



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**
«ЧЕЛЯБИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЧГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ВНИМАНИЯ МЛАДШИХ
ШКОЛЬНИКОВ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ С
ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ**

**Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»**

**Профиль программы бакалавриата
«Психология и педагогика инклюзивного образования»**

Работа _____ к защите
рекомендована/не рекомендована

« ___ » _____ 2016 г.
зав. кафедрой ТиПП
_____ Кондратьева О.А.

Выполнила:
Студентка группы ОФ-410/098-4-1
Амелина Дарья Михайловна

Научный руководитель:
к. пед. н., доцент кафедры ТИПП
Попова Евгения Викторовна

**Челябинск
2016**

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
Глава 1. Коррекция внимания младших школьников с СДВГ как психолого- педагогическая проблема	6
1.1. Внимание как психический процесс и его формирование	6
1.2. Особенности внимания младших школьников с СДВГ	13
1.3. Модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ	17
Глава 2. Организация исследования внимания младших школьников с СДВГ.	29
2.1. Этапы ,методы и методики исследования	29
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования	38
Глава 3. Опытное экспериментальное исследование психолого- педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ	45
3.1. Программа психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ	45
3.2. Анализ результатов проведенной психолого- педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ	53
3.3. Психолого-педагогические рекомендации по коррекции внимания младших школьников с СДВГ	59
Заключение	68
Библиографический список	71
Приложения	76

ВВЕДЕНИЕ

Внимание – очень важный психический процесс, который является условием успешного осуществления любой деятельности детей как внешней, так и внутренней, а его продуктом – качественное выполнение деятельности.

Проблемой изучения внимания в течение многих десятков лет занимались и занимаются известные зарубежные и отечественные психологи, и педагоги (Л.С.Выготский, П.Я.Гальперин, И. Гербарт, Н.Ф. Добрынин, Л.Н. Леонтьев, Дж. Миль, Р.С.Немов, Т. Рибо, С.Л. Рубинштейн, Г.А. Урунтаева и многие другие) [цит.по 17,с.160]. Они выдвигали множество теорий внимания, но, несмотря на значительное количество исследований, проблема внимания не стала менее значимой. По-прежнему продолжаются споры о природе внимания[17, с. 170].

Одни ученые утверждают [33,с.327], что как особого, независимого процесса внимания не существует, что оно выступает лишь как сторона или момент любого другого процесса или деятельности человека. Другие полагают [33,с.375], что внимание представляет собой вполне независимое психическое состояние человека, специфический внутренний процесс, имеющий свои особенности, несводимые к характеристикам других познавательных процессов. Практически все исследования подчеркивают индивидуальность внимания.

Проблема развития произвольного внимания детей уже давно интересует и волнует воспитателей, учителей, психологов. Известно насколько сложна и объемна программа начальных классов, и как трудно бывает ребенку, который не умеет удерживать внимание на деталях, не сосредоточен на работе, рассеян, неусидчив, невнимателен, в особенности, если речь о ребенке с гиперактивностью и дефицитом внимания.

Актуальность проблемы обусловлена высокой распространённостью синдрома в детской популяции и его большой социальной значимостью.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью находится в фокусе интересов различных специалистов из разных ведомств: неврологов, психиатров, психологов, дефектологов и педагогов, - в связи с чем, традиционно для полидисциплинарных предметов, актуальны вопросы синтетического восприятия проблемы и междисциплинарного взаимодействия[17,с.68].

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию внимания детей младшего школьного возраста с СДВГ.

Объект исследования: внимание детей младшего школьного возраста с СДВГ.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция внимания младших школьников с СДВГ.

Гипотеза исследования: внимание младших школьников с СДВГ изменяется после проведения психолого-педагогической коррекции

Задачи исследования:

1. Провести анализ литературы по проблеме
2. Изучить внимание как психический процесс
3. Выявить особенности внимания младших школьников с СДВГ
4. Разработать модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ
5. Определить этапы, методы и методики исследования
6. Дать характеристику выборки и провести анализ результатов констатирующего этапа эксперимента
7. Разработать и апробировать программу коррекции внимания младших школьников с СДВГ
8. Провести анализ результатов эксперимента
9. Составить психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей по коррекции внимания у младших школьников с СДВГ.

Методы исследования. Теоретические: анализ литературы, моделирование, целеполагание. Эмпирические: наблюдение, тестирование, эксперимент. Математические: T – критерий Вилкоксона.

Методики исследования свойств внимания: Методика «Расставь значки» (Пьерона-Рузера), методика «Запомни и расставь точки» и методика на изучение внимания (П.Я.Гальперина и С. Л. Кабыльницкой)

База исследования: Школа-интернат №4 г. Челябинска, 3 «Б» класс.

Структура квалификационной работы: данная работа состоит из введения, трех глав, заключения и библиографического списка и приложений к работе.

Глава 1. Коррекция внимания младших школьников с СДВГ как психолого-педагогическая проблема

1.1. Внимание как психический процесс и его формирование

Внимание представляет собой психологический феномен, в отношении которого до настоящего времени среди психологов нет единого мнения. С одной стороны, в психологической литературе [12, с. 140] рассматривается вопрос о существовании внимания как самостоятельного психического явления. Некоторые авторы [12, с. 144] утверждают, что внимание не может рассматриваться как самостоятельное явление, поскольку оно в той или иной мере присутствует в любом другом психическом процессе. Другие [12, с. 156], наоборот, отстаивают самостоятельность внимания как психического процесса.

С другой стороны, существуют разногласия в том, к какому классу психических явлений следует отнести внимание. Одни [12, с. 154] считают, что внимание – это познавательный психический процесс. Другие [12, с. 158] связывают внимание с волей и деятельностью человека, основываясь на том, что любая деятельность, в том числе и познавательная, невозможна без внимания, а само внимание требует проявления определенных волевых усилий.

Внимание – очень важный психический процесс, который является условием успешного осуществления любой деятельности детей как внешней, так и внутренней, а его продуктом – ее качественное выполнение.

Внимание обеспечивает четкость и ясность сознания, осознание смысла психической деятельности в тот или иной момент времени. Маклаков А.Г. указывал на то, что внимание, как и любой психический процесс, связано с определенными физиологическими явлениями [цит. по 17, с.147]. В целом физиологическую основу выделения отдельных раздражителей и течения процессов в определенном направлении составляет возбуждение одних нервных центров и торможение других. Воздействующий на человека

раздражитель вызывает активизацию мозга. Активизация мозга осуществляется, прежде всего, ретикулярной формацией. Раздражение восходящей части ретикулярной формации вызывает появление быстрых электрических колебаний в коре головного мозга, повышает подвижность нервных процессов, снижает пороги чувствительности.

Внимание обладает рядом свойств, которые характеризуют его как самостоятельный психический процесс.

Маклаков А.Г. выделил свойства внимания:

1. Устойчивость
2. Концентрация
3. Распределение
4. Переключение
5. Отвлекаемость
6. Объем внимания [цит. по 17, с. 162]

Устойчивость заключается в способности определенное время сосредотачиваться на одном и том же объекте. Это свойство внимания может определяться периферическими и центральными факторами. Если бы внимание при всех условиях было неустойчивым, более или менее эффективная умственная работа была бы невозможна. Включение умственной деятельности, раскрывающей в предмете новые стороны и связи, изменяет закономерности этого процесса и создает условия для устойчивости внимания.

Устойчивость внимания зависит от целого ряда условий. К их числу относятся степень трудности материала и знакомства с ним, его понятность, отношение к нему со стороны субъекта, а также индивидуальные особенности личности.

Следующее свойство внимания – концентрация. Под концентрацией внимания подразумевается степень или интенсивность сосредоточенности внимания. Концентрация выражается в том, что внимание поглощено одним объектом. Показателем интенсивности является "помехоустойчивость",

невозможность отвлечь внимание от предмета деятельности посторонними раздражителями [17, с. 165].

Под распределением внимания понимают способность человека выполнять несколько видов деятельности одновременно.

Переключение внимания – это намеренный перенос внимания с одного объекта на другой. В целом переключаемость внимания означает способность быстро ориентироваться в сложной изменяющейся ситуации, скорость переключения внимания неодинакова у разных людей и зависит от целого ряда условий (прежде всего от соотношения между предшествующей и последующей деятельностью и отношения субъекта к каждой из них). Чем интереснее деятельность, тем легче на неё переключиться. Переключаемость внимания принадлежит к числу хорошо тренируемых качеств.

Следующее свойство внимания – его объем. Под объемом внимания понимается количество объектов, которые мы можем охватить с достаточной ясностью одновременно. Важной и определяющей особенностью объема внимания является то, что он практически не меняется при обучении и тренировке [17, с. 168].

Объем внимания — одна из характеристик, показывающая, какое количество предметов может восприниматься или какое количество действий может совершаться одновременно.

Отвлекаемость внимания – это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой. Оно возникает при действии посторонних раздражителей на человека, занятого в этот момент какой-либо деятельностью. Отвлекаемость может быть внешней и внутренней. Внешняя отвлекаемость возникает под влиянием внешних раздражителей. Наиболее отвлекают предметы или явления, которые появляются внезапно и действуют с меняющейся силой и частотой. Внутренняя отвлекаемость внимания возникает под влиянием сильных переживаний, посторонних эмоций, из-за отсутствия интереса и чувства ответственности за дело, которым в данный момент занят человек. Чтобы ребенок мог внимательно и успешно учиться,

следует устранять из его жизни отвлекающие от занятий отрицательные переживания: страх, гнев, обиду[9, с. 179].

Поскольку внимание тесно связано с волевой активностью человека, классификация по признаку произвольности является наиболее традиционной. В соответствии со степенью участия воли при сосредоточении внимания Н.Ф. Добрынин выделил три вида внимания: непроизвольное, произвольное и после произвольное [цит. по 17, с. 180]

Непроизвольное внимание возникает непреднамеренно, без каких-либо специальных усилий. По своему происхождению оно более всего связано с «ориентировочными рефлексамии». Причины, вызывающие непроизвольное внимание, кроются в первую очередь в особенностях внешних воздействий – раздражителей[9, с. 200].

К числу таких особенностей относится сила раздражителя. Сильные раздражители (яркий свет, интенсивные краски, громкие звуки, резкие запахи) легко привлекают внимание, так как, по закону силы, чем сильнее раздражитель, тем значительнее вызываемое им возбуждение.

Важное значение имеет не только абсолютная, но и относительная сила раздражения, то есть соотношение силы данного воздействия с силой других, фоновых, раздражителей. Каким бы сильным ни был раздражитель, он может не привлечь внимания, если будет дан на фоне других сильных раздражителей. С другой стороны, даже самые слабые раздражители становятся объектом внимания, если они даются на фоне полного отсутствия других раздражителей: малейший шорох при полной тишине вокруг, совсем слабый свет в темноте и т. п.

Во всех этих случаях определяющим является контраст между раздражителями. Он может касаться не только силы раздражителей, но и других их особенностей.

Важный источник непроизвольного внимания – новизна предметов и явлений. Шаблонное, стереотипное, многократно повторяющееся не привлекает внимания. Новое же легко становится объектом внимания – в

меру того, насколько оно может быть понято. Для этого новое должно находить опору в прошлом опыте.

Вызываясь внешними раздражителями, произвольное внимание существенно определяется состоянием самого человека. Одни и те же предметы или явления могут стать объектом внимания или не привлечь его в зависимости от того, каково состояние человека в данный момент. Важную роль играют потребности и интересы людей, их отношение к тому, что на них воздействует. Объектом произвольного внимания легко становится все, что связано с удовлетворением или неудовлетворением потребностей человека (как органических, материальных, так и духовных, культурных), все, что соответствует его интересам, к чему у него есть определенное, ясно выраженное и в особенности эмоциональное отношение [9, с. 215].

Значительную роль играют настроение и эмоциональное состояние человека, в большой мере определяющие выбор объекта внимания. Существенное значение также имеет физическое состояние человека. В состоянии сильной усталости нередко не замечается то, что легко привлекает внимание в бодром состоянии.

Произвольное внимание носит отчетливо выраженный сознательный, волевой характер и наблюдается при преднамеренном выполнении какой-либо деятельности. Оно является обязательным условием труда, учебных занятий, работы вообще. Для эффективного выполнения любой деятельности всегда необходимы целесообразность, сосредоточенность, направленность и организованность, умение отвлекаться от того, что несущественно для получения намеченного результата [12, с. 178].

Благодаря произвольному вниманию, люди могут заниматься не только тем, что их непосредственно интересует, захватывает, волнует, но и тем, что не обладает непосредственной привлекательностью, но является необходимым. Чем меньше увлекает человека работа, тем больше требуется волевых усилий для сосредоточения внимания. Причиной, вызывающей и поддерживающей произвольное внимание, является осознание значения

объекта внимания для выполнения данной деятельности, удовлетворения потребностей, тогда как при произвольном внимании значение объекта может и не осознаваться.

Прилагая значительные усилия, чтобы втянуться в работу, например, приступая к решению сложной геометрической задачи, ученик, найдя интересные способы ее решения, может настолько увлечься работой, что волевые усилия станут не нужны, хотя сознательно поставленная цель сохранится. Такой вид внимания был назван Н.Ф. Добрыниным слепопроизвольным вниманием [цит. по 17, с. 158]. Для человека, труд которого носит творческий характер, подобная форма внимания является весьма характерной. Уменьшение волевого напряжения при слепопроизвольном внимании может явиться следствием выработки трудовых навыков, особенно привычки сосредоточенно работать в определенном режиме

Формирование внимания происходит следующим образом: чтобы сформировать новый акт произвольного внимания, необходимо наряду с основной деятельностью дать задание проверять ее, указать для этого критерий и приемы, общий путь и последовательность. Начинать следует не с внимания, а с организации контроля как определенного, внешнего, предметного действия. А дальше это действие путем поэтапной отработки доводится до умственной, обобщенной, сокращенной и автоматизированной формы, когда оно и превращается в акт внимания, отвечающий новому заданию[9, с. 201].

Формирование устойчивого внимания может производиться путем усвоения контроля согласно поэтапному формированию, начиная с материализованной формы, затем в громкой речи и в форме внешней речи про себя. После чего контроль приобретает у школьников свою окончательную форму в виде акта внимания.

При этом могут возникнуть две трудности. Первая состоит в том, что выполняемое действие преждевременно может уйти из-под контроля, и

поэтому контроль теряет четкую, обобщенную и строго постоянную форму исполнения, становится неустойчивым. Вторая трудность состоит в том, что ориентировочная и исполнительная части действия могут расходиться, и в то время как исполнительная часть производит одну работу (например, разделение слова на слоги и т. д.), ориентировочная часть (например, громкое проговаривание) намечает другую. Эти трудности надо учитывать при обучении контролю за действиями при их поэтапном формировании.

В результате поэтапного контроля внимания за текстом, узором, расположением фигур и т.д. все это предметное действие становится идеальным и присоединяется к основному производимому действию (написанию, прочтению и т. д.). Направленный на основное производимое действие, контроль теперь как бы сливается с ним и сообщает ему свои характеристики - направленность на основное действие и сосредоточенность на нем, т.е. обычные характеристики внимания [12, с. 213].

Изучив материал, мы узнали, что проблема изучения внимания является волнующей. Множество отечественных и зарубежных психологов, таких как Л.С. Выготский, Н.Ф. Добрынин, А.Г. Маклаков, Н.Ф. Рубинштейн, занимались ею [цит. по 12, с. 140]. К примеру, А.Г. Маклаковым [цит. по 17, 169] были выделены свойства внимания, такие как: устойчивость, концентрация, распределение, переключение, отвлекаемость и объем внимания. Поскольку внимание теснейшим образом связано с волевой активностью человека, Н.Ф. Добрынин [цит. по 17, с. 160] разделил его на виды по признаку произвольности: непроизвольное, произвольное и слепопроизвольное. Так же нами был изучен процесс формирования внимания. Он происходит следующим образом: чтобы сформировать новый акт произвольного внимания, необходимо наряду с основной деятельностью дать задание проверять ее, указать для этого критерий и приемы, общий путь и последовательность. Начинать следует не со внимания, а с организации контроля как определенного, внешнего, предметного действия. А дальше это действие путем поэтапной отработки доводится до умственной, обобщенной,

сокращенной и автоматизированной формы, когда оно и превращается в акт внимания, отвечающий новому заданию[9, с. 201].

1.2. Особенности внимания младших школьников с СДВГ

В младшем школьном возрасте при нормальном развитии регулирующее влияние высших корковых центров постепенно совершенствуется, в результате чего происходят существенные преобразования характеристик внимания, идет интенсивное развитие всех его свойств: особенно резко — в 2,1 раза — увеличивается объем внимания, повышается его устойчивость, развиваются навыки переключения и распределения. К 9—10 годам дети становятся способны достаточно долго сохранять и выполнять произвольно заданную программу действий[4, с. 80].

Возрастными особенностями внимания младших школьников являются сравнительная слабость произвольного внимания и его небольшая устойчивость. Первоклассники и отчасти второклассники еще не умеют длительно сосредоточиваться на работе, особенно если она неинтересна и однообразна, их внимание легко отвлекается. Возможности волевого регулирования внимания, управления им в начале младшего школьного возраста весьма ограниченные.

Значительно лучше у младших школьников развито непроизвольное внимание. Все новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание учеников. Дети могут упустить важные существенные моменты в учебном материале и обратить внимание на несущественные только потому, что они привлекают их своими интересными деталями. К концу третьего года обучения у школьников, как правило, возрастают и совершенствуются способность распределения и переключения внимания.

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (сокращённо СДВГ) - неврологическо-поведенческое расстройство развития, начинающееся в детском возрасте.[8, с. 400]. Проявляется такими симптомами, как трудности

концентрации внимания, гиперактивность и плохо управляемая импульсивность.

Дети, страдающие синдромом гиперактивности, имеют специфические психологические особенности, определяющие их поведение и взаимодействие с социальным окружением. Ключевыми симптомами, свидетельствующими о наличии СДВГ, являются: дефекты концентрации внимания, гиперактивность и импульсивность[13, с. 57].

Нарушения внимания включают:

- 1) неспособность сохранять внимание: ребенок не может выполнить задание до конца, несобран при его выполнении;
- 2) снижение избирательного внимания, неспособность надолго сосредоточиться на предмете;
- 3) частые забывания того, что нужно сделать;
- 4) повышенная отвлекаемость, повышенная возбудимость: дети суетливы, неусидчивы, часто переключаются с одного занятия на другое;
- 5) еще большее снижение внимания в непривычных ситуациях, когда необходимо действовать самостоятельно. Учителя и родители жалуются, что ребенок нигде не проявляет упорства - ни в учебе, ни в играх.

