

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Кафедра теории и методики физической культуры**

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ  
РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА**

**Выпускная квалификационная работа**  
обучающегося по направлению подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование  
профиль Физическая культура  
заочной формы обучения, группы 02011453  
Москаленко Сергея Валерьевича

Научный руководитель  
к.п.н., доцент Воронков А.В.

**БЕЛГОРОД 2018**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

|  |    |
|--|----|
| Введение.....  | 3  |
| Глава 1. Анализ литературных источников по теме исследования развития<br>внимания у учащихся младших классов .....                 | 6  |
| 1.1.Общая характеристика младшего школьного возраста.....  | 6  |
| 1.2.Виды и свойства внимания и их характеристика.....  | 11 |
| 1.3.Особенности внимания у учащихся младших классов.....   | 16 |
| 1.4.Формы, методы и средства развития произвольного внимания у<br>учащихся младших классов.....                                    | 20 |
| Глава 2. Организация и методика исследования.....  | 25 |
| 2.1. Организация исследования.....   | 25 |
| 2.2. Методы исследования.....  | 26 |
| Глава 3. Опытнo-экспериментальная работа по развитию внимания у<br>учащихся младших классов.....                                   | 31 |
| 3.1. Определение исходного уровня развития произвольного внимания<br>у учащихся младших классов на уроках физической культуры..... | 31 |
| 3.2. Экспериментальные комплексы подвижных игр направленных на<br>развитие произвольного внимания у учащихся младших классов.....  | 35 |
| 3.3. Результаты эксперимента и их анализ (повторное тестирование)....  | 41 |
| Заключение.....  | 45 |
| Список использованной литературы.....  | 48 |
| Приложение.....  | 51 |

## ВВЕДЕНИЕ

Мы часто замечаем за собой, что когда начинаем сосредоточенно работать (слушать, читать книгу или делать задание монотонного характера), то, вдруг, ловим себя на том, что думаем совсем о другом. Без целенаправленного, устойчивого внимания невозможна никакая серьезная работа и запоминание в том числе. Повышенное внимание необходимо на всех этапах работы памяти, особенно на первом этапе - восприятия. Но вряд ли найдется человек, который мог бы сказать: "Я всегда в состоянии управлять своим вниманием". Эта проблема является одной из самых главных в процессе проведения урока и самой сложной с точки зрения научной психологии. Ведь процесс обучения не может протекать успешно, если учащиеся не достаточно сосредоточены, а следовательно необходимые условия любой работы является умение сосредоточиться на определенных объектах и одновременно отвлечься от всего остального.

Известно, что существуют несколько типов восприятия (аудиальный, визуальный, кинестетический). Зная, к какому из типов относится учащийся, помогает учителю в обучении.

Из множества воздействующих на человека раздражителей из окружающего мира, человек воспринимает, в первую очередь те, что вызывают у него интерес или осознаются, как необходимое, важное, значимое. Поэтому одним из условий ускоренного обучения в школе и является развитие активного внимания школьников. Ещё К.Д. Ушинский, подчеркивал роль внимания в обучении, он писал: "... внимание есть именно та дверь, через которую проходит всё, что только входит в душу из внешнего мира" [8].

Давно доказано, что в физическом воспитании деятельность человека направлена на самого себя, на совершенствование своих физических и психических качеств, двигательных действий. Основная цель этой деятельности - это физическое и психическое совершенство, то есть

достижение гармонии в процессе развития личности путем занятий и специальной физической нагрузки. В процессе физического воспитания обучаемый учится регулировать свои действия на основе зрительных, осязательных, мышечно-вестибулярных ощущений и восприятий, у него развивается двигательная память, мышление, воля, способность к саморегуляции психических состояний.

Перед современным учителем физической культуры стоит задача, обеспечить высокий уровень активности учащихся на уроках. Для этого необходимо, чтобы школьники испытывали интерес к занятиям физическими упражнениями, стремились развивать необходимые для этого физические и психические качества и получали удовлетворение от этих уроков. Поэтому проблема развития внимания на современном этапе является актуальной. В связи с этим возникает целый ряд предпосылок для эффективного развития внимания. К таким предпосылкам можно отнести: ведущий вид деятельности младшего школьника - учение, существенно изменяющее мотивы его поведения, открывающее новые источники развития его познавательных и нравственных сил; выдвижение в качестве ведущих познавательных потребностей младшего школьника, а также их взаимосвязь с потребностью во внешних впечатлениях, как основной движущей силы развития психики младшего школьника.

Развитие произвольного внимания у учащихся младших классов, существенно влияет на успешность в их учебной деятельности.

Цель работы: создание условий для развития произвольного внимания у учащихся младших классов, посредством дифференцированного использования комплекса подвижных игр, направленных на развитие разных типов восприятия (аудиального, визуального, кинестетического).

Объектом исследования является процесс формирования внимания у учащихся младших классов.

Предмет исследования - систематическая организация и проведение комплекса подвижных игр, направленных на развитие произвольного внимания на уроках физической культуры.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать психолого-педагогические особенности учащихся младших классов;
2. Изучить особенности внимания у учащихся младшего школьного возраста;
3. Провести диагностику типов восприятия (аудиального, визуального, кинестетического) у учащихся младших классов;
4. Подобрать комплекс подвижных игр направленных на развитие произвольного внимания по типам восприятия у учащихся младших классов, и экспериментально проверить его эффективность.

Подлинный интерес ученика к учебному предмету обуславливается, не столько внешней занимательностью и интересом к содержанию учебного материала, сколько осознанием значимости знаний, которые им сообщает учитель, пусть даже они лишены внешней занимательности, но имеют большое познавательное и практическое значение. Ученики должны привыкать быть внимательными в любом случае, т.е. учиться сознательно управлять своим вниманием.

Поэтому в качестве гипотезы было выдвинуто предложение о том, что систематическая организация и проведение комплекса подвижных игр на уроках физической культуры для различных типов восприятия (аудиального, визуального, кинестетического), приведет к развитию произвольного внимания у учащихся младших классов.

В качестве основных методов диагностики произвольного внимания были выбраны следующие методы:

Анализ литературных источников, наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент.

База исследования: г. Москва, ГБОУ Школа № 2001.

## **Глава 1. Анализ литературных источников по теме исследования развития внимания у учащихся младших классов**

### **1.1. Общая характеристика младшего школьного возраста**

Младший школьный возраст - это период (с 6-7 до 9-11 лет), когда происходит процесс дальнейшего развития индивидуально-психологических и формирования основных социально-нравственных качеств личности. Т.Л. Беркман, Л.И. Божович, В.В. Давыдов, В.С. Мухина, Л.Ф. Обухова, Д.Б. Эльконин и др. рассматривали разные вопросы обучения и воспитания младших школьников [10].

С поступлением в школу изменяется весь строй жизни ребенка, меняется режим, складываются определенные отношения с окружающими людьми, и, прежде всего с учителем. Как правило, младшие школьники выполняют требования учителя беспрекословно, не вступают с ним в споры, что, например, довольно типично для подростка. Они доверчиво воспринимают оценки и поучения учителя, подражают ему в манере рассуждать, в интонациях. Если задание дано на уроке, значит, это нужно, и дети тщательно выполняют его, не задумываясь над назначением своей работы. Послушание младших школьников проявляется, как в поведении - среди них трудно найти злостных нарушителей дисциплины, так и в самом процессе учения - они как должное принимают то, чему и как их учат, не претендуют на самостоятельность и независимость. Причем доверие, послушание, личная тяга к учителю, как правило, проявляются у детей независимо от качеств самого преподавателя. Подобное свойство, отражая определенный этап возрастного развития ребенка, имеет свои сильные и слабые стороны. Такие психические особенности, как доверчивость, исполнительность, являются предпосылкой для успешного обучения и воспитания. Вместе с тем безраздельное подчинение авторитету учителя, бездумное выполнение его указаний могут в дальнейшем отрицательно

сказаться на процессе обучения. В этом возрасте дети с готовностью и интересом овладевают новыми знаниями, умениями и навыками. Пока они только впитывают знания. И этому очень способствует повышенная восприимчивость и впечатлительность младшего школьника. Все новое (книжка с картинками, которую принес учитель, интересный пример, шутка учителя, наглядный материал) вызывает немедленную реакцию.

Очень сильна направленность младшего школьника на внешний мир. Факты, события, детали оставляют у него сильное впечатление. При малейшей возможности учащиеся подбегают ближе к тому, что их заинтересовало, стараются взять незнакомый предмет в руки, фиксируют внимание на его деталях. Дети с удовольствием рассказывают об увиденном, упоминая много подробностей, мало понятных постороннему, но очень, видимо, значительных для них самих.

Важный источник успехов младших школьников в учении их подражательность. Учащиеся повторяют рассуждения учителя, приводят примеры, аналогичные примерам товарищей, и т. п. Такое, порой только внешнее, копирование помогает ребенку в усвоении материала. Но в то же время может привести к поверхностному восприятию некоторых явлений, событий. Детям этого возраста вообще не свойственно задумываться о каких-либо сложностях и трудностях. Н. С. Лейтес приводит такое наблюдение. Ученикам задавали вопросы о том, кто кем хотел бы стать. Ответы были краткими и уверенными: «Я буду изобретателем», «Я буду космонавтом», «Я буду артисткой». Причем обнаружилось, что часть ребят, называя профессию, ничего не знает о ней. Некоторые тут же на уроке меняли свой выбор. Зная названия профессий, и вообразив себя представителями той или иной из них, беседу о выборе профессии они превратили в своеобразную игру [9]. Такое наивное, игровое отношение к познанию позволяет им без особого труда овладевать новым опытом, приобщаться к жизни взрослых.

Все рассмотренные особенности личности младшего школьника, его психическая готовность к обучению, определяются предшествующим

периодом дошкольного воспитания. Поэтому знание анатомо-физиологических и психических особенностей ребенка, поступающего в школу, особенно важно для учителя.

Младший школьный возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса. Суставы детей этого возраста очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Позвоночный столб сохраняет большую подвижность до 8-9 лет.

Мышцы детей младшего возраста имеют тонкие волокна, содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. При этом крупные мышцы конечностей развиты больше, чем мелкие. В этом возрасте почти полностью завершается морфологическое развитие нервной системы, заканчивается рост и структурная дифференциация нервных клеток. Однако функционирование нервной системы характеризуется преобладанием процессов возбуждения [17].

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для развития физических способностей (скоростные и координационные способности, способность длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности).

Что касается психического развития личности, ведущей деятельностью младшего школьника становится учение, появляется новая система отношений со взрослыми, новые обязанности, новые права, именно они объясняют необходимость развития внимания в этом возрасте. В младшем школьном возрасте дети располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование - одна из главных задач возрастной и педагогической психологии. Но прежде чем использовать имеющиеся резервы, необходимо подтянуть детей до нужного уровня готовности к обучению.

Психологами доказано, что обычные дети в младших классах школы вполне способны, если только их правильно обучать, усваивать и более сложный материал, чем тот, который дается по действующей программе обучения. Однако для того чтобы умело использовать имеющиеся у ребенка резервы, необходимо решить предварительно две важные задачи.

Первая из них состоит в том, чтобы как можно быстрее адаптировать детей к работе в школе и дома, научить их учиться, не тратя лишних физических усилий, быть внимательными, усидчивыми. В этой связи учебная программа должна быть составлена таким образом, чтобы вызывать и поддерживать постоянный интерес у учащихся.

