

Управление образования города Калуги
Муниципальное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр «Белка» города
Калуги

ПРИНЯТА
педагогическим советом
протокол № 3 от 12.01.2023г

УТВЕРЖДЕНА
приказом № 3/01-08
от « 12 » января 2023 г.

*Дополнительная образовательная
общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности*

Игра - дело серьёзное

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 1 неделя (лагерная смена), реализуется в течение года

Уровень сложности: стартовый

Автор-составитель программы:
Гурова Наталья Владимировна
заместитель директора по УВР

Калуга, 2023

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Дополнительная образовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности Игра - дело серьёзное
Автор-составитель программы, должность	Гурова Н. В., заместитель директора по УВР
Адрес реализации программы	Адрес: г. Калуга, д. Мстихино МБОУДО ДООЦ «Белка» г. Калуги Тел. 8 4842 47-79-34
Вид программы	- по степени авторства - <i>модифицированная</i> , - по уровню сложности - <i>базовая</i> .
Направленность	<i>социально-гуманитарная</i> ,
Срок реализации, объём	<i>1 неделя, 18 часов</i>
Возраст учащихся	от 7 до 17 лет
Название объединения	-
Краткая аннотация	

Оглавление

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	2
РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цель и задачи программы	6
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	7
РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»	8
2.1. Календарный учебный график	8
2.2. Условия реализации программы	8
2.3. Формы аттестации (контроля)	9
2.4. Оценочные материалы	10
2.5. Методические материалы	10
Список литературы	11
Приложения	13

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1 Пояснительная записка

*«Игра - не просто детская забава,
но и животворный источник мышления,
благородных чувств и стремлений».*
(Сухомлинский В.А.)

В жизни человека игра занимает центральное место. Игра, как один из основных видов деятельности, позволяет развивать участникам память (различных модальностей), внимание, сообразительность, воображение и мышление (наглядно-действенное, наглядно-образное, наглядно-схематическое, словесно-логическое). Важным так же выступает аспект межличностной коммуникации, так как большинство игр подразумевает наличие от двух и более участников.

Участие ребенка в игре дает ему возможность осмыслить значение собственных поступков. Любая игра позволяет осуществлять пробы нравственной позиции.

Усвоив и приняв игровую этику, проявляя сопереживание к проигравшим соперникам и научившись преодолевать ситуации неуспеха или проигрыша формируется гармоничная личность, способная эффективно действовать в сложных жизненных ситуациях.

В человеческой практике игровая деятельность выполняет следующие функции:

- развлекательная (это основная функция игры – развлечь, доставить удовольствие, воодушевить, пробудить интерес);
- коммуникативная (в том числе межнациональная коммуникация): освоение диалектики общения;
- социализация: включение в систему общественных отношений, усвоение норм человеческого общежития.
- самопознание и самореализация (игра как полигон практики человеческого взаимоотношения);
- терапевтическая: преодоление различных трудностей, возникающих в других видах жизнедеятельности;
- диагностическая: выявление отклонений от нормативного поведения, в процессе игры;
- функция коррекции: внесение позитивных изменений в структуру личностных показателей;

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Вид программы:

- по степени авторства - модифицированная,
- по уровню сложности – базовая.

Язык реализации программы: русский.

Программа разработана в соответствии со следующими **нормативными документами:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 год.

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

7. Постановление Правительства Калужской области от 29 января 2019 года № 38 «Об утверждении государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области». Подпрограмма «Дополнительное образование» государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области».

Актуальность программы

В настоящее время особо остро стоит вопрос о необходимости социализации личности и ее нравственном воспитании. Игра позволяет ребенку прожить и проиграть множество жизненных сценариев, увидеть и почувствовать ответственность за собственный выбор. Осознать причинно-следственные связи. Попробовать себя в различных архитектурных позициях и социальных ролях.

Настольные игры разнообразны по содержанию, обучающим задачам, оформлению. Они помогают уточнять и расширять представления детей об окружающем мире, систематизировать знания, развивать мыслительные процессы. В настольной игре ребенок учится преодолевать трудности, следовательно, у него воспитываются и волевые качества: настойчивость и выдержка.

Педагогическая целесообразность. За игровой деятельностью скрыт комплекс заданий (упражнений). Неформальная обстановка позволяет участникам игры продемонстрировать свои навыки, не боясь формальной оценки. Успешное выполнение программы обусловлено хорошей вовлеченностью детей и их творческой активностью.

Адресат программы: программа разработана для детей от 7-17 лет.

Состав группы, особенности набора: 10-15 обучающихся. Количество обучающихся за смену не превышает 100 человек. Общее количество обучающихся за год до 1000 человек.

Объем программы: 18 часов

Сроки освоения программы: 1 неделя – период лагерной смены, по количеству реализованных смен.

Режим занятий: 1 раз в день по 2-4 часа (с перерывом на 15 минут каждые 45 минут).

Форма обучения: очная. При реализации образовательной программы возможно использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Форма организации образовательной деятельности групповая.

Формы проведения занятий: комбинированные, теоретические, практические, диагностические, квесты, игровые занятия, турниры и др.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: Содействие формированию культуры общения и коммуникативных навыков, нравственных установок личности посредством игровой деятельности.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитать интерес к решению нетрадиционных задач, самостоятельному поиску решений;
- воспитать трудолюбие, уверенность, умение доводить начатое дело до конца;
- воспитать самоуважение и уважение к окружающим людям.

Обучающие:

- обучить детей и подростков разрабатывать и проводить интеллектуально-познавательные игры и конкурсные программы;
- научить учащихся совместно организовывать совместные настольные игры;
- сформировать умение следовать правилам в настольных играх.

Развивающие:

- развить психические познавательные процессы: различные виды памяти, внимания, зрительного восприятия, воображения;
- развить языковую культуру: четко и ясно излагать свои мысли, давать определения понятиям, строить умозаключения, аргументировано доказывать свою точку зрения;
- развить познавательную активность и самостоятельную мыслительную деятельность учащихся;
- развить самоконтроль и самообладание.

1.3 Содержание программы

Учебный план

п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
	Введение. Значение игры для развития личности.	2	1	1	Самостоятельная работа
	Игры для развития психических процессов: память, внимание, мышление, воображение	7	3	4	Самостоятельная работа

Игры для развития коммуникативных способностей	7	3	4	Самостоятельная работа
Итоговое занятие	2		2	Подведение итогов
	18	7	11	

Содержание учебного плана

1. «ВВЕДЕНИЕ. ЗНАЧЕНИЕ ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ» (2 часа).

Теория: Роль игры в жизни человека. Профессии будущего, связанные с игровой практикой.

Практика: Тренинги на знакомство, сплочение коллектива: «Поздоровайся», «Бросай мяч», «Портрет».

Вводный контроль. Беседа об истории игр, их разновидностях. Функции игры в обучении и воспитании.

2. «ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ: ПАМЯТЬ, ВНИМАНИЕ, МЫШЛЕНИЕ, ВООБРАЖЕНИЕ» (7 часов)

Теория: Краткие беседы об особенностях психических процессов, способах их развития.

Практика: Игры «Муха», «Не сойбьюсь», «Мемо», «Испорченный телефон», «Котики», «Куча мала», тренинги.

3. «ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ» (7 часов).

Теория: беседы о видах коммуникации, о способах поведения в разных ситуациях, разъяснение форм поведения и общения при проведении различных игр.

Практика: игры-тренинги на коммуникацию, совместная продуктивная деятельность по разработке игр.

4. «ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ» (2 часа).

Практика: Подведение итогов, рефлексия. Итоговый контроль – тестирование.

1.4 Планируемые результаты

Предметные результаты:

- Выявлять закономерности и проводить аналогии;
- Умение анализировать, делать выводы, сравнивать, применять полученные знания в своей интеллектуальной деятельности.

Личностные результаты:

- Сформированность интеллектуальной культуры, развитие волевых качеств личности;
- Сформированность первичных коммуникативных навыков.
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно работать над развитием психических процессов (памяти, воображения, внимания, мышления, речи и т.д.), психических качеств личности (характера, темперамента, способностей и интересов);
- способность контролировать и регулировать свое поведение в различных жизненных ситуациях;
- Учиться работать по предложенному педагогом плану;
- Способность критически оценивать свои результаты и действия других людей.

РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1 Календарный учебный график

Работа по программе осуществляется круглогодично. Каникулы не предусмотрены.
Календарные учебные графики к дополнительной общеразвивающей программе представлены в рабочей программе.

2.2 Условия реализации программы

Санитарно-гигиенические требования:

Занятия должны проводиться в просторном помещении, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться.

Материально-техническое обеспечение:

- игровой зал или кабинеты, позволяющие проводить игровые занятия,
- учебный кабинет, оснащенный мультимедийным проектором;
- локальная сеть Internet;
- библиотечный фонд;
- игровые наборы и спортивный инвентарь;
- канцелярские принадлежности.

Информационное обеспечение:

- <https://playhop.com/>
- https://playhop.com/category/educational?k50id=0100000046924854712_46924854712&yclid=12336439720061960191
- <https://cepia.ru/igri-dlya-samorazvitiya>
- <https://infourok.ru/igri-i-uprazhneniya-sposobstvuyuschie-razvitiyu-visshih-psihicheskikh-funkciy-u-obuchayuschihsya-srednego-zvena-1688194.html>
- <https://infourok.ru/igri-na-razvitie-vnimaniyaoschuscheniyvospriyatiparamyatimishleniya-1370774.html>
- Суркова Л. "Весёлая психология для детей. Дома и в школе"

- <http://www.vseodetyah.com/article.html?id=1716&menu=parent> Польза настольных игр для детей

Кадровое обеспечение: Требования к педагогу: владение методикой коллективной творческой деятельности, знание принципов организации и развития детского коллектива, возрастной психологии, способность строить отношения с объединением на началах партнерства, владение знаниями и умениями в рамках образовательной программы.

2.3 Формы аттестации (контроля)

Входящий контроль осуществляется при комплектовании группы. Цель – определить исходный уровень знаний учащихся, определить формы и методы работы с обучающимися. Метод контроля: анкетирование.

Текущий контроль осуществляется после изучения отдельных тем, раздела программы. В практической деятельности результативность оценивается качеством выполнения практических работ, поиску и отбору необходимого материала, умению работать с различными источниками информации. Анализируются положительные и отрицательные стороны работы, корректируются недостатки. Контроль знаний осуществляется с помощью заданий педагога (тесты, опрос). Они активизируют, стимулируют работу учащихся, позволяют более полно проявлять полученные знания, умения, навыки.

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года. Метод контроля: тестирование.

В приложение к данной программе разработаны «Программа мониторинга освоения образовательной программы», «Программа мониторинга личностного развития обучающегося».

Ожидаемые результаты программы можно распределить по трем уровням:

- первый уровень: приобретенные обучающимися знания о правилах ведения социальной коммуникации; о принятых в обществе нормах отношения к другим людям; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации; сформированные на простом уровне память, воображение, внимание, мышление, речь и т.д. ;

- второй уровень: сформированные ценностные отношения к другому человеку, как таковому (гуманность); как другому (альтруизм); как иному (толерантность); стремление к свободному, открытому общению в позиционных общностях; сформированные на достаточном уровне память, воображение, внимание, мышление, речь и т.д.;

- третий уровень: приобретение опыта самоорганизации и организации совместной деятельности; закрепленных навыков управления коммуникацией с другими людьми и принятие на себя ответственности за других людей; опыта позиционного самоопределения в открытой общественной среде; сформированные на высоком уровне память, воображение, внимание, мышление, речь и т.д.

Данная программа не предусматривает выдачу документа об обучении».

2.4 Оценочные материалы

Входящий контроль: анкета «Карта интересов».

Промежуточный контроль: уровень творческой активности личности оценивается анализом творческих продуктов (разработанных игр).

Итоговый контроль: тестирование по методике «Невербальная фантазия» (автор – доцент М.И. Ильина), педагогическое наблюдение.

В ПРИЛОЖЕНИИ 1, 2, 3, 4 приведены средства контроля и развития (игры, задания и упражнения, развивающие память, мышление, воображение и внимание детей младшего возраста и подростков).

2.5 Методические материалы

Программа модифицированная. В своей теоретической основе программа опирается на культурно-историческую парадигму Л.С. Выготского «Психология развития ребенка» и Д.Б.Эльконина «Психология игры», а также на деятельностный подход А.Н. Леонтьева «Психологические основы детской игры».

Принципы, лежащие в основе программы:

- доступности (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ);
- объективности;
- доброжелательности;
- активности;
- творческий подход.

Формы и методы обучения:

- рассказ, беседа, дискуссия,
- игры, викторины, конкурсы, турниры
- творческие задания
- досуговые и игровые программы.

Образовательные технологии, используемые при реализации программы:

Технология	Результативность
Личностно-ориентированного обучения	Развитие познавательных способностей, максимальное развитие индивидуальности обучающихся
Проблемное обучение	Умение самостоятельно искать решение, развитие мыслительной деятельности, самостоятельность в

	постижении новых понятий и умений
Разноуровневое обучение	Разработка разноуровневых заданий. Комплектование групп обучения в соответствии с индивидуальными возможностями, годом обучения.
Игровые технологии	Повышение интереса к предмету, мотивация к обучению, формирование коммуникативных навыков, нравственных качеств личности
Технология витагенного образования (А.С. Белкин)	Востребованность жизненного опыта, интеллектуально-психологического потенциала личности в образовательных целях
Технология саморазвития личности (А.А. Ухтомский- Г.К Селевко)	Сознательное управление своим развитием, осознание личностью происходящих с ней изменений
Тестовые технологии	Оценка знаний, личностных качеств обучающихся
Здоровьесберегающие технологии	Сохранение физического и психологического здоровья обучающихся, пропаганда здорового образа жизни.
Технологии рефлексии	Оценка состояния своего развития, оценка продуктивности деятельности
Информационно-коммуникационные технологии	Расширение возможностей поиска, представления и передачи информации

Список литературы

1. Платонов К.К. Занимательная психология. – СПб: Питер Пресс, 1997.
2. Кузнецов И.Н. Язык мимики и жестов. – Ростов н/Д: Феникс, 2007.
3. Тесты для всей семьи / сост. А.П. Краснящих. – Харьков: Книжный клуб семейного досуга, 2006.
4. Гоноболин Ф.Н. Психология. – М.: Просвещение, 1975.
5. Психология и педагогика / Под ред. А.А.Радугина. – М.: Центр, 1999
6. Психология для всех и для каждого/сост.В.Б.Шапарь. – Харьков: Торсинг, Ростовн/Д: Феникс, 2002.
7. Практикум по общей психологии/под ред.А.И.Щербакова. – М.: Просвещение, 1979.
8. Рогов Е.И. Психология человека. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001
9. Маленкова Л.И. Человековедение. – М.: Педагогическое общество России, 2000.
10. Хёйзинга Й. Homo Ludens. Человек играющий. – М., 1994.
11. <https://infourok.ru/igri-i-uprazhneniya-sposobstvuyuschie-razvitiyu-visshih-psihicheskikh-funkciy-u-obuchayuschih-srednego-zvena-1688194.html>

12. <https://infourok.ru/igri-na-razvitiie-vnimaniaschuscheniyvospriyatipamyatimishleniya-1370774.html>

Игры на развитие ощущения, восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения детей младшего школьного возраста

Игры на развитие ощущений.

«Дорожки»

Цель игры: развитие осязательных ощущений.

Ход игры : перед ребёнком на стол кладётся картинка с наклеенными на ней дорожками разной длины и из материала разной фактуры: клеёнка, мелкозернистая наждачная бумага, хлопчатобумажная ткань, кожаная ткань и т.д.

Правила: ребёнок проводит пальчиком по дорожке и рассказывает учителю о своих ощущениях: холодная дорожка или тёплая, длинная или короткая, мягкая или твёрдая на ощупь, приятная или не приятная, какую бы дорожку он выбрал для прогулки с мамой (по какому материалу ему приятней всего проводить пальчиком).

«Кот в мешке»

Цель игры: развитие осязательных ощущений.

