти реального дорослого життя, дитина відкриває нові грані навколишньої його дійсності.

У грі діти вчаться спілкуванню один з одним, умінню підкоряти свої інтереси інтересам інших. Гра сприяє розвитку довільної поведінки дитини. Механізм керування своєю поведінкою, підпорядкування правилам складається саме в сюжетно-рольовій грі, а потім проявляється й в інших видах діяльності (наприклад, у навчальній).

Супідрядність мотивів, про яке говорилося вище, уперше виникає й найбільше яскраво проявляється в грі. Виконуючи ігрову роль, дитина підкоряє цьому завданню всі свої сіюмиттеві, імпульсивні дії.

Однак, гра впливає і на певну кількість психічних процесів — від елементарних до самих складних. Наприклад, у розвиненій рольовій грі з її складними сюжетами й ролями, які створюють широкий простір для імпровізації, у дітей формується творча уява. Рольова гра має вирішальне

значення для розвитку уяви. Ігрові дії відбуваються в мнимій ситуації; реальні предмети використовуються в якості інших, уявлених; дитина бере на себе ролі відсутніх персонажів. Така практика дії в придуманому просторі сприяє тому, що діти здобувають здатність до творчої уяви [15, 43].

Так, у грі починають розвиватися довільна поведінка, довільна увага й пам'ять. В умовах гри діти краще зосереджують і більше запам'ятовують, чим за прямим завданням дорослого. Свідома мета - зосередитися, запам'ятати щось, стримати імпульсивний рух - раніше й легше всього виділяється дитиною в грі.

Гра сприяє становленню довільної пам'яті, увазі й мисленню дитини. Крім того, гра створює реальні умови для розвитку багатьох навичок й умінь, необхідних дитині для успішного переходу до навчальної діяльності.

Гра дуже впливає на розумовий розвиток дошкільника. Діючи із предметами-замінниками, дитина починає оперувати в мислимому, умовному просторі. Предмет-замінник стає опорою для мислення. Поступово ігрові дії скорочуються, і дитина починає діяти у внутрішньому, розумовому плані. Таким чином, гра сприяє тому, що дитина переходить до мислення в образах і уявленнях. Крім того, у грі, виконуючи різні ролі, дитина стає на різні точки зору й починає бачити предмет з різних сторін. Це сприяє розвитку найважливішої, розумової здібності людини, що дозволяє представити інший погляд й іншу точку зору.

Спілкування дошкільника з однолітками розвертається головним чином у процесі спільної гри. Граючи разом, діти починають урахувати бажання й дії іншої дитини, відстоювати свою точку зору, будувати й реалізовувати спільні плани. Тому гра впливає на розвиток спілкування дітей у цей період.

У грі складаються інші види діяльності дитини, які потім здобувають самостійне значення. Так, продуктивні види діяльності (малювання, конструювання) спочатку тісно злиті із грою. Малюючи, дитина грає той або інший сюжет. Будівля з кубиків влітається в хід гри. Тільки до старшого дошкільного віку результат продуктивної діяльності здобуває самостійне значення, незалежне від гри [66, 114].

Усередині гри починає складатися й навчальна діяльність. Навчання вводить вихователь, воно не з'являється безпосередньо із гри. Дошкільник починає вчитися, граючи. До навчання він ставиться як до своєї гри з певними ролями й правилами. Виконуючи ці правила, він опановує елементарними навчальними діями.

Величезне значення гри для розвитку всіх психічних процесів й особистості дитини в цілому дає підставу вважати, що саме ця діяльність є в дошкільному віці провідною.

1.4. Особливості формування розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку

На думку О. Ю. Єрмолаєва увага дошкільного віку характеризується невеликим об'ємом, малою стійкістю. Вони можуть зосереджено займатися однією справою 10-20 хвилин [19]. У дітей затруднений розподіл уваги і переключення її з одного завдання на інше. В навчальній діяльності розвивається довільна увага дитини. Спочатку діти діють за вказівками вихователя, працюють під постійним його контролем, вони поступово набувають уміння виконувати завдання самостійно - самі ставлять цілі і контролюють свої дії. Дуже часто зустрічаються неуважні діти, які сконцентровують увагу не на навчальних заняттях, а на чомусь іншому – на своїх думках, які далекі від навчання, малюванні на парті і т. ін. Коли така дитина дивиться в підручник, вона не бачить правило чи вправу, а цілеспрямовано вивчає текст чи малюнок, який не має відношення до сьогоденного заняття [19].

Такі вчені як Н. Ф.Добринін та О. Ю. Єрмолаєва зазначають, що уже в дошкільному віці починає реально формуватись особистість дитини, причому цей процес тісно пов'язаний з розвитком емоційно-вольової сфери, із формуванням інтересів та мотивів поведінки, що, відповідно, детерміновано

соціальним оточенням, передусім типовими для даного етапу розвитку взаєминами з дорослими [27].

Отже, аналіз психолого-педагогічних досліджень визначити напрями, на яких слід зосередити розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку.

Джерелом емоційних переживань дитини є її діяльність, спілкування з оточуючим світом. Освоєння в дошкільному дитинстві нових, змістовніших видів діяльності сприяє розвитку глибших та стійкіших емоцій, пов'язаних не лише з близькими, а й з віддаленими цілями, не тільки з тими об'єктами, що дитина сприймає, а й тими, які уявляє.

Діяльність породжує передусім позитивні емоції, причому своєю метою, сенсом, якого вона набуває для дитини, та самим процесом її виконання.

Зростає потреба дошкільника в товаристві ровесників, внаслідок чого інтенсивно розвиваються соціальні емоції (симпатії, антипатії, уподобання тощо). Виникають інтелектуальні емоції. У процесі спілкування дитини з дорослими формуються її моральні почуття. Урізноманітнюються прояви почуття власної гідності: розвивається як самолюбство, так і почуття сорому, ніяковості [6].

Важливе значення у формуванні моральних почуттів мають дитячі уявлення про позитивні еталони, що дозволяють передбачати емоційні наслідки власної поведінки, завчасно переживати задоволення від її схвалення як "хорошої" або ж невдоволення від її оцінки як "поганої". Таке емоційне передбачення грає вирішальну роль у формуванні моральної поведінки дітей дошкільного віку .

Діти дошкільного віку починають відособлюватися від дорослих, диференціюючи себе як самостійну людську істоту. При цьому поведінка дитини зорієнтована на дорослого (його вчинки та стосунки з людьми) як зразок для наслідування.

Вирішальну роль у засвоєнні зразків поведінки відіграє оцінка, яку авторитетні для дитини люди дають іншим дорослим, дітям, героям казок та розповідей тощо.

Орієнтація поведінки дошкільника на дорослого зумовлює розвиток її довільності, оскільки тепер постійно зіштовхуються як мінімум два бажання: зробити щось безпосередньо ("як хочеться") чи діяти відповідно до вимог дорослого ("за зразком"). З'являється новий тип поведінки, яку можна назвати особистісною.

Поступово розвивається певна ієрархія мотивів, їх супідрядність. Діяльність дитини тепер зумовлюється не окремими спонуканнями, а ієрархічною системою мотивів, у якій основні та стійкі набувають провідної ролі, підпорядковуючи ситуативні пробудження. Пов'язано це з вольовими зусиллями, потрібними для досягнення емоційно привабливої мети.

Психологи О. А. Ухтомський та Л. С. Виготський [20] зазначали, що старші стають діти, то рідше у їх поведінці проявляються афективні дії, їм легше впоратися з виконанням необхідних для досягнення мети дій всупереч обставинам.

На розвиток вольових якостей позитивно впливає гра. Відособлюючись від дорослого, дошкільник вступає в активніші взаємини з однолітками, які реалізуються передусім у грі, де необхідно підкорятися певним правилам, обов'язковим для всіх, виконувати заздалегідь визначені дії [28].

Л. С. Виготський акцентував у грі спосіб реалізації свідомого потенціалу дитини, засіб її інтенсивного розвитку. У грі відбувається творче опрацювання пережитих вражень, комбінування їх і побудова нової реальності, яка відповідає запитам і захопленням дитини [29].

Ігрова діяльність надає сенсу вольовому зусиллю, робить його ефективнішим. На розвиток волі у цьому віці позитивно впливає продуктивна та трудова діяльність дитини.

Дошкільник робить перші кроки у самопізнанні, розвитку самосвідомості. Об'єктами самопізнання є окремі частини тіла, дії, мовні акти, вчинки, переживання та особистісні якості.

З розвитком довільності психічних процесів стає можливим їх усвідомлення, що служить основою саморегуляції.

У спільній грі, виконуючи різноманітні завдання, діти порівнюють свої досягнення з досягненнями інших, оцінюють не лише наслідки своєї роботи, але й власні можливості, вчать контролювати себе та ставити перед собою конкретні вимоги.

Самооцінка дитиною власних учинків, умінь та інших якостей формується на основі оціночних суджень дорослих. З віком зростає об'єктивність дитячих самооцінок.

Характерною є схильність дитини до самоутвердження, спочатку в очах дорослих, потім однолітків, а згодом і у власних очах [28].

Доведено, що у діяльності дитини 5-7 років повинні поєднуватися довільна і мимовільна увага таким чином, щоб дитина спираючись на мимовільну, розвивала в себе довільну.

Отже, проаналізувавши літературні джерела, можна зробити наступні висновки:

Нами з'ясовано, що увага – це психічний стан, який характеризує інтенсивність пізнавальної діяльності, що виражається в її зосередженості на вузькій частині.

Вчені розрізняють увагу неопосередковану (пасивну) та опосередковану (активну), коли вибір об'єкта уваги відбувається осмислено. Характеристики уваги: стійкість, об'єм (кількість об'єктів, яка може бути сприйнята і запам'ятована людиною у відносно короткий проміжок часу), вміння переключання.

Увага, як і всі інші психічні процеси, має низькі та високі форми. Перші відносяться до неопосередкованої уваги, другі – до опосередкованої. Увага у людини формується з народження, в процесі формування її відбувається взаємопов'язаний розвиток пам'яті, мовлення, мислення тощо.

Доведено, що уже в дошкільному віці починає реально формуватись особистість дитини, причому цей процес тісно пов'язаний з розвитком емоційно-вольової сфери, із формуванням інтересів та мотивів поведінки, що, відповідно,

детерміновано соціальним оточенням, передусім типовими для даного етапу розвитку взаємин з дорослими.

Джерелом емоційних переживань дитини є її діяльність, спілкування з оточуючим світом. Освоєння в дошкільному дитинстві нових, змістовніших видів діяльності сприяє розвитку глибших та стійкіших емоцій, пов'язаних не лише з близькими, а й з віддаленими цілями, не тільки з тими об'єктами, що дитина сприймає, а й тими, які уявляє.