Вторая проблема возникает из-за того, что многие дети приходят в школу не только не подготовленными к новым социально-психологическим ролям, но и со значительными индивидуальными различиями в мотивации, знаниях, навыках и умениях, что делает обучение для одних, слишком легким, неинтересным делом. Для других крайне сложным (а следовательно, и не интересным) и только для третьих, которые не всегда составляют большинство, соответствующим их способностям. Возникает необходимость психологического выравнивания детей с точки зрения их готовности к обучению, за счет подтягивания уровня обучения отстающих к хорошо успевающим [5].

Еще одна проблема состоит в том, что углубленная и продуктивная умственная работа требует от детей усидчивости, сдерживания эмоций и регуляции естественной двигательной активности, сосредоточения и поддержания внимания на учебных задачах, а это в начальных классах умеют делать далеко не все дети. Многие из них быстро утомляются, устают.

Особую трудность для детей 6-7 летнего возраста, начинающих обучаться в школе, представляет саморегуляция поведения. Ребенок должен сидеть спокойно во время занятий, не говорить, не ходить, не бегать по школе во время перерыва. Однако в других ситуациях требуется проявления необычной, достаточно сложной и тонкой двигательной активности,

например, при обучении рисовать и писать. Многим первоклассникам явно не хватает силы воли для того, чтобы постоянно удерживать себя в определенном состоянии, управлять собой в течение длительного периода времени [3].

Установлено, что первоклассники могут понять и принять поставленную перед ними задачу, но ее практическое выполнение возможно для них только с опорой на наглядный образец. Учащиеся третьих классов уже сами в состоянии составить план работы над задачей и следовать ему, не опираясь на представленный наглядно образец [16].

Не меньшее значение для интеллектуального развития младших школьников, чем учение и труд, имеет расширение сферы и содержания их общения с окружающими людьми, особенно взрослыми, которые для младших школьников выступают в роли учителей, служат образцами для подражания и основным источником разнообразных знаний. Коллективные формы работы, стимулирующие общение, нигде не являются настолько полезными для общего развития и обязательными для детей, как в младшем школьном возрасте. Иными в этом возрасте становятся и детские игры, они приобретают более совершенные формы, превращаются в развивающие. Изменяется, обогащаясь за счет вновь приобретаемого опыта, их содержание. Индивидуальные предметные игры приобретают конструктивный характер, в них широко используются новые знания, особенно из области естественных наук, а также те знания, которые приобретены детьми на занятиях трудом в школе. Интеллектуализируются групповые, коллективные игры. В этом возрасте важно, чтобы младший школьник был обеспечен достаточным количеством развивающих игр в школе и дома и имел время для занятий ими. Игра в этом возрасте продолжает занимать второе место после учебной деятельности, как ведущей и существенно влияют на развитие детей.

## 1.2. Виды и свойства внимания и их характеристика

"Внимание - это направленность и сосредоточенность сознания, направленные на повышение уровня сенсорной, интеллектуальной и двигательной активности индивида" [2].

Внимание выполняет следующие функции: активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психологические и физиологические процессы, способствует целенаправленному, организованному отбору поступающей информации, обеспечивает длительную сосредоточенность активности на одном и том же объекте.

В психологии внимание подразделяется на три основных вида: произвольное, непроизвольное и послепроизвольное. Это деление внимания на виды производится с точки зрения двух критериев: наличие или отсутствие сознательной цели и волевого усилия.

Для произвольного (активного) внимания характерно наличие сознательной цели и волевого усилия. Оно сознательно направляется и регулируется в соответствии с решаемыми им задачами.

Являясь необходимым условием всякой деятельности, произвольное внимание возникло и совершенствовалось в процессе труда. Оно становилось произвольной внутренней формой регуляции поведения и может рассматриваться, как результат его социальной организации.

В настоящее время произвольное внимание понимается отдельными авторами, как деятельность, подлежащая контролю своим мышлением, поведением, поддержание устойчивой избирательной активности.

И в процессе учебной деятельности школьнику требуется произвольное внимание, четкая постановка цели, организации, сохранения и поддержания внимания на протяжении всей работы [18].

Поддержание устойчивого произвольного внимания у учащихся зависит от ряда условий:

1. Осознание долга и обязанности данной деятельности. Осознание учеником долга хорошо учится, вызывает у него преднамеренное внимание к учебной работе в тех случаях, когда что-то отвлекает его от учения. Большое значение имеет осознание важности, общественной значимости цели деятельности.

2. Отчетливое понимание конкретной задачи выполняемой деятельности. Если учитель ставит конкретную задачу, то в этом случае ученик более внимательно относится к решению поставленной задачи.

3. Привычные условия работы. Если ученик готовит уроки в строго определенное время и на постоянном, привычном месте, если его рабочее место и учебные принадлежности содержатся в порядке, а сам процесс работы хорошо организован, то уже одно это создает установку на произвольное внимание.

4. Возникновение косвенных интересов. Сама деятельность, которую выполняет ученик, может и не вызывать у него непосредственного интереса, но у школьника существует устойчивый интерес к результату деятельности. На этой основе возникает косвенный интерес к деятельности, как средству достижения желаемой цели.

5. Создание благоприятных условий для деятельности, т.е. исключение отрицательно действующих посторонних предметов, раздражителей (телевизионные передачи, громкая музыка, шум, и т.д.). Многие учащиеся могут поддерживать произвольное внимание только в спокойной обстановке, тишине. Но даже если ученик привык работать в неблагоприятной обстановке, при наличии помех, то как показывают специально организованные опыты, он гораздо быстрее утомляется, снижается значительное качество (возрастает число ошибок, поправок) количество учебной работы учащегося.

Разновидность произвольного внимания, является возникающее на его основе послепроизвольное, которое также является преднамеренным и целеустремленным, при этом больше не требует силы воли. Оно управляется

сознательно принятой установкой на решение конкретной задачи, энтузиазмом к процессу решения. Послепроизвольное внимание характеризуется концентрацией и является необходимым условием для успешной деятельности [11].

Выделение из совокупности воздействующих на человека раздражителей того, что становится объектом отражения, во многих случаях осуществляется совсем без намерения и целевой установки. В таком случае говорят о непроизвольном внимании.

Внимание, возникающие без всякого намерения человека, без заранее заданной цели, не требующее волевых усилий, называется непроизвольным вниманием (непреднамеренным, пассивным).

Было бы не правильно предположить, что непроизвольное внимание связано исключительно с показательной человеческой реакцией. Оно также связано с познавательной деятельностью, согласно точки зрения П.Я. Гальперина, непроизвольное внимание также находится под контролем, но контроль за тем, что само бросается в глаза [4].

Непроизвольное внимание является первичным процессом, оно свойственно не только человеку, но и животным, осуществляется при помощи наследственных нервных механизмов.

К особенностям, действующих на человека раздражителей относятся следующие:

1. Сила и неожиданность раздражителя.
2. Новизна, необычность, контрастность раздражителя.
3. Подвижность объекта, а также начало или наоборот прекращение действия раздражителя. Привлечь внимание учеников может учитель не только резким повышением голоса, но и внезапной паузой.

Послепроизвольное внимание возникает в тех случаях, когда происходящее не сразу заинтересовало человека. Если в начале человек использовал значительные волевые усилия, чтобы сосредоточить сознание на выполнении этой деятельности, а когда появился интерес, уже не требуется

дополнительных волевых усилий для дальнейшего поддержания внимания. Внимание удерживается непроизвольно (само собой).

Важно отметить, что внимание, направленное на внешние раздражители, называют внешним. Внешнее внимание выражается в настороженности, бдительности, готовности к действию. Оно связано с возникновением у человека состояния оперативного покоя, организуемого по механизму доминанты: двигательная заторможенность, понижение чувствительности к незначимым в данный момент раздражителю и полное сосредоточение внимания на значимом раздражителе. Внутреннее внимание выражается в том, что человек сосредотачивается на собственных мыслях, ощущениях, переживаниях, движениях, о своем состоянии углубленности и собранности.

Внешнее и внутреннее внимание тормозят друг друга. Человеку трудно одновременно быть сосредоточенным на внешних и внутренних раздражителях, поэтому всегда трудно, например, одновременно следить за объяснениями правил, необходимых для исполнения какого-либо физического упражнения, и выполнять его, самостоятельно контролируя правильность выполняемых движений.

Внимание у одного и того же человека, но в различное время и в различных условиях отличается, зависит от протекания психических процессов, а также самой деятельности [3].

Большое значение имеют так же и тренировки в определенном виде деятельности, которые постепенно повышают работоспособность соответствующего комплекса нервных клеток головного мозга. Систематические трудовые усилия формируют привычное внимание, отличающееся определенной силой и устойчивостью.

Концентрация - это сосредоточение внимания на определенном объекте. Высокая концентрация внимания способствует углубленному изучению объекта [29].

Объем внимания определяется числом объектов, которые одновременно могут быть в поле внимания. Благодаря этому свойству обеспечивается быстрое и глубокое понимание целого.

В центре внимания человека только одна основная деятельность, другие занимают малую часть внимания, они находятся не в центре внимания, а на его периферии [1].

Младшие школьники плохо распределяют внимание, они ещё не умеют этого делать, у них нет опыта, поэтому не следует заставлять ученика одновременно выполнять два дела сразу, или при выполнении одного дела отвлекать внимание ребенка на другое. Но постепенно надо приучать школьника к распределению своего внимания, ставить его в такие условия, где это необходимо.

Динамичность внимания характеризуется его устойчивостью, переключение и колебание.

Устойчивость внимания — продолжительность времени, в течение которого учащийся может поддерживать свое внимание на объекте. Оно особенно нужно в условиях однообразной и монотонной работы, когда длительное время выполняются сложные, но однотипные действия.

Колебание внимания - это его периодическое ослабление с последующим усилением. Колебание внимания объясняется тем фактом, что при повторном просмотре даже хорошо известного материала всегда обнаруживается что-то новое.

Переключение внимания — это сознательный перенос внимания с одного объекта на другой. Непроизвольное переключение внимания называется отвлечением. Такое произвольное переключение внимания называют рассеянностью. Существуют два вида рассеянности.

Первый вид рассеянности - это частая произвольная отвлекаемость от основной деятельности. Рассеянность этого типа у школьников проявляется в отвлечении внимания ученика на предметы, явления или

собственные мысли, которые имеют отношения к занятиям в классе. Подобная рассеянность - результат плохого воспитания.

Второй вид рассеянности - следствие чрезмерной сосредоточенности человека на работе, когда он, кроме своей работы, ничего не замечает и порой не отдает себе отчета в окружающих событиях.

Учитывая индивидуальные особенности внимания, зная, какие его свойства у учащихся сильнее или слабее развиты, учитель может лучше руководить учащимися на уроках физической культуры, подбирать соответствующие условия и игры для поддержания его устойчивости и развития.

### **1.3. Особенности внимания у учащихся младших классов**

Преобладающим видом внимания младшего школьника на первых порах является непроизвольное внимание, физиологической основой которого служит ориентировочный рефлекс. Реакция на все новое, яркое, необычное очень сильна в этом возрасте. Ребенок ещё не может управлять своим вниманием и часто оказывается во власти внешних впечатлений. Даже при сосредоточении внимания учащиеся не замечают главного, существенного. Это объясняется особенностями их мышления. Наглядно-образный характер мыслительной деятельности приводит к тому, что учащиеся все свое внимание направляют на отдельные, бросающиеся в глаза предметы или их признаки. Возникающие в сознании детей образы, представления вызывают сильные переживания, которые оказывают тормозное влияние на мыслительную деятельность. Поэтому если суть предмета не находится на поверхности, если она замаскирована, то младшие школьники на первых порах не замечают её. С развитием и совершенствованием мышления младшие школьники все в большей степени становятся способными сосредоточить свое внимание на главном, основном, существенном.

