

Педагогическая мастерская
«Если ваш ребенок рассеян и невнимателен»
(для родителей учащихся восьмых классов)

Действительное внимание в том и заключается,
что превращает мгновенно всякую мелочь в нечто значительное.
И. Гёте

Цель: познакомить родителей с понятием внимания и его основными свойствами, дать практические рекомендации.

Задачи:

- Создать доброжелательную атмосферу в коллективе родителей.
- Расширить объем знаний родителей о свойствах и качествах внимания.
- Выявить причины рассеянности и невнимательности у детей.
- Выявить проблемы взаимодействия родителей с ребенком по преодолению учебных затруднений.

Категория участников: педагог (возможно совместно с педагогом-психологом), родители.

Этапы:

Организационный. На данном этапе педагог организует среду, соответствующую целям собрания, организует взаимодействие с родителями для эффективной совместной работы

Основной. На данном этапе педагог проводит основную работу по теме в виде упражнений, игр, дискуссии.

Заключительный. На данном этапе подводятся итоги проделанной работы, оценивается её эффективность, участники высказывают свои пожелания на будущее.

Предварительная работа:

Составление памяток (Приложение 1).

Материалы и оборудование:

- Стулья (расставленные по кругу)
- Схема на большом ватмане
- Доска и мел
- Листы формата А4, ручки

Ход собрания:

Классный руководитель приветствует всех участников родительского собрания.

1. Упражнение «Продолжи фразу». Участникам родительского собрания предлагается продолжить фразу, обращаясь к каждому члену группы: «Здравствуй, (имя), сегодня замечательный день, потому, что...».

Тема нашего родительского собрания сегодня: «Как помочь ребёнку стать внимательным». Успехи нашего ребёнка в учёбе и других видах деятельности во многом зависят от сформированной у него способности быть внимательным. Нередко из-за недостатка внимания ребёнку трудно учиться в школе. В младших классах ребенок, словно не слышит и не видит того, что он должен усвоить и запомнить. В старших классах ему становится труднее, так как поступающая и требующая запоминания информация обильна и разнообразна.

2. Упражнение «Продолжи фразу».

Далее родителям педагог предлагается продолжить следующую фразу: «Внимательный ребёнок - это ...». Каждый родитель (или представитель микрогруппы) читает вслух коллективно предложенную фразу. Можно ответы записывать на доске или ватмане. Классный руководитель обобщает мнение участников собрания.

3. Упражнение «Без маски».

Педагог раздаёт заранее подготовленные карточки, на которых написано начало предложений, участники должны их продолжить. После того, когда все ответят, эти карточки передаются по кругу по часовой стрелке до тех пор, пока все родители не продолжат каждое предложение.

«Особенно мне нравится, когда...», «Мне бывает...», «Думаю, что самое важное для моего ребенка...», «Мой ребенок...», «Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...», «Стыдно, когда я...» «Думаю, что самое важное для меня, как для родителя...», «Мне особенно приятно...», «Мне бывает неловко перед ребенком, когда...», «Особенно меня...», «Что мне хотелось бы изменить в себе, так это...», «Когда...», «Иногда ребенок не понимает меня, потому что я...», «Раздражает то, что я...». По завершению, родители зачитывают продолженные фразы. Педагог обобщает и обозначает круг проблем, переживаний, беспокойств родителей.

3. Выступление педагога-психолога.