Ігрова діяльність надає сенсу вольовому зусиллю, робить його ефективнішим. На розвиток уваги у цьому віці позитивно впливає продуктивна та трудова діяльність дитини.

РОЗДІЛ 2

ПРОЦЕС РОЗВИТКУ ДОВІЛЬНОЇ УВАГИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІГРОВОГО ПСИХОТРЕНІНГУ

2.1 Програма ігрового психотренінгу як засіб розвитку довірливої уваги

Гра є одним з найцікавіших видів людської діяльності, провідною діяльністю дошкільника, засобом його всебічного розвитку, важливим методом виховання, її назвали «супутником дитинства», хоч у житті граються не тільки діти, а й дорослі.

За своїм походженням і змістом гра є соціальним явищем, зумовленим розвитком суспільства і його культури. Це особливі форми життя дитини у суспільстві, діяльність, у якій дитина в ігрових умовах виконує ролі дорослих, відтворює їхнє життя, працю, стосунки; форма пізнання світу, провідна діяльність, в якій дитина задовольняє свої пізнавальні, соціальні, моральні, естетичні потреби. У грі дитина долає суперечність між прагненням до більшої самостійності, активної участі у житті дорослих із реальними можливостями щодо цього.

З. Фрейд: «Найулюбленіша і всепоглинаюча діяльність дитини — це гра. Можливо, ми можемо сказати, що в грі кожна дитина подібна до письменника; він створює свій власний світ, або, інакше, він влаштовує цей світ так, як йому більше подобається. Було б неправильно сказати, що він не приймає свій світ усерйоз, навпаки, він ставиться до гри дуже серйозно і щедро складає в неї свої емоції». [24, 51]

Л.Френк зауважив, що гра для дітей — це спосіб навчитися тому, чому їх ніхто не зможе навчити, спосіб орієнтації в реальному світі, просторі і часі, спосіб дослідження предметів та людей. Включаючись у процес гри, діти вчаться жити в сучасному світі. Гра допомагає дитині оволодіти цінностями

культури, виробити певні навички. Коли діти грають, вони відображають особисту індивідуальність і ближче підходять до внутрішніх ресурсів, які можуть стати частиною їх особистості.

Згідно з Ж. Паже, гра є містком між конкретним досвідом та абстрактним мисленням, і саме символічна функція гри є особливо важливою. У грі дитини на сенсомоторному рівні демонструє за допомогою конкретних предметів, які є символами чогось іншого, те що вона коли-небудь прямим чи непрямим чином відчувала. Іноді такий зв'язок очевидний, а іноді він може бути не явним. В будь-якому випадку гра являє собою спробу дитини організувати свій досвід і з грою пов'язані ті моменти життя дитини, коли вона відчуває себе в безпеці і може контролювати особисте життя.

Дитяча гра — це діяльність, спрямована на орієнтування в предметній і соціальній дійсності, в якій дитина відображає враження від їх пізнання. Мати дитинство — це передусім мати право на розвиток власної ігрової діяльності, яка є важливою складовою дитячої субкультури. Водночас гра є могутнім виховним засобом, у ній, за словами К. Ушинського, реалізується потреба людської природи. Головним компонентом є іграшка — річ, призначена дітям для гри. Без неї гра неможлива. Як найсуттєвіший компонент гри, вона відіграє важливу освітню, розвивальну, виховну, навіть організаційну ролі. Як і гра, іграшка є важливим фактором психічного розвитку дитини, що забезпечує поступове здійснення нею усіх видів діяльності на більш високому рівні. Гра як основний вид діяльності дітей дошкільного віку, розвиваючи психічні, фізичні сили малюка (увагу, мислення, уяву, пам'ять, організованість, спритність тощо), сприяючи освоєнню ним навколишнього світу і людських взаємин, пробуджує, задіює його творчий потенціал. На підставі того, якими іграшками грається і в які ігри грає дитина, можна зробити певні висновки про її задатки, нахили, окреслити програму їх розвитку в найближчій і віддаленій перспективі.

У дошкільному віці гра стає провідним видом діяльності не тому, що вона займає найбільше часу дитини, а тому, що зумовлює якісні зміни у її психіці.

Гра дошкільнят має рольовий характер. Її передумови формуються у предметній діяльності дитини раннього віку, якій притаманні:

- відокремлення дій від предмета, узагальнення їх;
- використання дитиною неоформлених предметів як заміників інших;
- відокремлення своїх дій від дій дорослих і виникнення особистих дій дитини;
- порівняння своїх дій з діями дорослих і ототожнення їх;
- відтворення дитиною у своїх діях дій дорослих, які відображають у певній послідовності відрізки їхнього життя.

Найважливішою передумовою ігрової діяльності дитини є порівняння і ототожнення нею своїх дій з діями дорослого, особистість і дії якого вперше стають для неї зразком не лише об'єктивно, а й суб'єктивно. Якщо у ранньому дитинстві центральним моментом гри були предмет і способи дії з ним, то в дошкільному віці у ній домінують людина, її стан, дії, стосунки з іншими людьми.

Відмінність ігрової дії від предметної полягає в її умовному та узагальненому характері; вона не може призвести до реального результату, тому останній носить уявний характер. Для дитини головним стає не сама по собі предметна дія, а її умовний результат. Малюк виконує своєрідні розумові дії з уявними предметами: немовби годує котика обідом. Ось дитина гойдає ляльку, наслідуючи схему відповідних рухів дорослого: тримає ляльку під грудьми, гойдає її кілька разів і, маючи на увазі досягнення уявного результату (лялька "заснула"), завершує ігрову дію.

Ігрова діяльність впливає на формування довільних психічних процесів: у грі починають розвиватися довільні увага і пам'ять. В умовах гри діти краще зосереджуються, більше запам'ятовують, ніж під час лабораторних дослідів. Свідома мета (зосередити увагу, запам'ятати і пригадати) вирізняється дитиною найлегше у грі. Її умови вимагають від дитини зосередженості на предметах,

включених в ігрову ситуацію, на змісті дій і сюжету. Дитина, яка не буде уважною до того, що вимагає попередня ігрова ситуація, не запам'ятає умов гри, буде відсторонена однолітками. Потреба у спілкуванні, емоційному заохоченні вимагає від дитини цілеспрямованої зосередженості і запам'ятовування.

Ігрова ситуація і дії в ній постійно впливають на розвиток розумової діяльності дошкільника. У грі він вчиться діяти із заміником предмета - дає замінику нову (ігрову) назву, діє з ним відповідно до назви. Предмети-замінники стають опорою для мислення. На основі дій з ними дитина вчиться міркувати про реальний предмет. Поступово ігрові дії з предметами скорочуються, дитина навчається міркувати про предмети, уявно діяти з ними.

Гра є і першою школою волі дитини. Саме у грі спочатку вона виявляє здатність добровільно, з власної ініціативи, підкорятися різноманітним вимогам. Та й сама роль втілює у собі певні правила, є завданням, яке розв'язує дитина.

Ігрова діяльність наділена найбільшими можливостями для формування дитячої спільності, у ній найповніше активізується суспільне життя дітей.

У процесі ігрової діяльності зароджуються і диференціюються нові види діяльності дитини: формується зображувальна діяльність, вперше з'являються елементи праці і навчання. Використання ігрових прийомів, дидактичних ігор забезпечує відповідність природі дитини дошкільного віку.

Іграшка - незмінний супутник дитини з перших днів її життя. Дорослі спеціально створюють її з виховною метою, для підготовки малюка до вступу в суспільні відносини. Для дитини іграшка є предметом забави, розваги, радості і найважливішим засобом її психічного розвитку.

Дитині важлива не кількість, а різноманітність іграшок відповідно до свого віку і ситуації їх використання. Основним завданням дорослих є навчити дитину діяти з іграшками.

Серед організаційних форм педагогічного процесу, які дозволяють органічно впливати на особистісний розвиток дітей дошкільного віку важливе місце відводиться ігровим технологіям, в тому числі ігровому психотренінгу.

В психотерапії тренінг - це сукупність розвиваючих, психокорекційних та навчальних методів, спрямованих на стимулювання навичок самопізнання та саморегуляції, спілкування та спільної діяльності, комунікативних та професійних умінь [30].

Аналіз літератури засвідчує, що психологія і педагогіка здебільшого вивчали можливості ігрового психотренінгу для розвитку довільної уваги.

Ігровий психотренінг - один з різновидів тренінгу, спрямований на розвиток психічних процесів, мови та навичок спілкування дітей дошкільного віку [6].

До особливості ігрового психотренінгу за Є. Жариковим [31] відноситься:

- домінуючу спрямованість саме на розвиток психічних процесів та мови (мислення, уваги, пам'яті), а не на вирішення внутрішніх проблем;
- використання ігрових форм;
- опора на конкретні психологічні особливості кожного віку, врахування їх при підборі вправ.

Функції ігрового психотренінгу психологами Є. Жариковим та І.П. Підласим [23] визначено такі:

Розвиваюча - активізація здібностей дитини, формування її інтелекту, емоційної та комунікативної сфер.

Навчальна - формування та удосконалення навичок пізнання оточуючого світу, вираження власних думок тощо.

Виховна - педагогічна корекція проявів особистості в ігрових моделях життєвих ситуацій.

Діагностуюча - виявлення актуального рівня психічних процесів дитини.

Основна мета ігрового психотренінгу - стимуляція розвитку психічних процесів без будь-якого тиску на дитину (в ігровій формі).

Задачами ігрового психотренінгу І. П. Підласий [32] визначає:

- виявлення труднощів в розвитку пізнавальної сфери дитини, допомога в їх подоланні;
- вироблення в дитини ефективних когнітивних та комунікативних умінь;
- створення умов для усвідомлення дитиною як власних труднощів, так і свого потенціалу;
- формування мотивації пізнання та саморозвитку;
- підвищення успішності навчальної та інших видів діяльності дітей внаслідок розвитку пам'яті, мислення тощо;
- активізація дитячої творчості;
- покращення суб'єктивного самопочуття та психічного здоров'я, підвищення самооцінки;

Структура занять ігрового психотренінгу:

- привітання;
- повідомлення теми і завдань заняття, формування позитивної мотивації;
- релаксаційний комплекс;
- діагностика певних можливостей та якостей учасників;
- рольові ігри та вправи;
- підсумок;
- прощання.

Для забезпечення активності проведення ігрового психотренінгу рекомендовано дотримуватись принципів роботи тренінгової групи [36]:

- ненасильність спілкування;
- позитивний характер зворотного зв'язку (уникання зауважень, підбадьорювання);
- неконкурентний характер відносин (змагання допускаються рідко);
- активність участі;

- конфіденційність;
- активізація як інтелектуальних так і емоційних сфер.