Внимание младшего школьника тесно связано с мыслительной деятельностью - учащиеся не могут фокусировать свое внимание на неясном, непонятном. Они быстро отвлекаются и начинают заниматься другими делами. Необходимо трудное, не понятное, сделать для учащихся простым и доступным, развивать волевое усилие, а вместе с ним и произвольное внимание. Развитие произвольного внимания в первые годы обучения происходит довольно интенсивно, если руководить этим процессом. Большое значение имеет развитие у учащихся умения работать целенаправленно. Первоначально цель перед учениками ставят взрослые (родители, учителя) и оказывают помощь детям в её достижении.

Высшей ступенью произвольного внимания является способность ученика самостоятельно выполнять поставленные задачи. Развитие произвольного внимания у детей идет в направлении от выполнения целей, которые ставят взрослые, к целям, которые ставит сам ученик, контролирующей ход их выполнения [6].

Развитие произвольного внимания тесно связано с развитием ответственности у младших школьников за усвоение знаний. Учащиеся с ответственным отношением к учению умеют заставить себя внимательно выполнять любое задание, как интересное, так и неинтересное. Ученики без чувства ответственности внимательно работают только с интересным материалом. Вот почему важно воспитывать у учащихся чувство ответственности.

На протяжении младшего школьного возраста развивается и непроизвольное внимание. Огромную роль играет доминирующий очаг возбуждений. Ребенок быстро реагирует на то, что его интересует, что связано с его потребностями. Если ребенок увлекся чтением книги, то непроизвольное внимание его будет очень устойчивым, что связано с возникновением стойкого доминирующего очага возбуждения в коре головного мозга ребенка. Вот почему очень важно воспитывать познавательные интересы и потребности [12].

Внимание младшего школьника отличается большой неустойчивостью, легкой отвлекаемостью. Неустойчивость внимания объясняется тем, что у младшего школьника преобладает возбуждение над торможением. Внимание может отвлекаться по различным причинам, например из-за новизны обстановки, в силу действия ориентировочного рефлекса, при неправильном использовании наглядных пособий и т.д. Одним и тем же видом деятельности младший школьник может заниматься весьма непродолжительное время в связи с быстрым наступлением утомления, запредельного торможения. Поэтому учитель должен разнообразить виды деятельности учащихся.

Образ жизни младшего школьника приучает детей к длительным умственным напряжениям. Малыши очень подвижны и играют только в интересное. А для того чтобы развить то или иное качество, необходимо создать соответствующие условия. Такими условиями для развития внимания у учащихся является работа на уроке, дома, общественная работа, работа в кружках. Учитель учит детей управлять собой, тормозить свои чувства. Ребенок приучается сохранять рабочую позу. Так постепенно развивается устойчивость внимания.

Одной из особенностей внимания, которую также необходимо учитывать педагогу, является то, что младшие школьники не умеют быстро переключать свое внимание с одного объекта на другой. Постепенно, при правильной организации учебного процесса совершенствуется и данное качество внимания младших школьников: при необходимости учащиеся свободно переходят от одних действий к другим. Учителю, работающему в младших классах, важно уметь поддерживать и развивать внимание учащихся на уроке.

Внимание учащихся бывает достаточно сосредоточенным и устойчивым тогда, когда учащиеся полностью заняты работой, когда эта работа требует от них максимума умственной и двигательной активности. Если учащиеся рассматривают предметы, явления и при этом имеют

возможность действовать с ними, то в таком случае они очень внимательны. Анализ, сравнение предметов, выделение существенных признаков, нахождение главного, основного в читаемом материале, классификация предметов по группам, установление причинно-следственных связей между предметами и явлениями, а также другие виды мыслительной деятельности невозможны без глубокого сосредоточения внимания на соответствующих предметах, явлениях. Активная мыслительная деятельность требует максимума внимания.

Внимание теснейшим образом связано с эмоциями и чувствами детей. Всё то, что вызывает у них сильные переживания, привлекает их внимание. Младшие школьники с огромным вниманием слушают занимательный рассказ учителя и не отвлекаются в течение довольно длительного времени. Большое влияние на внимание оказывают интересы и потребности учащихся. То, что их увлекает, связано с их интересами и потребностями, как бы само собой привлекает их внимание. В физиологическом плане это объясняется влиянием доминирующего очага возбуждения.

Особенно внимательными учащиеся бывают в процессе творческой деятельности, так как здесь воедино сливаются мышление, чувства и воля.

На основании вышеизложенного можно выделить следующие особенности внимания младших школьников:

- преобладание на первых этапах обучения непроизвольного внимания;
- неустойчивость внимания;
- легкая отвлекаемость от работы, трудность сосредоточения на материале, лишенном привлекательности;
- узкий объем внимания, слабое распределение внимания между несколькими видами деятельности, объектами внимания;
- необходимость организации и поддержки со стороны учителя.

Все эти особенности создают затруднения при усвоении учащимися учебного материала, снижают эффективность процесса обучения, а это не

выгодно ни ученикам, ни учителю. Значит, необходимо проводить систематическую работу по развитию внимания младших школьников.

#### **1.4. Формы, методы и средства развития произвольного внимания младших школьников**

Развитие внимания - избирательная направленность восприятия на тот или иной объект или процесс, с целью его усовершенствования.

Процесс обучения ставит ребенка в условия требующие от него постоянных упражнений в развитии произвольного внимания, волевых усилий для сосредоточения. Активная деятельность на уроке, четкая организация его учителем - необходимое условие совершенствования внимания [5].

Внимание развивается не в результате отдельных мероприятий, не путем применения отдельных приемов, а всей учебной и воспитательной работы. Успешное воспитание зависит от следующих основных условий:

1. Воспитание произвольного внимания сводится к воспитанию чувства ответственности и к тренировке волевого усилия. У ученика необходимо постепенно и настойчиво воспитывать стремление добиваться цели, непременно достичь намеченных планов. Требовать, чтобы ученик всегда, в любой деятельности, при выполнении любой работы, даже если она привычна, легка, хорошо освоена, был внимательным. Только в этом случае будет воспитана привычка быть внимательным.

2. Воспитание привычки быть внимательным способствует четкой организации урока. Рабочие ритмы урока, динамическое ведение занятий, яркость и новизна изложения, выразительность речи преподавателя, сочетание эмоциональности и логичности изложения создают установку быть внимательными. Надо помнить, что однообразная монотонная работа быстро утомляет, с чем связано отвлечение внимания.

3. Необходимо создавать условия для активной, самостоятельной работы. Выполняемая работа должна быть посильной для учащихся, не чрезмерно трудной и сложной, но и не очень простой. Невыполнение этих условий ведет к снижению внимания.

4. К.Д.Ушинский писал: "... сделав интересным свой урок, вы можете не бояться что дети будут скучать, но надо знать, что не всё может быть внимательным в учении, а непременно есть и скучные вещи. Надо чтобы ребенок умел делать не только то, что его занимает, но и то, что не занимает, - делать ради удовольствия, а также выполнить свою обязанность" [14].

5. Важно упражнять произвольное внимание младших школьников, воспитывая их наблюдательность. Учить школьников ориентироваться на улице, соблюдая правила уличного движения.

6. Педагогу следует знать индивидуальные особенности внимания каждого ученика. Только тогда можно ставить определенные задачи по воспитанию внимания и устранению определенных недочетов у каждого ребенка. Надо знать причины, породившие недостатки внимания, и постараться устранить их.

Огромным потенциалом для развития внимания младших школьников является физическая культура. Существует много путей и способов развития внимания учащихся на уроках физической культуры: правильная постановка задач на уроке, создание положительного эмоционально - психологического климата на уроке, устранение ненужных пауз и т.п.

Эмоциональный фон является важным фактором урока. Он возникает с момента ожидания учащимися начала урока и далее существует на всем его протяжении. При этом эмоциональный настрой может меняться по ходу урока в зависимости от самочувствия учащихся, проявляемого интереса к выполняемым упражнениям, в связи с оценкой их деятельности. Однако имеется и ряд других факторов, повышающих внимание учащихся на уроке.

Собранность учителя, краткость и четкость его команд и замечаний, бодрость тона его речи, все это настраивает учащихся на деловой лад.

Использование соревновательного и игрового метода, вызывают эмоциональный отклик у учащихся младшего школьного возраста. Игра является привычной формой деятельности на уроке [13].

Для младшего школьного возраста характерна яркость и непосредственность восприятия. Ребята действуют по игровым правилам. В игровой модели учебного процесса создание проблемной ситуации проживается участниками в его игровом воплощении, основу деятельности составляет игровое моделирование, часть деятельности учащихся происходит в условно - игровом плане. Игровая обстановка трансформирует и позицию учителя, который балансирует между ролью организатора, помощника и соучастника общего действия.

Игровая технология строится, как целостное образование, охватывающая определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, персонажем. В неё включаются последовательно игры и упражнения, способствующие развитию внимания у детей.

Игровая форма занятий создается на уроках при помощи игровых приемов и ситуаций, которая выступает, как средство побуждения, стимулирования учащихся к учебной деятельности.

Игра - это привычная форма занятий для школьников. Для детей младшего школьного возраста это не только развлечение, но и способ развития (возрастная особенность). На уроках с младшими школьниками важно использовать сюжетные игры, при этом учитель, создавая определенный игровой сюжет деятельности для учеников, включает в содержание урока программный учебный материал. Применяя такой метод, учитель сам должен стать участником игры, поверить в реальность создаваемых им образов и выполнять соответствующую сюжету роль. С повышением возраста школьников следует использовать игры, отличающиеся все большей реалистичностью. Это могут быть разнообразные

спортивные игры, вначале с упрощенными правилами и условиями выполнения, затем полностью соответствующие реальным требованиям.

Нужно применять разнообразные формы и методы при проведении занятий на уроках, так как однообразная физическая деятельность приводит к развитию неблагоприятных психических состояний, таких как: монотония, психическое пресыщение.

Существует множество способов разнообразить средства и методы проведения уроков; использовать фронтальную, групповую или круговую организацию занятий; включать различные новые физические упражнения (например, для развития одного и того же физического качества можно использовать разные по содержанию упражнения); менять обстановку, условия урока (переход из спортивного зала на воздух, музыкальное сопровождение ходьбы, бега) [15].

При выполнении учениками учебного задания:

1. Выбирать оптимальный темп работы для данной группы учеников. Низкий темп расхолаживает, рассредоточивает внимание, высокий - не дает времени сосредоточиться, может вызывать утомление, что тоже приводит к снижению интенсивности внимания.

2. Планировать оптимальный объем работы на урок. Слишком большой объем порождает рассеянность, создает условия для формирования неустойчивого внимания как следствие однообразия или утомления, а слишком малый объем - неполную загрузку и появление пауз вследствие отвлечения учеников.

3. Вводить соревновательные элементы или игры в процесс урока. При этом необходимо помнить, что сильное эмоциональное возбуждение мешает сосредоточить внимание на технической части упражнения, поэтому использовать упражнения, доставляющие детям радость, удовольствие, перед разучиванием техники движений нецелесообразно.

4. Стимулировать внимание учеников в отдельные моменты урока, подчеркивая важность выполняемых действий.

5. Постепенно раскрывать в разучиваемом упражнении все новые и новые нюансы. Показывать различные варианты выполнения данного упражнения.

6. Заранее организовать место для занятия, чтобы не возникали потери времени на поиск спортивного инвентаря, организацию рабочего места (подготовку гимнастического снаряда и т.д.).