У детей с СДВГ отмечаются значительные затруднения в постоянстве волевых усилий или устойчивости внимания (сосредоточенность на деятельности). Сложны ситуации, требующие от детей устойчивого внимания при выполнении скучных, надоедливых, повторяющихся заданий, таких как самостоятельное выполнение школьных и домашних работ, а также тяжелых и неприятных заданий[28,с. 152].

Однако при заинтересованном выполнении ребенком дополнительных заданий показатели устойчивости внимания детей с СДВГ не отличаются от таковых показателей у нормальных детей.

Родители и учителя часто описывают проблемы внимания следующим образом: "не слушает", "не завершает начатые задания", "мечтает", "часто теряет вещи", "не может сосредоточиться", "отвлекается", "не может

работать самостоятельно", "требует большего руководства", "не завершив одного задания, перескакивает на другое".

Клинически эти дети часто характеризуются как быстро реагирующие на ситуации, не дожидаясь указаний и инструкций, позволяющих выполнять задание, а также неадекватно оценивающие требования задания. В результате они очень небрежны, невнимательны, беспечны и легкомысленны. Такие дети зачастую не могут рассмотреть потенциально негативные разрушительные последствия, которые могут быть связаны с определенными ситуациями или их поступками [32, с. 97].

Для них очень проблематично дождаться своей очереди в игре или в команде. В устной речи они часто говорят нескромно, несдержанно, неосторожно. Преждевременные ответы на вопросы и прерывание разговоров других для них обычное явление. Поэтому впечатления, которые такие дети производят на окружающих, очень часто истолковываются как незрелость, безответственность и чрезмерная грубость.

Мотивационная сторона деятельности у детей с СДВГ всегда страдает. Такому ребенку не хватает побуждений, чтобы начать деятельность или ее продолжить. Его должно что-то очень сильно заинтересовать, чтобы он мог этим заниматься довольно долго и продуктивно [32, с. 106].

Проявление СДВГ у младших школьников выделяется в следующем:

- трудности обучения (восприятия и мышления);
- гиперактивность (чаще в новой обстановке);
- недостаточность моторики (особенно мелкой моторики);
- невротические проявления (тики, энурез и др.);
- эмоциональная лабильность;
- разрушительные тенденции и негативизм.

В школе требования к ребенку существенно возрастают. Он должен вписаться в коллектив класса, а это требует подчинения определенным условиям. Если ребенку в отношениях с одним-двумя партнерами еще как-то

удается следовать простым правилам, то в большой группе детей, например во время коллективной игры, данная задача оказывается ему не по силам.

Аффективная лабильность и неустойчивость к фрустрации сохранились у школьника со времени раннего детства: он плачет по пустякам, моментально приходит в ярость, его настроение внезапно меняется, изливаясь в потоке непристойных, провокационных, агрессивных слов. Ребенком овладевает хроническое недовольство на фоне ощущения себя несчастным. Это фоновое настроение скрывается за наигранной беззаботностью. Проявляемая им агрессивность обостряет положение ребенка в социальной среде[46, с. 204].

Из-за недостаточной внимательности мимика и жестикуляция сверстников остаются для него вне поля зрения или превратно истолковываются. Это влечет за собой ошибочные реакции, часто сопровождаемые ругательствами или рукоприкладством. Такое поведение, естественно, лишь усугубляет социальную изоляцию.

Чувство страха у такого ребенка часто отсутствует. Импульсивность обострена настолько, что школьник поднимает руку еще до того, как учитель договорил, задавая свой вопрос. При этом детям свойственно стремление дать любой ответ, пусть даже неправильный. Если учитель их не вызывает, то они просто выкрикивают ответ. Если в дошкольном возрасте им не удавалось построить до конца ни одну фигуру из конструктора, то и сейчас бросается на половине любой рисунок или поделка. Они очень предприимчивы: готовы начать все — но ничего не заканчивают.

Похожая ситуация и в школе: не будучи способным концентрироваться на одном, ребенок предпринимает все время что-нибудь новое. Поэтому он не схватывает самые важные вещи на уроке, воспринимает материал лишь частично[32, с. 135].

Характерны постоянные проблемы с успеваемостью. Некоторых детей направляют в коррекционные классы. Хотя уровень их интеллекта вполне позволяет находиться в обычной начальной школе, их успеваемость все

время ниже ожидаемой. Перевод из начальной школы в следующий класс проблематичен: несмотря на приемлемые оценки, посещение школы следующего уровня не представляется возможным, так как отношение детей к учебе и их поведение не отвечают существующим требованиям.

Таким образом, для детей, страдающие синдромом гиперактивности, имеют специфические психологические особенности, определяющие их поведение и взаимодействие с социальным окружением[32, с. 147]. Ключевыми симптомами, свидетельствующими о наличии СДВГ, являются: дефекты концентрации внимания, гиперактивность и импульсивность.

Нарушения внимания включаютв себя неспособность сохранять внимание: ребенок не может выполнить задание до конца, несобран при его выполнении. Снижение избирательного внимания, неспособность надолго сосредоточиться на предмете; частые забывания того, что нужно сделать. Повышенная отвлекаемость, повышенная возбудимость: дети суетливы, неусидчивы, часто переключаются с одного занятия на другое; еще большее снижение внимания в непривычных ситуациях, когда необходимо действовать самостоятельно. Учителя и родители жалуются, что ребенок нигде не проявляет упорства - ни в учебе, ни в играх[33,с.205].

У детей с СДВГ отмечаются значительные затруднения в постоянстве волевых усилий или устойчивости внимания (сосредоточенность на деятельности). Сложны ситуации, требующие от детей устойчивого внимания при выполнении скучных, надоедливых, повторяющихся заданий, таких как самостоятельное выполнение школьных и домашних работ, а также тяжелых и неприятных заданий.

1.3. Модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

Моделирование в последнее время находит большое применение в различных областях науки и практики. Этот метод наиболее полно

излагается в работах С.И. Архангельского, В.Г. Афанасьева, Ю.К. Бабанского и др [цит. по 10, 50].

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности.

Моделирование широко применяется в различных сферах профессиональной деятельности человека. Ценность модели заключается в том, что она обладает следующими свойствами: адекватность и динамичность.

Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. Под «моделью» в педагогике и психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов[14, с. 45].

К моделям предъявляются определенные требования.

Оптимальность – в модели можно представить лишь те свойства и отношения, функциональное значение которых определяет ход деятельности; в этом смысле модель должна несколько упрощать действительность;

Наглядность – модель должна интерпретироваться быстро, без значительных интеллектуальных усилий; учет культурных стереотипов привычного направления хода деятельности, направления от начала до конца, и системность информации [15, с. 50].

Первым этапом процесса моделирования является целеполагание. Основой целеполагающей деятельности в процессе психолого-педагогической коррекции внимания младших дошкольников с СДВГ является этап построения иерархии взаимосвязанных, взаимообусловленных и взаимно поддерживаемых целей – «дерева целей». Во введении к работе нами были сформулированы цель и задачи. Для того чтобы более наглядно представить логику исследования и осуществлять его на более высоком методологическом уровне, мы сочли необходимым применить системный

подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой, и использовать метод «дерево целей»[15, с. 75].

Данный метод целеполагания основывается на теории графов и представляет собой как траекторные, определяющие направления движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории. Представим «дерево целей» психолого - педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ. (См. рис. 1.)

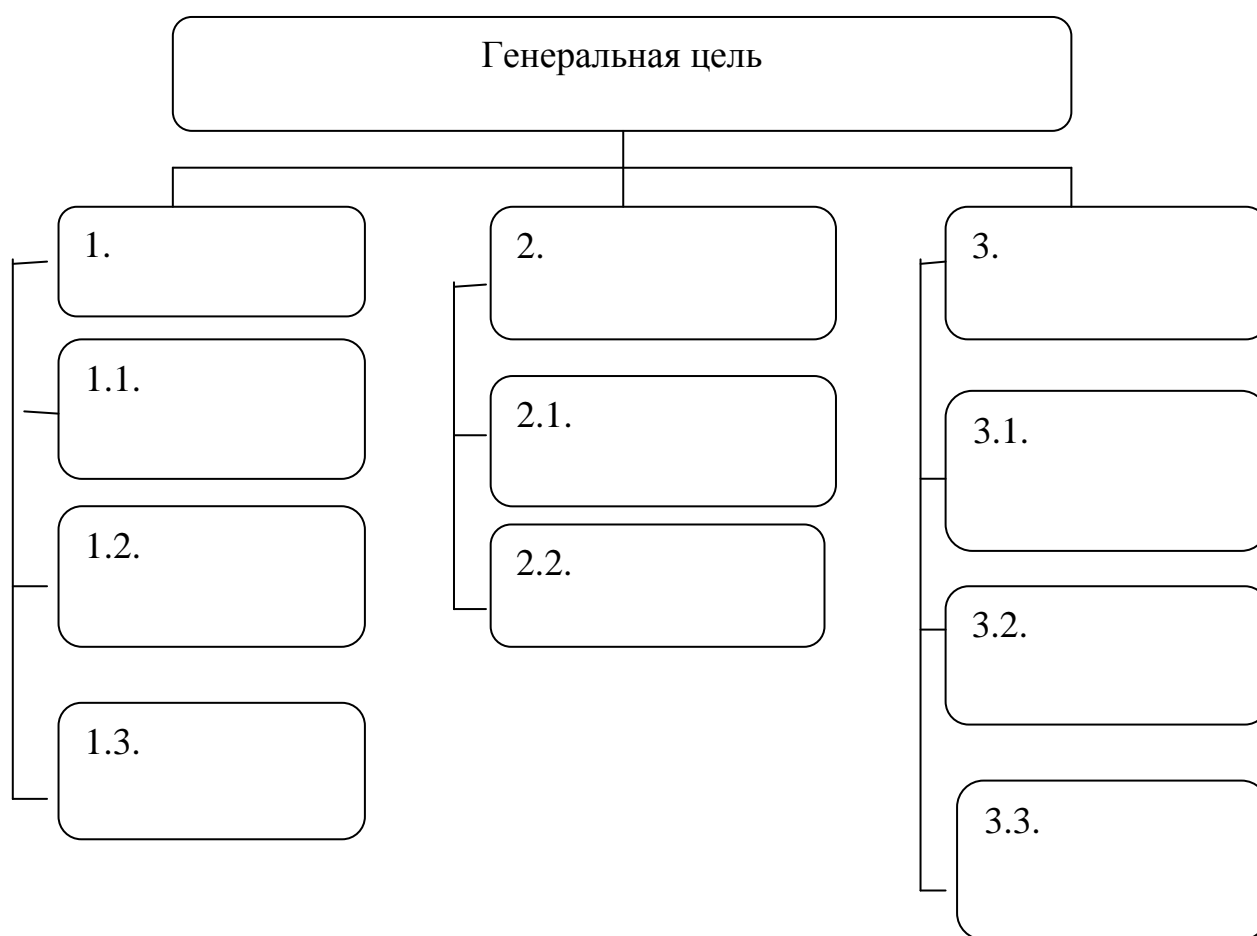


Рисунок. 1. «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

Метод целеполагания основан на построении «дерева целей», а он, в свою очередь, базируется на содержании работы.

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить модель психолого-педагогической коррекции внимания детей младшего школьного возраста с СДВГ

1. Рассмотреть коррекцию внимания младших школьников с СДВГ

1.1 Изучить внимание как психический процесс

1.2. Выявить особенности внимания младших школьников с СДВГ

1.3. Построить модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

2. Организовать исследования внимания младших школьников с СДВГ

2.1. Определить этапы ,методы и методики исследования

2.2. Дать характеристику выборки и провести анализ результатов исследования

3. Провести опытно -экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

3.1. Составить программа психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

3.2. Проанализировать результаты проведенной психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации по коррекции внимания младших школьников с СДВГ.

Проектирование модели психолого-педагогической коррекции свойств внимания младших дошкольников с СДВГ условно было разделено нами на несколько этапов [31,с. 361]:

1. Анализ модели основан на: анализе развития явления и формулировке проблемы; качественном описании предмета исследования; выборе методологических оснований; определении целей и задач проектирования, их соотнесение с целями и задачами проектируемого.

2. Разработка модели включает: конструирование модели с уточнением зависимости между основными компонентами исследуемого объекта; определение субъекта рассматриваемого процесса; выбор методик

исследования; определение основных функций, содержания, методов, средств и форм моделируемого процесса; выявление педагогических условий, необходимых для достижения цели проектируемой модели [31, с. 385].

3. Проверка адекватности модели предполагает: анализ модели в решении поставленных задач; применение модели в опытно-поисковой работе; содержательную интерпретацию результатов моделирования; определение основного результата, который должен быть достигнут при реализации данной модели, обосновании технологии и инструментария его диагностики.

Модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ представлена следующими структурными компонентами:

- целевой (определение целей и задач коррекции внимания),
- диагностический (проведение диагностических процедур по проблеме исследования),
- коррекционный (проведение программы по коррекции внимания младших школьников с СДВГ).

Целевой компонент представлен единством цели и задач, комплексное решение которых обеспечивает коррекцию внимания младших школьников с СДВГ с помощью реализации программы психолого-педагогической коррекции [47, с.129].

Диагностический компонент представляет собой исследование свойств внимания у младших школьников с СДВГ.

Коррекционный компонент включает в себя решение задачи: формирование внимания, формирование произвольной регуляции деятельности и улучшение эмоционального состояния детей младшего школьного возраста с СДВГ.

Целенаправленное воздействие осуществляется через психокоррекционный комплекс, состоящий из нескольких взаимосвязанных

блоков, объединенных в модель. Каждый блок направлен на решение различных задач и состоит из особых методов и приемов (рис. 2).



Рисунок. 2. Модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ

Диагностический блок направлен на изучение внимания у детей младшего школьного возраста с СДВГ. Реализуется с помощью проведения диагностических методик с последующей обработкой результатов. Выбранными методиками для диагностики являются: «Найди и вычеркни», «Расставь значки» (Пьерона-Рузера), методика на изучение внимания (П.Я. Гальперина и С.Л. Кабыльницкой). (См. прил.1)

Целью коррекционного блока является проведение программы по коррекции внимания детей младшего школьного возраста с СДВГ. Задачами служит: подбор упражнений, игр для коррекции внимания.

В блоке оценки эффективности коррекционных воздействий мы преследуем цель проверки эффективности программы по психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ [46, с. 157]. Реализация цели осуществляется с помощью проведения формирующего этапа эксперимента по выбранным диагностическим методикам. После проводится расчет полученных результатов констатирующего и формирующего эксперимента при помощи Т- критерия Вилкоксона.

Игра является очень хорошим способом коррекции, так как ребенок не осознает прямое воздействие психолога, тем самым не противится процессу. Игра - это вид деятельности в условных ситуациях, воссоздающих те или иные области действительности. В игре в той или иной мере формируется свойства, необходимые для учения в школе. Через игру ребенок исследует и осваивает мир, познает себя и учится общаться. Изучение детской игры путем наблюдения, интерпретации, структурирования и другого позволило осознать уникальность этого способа общения ребенка с окружающим его миром. Таким образом, игра была положена в основу метода лечения эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, а также когнитивных процессов.

В нашей коррекционной работе были выбраны следующие игры. Игра с правилами «Костер», ее цель- формирование внимания и произвольной

регуляции собственной деятельности. Игра "Колпак мой треугольный", ее цель - развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности. Игра «зоркий глаз» - для развития внимания у гиперактивных детей. Для того чтобы стать победителем в этой игре, ребенку нужно быть очень внимательным и уметь не отвлекаться на посторонние предметы. Игра «Последний штрих» - для развития внимания, его устойчивости и концентрации.

Также в нашу коррекционную программу вошли и упражнения, направленные на развитие внимания, координации движения, дыхательные упражнения и релаксация.

Поговорим об этом более подробно. Упражнение - это планомерно сформированное осуществление коррекционных разнообразных деяний, практик, для того чтобы выработать и развить качества личности [42, с. 143]. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность. Нарушения ритмов организма (электрическая активность мозга, дыхание, сердцебиение, перистальтика кишечника, пульсация сосудов и т.д.) могут привести к нарушению психического развития ребенка. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением.

Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности [10, с. 54]. Отработку дыхательных упражнений лучше всего начинать со стадии выдоха, после чего, выждав естественную в цикле дыхания паузу и дождавшись момента, когда появится желание вдохнуть, сделать глубокий вдох ртом или носом так, чтобы было приятное, легкое, без напряжения ощущение вдоха. Нужно внимательно следить за тем, чтобы двигалась диафрагма и оставались спокойными плечи, хотя при глубоком вдохе обязательно будет двигаться верхняя часть грудной клетки. На этапе освоения глубокого дыхания ребенку предлагается положить руку на область диафрагмы и почувствовать, как на вдохе рука поднимается вверх, а на выдохе опускается вниз. Дыхание

(различные его этапы) можно сочетать с разнообразными вариантами упражнений глаз и языка. Эффективным приемом является подключение к дыхательным упражнениям визуальной и сенсорной системы («надувание» цветных шаров в животе, «вдыхание» солнечного света и золотистой энергии и т.д.) [47, с. 187].

Функциональные упражнения, направленные на комплексное развитие и коррекцию [46, с. 201]. Упражнение «Послушать тишину» направлено на формирование произвольной регуляции собственной деятельности, развитие аудиального гнозиса. «Море волнуется» нацелено на развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности. Функциональное упражнение «Дракон», его цель - развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками. «Чайничек с крышечкой» направлено на развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности. Упражнение «Черепашка», его цель - развитие двигательного контроля. «Руки-ноги», его цель - развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы. Функциональное упражнение «Парад» направлено на развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы. Упражнения «Каратист», «Пчелка» «Шалуны», «Буратино», «Что исчезло» направлены на развитие двигательного контроля, произвольной регуляции и концентрации внимания.

Когнитивные упражнения, которые призваны развивать познавательную сферу [46, с. 276] «Чаша доброты» (визуализация), «Визуализация цвета», «Мельница» направлены на эмоциональное развитие и межполушарного взаимодействия. Когнитивное упражнение «Визуализация человека» и «Визуализация геометрических фигур» нацелены на концентрацию внимания, памяти.

Растяжка в психокоррекционной программе нормализуют гипертонус и гипотонус мышц. Оптимизация тонуса является одной из самых важных

задач коррекции. Любое отклонение от оптимального тонуса является как причиной, так и следствием возникших изменений в психической и двигательной активности ребенка, негативно сказывается на общем ходе его развития[46, с. 280]. Упражнения «Половинка», «Травинка на ветру», «Дерево» направлены на оптимизацию тонуса мышц.

В программе имеется релаксация, то есть мышечное расслабление, достигаемое при аутогенной тренировке, влияет на функции центральной и периферической нервной системы, стимулирует резервные возможности коры мозга, повышает уровень произвольной регуляции различных систем организма ребенка.

Мы предполагаем, что в результате реализации коррекционной программы свойства внимания улучшатся.