Визначено функції ігрового психотренінгу: розвиваюча (активізація здібностей дитини, формування її інтелекту, емоційної та комунікативної сфери), навчальна (формування та удосконалення навичок пізнання оточуючого світу, вираження власних думок тощо), виховна (педагогічна корекція проявів особистості в ігрових моделях життєвих ситуацій), діагностуюча (виявлення актуального рівня психічних процесів дитини).

Основна мета ігрового психотренінгу – стимуляція розвитку психічних процесів без будь-якого тиску на нього (в ігровій формі). За допомогою ігрового психотренінгу можна підвищити рівень довільної уваги дітей дошкільного віку, розвинути їх комунікативні якості в дітей, згуртувати колектив тощо. Ігровий психотренінг є одним з найефективніших методів розвитку психічних процесів в дошкільному віку, тому що гра є провідною діяльністю .

В ході аналізу досвіду роботи з дітьми дошкільного віку щодо покращення рівня довільної уваги, встановлено, що в процесі групової роботи на основі принципу взаємодії та спільної діяльності збільшується рівень психічної активності.

Враховуючи основні наукові напрацювання, розроблено програму ігрового психотренінгу щодо покращення рівня довільної уваги дітей дошкільного віку.

Мета спеціальної програми:

- активізувати довільність психічних процесів дітей дошкільного віку, особливо процесів довільної уваги;
- сформувати навички запам'ятовування необхідного матеріалу;
- створити умови для розвитку різних типів уваги та сформувати вміння використовувати їх;
- створити умови для особистісного зростання, формування у дітей дошкільного віку прагнення до самопізнання;

- сприяти формуванню навичок спілкування, вмінню слухати, висловлювати точку зору.
- Категорія учасників: програма розрахована на дітей дошкільного віку.

Вимоги до проведення:

- оптимальна кількість учасників 15-20;
- проведення занять з різностатевою групою;
- місце проведення – кімната для групової роботи;
- форма проведення – ігровий психотренінг;
- проведення занять 1 раз на тиждень, протягом 11 тижнів.

Був складений тематичний план програми ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги у дітей дошкільного віку.

Кожне заняття було структуроване таким чином: вступна частина, що включає в себе привітання, організаційні моменти, розминку; основна частина, що складається з розвивальних вправ; заключна частина, яка включає підбиття підсумків та рефлексію заняття.

Привітання не є окремою вправою. Воно спрямоване на створення товариської атмосфери на початку роботи.

Розминка має на меті забезпечення розкутості, відвертості та згуртованості учасників.

Розвивальні вправи моделюють ситуації, які допомагають учасникам підвищувати рівень довільної уваги.

Тренінгова програма була впроваджена на 22 дітях дошкільного віку старшої групи дошкільного навчального закладу комбінованого типу художньо-естетичного напрямку №192 «Веселка» м. Запоріжжя.

Перше заняття «Знайомство» було спрямовано на створення умов для веселого і життєрадісного настрою. Воно включає в себе три вправи: «Струмочок», «Слухай команду», «Знайди два однакових предмети», «Рефлексія».

Мета другого заняття під назвою «Спостережливість і концентрація уваги» – допомога дітям формувати уміння розподіляти увагу і розвивати спостережливість. Складається з трьох вправ: «Змішаний ліс», «Змальовування по клітинках», «Вітрина магазину», «Рефлексія».

Третє заняття має назву «Як розвинути стійкість уваги?» Його мета: допомога дітям у розвитку стійкості уваги та формуванні довільної уваги. В це заняття входить три вправи: «Допомога Мані», «Квартет», «Будівельники», «Рефлексія».

Четверте заняття називається «Як можна розвивати довільну увагу?» Має на меті розвиток спостережливості, розподілу, переключання й обсягу уваги. Складається з трьох вправ: «Знайди казкових героїв», «Знайди доріжку», «Знайди дві однакові тварини», «Рефлексія».

Мета п'ятого заняття: «Як навчитись переключати увагу?» – розвиток обсягу та стійкості уваги; здатності узагальнювати об'єкти за ознакою форми, величини; закріплення уявлень про геометричні форми. Включає в себе три вправи: «Хто уважний?», «Побудуй доріжку», «Швидше намалюй», «Рефлексія».

Шосте заняття – «Поняття «слухова увага». Способи її розвитку». Його мета: розвиток слухової уваги, формування уміння впізнавати один одного по голосу, стимулювання уваги, розвиток швидкості реакції. Це заняття містить три вправи: «Що чути?», «Упізнай по голосу», «Будь уважний!», «Рефлексія».

Мета сьомого заняття «За допомогою уваги розвиваємо пам'ять» – розвиток спостережливості, уваги, пам'яті. Створення позитивного емоційного стану. Формування почуття впевненості, а також уміння підкорятися вимогам іншої людини. Розвиток довільної уваги та дрібної моторики пальців. Воно включає три вправи: «У магазині дзеркал», «Дивися на руки.», «Викладання з паличок», «Рефлексія».

Восьме заняття називається «Формування уміння працювати за зразком». Його мета: розвиток концентрації й обсягу уваги, дрібної моторики, формування уміння працювати за зразком. Заняття складається з трьох вправ:

«Викладання візерунка з мозаїки», «Чий це будинок?», «Нанизування намистинок», «Рефлексія».

Дев'яте заняття має назву «Розвиваємо мислення і обсяг уваги» – розвиток мислення, стійкості й обсягу уваги, пам'яті та мислення. Воно включає в себе три вправи: «Виключення зайвого», «*Кого злякався мисливець?*», «Відтворення геометричних фігур», «Рефлексія».

Мета десятого заняття «Тренування розподілу уваги». Мета: тренування розподілу та переключання уваги, розвиток мислення й обсягу уваги. Заняття складається з трьох вправ: «Намалюй коло і трикутник», «Виключення зайвого», «Знайди відмінності», «Рефлексія».

І останнє – одинадцять – заняття є заключним. Його мета: корекція імпульсивності, розвиток довільної уваги, координації слухового і рухового аналізаторів, виявлення результатів тренінгової програми, простеження за тим наскільки підвищився рівень довільної уваги у дітей дошкільного віку.

Програма складається з 11 занять, кожне з яких триває одну академічну годину та проводиться оди раз на тиждень.

Дана програма вважається доречною та може використовуватись у виховній роботі в дитячих садках для покращення рівня уваги в дітей.

Спеціальна програма на покращення рівня уваги представлена у Додатку Б.

2.2. Проведення дослідження розвитку довільної уваги

Для виявлення стану розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку було проведено дослідження, участь взяли 40 дітей (дошкільного навчального закладу комбінованого типу художньо-естетичного напрямку №192 «Веселка» м. Запоріжжя). З метою дослідження рівнів розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку використана методика «Кодування» П'єрона–Рузера

(додаток А). За допомогою даної методики досліджуються особливості довільної уваги, вміння орієнтуватися на дану систему вимог [34, 209].

Необхідний матеріал: коректурна матриця з фігурами, олівці, секундомір.

Хід проведення: дітям роздавалися коректурні матриці з фігурами, олівці.

В методиці надається спеціальна інструкція. Якщо у дитини виникають труднощі при виконанні завдань, необхідно пояснити знову. На виконання залікового завдання відводиться дві хвилини. Фіксується час, за який дитина без помилок виконає завдання.

Методику краще проводити на початку дня, дітям роздаються бланки, які вже підписані. Потім вихователь показує дітям, як виглядає їх бланк, пояснює, як повинен лежати аркуш. На дошці малюється приклад, та всі разом обговорюють як правильно виконувати завдання. Якщо дитина неправильно zakresлила фігуру і помітила це, то вона повинна поставити галочку, щоб вихователь зрозумів, що помилка знайдена дитиною і виправлена.

Проведена діагностична робота показала, що рівень розвитку довільної уваги у дітей нижче за середній тому, що діти були не уважні, не могли сконцентруватися на виконанні поставленого їм завдання що підтверджують результати дослідження представлені в рисунок 2.1.

Отже, результатами діагностичної роботи, проведеної з дітьми старшої дошкільної групи, засвідчено, що рівень довільної уваги в більшості дітей нижче за середній. Так, із 40 дітей, що взяли участь у дослідженні, високий рівень уваги виявлено у 25% (10 дітей), достатній мають 20% (8 дітей), середній мають 15% (6 дітей), низький мають 40% (16 дітей). Отже, за результатами констатуючого експерименту, можна зробити висновок, що для покращення рівня розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку постає необхідність у розробці спеціальної програми ігрового психотренінгу. Так, як одною з основних видів діяльності дітей дошкільного віку виступає гра.

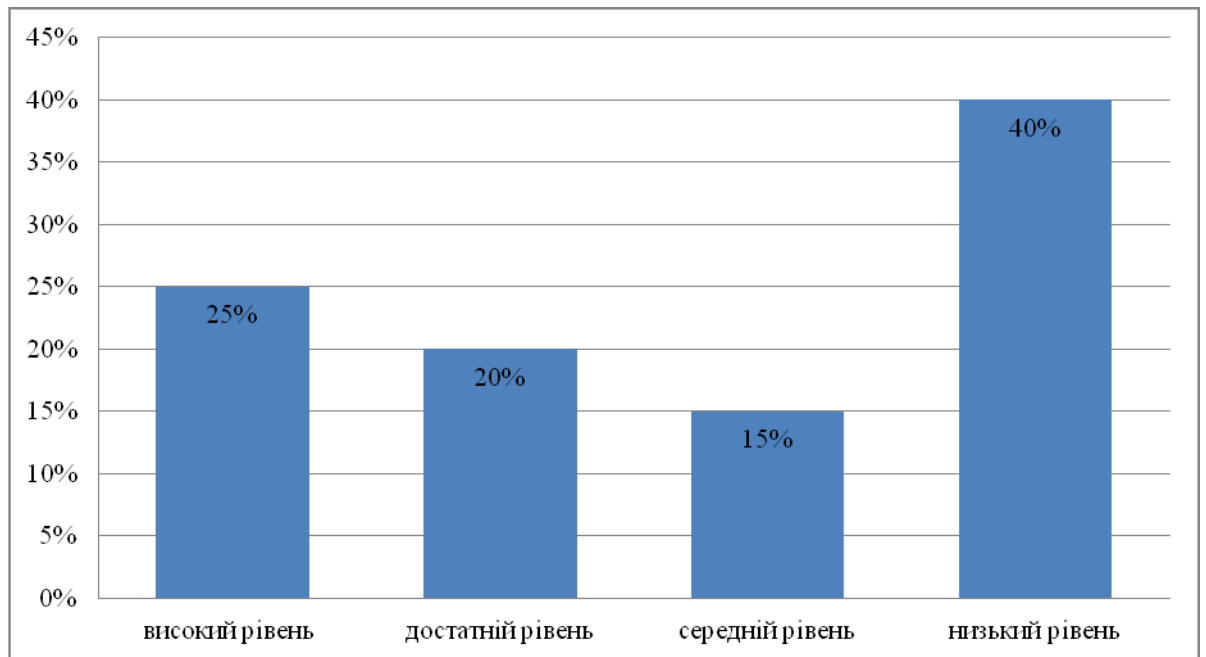


Рисунок 2.1 Рівень розвитку довільної уваги у дітей дошкільного віку

Для подальшої роботи було визначено дві групи дітей: контрольна та експериментальна. Програма ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку впроваджувалась на експериментальній групі в кількості 22 осіб. Контрольна група була створена з метою порівняння результатів з результатами експериментальної групи після впровадження програми ігрового психотренінгу. До складу контрольної групи увійшли 18 дітей, рівень уваги яких знаходиться на достатньому та високому рівні, до експериментальної групи увійшло 22 дітей, рівень уваги дітей знаходиться на середньому та низькому.