Поскольку внимание проявляется в деятельности, внимательность формируют и развивают только в процессе деятельности. Особое значение имеет развитие произвольного внимания, которое возможно только при наличии волевых усилий. В данном случае развитие волевых качеств означает и развитие внимания. Следовательно, деятельность должна быть такой, чтобы побуждать учащихся к проявлению и развитию волевых качеств [7].

## Глава 2. Организация и методика исследования

### 2.1. Организация исследования

Педагогический эксперимент, определяющий эффективность применения комплексов подвижных игр для развития произвольного внимания у учащихся младших классов, проводился в течение пяти месяцев, на базе ГБОУ Школа №2001 г. Москва.

Педагогический эксперимент состоял из трех взаимосвязанных этапов.

1. Подготовительный этап (сентябрь 2017г). Этот этап носил констатирующий характер и был посвящен анализу особенности произвольного внимания у учащихся младших классов. Вместе с этим формировались и уточнялись цель, задачи, гипотеза исследования, определялись методы педагогического контроля, этапы педагогического эксперимента.

Разрабатывались комплексы подвижных игр для развития произвольного внимания, посредством ведущего типа восприятия.

2. Основной этап (октябрь 2017г. - декабрь 2017г.). Имел формирующую направленность и предопределял проведение педагогического эксперимента. На этом этапе был выбран 3"Б" класс, в котором будет проводиться педагогический эксперимент. В классе 22 человека, 12 мальчиков и 10 девочек. В классе было проведено предварительное тестирование на ведущий тип восприятия, а также тестирование начального уровня произвольного внимания до педагогического эксперимента.

3. Заключительный этап (январь 2018г). Имел обобщающий характер. В нем осуществлялась оценка эффективности комплекса подвижных игр направленного на развитие произвольного внимания у учащихся младших классов на уроках физической культуры. На этом этапе проводились итоговое тестирование, по результатам которого осуществлен сравнительный

анализ полученных данных и сделаны заключительные выводы, о целесообразности применения в учебном процессе комплекса подвижных игр, направленных на развитие внимания у учащихся младшего школьного возраста.

## **2.2. Методы исследования**

Для решения задач по организации исследования применялись следующие методы:

### **1. Теоретический анализ литературы.**

Анализ литературных источников заключается в изучении отечественной и зарубежной научно - методической и специальной литературы. Изучение литературы необходимо для более полного определения общих теоретических позиций, а также выявления научной разработанности данной проблемы. Полученные сведения позволили определить рабочую гипотезу, цель исследования, задачи, методы, а также разработать экспериментальную методику, направленную на развитие произвольного внимания у учащихся младших классов на уроках физической культуры.

### **2. Педагогическое наблюдение.**

В процессе эксперимента проводили непосредственное педагогическое наблюдение за учащимися младших классов. Наблюдали за тем, как внимательно учащиеся реагируют на различные команды и действия учителя. Педагогическое наблюдение помогло определить средства, методы для эффективного повышения произвольного внимания посредством ведущего типа восприятия с учетом особенностей внимания у учащихся младших классов.

3. Тестирования проводили в начале педагогического эксперимента для определения ведущего типа деятельности, а также в начале и конце

педагогического эксперимента для определения уровня развития произвольного внимания у учащихся младших классов.

### Тест № 1

«Видеть, слышать или ощущать?»

(направлен на определение ведущего типа восприятия)

Цель: выявить у учащихся 3 "Б" класса ведущий тип восприятия.

Оборудование: ручки, листы.

Задание: Каждому учащемуся дается тест с вопросами, которые нужно прочитайте предлагаемые утверждения. Поставьте знак "+", если Вы согласны с данным утверждением, и знак "-", если не согласны.

Обработка результатов: результаты теста обрабатываются с помощью проверки сданных листков, а затем выставляются количество положительных ответов, которые заносятся в таблицу 2.1.

Таблица 2.1.

Пример таблицы для оценки теста «Видеть, слышать или ощущать?».

| № | Ф.И. | Аудиал<br>(+) | Визуал<br>(+) | Кинестет<br>(+) | Уровень<br>ведущего типа<br>восприятия | Ведущий<br>тип<br>восприятия |
|---|------|---------------|---------------|-----------------|--|------------------------------|
|   |      |               |               |                 |  |                              |
|   |      |               |               |                 |  |                              |
|   |      |               |               |                 |  |                              |

### Тест № 2

"Найди отличия"

(направлен на распределение и переключение активного внимания)

Цель: выявить у учащихся 3 "Б" класса способность распределять и переключать произвольное внимание.

Оборудование: ручки, листы, 2 разные картинки, секундомер.

Задание 1: Каждому учащемуся дается одновременно сначала по одной картинке, которую они рассматривают в течение 3 минут, при этом запоминая каждую деталь этой картинки.

Задание 2: После просмотра одной картинки, они по команде переворачивают её рисунком вниз, им дается еще одна картинка которую они тоже рассматривают в течение 3 минут. Затем уже на заранее заготовленных листиках они ищут отличия, при этом пользуясь только 1-ой картинкой в течение 2 минут.

Обработка результатов: результаты теста обрабатываются с помощью проверки сданных листков, а затем выставляются баллы, которые заносятся в таблицу 2.2.

Таблица 2.2.

Пример таблицы для оценки теста «Найди отличия».

| № | Ф.И. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | Сумма баллов |
|---|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--------------|
|   |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |              |
|   |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |              |
|   |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |              |

## Тест № 3

## "Ход конем"

(направлен на выявление устойчивости произвольного внимания)

Цель: выявить устойчивость и переключаемость внимания.

Оборудование: картинки, листы, ручки, секундомер.

Задание: За минимальное количество времени прочесть и разгадать загадку. Максимально на весь тест дается 2 минуты времени.

Условие: Молча выполнить задание и поднять руку, при этом учитель фиксирует время каждого учащегося.

До 1 минуты - 10 баллов

От 1 минуты до 1 минуты 30 секунд - 5 баллов

От 1 минуты 30 секунд до 2 минут - 3 балла

Обработка результатов: каждое время оценивается определенным количеством баллов и заносится в таблицу 2.3.

Таблица 2.3.

Пример таблицы для оценки теста «Ход конем».

| № | Ф.И. | 1 мин. | 1 мин. - 1 мин<br>30 сек | 1 мин. 30сек-2мин. | Сумма баллов |
|---|------|--------|--------------------------|--------------------|--------------|
|   |      |        |                          |                    |              |
|   |      |        |                          |                    |              |
|   |      |        |                          |                    |              |

Результаты психологического тестирования были обработаны с помощью непараметрического критерия, критерия Вилкоксона [2]. Условное обозначение этого критерия –  $z$ . Он применяется в тех случаях, когда необходимо сравнить различия между парными вариантами, составляющими две выборки. Парных вариант должно быть не меньше шести. Из критериев, с помощью которых можно решить подобные задачи, критерий Вилкоксона является наиболее статистически мощным, а по конструкции сравнительно простым. В ходе обработки результатов с помощью критерия Вилкоксона мы выполняли следующие операции:

- начертить сетку таблицы;
- внести в графы начальные и конечные показатели тестирования каждого испытуемого;
- вычислить разницу между начальными и конечными результатами тестирования, сохраняя при этом соответствующий знак («+» или «-»);
- провести ранжирование всех показателей разницы, начиная с наименьшего и кончая наибольшим. При этом учитываются лишь абсолютные значения разницы, т.е. чем больше разность, независимо от ее знака, тем больше должен быть ранг. Если в сравниваемой паре значения показателей равны, т.е. разница равна нулю, то они выпадают из дальнейших расчетов, и все вычисления должны производиться из оставшихся пар. Если

несколько показателей разницы имеют одинаковые значения (например, -1, -1, и 1), то каждому из них присваивается средний ранг, высчитываемый по правилу средней арифметической величины  $(1+2+3) / 3 = 2$ ;

- высчитать суммы рангов отдельно для отрицательных и положительных значений разницы;

- высчитать суммы всех рангов. Проверить высчитанную сумму по формуле  $n(n + 1)/2$ ;

- определить табличный критерий  $z$  для уровня значимости 0,05 и числа сравниваемых пар по таблице «Значения критерия Вилкоксона» [4, с. 196];

- сравнить наименьшую сумму рангов с табличным значением критерия  $z$  (для 22 испытуемых  $z = 24$ ).

Разница считается достоверной, если табличное значение критерия больше полученной в исследовании меньшей суммы рангов.

Результаты математической обработки представлены в приложении 5.

### **Глава 3. Опытнo - экспериментальная работа по развитию внимания у учащихся младших классов**

#### **3.1. Определение исходного уровня развития произвольного внимания у учащихся младших классов на уроках физической культуры**

Эксперимент проводилось на базе ГБОУ Школа № 2001 г. Москва. Для проведения практической работы был выбран 3"Б" класс. В классе 22 человека, 12 мальчиков и 10 девочек.

Исследования проводится в 4 этапа:

1. Анализ литературы по данной теме, подбор диагностик на выявление уровня произвольного (активного) внимания.

2. Выявление типов восприятия с помощью диагностики С. Ефремцева (приложение А).

3. Систематическая организация и проведение комплексов подвижных игр на уроках физической культуры, задачей которой является развитие произвольного внимания.

4. Выявление уровня сформированности произвольного внимания в сравнении с начальным, до эксперимента, и его изменение после эксперимента (приложение Б,В,Г).

Результаты первичной диагностики типов восприятия по С. Ефремцеву [26] обрабатываются по следующей схеме:

• Визуальный канал восприятия: 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45. (В)

• Аудиальный канал восприятия: 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48. (А)

• Кинестетический канал восприятия: 3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47. (К)

Уровни перцептивной модальности (ведущего типа восприятия) :

• 13 и более – высокий (В)

- 8-12 – средний (С)
- 7 и менее – низкий (Н)

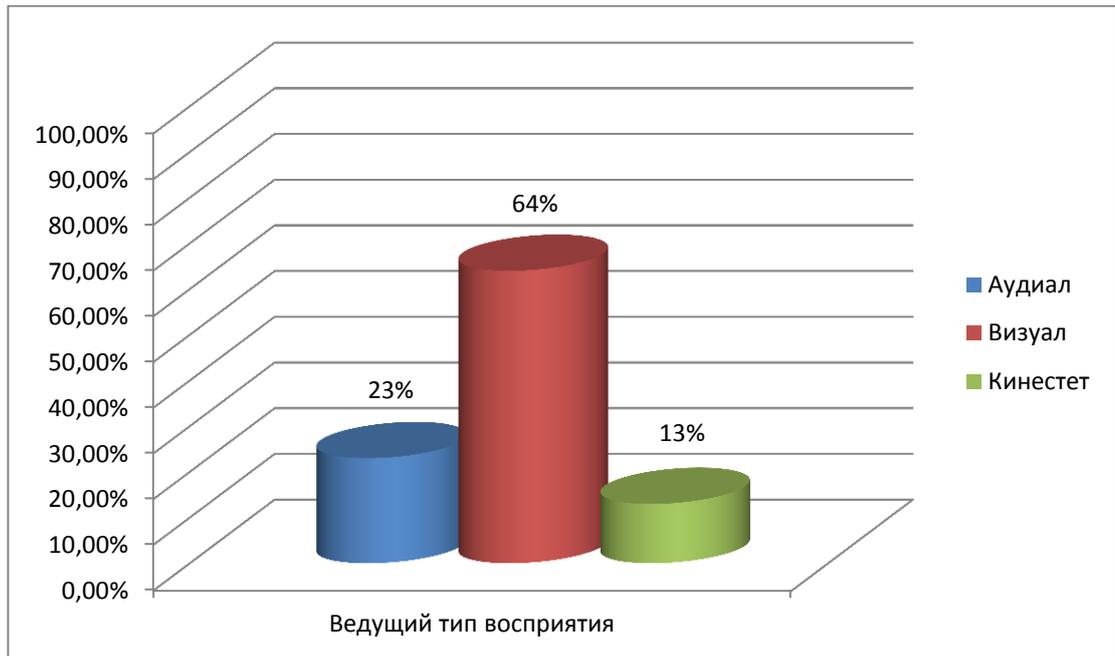


Рис. 3.1. Диаграмма ведущего типа восприятия

По результатам диагностики ведущего типа восприятия, анализируя полученные данные, показанные на рисунке 3.1. выяснилось, что

Аудиалов - 5 человек 23%

Визуалов - 14 человек 64%

Кинестетов - 3 человека 13%

Вывод: из 22 учащихся класса, преобладающее большинство учащихся с визуальным ведущим типом восприятия, их процент составляет больше половины класса.