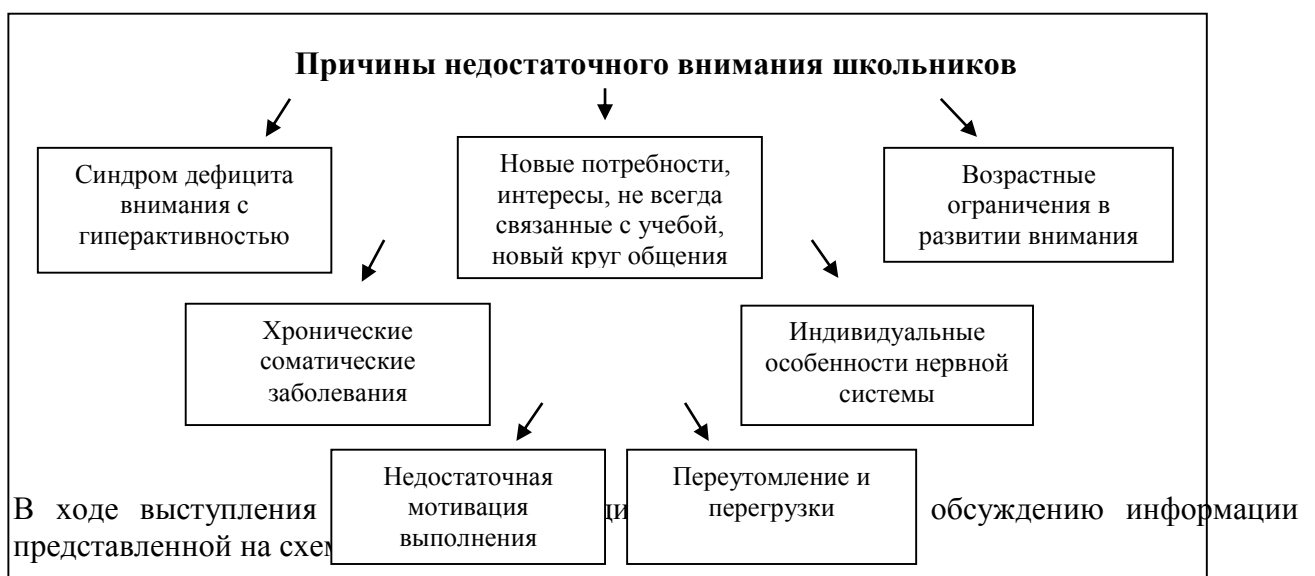
Внимание является одним из психических процессов, с помощью которых человек воспринимает и познает окружающий мир. Внимание - это направленность и сосредоточенность психической деятельности на чем-либо определенном. Внимание – залог успешного обучения, работы. Если человек привыкает все делать внимательно, то внимание, становясь постоянной особенностью, перерастает во внимательность, которая, как черта личности, имеет большое значение в общем психическом облике человека. Тот, кто обладает этим, качеством, отличается наблюдательностью, способностью лучше воспринимать окружающее.

Внимательный человек реагирует на события быстрее и переживает их часто глубже, отличается большей способностью к обучению; круг его интересов, как правило, шире, чем у человека невнимательного. Обладая этим качеством, человек легко сосредоточивается, у него хорошо развито произвольное внимание. Даже при отсутствии интереса к работе внимательный человек может быстро мобилизовать произвольное внимание, заставить себя сосредоточиться на трудном и неинтересном занятии. Внимательность связана с большим развитием свойств внимания: его объема, сосредоточенности, устойчивости, распределения (см. приложение№). Нарушение каждого из перечисленных свойств приводит к отклонениям в поведении и деятельности ребенка.

Обычно причина глобальной невнимательности заключается в ориентации детей на общий смысл текста, фразы, слова, арифметической задачи или выражения - дети схватывают этот смысл и, довольствуясь им, "пренебрегают частностями". В связи с этим главная задача таких занятий: преодоление этого глобального восприятия, попытка научить воспринимать содержание с учетом элементов на фоне смысла целого. Для начала родителям необходимо разобраться в возможных причинах недостаточного внимания школьника. Перечислим наиболее распространенные из них.

4. Упражнение «Причины невнимания подростков».

Далее психолог предлагает родителям следующую схему (на большом ватмане) «Причины недостаточного внимания школьника», в которой необходимо, определить причины недостаточного внимания их ребенка-подростка.



1. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью.

Дети, имеющие подобный диагноз, отличаются избыточной двигательной активностью, импульсивностью, слабой концентрацией внимания, высокой отвлекаемостью. Трудности с организацией их поведения и удержанием внимания, как правило, ярко обнаруживаются задолго до поступления в школу. Ситуация же школьного обучения лишь усугубляет их проблемы.

От родителей таких детей требуется предельное терпение и последовательность в отношениях с ребенком. Они должны осуществлять свою воспитательную практику в тесном контакте с медиками, педагогами и психологами, поскольку дети с синдромом дефицита внимания нуждаются в специальной комплексной коррекционно-развивающей работе.