Ход игры : ребёнку даётся мешочек, в котором что-то лежит, но не видно, что именно. Ребёнок засовывает в мешочек руку и ощупывает предмет.

Правила: задача ребёнка состоит в том, чтобы описать свойства спрятанного предмета (мягкий или твёрдый, тёплый или холодный, пушистый или гладкий и т.д.), не доставая его из мешочка, и по-возможности назвать его. Можно придумать несколько вариантов игры. Дети младшего возраста могут угадывать спрятанных игрушечных животных или просто называть свойства предметов. Детям постарше можно предложить угадывать геометрические фигуры, цифры или буквы, если они их уже знают.

«Погремушки»

Цель игры: развитие слуховых ощущений.

Ход игры: в приготовленные коробочки (или непрозрачные баночки) насыпают различные материалы (сахар, гречневую крупу, горох, песок, бусины и т.п.) и дают детям погремать каждой коробочкой по-отдельности.

Правила: детей помладше можно просто спросить, какой звук (громкий или тихий, приятный или неприятный). Дети постарше могут попробовать угадать, какой величины предметы в коробочке (мелкие или крупные), а также попытаться ассоциировать тот или иной звук с каким-нибудь явлением (шум дождя, падающие камни, грохот машин и т.п.).

«Подбери картинку»

Цель игры: развитие осязательных и зрительных ощущений.

Ход игры: перед ребёнком на стол кладётся лист картона с наклеенными на нём материалами разной фактуры (наждачная бумага, мех, фольга, хлопчатобумажная ткань, шёлковая или атласная ткань, бархат и т.п.) и разного цвета. К каждому виду материала по очереди прикладывается сверху другой лист картона с выбитым на нём изображением предмета. Ребёнок смотрит глазками и трогает пальчиками получившейся предмет.

Правила: ребёнок рассказывает о своих ощущениях: какой материал на ощупь (мягкий или жёсткий, шершавый или гладкий, тёплый или холодный, приятный или нет, и т.п.). Также задача ребёнка – подобрать для каждого вида материала подходящую картинку (для меха – шубку, для бархата – игрушку, для атласа – платье и т.д.).

«Что за овощ?»

Цель: развивать обоняние и вкусовые ощущения у ребенка.

Для игры понадобятся: различные овощи.

Описание: овощи вымыть и очистить. Участникам или участнику игры завязать глаза и давать по кусочку каждого из овощей. Ребенок должен определить какой это овощ. Игру лучше проводить двумя командами: это придаст ей соревновательный азарт. Выиграет та команда, участники которой дадут больше правильных ответов.

Игры на развитие восприятия.

Игра «Измеряем на глазок»

Цель: развитие зрительного восприятия

Учитель предлагает учащимся внимательно посмотреть на какой-нибудь предмет. Затем дети по очереди рисуют на доске этот предмет в полную величину. Учитель оценивает результаты, сравнивая рисунки с самим предметом. Победителем считается тот ученик, чей рисунок наиболее близок к оригиналу.

Игра «Развиваем глазомер»

Цель: развитие зрительного восприятия

Участники игры делятся на пары. Учитель предлагает одному из членов каждой пары на глазок отметить на доске рост своего товарища от пола, а также размах его рук. После этого учитель отмечает на доске действительный рост и размах рук школьника. Победителем становится тот, чей замер окажется более точным.

Игра «Угадай голоса»

Цель: развитие восприятия звуков

Участники могут сидеть в классе на своих местах. Кто-то из детей становится водящим. Он встает спиной к классу. После этого кто-то из игроков произносит 2—3 слова («сегодня жарко» и т. п.). Водящий должен узнать по голосу, кто это сказал. Для каждого водящего предлагаются 2—3 таких задания. В роли водящего должны побывать все участники игры.

Игра «Угадай мелодию»

Цель: развитие восприятия звуков, развитие слуха

Для развития восприятия звуков и слуха можно использовать отрывки с записями мелодий известных эстрадных песен. Отрывки предъявляются в течение 3—5 с. После предъявления мелодии дети пытаются отгадать ее. Каждый игрок, первым угадавший мелодию, получает одно очко. Победителем считается ученик, набравший наибольшее количество очков.

Игра «Развиваем чувство времени»

Цель: развитие восприятия

Участники игры располагаются в кругу. Ведущий просит их закрыть глаза и расслабиться. Ведущий говорит следующее: «Когда я скажу «начали», вы начинаете чувствовать время. Когда скажу «достаточно», вы по очереди мне скажете, сколько времени прошло». Обычно засекается 1, 1,5 или 2 мин. Побеждает тот, кто назвал время более точно.

Игры на развитие внимания

Игра «Мой любимый фрукт»

Цель: игра позволяет создать рабочий настрой в группе, также происходит развитие памяти, развитие способности к длительной концентрации внимания.

Участники группы представляются по кругу. Назвав себя по имени, каждый участник называет свой любимый фрукт; второй – имя предыдущего и его любимый фрукт, свое имя и свой любимый фрукт; третий – имена двух предыдущих и названия их любимых фруктов, а затем свое имя и свой любимый фрукт и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена и названия любимых фруктов всех членов группы.

Игра «Не собьюсь»

Цель: игра способствует развитию концентрации, распределения внимания

Предлагается следующие задания:

читать вслух от 1 до 31, но испытуемый не должен называть числа, включающие тройку или кратные трем. Вместо этих чисел он должен говорить: «Не собьюсь». К примеру: «Один, два, не собьюсь, четыре, пять, не собьюсь...»

Образец правильного счета: 1, 2, -, 4, 5, -, 7, 8, -, 10, 11, -, -, 14, -, 16, 17, -, 19, 20, -, 22, -, -, 25, 26, -, 28, 29, -, - _черта замещает числа, которые нельзя произносить).

Игра «Наблюдательность»

Цель: игра на развивает зрительное внимание. В этой игре выявляются связи внимания и зрительной памяти.

Детям предлагается по памяти подробно описать школьный двор, путь из дома в школу - то, что они видели сотни раз. Такие описания младшие школьники делают устно, а их одноклассники дополняют пропущенные детали.

Упражнение «Муха»

Цель: игра развивает концентрацию внимания

Для этой игры требуется доска с расчерченным на ней девятиклеточным игровым полем 3Х3 и небольшая присоска (или кусочек пластилина). Присоска выполняет роль "дрессированной мухи". Доска ставится вертикально и ведущий объясняет участникам, что перемещение "мухи" с одной клетки на другую происходит посредством подачи ей команд, которые она послушно выполняет. По одной из четырех возможных команд ("вверх", "вниз", "вправо" и "влево") "муха" перемещается соответственно команде на соседнюю клетку. Исходное положение "мухи" - центральная клетка игрового поля. Команды подаются участниками по очереди. Играющие должны, неотступно следя за перемещениями "мухи" не допустить ее выхода за пределы игрового поля.

После всех этих разъяснений начинается сама игра. Она проводится на воображаемом поле, которое каждый из участников представляет перед собой. Если кто-то теряет нить игры, или "видит", что "муха" покинула поле, он дает команду "Стоп" и, вернув "муху" на центральную клетку начинает игру сначала. "Муха" требует от играющих постоянной сосредоточенности.

Игра «Селектор»

Цель: игра развивает концентрацию внимания

Для упражнения выбирается один из участников игры - "приемник". Остальная группа - "передатчики" - заняты тем, что каждый считает вслух от разных чисел и в разных направлениях. "Приемник" держит в руке жезл и молча слушает. Он должен поочередно настроиться на каждый "передатчик". Если ему сложно услышать тот или иной "передатчик", он может повелительным жестом заставить его говорить громче. Если ему слишком легко, он может убавить звук. После того как "приемник" достаточно поработает, он передает жезл своему соседу, а сам становится "передатчиком". В ходе игры жезл совершает полный круг.

Игры на развитие памяти

Упражнение «10 слов».

Цель: развитие памяти, методика заучивания десяти слов позволяет исследовать процессы памяти: запоминание, сохранение и воспроизведение.