Учасники експериментальної групи залучені до експериментальної діяльності з покращення рівня розвитку довільної уваги в дітей дошкільного віку.

2.3. Аналіз результатів експериментального дослідження рівня розвитку уваги

Спеціальна програма ігрового психотренінгу розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку впроваджувалася на базі дошкільного навчального закладу комбінованого типу художньо-естетичного напрямку №192 «Веселка» м. Запоріжжя. До участі у програмі залучені діти дошкільного віку, у яких за результатами констатуючого експерименту, засвідчено низький рівень довільної уваги.

При підведенні загальних підсумків роботи, було визначено, що учасників експериментальної групи зазначили, що підвищено не тільки рівень розвитку довільної уваги, а й навчилися стримувати та контролювати свої емоції, ефективно взаємодіяти з оточуючими. Діти з захопленням виконували завдання, навіть пропонували деякі свої ігри. Вважаємо, що впровадження програми ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку мало свої позитивні результати та досягло поставленої мети і визначених завдань.

Після впровадження програми ігрового психотренінгу щодо розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку, була проведена повторна діагностична робота, яка показала, що в експериментальній групі рівень довільної уваги в дітей значно підвищився. В контрольній групі рівень уваги теж підвищився, але результати учасників експериментальної групи кращі, мають позитивну тенденцію до збільшення.

За отриманими даними можна зробити висновок, що розроблена програма ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги є ефективною. За допомогою цієї програми рівень довільної уваги дітей дошкільного підвищився. До складу експериментальної групи увійшли діти, рівень розвитку довільної уваги яких був на низькому та середньому рівні, а до складу контрольної групи - на достатньому та високому. Після формуючого експерименту отримані наступні показники: у 50% - високий рівень уваги, у 50% - достатній рівень

розвитку уваги. До впровадження спеціальної програми на підвищення рівня розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку були отримані наступні показники: 25% - високий рівень розвитку довільної уваги, 20% - достатній рівень, 15% - середній рівень, 40% - низький. Порівняння отриманих показників свідчить про ефективність запропонованої програми.

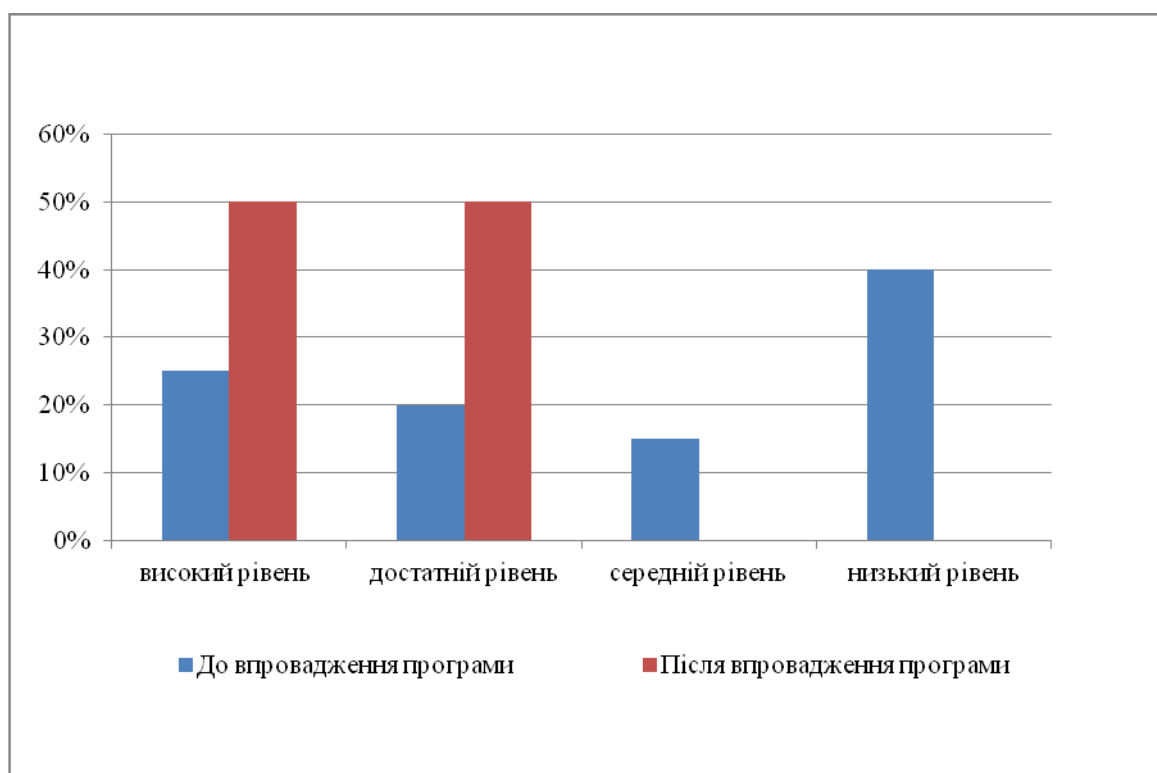


Рисунок 2.2. Порівняльний аналіз діагностичних показників до експерименту і після впровадження програми

Після впровадження спеціальної програми на покращення рівня розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку можна зробити такий висновок, що рівень уваги в дітей в експериментальній групі значно підвищився. Отже, поставлену мету роботи спеціаліста - досягнуто. Розроблена програма є ефективною.

Отже, ми можемо зробити такий підсумок виконаної роботи, що для дослідження рівня розвитку довільної уваги у дітей дошкільного віку застосована методика «Кодування» П'єрона–Рузера. За допомогою даної

методики досліджуються особливості довільної уваги, вміння орієнтуватися на дану систему вимог.

У дослідженні взяли участь 40 дітей (дошкільного навчального закладу комбінованого типу художньо-естетичного напрямку №192 «Веселка»). Проведена діагностична робота показала, що рівень розвитку уваги у дітей нижче за середній.

Результати діагностичної роботи, проведеної з дітьми дошкільного віку, засвідчили, що рівень уваги в більшості дітей дошкільного віку нижче за середній. Так, із 40 дітей, що взяли участь в дослідженні, високий рівень довільної уваги виявлено у 25% (10 дітей), достатній мають 20% (8 дітей), середній мають 15% (6 дітей), низький мають 40% (16 дітей). Отже, за результатами констатувального експерименту, можна зробити висновок, що для покращення рівня розвитку уваги постає необхідність у розробці спеціальної програми ігрового психотренінгу, так як одною з основних видів діяльності в дітей дошкільного віку є гра.

Для подальшої роботи було визначено дві групи дітей: контрольну та експериментальну. До складу контрольної групи увійшли 18 дітей, рівень уваги яких знаходиться на достатньому та високому рівнях, до експериментальної групи увійшло 22 дітей, рівень уваги яких знаходиться на середньому та низькому рівнях.

При виборі виду корекції довільної уваги враховувалося те, що однією з провідних діяльностей в дошкільному віці є гра, і тому при роботі з дошкільниками, у яких був виявлений середній та низький рівень уваги, перевага була надана груповому варіанту.

В процесі групової роботи на основі принципу взаємодії та спільної діяльності збільшується рівень психічної активності - спочатку в груповій ситуації, а потім і в реальному житті. За допомогою гри, дошкільники підвищують рівень уваги, вчаться співпраці в групі, дотримуються певних правил. Виконують завдання колективно одночасно з цим змінюється і структура спілкування.

Після впровадження спеціальної програми на покращення рівня розвитку довільної уваги в дітей дошкільного віку можна зробити такий висновок, що рівень уваги в дітей в експериментальній групі значно підвищився. За отриманими даними можна зробити висновок, що розроблена програма ігрового психотренінгу щодо розвитку довільної уваги є ефективною. За допомогою цієї програми рівень довільної уваги дошкільників підвищився. Після формувального експерименту отримані наступні показники: у 50% - високий рівень уваги, у 50% - достатній рівень розвитку уваги. До впровадження спеціальної програми на підвищення рівня розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку були отримані наступні показники: 25% - високий рівень розвитку довільної уваги, 20% - достатній рівень, 15% - середній рівень, 40% - низький. Порівняння отриманих показників свідчить про ефективність запропонованої програми.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз психолого-педагогічних джерел показав, що проблема розвитку довільної уваги дошкільного віку актуальна. Дошкільний вік – важливий період інтелектуального та особистісного розвитку дитини, протягом якого відбувається вдосконалення її пізнавальних та волевих процесів. Важливою умовою підготовки дитини до школи є сформованість механізмів довільної уваги, уміння протягом певного часу концентрувати на другій справі або розповіді педагога. Довільність уваги виступає передумовою успішного залучення дитини до навчально-виховного процесу та становлення її здатності до самоорганізації.

2. Проаналізовано психолого-педагогічна література з проблеми розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку засобами ігрового психотренінгу. Проблемою розвитку довільної уваги займалися як вітчизняні, так і закордонні вчені: А. Валлон, Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, Ф. Н. Гоноболін, В. В. Давидов, Б. В. Ельконін, Г. С. Костюк, К. Коффка, О. М. Леонт'єв, Н. А. Менчинська, Ж. Піаже, Т. Рібо, С. Л. Рубінштейн, Е. Б. Тітченер, Д. Н. Узнадзе, К. Д. Ушинський, та інші.