2. Хронические соматические заболевания, болезненность ребенка.

Дети, имеющие слабое здоровье, отличаются высокой утомляемостью, низкой работоспособностью. Сниженная функция их внимания может быть обусловлена общим ослаблением организма. Такие дети нуждаются в обязательном соблюдении режима, дозировании нагрузок, отдыхе. При соблюдении этих условий, уменьшающих влияние физических и физиологических ограничений, такие дети могут иметь неплохое внимание.

3. Индивидуальные особенности нервной системы.

Свойства высшей нервной деятельности влияют на развитие всех свойств внимания: для учащихся с сильной и подвижной нервной системой более характерно внимание устойчивое, хорошо переключаемое и распределяемое. Учащимся с инертной и слабой нервной системой более свойственно неустойчивое, плохо переключаемое и распределяемое внимание. Зная основные особенности нервной системы ребенка, родители могут помочь ему в развитии таких качеств и навыков внимания, которые поддаются тренировке: навыков поддержания внимания, его переключения и распределения.

4. Переутомление и перегрузки.

Жизнь современного подростка наполнена множеством обязанностей. Обычно рабочий день школьника не ограничивается рамками собственно учебных занятий, а включает в себя посещение разнообразных кружков, секций, студий и пр. (при этом далеко не все из них ребенок посещает по собственному желанию). Нередко график функционирования школьника расписан с утра до вечера столь плотно, что ученик едва-едва успевает подготовить домашнее задание. Времени на полноценный отдых при этом практически не остается, дети плохо высыпаются. Физические, психологические, информационные перегрузки неизбежно приводят к снижению работоспособности, повышению невнимательности и рассеянности детей.

5. Возрастные ограничения в развитии внимания.

В период когда "младшеклассник" становится подростком, мы замечаем, что к нему вернулась прежняя неорганизованность, вновь возникли проблемы с вниманием, ухудшилась успеваемость. Причины невнимательности и рассеянности подростка объяснимы. Далеко не на последнем плане здесь физиологическая перестройка организма, гормональные изменения. Подростку трудно управлять своими эмоциями. У него новые потребности, интересы, не всегда связанные с учебой, новый круг общения. Кто-то из подростков готов выдвигать новые гипотезы, заниматься теоретическими изысканиями и ставить смелые эксперименты.

А в школе приходится заниматься рутинной работой - скучные вычисления, обязательная для чтения литература... Постарайтесь понять своего подростка-школьника и не задавать ему бессмысленные вопросы: "О чем ты только думаешь? Как ты можешь делать такие глупые ошибки?" Для подростка важнее всего познать себя, скорректировать самооценку своих сил и способностей с оценками со стороны значимых для него людей. Если учеба, так или иначе помогает в этом, тогда подросток испытывает к ней интерес, внимание вновь становится концентрированным и устойчивым.

№.6. Недостаточная мотивация выполнения деятельности.

Хорошо известно, что даже маленький ребенок может проявлять завидную внимательность и сосредоточенность, если занимается тем, что ему очень интересно. И если бы детям можно было делать только то, что им нравится, взрослым бы не приходилось

волноваться о развитии внимания школьников. Как правило, речь о невнимательности заходит тогда, когда от них требуется выполнение чего-то малопривлекательного, не очень интересного и недостаточно значимого. Нередко в роли малопривлекательного занятия выступает учебная работа: школьник, невнимательный на уроках в школе или при выполнении домашних учебных заданий, может со вниманием заниматься тем, что с учебой не связано (достаточно долго и сосредоточенно играть, смотреть телевизор, заниматься компьютером и пр.). В этих случаях речь может идти о недостаточном развитии у школьника познавательной учебной мотивации, обеспечивающей его полноценное включение в учебную деятельность. Однако учебные занятия, зачастую действительно рутинные и однообразные, далеко не всегда способны сами по себе пробудить и поддержать познавательную активность ребенка. И тогда на помощь в организации учебной деятельности ребенка и поддержания его внимания к ней приходят другие, непознавательные, мотивы: чувство долга и ответственности, желание получить хорошую отметку, удостоиться похвалы взрослого или избежать наказания и др. Во всех этих случаях речь идет о требовании от ребенка произвольного внимания, т.е. направленности, сосредоточенности на процессе деятельности, осуществляемом сознательно, при помощи волевого усилия.