Таким образом, моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [10, с. 55]. Во введении к работе нами были сформулированы цель и задачи. Для того чтобы более наглядно представить логику исследования и осуществлять его на более высоком методологическом уровне, мы сочли необходимым применить системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой, и использовать метод «дерево целей»[14, с. 45].

Проектирование модели психолого-педагогической коррекции внимания младших дошкольников с СДВГ условно было разделено нами на несколько этапов:

1. Анализ модели основан на: анализе развития явления и формулировке проблемы

2. Разработка модели включает: конструирование модели с уточнением зависимости между основными компонентами исследуемого объекта; определение субъекта рассматриваемого процесса; выбор методик исследования; определение основных функций, содержания, методов, средств и форм моделируемого процесса

3. Проверка адекватности модели предполагает: анализ поведения модели в решении поставленных задач

Наша коррекционная работа состоит из трех блоков: диагностический, коррекционный и блок оценки эффективности коррекционного воздействия. Целью исследования коррекция внимания у младших школьников с СДВГ, а результатом - улучшение внимание у младших школьников с СДВГ.

Целью данного блока - диагностика внимания у детей младшего школьного возраста с СДВГ. Его задачей служит, провести диагностики на свойства внимания, подсчитать результаты[46, с. 150].

Целью коррекционного блока - реализация программы по коррекции внимания детей младшего школьного возраста с СДВГ.

Блок оценки эффективности коррекционных воздействий. Его целью служит проверить эффективность программы по психолого-педагогической коррекции внимания у детей младшего школьного возраста с СДВГ [46, с. 157].

Вывод по главе 1

Глава посвящена разработке исследования и состояла из трех параграфов. Изучив материал, мы узнали, что проблема изучения внимания является актуальной. Множество отечественный и зарубежных психологов, таких как А.Г.Маклаков, Н.Ф. Добрынин, Н.Ф. Рубинштейн, Л.С. Выготский занимались изучением внимания [12, с. 175]. К примеру, А.Г. Маклаковым были выделены свойства внимания, такие как: устойчивость, концентрация, распределение, переключение, отвлекаемость и объем внимания [цит. по 17, с. 201]. Поскольку внимание теснейшим образом связано с волевой активностью человека, Н.Ф. Добрынин разделил его на виды по признаку произвольности: непроизвольное, произвольное и после произвольное [цит. по 17, с. 180].

Второй параграф рассказывает об особенностях внимания младших школьников с СДВГ. В нем мы рассказываем о том, что дети страдающие

синдромом гиперактивности, имеют специфические психологические особенности, определяющие их поведение и взаимодействие с социальным окружением. У детей с СДВГ отмечаются значительные затруднения в постоянстве волевых усилий или устойчивости внимания (сосредоточенность на деятельности). В результате они очень небрежны, невнимательны, беспечны и легкомысленны. Такие дети зачастую не могут рассмотреть потенциально негативные разрушительные последствия, которые могут быть связаны с определенными ситуациями или их поступками [32, с. 90].

Третий параграф посвящен модели и моделированию психокоррекции внимания младших школьников с СДВГ. Целью исследования являются коррекция внимания у младших школьников с СДВГ, а результатом улучшение внимание у младших школьников с СДВГ. Коррекционная работа состоит из трех блоков: диагностический, коррекционный и блок оценки эффективности коррекционного воздействия.

Методики, применяемые в исследование: «Расставь значки» (Пьерона-Рузера)», «Найди и вычеркни», методика на изучение внимания (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой). (См. прил. 1)

Игра является очень хорошим способом коррекции, так как ребенок не осознает прямое воздействие психолога, тем самым не противится процессу.

Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность [46, с. 210].

Функциональные упражнения, направленные на комплексное развитие и коррекцию. Когнитивные упражнения, развивают познавательную сферу.

В программе имеется релаксация, то есть мышечное расслабление, достигаемое при аутогенной тренировке, влияет на функции центральной и периферической нервной системы, стимулирует резервные возможности коры мозга, повышает уровень произвольной регуляции различных систем организма ребенка [46, с. 305].

Глава 2. Организация исследования свойств внимания у младших школьников с СДВГ

2.1. Этапы, методы и методики исследования

Под исследованием в области психологии можно понимать процесс и результат научной деятельности, направленные на получение новых знаний о психики, ее структуре, механизмов действия и приемов воздействия.

Целью психолого-педагогических исследований является анализ изменений, происходящих в процессе коррекции, оценка значимости и направленности этих изменений и выявление основных факторов, влияющих на процесс[35, с. 121].

Эксперимент условно можно разделить на три этапа: подготовительный, организационный, итоговый.

Подготовительный этап включает планирование эксперимента. Определяется цель эксперимента. Подбираются объекты (классы, школы) в качестве экспериментальных и контрольных групп. Выделяется предмет исследования. Определяется длительность эксперимента, продумываются конкретные методики (анкеты, интервью), устанавливаются контрольные, факторные и нейтральные признаки, по которым можно судить об изменениях, происшедших в объекте. Выбираются способы контроля протекания эксперимента, определяются формы фиксации результатов, способы их обработки. Организовывается апробация на небольшом числе испытуемых, а при необходимости вносятся корректировки [35, с. 170].

Этап проведения эксперимента включает изучение начального состояния всей системы, для этого необходимо сделать контрольный срез. На данном этапе необходимо выявить условия и специфику экспериментальной работы, провести инструктаж участников, если таковые имеются. Необходимо продумать и осуществить фиксацию данных о ходе эксперимента, то есть формы регистрации промежуточных срезов.

Этап подведения итогов экспериментальной работы заключается в том, что проводится описание результатов, характеристика условий, при которых были получены благоприятные результаты, описание особенностей учителей-экспериментаторов, оцениваются затраты времени, указываются границы применения апробированной в ходе эксперимента системы мер. В заключение необходимо переходить от эмпирического изучения к теоретической обработке материала, поскольку факты всегда есть следствие причин, и эти причины устанавливаются на основе фактов. Обработка материала делается путем вычисления статистик для проверки гипотез, после этого необходимо произвести интерпретацию результатов.

Эксперимент в сфере образования направлен на то, чтобы выявить и подтвердить, что в результате применения новой методики происходит положительный сдвиг по следующим параметрам: а) время обучения сокращается, б) качество учебно-воспитательного процесса улучшается, в) нагрузка на учителя и учащихся снижается [36, с. 34].

Таким образом, выбор методов исследования не является произвольным актом в деятельности ученого, а детерминируется особенностями решаемых задач, спецификой содержания проблем и возможностями самого исследователя.

Важное значение в психолого-педагогических исследованиях имеют деятельностный, личностный, системный подходы.

Деятельностный подход требует изучать педагогические процессы в логике целостного рассмотрения всех основных компонентов деятельности: ее целей, мотивов, действий, операций, способов регулирования, контроля и анализа достигаемых результатов. При таком подходе разрабатываемая система мер приобретает полный, заверченный характер: от цели деятельности до ее конечного результата.

Поскольку в педагогических явлениях обязательно взаимодействуют личности, то для исследований весьма важен и личностный подход. Методологической основой личностного подхода является учение о роли

личности в обществе, о соотношении коллектива и личности, о всестороннем, гармоничном развитии личности, об одновременном рассмотрении личности как объекта и субъекта воспитания [22, с. 321].

Для методологии педагогических исследований значение имеет интенсивно развивающийся системно-структурный подход. Под системой понимают определенную общность элементов, функционирующую по внутренне присущим ей законам существования [22, с. 350].

Системный подход требует рассматривать во взаимосвязи и целостно все возможные формы и методы решения психолого-педагогических задач и на основе сравнения возможностей каждого из них избирать оптимальные варианты. Термин охватывает группу методов, с помощью которых реальный объект описывается как совокупность взаимодействующих компонентов. Общими задачами системных исследований являются анализ и синтез систем. Системный подход - применение системных методов для решения задач систематики, планирования и организации комплексного и систематического эксперимента. Системный подход применяется к множествам объектов, отдельным объектам и их компонентам, а также к свойствам или интегральным характеристикам объектов.

Метод эксперимент.

Психологический эксперимент - (от лат. *experimentum* - проба, опыт), метод познания, при помощи которого в контролируемых и управляемых условиях исследуются явления природы и общества. Один из основных (наряду с наблюдением) методов научного познания вообще, психологического исследования в частности [35, с. 356]. Отличается от наблюдения активным вмешательством в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего планомерное манипулирование одной или несколькими переменными (факторами) и регистрацию сопутствующих изменений в поведении изучаемого объекта. Правильно поставленный эксперимент позволяет проверять гипотезы о причинно-следственных

отношениях, не ограничиваясь констатацией связи (корреляции) между переменными.

Виды эксперимента. Лабораторный и естественный.

Лабораторный психологический эксперимент протекает в специально создаваемых и контролируемых условиях, как правило, с применением специальной аппаратуры и приборов. Первоначальным объектом лабораторного эксперимента в психологии выступили элементарные психические процессы: ощущения, восприятия, скорость реакции. Отличительной особенностью эксперимента в лаборатории является строгое соблюдение условий исследования и точность получаемых данных. В лабораторном эксперименте данных снижает искусственность создаваемых условий [22, с. 380]. Это связано как с отдаленностью решаемых в эксперименте задач от реальных жизненных условий испытуемого, так и с невозможностью фиксировать характер влияния экспериментатора на испытуемого в ходе исследования.

Дополнительные методы исследования

Одним из методов получения первичной информации на ранних стадиях психолого-педагогического исследования для предварительного знакомства с объектом является изучение литературы, документов [35, с. 263].

Литературные источники служат основанием для анализа истории и современного состояния проблемы, дают возможность рассматривать мало разработанные и дискуссионные положения, различные точки зрения, создавать первичное представление о проблеме и путях ее решения.

Различают традиционные и формализованные методы изучения документов. Традиционные методы основаны на понимании документа, соответствии языка документа семиотическому уровню исследователя, его общей интуиции и культуре, практической ориентации. Формализованные методы главным образом связаны с разработкой особого приема, называемого контент-анализом, который позволяет получить более

объективную информацию о состоянии вопроса на основе анализа определенных смысловых единиц содержания и формы информации. Изучаются психологические характеристики учащихся, состояние школьного и вузовского образования, качество и эффективность обучения.

Тест, как психологический метод.

Тест – кратковременное задание, выполнение которого может служить показателем совершенства некоторых психических функций. Задачей тестов является не получение новых научных данных, а испытание, проверка.

При разработке первых тестов были выдвинуты два основных требования, которым должны удовлетворять «хорошие» тесты: валидность и надежность. Валидность теста заключается в том, что он должен оценивать именно то качество, для которого предназначен. Надежность теста заключается в том, что его результаты воспроизводятся с хорошим постоянством у одного и того же человека.

Методы математической статистики в психологии.

Психолог-практик использует методы математической статистики при описании каких-либо явлений, событий с тем, чтобы выявить, определить и описать как качественные, так и количественные особенности этих явлений, событий [36, с. 13]. Правильное применение статистики позволяет психологу:

- 1) доказывать правильность и обоснованность используемых методических приемов и методов;
- 2) строго обосновывать экспериментальные планы;
- 3) обобщать данные эксперимента;
- 4) находить зависимости между экспериментальными данными;
- 5) выявлять наличие существенных различий между группами испытуемых (например, экспериментальными и контрольными);
- 6) строить статистические предсказания;
- 7) избегать логических и содержательных ошибок и многое другое.

Математическая статистика является инструментарием психолога, который помогает ему разобраться в экспериментальном материале. Наиболее важным в любом эксперименте является четкая постановка задачи, тщательное планирование эксперимента, построение непротиворечивых гипотез.

Нами для работы был выбран T – критерий Вилкоксона, поговорим о нем подробнее. Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в *двух* разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность [50, с. 286]. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Описание критерия. Этот критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены по крайней мере по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерами тоже могут быть упорядочены. Для этого они должны варьировать в достаточно широком диапазоне. В принципе, можно применять T - критерий Вилкоксона и в тех случаях, когда сдвиги принимают только три значения: -1 , 0 и $+1$, но тогда критерий T вряд ли добавит что-нибудь новое к тем выводам, которые можно было бы получить с помощью критерия знаков. Вот если сдвиги изменяются, скажем, от -30 до $+45$, тогда имеет смысл их ранжировать и потом суммировать ранги [50, с. 274].

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы критерия.

H_0 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении.

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях - 5 человек. Максимальное количество испытуемых - 50 человек, что диктуется верхней границей имеющихся таблиц.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов (при условии, если флажок «Учитывать нулевой сдвиг?» не установлен). Можно обойти это ограничение (установив флажок «Учитывать нулевой сдвиг?»), сформулировав гипотезы, включающие отсутствие изменений, например: "Сдвиг в сторону увеличения значений превышает сдвиг в сторону уменьшения значений и тенденцию сохранения их на прежнем уровне" [50, с. 279].

Для проверки гипотезы и реализации поставленных задач были использованы методики «Расставь значки» (Пьерона-Рузера), «Запомни и расставь точки», методика П.Я. Гальперина и С. Л Кабыльницкой [цит. по 49, с. 325]

Методика "Расставь значки" (Пьерона-Рузера) (См. прил. 1)

Назначение - оценка переключения и распределения внимания.

Стимульный материал. Бланк с изображением геометрических фигур, карандаш (См. прил. 1, рис. 10).

Процедура проведения. Перед началом выполнения задания ребенку показывают рисунок и объясняют, как с ним работать. Эта работа заключается в том, чтобы в каждом из квадратиков, треугольников, кружков и ромбиков проставить тот знак, который задан сверху на образце, т.е., соответственно, галочку, черту, плюс или точку. Ребенок непрерывно работает, выполняя это задание в течение двух минут.

Методика «Запомни и расставь точки» (См. прил. 1).

Назначение. С помощью данной методики оценивается объем внимания ребенка.

Стимульный материал. Лист с точками предварительно разрезается на 8 малых квадратов, которые затем складываются в стопку таким образом, чтобы сверху оказался квадрат с двумя точками, а внизу — квадрат с девятью точками (все остальные идут сверху вниз по порядку с последовательно увеличивающимся на них числом точек). (См. прил. 1, рис. 11-12)

Проведение методики. Перед началом эксперимента ребенок получает следующую инструкцию: «Сейчас мы поиграем с тобой в игру на внимание. Я буду тебе одну за другой показывать карточки, на которых нарисованы точки, а потом ты сам будешь рисовать эти точки в пустых клеточках в тех местах, где ты видел эти точки на карточках».

Далее ребенку последовательно, на 1-2 сек, показывается каждая из восьми карточек с точками сверху вниз в стопке по очереди и после каждой очередной карточки предлагается воспроизвести увиденные точки в пустой карточке за 15 сек. Это время дается ребенку для того, чтобы он смог вспомнить, где находились увиденные точки, и отметить их в пустой карточке [51, с. 90].

Методика на изучение внимания (П.Я. Гальперина и С. Л Кабыльницкой) [цит. по 49, 325] (См. прил. 1)

Назначение. Изучения уровня внимания и самоконтроля школьника.

Стимульный материал. Распечатанный текст на бумаге состоящий из десяти предложений.

Проведение методики. Перед началом ребенку читается инструкция. «В тексте, который Вы получите, есть разные ошибки, в том числе и смысловые. Найдите и исправьте их».

Таким образом, наше исследование по психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ можно разделить на три этапа: подготовительный, организационный, итоговый.

Подготовительный этап включает планирование эксперимента. Выделяется предмет исследования. Определяется длительность эксперимента, продумываются конкретные методы, способы контроля протекания эксперимента, определяются формы фиксации результатов, способы их обработки [35, с. 174].

Этап проведения эксперимента включает изучение начального состояния всей системы, для этого необходимо сделать контрольный срез. На данном этапе необходимо выявить условия и специфику экспериментальной работы, провести инструктаж участников, если таковые имеются.

Этап подведения итогов экспериментальной работы заключается в том, что проводится описание результатов, характеристика условий, при которых были получены благоприятные результаты, описание особенностей учителей-экспериментаторов, оцениваются затраты времени, указываются границы применения апробированной в ходе эксперимента системы мер. Обработка материала делается путем вычисления статистик для проверки гипотез, после этого необходимо произвести интерпретацию результатов [22, с. 335].

Используемыми методами и методиками в исследование на первом этапе стали: метод моделирования, результатом которого служит психолого-педагогическая модель коррекции внимания младших школьников с СДВГ. Метод целеполагания, результатом которого является дерево целей, метод анализа литературы. На втором этапе, нами были выбраны такие методы как

тестирование, задействованными методиками стали: методика «Расставь значки» (Пьерона-Рузера) направленная на изучения оценки переключения и распределения внимания. Методика «Запомни и расставь точки» целью которой является изучения уровня объема внимания. Методика на правленая на изучение внимания и самоконтроля (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой) [цит.по 49, с. 325].

На третьем этапе мы воспользовались методом математической статистики T – критерия Вилкоксона.

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования.

Для исследования нами была выбрана группа воспитанников МБОУ «Школа-интернат №4 г. Челябинска» ученики 3 «Б» класса.

Описание коллектива 3 «Б» класса проводилось со слов классного руководителя и психолога работающего в учреждении.

Коллектив был образован в 2013 году на базе школы интерната №4. В классе находится восемь человек, пять из которых мальчики и три девочки, возраст воспитанников 10 – 11 лет.

Дети между собой ладят, находят общий язык. Порой конфликтуют, но могут договориться, пусть и не всегда. Успеваемость является удовлетворительной, по некоторым предметом хорошей. Все зависит от отдельно взятого ученика и изучаемого им предмета. Поведение на занятиях не однозначно, все зависит от настроения и атмосферы, созданной педагогом.

Присутствует взаимопомощь, выручка в сложной ситуации, желание находиться в группе остается не неизменным для каждого ученика.

Общей уровень умственного развития находится на среднем уровне. Дети справляются со своими обязанностями по мере возможности, педагоги видят их старания и поощряют за это похвалой, иногда поощрением. Ведущий мотив деятельности – учебный. СДВГ как диагноз поставлен не всем ученикам, но уровень развития внимания у воспитанников не лучший.

Психологический климат положительный. Бывает, что ученики между собой могут поспорить или разойтись во мнениях. Оскорбить друг друга. Несмотря на все разногласия, находят точки соприкосновения и продолжают общаться дальше. Группа, по мнению психолога, сплоченная.

В классе присутствует один лидер - мальчик, с которым ученики хотят дружить и общаться. Также имеется один аутсайдер, отверженный и не всегда понимаемый коллективом мальчик.

Группа совершает поездки на праздники и другие мероприятия. Ребята сами принимают участие в праздниках и мероприятиях, проводимых в школе, что показывает сплоченность коллектива, и желание детей общаться между собой и с другими классами.