3. Для дослідження рівнів розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку застосовувалася методика «Кодування» П'єрона–Рузера. За допомогою даної методики досліджуються особливості довільної уваги дошкільного віку, вміння орієнтуватися на дану систему вимог, щодо виконання поставлених завдань.

У дослідженні взяли участь 40 дітей (дошкільного навчального закладу комбінованого типу художньо-естетичного напрямку №192 «Веселка» міста Запоріжжя). Проведена діагностична робота показала, що рівень розвитку уваги у дітей нижче за середній.

Результати діагностичної роботи, проведеної з дітьми дошкільного віку, засвідчили, що рівень уваги в більшості учнів нижче за середній. Так, із 40 дітей, що взяли участь в дослідженні, високий рівень уваги виявлено у 25% (10 дітей), достатній мають 20% (8 дітей), середній мають 15% (6 дітей), низький мають 40% (16 дітей).

4. В ході аналізу досвіду роботи з дітьми дошкільного віку щодо покращення рівня довільної уваги, встановлено, що в процесі групової роботи на основі принципу взаємодії та спільної діяльності збільшується рівень психічної активності.

Враховуючи основні наукові напрацювання, розроблено програму ігрового психотренінгу щодо покращення рівня довільної уваги у дітей дошкільного віку. Вона спрямована на реалізацію таких завдань: активізувати довільність психічних процесів дітей дошкільного віку, особливо процесів довільної уваги; сформувати навички запам'ятовування необхідного матеріалу; створити умови для розвитку різних типів уваги та сформувати вміння використовувати їх; створити умови для особистісного зростання, формування у дітей дошкільного віку прагнення до самопізнання; сприяти формуванню навичок спілкування, вміння слухати, висловлювати точку зору.

Ігровий психотренінг розрахований на 11 занять і передбачає 15-20 осіб у тренінговій групі. Програма була впроваджена в дошкільному навчальному закладі комбінованого типу художньо-естетичного напрямку №192 «Веселка» м. Запоріжжя. Заняття проводилися 1 раз на тиждень по 45 хвилин (1 академічна година). В цілому програма була реалізована за 11 тижнів.

5. Було визначено ефективність розробленої програми ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку. Проведено повторне тестування та порівняно результати контрольної та експериментальної груп. Виявлено, що рівень уваги в дітей в експериментальній групі значно підвищився. За отриманими даними можна зробити висновок, що розроблена програма ігрового психотренінгу розвитку довільної уваги є ефективною. За допомогою цієї програми рівень довільної

уваги дітей дошкільного віку підвищився. Після формувального експерименту отримані наступні показники: у 50% - високий рівень уваги, у 50% - достатній рівень розвитку уваги. До впровадження спеціальної програми на підвищення рівня розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку були отримано наступні показники: 25% - високий рівень розвитку довільної уваги, 20% - достатній рівень, 15% - середній рівень, 40% - низький. Порівняння отриманих показників свідчить про ефективність запропонованої програми.

6. Подальші дії. Планується продовження роботи за темою «Розвиток довільної уваги дітей дошкільного віку засобами ігрового психотренінгу». Теоретичну частину роботи буде розширено, проаналізовано більшу кількість джерел. Практична частина включатиме реалізацію наступних завдань: збільшення загальної кількості дітей, що братимуть участь у дослідженні; використання декількох тестових методик, що визначають рівень довільної уваги; збільшення тренінгових занять в програмі ігрового психотренінгу з розвитку уваги дітей дошкільного віку .

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксютіна Т.В. Методологічний аспект допомоги молодшим школярам та їх батькам. Т.В Аксютіна, С. А. Ломоносова. Школа здоров'я. . 1998. . № 3. . С. 2-54
2. Александров А.А. Психодіагностика та психокорекція. А.А. Александров. СПб.: Пітер, 2008. С. 84.
3. Баскова И. Л. Внимание дошкольника, методы развития. И.Л. Баскова. М, 1993. 434с.
4. Бітянова М. Р. Організація психологічної роботи в школі. Бітянова М.Р. М.: Генезис, 2000. 298 с.
5. Бреслав Г.М. Емоційні особливості формування особистості в дитинстві. Герцон Бреслав. М.: Педагогіка, 2008. 128 с.
6. Варій М. Й. Загальна психологія: Підручник. Для студ. психол. і педагог, спеціальностей. 2-ге видан., випр. і доп. М. Й. Варій. К.: "Центр учбової літератури", 2007. С.11-39.
7. Вікова психологія. За редакцією дійсного члена АПН СРСР Г.С. Костюка. Видавництво Радянська школа. Київ, 2005р. 268 с.
8. Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие для студентов педагогических институтов по спец.№2121"Педагогика и методика начального обучения.". М. В.Матюхин, Т. С. Михальчик, Н. Ф. Пронина и др.; под ред. М. В. Гамезо и др. Просвещение 2005г. 256 с.
9. Волкова Т. Н. Творчі ігри, завдання і тести для розвитку пам'яті та уваги. Т. Н. Волкова. Донецьк: ТОВ ВКФ "БАО", 2006.
10. Волкова Т. Н. Творчі ігри, завдання і тести для розвитку пам'яті та уваги. Т. Н. Волкова. Донецьк: ТОВ ВКФ "БАО", 2006.
11. Выготский Л. С. История развития высших психических функций. Л. С. Выготский. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960. С.223.

12. Гальперин П. Я. Введение в психологию. П. Я. Гальперин. М.: МГУ, 1976. 273 с.
13. Гальперин П. Я. Экспериментальное формирование внимания. П. Я. Гальперин, С. Л. Кабыльницкая. М.: Изд-во МГУ, 1974. 293 с.
14. Голованова Н. Ф. Соціалізація і виховання дитини. Наталія Голованова. СПб.: Мова, 2004. 272 с.
15. Гоноболин Ф. Н. Внимание и его воспитание. Ф. Н. Гоноболин. М.: Изд-во «Педагогика», 1972. 247 с.
16. Джелали А. Секреты Наполеона. Память. Внимание. Скорочтение. Джелали А. Харьков, 1995. 256 с.
17. Диагностический комплект. Исследование особенностей развития познавательной сферы детей дошкольного и младшего школьного возрастов. Авт.-сост. Н. Я. Семаго, М. М. Семаго. М.: АРКТИ, 2003. 380 с.
18. Добрынин В. Ф. О новых исследованиях внимания (научные образы). В. Ф. Добрынин. Вопросы психологии. 2002. № 3. С. 13-17.
19. Добрынин Н. Ф. Произвольное и непроизвольное внимание. Н. Ф. Добрынин. Изд. «Питер», 2006. 467 с.
20. Добрынин Н. Ф. Интеллект и внимание. Исследование интеллектуальной деятельности. Под. ред. О. К. Тихомирова. М.: МГУ, 1979. С. 198-203.
21. Доел М. М. Навчання практиці соціальної роботи. М. М. Доел С. Шардлоу. М.: Аспект – Прес, 2009. 128 с.
22. Дормашев Ю. Б., Романов В. Я. Психология внимания: Учебник. 3-е изд., непер. Ю. Б. Дормашев., В. Я. Романов - М.: МПСИ: Фринта, 2002. 376 с.
23. Дубровинская Н. В. Нейрофизиологические механизмы внимания. Н. В. Дубровинская. Л., 1985.
24. Ересь Е. П. Организация внимания в учебно-воспитательном процессе. Е. П. Ересь - Мн.: «Нар. асвета», 2002. 64 с.
25. Ересь Е. П. Организация внимания в учебно-воспитательном процессе. Е. П. Ересь. Мн.: «Нар. асвета», 2002. 64 с.

26. Забрамная С. Д. Развивающие занятия с детьми. С. Д. Забрамная, Ю. А. Костенкова. М., 2001. 326 с.
27. Загальна психологія: підруч. для студентів вищ. навч. закладів. С. Д. Максименко, В. О. Зайчук, В. В. Клименко, В. О. Солов1енко; за загальною редакцією акад. С. Д. Максименка. К.: Форум, 2000. 253с.
28. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. Е. П. Ильин. СПб: Изд. «Питер», 2000. 512с.
29. Левитина С. С. Можно ли управлять вниманием школьника. С.С. Левитина. М.: Изд-во «Знание», 1995. 192 с.
30. Матюгин И.Ю. Как развивать внимание и память вашего ребенка. И.Ю. Матюгин, Т. Ю. Аскоченская, Ё. А. Банк-Москва, 1995. 458с.
31. Москальова А. як розвинути увагу дитини. А. Москальова. Шкільний світ. 2000.№ 18. С. 4-6.
32. Немов Р. С. Психология. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. В 3 к. Р. С. Немов. - М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1995.-494 с. Книга 1. Общие основы психологии. - 1995.-494 с.
33. Новый иллюстрированный энциклопедический словарь. Ред. кол.: В. И. Бородулин, А. П. Горкин, А. А. Гусев, Н. М. Ланда и др. М.: Большая Российская Энциклопедия, 1998. 912 с.
34. Орехова О. А. Цветовая диагностика эмоций ребенка. О. А. Орехова СПб.: «Речь» , 2008. 245с.
35. Осипова А.А. Диагностика и коррекция внимания. Программа для детей 5-9 лет. А.А. Осипова. М., 2005. 258с.
36. Осипова А.А. Диагностика и коррекция внимания. Программа для детей 5-9 лет. А.А. Осипова. М., 2005. 258с.
37. Первин Лоуренс А., Джон Оливер П. Психология личности: Теория и исследования. Пер. с англ.; Под ред.В.С. Магуна. М.: Аспект Пресс, 2000. 607 с.

38. Практикум з психологи. І. С. Вітенко, І. Й. Влох, О. К. Напреенко, Л. В. Животовська, Р. І. Білобровка, І. З. Держко, В. Л. Гавенко, С. Г. Михняк. Київ. Львів: Аліот, 2006. 144 с.
39. Практикум по общей и экспериментальной психологии. Под. ред. А.А. Крылова. Л.: ЛГУ, 2006. 234 с.
40. Практические занятия по психологии. Под ред. Д. Я. Богдановой, И. П. Волкова. М., 2004. 284 с.
41. Психология развития. Под. ред. А. П. Горкина. СПб.: Изд-во «Питер», 2000. 992 с.
42. Психологічна енциклопедія. О.М. Степанов. К.: "Академвидав", 2006. 424 с.
43. Рабочая книга практического психолога. Под ред. И. В. Дубровиной. М.: Просвещение, 2001. 305 с.
44. Рубинштейн С. Л. Принципы и пути развития психологии. С.Л. Рубинштейн. М.: Изд-во АН СССР, 1959. 354 с.
45. Страхов В.И. Психологические исследования внимания. Загальна психологія: Хрестоматія. О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. В. И. Страхов. К.: Каравела, 2007. С.286-291.
46. Фаликман М. В. Внимание. М. В. Фаликман. М.: Academia, 2006.
47. Фомина Л. В. Сенсорное развитие. Программа для детей в возрасте 5-6 лет. Л. В. Фомина. М., 2001. 378с.
48. Чуприкова Н.И. Как вывести психологию внимания из теоретического тупика. Н. И. Чуприкова. Вопросы психологии. 2008. №5. С.12-30.
49. Ярошевський М. Г. Психология в XX столетии. Теоретик. Проблемы развития психологической науки. М. Г. Ярошевський. М.: Политиздат, 1971. 368 с.
50. Ярошевський М.Г. История психологи. 3-е изд., дораб. М.Г. Ярошевський. М.: Мысль, 1985. - 575 с.