Ребенку предлагается 10 слов для запоминания. Например: книга, луна, звон, мед, окно, лед, день, гром, вода, брат. После прочтения ребенок повторяет запомнившиеся слова. Можно повторно зачитать слова после первого повтора. Через час, день можно вновь вернуться к прочитанным словам и вспомнить их.

Упражнение «Запомни и нарисуй».

Цель: развитие памяти

Ребенку для запоминания на 15-20 сек. предлагаются какие-либо символы или геометрические фигуры. Например:

Затем их закрывают, и ребенок рисует то, что запомнил. В конце можно сравнить полученные результаты.

Упражнение «Запомни пары слов».

Цель: развитие памяти

Подобрать 8-10 пар слов, связанных между собой по смыслу. Например:

Яблоко-сад
Курица-цыпленок
Книга-читать
Пылесос-уборка

Корова-молоко и др.

Взрослый зачитывает ребенку пары слов, затем повторяет первое слово, ребенок за ним-второе. Для тренировки долговременной памяти повторить пары слов через час, через день.

Упражнение «Запомни и нарисуй».

Цель: развитие памяти

Ребенку для запоминания на 15-20 сек. предлагается лист с написанными буквами (от 3 до 7). Например:

Затем взрослый закрывает буквы, ребенок по памяти рисует их на своем листике.

Можно использовать карточки с цифрами.

Игра «Снежный ком».

Цель: развитие памяти

Первый участник называет слово, второй - повторяет его слово и добавляет свое, Третий повторяет два предыдущих слова и свое... Кто запомнит ряд длиннее? Для игры можно выбрать определенную тематику: «Цветы», «Игрушки», «Овощи».

Игры на развитие мышления

Игра развитие мышления «Сокращение рассказа»

Цель: развитие организованности и повышение четкости, умения отвлекаться от мелочей.

Ход игры: Предъявляется отпечатанным или зачитывается короткий рассказ. Его содержание надо передать максимально сжато, используя лишь одно-два-три предложения, и так, чтобы в них не было ни одного лишнего слова. При этом основное содержание рассказа, конечно же, должно сохраниться, второстепенные же моменты и детали следует отбросить. Побеждает тот, у кого рассказ короче и при этом сохранено основное содержание. Возможна совместная доработка и «шлифовка» наиболее удачных ответов.

Упражнение на развитие мышления «Дерево, лист, плод»

Цель: Расширение представлений детей о живой природе. Материал:

Коробка с двумя отделениями;

Карточки с изображением и названием различных деревьев (ель, сосна, дуб, клен, липа, яблоня, вишня, груша, кокосовая пальма);

Карточки с изображением листьев этих деревьев;

Мелкие игрушки или естественные плоды этих деревьев.

Ход работы: Ребенок выбирает карточку с деревом и подбирает к ней карточку с листом и плод.

Упражнение на развитие мышления «Собрать фигуру»

Цели: развитие пространственных представлений, пространственного мышления и памяти; освоение сенсорных эталонов (геометрических фигур); развитие графических навыков.

Материалы: комплекты разрезных геометрических фигур по числу участников.

Необходимое время: 20-25 минут.

Процедура проведения

Каждому участнику выдается комплект разрезных геометрических фигур, необходимых для того, чтобы собрать все эталонные фигуры. После этого ведущий демонстрирует первую фигуру собранной, разрушает ее на глазах учащихся и просит детей собрать такую же из тех деталей, которые у них есть. Последовательно демонстрируются все эталонные фигуры, которые дети должны собрать самостоятельно, без опоры на образец.

Важно каждый раз убирать эталонную фигуру после ее демонстрации, не оставляя ее для соотнесения и копирования в то время, когда дети решают мыслительную задачу.

Если участники выполняют это задание с разной скоростью, целесообразно перейти к индивидуальному показу эталонов, что позволит сохранить интерес участников к данному упражнению.

Комментарии к занятию: Занятие будет удачным, если к этому времени ведущий сумеет установить контакт с учащимися, сформировать особый микроклимат на занятиях, отличный от атмосферы обычных уроков. Только в этом случае дети будут свободно фантазировать.

Решение мыслительных задач будет успешным, если психологу удастся на предыдущих занятиях развить мотивацию достижения успеха в деятельности и сформировать установку на достижение положительного результата. При выполнении второго упражнения необходимо оказывать помощь в организации деятельности учащимся которые в этом нуждаются

Упражнение на развитие мышления «План местности»

Цель: Развитие навыков совместной деятельности.

Материал: картонное игровое поле набор карточек с нарисованным планом местности игрушечные домики, деревья, мосты, река, озеро.

Проведение: Дети разбиваются на команды и выбирают любую карточку с планом и располагают игрушки в соответствии с этим планом.

Игра на развитие мышления «Исключи лишнее»

Цель: развитие мышление

Инструкция: выберите из 3 слов одно лишнее.

Цвет:

апельсин, киви, хурма
цыплёнок, лимон, василёк
огурец, морковь, трава
сахар, пшеница, вата.

Форма:

телевизор, книга, колесо
косынка, арбуз, палатка.

Величина:

бегемот, муравей, слон
дом, карандаш, ложка.

Материал:

банка, кастрюля, стакан
альбом, тетрадь, ручка

Вкус:

конфета, картошка, варенье
торт, селедка, мороженое

Вес:

вата, гиря, штанга
мясорубка, перышко, гантели

Игры на развитие воображения

Игра «Два волшебника»

Цель: развитие воображения, также нравственных оценок детей

Одному ребенку предлагается стать «добрым волшебником», а другому «злым». Как вариант, один ребенок может выполнять каждую роль последовательно. Вначале им предлагается изобразить мимику доброго и злого волшебников. Затем перечислить, какие

добрые и злые волшебства делает тот и другой. Затем придумать, каким образом добрый волшебник расколдует плохие дела злого.

Дети могут вместе или индивидуально нарисовать доброго и злого волшебников. У одного доброе лицо, а другого злое, а потом раскрасить волшебников так, чтобы сразу было видно, кто добрый, а кто злой. Нарисовать волшебные предметы — волшебную палочку, волшебный эликсир, волшебную шапку и т.п. Главное, чтобы сразу было видно, который добрый волшебник, а который злой.

Игра «Конфетный город»

Цель: развитие воображения

Это сюжетная игра для группы или одного ребенка.

Ведущий. Ты любишь конфеты?

А еще что ты любишь? Наверно, игрушки и кататься на каруселях, да?

Сейчас мы попробуем составить как можно больше предложений из твоих любимых слов: КОНФЕТА, ИГРУШКА, КАРУСЕЛЬ.

— Конфеты и сладости любят все дети. Один добрый волшебник решил доставить детям радость и с помощью волшебной палочки превратил один город в Город Сладостей. В этом городе все стало сладким. Дома и тротуары, деревья и машины, карусели и игрушки, скамейки в парке и автомобильные знаки — все стало из карамели, бисквитов, мороженого и шоколада.

— Подумай и расскажи, как живется жителям в таком городе.

— Что происходит, когда в городе наступает жара или идет дождь?

— Ты сам хотел бы жить в таком городе?

За лучший рассказ присуждается звание «главного конфетного мастера». Затем детям предлагается оформить часть игровой комнаты как «Конфетный город». Дети придумывают новые названия конфет, вспоминают как можно больше названий сладостей и записывают их на бумажках (или это делает взрослый ведущий). Из них выбирают названия улиц, площадей, парков «Конфетного города». Все это можно оформить в виде картины-плана «Конфетного города».

Игра «Волшебное дерево»

Цель: развитие воображения

Лучше, если для этой игры будет использован большой ветвистый сук, который имитирует дерево, но можно использовать вешалку или искусственную елку. На него вешают самые разные предметы, которые взяли у детей (шарфики, ручки, бантики и т.д.). Детям говорится, что это волшебное дерево и поэтому все, что на него повесили, становится волшебным. Каждый ребенок должен подойти к дереву и снять с него предмет, принадлежащий конкретному игроку. (Например, «волшебный» предмет Пети или Маши или Тани и т.д.) Ребенок должен угадать, какой предмет принадлежит игроку, и придумать, какое «волшебство» может выполнить этот предмет. (Например, заставить владельца танцевать, или громко смеяться, или петь, или скакать на одной ножке и т.п.) Если он угадал владельца предмета правильно, то «волшебство» исполняет хозяин предмета, а если ошибся, то «волшебное действие» выполняет сам.