Выбранный класс подходит для исследования свойств внимания младших школьников с СДВГ, поскольку нуждается в коррекции.

Для констатирующего этапа эксперимента нами были выбраны и проведены ряд методик на свойства внимания. Результаты были подсчитаны и оформлены в графики для наглядности.

Методика « Расставь знаки»(Пьерона-Рузера) (См. прил.2, тбл. 1)

Данная методика предназначена для оценки переключения и распределения внимания ребенка. На диаграмме наглядно изображены результаты диагностики. Из них следует, что 6 человек из 8 показали средние результаты, а 2 человека низкие, отмечаем, что никто не показал высокий уровень переключения и распределения внимания. (См.рис.3)



Рис.3 Результаты исследования на констатирующем этапе эксперимента по методике «Расставь значки»

На графике мы можем увидеть, что два человека имеют низкий уровень. Их результаты находятся в диапазоне 4-5 баллов, имея 5-7 ошибок при рассмотрении 70-82 фигур за 2 минуты.

Шесть человек показали средний уровень. Их результаты находятся в диапазоне 7-9 баллов, имея по 2-5 ошибки, при рассмотрении 78-93 фигур за 2 минуты.

Сделаем вывод: по методике «Расставь значки» на этапе констатирующего эксперимента, большая часть испытуемых, а именно 75% показали средний уровень, меньшая часть испытуемых, а именно 25% показали низкий уровень, ни один испытуемый не дал высокий уровень внимания. Полученные результаты свидетельствуют о низком и среднем уровне переключения и распределения внимания.

Методика «Запомни и расставь точки»(См. прил.2, тбл. 2)

Предназначение методики заключается в диагностике объема внимания ребенка. В ней результаты расположились следующим образом: 4 человека показали низкий уровень и еще 4 человека средний. (См. рис. 4)

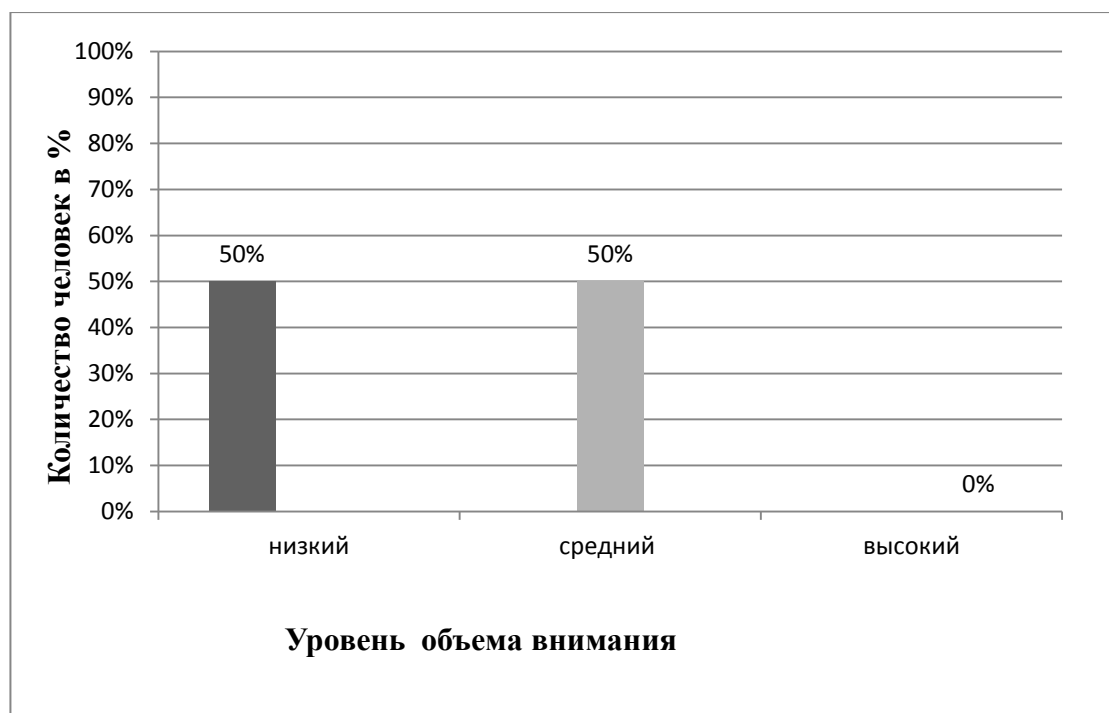


Рис. 4. Результаты исследования на формирующем этапе эксперимента по методике методики «Запомни и расставь точки»

Рассмотрим график более подробно. Результаты диагностики расположились в процентном соотношении 50% на 50%. Четыре человека показали низки уровень объема внимания, они смогли правильно срисовать от 2 до 3 точек на одном рисунке. Сумма их баллов находится в диапазоне 4.

Другие четыре человека показали средний уровень объема внимания. Количество верно срисованных точек на одной карточке от 3 до 4. Сумма полученных баллов испытуемыми находится в диапазоне от 6 до 7. Таким образом, можно сделать вывод: результаты, полученные в процессе обследования, находятся в равном соотношении между низким и средним уровнем. Высокий результат не был достигнут.

Методика на изучение внимания Гальперина П.Я. и Кабыльницкой С.Л. предназначена для изучения уровня внимания и самоконтроля школьника. (См. прил.2, тбл. 3) Результаты диагностики представлены на графике. (См. рис. 5.)

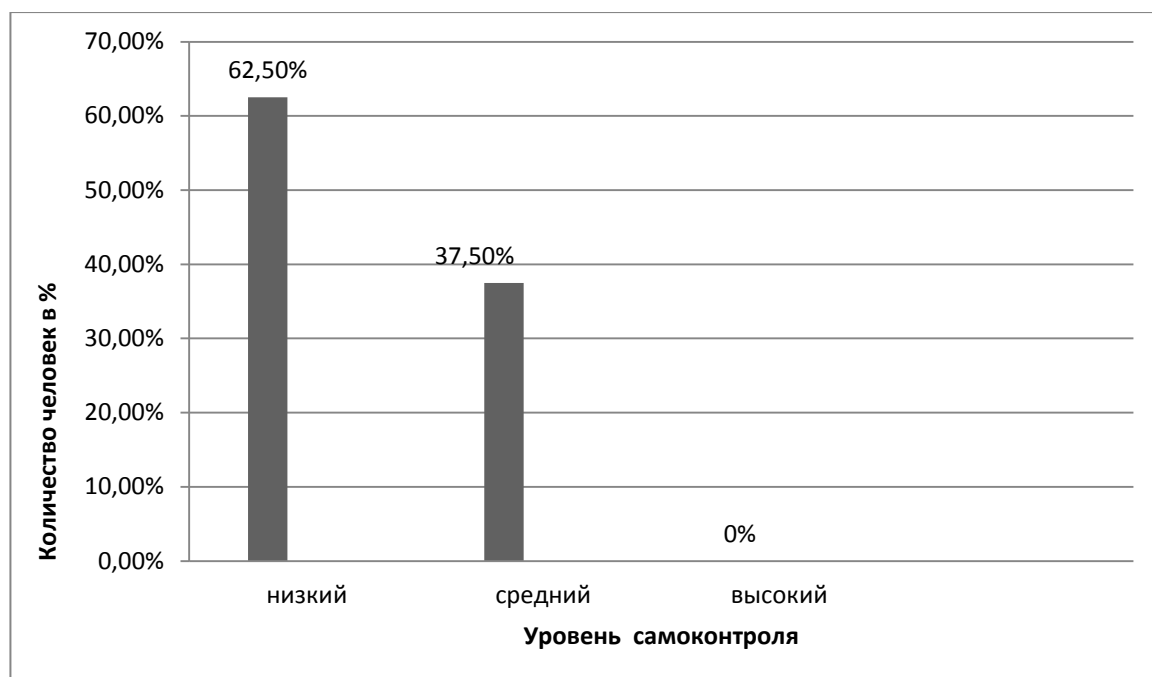


Рис. 5. Результаты исследования на констатирующем этапе эксперимента по методике П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой

На графике изображены результаты диагностики методики свойств внимания и самоконтроля. В группе испытуемых из восьми человек, пять показали низкий результат. Из 10 ошибок испытуемыми было найдено и исправлено менее пяти.

Три человека показали средний результат, количество пропущенных ошибок было от 3 до 4 из 10 в общей сложности.

Тем самым делаем вывод, что 62,5% испытуемых показали низкий результат, 37,5% испытуемых средний, высокий уровень не был достигнут не одним испытуемым. Уровень внимания и самоконтроля сформирован ниже среднего у данных испытуемых.

Таким образом, можно сделать вывод. В эксперименте принимали участие учащиеся 3 «Б» класса, а именно 8 человек. Испытуемые № 4 , 7 показали низкие уровни по всем трем методикам. Испытуемый №1 показал низкие результаты только по двум диагностикам из трех. Испытуемые № 5,6,8 в двух случаях из трех показали средние результаты и один раз низкие. Испытуемые № 2, 3 показали по всем диагностикам средний уровень

развития. Следовательно, можно утверждать, что класс нуждается в коррекции свойства внимания.

Вывод по главе 2

Наше исследование по психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ можно разделить на три этапа: подготовительный, организационный, итоговый [35, с. 173].

Подготовительный этап включает планирование эксперимента. Этап проведения эксперимента включает изучение начального состояния всей системы, для этого необходимо сделать контрольный срез. Этап подведения итогов экспериментальной работы заключается в том, что проводится описание результатов после проведения коррекционной работы [35, с. 180].

Применяемыми нами методами и методиками в исследовании на первом этапе стали: метод моделирования, результатом которого служит психолога - педагогическая модель внимания младших школьников с СДВГ. Метод целеполагания, результатом которого является дерево целей психолога – педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ. Метод анализ литературы.

На втором этапе, нами были выбраны такой метод как тестирование, задействованными методиками стали. Методика «Расставь значки» (Пьерона-Рузера) направленная на изучения оценки переключения и распределения внимания. Методика «Запомни и расставь точки» целью которой является изучения уровня объема внимания. Методика на правленная на изучение внимания и самоконтроля (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой) [49, с. 320].

На третьем этапе мы воспользовались методом математической статистики на примере T – критерия Вилкоксона.

Был проведен констатирующий эксперимент. В нем принимали участие учащиеся 3 «Б» класса состоящего из 8 человек.

Испытуемые № 4 , 7 показали низкие уровни по всем трем методикам. Испытуемый №1 показал низкие результаты только по двум диагностикам из трех. Испытуемые № 5,6,8 в двух случаях из трех показали средние результаты, в одном низкие. Испытуемые № 2, 3 показали по всем диагностикам средний уровень развития. Следовательно, можно утверждать, что класс нуждается в коррекции свойства внимания.

Глава 3. Опытное экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции свойств внимания у младших школьников с СДВГ

3.1. Программа психолого-педагогической коррекции свойств внимания у младших школьников с СДВГ

По данным исследований синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) - это сложное психическое состояние ребенка, характеризующееся особым профилем познавательных функций, эмоционально-личностной сферы и поведения ребенка. СДВГ характеризуется различными проявлениями, которые препятствуют установлению адаптации детей дома и в школе, снижая их возможности к полноценному обучению [24, с. 14]. Сензитивным периодом проявления данного состояния является дошкольный и младший школьный возраст, к подростковому возрасту эти явления обычно уменьшаются или исчезают, особенно в условиях целенаправленной психолого-педагогической работы.

Таким образом, именно начальная школа оказывается таким периодом обучения, при котором выявление и сопровождение детей данной группы является важной целью реализации образовательного процесса в школе [43, с. 321]. Сопровождение детей требует создания определенных условий обучения и воспитания, построенных на принципах сбережения здоровья и специально разработанных коррекционных психологических программ.

При разработке коррекционной программы следует учитывать принципы психокоррекционной работы, такие как:

1. Принцип единства диагностики и коррекции
2. Принцип нормативности развития.
3. Принцип коррекции «сверху вниз»
4. Принцип коррекции «снизу вверх»

5. Принцип системности развития психической деятельности.

6. Деятельностный принцип коррекции

Принцип единства диагностики и коррекции отражает целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида практической деятельности психолога. Подробно рассмотренный в трудах И. В. Дубровиной, Д. Б. Эльконина, и др., [цит. по 33, с. 310] этот принцип является основополагающим всей коррекционной работы, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы.

Принцип нормативности развития. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития.

Принцип коррекции «сверху вниз». Данный принцип, выдвинутый Л. С. Выготским, раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» для клиента (у Л. С. Выготского такими клиентами выступали дети) [цит. по 21, с. 45]. Коррекция по принципу «сверху вниз» носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.

Принцип коррекции «снизу вверх». При реализации этого принципа в качестве основного содержания коррекционной работы рассматриваются упражнения и тренировка уже имеющихся психологических способностей. Этот принцип реализуется в основном сторонниками поведенческого подхода. В их понимании коррекция поведения должна строиться как подкрепление (положительное или отрицательное) уже имеющихся шаблонов поведения с целью закрепления социально-желательного поведения и торможения социально-нежелательного поведения.

Принцип системности развития психологической деятельности. Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач. Системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и гетерохронность (т.е. неравномерность) их развития. В силу системности строения психики, сознания и деятельности личности все аспекты ее развития взаимосвязаны и взаимообусловлены.

Деятельностный принцип коррекции. Данный принцип определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, выбор средств и способов достижения цели, тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей.

Суть его заключается в том, что генеральным способом коррекционно-развивающего воздействия является организация активной деятельности клиента, в ходе реализации которой создаются условия для ориентировки в трудных, конфликтных ситуациях, организуется необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии личности [33, с. 364]. Согласно данному принципу основным направлением коррекционной работы является целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки клиента в различных сферах предметной деятельности, межличностных взаимодействий, в конечном счёте в социальной ситуации развития.

Деятельностный принцип коррекции: во-первых, определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, а во-вторых, задает способы коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности путем формирования обобщенных способов ориентировки [32, с. 189].

Разработанная нами коррекционно-развивающая программа состоит из 10 занятий. (См. прил.3.) При соблюдении режима проведения 2 занятия в неделю. Время проведения 45-55 минут. Оптимальное число участников группы - 4-6 человек. Возраст 9-10 лет. Занятия проходят в микро- группах. В

сложных случаях возможно увеличение числа занятий до полной коррекции СДВГ.

Цель представленной программы — это формирование внимания, произвольной регуляции деятельности и улучшение эмоционального состояния детей.

Цель определяет структуру и содержание занятий и реализуется в следующих задачах программы:

1. Коррекция внимания и импульсивности
2. Стабилизация эмоциональной регуляции
3. Развитие произвольности и способности соблюдать правила и нормы.

Основное содержание данной программы составляют игры, психотехнические упражнения и учебные задания, направленные на целостное психологическое развитие ребенка и решение психологических проблем.

Структура занятия:

растяжка - 4-5 минут;

дыхательное упражнение - 3-4 минут;

упражнения для развития мелкой моторики рук - 10 минут;

функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля), коммуникативные и когнитивные упражнения;

релаксация - 4-5 минут.

Авторы и издания книг, на которые мы опирались, составляя коррекционную программу:

1. Алексеева Л.С. Диагностика и коррекция гиперактивности ребенка. М.:НИИ, 2010.412с.

2. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. М.: Сфера, 2012. 352с.

Проанализируем одно занятие из психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ.

Занятие 6

1. Растяжка "Медуза".

Сидя на полу, совершать плавные движения руками, подражая медузе, плавающей в воде.

2. Дыхательное упражнение.

Глубоко вдохнуть. Завернуть уши от верхней точки до мочки. Задержать дыхание. Выдохнуть с открытым сильным звуком а-а-а (чередовать со звуками ы-ы-ы, у-у-у, о-о-о).

3. Когнитивное упражнение "Ритм по кругу"

Цель: концентрация внимания, сосредоточенность на процессе.

Дети садятся полукругом. Инструктор отстукивает несложный ритм. Дети внимательно слушают и по команде инструктора его повторяют (по отдельности или все вместе).

Когда ритм освоен, дети получают команду: "Давайте прохлопаем этот ритм следующим образом". Каждый по очереди отбивает по одному хлопку из заданного ритма. Слева направо. Когда ритм закончится, следующий по кругу выжидает короткую паузу и начинает сначала. Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок - получает штрафное очко или выбывает из игры [46, с. 287].

4. Упражнения для развития мелкой моторики руки "Колечко"

Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

5. Когнитивное упражнение "Визуализация человека".

Детям предлагается визуализировать знакомого человека. Необходимо сконцентрироваться на лице и тщательно изучить каждую деталь. Затем мысленно приблизиться к человеку, отдалиться, посмотреть на него справа, слева, сзади и спереди.

6. Функциональное упражнение "Руки-ноги".

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами. Левая рука вперед, правая рука назад + правая нога вперед, левая нога назад. Левая рука назад, правая рука вперед + правая нога назад, левая нога вперед. Левая рука вперед, правая рука вперед + правая нога назад, левая нога назад. Левая рука назад, правая рука назад + правая нога вперед, левая нога вперед. Цикл прыжков повторить несколько раз.

7. Релаксация "Кораблик"

Расслабление мышц рук, ног, корпуса.

Психолог "Представьте себе, что вы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижмите к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямьтесь! Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону, прижмите к полу левую ногу. Выпрямитесь. Вдох - пауза, выдох – пауза [46, с. 301].

Стало палубу качать

Ногу к палубе прижать

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног.

После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени,

А теперь немного лени...

Напряженье улетело,

И расслаблено все тело...

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко...".

Анализ занятия.

Цель занятия. Коррекция внимания у младшего школьника с СДВГ.

В занятие входит: растяжка, дыхательные упражнения, когнитивные и функциональные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики и релаксация.

Выбранные упражнения предназначены для младшего школьного возраста и соответствует уровню развития воспитанников. Плавно чередуются активные и спокойные виды упражнений, что позволяет удерживать внимание ребенка. Форма проведения может быть групповой или индивидуальной. Ребенок может побыть один со своими представлениями, а так же погорать в группе. В большей степени материал направлен на коррекцию внимания, но в занятие обязательно прописываются дыхательные упражнения и упражнения направленные на развитие мелкой моторики.

Занятие состоит из упражнений разного вида.

Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность. Нарушения ритмов организма (электрическая активность мозга, дыхание, сердцебиение, перистальтика кишечника, пульсация сосудов и т.д.) могут привести к нарушению психического развития ребенка [24, с. 20]. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с СДВГ.

Функциональные упражнения, направленные на комплексное развитие и коррекцию системы. Упражнение «Руки-ноги» его цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.

Когнитивные упражнения, которые призваны развивать познавательную сферу. К примеру, «Визуализация человека» нацелены на концентрацию внимания, памяти.