Тест № 1.

«Видеть, слышать или ощущать?»

(направлен на определение уровня ведущего типа восприятия)

Цель: выявить у учащихся 3 "Б" класса ведущий тип восприятия.

Оборудование: ручки, листы.

Задание: Каждому учащемуся дается тест с вопросами, которые нужно прочитайте предлагаемые утверждения. Поставьте знак "+", если Вы согласны с данным утверждением, и знак "-", если не согласны.

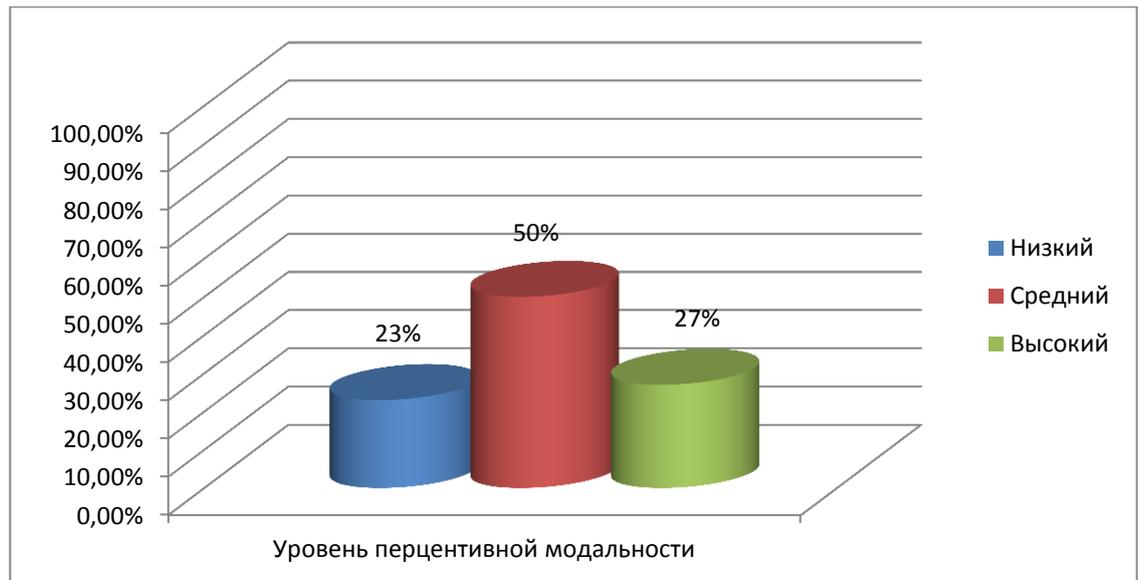


Рис. 3.2. Диаграмма уровня перцептивной модальности

По результатам тестирования, показанным на рисунке 3.2., можно проанализировать полученные данные перцептивного уровня модальности.

Анализ перцептивной модальности:

Низкий - 5 человек 23%

Средний - 11 человек 50%

Высокий - 6 человека 27%

Вывод: в данном классе количество учащихся по уровню ведущего типа восприятия различны, требуются комплексы подвижных игр для развития произвольного внимания учитывая особенности всех типов восприятия.

Тест № 2

"Найди отличия"

(на распределение и переключение внимания)

Цель: выявить у учащихся 3"Б" класса способность распределять и переключать произвольное внимание.

Оборудование: ручки, листы, 2 разные картинки, секундомер.

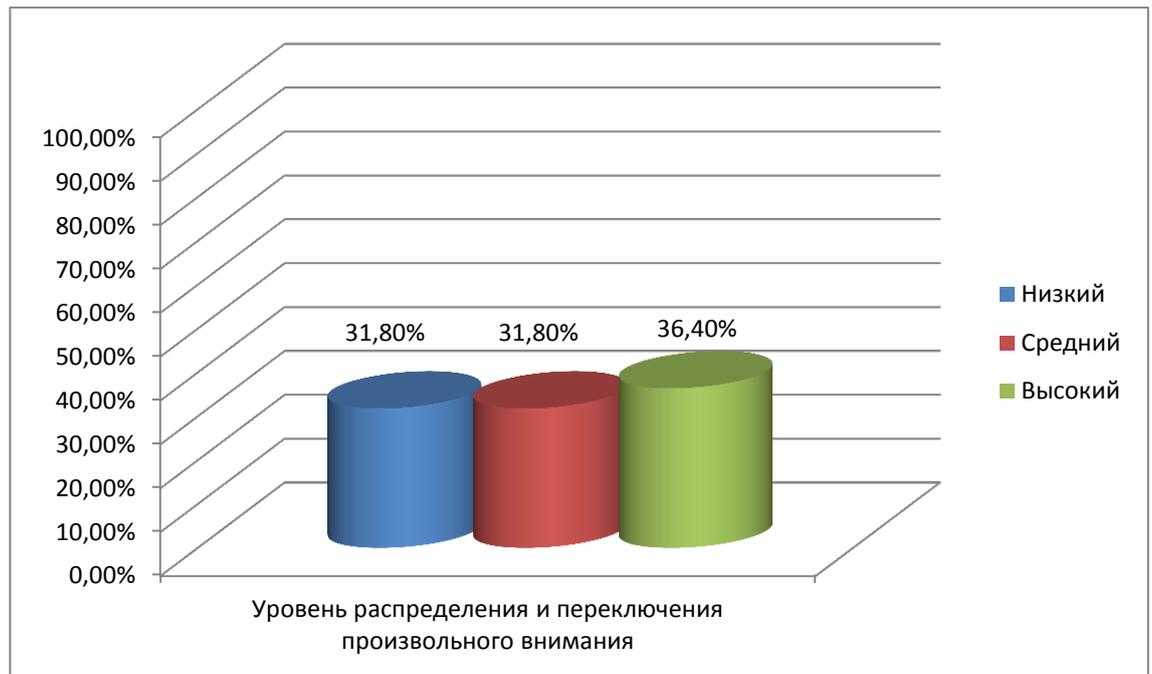


Рис. 3.3. Диаграмма начального уровня распределения и переключения произвольного внимания

От 1-4 отличий низкий уровень Н

От 5-6 отличий средний уровень С

От 7-9 отличий высокий уровень В

Анализ уровня распределения и переключения внимания отображенного на рисунке 3.3.

Низкий - 7 человек 31,8 %

Средний - 7 человек 31,8 %

Высокий - 8 человек 36,4 %

Вывод: у большинства класса уровень внимания высокий и он составил 36,4 %, среднее и низкое внимание у остальной части класса одинаково и составило 31,8 %.

Тест № 3

"Ход конем"

(на выявление устойчивости произвольного внимания)

Цель: выявить устойчивость и переключаемость внимания.

Оборудование: картинки, листы, ручки, секундомер.

Результаты тестирования внесены в таблицу.

До 1 минуты - 10 баллов высокий уровень В.

От 1 минуты до 1 минуты 30 секунд - 5 баллов средний уровень С.

От 1 минуты 30 секунд до 2 минут - 3 балла низкий уровень Н

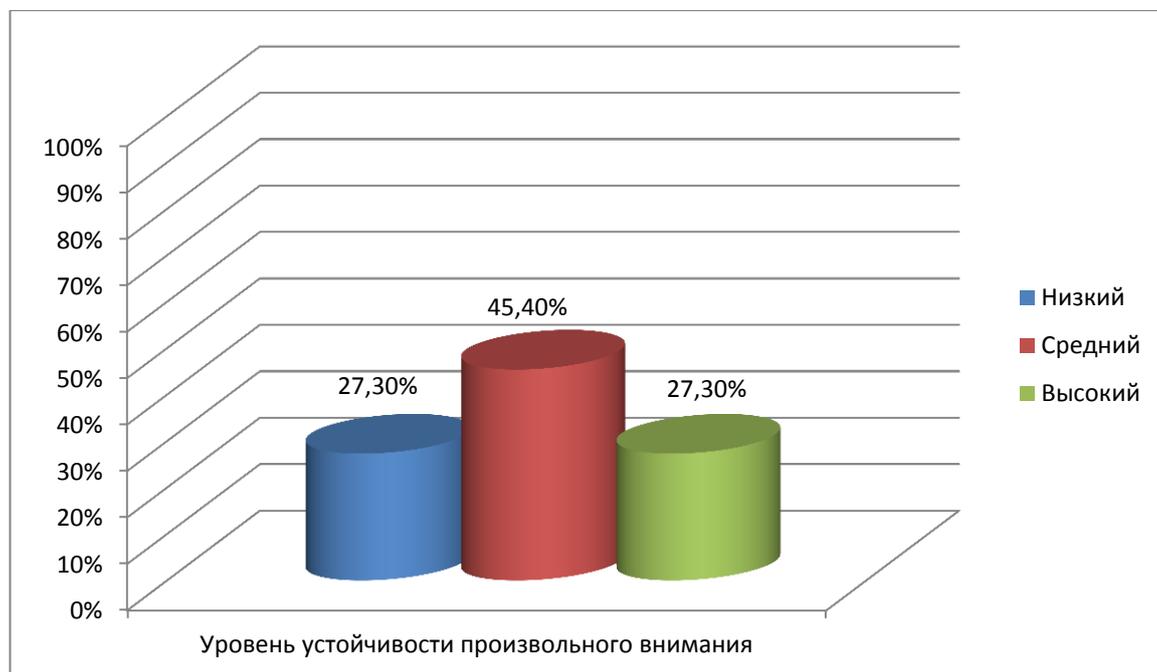


Рис. 3.4. Диаграмма уровня устойчивости произвольного внимания

Анализ уровня устойчивости произвольного внимания отображенного на рисунке 3.4.

Высокий - 6 человек 27,3 %

Средний - 10 человек 45,4 %

Низкий - 6 человек 27,3 %

Вывод: в целом по классу наблюдается средний уровень устойчивости произвольного внимания и он составляет 45,4 %, с высоким и низким уровнем устойчивости произвольного внимания 27,3 % класса.

### **3.2. Экспериментальные комплексы подвижных игр направленных на развитие произвольного внимания у учащихся младших классов**

Педагогический эксперимент по развитию произвольного внимания у учащихся младших классов проводился на протяжении 6 недель на уроках физической культуры. Созданные комплексы включают по 3 игры на

развитие произвольного внимания, посредством ведущего типа восприятия у учащихся младших классов. Комплексы подвижных игр применялись на каждом уроке по очереди, 3 раза в неделю по 10-12 минут урочного времени. Игры из комплексов использовались в подготовительной, основной и заключительной части урока. Игры имеют цель развить произвольное внимание у учащихся младших классов с различным типом восприятия. Ведущими в этих играх являются учащиеся с другим типом восприятия, отличным от цели игры.