Додаток А

МЕТОДИКА «КОДУВАННЯ»

Дослідження особливостей довільної уваги, вміння орієнтуватися на задану систему вимог.

МАТЕРІАЛ: коректурних матриця з фігурками (додаток), простий олівець.

ІНСТРУКЦІЯ. Подивися, перед тобою зірочка, трикутник, хрестик та інші фігури (дорослий вказує на ключ). Бачиш, у зірочки є лінія, яка йде зверху вниз, у кружечка є дві поперечне лінії, трикутник перетинає одна лінія, біля хреста - маленький коло в центрі, а у квадрата - дві прямі лінії зверху вниз.

Тепер подивися нижче (дорослий вказує на тренувальне завдання). Ти знову бачиш куклика, зірочки та інші фігури. Правда вони розміщені по-іншому і у них немає нічого в середині. Завдання буде таке: впиши в кожен фігуру той знак, який вона має на зразку. Заповнювати необхідно по порядку, не перескакувати.

Якщо дитина стикається з труднощами при заповненні тренувального завдання, слід пояснити знову. При заповненні залікового завдання нагадувати відлік часу. Хронометраж - 120 секунд. Якщо в межах цього часу дитина безпомилково виконає завдання, слід зафіксувати витрачений їм час.

ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ:

I. За кожен правильно заповнену фігуру - 1 бал. Оцінюються 45 фігур (без тренувального завдання). За бездоганне виконання завдання, вводяться преміальні.

Бали за швидкість

| Час, с | Оцінка |
|---------|--------|
| До 70 | 50 |
| 71-80 | 49 |
| 81- 90 | 48 |
| 91- 100 | 47 |
| 101-110 | 46 |
| 111-120 | 45 |

НИЗЬКИЙ РІВЕНЬ: до 20 знаків;

СЕРЕДНІЙ РІВЕНЬ: 20-35 знаків;

ДОСТАТОЧНИЙ РІВЕНЬ: 35-45 знаків;

ВИСОКИЙ РІВЕНЬ: більше 45 знаків.

Додаток Б

Програма ігрового психотренінгу з розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку

Актуальність даної програми полягає в тому, щоб створити умови для розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку. В ході аналізу досвіду роботи з дітьми дошкільного віку щодо покращення рівня довільної уваги, встановлено, що в процесі групової роботи на основі принципу взаємодії та спільної діяльності збільшується рівень психічної активності.

Дана програма призначена для психологів, педагогів, соціальних педагогів щодо розвитку довільної уваги дітей дошкільного віку в спеціально створеній тренінговій групі.

Враховуючи основні наукові напрацювання, розроблено програму ігрового психотренінгу щодо покращення рівня уваги у дітей дошкільного віку.

Мета спеціальної програми:

- активізувати довільність психічних процесів дітей дошкільного віку, особливо процесів уваги;
- сформувати навички запам'ятовування необхідного матеріалу;
- створити умови для розвитку різних типів уваги та сформувати вміння використовувати їх;
- створити умови для особистісного зростання, формування у дітей дошкільного віку прагнення до самопізнання;
- сприяти формуванню навичок спілкування, вміння слухати, висловлювати точку зору.

Категорія учасників: програма розрахована на дітей дошкільного віку.

Вимоги до проведення:

- оптимальна кількість учасників 15-20;
- проведення занять з різностатевою групою;
- місце проведення – кімната для групової роботи;

- форма проведення – ігровий психотренінг;
- проведення занять 1 раз на тиждень, протягом 11 тижнів.

Категорія учасників: діти дошкільного віку з низьким рівнем довільної уваги.

Кількість занять: 11.

Орієнтовна кількість осіб в тренінговій групі: 15-20.

Час проведення одного заняття: 1 академічна година.

Частота занять: раз на тиждень.

Загальний час реалізації програми: 11 тижнів.

Структура заняття:

- 1) вступна частина;
- 2) основна частина;
- 3) підведення підсумків.

1. Вступна частина. Привітання. Організаційні моменти. Розминка. – 5 хвилин.

2. Основна частина. – 35 хвилин.

3. Заключна частина. Рефлексія. – 10 хвилин.

Тематичний план:

| № | Назва теми | Кількість годин |
|-----|---|--------------------|
| 1. | Знайомство. | 1 |
| 2. | Спостережливість і концентрація уваги. | 1 |
| 3. | Як розвинути стійкість уваги? | 1 |
| 4. | Як можна розвивати довільну увагу? | 1 |
| 5. | Як навчитись переключати увагу? | 1 |
| 6. | Поняття «слухова увага». Способи її розвитку. | 1 |
| 7. | За допомогою уваги розвиваємо пам'ять. | 1 |
| 8. | Формування уміння працювати за зразком. | 1 |
| 9. | Розвиваємо мислення і обсяг уваги. | 1 |
| 10. | Тренування розподілу уваги. | 1 |
| 11. | Заключне заняття. | 1 |

Заняття 1. Знайомство.

Вправа 1

Струмочок

Мета: створення веселого і життєрадісного настрою.

Опис. Пари дітей, що стоять одна за одною з піднятими і зчепленими руками, утворився довгий коридор. Гравець, проходячи під зчепленими руками, шукає собі пару і бере за руку того, хто йому симпатичний. Утворена пара йде в кінець коридору, а той, чию пару розбили, йде до початку «струмочка». Так «струмочок» може рухатися довго, безперервно.

Інструкція: «Зараз ми пограємо. Для цього потрібно стати парами - хто з ким хоче. Пари повинні взятися за руки і тримати їх високо над головою. Із пар зі зчепленими руками утворюється довгий коридор. Гравець, кому пара не дісталася, йде до початку «струмочка» і, проходячи під зчепленими руками, шукає собі пари. Нова пара, взявшись за руки, пробирається в кінець коридору, а той, чию пару розбили, йде до початку «струмочка», у такий спосіб «струмочок» рухається довго».

Примітка. У грі бере участь непарна кількість дітей.

Вправа 2

Слухай команду

Мета: розвиток довільної уваги.

Опис. Кожна дитина повинна виконувати рухи відповідно до команд дорослого, вимовленими пошепки. Команди даються тільки на виконання спокійних рухів. Гра проводиться доти, доки гравці добре слухають і точно викопують завдання.

Інструкція: «Ми пограємо в гру «Слухай команду». Для цього треба стати в коло один за одним і рухатися кроком під музику. Коли звуки музики

припиняться, необхідно зупинитися й уважно слухати мене. У цей час я пошепки вимовлю команду, наприклад «підняти руки», і всі гравці повинні виконати цю команду. Будьте уважні»

Примітка. Приклади команд: присісти; нахилитися вперед і витягнути руки вперед; зігнути праву ногу в коліні, руки розвести в сторони; сісти на підлогу й обхопити коліна двома руками і т. ін.

Вправа 3

Знайди два однакових предмети

Мета: розвиток мислення, обсягу уваги, сприйняття форми, величини, спостережливості, формування уміння порівнювати, аналізувати.

Обладнання: малюнок із зображенням п'яти предметів і більше, з яких два предмети однакові; гостро заточені прості олівці.

Опис. Дитині пропонуються:

а) картка із зображенням п'яти предметів, серед яких є два однакові; потрібно їх знайти, показати і пояснити, у чому подібність цих двох предметів;

б) картка із зображенням предметів і зразка; необхідно знайти предмет, подібний до зразка, показати його і пояснити, у чому схожість;

в) картка із зображенням більше п'яти предметів, із зображених предметів треба утворити однакові пари, показати їх чи з'єднати лініями, проведеними простим олівцем, і пояснити, у чому подібність кожної пари.

Заняття 2. Спостережливість і концентрація уваги.

Вправа 1

Змішаний ліс

Мета: розвиток спостережливості, формування уміння розподіляти увагу.

Обладнання: картка із зображенням замаскованих дерев.

Опис. Дитині дається картка із зображенням замаскованих дерев, серед яких йому треба відшукати березу (сосну, найменшу ялинку).

Інструкція: «Подивися, на цій картинці зображені замасковані дерева, Серед них потрібно якнайшвидше знайти березу (сосну, найменшу ялинку). Починай шукати».

Вправа 2

Змальовування по клітинках

Мета: розвиток концентрації й обсягу уваги, формування уміння наслідувати зразок, розвиток дрібної моторики руки.

Обладнання; аркуш паперу у велику клітинку (1*1 см); зразок для малювання; гостро відточені олівці.

Опис. Дитині пропонують простим олівцем намалювати відповідно до зразка фігуру на аркуші в клітинку. Завдання має два рівні складності;

1-й рівень складності - зразок складається з розімкнутих фігур;

2-й рівень складності - зразок складається з замкнутих фігур.

Інструкція: «Подивися уважно на малюнок. На ньому зображена фігура, що складається з ліній, Намалюй точно таку саму фігуру по клітинках на чистому аркуші. Будь уважним!»

Примітка. Використовувати для малювання ручку чи фломастер не рекомендується. За бажанням дитина може заштрихувати замкнуту фігуру кольоровим олівцем.

Вправа 3

Вітрина магазину

Мета: розвиток обсягу довільної уваги і спостережливості.

Обладнання: картка із зображенням вітрини магазину.

Опис. Дитині необхідно знайти (не рахуючи) коробку з найбільшою кількістю цукерок і пояснити свій вибір.

Інструкція: «Подивися, па цій картці зображена вітрина магазину, у який щойно надійшли у продаж цукерки. їх поклали в прозорі коробки різної величини. Мама сказала своєму сину: «Можеш вибрати будь-яку коробку». Хлопчик

захотів ту коробку, де більше цукерок. Ти повинен допомогти хлопчику знайти коробку, яка вміщує найбільшу кількість цукерок. Поясни свій вибір. Якими способами можна перевірити правильність вибору? (Можна порахувати.) Уважно подивися ще раз на картку, подумай і скажи, чому на перший погляд здається, що в коробках - різна кількість цукерок. Приступай до роботи».