Растяжка, в начале программы нормализует гипертонус и гипотонус мышц. Оптимизация тонуса является одной из самых важных задач коррекции. Любое отклонение от оптимального тонуса является как причиной, так и следствием возникших изменений в психической и двигательной активности ребенка, негативно сказывается на общем ходе его развития [43, с. 230].

Релаксация «Кораблики» в конце занятия. Мышечное расслабление, достигаемое при аутогенной тренировке, влияет на функции центральной и периферической нервной системы, стимулирует резервные возможности коры мозга, повышает уровень произвольной регуляции различных систем организма ребенка.

На занятие были задействованы такие виды внимания, как сенсорное и моторное.

Сенсорное внимание возникает при действии объектов на органы чувств. Оно обеспечивает четкое отражение предметов и их свойств в ощущениях и в восприятиях человека. Отражено в упражнении «Визуализация человека».

Моторное внимание направлено на движения и действия, совершаемые человеком. Оно дает возможность более четко и ясно осознавать приемы и способы, применяемые в практической деятельности. Отражено в релаксации и в упражнении «Руки- ноги» и в упражнении направленном на мелкую моторику[1, с. 153].

Таким образом, мы рассмотрели принципы составления психолого-педагогической коррекции.

Составили свою коррекционную программу для коррекции внимания младших школьников с СДВГ. Цель представленной программы — это формирование внимания, произвольной регуляции деятельности и улучшение эмоционального состояния детей.

3.2. Анализ результатов проведенной психолого-педагогической коррекции свойств внимания у младших школьников с СДВГ

После проведения с испытуемыми коррекционной психолого-педагогической программы, направленной на коррекцию внимания младших школьников с СДВГ, были проведены повторно методики: «Расставь значки», «Запомни и расставь точки», методика на изучение внимания (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой)[цит. по 49, с. 325].

На этапе формирующего эксперимента, испытуемые показали более высокие баллы. (См. прил. 4, тбл. 4) Рассмотрим и разберем детально методику «Расставь значки» (Пьерона-Рузера), направленную на оценку переключения и распределения внимания. (См. рис. 6.)



Рис. 6 Результаты исследования на формирующем этапе эксперимента по методике «Расставь значки» (Пьерона-Рузера)

На графике изображено соотношение полученных результатов по методике «Расставь значки» на констатирующем и формирующим этапах эксперимента. Как мы увидели, испытуемые показали более высокие результаты по уровням развития. В столбце низкий уровень на этапе констатирующего эксперимента, находилось два человека, на этапе

формирующего эксперимента ноль. В столбце средний уровень на этапе констатирующего эксперимента находилось шесть человек, на этапе формирующего эксперимента три человека. Высокий уровень внимания по данной методике показало три человека, как на этапе констатирующего эксперимента их число было равно нулю. Очень высокий уровень показало два человека.

В группу среднего уровня развития вошли испытуемые № 1, 4, 6, полученные ими баллы равны от 6 до 7. В группу высокого уровня вошли испытуемые № 2, 7,8, полученные ими баллы равны от 8 до 9. В группу очень высокого уровня вошли испытуемые № 3 и 5, ими было получено 10 баллов.

Эффективность проведения психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ, можно определить с помощью метода математической статистики. Для проверки эффективности коррекционной программы была выбрана методика «Расставь значки».

По результатам констатирующего и формирующего экспериментов проведем математическую обработку результатов по T -критерию Вилкоксона.

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том или ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную или в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений будут равными. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях[50, с. 256].

Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Алгоритм расчета (Смотри.прил.4, тбл.7)

1.Составить список испытуемых в любом порядке, например, алфавитном.

2.Вычислить разность между индивидуальными значениями во втором и первом замерах («после»-«до»). Определить, что будет считаться «типичным» сдвигом и сформулировать соответствующие гипотезы.

3.Перевести разности в абсолютные величины и записать их отдельным столбцом.

4.Проранжировать абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг. Проверить совпадение полученной суммы рангов с расчетной.

5.Отметить кружками или другими знаками ранги, соответствующие сдвигам в «нетипичном» направлении.

6.Подсчитать сумму этих рангов по формуле: $T = R_r$

Где R_r – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

7.Определить критические значения «Т» для данного «n». Если $T_{эмп}$ меньше или равен $T_{кр}$, сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает [50, с. 260].

Формируются гипотезы критерия:

H_0 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Определены $T_{эмп}$ и $T_{кр}$

$$T_{эмп} = 1$$

$$T_{кр} \text{ при } n = 8$$

n	$T_{кр}$	
	0.01	0.05
8	7	13

Построим ось значимости, и отметим полученные эмпирические и критические значения.(См. рис. 7.)

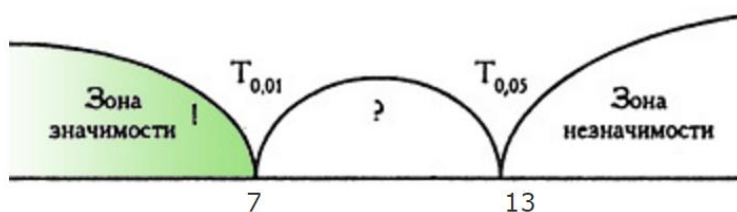


Рис.7. Ось значимости T – критерия Вилкоксона

Полученное эмпирическое значение находится в зоне значимости, принимается альтернативная гипотеза. H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении [50, с. 264] Это доказывает нашу гипотезу: свойства внимания младших школьников с СДВГ изменяется после проведения психолого-педагогической коррекции.

Рассмотрим также данные полученные по методики «Запомни и расставь точки», (См. прил. 4, тбл. 5.) направленной на изучение уровня объема внимания. Результаты наглядно представлены на графике. (См. рис. 8.)

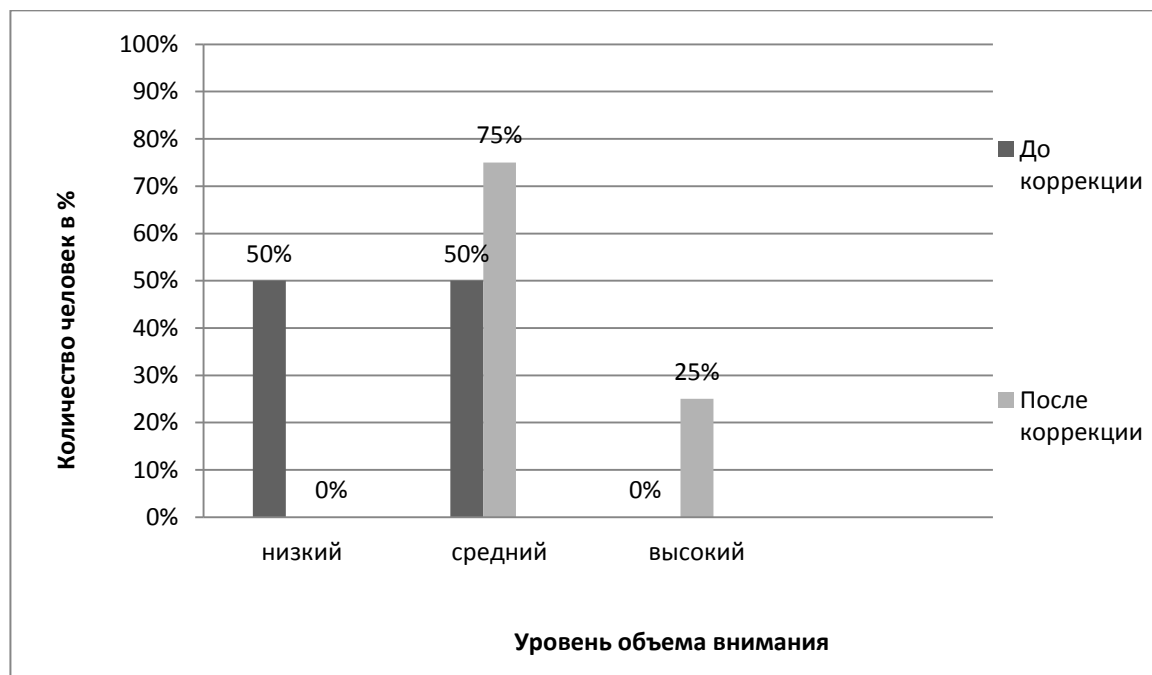


Рис. 8. Результаты исследование объема внимания младших школьников с СДВГ на формирующем этапе эксперимента по методики «Запомни и расставь точки»

Как мы видим на рисунки, в столбце низкий уровень развития внимания показатель с 50% снизился до 0%. В столбце средний уровень объема внимания показатели с 50% или четырех человек увеличились до 75% или шести человек. Дети этой группы заработали от 6 до 7 баллов, правильно срисовали по памяти от 3 до 4 точек на одной карточке. В столбце высокий уровень на этапе формирующего эксперимента выросло от 0% до 25%. Два испытуемых, показали высокий уровень развития внимания, получив от 8 до 9 баллов, верно срисовавших по памяти от 4 до 5 точек на одной карточке.

Данные полученные по методики изучения уровня внимания и самоконтроля (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой) (См. прил. 4, тбл. 6.)представлены на рисунке. (См. рис. 9.)

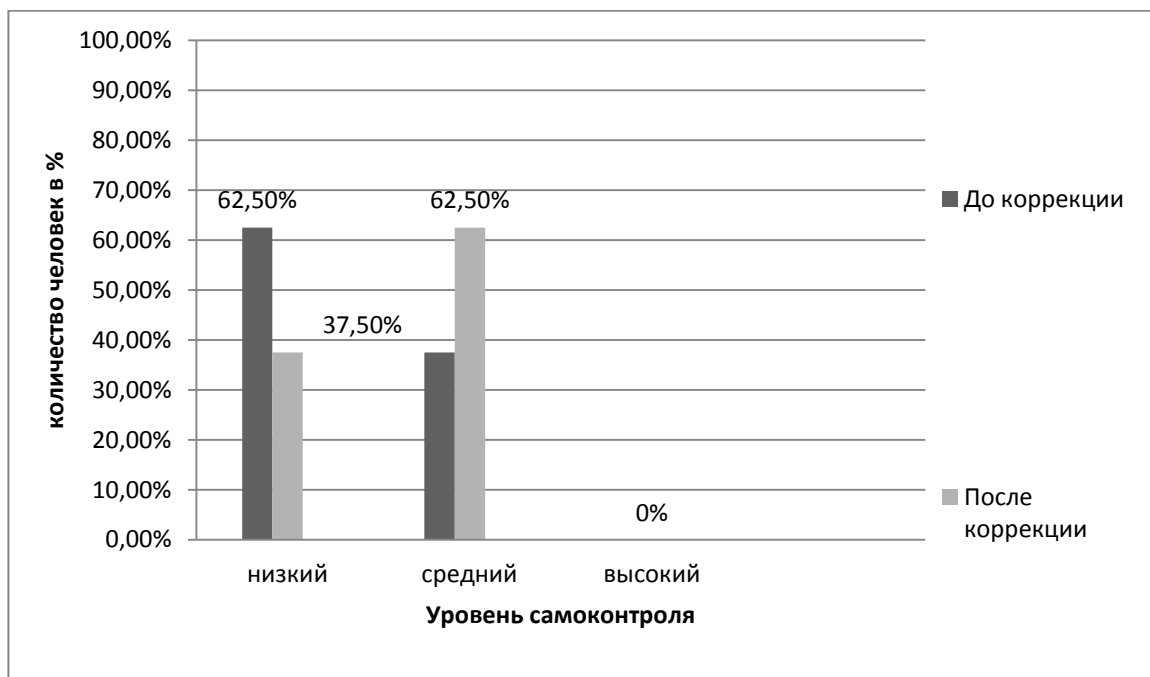


Рис. 9. Результаты исследования на формирующем этапе эксперимента по методике П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой

Разница между констатирующим и формирующим этапами эксперимента. В столбце средний уровень развития внимания результаты, следующие, вместо 37,5% в эту группу вошел 62,5%, следовательно, один человека из восьми улучшил свой результат, эти ученики пропустили от 3 до 4 ошибок. Низкий уровень развития внимания показало 37,5% вместо 62,5%. Испытуемые пропустили 5 и более ошибок в представленных предложениях.

Таким образом, можем сделать вывод по этапу формирующего эксперимента. Результаты испытуемых изменились в лучшую, о чем свидетельствуют представленные графики.

По методике «Расставь значки» низкий уровень внимания на этапе констатирующего эксперимента имело 25% или 2 человека. На этапе формирующего эксперимента их число снизилось до нуля. Средний уровень внимания по итогам констатирующего эксперимента с 75% изменился до 37%. Высокий уровень внимания на этапе констатирующего эксперимента не был достигнут ни одним из участников, но на этапе формирующего эксперимента данный уровень смогли продемонстрировать 37%. Также был достигнут очень высокий уровень внимания у 25% участников, что составляет 2 человека.

В методике «Запомни и расставь точки» испытуемые показали следующие результаты. Группа на этапе констатирующего эксперимента разделилась в процентном соотношении 50% на 50% в низком и среднем уровне развития внимания. На этапе формирующего эксперимента соотношение изменилось в пропорции 75% на 25% в пользу высокого уровня развития объема внимания.

Результаты методики П.Я.Гальперина и С. Л. Кабыльницкой, также изменились, на этапе констатирующего эксперимента низкий уровень внимания продемонстрировали 5 человек или 62,5%, на этапе формирующего эксперимента их число снизилось до 37,5%, что в свою очередь составляет 3 человека. Средний уровень развития внимания на этапе констатирующего эксперимента показал 37,5%, так как на этапе формирующего эксперимента уже 62,5%. Один испытуемый смог изменить свои результаты в лучшую сторону.

В параграфе нами была проведена математическая статистика по Т-критерию Вилкоксона. Полученное нами эмпирическое значение находится в зоне значимости, принимается альтернативная гипотеза. H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность

сдвигов в нетипичном направлении. Это доказывает нашу гипотезу: внимание младших школьников с СДВГ изменяется после проведения психолого-педагогической коррекции.

Сравнивая полученные данные на разных этапах эксперимента, мы заметили, что у трех человек результаты улучшились только в одном случае. У четырех испытуемых, результаты стали выше по двум методикам из трех. Один человек из группы продемонстрировал улучшение по всем трем методикам.

3.3. Психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам по коррекции свойств внимания у младших школьников с СДВГ

Как известно, СДВГ – не поведенческая проблема, и не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми, самостоятельно не может. Поэтому проблему нельзя решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями или убеждением: наказания, замечания, окрики не приведут к улучшению поведения такого ребенка, а скорее ухудшат его [7, с.89] .

Рекомендации для родителей и педагогов, мы разделили на общие и специальные. Таким образом, к общим рекомендациям относятся достаточно простые правила, разобранные в ситуациях.

В ситуации, когда ученик с СДВГ не может ответить в классе на вопрос, учителя и одноклассники склонны думать, что он не знает ответа. Однако ученику, возможно, просто нужно больше времени для того, чтобы собраться с мыслями и дать ответ. В этом случае поможет дополнительное время для ответа на вопросы [39, с. 50].

Обращаясь к ребенку, говорите медленно, дозированными порциями информации. Устную информацию и задания следует подкреплять материалами в письменной форме, возможно, его написание на доске.

Станьте для ребенка компаньоном. Детям с СДВГ полезно общение с людьми, имеющими грамотную речь, это помогает усовершенствовать навыки общения. Необходимо пользоваться любым случаем, чтобы обогатить язык ребенка.

Ребенок, который постоянно встречается в разговор или слишком много говорит, может оттолкнуть от себя сверстников и учителей. В этом случае поможет, следующее, научите его чувствовать ситуацию. Дайте ему ясно понять, когда говорить можно, а когда нельзя. Дети с СДВГ часто забывают эти наставления, но их можно натренировать останавливаться и обращать внимание на то, что происходит вокруг них [39, с. 59].

Дети с СДВГ часто перебивают, потому что боятся, что “потеряют мысль”. Научите их записывать свои мысли, чтобы они помнили их, когда придет пора говорить.

Учите ребенка следить за социальными подсказками. Замечая реакцию других, дети могут сами контролировать свою речь.

СДВГ – это не просто неспособность быть внимательным, это неспособность контролировать, на что ты обращаешь внимание. Дети с СДВГ сильнее отвлекаются, если работа недостаточно их стимулирует. В этих ситуациях они не могут противостоять тому, что их отвлекает, и часто пропускают важную информацию на уроке, указания [21, с. 67].

Учителя и родители могут им помочь несколькими разными способами. Очень важно, куда учитель посадит в классе ребенка с СДВГ, его нужно сажать поближе к учителю и подальше от окон и дверей.

Чередуйте интересные задания с малоинтересными, используйте разные стратегии для того, чтобы облегчить восприятие для детей с разными стилями работы и способами восприятия. Постарайтесь на всех уроках предлагать задания, задействующие визуальные, аудиальные и кинестетические способности.

Родителям необходимо исключить все помехи, на которые ребенок отвлекается, делая домашнюю работу. Установите ежедневный распорядок.

Между школьными уроками и выполнением домашнего задания ребенку может быть нужен отдых. Садитесь рядом с ребенком, чтобы убедиться, что он понимает все, что от него требуется. Не отказывайте ребенку в помощи выполнения домашнего задания. Делайте небольшие перерывы между заданиями и позволяйте ребенку встать, пройтись, потянуться. Если ребенку кажется, что с заданием справиться невозможно, постарайтесь разбить его на небольшие более легкие задания. Ему должно быть хорошо понятно, где конец каждого задания. Делайте перерывы между их выполнением [26, с. 101] .

Акцентируйте внимание на положительном. Сдвигая фокус внимания с того, что ребенок делает плохо, на то, что он делает хорошо. Старайтесь не критиковать ребенка, лучше постарайтесь перенаправить и мотивировать ребенка. Постарайтесь не произносить лишних замечаний: вместо "Ты делаешь не так" скажите – "Может быть, лучше по-другому?" Объясняйте, чего вы хотите, а не чего вы не хотите: "Давай я тебе помогу убрать одежду в шкаф" вместо "Не бросай одежду на пол"[26, с. 119].

К специальным рекомендациям мы бы хотели отнести множество игр и упражнений на внимание.

При выполнении заданий не торопите ребёнка, учитывайте его индивидуальные особенности и темп деятельности, в котором он работает. Устраните отвлекающие факторы. Все свойства внимания значительно развиваются в результате упражнений и игр:

Выкладывание узора из мозаики

Нахождение двух одинаковых предметов среди множества

Срисовывание по клеточкам

Нахождение одной буквы в газетном тексте (при повторе упражнения количество отмеченных букв за единицу времени увеличивается).

Игра «Лабиринт». Пройти по лабиринту, прослеживая путь взглядом, в случае затруднения — пальцем или карандашом.

Игра «Дорисуй». Ребенку нужно назвать, что отсутствует в изображении предметов, и дорисовать их. Примеры: дом без окон, машина без колес, цветок без стебелька и т. п.