Для более маленьких детей возможен более простой вариант игры «Волшебное дерево». На нарисованное Дерево прикрепляют изображения различных предметов. Затем ребенку предлагается определить, что реально может находиться на дереве, а что является лишним. Например: «Представь, что существует волшебное дерево, на котором может вырасти все, что вообще растет на деревьях (а может быть, живет среди ветвей). Художник нарисовал такое дерево, но много напутал. Посмотри внимательно и скажи, что правильно и чего нет на этом рисунке».

Игра «Превращения»

Цель: развитие воображения

Ведущий берет какой-нибудь предмет (стакан, мячик, ручку и т. д.). Затем с помощью пантомимы манипулирует с предметом, «превращая» его во что-то. Например, стакан становится вазой, подзорной трубой или подсвечником, мячик — яблоком, коlobком, воздушным шаром, ручка — указкой, шпагой, ложкой и т. п. Дети должны угадать, во что превратился этот предмет. Когда всем становится ясно, во что превратился он, его передают другому участнику игры и просят «превратить» во что-нибудь другое.

Для большего интереса игры будет лучше, если дети заранее приготовят каждый свой предмет и придумают, во что они его «превратят». Затем они показывают предмет с соответствующими манипуляциями. Чем больше участников правильно угадают, во что превратился предмет, тем лучше результат игры. Важно, чтобы каждый ребенок участвовал в игре.

Игра «изобретатель»

Цель: развитие воображения, также активизирует мышление

Ребенку предлагается несколько задач, результатом которых должно явиться изобретение. На работу дается 15 минут. За это время ребенок должен сформулировать свое изобретение по каждой задаче.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ РАЗВИТИЮ ВЫСШИХ ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ У УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

ДЕЛОВЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

Упражнение «Телефакс»

Цель: развитие восприятия, внимания, памяти, образного мышления, воображения.

Время проведения: 15 минут.

Подготовка:

Нарисуйте на листах бумаги несколько нетрудных для изображения объектов: дерево, дом, рыбу, цветок. Кроме того, каждой команде понадобятся бумага и карандаш.

Этапы игры:

1. Группа делится на команды по шесть-восемь игроков в каждой. Все садятся один позади другого на стулья (спинки стульев надо повернуть в сторону) или на пол. Первый в ряду игрок получает чистый лист бумаги и карандаш, последний - карточку с рисунком (больше ее не должен видеть никто).

2. Каждая команда сейчас будет работать, как телефакс. Члены команды пытаются как можно быстрее и точнее переправить сообщение. Это сообщение – простое изображение предмета, который рисуется указательным пальцем на спине впереди сидящего. Игроки не должны переговариваться между собой.

3. Когда «сообщение» дойдет до первого члена команды, он изображает на листе бумаги предмет, который, как ему кажется, рисовали на его спине, и кричит «Готово!». После этого можно сравнить обе карточки.

4. Перед началом следующего раунда выясните, будут ли команды менять последовательность игроков.

5. В конце игры обсудите несколько вопросов:

- Слаженно ли работала команда?
- Как можно было повысить эффективность работы?
- Почему скорость, с которой команды выполняли задания, была различной?

Варианты:

Игроки могут посылать и текстовые сообщения, например, простые слова: «да», «нет», «алло», «ура» и т.д.

Интеллектуальная игра для школьников «Верю – не верю»

Цели и задачи: выявление уровня знаний учащихся по определенной теме, передача им новых знаний, контроль знаний учащихся.

Участники: ведущий, 10-30 учащихся 5-11 классов.

Реквизит: тематические вопросы, жетоны, таблички «ДА» и «НЕТ».

Время проведения: 45 минут.

Ход игры:

Все участники упражнения становятся в колонну в середине комнаты. С одной стороны от них на стене находится табличка «ДА», с другой «НЕТ». Ведущий читает вопросы, которые начинаются со слов «Верите ли вы, что...». После того как вопрос прочитан, участники отходят к одной из табличек, в зависимости от своего мнения. По итогам каждого вопроса, те учащиеся, которые верно заняли позицию, получают по одному жетону. Все участники вновь становятся в середину комнаты. Побеждает тот, кто в итоге всего упражнения наберет наибольшее количество жетонов.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ

Игра «Составление предложений»

Ребенку или детям, если работа проводится с группой ребят, предлагается три слова, не связанные между собой по смыслу, например «озеро», «карандаш», «медведь». Дается задание: составь как можно больше предложений, которые бы обязательно включали все эти три слова (можно менять число и падеж этих слов, а также использовать другие слова). Надо предупредить ребят, что время выполнения задания ограничено — 10 минут при групповом занятии и 15—20 минут при индивидуальной форме занятия.

Ответы ребят могут быть банальными: «Медведь уронил в озеро карандаш», а могут быть и сложными, с введением новых объектов: «Мальчик взял карандаш и нарисовал медведя, который ловил рыбу в озере». Ответы могут быть и по-настоящему творческими, интересными: «Мальчик, тонкий, как карандаш, стоял возле озера, которое ревело, как медведь».

Эта игра развивает способность устанавливать связи между предметами и явлениями, творчески мыслить, создавать новые целостные образы из разрозненных предметов.

Если ребенок работает индивидуально, то кто-то из родителей тоже должен придумать предложения из данных слов и показать ребенку, какие еще могут быть связи между этими предметами. При групповой форме работы важно выслушать все придуманные ребятами предложения. Следует обязательно поощрить ребят, придумавших самые оригинальные предложения. Но еще более важным является развернутое обоснование, почему именно тот или иной ответ нравится или не нравится, интересен или нет.

Можно порекомендовать следующие группы слов для выполнения данного задания:

- река, ручка, собака;
- дерево, тигр, человек;
- мост, человек, тетрадь и др.

Игра «Поиск общих свойств»

Детям предлагаются два слова, мало связанные между собой.

Например: блюдо и лодка, карандаш и уголь, мел и мука, матрешка и конструктор, консервная банка и чашка и т. д.

За 10 минут ребенок должен написать как можно больше общих признаков для этих предметов. Если родители занимаются с ребенком индивидуально, то это задание должны выполнить и они, чтобы затем вместе с ребенком обсудить результаты, т.е. общие свойства пары предметов, которые они нашли.

Ответы могут быть стандартными: в примере «блюдо и лодка» могут быть названы такие общие свойства, как «сделаны человеком», «имеют глубину», но очень важно найти как можно больше и таких признаков. Особенно ценными являются необычные ответы, позволяющие увидеть предложенные слова в совершенно новом свете.

При групповой работе очень важно выслушать все ответы ребят. В игре побеждает тот из учащихся, у кого список общих признаков больше, длиннее. При обсуждении с детьми названных признаков следует обратить внимание на характеристику этих признаков, насколько они существенны или являются несущественными для данных предметов, т.е. - второстепенными. Эта работа необходима для того, чтобы дети научились вскрывать связи между предметами, а также предельно четко усвоили, что такое существенные и несущественные признаки предметов.

РАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Упражнение «Угадай»

Цель: развитие памяти, развитие внимания.

Форма проведения: групповая.

Ход игры: Взрослый (психолог, воспитатель, учитель) рисует начало рисунка, потом дети по очереди подрисовывают какие-либо детали, создавая картинку. В то время, когда один ребенок находится у доски, другие закрывают глаза, и открывают их по команде взрослого. Дети должны угадать: какая новая деталь появилась.

Упражнение «НЛО»

Цель: развитие воображения, активизация внимания, мышления и речи.

Оборудование: бумага и цветные карандаши.

Ход игры: – Ребята, сегодня вы будете рисовать инопланетянина. Для того, чтобы нарисовать его продумайте сначала каким он будет. Включите всю свою фантазию.

Детям отводится около 15-20 минут на рисование. После каждый ребенок рассказывает о своем персонаже, где он живет, чем питается, как взаимодействует с другими, о его качествах.

Это упражнение можно использовать в психодиагностических целях, так как рассказывая о своем герое, ребенок проецирует свои качества и чувства.