В данных комплексах прослеживается дифференцированный подход к проведению подвижных игр, посредством смены ведущего, смены места проведения, усложнения правил игры.

Комплексы подвижных игр.

Комплекс №1

1. Название игры: "Руки вверх"

Место проведения: спортивная площадка, спортивный зал.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством аудиального типа восприятия.

Содержание игры:

Игроки встают в круг. Ведущий ходит внутри круга, и остановившись перед кем-нибудь говорит ему громко: "Руки вверх!" Тот, к кому он обратился, должен стоять спокойно, а его сосед должен быстро поднять руки: сосед справа - левую, а сосед слева - правую. Кто ошибается, тот сменяет ведущего.

2. Название игры: "Шишки, желуди, орехи"

Место проведения: спортивная площадка.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством визуального типа восприятия.

Содержание игры:

Играющие рассчитываются на шишки, желуди, орехи, взявшись за руки, образуют соответственно 3 круга. Один участник стоит в кругу.

Ведущий в разброс говорит название кругов. Участники названного круга должны поменяться между собой по часовой стрелке. Тот, кто в кругу должен стать на свободное место. Кто остается без места, тот становится в круг.

3. Название игры: "Путаница".

Место проведения: спортивный зал или спортивная площадка.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством кинестетического типа восприятия.

Содержание игры:

Выбирается ведущим и перед началом игры отворачивается. Остальные участники, взявшись за руки, образуют замкнутый круг. Затем нужно, не размыкая рук, как можно сильнее запутать цепочку. Для этого можно выворачиваться, переступать через руки, поворачиваться, пролезать под руками других игроков и т.д. Главное условие – нельзя отпускать руки соседей. После того, как все перепутались, ведущий поворачивается к участникам и пытается распутать получившийся «клубок» обратно (опять же не размыкая ничьих рук), постаравшись не вывихнуть и не сломать конечности участников.

Комплекс №2

1. Название игры: "Карлики и великаны"

Место проведения: спортивная площадка, спортивный зал.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством аудиального типа восприятия

Содержание игры:

Играющие становятся в круг. Ведущий объясняет, что если он скажет "карлики" все должны сесть на корточки, а если скажет "великаны" все должны встать. Кто ошибается, выходит из игры. Ведущий может подавать неправильные команды, например "Кар-тошка! Ве-ревка! Ве-дерко!". Победителем считается игрок, оставшийся последним.

2. Название игры: "Белые медведи".

Место проведения: спортивный зал или спортивная площадка.

Цель игры: развитие произвольного внимания посредством, кинестетического типа восприятия.

Содержание игры:

Подготовка. Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке.

"Медведь" рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого. После этого два пойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. "Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем". Побеждает последний пойманный игрок.

3. Название игры: "Будь внимателен"

Место проведения: спортивный зал или спортивная площадка.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством визуального типа восприятия.

Инвентарь: кегли разных цветов.

Содержание игры:

Участники стоят в одной шеренге. Ведущий показывает кегли разных цветов. Когда показывает красную кеглю, участники должны поднять руки вверх, когда синюю руки в стороны, когда зеленую - принять позу аиста, когда желтую - руки на пояс. Кто ошибается, тот выходит из игры.

### Комплекс №3

1. Название игры: "Земля, воздух, вода"

Место проведения: спортивная площадка или спортивный зал.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством аудиального типа восприятия

Содержание игры:

Играющие стоят в одной шеренги лицом к преподавателю. Если преподаватель говорит "земля", то учащиеся садятся на корточки, если "воздух", то поднимают руки вверх, если "вода", то делают волнообразные движения руками. Тот кто ошибается, тот выбывает из игры оставшийся последним ученик побеждает в игре.

2. Название игры: "Выбивало"

Место проведения: спортивная площадка.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством визуального типа восприятия

Инвентарь: резиновый мяч.

Содержание игры:

Выбирается в классе два игрока, и становятся они по разным сторонам площадки за лицевыми линиями. Учитель называет цвет и выбивалы должны найти на одежде у учеников, бегающих по площадке, этот цвет и у кого он окажется постараться выбить его, попав по нему мячом. Тот, кто попадает, становится в поле, а тот в кого попали, занимает место выбивалы. Учитель может периодически менять цвета.

3. Название игры: "Разорванная цепь".

Место проведения: спортивный зал или спортивная площадка.

Цель игры: развитие произвольного внимания, посредством кинестетического типа восприятия.

Содержание игры:

Играющие разделяются на две равные команды. Игроки каждой команды, взявшись за руки, образуют «цепь». Цепи располагаются одна

напротив другой на расстоянии 10-15 шагов, при этом наблюдают, чтобы сильные игроки находились посередине «цепи», а более слабые по краям.

Из команды, которой, по жребию досталось начинать игру, выходит один игрок. Обычно сначала выходят крайние игроки, т.е. слабые. Игрок бежит к «цепи» противника и старается с разбегу разорвать её. Если он разорвёт цепь, то оторванную меньшую часть её ведёт к себе и присоединяет к своей «цепи». Если же ему не удаётся этого сделать, то он сам присоединяется к чужой «цепи».

Затем выходит игрок из другой «цепи» и проделывает то же самое, т.е. бежит к «цепи» своих противников с целью разорвать её. Команда, которая лишится всех своих игроков, считается побеждённой.

Руководство игрой.

При проведении игр руководителю рекомендуется продумать и учесть следующие аспекты:

1. Познакомить с требованиями и правилами игры учащихся. Приготовить все необходимые оборудование и материалы перед её началом.

2. Предлагать только те игры, которые доступны данной возрастной группе, соответствующие росту детей, их силе, жизненному опыту. Умело выводить участников из игры, которая для них сложна.

3. Избегать перевозбуждения.

4. Быть готовым к участию в игре в качестве обычного игрока, подчиняться всем правилам, включая и те, которые вроде бы умаляют достоинство взрослого.

5. Помогать детям, которые не совсем компетентны и не столь координированы, как их сверстники, поручая им задания или предоставляя возможность выполнять упражнения с учетом сноровки, которой они обладают. Ребенок с каким-либо недостатком может получать удовольствие, если будет судьей, счетчиком очков или главным судьей в игре, в которой он не сможет принимать участие. Не обращать внимания на ошибки некоторых

детей или осторожно поправлять их, не прерывая игры. Не отчитывать детей перед другими, если они нарушили правила или ошиблись в игре.

### 3.3. Результаты эксперимента и их анализ (повторное тестирование)

По окончании педагогического эксперимента было проведено повторное тестирование на развитие произвольного внимания у учащихся младших классов. Тестирование проводилось в тоже время суток, в той же последовательности.

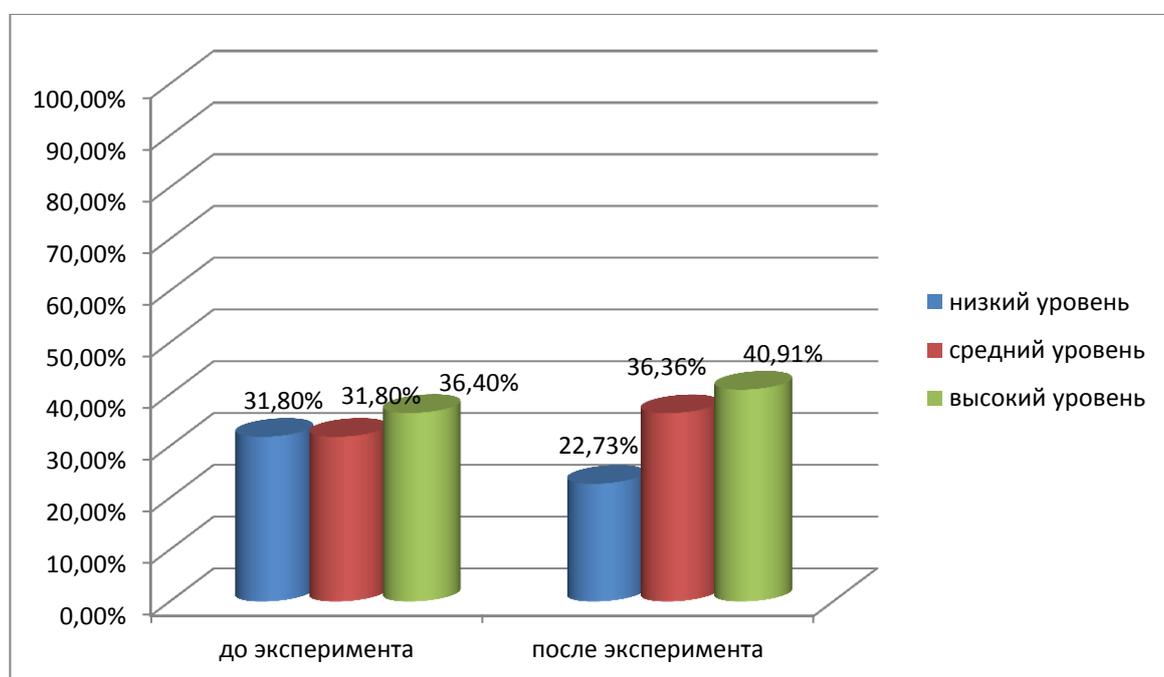


Рис. 3.5. Сравнительная диаграмма распределения и переключения активного внимания по тесту №2 до и после эксперимента.

Сравнив результаты, представленные на рис 3.5., можно сделать вывод, что у большинства учащихся класса уровень произвольного внимания после эксперимента повысился. Низкий уровень понизился на 9,07%, средний повысился на 4,56%, а высокий уровень повысился на 4,51%.

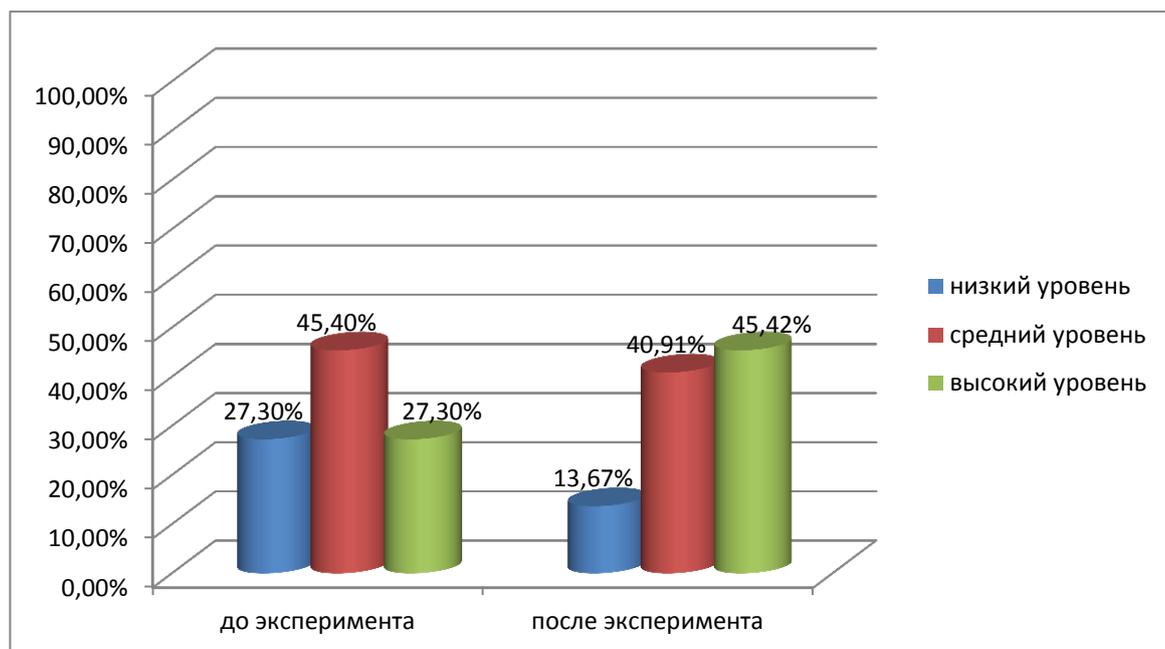


Рис. 3.6. Сравнительная диаграмма устойчивости произвольного внимания по тесту № 3 до и после эксперимента.