7. «Советы и рекомендации для родителей».

- Создайте школьнику спокойную обстановку для работы, не допускайте перегрузок и утомления. Сделайте так, чтобы в учении для него было больше увлечения, чем принуждения. Особенно важно всегда начинать приготовление уроков в одно и то же время. Тогда им легче мобилизоваться, настроиться на работу. Установка вырабатывается и на постоянное рабочее место. Причем желательно, чтобы это место было только местом для занятий, а не для игр и дополнительного чтения. Тогда ничто не будет отвлекать его от основного занятия. Нужно тщательно проверять написанное или сделанное и учиться искать свои ошибки.
- Все необходимое для работы всегда должно быть под рукой. Начиная от ручки, бумаги и до таблиц, схем, словарей и т.п. Работать по плану, регулярно делать перерывы в работе.
- В перерывах между сложными видами работы используйте приемы расслабления или двигательную разрядку.
- Развивайте у вашего школьника навыки самоконтроля, самопроверки выполненной работы.
- Выберите специальное время для упражнений, развивающих способность к сосредоточению, концентрации, повышающих устойчивость внимания, умение переключаться.

6. Обсуждение предложенных советов и рекомендаций.

- удалось ли увидеть возможные причины невнимательности ребенка-подростка?
- расширили ли вы знания в этой сфере?
- какие знания возьмете на заметку?

7. Классный руководитель.

Организация внимания школьника на уроке зависит, прежде всего, от учителя. Дома же родителям приходится брать эти функции на себя.

Практические рекомендации по развитию внимания:

1. Сознательно заботясь о развитии внимания ребенка, родитель сам должен быть внимательным к ребенку, проявлять искренний интерес к его занятиям, его жизни. Ведь развитию внимания способствует вовлечение ребенка в любую целенаправленную деятельность.

2. Понаблюдайте, как выполняет ребенок домашние задания. Скорее всего, так: быстренько все написал - и «с плеч долой», а на проверку оказывается, что из-за двух-трех «глупых» ошибок преподаватель вынужден ставить оценку ниже, чем заслуживает ученик. Первое, чему нужно научить ребенка, - проверять свою работу.

Педагоги уверяют, что на проверку написанного должно тратиться такое же количество времени, как и на выполнение самой работы. Да, это скучно и утомительно, но

результат того стоит. Довольно часто ученики говорят: «Я все равно не вижу своих ошибок, зачем же мне тратить зря время?!» Это не повод опускать руки.

Действительно, есть такая особенность, когда «по свежим следам» трудно увидеть описки в своей работе. Значит, написанное нужно отложить, заняться другим предметом, а по прошествии времени вернуться к тому, что делал ранее, и посмотреть на текст как на чужой.

3. Если времени на выжидание нет, например, в школе на диктанте или сочинении, можно использовать другой прием: читать текст задом наперед, то есть сначала последнее слово, потом предпоследнее и так далее. Слова воспринимаются совершенно в новом свете. Однако, чтобы овладеть этим приемом, родителям придется выступить в роли "тренера". Пусть ребенок напишет под вашу диктовку какой-нибудь не очень сложный текст, а затем проверит то, что сделал, по методике от конца к началу. Старайтесь, чтобы следующий диктант был сложнее предыдущего.

Подведение итогов. Педагог предлагает родителям поделиться своими эмоциями и впечатлениями от собрания. Предлагается ответить на вопросы:

- что больше всего запомнилось, что было интересным на собрании,
- была ли полученная информация полезной,
- как собираетесь использовать эту информацию?

Родители высказывают свои пожелания о будущих встречах.

Источники:

1. URL: <http://otebe.info/deti/nevnimatelnyj-rebenok.html> /
2. URL: <http://lyc1561uz.mskobr.ru/files/help-to-be-attentive>
3. URL: <http://adhd-kids>.