Упражнение «Взгляд в будущее»

Цель: развитие воображения, изобразительных навыков, активизация мышления и речи.

Возраст: дошкольный, младший школьный.

Оборудование: лист бумаги и карандаши.

Правила проведения: Ведущий: «Ребята, никто из нас не может знать, что нас ждет в будущем. Я имею в виду то далекое будущее, которое наступит лет через 100 или 200. Давайте выступим в роли писателей-фантастов и придумаем описание и рисунок. Вы можете нарисовать автомобиль будущего или дом, в котором будут жить люди в будущем. Также можете нарисовать космический корабль, фантастический пейзаж или другую планету, которую предстоит открыть в будущем».

По окончании работы дети рассказывают о своих работах.

Игра «Пуговицы»

Цель: развитие внимания, памяти.

Правила проведения: Играют два человека. Перед ними лежат два одинаковых набора пуговиц, ни одна пуговица не повторяется. У каждого игрока есть игровое поле – это квадрат, разделенный на клетки. Начиная игру выставляет на своём поле 3 пуговицы, второй игрок должен посмотреть и запомнить, где какая пуговица лежит. После чего первый игрок закрывает листком бумаги своё игровое поле, а второй должен на своём поле повторить то же расположение пуговиц.

Чем больше в игре используется клеток и пуговиц, тем игра становится интересней и сложней.

Игра «Исключи лишнее»

Цель: развитие мышления

Инструкция: выберите из 3 слов одно лишнее.

Цвет:

- апельсин, киви, хурма
- цыплёнок, лимон, василёк
- огурец, морковь, трава
- сахар, пшеница, вата.

Форма:

- телевизор, книга, колесо
- косынка, арбуз, палатка.

Величина:

- бегемот, муравей, слон

- дом, карандаш, ложка.

Материал:

- банка, кастрюля, стакан
- альбом, тетрадь, ручка

Вкус:

- конфета, картошка, варенье
- торт, селедка, мороженое

Вес:

- вата, гиря, штанга
- мясорубка, перышко, гантели

Упражнение «Коллективный счет»

Правила проведения: участники стоят в кругу, опустив головы вниз и, естественно, не глядя друг на друга. Задача группы – называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Общей целью группы становится ежедневное увеличение достигнутого числа при уменьшении количества попыток. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число.

Упражнение «Осознание границ»

Упражнение демонстрирует эффект направленности внимания и осознания на определенные участки – физические границы тела, занимающие важное место во внутренней психологической карте человека и связанные с устойчивым «образом себя» (на языке физиологии именуемым «схемой тела»), влияющим на самооценку и отношения с окружающими. По образному выражению А. Лоуэна, человек «пришвартован» к реальности на обоих концах тела: внизу через контакт с землей», а наверху – через макушку головы. Подобный подход используется в даосских психотехниках, где уделяется обостренное внимание трем «кончикам тела»:

1. темени – для усиления ощущения восходящих потоков «энергии» (граница «человек – небо»);
2. ладоням – воспроизведение чувства упора в пальцах и ладонях (граница «человек – человек»);
3. ступням – усиление ощущения нисходящих потоков «энергии» (граница «человек – земля»).

Очевидно, что в процессе возрастного формирования физического «образа себя», ощущение «границ» (или различие «Я – не-Я») является одним из начальных этапов, связанным с ранним детством. Поэтому важным моментом для продуктивной работы с «границами», наряду с концентрацией внимания, является переход в состояние детско-созерцательного восприятия. При выполнении упражнения человек должен стремиться почувствовать себя буквально так, как чувствует себя ребенок, который впервые начинает осознавать собственное тело и окружающий мир.

Еще одним важным моментом данного упражнения является то, что вызываемое в нем чувство отграничения, выделения себя из окружающего мира, несмотря на кажущуюся

противоположность, является близким медитативному ощущению всепроникающего единства с миром.

Первоначально упражнение выполняется в положении лежа, после предварительной релаксации (по мере тренированности – в произвольной позе). Внимание и вместе с ним дыхание направляются на область тела, соответствующую одной из перечисленных «границ». Внимание удерживается в заданной области в течение нескольких минут. Наблюдайте, как с каждым выдохом дыхание «передается» в выбранные участки тела, постепенно создавая в них ощущение тепла, «энергии». Через 3 – 5 минут переключайте внимание и дыхание на следующую «граничную» область. После того как будут пройдены все три «границы» по отдельности, объедините их, распределяя внимание одновременно на пять точек, соответствующих фигуре пятиконечной звезды (модификацией упражнения является направленность внимания на шесть точек, или два треугольника, соответствующих шестиконечной звезде). Важно представить, что тело как бы растягивается, вы словно становитесь выше ростом. При этом вдоль позвоночника возникает ощущение «натянутой струны». Затем представьте, что ваше тело заключено со всех сторон в непроницаемую сферическую оболочку. Мысленно постарайтесь раздвинуть этот «кокон», упираясь в него в 5 точках: кистями, стопами, макушкой головы.

Распределение «телесно-направленного» внимания одновременно на большое число объектов, близких к максимальной пропускной способности канала осознаваемого восприятия по Г. Миллеру – 7 ± 2 единицы или превышающих его, вызывает так называемую сенсорную перегрузку и способствует формированию особого состояния сознания. Аналогичным образом влияет на состояние сознания и выравнивание ощущений в удаленных участках левой и правой половин тела, способствующее достижению баланса активности левого и правого полушарий мозга.

Примечание. Упражнение, помимо оздоровительных целей, имеет важное практическое применение в повседневной жизни. Оно помогает человеку быстро прийти в себя в ситуации внезапного стресса, когда «земля плывет под ногами» и теряется эмоциональное равновесие и самообладание. Особенно необходимо оно людям, чрезмерно волнуемым перед публичными выступлениями (артистам на сцене, ораторам перед трибуной или спортсменам перед выходом на старт).

Нужно заметить, что физические, телесные границы человека («внешнее тело», по М.М. Бахтину) представлены в его внутреннем мире («внутреннее тело» по Бахтину, или «виртуальное тело» по Н.А. Носову) таким образом, что оказываются тесно связанными с его общением с окружающими. Границы телесных контактов предстают границами эмоциональных контактов, сочувствия и эмоциональной отстраненности, границами замкнутости и общительности, влияния на других и подверженности чужому влиянию, автономности и зависимости, а также разнообразными стереотипами и внутренними ограничениями, через которые человек может перешагнуть в процессе работы над собой. Как показывает опыт телесно-ориентированной психологии, работа с телесными границами приводит к совершенствованию связанных с ними аспектов личности, является важным инструментом личностного роста.

ИГРЫ, ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ, РАЗВИВАЮЩИЕ ПАМЯТЬ ПОДРОСТКОВ

Имена обитателей НЛО.

Необходимо как можно быстрее запомнить имена обитателей НЛО.

Их зовут:

Вен, Мал, Чук, Неф, Тад, Маг, Пак, Кан, Ден.

Задание 1. Повтори эти имена.

Задание 2. Что можно предпринять, если имена не запоминаются?

Попытайся связать каждое имя с тем, на что похоже это слово, с тем, что хорошо известно.

Например:

Вен звучит как «в N», т.е. в городе N; от слова «вена» и т.д.

Мал смял; ломал и т.д.

Чук Чук и Гек; чукча и т.д.

Неф звучит как имя еще одного поросенка компании Ньюф-Нюфа, Наф-Нафа и Ниф-

Нифа и т.д.

Тад как очень похожее на имя Тэд и т.д.

Маг маг-кудесник; мак (цветок); смак (название передачи) и т.д.

Пак от слова «упаковка» и т.д.

Кан почти название известного города Канн во Франции и т.д.

Ден мужское имя англоязычных народов и т.д.

Задание 3. Вспомни имена обитателей НЛЮ.

Каждое слово что-то обозначает

Задание 1. Необходимо быстро запомнить много слов. Послушай и повтори!
Внимание!

Сыр, платье, книга, колбаса, компот, шарф, карандаш, костюм, бумага, варенье, брюки, тетрадь, суп, ручка.

Все слова после одного прочтения запомнить почти невозможно. Но можно проявить смекалку и найти способ запоминания, своего рода палочку-выручалочку.