Игра «Срисуй по клеточкам». Ребенку дают лист бумаги и образец для рисования и карандаш. Необходимо перерисовать узор по клеточкам.

Сравнение предметов, найди отличия. Упражнение на развитие переключения и распределения внимания

Ребенок должен последовательно соединить пронумерованные точки и угадать, что получилось. Для этого можно использовать любые картинки: готовые задания есть в сети Интернет или можно перевести картинки на лист бумаги в виде точек только по контуру. Точки затем следует пронумеровать и предложить ребенку в виде задания [23, с. 98].

Игры на развитие моторно-двигательного внимания

Игра «Кто и что летает?». Взрослый произносит слова, если он называет летающий предмет, ребенок отвечает: летает — и машет руками. Если назван нелетающий предмет, то ребенок молчит и не поднимает руки.

Игра «Ухо — нос — рот». Ребенок, услышав команду «Ухо», дотрагивается до уха. Услышав команду «Нос», дотрагивается до носа. Взрослый сначала выполняет задание вместе с ребенком, затем умышленно допускает ошибки.

Психогимнастические упражнения. Для повышения устойчивости внимания выполните вместе с ребенком упражнение «Ленивые восьмерки». Нужно нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости «восьмерки» по 3 раза каждой рукой, а затем обеими руками [26, с. 54].

Также была разработана брошюра.

Памятка родителям и педагогам о детях с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.

Симптомы в поведении ребенка, свидетельствующие о возможном диагнозе:

Невнимательность. Ребенок:

- С трудом удерживает внимание во время выполнения школьных заданий и во время игр

- Часто допускает ошибки из-за небрежности

- Часто складывается впечатление, что ребенок не слышит обращенную к нему речь

- Часто оказывается не в состоянии придерживаться инструкции к заданию, не доводит дела до конца

- Сложно самому организовать себя на выполнение задания

- Не любит задания, требующие длительного сохранения умственного напряжения.

- Легко отвлекается на посторонние стимулы

Гиперактивность

- Наблюдаются частые беспокойные движения, ребенок крутится, вертится, что-то теревит в руках и т.п.

- Часто встает со своего места на уроках или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте

- Часто находится в постоянном движении

- Часто болтлив

Импульсивность

- Часто отвечает на вопросы, не задумываясь и выслушав их до конца.

- Обычно с трудом дожидается своей очереди в разных ситуациях

- На уроке не может дождаться, пока его спросит учитель и выкрикивает с места

- Вмешивается в игры или беседы других людей[1, с. 45]

Если вы, наблюдаете у ребенка 5 и более признаков невнимательности из перечисленных выше. А также, 5 и более признаков гиперактивности и импульсивности, причем они устойчивы во времени (сохраняются на протяжении как минимум 6 месяцев) и в ситуации (проявляются и в школе, и дома), то с большой долей вероятности можно говорить о наличии у ребенка

СДВГ. А значит, для успешного обучения и развития он требует особого подхода с вашей стороны[1, с. 67].

Рекомендации учителям и родителям ребенка с СДВГ.

Прежде всего, помните, СДВГ – не поведенческая проблема, и не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы[7, с.89].

Рекомендации родителям:

- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка;
- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите ребенка четкому планированию своей деятельности;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности, когда ребенок утомлен, не настаивайте на срочном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть;
- составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ; постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком;
- давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить;
- старайтесь не давать ребенку дополнительных умственных нагрузок, в начальных классах не рекомендуется посещение художественной, музыкальной школ, различных кружков, рекомендуется, наоборот, посещение спортивных секций, особенно детям с СДВГ полезна гимнастика и плавание [26, с. 67].

Помните о том, что гиперактивность, присущая детям с синдромом дефицита внимания, хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

Рекомендации учителям:

- ознакомьтесь с информацией о природе и проявлениях синдрома дефицита внимания с гиперактивностью, обратите внимание на особенности этих проявлений во время пребывания ребенка в школе;

- старайтесь работу с гиперактивным ребенком строить индивидуально, оптимальное место в классе для гиперактивного ребенка — первая парта напротив стола учителя или в среднем ряду;

- не забывайте включать в урок физкультминутки;

- направляйте энергию гиперактивных детей в полезное русло: вымыть доску, раздать тетради и т.д.

- спокойнее относитесь к движениям ребенка (он может терять предметы, дергать или постукивать ногой и т.п.), не принуждайте его сидеть спокойно;

- избегайте завышенных или заниженных требований к ученику с СДВГ;

- давайте задания в соответствии со способностями ребенка;

- большие задания разбивайте на последовательные части, контролируя каждое из них;

- не давайте сложных, многоуровневых инструкций, ребенок с СДВГ способен удержать в памяти и внимании только одно-два действия.

- создавайте ситуации, в которых гиперактивный ребенок может показать свои сильные стороны и стать экспертом в классе по некоторым областям знаний;

- взрослые могут провести поля, отметить точкой место, откуда надо начинать писать и т.п. Бывает, ребенок старательно отсчитывает клеточки, которые надо отступить, и в этих поисках, многократно ошибаясь, так устает, что, найдя нужное место, работать уже не в состоянии [1, с. 80].

- обучайте необходимым социальным нормам и навыкам общения;
- объясняйте родителям и окружающим, что улучшение состояния ребенка зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного отношения.

- придерживайтесь позитивной модели поведения.

Помните о том, что гиперактивность, присущая детям с синдромом дефицита внимания, хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

Таким образом, нами были составлены психолого - педагогические рекомендации для родителей и педагогов ребенка с СДВГ.

Вывод к главе 3

В главе мы составили и описали психолого-педагогическую программу, направленную на коррекцию внимания младших школьников с СДВГ. Состоит из 10 занятий, при соблюдении режима проведения 2 занятие в неделю. Время проведения 45-55 минут. Оптимальное число участников группы - 4-6 человек. Возраст 9-10 лет. Цель является - формирование внимания, произвольной регуляции деятельности и улучшение эмоционального состояния детей. Цель определена структурой и содержанием занятий. Структура одного занятия: растяжка - 4-5 минут, дыхательное упражнение - 3-4 минут, упражнения для развития мелкой моторики рук - 10 минут, функциональные упражнения, коммуникативные и когнитивные упражнения. Завершающим этапом занятия служит релаксация, проводимая 4-5 минуты.

Был проведен анализ констатирующего и формирующего этапа эксперимента с помощью метода математической статистики по Т – критерию Вилкоксона. Полученное нами эмпирическое значение находится в зоне значимости, принимается альтернативная гипотеза. Это доказывает нашу гипотезу: внимания младших школьников с СДВГ изменяется после проведения психолого-педагогической коррекции.

Сравнивая полученные данные на разных этапах эксперимента, мы заметили, что у трех человек результаты улучшились только в одном случае. У четырех испытуемых результаты стали выше по двум методикам из трех. Один человек из группы продемонстрировал улучшение по всем трем методикам.

Нами были составлены психолого-педагогические рекомендации для родителей и педагогов ребенка с СДВГ. Для наглядности они были поделены на две группы: общие и специальные. В общую группу вошли рекомендации, достаточно простые правила, разобранные в ситуациях (в школе, дома, на улице, в общении в социуме). К специальным рекомендациям мы отнесли игры и упражнения, направленные на развитие внимания ребенка. Также нами была составлена брошюра по работе с такими детьми для родителей и педагогов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная работа посвящена психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ. Проблема актуальна, это связано с тем, что внимание является психологическим процессом, благодаря которому человек может обучаться. Дефицит внимания усложняет процесс обучения, из-за этого появляется школьная неуспеваемость. Ученику необходимо затратить больше сил для выполнения задания, вследствие чего наступление усталости. Внимание обуславливает успешную ориентировку субъекта в окружающем мире и обеспечивает более полное и отчётливое отражение его в психике. У ребенка с СДВГ дефицит внимания усложнен гиперактивностью, что еще больше усложняет процесс обучения. Таким детям необходима помощь, выражающаяся в коррекции внимания [43, с.254].

Целью исследования является: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию внимания детей младшего школьного возраста с СДВГ. Реализация цели была осуществима с помощью поставленных задач.

Проведенный анализ литературы показал нам, что проблема изучения внимания является очень важной на сегодня.

Особенности внимания младших школьников с СДВГ, проявляющиеся в поведении и взаимодействие с социальным окружением. У детей с СДВГ отмечаются значительные затруднения в постоянстве волевых усилий или устойчивости внимания в сложных ситуациях [28, с. 180].

Разработана психолого – педагогическая модель коррекции внимания. Для наглядности представления логики исследования, мы сочли необходимым применить системный подход к процессу целеполагания, используя «дерево целей». Построенная нами модель психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ состоит из трех блоков: диагностический, коррекционный и блок оценки

эффективности коррекционного воздействия. Целью исследования коррекция внимания у младших школьников с СДВГ, а результатом улучшение внимание у младших школьников с СДВГ.

Было определено три этапа проведения исследования, такие как: подготовительный, организационный, итоговый.

Выбранными методами и методиками, на первом этапе стал, метод моделирования, метод целеполагания и анализ литературы. На втором этапе, метод тестирования, задействованными методиками стали: «Расставь значки» (Пьерона-Рузера), «Запомни и расставь точки» и методика направленная на изучение внимания и самоконтроля (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкая) [цит. по 49, с. 325] . На третьем этапе мы воспользовались методом математической статистики T – критерия Вилкоксона.

Была дана характеристика выборки испытуемых. Проведен констатирующий этап эксперимента с помощью диагностического инструментария: «Расставь значки», «Запомни и расставь точки», и методики направленной на изучение внимания и самоконтроля (П.Я. Гальперина и С. Л. Кабыльницкой)[цит. по 49, с. 325].

Разработана и апробирована программа по коррекции внимания младших школьников с СДВГ. Цель представленной программы — это формирование внимания, произвольной регуляции деятельности и улучшение эмоционального состояния детей.

После прохождения испытуемыми коррекционной программы нами были повторно проведены диагностические методики: «Расставь значки», «Запомни и расставь точки» и методика направленная на изучение внимания и самоконтроля. Результаты полученные при обработке данных на этапах констатирующего и формирующего этапов эксперимента, были сопоставлены и проанализированы с помощью метода математической статистики T – критерию Вилкоксона. Доказывая нашу гипотезу: внимания младших школьников с СДВГ изменяется после проведения психолого-педагогической коррекции.

Составлены психолого – педагогические рекомендации по коррекции внимания детей с СДВГ для родителей и педагогов. Рекомендации были разделены на общие и специальные группы. Также была разработана брошюра по взаимодействию и общению с такими детьми для педагогов и родителей.

Таким образом, цель исследования достигнута, все поставленные задачи решены, гипотеза подтвердилась.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Алексеева Л.С., Кошелева А.Д. Диагностика и коррекция гиперактивности ребенка. М.:НИИ, 2010. 412с.

2. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении. М.: АСТ, 2003. 207с.
3. Архипова И.А., Архипова И.А. Диагностика психического развития ребёнка. 250 тестов, заданий и упражнений. СПб.: Наука и Техника, 2008. 250с.
4. Ахутина Т.В., Манелис Н.Г., Пылаева Н.М. Скоро школа. Пособие по подготовке детей к школе. М.: Юрайт, 2005. 158с.
5. Богомолов В. Роставь значки. Тестирование детей. Ростов-на-Дону: Колос, 2006. 267с.
6. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок, или все о гиперактивных детях. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. 96 с.
7. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Дефицит внимания с гиперактивностью у детей. М.: Медпрактика, 2002. 128 с.
8. Бурлачук Л.Ф. С.М Морозов Словарь справочник по психодиагностике. СПб.: Издательство "Питер", 2000. 528 с.
9. Величковский Б. Когнитивная наука. Основы психологии познания. М.:Смысл,2006. 487с.
10. Вергелес Г.И., Денисова А.А., Казакова А.А. Неуспеваемость младшего школьника: причины, диагностика, предупреждение, преодоление: Учебно-методическое пособие. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2010. 93с.
11. Гиппенрейтер Ю.Б., Романова В.Я. Психология внимания. Хрестоматия. М.:Астрель, 2008. 462с.
12. Гонеев А.Д. Основы коррекционной педагогики: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб.завед. 3-е изд. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. 272 с.
13. Грибанов А.В., Волокитина Т.В. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью у детей. -М.: Академический Проект, 2004. 144с.

14. Долгова В.И., Гольева Г.Ю., Крыжановская Н.В. Инновационные психолого-педагогические технологии в дошкольном образовании: монография.-М.: Издательство Перо, 2015. 192 с
15. Долгова В.И., Попова Е.В. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе с дошкольниками: монография. – М.: Издательство Перо, 2015. 208 с.
16. Дробинская А.О. Школьные трудности «нестандартных» детей – изд. 2-ое – М.: «Школа - Пресс», 2001. 144 с.
17. Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. М.: Тривола, 2005. 347с.
18. Заваденко Н.Н. Диагноз и дифференциальный диагноз синдрома дефицита внимания с гиперактивностью у детей // Школьный психолог. 2000. №4. С.4-7.
19. Заваденко Н.Н. Я остаюсь оптимистом// Школьный психолог.- 2000.№4. С.4-5.
20. Заваденко Н.Н., Суворинова Н.Ю. Гиперактивность с дефицитом внимания: факторы риска, возрастная динамика, особенности диагностики// Дефектология. 2003. № 6. С. 17- 22.
21. Заваденко Н.Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. М.: «Школа – Пресс 1», 2001. 97 с.
22. Исаев Д.Н. Психопатология детского возраста: Учебник для вузов. СПб.: Спец Лит, 2001. 463 с.
23. Калинина, Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника. С.Пб.: Речь, 2004. 155 с.
24. Кропотов Ю.Д., Пальчик А.Б., Чутко Л.С. Синдром нарушения внимания с гиперактивностью у детей и подростков. СПб.: Изд. дом СПбМАПО, 2004. 112 с.
25. Кузнецова Л.В., Переслени Л.И. Основы специальной психологии: учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2007. 480 с.

26. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивным, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. 192 с.
27. Лютова Е., Моница Г. Работа с "особым" ребенком// Первое сентября. - 2000. -№10. С.7-8.
28. Максимова А. Гиперактивность и дефицит внимания у детей. Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 224 с.
29. Моница Г.Б., Лютова Е., Чутко Л.С. Гиперактивные дети: психолого-педагогическая помощь: Монография. СПб.: Речь, 2007. 368с.
30. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество учебник для студ. ВУЗов. М.: Изд. центр «Академия», 2000. 456 с.
31. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М.: Творческий центр Сфера, 2001. 471с.
32. Осипова А.А., Малашинская Л.И. Диагностика и коррекция внимания. М.: ТЦ Сфера, 2001. 205с.
33. Осипова А. А. Общая психокоррекция: учебное пособие. М.: Сфера, 2002. 510 с.
34. Немов Р.С. Психология: Учеб. Для студентов высш.пед. заведений– 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 254 с.
35. Новиков А.М., Новиков Д.А. Методология. М.: СИН- ТЕГ, 2007. 668 с.
36. Новиков Д.А. Статистические методы в педагогических исследованиях (типовые случаи). М.: МЗ-Пресс, 2004. 67 с
37. Новиков А.М., Новиков Д.А. Методология: словарь системы основных понятий. М.: Либроком, 2013. 208 с.
38. Пассольт М. «Гиперактивные дети: коррекция психомоторного развития». М.: ВЛАДОС, 2000. 298с.
39. Перрон Р. «Трудный» ребенок: что делать?– 6-ое изд. – СПб.: Питер, 2004. 130 с.

40. Подласый И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике. М.:ВЛАДОС, 2002. 332 с
41. Политика О.И. Дети с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью. СПб.: Речь, 2008. 490с.
42. Пылаева Н.М., Ахутина Т.В. Школа умножения. Методика развития внимания у детей. М.: Юрайт ,2006.- 305с.
43. Романчук О.И. Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей. М.: Генезис. 2010. 336с.
44. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2001. 720 с.
45. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы. Ярославль: Академия развития, 2002. 231с.
46. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. М.: Сфера, 2012. 352с.
47. Семаго Н.Я. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога.- 2-е изд., - М.: АРКТИ, 2001. 374с.
48. Семакова Е.В., Макарова И.Ю. Семейно-социальные условия развития гиперактивности // Успехи современного естествознания. 2007. №9. С. 8-10.
49. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. Пособие для высш. учеб. Заведений. М.: Академия, 2002. 450с.
50. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб.: Речь, 2002. 484с.
51. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. М.: ТЦ Сфера, 2002. 28 с.
52. Степанов С.С. Азбука детской психологии. М.: Сфера, 2004.128 с.

53. Степанов С.В. В поисках тормозов // Школьный психолог. 2000. №4. С.9-10.
54. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. М.: Генезис, 2001. 375с.
55. Шевченко, Ю., Шевченко М. Развивающие игры для гиперактивных детей //Обруч.2000.№1. С 18-20.
56. Щербинина, Ю. А если он не понимает «по- хорошему?» //Дошкольное воспитание.2004.№12. С.109-118.
57. Ясюкова Л.А. Оптимизация обучения и развития детей с минимальными мозговыми дисфункциями. СПб.: Иматон, 2007. 378с.

«Приложение 1».

Методики для проведения следования.

Методика "Расставь значки" (Пьерона – Рузера)

Возраст: младший дошкольник.

Цель - оценка переключения и распределения внимания ребенка.

Стимульный материал: карандаш, бланк для заполнения.

Инструкция. Перед началом выполнения задания ребенку показывается рисунок и объясняется, как с ним работать. Работа заключается в том, чтобы в каждом из квадратиков, треугольников, кружков и ромбиков проставить тот знак, который задан вверху на образце, то есть , соответственно, галочку, черту, плюс или точку. (См. Рис. 1.)

Проведение методики. Ребенок непрерывно работает, выполняя это задание в течение двух минут, а общий показатель переключения и распределения его внимания определяется по формуле:

$$S=(0,5N - 2,8n)/120$$

где S — показатель переключения и распределения внимания;

N — количество геометрических фигур, просмотренных и помеченных соответствующими знаками в течение двух минут;

n — количество ошибок, допущенных во время выполнения задания. Ошибками считаются неправильно проставленные знаки или пропущенные, т.е. не помеченные соответствующими знаками, геометрические фигуры.

Оценка результатов

10 баллов - показатель S больше чем 1,00.

8-9 баллов - показатель S находится в пределах от 0,75 до 1,00.

6-7 баллов - показатель S располагается в пределах от 0,50 до 0,75.

4-5 баллов — показатель S находится в интервале от 0,25 до 0,50.

0-3 балла — показатель S находится в пределах от 0,00 до 0,25.

Выводы об уровне развития

10 баллов - очень высокий.

8-9 баллов - высокий.

6-7 баллов - средний.

4-5 баллов - низкий.

0-3 балла - очень низкий.