Заняття 3. Як розвинути стійкість уваги?

Вправа 1

Допомога Мані

Мета: розвиток стійкості уваги.

Обладнання: картка із зображенням лабіринту, простий олівець.

Опис. У запропонованому лабіринті дитина повинна пройти звивисту лінію, ведучи по ній пальцем чи зворотним боком олівця, знайти короткий шлях, яким могла б рухатися хазяйка до своєї корови Мані.

Інструкція: «Подивися уважно на цю картку. На ній зображений лабіринт, у якому необхідно знайти короткий шлях, Якось корова Маня заблукала - забрела в глухий ліс і не знала, як повернутися додому. Вона зголодніла і почала шукати соковиту і смачну травичку. Якою стежиною повинна рухатися хазяйка, щоб якнайшвидше зустріти корову?»

Вправа 2

Квартет

Мета: закріплення уміння збирати з частин ціле, формування довільної уваги.

Обладнання: 13 листівок (розмір кожної листівки 10x14 см) з різними сюжетами (причому двох однакових серед них не повинно бути), кожна з яких розрізана на чотири рівні частини. Кілька столів, об'єднаних в один загальний стіл; стілець для кожної дитини.

Опис. Підкоряючись правилам гри, усі діти повинні зібрати з частин, які «ходять» серед гравців, цілі листівки - «квартети». Перемагає той, хто найбільше збере «квартетів».

Вправа 3

Будівельники

Мета: розвиток спостережливості, концентрації і розподілу уваги.

Обладнання: картка із чотирма малюнками, один із яких - зразок, а три інші відрізняються від зразка відсутніми деталями; простий олівець.

Опис. Дитині пропонують картку із чотирма малюнками, що містять елементи вежі. Перша картка - малюнок-зразок, інші три відмінні між собою і зразком. Треба домалювати відсутні елементи, щоб усі три малюнки відповідали зразку.

Інструкція: «Подивися уважно на ці чотири картки. На першій з них зображена готова вежа, а на трьох інших – деталі вежі не домалювали. Тобі необхідно домалювати відсутні деталі до кожної вежі так, щоб усі чотири вежі стали однаковими. Приступай до роботи»,

Заняття 4. Як можна розвивати довільну увагу?

Вправа 1

Знайди казкових героїв

Мета: розвиток спостережливості, розподілу, переключення й обсягу уваги.

Обладнання: картки з зображенням казкових героїв - Колобка, Лисички, Ведмедя, замаскованих у малюнку; простий олівець.

Опис. Дитині необхідно знайти й обвести зворотною стороною простого олівця кожну з замаскованих у малюнку фігурок казкових героїв.

Інструкція: «Подивися уважно на цю картку-малюнок, у ньому замасковані фігурки знайомих тобі казкових героїв; Колобка, Лисички, Ведмедя,

Зайчика, Необхідно знайти, назвати, й обвести пальцем чи зворотною стороною олівця кожного з героїв».

Вправа 2

Знайди доріжку

Мета: розвиток довільної уваги.

Обладнання: картка із зображенням простого лабіринту, олівець.

Опис. Дитина повинна пройти звивистою лінією лабіринту, ведучи по ній пальцем або зворотним кінцем олівця.

Інструкція: «Подивися на цю картку, на ньому зображений лабіринт. Необхідно допомогти Зайчику пройти цим лабіринтом і добратися до морквини (до ялинки). Іти лабіринтом потрібно, не виходячи за контури лінії та не пропускаючи петель».

Вправа 3

Знайди дві однакові тварини

Мета: розвиток довільної уваги.

Обладнання: картка із зображенням тварин (мишок, півнів, жирафів, слонів).

Опис. Дитині пропонують відшукати на малюнку дві однакові тварини.

Інструкція: «Подивися уважно па картку, На ній зображені мишки (півні, жирафи, слони). Необхідно знайти серед усіх мишок - дві однакові»

Заняття 5. Як навчитись переключати увагу?

Вправа 1

Хто уважніший?

Мета: розвиток обсягу уваги, спостережливості.

Обладнання: картки з зображенням різної кількості зірок.

Опис. Дитині пропонують упродовж декількох секунд розглянути картки з намальованими зірками і відповісти (не рахуючи), де найбільша (найменша) кількість предметів.

Інструкція: «Подивися уважно на картки. Тут намальовані зірки. На якій картці розташована найменша (найбільша) кількість предметів? Поясни свій вибір. Починай гру».

Вправа 2

Побудуй доріжку

Мета: розвиток стійкості уваги; здатності узагальнювати об'єкти за ознакою форми, величини; закріплення уявлень про геометричні форми.

Обладнання: таблиця з різним розташуванням геометричних фігур по рядках, фішки.

Опис. Дитині пропонують допомогти героєві казки добратися до визначеного місця шляхом побудови доріжки. Щоб побудувати доріжку, необхідно закривати фішками названі дорослим певні геометричні фігури,

Інструкція: «Подивися уважно на цю таблицю. Допоможи героєві казки добратися по доріжці до потрібного йому місця. А для цього покрий фішками зліва направо;

- а) усі трикутники (кола, квадрати);
- б) тільки заштриховані трикутники (кола, квадрати).

Примітка. Якщо дитина самостійно не справляється з завданням, то розгляньте з нею таблицю. Особливо виділіть ті ознаки геометричних фігур, на які вона повинна орієнтуватися під час виконання завдання. Проаналізуйте помилки разом з дитиною. Після того, як завдання засвоєне, можна запропонувати ускладнений варіант: у групі провести гру «Хто швидше».

Вправа 3

Швидше намалюй

Мета: розвиток уміння переключати увагу.

Обладнання: добре відточений олівець, таблиця з зображенням по рядках знайомих дітям предметів.

Опис. Дитині пропонують таблицю з зображенням по рядках знайомих предметів і дають завдання домалювати певні відсутні деталі до кожного з зображених предметів.

Інструкція: «Подивися уважно на цю картинку. Домалюй кожному яблуку листочок, а в кожному будиночку віконце. Приступай до виконання завдання».

Примітка. Необхідно проаналізувати допущені помилки разом з дитиною, щоб уникнути повторення цих самих помилок згодом.

Заняття 6. Поняття «слухова увага». Способи її розвитку.

Вправа 1

Що чути?

Мета: розвиток слухової уваги.

Обладнання: предмети, що видають знайомі дітям звуки; ширма.

Опис. Ведучий пропонує дітям послухати і запам'ятати те, що відбувається за дверима чи за ширмою. Потім він просить розповісти, що вони чули. Перемагає той, хто більше і точніше визначить якнайбільше джерел звуку.

Інструкція: «Зараз ми пограємо в гру «Що чути?» і довідаємося, хто найуважніший. Потрібно в цілковитій тиші протягом деякого часу (засікаю його я) уважно слухати, що відбувається за дверима (ширмою). Після закінчення цього часу (1 - 2 хвилини) необхідно назвати якнайбільше почутих звуків. Щоб у кожного була можливість сказати, потрібно називати почуті звуки по черзі, але не повторювати їх. Переможе той, хто найбільше назве таких звуків».

Примітка. Можна грати як із групою дітей, так і з однією дитиною. Черговість у грі може бути встановлена за допомогою лічилки. Предмети, які можна використати для гри: барабан, свисток, дерев'яні ложки, металофон, дитяче піаніно, ємкості з водою для її переливання і створення звуків води, що ллється, скляні предмети і молоточок для стукоту по склу і т. ін.

Вправа 2

Упізнай по голосу

Мета: розвиток слухової уваги, формування уміння впізнавати один одного по голосу.

Обладнання: хустка або пов'язка для зав'язування очей.

Опис. Стоячи в колі, діти вибирають того, хто водить. Ведучий, знаходячись у центрі кола з зав'язаними очима, намагається упізнати дітей по голосу. Впізнавши гравця по голосу, той, що водить, міняється з ним місцями.

Інструкція: «Зараз ми з вами пограємо в цікаву гру «Упізнай по голосу». Для цього необхідно стати в коло і вибрати того, хто буде водить. Ведучий з пов'язкою на очах буде уважно слухати голоси гравців. Той, кому я дам знак, вимовить будь-яке слово своїм голосом. Ведучий повинен угадати гравця по голосу. Якщо він угадає гравця, то поміняється з ним місцями: гравець стане водить, а той, хто водить - гравцем. Якщо ж не вгадає, то продовжуватиме водить доти, доки не упізнає по голосу чергового гравця. Почнемо гру».

Вправа 3

Будь уважний!

Мета: стимулювання уваги, розвиток швидкості реакції.

Обладнання: аудіозапис маршу.

Опис. Кожна дитина повинна виконувати рухи відповідно до команди дорослого: «зайчики» - стрибати; «конячки» - бити «копитом об підлогу»; «раки» - задкувати; «птахи» - бігати, розкинувши руки; «лелеки» — стояти на одній нозі. .

Інструкція: «Зараз ми пограємося. У цій грі потрібно бути уважним. Станьте в коло один за одним. Слухайте уважно мої слова - команди. Коли я скажу «зайчики», усі повинні стрибати по колу, як зайчики. Коли я скажу «конячки», усі повинні показати, як конячки б'ють копитом. Коли я скажу «раки», усі повинні показати, як раки задкують. Коли я скажу «птахи», гравці повніші перевтілитися в птахів і бігати по колу, розкинувши руки в сторони, як

крила. Коли я скажу «лелеки - усі миттю повинні уявно перетворитися на лелек і стояти на одній нозі. Ну а коли я скажу «діти» - усі повинні знову стати дітьми. Починаємо грати».

Заняття 7. За допомогою уваги розвиваємо пам'ять.

Вправа 1

У магазині дзеркал

Мета: розвиток спостережливості, уваги, пам'яті. Створення позитивного емоційного стану. Формування почуття впевненості, а також уміння підкорятися вимогам іншої людини.

Опис. Дорослий (а потім дитина) показує рухи, які після нього точно повинні повторювати всі гравці,

Інструкція: «Зараз я розповім вам історію про мавпочку. Уявіть собі, що ви потрапили до магазину, де стоїть багато великих дзеркал. Туди ввійшов чоловік, на плечі в нього була мавпочка. Вона побачила себе в дзеркалах і подумала, що це інші мавпочки, і почала корчити їм мордочки. Мавпочки у відповідь скорчили їй точнісінько такі самі пички. Мавпочка показала їм кулака, і їй із дзеркал також показали кулаки. Вона тупнула лапою, й усі мавпочки тупнули. Що не робила мавпочка, всі інші точно повторювали її рухи. Починаємо гру. Я буду мавпочкою, а ви - віддзеркаленнями».