Слово всегда что-то обозначает. Представьте то, что обозначают эти слова. Они обозначают весьма конкретные предметы:

- продукты;
- одежду;
- школьные принадлежности.

Конкретные предметы довольно легко разместить по определенным местам:

- продукты — в холодильник;
- одежду — в шкаф;
- школьные принадлежности — в портфель.

Задание 2. Слова зачитываются еще раз. Необходимо вспомнить, что лежит в холодильнике, в шкафу и в портфеле.

Задание 3. Подсчитайте количество правильно названных слов.

Игру можно считать успешной, если было правильно названо 10—11 слов.

От слова к рассказу

Вариант 1:

Задание 1. Постарайся объединить несколько слов таким образом, чтобы получился рассказ.

Слова:

поляна, колесо, чашка, экскаватор, нора, лупа, весы, ведро, листья, овраг.

Задание 2. Расскажи, что получилось.

Задание 3. Вспомни те слова, которые были даны для сочинения рассказа.

Вариант 2:

Слова:

дружба, весна, крокодил, цветы, катастрофа, песни, деньги, горе, болезнь, январь.

Задания те же.

Вариант 3:

Слова:

пожар, вечер, ягоды, лужа, праздник, паровоз, требование, утенок, заявление, голос, курсант.

Задания те же.

Числовой лабиринт, или игра для математика

124
428
357
469
582
929
142
248
753
649
528
299
241
842
735
496
825

214
828
537
949
852

421
284
573
994
285
992

Задание. Числа и их местонахождение надо запомнить. На запоминание дается 5 минут. Далее рисунок убирается, а испытуемому предлагается его воспроизвести.

Как правило, запомнить механически эти числа не удастся никому. Количество правильно воспроизведенных чисел зависит от того, какие закономерности составления данного лабиринта нашел играющий.

При составлении задания использовались 2 принципа:

1) числа, расположенные по диагонали, умножаются на 2:

$$124 \times 2 = 248 \times 2 = 496 \times 2 = 992;$$

2) по вертикали числа представляют собой комбинации из имеющихся цифр исходного числа. Примечание. При выполнении этого задания, как правило, бывает много ошибок. Необходимо проанализировать их причины:

- невнимательность;
- неумение найти способ запоминания;

- слабая природная память;
- что-то еще?

Калейдоскоп явлений

Задание 1. Играющий самостоятельно читает нижеприведенный набор слов. Необходимо запомнить все, без исключения, слова.

Соревнование, весна, голубика, дружба, лужи, черника, переживания, судья, спринт, март, свисток, страдания, чувства, награды, земляника, вишня, листья, победа, травма, поздравления, страсть, тренировка, праздник, результаты, измена, малина, проигрыш.

Для того, чтобы запомнить эти слова полностью, необходимо применить способы запоминания, связанные с ассоциациями.

Сначала ищем ключевые слова: например, весна, ягоды, спорт, дружба.

Затем ищем связи ключевых слов с остальными словами.

Итак:

- весна — лужи, март, листья, поздравления, праздник;
- ягоды — голубика, черника, земляника, вишня, малина;
- спорт — соревнования, судья, спринт, свисток, награды, победа, травма, тренировка, результаты, проигрыш;
- дружба — переживания, страдания, чувства, страсть, измена.

Задание 2. Постарайся припомнить все слова, используя для этого ключевые слова.

Примечание. Оказывается, что упорядочить можно любую информацию. Главное условие заключается в том, чтобы найти способ, который будет составлять основу данной конструкции. Известны два пути поиска опорного пункта при запоминании. В одном случае, опираемся на то, что дано, ищем опорный пункт в уже данном материале. В другом случае, придумываем его, привносим от себя, отталкиваемся от своих знаний, ощущений, пристрастий, интересов. Оба способа имеют право на существование.

Барабан

Задание 1. Придумай способ, с помощью которого можно запомнить букву и ее местонахождение на этом игровом барабане.

Задание 2. Нарисуй, не подглядывая, что и как расположено на игровом барабане.

Задание 3. Расскажи, каким способом запоминал.

Примечание. Надо приветствовать ситуацию, когда ребенок придумывает несколько способов запоминания. Это говорит о творческой направленности его мышления. В тех случаях, когда ребенок нашел несколько способов запоминания, но правильно воспроизвести эту картинку не смог (ошибся в написании или местонахождении букв), надо особое внимание уделить развитию памяти. Такого рода результаты указывают на недостаточное развитие, скорее всего, его природной памяти.

Звери в состоянии невесомости

Задание 1. Посмотри внимательно на этот рисунок. Звери попали в необычную ситуацию. Постарайся запомнить расположение зверей. На запоминание дается 3 минуты.

Задание 2. Необходимо нарисовать то, что удалось запомнить.

Задание 3. Необходимо обсудить с ребенком процесс запоминания.

Примечание. Существует несколько способов запоминания положения зверей.

1) Большой квадрат разделен на 9 маленьких квадратов. При запоминании, таким образом, можно опираться на положение животного относительно стороны маленького квадрата.

2) Звери повторяются. Поэтому сначала можно запомнить расположение ежей, затем — лис и т.д.

3) Звери чередуются. Поэтому можно найти закономерности их расположения.

4) Можно совместить способы запоминания.

Счет с наращиванием

Эту игру придумал известный психолог, академик В. Д. Шадриков. Задача заключается в том, чтобы складывать два числа, а результат прибавлять к третьему. Полученную сумму надо запомнить и к ней прибавить результат сложения следующих двух однозначных чисел и т.д.

Например, игроку называется исходное число (667), далее называются два однозначных числа (2; 7), которые играющий должен сложить, а сумму — запомнить:
 $667; 2; 7 \rightarrow 2 + 7 = 9 + 667 = 676$

Операции играющего:

$3; 5 \rightarrow 3 + 5 = 8 + 676 = 684$ и т. д.

Если задание понятно, можно начинать игру.

Исходное

число

Тестовый материал

237

3

7

4

6

5

1

2

7

7

1

9

и т.д.

5

2

1

2

3

2

4

5

6

8

1

Операции

играющего

$$237+8=245$$

$$245+9=254$$

$$254+5=259$$

$$259+8=267$$

$$267+8=275$$

$$275+3=278$$

$$278+6=284$$

и т.д.

Играющий должен это число назвать и запомнить. Это задание можно усложнить или упростить в зависимости от возраста, опыта, способностей ребенка. Для того, чтобы играющему было легче считать и запоминать, надо предложить ему называть (проговаривать) все операции.

«Счет с наращиванием» можно использовать как развивающую индивидуальную игру, как коллективную игру-соревнование на длительность безошибочной игры и как тест, позволяющий определить силу оперативной памяти человека. Оперативная память — память, обслуживающая какие то действия человека, которая необходима ему в процессе конкретной деятельности. Человек с хорошей оперативной памятью отличается тем, что помнит все, касающееся его текущего занятия, но после окончания работы он может забыть большую часть имевшей место информации.

Как правило, это второстепенная информация, т.е. нюансы, штрихи, детали.

После окончания игры участников можно спросить, помнят ли они те числа, которые складывали.

Ассоциации

Задание 1. Я буду называть тебе слова, а ты отвечай мне на каждое мое слово своим, первым пришедшим тебе в голову.

Внимание!

1. Родина
2. Сквер
3. Геометрия
4. Фальсификация
5. Удар
6. Ошибка
7. Камин
8. Контроль
9. Ножницы
10. Любовь
11. Беда
12. Свидание
13. Сказка
14. Необычность
15. Костер
16. Записка
17. Губы
18. Проблема
19. Родители
20. Кризис

Задание 2. Постарайся вспомнить слова, которые я называл.

Примечание. В данной игре применяется уже известный прием — ассоциации — установление связей запоминаемого с чем-либо известным по сходству, подобию, смежности или противоположности.

Тесты на уровень развития познавательных процессов у подростков

Для диагностики познавательных процессов подростка педагогами и психологами используются разного рода игры, тесты и упражнения. Некоторые из них подходят и для самостоятельной проверки уровня развития ребенка 10-15 лет — его памяти, внимания, мышления и воображения.