По результатам, которые можно увидеть на рисунке 3.6., можно сделать соответствующие выводы, что у большинства учащихся класса уровень произвольного внимания после эксперимента повысился, так стало больше учащихся с высоким уровнем произвольного внимания, за счёт снижения среднего и низкого уровня. Низкий уровень уменьшился на 13,63%, средний на 4,49%, а высокий увеличился на 18,12%.

Результаты повторного тестирования представлены в сравнительной диаграмме общего уровня сформированности внимания до и после эксперимента.

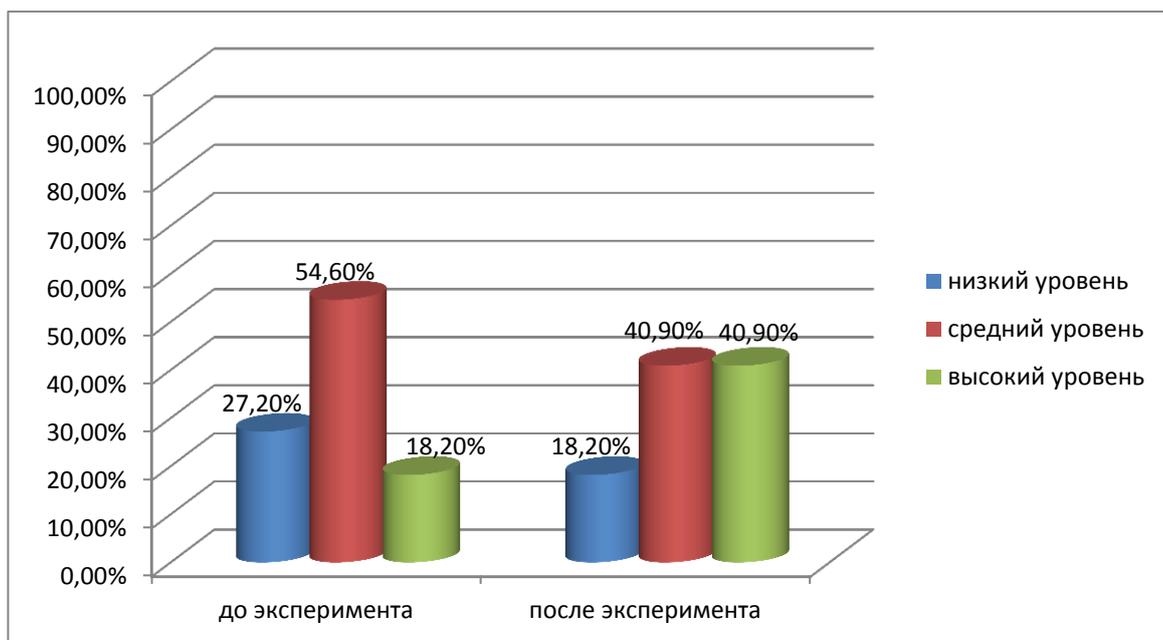


Рис. 3.7. Сравнительная диаграмма сформированности общего уровня внимания до и после эксперимента

Результаты повторного тестирования представлены в сравнительной диаграмме общего уровня сформированности внимания до и после экспериментарис 3.7.

До эксперимента:

Низкий уровень 6 человек - 27, 2 %

Средний уровень 12 человек - 54,6 %

Высокий уровень 4 человека - 18,2 %

После эксперимента:

Низкий уровень 4 человека - 18, 2 %

Средний уровень 9 человек - 40,9 %

Высокий уровень 9 человек - 40,9 %

Прирост показателей общего уровня внимания является достоверным на 1%-ном уровне значимости (результаты математической обработки по критерию Вилкоксона представлены в приложении 5)

Вывод: у учащихся уровень развития произвольного внимания после проведения педагогического эксперимента повысился. Это повышения, мы можем наблюдать в анализе сравнительной таблицы итогов тестирования, где мы видим улучшения общего уровня внимания после 6 недель

эксперимента. У 5-ти человек внимание было развито средне, стало высоким, 2-е ребят из низкого уровня развития внимания перешли на средний уровень. У других ребят общий уровень внимания хотя и не повысился, но многие из них стали более внимательными.

Анализируя результаты полученные до и после эксперимента описанные в таблице приложения 4, а также в приложении 5, что развития произвольного внимания, посредством развития различных видов восприятия у учащихся младших классов, явилось эффективным в достижении поставленной цели работы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучая и анализируя литературные источники по теме исследования, нашей задачей было охарактеризовать психолого-педагогические особенности учащихся младших классов. Общее направление развития внимания в младшем школьном возрасте состоит в том, что от достижения цели, которую ставит учитель, ребенок переходит к контролируемому решению задач, поставленных им самим. То есть произвольное внимание становится у него ведущим. Вместе с развитием произвольного внимания развивается непроизвольное, которое связано теперь не с яркостью и внешней привлекательностью предмета, а с потребностями и интересами ребенка, возникающими в ходе учебной деятельности, то есть с развитием их личности, когда чувства, интересы, мотивы и потребности постоянно определяют дальнейшее направление развития и определяют уровень внимания по той или иной теме на уроке.

Произвольное внимание по существу является одним из проявлений волевого типа деятельности. Способность к произвольному вниманию формируется в систематическом труде. Развитие произвольного внимания неразрывно связано с общим процессом формирования волевых качеств личности. Поскольку любые физические упражнения связаны с мышечным напряжением, то систематически повторяемые даже незначительные, но многочисленные двигательные действия невозможны без определенных волевых усилий. Волевое усилие развивается при преодолении различных препятствий и трудностей.

Таким образом, данный возраст является наиболее благоприятным для развития произвольного внимания.

В нашем исследовании после проведения диагностики на ведущий тип восприятия (аудиальный, визуальный, кинестетический) выяснилось, что в классе есть разные типы восприятия. Для развития произвольного внимания, учитывая ведущий тип восприятия учащегося, был подобран комплекс

подвижных игр. Комплекс включает в себя игры направленные на повышение уровня всех типов восприятия. Игры имеют цель развить произвольное внимание, через различные типы восприятия. Ведущими в этих играх являются учащиеся с другим типом восприятия, отличным от цели игры.

В данном комплексе прослеживается дифференцированный подход к проведению подвижной игры, посредством смены ведущего, смены цели игры, смены места проведения игры.

В результате после 6 недель проведения опытно - практической работы, уровень произвольного внимания у учащихся младших классов был повышен, что можно проследить по результатам таблиц и диаграмм.

У учащихся уровень развития произвольного внимания после проведения педагогического эксперимента повысился. Это повышение, мы можем наблюдать в анализе сравнительной таблицы итогов тестирования, где мы видим улучшения общего уровня внимания после 6 недель эксперимента. У 5-ти человек внимание было развито средне, стало высоким, 2-е ребят из низкого уровня развития внимания перешли на средний уровень. У других ребят общий уровень внимания хотя и не повысился, но многие из них стали более внимательными.

Анализируя результаты полученные до и после эксперимента описанные в таблице приложения 4, а также в приложении 5, что развития произвольного внимания, посредством развития различных видов восприятия у учащихся младших классов, явилось эффективным в достижении поставленной цели работы.

Произошедшие изменения являются достоверными на 1%-ном уровне значимости ( $P < 0,01$ ).

Таким образом, дифференцированного использования подобранного комплекса подвижных игр, учитывая ведущие типы восприятия (аудиального, визуального, кинестетического), привело к развитию произвольного внимания у учащихся младших классов. Данный комплекс

может использоваться в любом типе общеобразовательных учреждений, так как не требует обширной материальной базы.

**Список использованной литературы**

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте[Текст] / Л.И. Божович. - М.: Просвещение, 1968. — 367 с.
2. Брупер Д.С. Психология познания[Текст] / Д.С. Брупер. - М.: 1997. - 305с.
3. Гамезо М.Б. Атлас по психологии[Текст] / М.Б. Гамезо, И.А. Домашенко. - М.: 1986. - 120с.
4. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта[Текст] / Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартьянов. - М.: 2000. - 192с.
5. Гоноболин Ф.Н. Внимание и его восприятие[Текст] / Ф.Н. Гоноболин. - М.: 1972. - 128с.
6. Жуков М.Н. Подвижные игры[Текст] / М.Н. Жуков. - М.: 2000. - 162с.
7. Зимняя И.А. Педагогическая психология[Текст] / И.А. Зимняя. - М.: 2004. - 384с.
8. Зимняя И.А. Введение в психологию [Текст] / И.А. Зимняя. - М.: 2008. - 202с.
9. Иванов П.И. Психология[Текст] / П.И. Иванов. - М.: 1995. - 204с.
10. Ковалев В.Д. Спортивные игры[Текст] / В.Д. Ковалева. -М.: 1998. - 160с.
11. Косов Б.Б. Психомоторное развитие младших школьников[Текст]/ Б.Б. Косов. - М.: 1989. - 319с.
12. Крутецкий В.А. Психология[Текст] / В.А. Крутецкий. - М.: 1986 - 335с.
13. Лейтес Н.С. Психология одаренности детей и подростков[Текст]/ Н.С. Лейтес. - М.: 2000. - 336с.
14. Любинская А.А. Учителю о психологии младшего школьника[Текст]/ А.А. Любинская. - М.:2002. - 128с.
15. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры[Текст]/ Л.П.Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
16. Матюгин И.Ю. Как развивать внимание[Текст]/ И.Ю. Матюгин. - М.: 1997. - 432с.

17. Матюхина М.В. Психология младшего школьника[Текст] / М.В. Матюхина, Т.С. Михальчик, К.Т. Патрина. - М.: 1976. - 316с.
18. Минский Е.М. От игры к знаниям[Текст]/ Е.М. Минский. - М.: 1987. - 192с.
19. Немов Р.С. Психология[Текст]/ Р.С. Немов. - М.: 1995. - 496с.
20. Петровский А.В. Психология[Текст] / А.В. Петровского - М.: 1990. - 234 с.
21. Петровский А.В. Введение в психологию[Текст] / А.В. Петровского - М.: 1996. - 496с.
22. Прохоров А.О. Особенности психических состояний младших школьников в учебной деятельности [Текст] / А.О. Прохоров. - М.: 1998. - с 42.
23. Прядехо А.А. Алгоритм развития познавательных способностей учащихся[Текст]/ А.А. Прядехо - М.: 2002. - 112 с.
24. Смирнов В.М. Физиология физического воспитания и спорта [Текст]/ В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. - М.: 2002. - 305с.
25. Солодков А.С. Физиология человека. Общая, спортивная, возрастная[Текст] / А.С.Солодков, Е.Б.Сологуб. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. – 520 с.
26. Тарасова Л.Е. Коллективное внимание младших школьников [Текст] / Л.Е. Тарасова. - М.: 2003. - 98с.
27. Теория и методика физической культуры[Текст]: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. – 464с.
28. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании [Текст]: пособие для студентов, аспирантов и преподав. ин-тов физ. культуры / ред. Б.А.Ашмарин. - М.: «Физкультура и спорт», 1978. – 223с.

29. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп[Текст] / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. - 490 с.
30. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта[Текст]: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

## Приложение1

Тест: «Видеть, слышать или ощущать?»