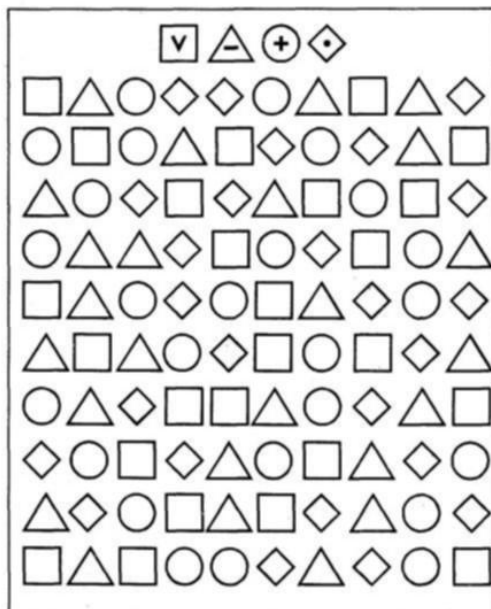


Рис.10. Бланк для заполнения методике "Проставь значки"

Методика «Запомни и расставь точки»

Возраст: младший дошкольник.

Цель - изучение объем внимания ребенка.

Стимульный материал. Лист с точками предварительно разрезается на 8 малых квадратов, которые затем складываются в стопку таким образом, чтобы вверху оказался квадрат с двумя точками, а внизу — квадрат с девятью точками (все остальные идут сверху вниз по порядку с последовательно увеличивающимся на них числом точек). (См. Рис. 2,3)

Инструкция. «Сейчас мы поиграем с тобой в игру на внимание. Я буду тебе одну за другой показывать карточки, на которых нарисованы точки, а потом ты сам будешь рисовать эти точки в пустых клеточках в тех местах, где ты видел эти точки на карточках».

Проведение. Ребенку последовательно, на 1-2 сек, показывается каждая из восьми карточек с точками сверху вниз в стопке по очереди и после каждой очередной карточки предлагается воспроизвести увиденные точки в пустой карточке за 15 сек. Это время дается ребенку для того, чтобы он смог вспомнить, где находились увиденные точки, и отметить их в пустой карточке.

Оценка результатов. Объемом внимания ребенка считается максимальное число точек, которое ребенок смог правильно воспроизвести на любой из карточек (выбирается та из карточек, на которой было воспроизведено, верно, большее количество точек).

Оценка результатов:

10 баллов — ребенок правильно за отведенное время воспроизвел на карточке 6 и более точек.

8-9 баллов — ребенок безошибочно воспроизвел на карточке от 4 до 5 точек.

6-7 баллов — ребенок правильно восстановил по памяти от 3 до 4 точек.

4-5 баллов — ребенок правильно воспроизвел от 2 до 3 точек.

0-3 балла — ребенок смог правильно воспроизвести на одной карточке не более одной точки.

Выводы об уровне развития

10 баллов — очень высокий.

8-9 баллов — высокий.

6-7 баллов — средний.

4-5 баллов — низкий.

0-3 балла — очень низкий.

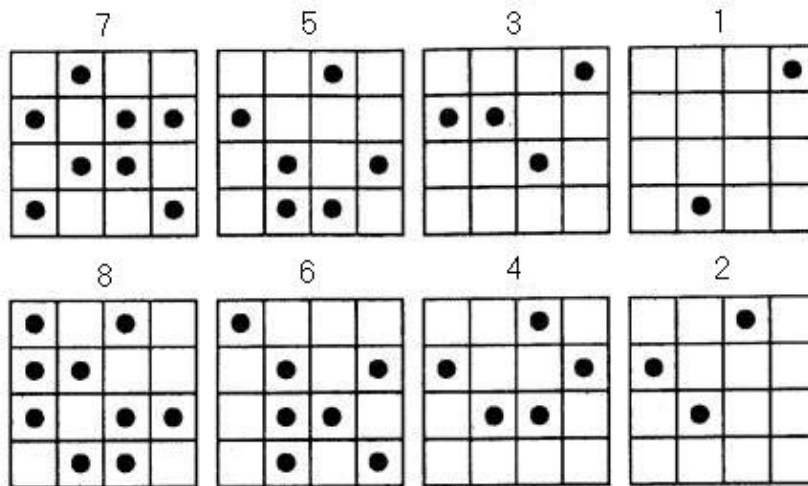


Рис.11. Стимульный материал к заданию «Запомни и расставь точки»

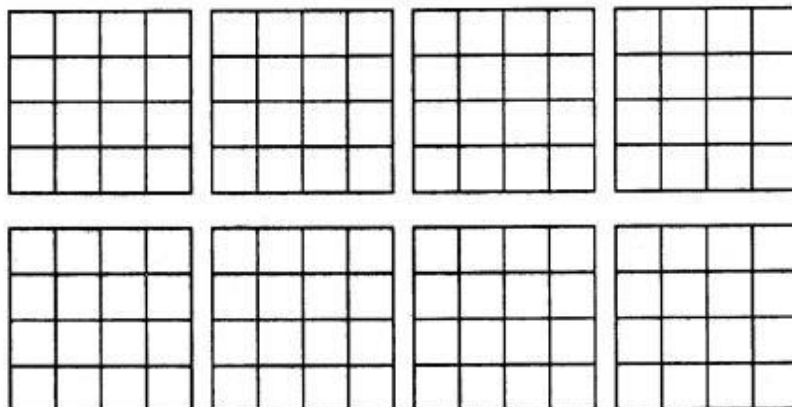


Рис. 12. Матрицы к заданию «Запомни и расставь точки»
 Методика для изучения уровня внимания и самоконтроля П.Я. Гальперина и С.Л. Кабыльницкой

Возраст: младший дошкольник.

Цель – выявления уровня внимания и самоконтроля.

Стимульный материал. Бумага с написанным текстом, карандаш.

Инструкция. «Прочитай этот текст. Проверь его. Если найдешь в нем ошибки (в том числе и смысловые), исправь их карандашом».

Проведение. Исследователь фиксирует время работы с текстом, особенности поведения ребенка (уверенно ли работает, сколько раз проверяет текст, читает про себя или вслух и прочее). Для нахождения и исправления ошибок не требуется знания правил, но необходимы внимательность и самоконтроль. Текст содержит 10 ошибок.

Обработка результатов теста. Подсчитывается количество пропущенных ошибок:

0-2 – высший уровень внимания,

3-4 – средний уровень внимания,

более 5 – низкий уровень внимания.

Исследователь должен обратить внимание на качество пропущенных ошибок: пропуск слов в предложении, букв в слове, подмена букв, слитное написание слова с предлогом.

Текст методики

Стары лебеди склонили перед ним гордые шеи. Взрослые и дети толпились на берегу. Внизу над ними расстилалась ледяная пустыня. В ответ я кивал ему рукой. Солнце дохотило до верхушек деревьев и тряталось за ними. Сорняки живучи и плодovиты. Я уже заснул, когда кто-то окликнул меня. На столе лежала карта на шего города. Самолет сюда, чтобы помочь людям. Скоро удалось мне на машине.

«Приложение 2».

Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ на констатирующем этапе исследования.

Таблица 1. Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ по методике "Расставь значки" (Пьерона – Рузера)

Номер испытуемого	Количество баллов	Уровень развития переключения и распределения внимания
1	6	Средний
2	7	Средний
3	6	Средний

4	5	Низкий
5	7	Средний
6	6	Средний
7	5	Низкий
8	5	Средний

Таблица 2. Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ по методике «Запомни и расставь точки»

Номер испытуемого	Количество баллов	Уровень развития объема внимания
1	5	Низкий
2	6	Средний
3	6	Средний
4	4	Низкий
5	6	Средний
6	4	Низкий
7	5	Низкий
8	7	Средний

Таблица 3. Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ по методике Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике П.Я. Гальперина и С.Л. Кабыльницкой.

Номер испытуемого	Количество ошибок	Уровень развития внимания и самоконтроля
1	6	Низкий
2	3	Средний
3	3	Средний
4	6	Низкий
5	6	Низкий
6	4	Средний
7	6	Низкий
8	6	Низкий

«Приложение 3»

Программа психолого-педагогической коррекции внимания младших школьников с СДВГ.

По данным исследований синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) - это сложное психическое состояние ребенка, характеризующееся особым профилем познавательных функций, эмоционально-личностной сферы и поведения ребенка. СДВГ характеризуется различными проявлениями, которые препятствуют установлению адаптации детей дома и в школе, снижая их возможности к полноценному обучению. Сензитивным периодом проявления данного состояния является дошкольный и младший школьный возраст, к подростковому возрасту эти явления обычно уменьшаются или исчезают, особенно в условиях целенаправленной психолого-педагогической работы.

Сопровождение таких детей требует создания определенных условий обучения и воспитания, построенных на принципах сбережения здоровья и специально разработанных коррекционных психологических программ.

Коррекционно-развивающая программа рассчитана на специалистов (психологов, педагогов, дефектологов, а также родителей), работающих с гиперактивными детьми. Программа состоит из 10 занятий. При соблюдении режима проведения 2 занятия в неделю. Время проведения 45-55 минут. Оптимальное число участников группы 4-6 человек. Возраст 9-10 лет. Занятия проходят как в микрогруппах, так и индивидуально. В сложных случаях возможно увеличение числа занятий до полной коррекции СДВГ.

Цель представленной программы — это формирование внимания, произвольной регуляции деятельности и улучшение эмоционального состояния детей.

Цель определяет структуру и содержание занятий и реализуется в следующих задачах программы:

1. Коррекция внимания и импульсивности
2. Стабилизация эмоциональной регуляции
4. Развитие произвольности и способности соблюдать правила и нормы.

Основное содержание данной программы составляют игры, психотехнические упражнения и учебные задания, направленные на целостное психологическое развитие ребенка и решение конкретных психологических проблем.

Структура занятия:

растяжка 4-5 минут;

дыхательное упражнение 3-4 минут;

функциональные упражнения и игры (развитие внимания, произвольности, самоконтроля), коммуникативные и когнитивные упражнения, элиминация гнева и агрессии 20-25 минут;

упражнения для развития мелкой моторики рук - 10 минут;

релаксация 4-5 минут.

Занятие 1.

1. Растяжка "Половинка"

Цель: оптимизация тонуса мышц.

Проведение. Сидя на полу. Общее напряжение тела. Расслабление. Напряжение и расслабление по осям: верх-низ (напряжение верхней половины тела, напряжение нижней половины тела), левостороннее и правостороннее (напряжение правой и затем левой половины тела), напряжение левой руки и правой ноги, а затем правой руки и левой ноги.

2. Дыхательное упражнение.

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма.

Проведение. Сидя на полу. Вдох. Детям предлагается расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза (задержка дыхания). Выдох. Детям предлагается втянуть живот как можно сильнее. Пауза. Вдох. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом "пьют" воздух.

3. Игра «Зоркий глаз».

Цель: развитие внимания и концентрации на предмете.

Выберите маленькую игрушку или предмет, который ребенку предстоит найти. Дайте ему возможность запомнить, что это такое, особенно если это новая вещь в доме. Попросите ребенка выйти из комнаты. Когда он выполнит эту просьбу, поставьте выбранный предмет на доступном взгляду месте, но так, чтобы тот не сразу бросался в глаза. В этой игре нельзя прятать предметы в ящики стола, за шкаф и тому подобные места. Игрушка должна стоять так, чтобы играющий мог ее обнаружить, не дотрагиваясь до предметов в комнате, а просто внимательно их рассматривая.

4. Упражнения для развития мелкой моторики рук "Кулак-ребро-ладонь".

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Ребенку показывают три положения руки на плоскости пола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости пола, распрямленная ладонь на плоскости пола. Ребенок выполняет пробу вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами ("кулак-ребро-ладонь"), произносимыми вслух или про себя.

5. Функциональное упражнение "Послушать тишину".

Цель: формирование произвольной регуляции собственной деятельности, развитие аудиального гнозиса.

Проведение. Дети сидят расслабленные с закрытыми глазами и слушают тишину звуки на улице за окном, свое дыхание, биение сердца.

6. Игра с правилами "Костер".

Цель: формирование внимания и произвольной регуляции собственной деятельности.

Проведение. Дети садятся на ковер вокруг "костра" и выполняют соответствующую команду инструктора. По команде (словесной инструкции) "жарко" дети должны отодвинуться от "костра", по команде "руки замерзли" - протянуть руки к "костру", по команде "ой, какой большой костер" - встать и махать руками, по команде "искры полетели" - хлопать ладошками, по команде "костер принес дружбу и веселье" - взяться за руки и ходить вокруг "костра". Затем игра выполняется с ведущим ребенком.

7. Релаксация "Поза покоя"

Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.

Необходимо сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить. Формула общего покоя произносится инструктором медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать,
Но пока не все умеют
Расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая –
Очень легкая, простая,
Замедляется движение,
Исчезает напряжение...
И становится понятно –
Расслабление приятно!

Занятие 2

1. Растяжка "Лучики".

Проведение. Дети сидят на полу. Поочередное напряжение и расслабление - правого плеча, правой руки, правой кисти, правого бока, правого бедра, правой ноги, правой стопы; - левого плеча, левой руки, левой кисти, левого бока, левого бедра, левой ноги, левой стопы.

2. Дыхательное упражнение.

Проведение. Дети сидят на полу. Вдох, пауза, выдох, пауза. Ребенку предлагается вокализовать на выдохе, пропевая отдельные звуки ("а", "о", "у" и др.) и их сочетания.

3. Функциональное упражнение "Море волнуется...".

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.

Детям предлагается интенсивно двигаться по комнате, принимая различные позы. Инструктор произносит считалку:

Море волнуется - раз!

Море волнуется - два!

Море волнуется - три!

Морская фигура - замри!

Дети замирают в одной из поз. По команде инструктора "Отомри!" упражнение продолжается.

4. Упражнения для развития мелкой моторики рук "Колечко".

Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

5. Игра "Колпак мой треугольный"

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.

Участники садятся в круг. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы:

"Колпак мой треугольный,

Треугольный мой колпак.

А если не треугольный,

То это не мой колпак".

Затем фраза повторяется, но дети, которым выпадает говорить слово "колпак", заменяют его жестом (легкий хлопок ладошкой по голове).

Затем фраза повторяется еще раз, но при этом на жесты заменяются два слова: слово "колпак" (легкий хлопок ладошкой по голове) и "мой" (показать рукой на себя).

При повторении фразы в третий раз заменяются на жесты три слова: "колпак", "мой" и "треугольный" (изображение треугольника руками).

6. Когнитивное упражнение "Чаша доброты" (визуализация).

Цель: эмоциональное развитие.

Проведение. Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните ее до краев своей добротой. Представьте рядом другую чужую чашку, она пустая. Отлейте в нее из своей чашки доброты. Рядом еще одна пустая чашка, еще и еще... Отливайте из своей чашки доброту в пустые. Не жалейте! А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в нее своей доброты. Вы можете делиться своей добротой с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной. Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажите: "Это я! У меня есть такая чашка доброты!"

7. Когнитивное упражнение "Визуализация цвета".

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Проведение. Детям предлагается заполнить мозг каким-либо цветом (красным, синим, зеленым) по их выбору. Необходимо сконцентрировать внимание на сохранении цвета ясным и чистым. Можно сконцентрироваться на сходстве или различии цветов, тогда они станут более ясными. Для каждого цвета можно подобрать телесную позу, которая поможет визуализировать цвет.

8. Релаксация "Кулачки"

Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.

Проведение. Сожмите пальцы в кулачок покрепче. Руки положите на колени. Сожмите их сильно-сильно, чтобы косточки побелели. Руки устали. Расслабили руки. Отдыхаем. Кисти рук потеплели. Легко, приятно стало. Слушаем и делаем, как я. Спокойно! Вдох - пауза, выдох - пауза! Это и каждое последующее упражнение повторяется 3 раза

Руки на коленях,

Кулачки сжаты,

Крепко, с напряжением

Пальчики прижаты (сжать пальцы).
 Пальчики сильней сжимаем –
 Отпускаем, разжимаем. (Легко поднять и уронить расслабленную кисть.)
 Знайте, девочки и мальчики,
 Отдыхают наши пальчики".

Занятие 3

1. Растяжка.

Ребенку предлагается сесть удобно, закрыть глаза и сосредоточить внимание на своем теле; выполнить 3-4 цикла глубокого дыхания в индивидуальном темпе, обращая внимание только на дыхание. Затем он должен напрячь все тело, как можно сильнее, через несколько секунд напряжение сбросить, расслабиться; проделать то же самое с каждой частью тела (инструктор называет поочередно части тела, останавливаясь на каждом сегменте в отдельности - правая рука, левая рука, шея, грудь, спина, живот, поясница, правая нога, левая нога); по позе ребенка и "волне" его дыхания можно легко определить "зажатые" места.

Необходимо научить ребенка прислушаться к своему телу и дополнительно поработать с напряженными участками тела, например сделать несколько медленных круговых движений головой или "размять" икры ног и т. д.

2 Игра «Зоркий глаз».

Цель: развитие внимания и концентрации на предмете.

Выберите маленькую игрушку или предмет, который ребенку предстоит найти. Дайте ему возможность запомнить, что это такое, особенно если это новая вещь в доме. Попросите ребенка выйти из комнаты. Когда он выполнит эту просьбу, поставьте выбранный предмет на доступном взгляду месте, но так, чтобы тот не сразу бросался в глаза. В этой игре нельзя прятать предметы в ящики стола, за шкаф и тому подобные места. Игрушка должна стоять так, чтобы играющий мог ее обнаружить, не дотрагиваясь до предметов в комнате, а просто внимательно их рассматривая.

3. Упражнения для развития мелкой моторики рук "Лезгинка".

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

4. Функциональное упражнение "Чайничек с крышечкой".

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.

Участники садятся в круг. Каждый из них пропевает песенку, сопровождая ее определенными мануальными жестами:

"Чайничек (вертикальные движения ребрами ладоней)

Крышечка (левая рука складывается в кулак, правая - ладонью делает круговые движения над кулаком).

Крышечка – шишечка (вертикальные движения кулаками).

В шишечке -дырочка (указательный и большой пальцы обеих рук делают колечки).

Из дырочки пар идет (указательными пальцами рисуются спиральки).

Пар идете - дырочка,

Дырочка в шишечке,

Шишечка крышечка,

Крышечка - чайничек".

При последующем повторении песенки одно слово нужно поменять на "Гу-гу-гу", жесты сохраняются:

"Гу-гу-гу - крышечка и т. д."

5.Функциональное упражнение "Черепашка".

Цель: развитие двигательного контроля.

Инструктор встает у одной стены помещения, играющие - у другой. По сигналу инструктора дети начинают медленное движение к противоположной стене, изображая маленьких черепашек. Никто не должен останавливаться и спешить. Через 2-3 минуты инструктор подает сигнал, по которому все участники останавливаются. Побеждает тот, кто оказался самым последним. Упражнение может повторяться несколько раз. Затем инструктор обсуждает с группой трудности в выполнении упражнения.