Результат любого теста — не окончательный диагноз. Это повод обратить внимание на проблему, обсудить ее с педагогами и психологом.

1. Тест на кратковременную зрительную память

Для оценки того, как развита кратковременная зрительная память подростка, на практике часто применяется тест «Память на числа». [5]

Подготовьте таймер. Покажите ребенку карточку с таблицей в виде 12 двузначных чисел:

3	1	7	9
5	3	9	1
3	4	1	7

За 20 сек. он должен запомнить как можно больше чисел, а потом воспроизвести их на бумаге в том же порядке, что и на карточке.

Чтобы оценить, как развита память подростка, нужно посчитать количество чисел, которые ребенок успел запомнить. Норма для подростка от 12 лет — 5-7 правильных ответов.

2. Тест на избирательность внимания

Для изучения внимания среди прочих тестов на практике часто применяется методика Мюнстерберга. [5]

Покажите ребенку карточку с буквами, прописанными в несколько строк. Среди этого бессмысленного текста он должен найти 25 зашифрованных слов. Время работы — 2 мин.

б з е р к а л о в т р г щ о ц э н о м е р з г у ч т е л е ф о н ь х э ь г ч я п л а н ь у с т у д е н
т т р о ч я г щ

ш г ц к п к л и н и к а г у р с е а б е с т а д и я е м т о д ж е б ь а м ф у т б о л с у ж д е н и
е ф ц у й г а х т

й ф л а б о р а т о р и я б о л д ж щ з х ю э л г щ ь б в н и м а н и е ш о г х е ю ж и п д р г
щ х щ н з д м ы с л ь

й ц у н е н д ш и з х ь в а ф ы п р о л д р а д о с т ь а б ф ы р п л о с л д п о э т е с с а я ч с
и н т ь п п б ю н

бюегрустьвуфциеждлшррпдепутатшалдхэшщгиернкуыфй
щоператорэк

цууждорлафывюфбьконцертйфнячыувскаприндивидзжэьею
дшщглоджшзю

прводолаздтлжэзбьтрдшжнпркывтрагедияшлдкуйфвоодуш
евлениейфрл

чвтлжэхьгфтасенфакультетгшдщнруцтргшчтлрвершинанлэ
щцьфезхжьб

эркентаопрукгвсмтрхирургияцлкбщтбплмстчьйфясмтщзай
эьягнтзхтм

Если ребенок не уложился в 2 мин. и не нашел все зашифрованные слова, то уровень концентрации внимания ниже среднего. Все 25 слов, найденные за положенное время, — хороший результат. Если в запасе еще осталось время — отличный результат.

3. Тест на уровень аналитического мышления

Чтобы установить, как развито аналитическое мышление у подростка 10-12 лет, педагоги часто применяют тест «Исключи слова». [5]

Предложите ребенку проанализировать 15 строк со словами, объединенных по общему родовому признаку. Из каждого набора слов нужно найти лишнее. Время выполнения теста — 5 мин.

1. Дуб, дерево, ольха, тополь, ясень.
2. Василий, Фёдор, Иван, Петров, Семён
3. Молоко, сыр, сметана, мясо, простокваша.
4. Секунда, час, год, вечер, неделя.
5. Горький, горячий, кислый, соленый, сладкий.
6. Футбол, волейбол, хоккей, плавание, баскетбол.
7. Темный, светлый, голубой, яркий, тусклый.
8. Самолет, пароход, техника, поезд, дирижабль.
9. Смелый, храбрый, решительный, злой, отважный.
10. Треугольник, отрезок, длина, квадрат, круг.
11. Приставка, предлог, суффикс, окончание, корень.
12. Дождь, снег, осадки, иней, град.
13. Запятая, точка, двоеточие, тире, союз.
14. Сложение, умножение, деление, слагаемое, вычитание.
15. Круг, квадрат, треугольник, трапеция, прямоугольник.

Ключ: 1. Дерево. 2. Петров. 3. Мясо. 4. Вечер. 5. Горячий. 6. Плавание. 7. Голубой. 8. Техника. 9. Злой. 10. Длина. 11. Предлог. 12. Осадки. 13. Союз. 14. Слагаемое. 15. Круг.

Оцените результат теста, чтобы установить, как развита логика и мышление подростка. Если ребенок дал 10-15 правильных ответов, его аналитическое мышление соответствует возрастной норме. При меньшем количестве правильных ответов уровень аналитического мышления, возможно, требует развития.

4. Тест на уровень воображения

В основном, тесты на уровень развития воображения — это опросники, цель которых выявить определенные творческие способности ребенка.

Попробуйте установить, как развито воображение у подростка, ответив утвердительно или отрицательно на ряд вопросов:

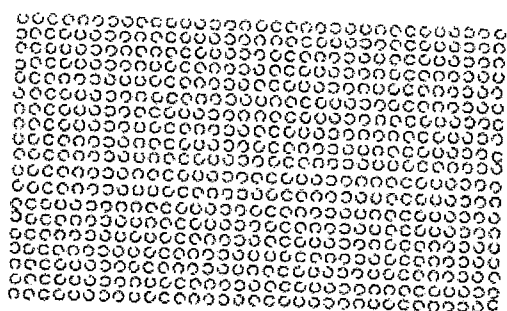
- Ребенок любит рисовать.
- Ребенка сложно оторвать от любимого занятия.
- Ребенок постоянно чем-то занят.
- Когда ребенок рассказывает какую-то историю, он непременно приукрашивает ее.
- Ребенок активен и инициативен в школе и дома.
- Ребенок сам выбирает себе одежду, ориентируясь на собственные вкусы.
- Ребенок любит слушать музыку.
- Ребенок часто рассказывает о красочных снах, которые ему снятся.
- Ребенок ярко проявляет эмоции во время просмотра фильма (смеется, плачет).

Большинство ответов «да» — у ребенка среднее или богатое воображение.
Большинство ответов «нет» — у ребенка низкий уровень воображения.

Тесты для определения уровня развития внимания, памяти, мышления и воображения у младших школьников

Проверить уровень развития познавательных способностей вашего ребенка вы можете с помощью несложных тестов. Не расстраивайтесь, если результат окажется низким. Просто старайтесь больше заниматься с ребенком тем, что у него плохо получается.

Проверка внимания. «Кольца Ландольта»



Нарисуйте таблицу с двумя видами колец — с прорезью сверху и слева. Ребенок должен в течение 5 минут зачеркнуть как можно больше колец одного вида. Детям постарше можно предложить вычеркивать разными линиями оба вида колец. Чем больше символов удалось зачеркнуть правильно, тем выше уровень внимания ребенка. Этот тест подходит для любого возраста и как упражнение для развития внимания.

Проверка памяти

Составьте список из 10 простых, не связанных между собой слов. Медленно прочитайте слова вслух и попросите ребенка повторить все, что он запомнил. Повторяйте чтение до тех пор, пока ребенок не запомнит все 10 слов (но не более пяти раз). Если ребенок с первого раза запоминает 4-5 слов, а все слова — после 3-5 повторов, проблем с памятью нет.

Проверка логического мышления

Выберите слово, нужное по смыслу

- 1) волк : пасть = птица: ?
 - а) воздух б) клюв в) соловей г) яйцо д) пение
- 2) библиотека: книга = лес: ?
 - а) береза б) дерево в) ветка г) бревно д) клен
- 3) птица: гнездо = человек: ?
 - а) люди б) рабочий в) птенец г) дом д) разумный
- 4) школа: обучение = больница: ?
 - а) доктор б) больной в) лечение г) учреждение

Если правильных ответов меньше половины — стоит обратить внимание на развитие мышления.

Тест на воображение: «нарисуй что-нибудь»

Ребенку предлагают нарисовать все, что он захочет, в течение 4-5 минут. Обратите внимание, есть ли в рисунках фантазия, эмоциональность, тщательно ли проработаны детали; придумал ли ребенок что-то оригинальное. Если за отведенное время ребенок ничего определенного не нарисовал, стоит заняться развитием воображения.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575803

Владелец Алёшин Дмитрий Геннадиевич

Действителен с 29.03.2021 по 29.03.2022