Прочитайте предлагаемые утверждения. Поставьте знак "+", если Вы согласны с данным утверждением, и знак "-", если не согласны.

Вопросы:

1. Люблю наблюдать за облаками и звездами.
2. Часто напеваю себе потихоньку.
3. Не признаю моду, которая неудобна.
4. Люблю ходить в сауну.
5. В автомашине цвет для меня имеет значение.
6. Узнаю по шагам, кто вошел в помещение.
7. Меня развлекает подражание диалектам.
8. Внешнему виду придаю серьезное значение.
9. Мне нравится принимать массаж.
10. Когда есть время, люблю наблюдать за людьми.
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением.
12. Видя одежду в витрине, знаю, что мне будет хорошо в ней.
13. Когда услышу старую мелодию, ко мне возвращается прошлое.
14. Люблю читать во время еды.
15. Люблю поговорить по телефону.
16. У меня есть склонность к полноте.
17. Предпочитаю слушать рассказ, который кто-то читает, чем читать самому.
18. После плохого дня мой организм в напряжении.
19. Охотно и много фотографирую.
20. Долго помню, что мне сказали приятели или знакомые.
21. Легко могу отдать деньги за цветы, потому что они украшают жизнь.

22. Вечером люблю принять горячую ванну.
23. Стараюсь записывать свои личные дела.
24. Часто разговариваю с собой.
25. После длительной езды на машине долго прихожу в себя.
26. Тембр голоса многое мне говорит о человеке.
27. Придаю значение манере одеваться, свойственной другим.
28. Люблю потягиваться, расправлять конечности, разминаться.
29. Слишком твердая или слишком мягкая постель для меня мука.
30. Мне нелегко найти удобную обувь.
31. Люблю смотреть теле- и видеофильмы.
32. Даже спустя годы могу узнать лица, которые когда-либо видел.
33. Люблю ходить под дождем, когда капли стучат по зонтику.
34. Люблю слушать, когда говорят.
35. Люблю заниматься подвижным спортом или выполнять какие-либо двигательные упражнения, иногда и потанцевать.
36. Когда близко тикает будильник, не могу уснуть.
37. У меня неплохая стереоаппаратура.
38. Когда слушаю музыку, отбиваю такт ногой.
39. На отдыхе не люблю осматривать памятники архитектуры.
40. Не выношу беспорядок.
41. Не люблю синтетических тканей.
42. Считаю, что атмосфера в помещении зависит от освещения.
43. Часто хожу на концерты.
44. Пожатие руки много говорит мне о данной личности.
45. Охотно посещаю галереи и выставки.
46. Серьезная дискуссия – это интересно.
47. Через прикосновение можно сказать значительно больше, чем словами.
48. В шуме не могу сосредоточиться.

Таблица 1.1.

Выявление ведущего типа восприятия и уровня перцептивной  
модальности

| №  | Ф.И.         | Аудиал<br>(+) | Визуал<br>(+) | Кинестет<br>(+) | Уровень<br>ведущего типа<br>восприятия | Ведущий тип<br>восприятия |
|----|--------------|---------------|---------------|-----------------|--|---------------------------|
| 1  | Ксения А.    | 7             | 5             | 2               | Н                                      | А                         |
| 2  | Максим Б.    | 8             | 11            | 5               | С                                      | В                         |
| 3  | Сергей Б.    | 6             | 9             | 6               | С                                      | В                         |
| 4  | Анна Б.      | 5             | 14            | 6               | В                                      | В                         |
| 5  | Алена В.     | 8             | 13            | 4               | В                                      | В                         |
| 6  | Татьяна Г.   | 6             | 7             | 9               | С                                      | К                         |
| 7  | Ольга З.     | 9             | 13            | 5               | В                                      | В                         |
| 8  | Максим И.    | 6             | 7             | 4               | Н                                      | В                         |
| 9  | Михаил К.    | 10            | 8             | 6               | С                                      | А                         |
| 10 | Алексей К.   | 5             | 6             | 5               | Н                                      | В                         |
| 11 | Павел К.     | 11            | 9             | 7               | С                                      | А                         |
| 12 | Ирина К.     | 7             | 11            | 6               | С                                      | В                         |
| 13 | Александр М. | 5             | 9             | 13              | В                                      | К                         |
| 14 | Алексей М.   | 8             | 10            | 8               | С                                      | В                         |
| 15 | Дмитрий М.   | 7             | 6             | 4               | Н                                      | А                         |
| 16 | Наталья П.   | 7             | 9             | 6               | С                                      | В                         |
| 17 | Никита П.    | 9             | 12            | 5               | С                                      | В                         |
| 18 | Ольга П.     | 7             | 8             | 10              | С                                      | К                         |
| 19 | Денис Р.     | 6             | 7             | 5               | Н                                      | В                         |
| 20 | Татьяна С.   | 7             | 9             | 4               | С                                      | В                         |
| 21 | Сергей С.    | 13            | 10            | 5               | В                                      | А                         |
| 22 | Евгений Я.   | 8             | 13            | 4               | В                                      | В                         |



## Приложение 3

Таблица 3.1.

Выявление начального уровня устойчивости произвольного внимания

| №  | Ф.И.         | 1 мин. | 1мин. -1мин. 30 сек | 1мин. 30сек - 2 мин | Общий уровень |
|----|--------------|--------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1  | Ксения А.    |        |                     | +                   | Н             |
| 2  | Максим Б.    |        | +                   |                     | С             |
| 3  | Сергей Б.    |        | +                   |                     | С             |
| 4  | Анна Б.      | +      |                     |                     | В             |
| 5  | Алена В.     |        | +                   |                     | С             |
| 6  | Татьяна Г.   | +      |                     |                     | В             |
| 7  | Ольга З.     | +      |                     |                     | В             |
| 8  | Максим И.    |        | +                   |                     | С             |
| 9  | Михаил К.    |        |                     | +                   | Н             |
| 10 | Алексей К.   |        | +                   |                     | С             |
| 11 | Павел К.     |        |                     | +                   | Н             |
| 12 | Ирина К.     |        | +                   |                     | С             |
| 13 | Александр М. |        |                     | +                   | Н             |
| 14 | Алексей М.   |        | +                   |                     | С             |
| 15 | Дмитрий М.   |        |                     | +                   | Н             |
| 16 | Наталья П.   |        | +                   |                     | С             |
| 17 | Никита П.    |        | +                   |                     | С             |
| 18 | Ольга П.     | +      |                     |                     | В             |
| 19 | Денис Р.     | +      |                     |                     | В             |
| 20 | Татьяна С.   |        | +                   |                     | С             |
| 21 | Сергей С.    |        |                     | +                   | Н             |
| 22 | Евгений Я.   | +      |                     |                     | В             |

## Приложение 4

Таблица 4.1.

Выявление сформированности общего уровня произвольного внимания  
до и после эксперимента

| №  | Ф.И.         | Тест №1 |       | Тест №2 |       | Общ. уровень |       |
|----|--------------|---------|-------|---------|-------|--------------|-------|
|    |              | до      | после | до      | после | до           | после |
| 1  | Ксения А.    | Н       | Н     | С       | С     | Н            | С     |
| 2  | Максим Б.    | Н       | С     | С       | С     | С            | С     |
| 3  | Сергей Б.    | Н       | С     | Н       | Н     | Н            | Н     |
| 4  | Анна Б.      | В       | В     | С       | В     | С            | В     |
| 5  | Алена В.     | Н       | Н     | С       | С     | Н            | С     |
| 6  | Татьяна Г.   | В       | В     | В       | В     | В            | В     |
| 7  | Ольга З.     | С       | С     | С       | В     | С            | С     |
| 8  | Максим И.    | Н       | С     | Н       | Н     | Н            | Н     |
| 9  | Михаил К.    | Н       | Н     | С       | С     | Н            | Н     |
| 10 | Алексей К.   | С       | С     | Н       | С     | С            | С     |
| 11 | Павел К.     | В       | В     | Н       | Н     | С            | С     |
| 12 | Ирина К.     | В       | В     | С       | В     | С            | В     |
| 13 | Александр М. | Н       | Н     | Н       | С     | Н            | Н     |
| 14 | Алексей М.   | В       | В     | С       | В     | С            | В     |
| 15 | Дмитрий М.   | С       | С     | Н       | С     | С            | С     |
| 16 | Наталья П.   | Н       | В     | С       | С     | С            | В     |
| 17 | Никита П.    | С       | С     | С       | В     | С            | С     |
| 18 | Ольга П.     | В       | В     | В       | В     | В            | В     |
| 19 | Денис Р.     | В       | В     | В       | В     | В            | В     |
| 20 | Татьяна С.   | С       | С     | С       | В     | С            | С     |
| 21 | Сергей С.    | С       | Н     | С       | В     | С            | С     |
| 22 | Евгений Я.   | В       | В     | В       | С     | В            | В     |

## Приложение 5

Таблица 5.1.

Изменение сформированности общего уровня произвольного внимания до и после эксперимента (n = 22)

| № п/п  | 1   | 2   | 3 | 4    | 5 | 6  | 7    | 8 | 9 | 10 | 11 | 12  | 13 | 14 | 15 | 16   | 17 | 18 | 19  | 20 | 21   | 22 |
|--|-----|-----|---|------|---|----|------|---|---|----|----|-----|----|----|----|------|----|----|-----|----|------|----|
| <b>Сформированность общего уровня произвольного внимания</b>                 |     |     |   |      |   |    |      |   |   |    |    |     |    |    |    |      |    |    |     |    |      |    |
| до   | 7   | 9   | 5 | 11   | 7 | 14 | 9    | 6 | 6 | 9  | 10 | 11  | 6  | 12 | 8  | 10   | 11 | 14 | 13  | 8  | 8    | 13 |
| после  | 9   | 11  | 6 | 14   | 8 | 14 | 12   | 6 | 7 | 9  | 9  | 13  | 6  | 13 | 12 | 13   | 10 | 13 | 15  | 8  | 11   | 13 |
| <b>Определение достоверности изменений с помощью критерия Вилкоксона</b>     |     |     |   |      |   |    |      |   |   |    |    |     |    |    |    |      |    |    |     |    |      |    |
| разница  | 2   | 2   | 1 | 3    | 1 | 0  | 3    | 0 | 1 | 0  | -1 | 2   | 0  | 1  | 4  | 3    | -1 | -1 | 2   | 0  | 3    | 0  |
| модуль   | 2   | 2   | 1 | 3    | 1 | 0  | 3    | 0 | 1 | 0  | 1  | 2   | 0  | 1  | 4  | 3    | 1  | 1  | 2   | 0  | 3    | 0  |
| ранги  |     |     |   |      |   |    |      |   |   |    | 4  |     |    |    |    |      | 4  | 4  |     |    |      |    |
|  | 9,5 | 9,5 | 4 | 13,5 | 4 |    | 13,5 |   | 4 |    |    | 9,5 |    | 4  | 16 | 13,5 |    |    | 9,5 |    | 13,5 |    |
| сумма рангов (-)   | 12  |     |   |      |   |    |      |   |   |    |    |     |    |    |    |      |    |    |     |    |      |    |
| сумма рангов(+)  | 124 |     |   |      |   |    |      |   |   |    |    |     |    |    |    |      |    |    |     |    |      |    |
| z = 36 (при p = 0,05), z = 24 (при p = 0,01) 12 < 36, следовательно p < 0,05 |     |     |   |      |   |    |      |   |   |    |    |     |    |    |    |      |    |    |     |    |      |    |

По критерию Вилкоксона (Б.А.Ашмарин, 1978)