Вправа 2

Дивися на руки

Мета: розвиток довільної уваги.

Необхідний матеріал: аудіозапис маршу.

Опис. Діти, рухаючись по колу, точно виконують різні рухи руками, які показані дорослим чи «командиром».

Інструкція: «Зараз ми пограємося. Для гри нам потрібно вибрати командира, що буде придумувати рухи для рук. Спочатку командиром буду я, а потім той, кого ми виберемо за допомогою лічилки. Усі гравці, стоячи один за

одним у колі, повинні почати рухатися під музику. Першим буде стояти командир — зараз ним буду я. Всі уважно стежать, які рухи рук показує командир, і повторюють їх точно за ним. Починаємо гру».

Примітка. На етапі освоєння гри рухи рук показує дорослий (варіанти показу рухів: руки нагору, у сторони, на пояс, руки зі зчепленими пальцями витягнуті вперед, занесені за голову тощо). Потім показ рухів рук здійснюють діти.

Вправа 3

Викладання з паличок

Мета: розвиток довільної уваги, дрібної моторики пальців.

Обладнання: палички для рахунку (шматки товстого ізоляційного дроту, трубочки для коктейлів і т. ін.), картка-зразок візерунка.

Опис. Дитині пропонують за зразком викласти візерунок чи силует з паличок. а) 1-й рівень складності — візерунки в один рядок; б) 2-й рівень складності — силуети, які складаються з 6—12 паличок; в) 3-й рівень складності — більш складні силуети, які складаються з 6—13 паличок; г) 4-й рівень складності — складні силуети з великою кількістю деталей, які складаються з 10—14 паличок.

Інструкція: «Подивися, що зображено на цій картці (візерунок, будиночок і т. ін.)? Візьми палички і виклади з них точно такий самий візерунок (будиночок). Під час викладання будь уважний. Приступай до роботи».

Заняття 8. Формування уміння працювати за зразком.

Вправа 1

Викладання візерунка з мозаїки

Мета: розвиток концентрації й обсягу уваги, дрібної моторики, формування уміння працювати за зразком.

Обладнання: мозаїка, картка-зразок.

Опис: дитині пропонують за карткою-зразком викласти з мозаїки: цифри, букву, простий візерунок і силует.

Інструкція: «Подивися, на цій картці зображена цифра (буква, візерунок, силует). З мозаїки потрібно викласти точно таку саму цифру (букву, візерунок, силует), як на картці. Будь уважний. Приступай до роботи».

Вправа 2

Чий це будинок?

Мета: розвиток спостережливості.

Обладнання: картка-малюнок із зображенням будинків і людей.

Опис. Дитині пропонують картку із зображенням будинків і людей, що поспішають у різні сторони. Необхідно, уважно подивившись на картку, знайти господаря кожного будинку.

Інструкція: «Подивися уважно на картку. На ньому зображене село. Знайди господаря кожного будинку. Поясни свій вибір».

Вправа 3

Нанизування намистинок

Мета: розвиток концентрації й обсягу уваги, дрібної моторики пальців.

Обладнання: зразок для нанизування намиста; намистинки, що відповідають зразку, або однаково нарізані шматочки кольорової ізоляції товстого дроту; для ускладнення завдання — великий бісер.

Опис. Дитині пропонують за зразком нанизати намисто.

Інструкція: «Подивися на це намальоване намисто. Ти хочеш сам зібрати намисто? Я дам тобі намистинки і дріт, на який потрібно нанизати одну за одною намистинки точно так само, як вони виглядають на малюнку». Примітка. Робота з великим бісером часто викликає в дітей ускладнення. Використання великого бісеру можливе тільки у випадку добре розвинутої моторики руки і в якості ускладнюючого елемента гри.

Заняття 9. Розвиваємо мислення і обсяг уваги.

Вправа 1

Виключення зайвого

Мета: розвиток мислення й обсягу уваги.

Обладнання: картка з зображенням предметів, один із яких відрізняється від інших.

Опис. Дитині пропонується знайти з п'яти зображених на картці предметів один, що відрізняється від інших, і пояснити свій вибір.

Інструкція: «Подивися уважно на зображені тут предмети і знайди серед них такий, що відрізняється від інших. Покажи знайдений предмет і поясни, чому він не схожий на інші, Приступай до роботи».

Вправа 2

Кого злякався мисливець?

Мета: розвиток стійкості і обсягу уваги.

Обладнання: картка із зображенням лісу, звірів і мисливця.

Опис: дитині пропонується картка із зображенням мисливця в лісі. Необхідно знайти того, кого злякався мисливець.

Інструкція: «Подивися уважно на картку. На ній зображений мисливець, що біжить лісом, Він когось злякався. Кого міг злякатися мисливець у цьому лісі? Покажи і поясни: - чому?»

Вправа 3

Відтворення геометричних фігур

Мета: розвиток довільної у ваги, пам'яті, мислення.

Обладнанням: олівець, аркуш паперу (13x10 см).

Опис. Дитині пропонують розглянути різні геометричні фігури, запам'ятати їхнє розташування, а через 10 секунд по пам'яті відтворити їх на чистому аркуші.

Інструкція: «Подивися уважно на ці геометричні фігури і постарайся запам'ятати їхнє розташування. Через якийсь час я заберу картку, а ти па аркуші паперу повинен будеш по пам'яті намалювати ці самі геометричні фігури, розташували і зафарбували їх так, як на зразку».

Заняття 10. Тренування розподілу уваги.

Вправа 1

Намалюй коло і трикутник

Мета: тренування розподілу уваги.

Обладнання: два гостро заточених олівці (2М) і по 1/2 альбомного аркуша (формат А-4 розмір 20x14,5 см) для кожної дитини.

Опис. Дитина повинна малювати водночас двома руками на одному аркуші: коло – однією рукою, трикутник – іншою рукою (причому починати і закінчувати малювати обидві фігури потрібно одночасно).

Інструкція: «Зараз ти будеш малювати відразу двома руками, Візьми два олівці. На окремому аркуші паперу спробуй одною рукою коло, а іншою - трикутник. Байдуже, якою рукою яку фігуру ти будеш малювати. Роби, як тобі зручно та пам'ятай, що починати і закінчувати малювати обидві фігури треба одночасно».

Примітка. Вправу можна використовувати і в індивідуальній роботі, і в груповій.

Вправа 2

Виключення зайвого

Мета: розвиток мислення й обсягу уваги.

Обладнання: картка з зображенням предметів, один із яких відрізняється від інших.

Опис. Дитині пропонується знайти з п'яти зображених на картці предметів один, що відрізняється від інших, і пояснити свій вибір.

Інструкція: «Подивися уважно на зображені тут предмети і знайди серед них такий, що відрізняється від інших. Покажи знайдений предмет і поясни, чому він не схожий на інші. Приступай до роботи».

Вправа 3

Знайди відмінності

Мета: розвиток довільної уваги, переключення і розподілу уваги.

Обладнання: картки.

Опис. Дитині пропонуються: а) серія картинок по дві картинки на кожній картці; у кожній картинці треба знайти п'ять відмінностей; б) картка з зображенням двох картинок, що відрізняються один від одного деталями. Необхідно знайти всі наявні відмінності.

Інструкція: «Подивися уважно на цю картку. На ній зображені дві картинки, що відрізняються одна від одної різними деталями. Необхідно швидко знайти всі наявні відмінності. Починай шукати».

Заняття 11. Заключне заняття.

Вправа 1

Знайди такий самий предмет

Мета: корекція імпульсивності.

Матеріал: картинки тесту Кагана, секундомір.

Методика проведення: дитині пропонують картинку з зображенням якого-небудь предмета (літак, квітка, кішка .) і ще карту з зображенням 6-ти літаків, квіток тощо, серед яких тільки одна - точна копія зразка, а інші 5 мають малопомітні відмінності. Варто фіксувати час на обмірковування дитиною задачі від моменту пред'явлення загальної таблиці і число помилок. Оцінка результатів: висока імпульсивність - швидкість відповіді 10 сек. та менше. Виражена рефлексивність – швидкість відповіді більше 30 сек. Безпомилковість відповідей при їхній високій швидкості говорить про швидкість, гнучкість і точність мислення і не є приводом для занепокоєння з приводу майбутньої

успішності дитини в навчанні. Велика неточність відповідей при їхній високій швидкості свідчить про загальну схильність дитини діяти нерозважно, підкоряючись своєму емоційному пориву. Безумовно, виражена імпульсивність негативно відбивається на успішності дітей у школі, однак ця якість пізнавальної активності особистості піддається корекції. Надмірна рефлексивність дітей так само повинна турбувати батьків і вихователів, тому що такі діти відчують у навчанні труднощі іншого роду: вони менш спонтанні і безпосередні у вираженні своїх думок і почуттів, почувають себе менш вільно в класі на уроці, у спілкуванні з дорослими й однолітками і дуже стурбовані результатами будь-якої своєї роботи; такі діти менш рішучі й упевнені в собі, відчують більше інтелектуальне й емоційне напруження при необхідності прийняти рішення.

Вправа 2

Чотири стихії

Мета: розвиток уваги, координації слухового і рухового аналізаторів.

Опис. Гравці сидять у колі і виконують рухи відповідно до слів: «земля» - руки вниз, «вода» - витягнути руки вперед, «повітря» - підняти руки нагору, «вогонь» - зробити обертання руками в зап'ясткових і ліктьових суглобах. Хто помиляється, той програв.

Інструкція: «Для цієї гри необхідно сісти в коло й уважно послухати. Якщо я скажу слово «земля», усі повинні опустити руки вниз, якщо слово «вода» - витягнути руки вперед, слово «повітря» - підняти руки нагору, слово "вогонь" - зробити обертання руками в зап'ясткових і ліктьових суглобах. Хто помиляється програв."

Вправа 3

Роззяви

Мета: розвиток довільної уваги.

Обладнання: бубон, програвач для музичного супроводу (Е. Жак-Далькрос «Марш»).

Опис. Тримаючись за руки і рухаючись по колу під музику, діти за сигналом дорослого роблять чотири оплески і змінюють напрямок. За неправильне виконання сигналу гравці вибувають із гри.

Інструкція: «Зараз ми пограємось. Візьміться за руки і підемо під музику по колу. Слухайте сигнал (дорослий б'є в бубон). Почувши сигнал, потрібно зупинитися, ляснути в долоні 4 рази і, повернувшись навколо (у протилежну сторону), продовжити рух. Хто помилився – «роззява» і виходить із гри. Коли всі «роззяви» вийдуть із гри, залишаться найуважніші – вони переможці».