б. Релаксация "Олени".

Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.

Инструктор: "Представьте себе, что вы - олени. Поднимите руки над головой, скрестите их, широко расставив пальцы. Напрягите руки. Они стали твердыми! Нам трудно и неудобно держать так руки, уроните их на колени. Расслабьте руки. Спокойно. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Посмотрите: мы - олени,

Рвется ветер нам на встречу!

Ветер стих,

Расправим плечи,

Руки снова на колени.

А теперь немножко лени...

Руки не напряжены

И расслаблены.

Знайте, девочки и мальчики,

Отдыхают ваши пальчики!

Дышится легко, ровно, глубоко".

Занятие 4

Растяжка "Половинка".

Проведение, сидя на полу. Ребенку предлагается поочередно напрягать левую и правую половины тела, затем верхнюю и нижнюю половины тела.

Дыхательное упражнение.

И.п. - сидя на полу. Глубокий вдох, руки медленно поднять до уровня груди. Задержать дыхание, внимание сконцентрировать на середине ладоней. Медленно выдохнуть, руки опустить вдоль тела.

Игра «Последний штрих»

Цель: развития внимание его устойчивость и концентрация.

Понадобится лист бумаги и карандаш. Попросите ребенка нарисовать любой рисунок. Это может быть отдельный предмет, человек, животное, а может быть целая картина. Когда рисунок будет готов, попросите его отвернуться, а сами тем временем внесите в рисунок «последние штрихи», то есть дорисуйте какие-то мелкие детали к уже нарисованным или изобразите что-то совсем новое. После этого ребенок может повернуться. Попросить ребенка сказать, что изменилось. Если он сумел это сделать, то считается выигравшим. Также можно поменяться ролями.

Упражнения для развития мелкой моторики рук "Змейки".

Предложите ребенку представить, что его пальцы - это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. При двуручном выполнении ладони сначала "смотрят" от ребенка, потом-друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

Когнитивное упражнение "Ритм".

Инструктор задает ритм, отстукивая его одной рукой, например, "2-2-3" (в начале освоения дается зрительное подкрепление - дети видят руки инструктора, а в процессе освоения происходит постепенный переход только к слуховому восприятию, т.е. с закрытыми глазами). Затем детям предлагается повторить ритмический рисунок правой

рукой, левой рукой, двумя руками одновременно (хлопки или удары перед собой) комбинированно (например, 2 - правой рукой, 2 - левой рукой, 3 - одновременно двумя руками). После освоения первой части упражнения детям предлагается воспроизвести тот же ритмический рисунок ногами.

Функциональное упражнение "Руки-ноги"

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.

Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами

Ноги вместе - руки врозь.

Ноги врозь - руки вместе.

Ноги вместе - руки вместе.

Ноги врозь - руки врозь.

Цикл прыжков повторить несколько раз.

Релаксация "Загораем"

Психолог. Представьте себе, что ноги загорают на солнышке (вытянуть ноги вперед, сидя на полу). Поднимите ноги, держите на весу. Ноги напряглись (можно предложить ребенку самому потрогать, какими твердыми стали его мышцы). Напряженные ноги стали твердыми, каменными. Опустите ноги. Они устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем!

Держим... Держим... Напрягаем...

Загораем! Опускаем (ноги резко опустить на пол).

Ноги не напряжены, расслаблены".

Занятие 5

1. Растяжка "Половинка".

И.п. - сидя на полу. Ребенку предлагается поочередно напрягать левую и правую половины тела, затем верхнюю и нижнюю половины тела.

2. Дыхательное упражнение.

Проведение сидя на полу. Ребенок кладет одну руку на грудь или живот и акцентирует внимание на том, как на вдохе рука поднимается, а на выдохе - опускается. Затем в такт с дыханием другой рукой он показывает, как дышит (на вдохе рука поднимается до уровня груди, а на выдохе - опускается). Далее ребенок должен плавно и медленно поднимать и опускать руку или обе руки одновременно в такт дыханию, но уже на определенный счет (на 8, на 12).

3. Игра «Последний штрих»

Цель: развития внимание его устойчивость и концентрация.

Понадобится лист бумаги и карандаш. Попросите ребенка нарисовать любой рисунок. Это может быть отдельный предмет, человек, животное, а может быть целая картина. Когда рисунок будет готов, попросите его отвернуться, а сами тем временем внесите в рисунок «последние штрихи», то есть дорисуйте какие-то мелкие детали к уже нарисованному или изобразите что-то совсем новое. После этого ребенок может повернуться. Попросить ребенка сказать, что изменилось. Если он сумел это сделать, то считается выигравшим. Также можно поменяться ролями.

4. Упражнения для развития мелкой моторики руки "Ухо-нос".

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой - за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук "с точностью до наоборот".

5. Функциональное упражнение "Крик в пустыне".

Цель: элиминация агрессии и импульсивности. Участники садятся в круг, скрестив ноги "по-турецки", и по сигналу инструктора начинают громко кричать. При этом необходимо наклоняться вперед, доставая руками и лбом пола.

6. Функциональное упражнение "Дракон".

Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками.

Участники стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего ребенка. Первый ребенок - это "голова дракона", последний - "кончик хвоста". Дракон будет ловить свой хвост. Остальные дети должны цепко держаться друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост за определенное время, то на место головы дракона встает другой ребенок.

7. Релаксация "Штанга".

Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.

Проведение стоя. Инструктор: "Встаньте. Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно опускаются вдоль туловища). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Мы готовимся к рекорду,

Будем заниматься спортом (наклониться вперед).

Штангу с пола поднимаем (выпрямиться, руки вверх).

Крепко держим...

И бросаем!

Наши мышцы не устали

И еще послушной стали.

Во время выполнения упражнения можно прикоснуться к мышцам плеча и предплечья ребенка и проверить, как они напряглись.

Нам становится понятно:

Расслабление приятно.

Занятие 6

1. Растяжка "Медуза"

Сидя на полу, совершать плавные движения руками, подражая медузе, плавающей в воде.

2. Дыхательное упражнение.

Глубоко вдохнуть. Завернуть уши от верхней точки до мочки. Задержать дыхание. Выдохнуть с открытым сильным звуком а-а-а (чередовать со звуками ы-ы-ы, у-у-у, о-о-о).

3 Когнитивное упражнение "Ритм по кругу"

Цель: концентрация внимания, сосредоточенность на процессе.

Дети садятся полукругом. Инструктор отстукивает несложный ритм. Дети внимательно слушают и по команде инструктора его повторяют (по отдельности или все вместе).

Когда ритм освоен, дети получают команду: "Давайте прохлопаем этот ритм следующим образом". Каждый по очереди отбивает по одному хлопку из заданного ритма. Слева направо. Когда ритм закончится, следующий по кругу выжидает короткую паузу и начинает сначала. Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок - получает штрафное очко или выбывает из игры.

4. Упражнения для развития мелкой моторики руки "Колечко"

Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

5. Когнитивное упражнение "Визуализация человека".

Детям предлагается визуализировать знакомого человека. Необходимо сконцентрироваться на лице и тщательно изучить каждую деталь. Затем мысленно приблизиться к человеку, отдалиться, посмотреть на него справа, слева, сзади и спереди.

6. Функциональное упражнение "Руки-ноги".

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.

Проведение стоя. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами. Левая рука вперед, правая рука назад + правая нога вперед, левая нога назад. Левая рука назад, правая рука вперед + правая нога назад, левая нога вперед. Левая рука вперед, правая рука вперед + правая нога назад, левая нога назад. Левая рука назад, правая рука назад + правая нога вперед, левая нога вперед. Цикл прыжков повторить несколько раз.

7. Релаксация "Кораблик"

Расслабление мышц рук, ног, корпуса.

Психолог "Представьте себе, что вы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижмите к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямьтесь! Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону, прижмите к полу левую ногу. Выпрямитесь. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног.

После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени,

А теперь немного лени...

Напряженье улетело,

И расслаблено все тело...

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко...".

Занятие 7

Растяжка "Лучики"

Ребенку предлагается поочередно напрягать и расслаблять левое плечо, левую руку, левый бок, левую ногу. Затем правое плечо, правую руку, правый бок, правую ногу.

Дыхательное упражнение.

И.п. - сидя на полу. Глубокий вдох, руки медленно поднять до уровня груди. Задержать дыхание, внимание сконцентрировать на середине ладоней. Медленно выдохнуть, руки опустить вдоль тела.

Упражнения для развития мелкой моторики рук "Лягушка".

Положить руки на пол (стол). Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладонь). Одновременно (реципрокно) менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

Когнитивное упражнение "Визуализация человека"

Цель: концентрация внимания, памяти

Детям предлагается визуализировать знакомого человека. Необходимо сконцентрироваться на лице и тщательно изучить каждую деталь. Затем мысленно приблизиться к человеку, отдалиться, посмотреть на него справа, слева, сзади и спереди.

Функциональное упражнение "Буратино".

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы. Выполняется стоя. Правая рука вверх и прыжок на левой ноге. Левая рука вверх и прыжок на правой ноге. Правая

рука вверх и прыжок на правой ноге. Левая рука вверх и прыжок на левой ноге. Цикл прыжков повторить несколько раз.

Игра «Зоркий глаз»

Цель: развитие внимания и концентрации на предмете.

Выберите маленькую игрушку или предмет, который ребенку предстоит найти. Дайте ему возможность запомнить, что это такое, особенно если это новая вещь в доме. Попросите ребенка выйти из комнаты. Когда он выполнит эту просьбу, поставьте выбранный предмет на доступном взгляду месте, но так, чтобы тот не сразу бросался в глаза. В этой игре нельзя прятать предметы в ящики стола, за шкаф и тому подобные места. Игрушка должна стоять так, чтобы играющий мог ее обнаружить, не дотрагиваясь до предметов в комнате, а просто внимательно их рассматривая.

Релаксация "Любопытная Варвара"

Цель: расслабление мышц шеи.

Психолог. Поверните голову влево, постарайтесь это сделать так, чтобы увидеть как можно дальше. Сейчас мышцы шеи напряжены! Потрогайте шею справа, мышцы стали твердые, как каменные. Вернитесь в исходное положение. Аналогично в другую сторону. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Любопытная Варвара

Смотрит влево...

Смотрит вправо...

А потом опять вперед –

Тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а расслаблена"

Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

Занятие 8

1. Растяжка "Лучики".

Ребенку предлагается поочередно напрягать и расслаблять левое плечо, левую руку, левый бок, левую ногу. Затем правое плечо, правую руку, правый бок, правую ногу.

Дыхательное упражнение.

Инструкция. Глубоко вдохнуть. На выдохе произносить звуки: пф-пф-пф-пф-пф. Вдох. На выдохе: р-р-р-р. Вдох. На выдохе: з-з-з-з. Вдох. На выдохе: ж-ж-ж-ж. Вдох. На выдохе: мо-ме-мэ-му.

Упражнения для развития мелкой моторики рук "Лезгинка"

Левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После этого одновременно сменить положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Добиваться высокой скорости смены положений. Для усложнения выполнения упражнения добавляются движения глаз и языка. Сначала однонаправленные (глаза и язык двигаются в сторону кулачка), затем разнонаправленные (глаза - в сторону кулачка, язык - в сторону ладошки).

Когнитивное упражнение "Ритм по кругу"

Дети садятся полукругом. Инструктор отстукивает несложный ритм. Дети внимательно слушают и по команде инструктора его повторяют (по отдельности или все вместе).

Когда ритм освоен, дети получают команду: "Давайте прохлопаем этот ритм следующим образом". Каждый по очереди отбивает по одному хлопку из заданного ритма. Слева направо.

Когда ритм закончится, следующий по кругу выжидает короткую паузу и начинает сначала. Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок - получает штрафное очко или выбывает из игры.

Возможные пути усложнения задачи:

- удлинение и усложнение ритма,

- отстукивание ритма каждым игроком обеими руками по очереди и т.д.

Детям также могут предлагаться для воспроизведения звуки разной громкости внутри ритмического рисунка, например: тихие и громкие.

Функциональное упражнение "Парад".

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы. Выполняется стоя. Марширование на счет "Раз-два-три-четыре".

В первом цикле шагов хлопок руками на счет "раз", во втором - на счет "два", в третьем - на счет "три", в четвертом - на счет "четыре".

Раз (хлопок)-два-три-четыре.

Раз-два (хлопок)-три-четыре,

Раз-два-три (хлопок)-четыре.

Раз-два-три-четыре (хлопок). Повторить несколько раз.

Функциональное упражнение "Каратист".

Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.

Участники образуют круг, в центре которого полулежит физкультурный обруч. Один из участников встает в обруч и превращается в "каратиста", выполняя резкие движения руками и ногами. Остальные дети вместе с инструктором хором произносят: "Сильнее, еще сильнее...", помогая игроку выплеснуть агрессивную энергию интенсивными движениями.

Функциональное упражнение "Пчелка"

Цель: развитие двигательного контроля и элиминация импульсивности.

Все участники превращаются в пчелок, которые "летают" и громко жужжат.

По сигналу инструктора: "Ночь" - "пчелки" садятся и замирают.

По сигналу инструктора: "День" - "пчелки" снова летают и громко "жужжат".

9.Релаксация "Шарик".

Цель: расслабление мышц живота.

"Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот. Надувайте живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Сделайте спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи не поднимайте. Вдох - пауза, выдох - пауза. Мышцы живота расслабились. Стали мягкими. Теперь легко сделать новый вдох. Воздух сам легко входит внутрь. И выдох свободный, ненапряженный!

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Дышитесь легко... ровно... глубоко..."

Занятие 9

Краткий конспект занятия

1.Растяжка "Травинка на ветру"

Детям предлагается изобразить всем телом травинку (сесть на пятки, руки вытянуть вверх, сделать вдох).

"Начинает дуть ветер, и травинка наклоняется до земли (выдыхая, наклонить туловище вперед, пока грудь не коснется бедер; руки при этом вытягиваются вперед, ладони на полу; не меняя положения туловища, потянуть руки по полу еще дальше вперед). Ветер стихает, травинка выпрямляется и тянется к солнышку (на вдохе вернуться в исходное положение, потянуться вверх)".

2.Дыхательное упражнение.

И. п. - сидя на полу, скрестив ноги, с прямой спиной (!). Поднять руки вверх над головой с вдохом и опустить вниз на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при

этом в туловище. Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребенка дышать правильно, у него просто нет возможности дышать по-другому.

3. Упражнения для развития мелкой моторики рук "Змейки".

Предложите ребенку представить, что его пальцы - это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. При двуручном выполнении ладони сначала "смотрят" от ребенка, потом-друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

4. Когнитивное упражнение "Визуализация геометрических фигур". Детям предлагается представить круг (квадрат, треугольник и т. д.), затем мысленно изменить размер, цвет, форму, вращать вокруг своей оси, отдалить и приблизить фигуру.

5. Функциональное упражнение с правилами "Шалуны".

Цель: развитие произвольной регуляции.

Инструктор по сигналу (удар в бубен, колокольчик и т. д.) предлагает детям пошалить: бегать, прыгать, кувыряться. По второму сигналу ведущего все шалости должны прекратиться. Упражнение повторяется несколько раз.

6. Релаксация "Пляж".

Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.

Предложите ребенку закрыть глаза и представить, что он лежит на теплом песке. Ласково светит солнышко и согревает его. Веет легкий ветерок. Он отдыхает, слушает шум прибоя, наблюдает за игрой волн и танцами чаек над водой. Пусть прислушается к своему телу. Почувствует позу, в которой он лежит. Удобно ли ему? Пусть попытается изменить свою позу так, чтобы ему было максимально удобно, чтобы он был максимально расслаблен. Пусть представит себя всего целиком и запомнит возникший образ. Затем нужно потянуться, сделать глубокий вдох и выдох, открыть глаза, медленно сесть и аккуратно встать.

Занятие 10

Растяжка "Дерево".

Ребенку предлагается спрятать голову в колени, колени обхватить руками. Это семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Пусть ребенок медленно поднимается на ноги, затем распрямляет туловище, вытягивает руки вверх. Затем нужно напрячь мышцы тела и вытянуть его вверх. Подул ветер: пусть ребенок раскачивает тело, имитируя дерево.

Дыхательное упражнение.

Сидя на коленях или на пятках, ноги вместе. Прямые руки расставлены в стороны параллельно полу. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев, вытянутых вовне. С вдохом поворачивать руки большими пальцами вверх; с выдохом - вниз.

Упражнения для развития мелкой моторики рук "Змейки".

Предложите ребенку представить, что его пальцы - это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. При двуручном выполнении ладони сначала "смотрят" от ребенка, потом-друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

Функциональное упражнение "Что исчезло?"

Цель: развитие концентрации внимания.

Перед каждым ребенком поочередно раскладываются предметы. Их просят внимательно посмотреть на них и запомнить. Затем ребенок закрывает глаза, а инструктор убирает один предмет. Задача ребенка - назвать исчезнувший предмет.

Когнитивное упражнение "Мельница".

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Предложите ребенку делать одновременные круговые движения рукой и ногой. Сначала левой рукой и левой ногой, правой рукой и правой ногой, левой рукой и правой

ногой, правой рукой и левой ногой. Сначала вращение выполняется вперед, затем назад, затем рукой вперед, а ногой назад. Выполняйте так, чтобы рука и противоположная нога двигались одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Дыхание произвольное.

Релаксация "Огонь и лед".

Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности. Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Дети выполняют упражнение лежа. По команде инструктора "огонь" дети начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений каждый ребенок выбирает произвольно. По команде "лед" дети застывают в позе, в которой их застигла команда, напрягая до предела все тело. Инструктор несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

Предполагаемым результатом программы является успешным. Именно, для клиента эмоциональное удовлетворение от занятий и изменение эмоционального баланса в целом в пользу положительных чувств и переживаний. Для психолога, достижение поставленных в программе целей.

Эффективность коррекционного воздействия может быть оценена с точки зрения: разрешения реальных трудностей развития; постановки целей и задач коррекционной программы.

Какой бы содержательный критерий эффективности ни анализировался, в любом случае речь идет о следующих группах переменных, характеризующих психокоррекционное воздействие:

субъективно-переживаемые клиентом изменения во внутреннем мире;

устойчивость изменений в последующей (после воздействия) жизни человека. При оценке эффективности воздействия могут использоваться объективные психофизиологические методы, регистрирующие вегетативно-соматические,

физиологические и психические функции. Поиск критериев эффективности психокоррекционного воздействия всегда будет требовать учета своеобразия механизмов нарушений, используемых методов воздействия и тех целей, которые стремятся реализовать с их помощью.

«Приложение 4»

Результаты формирующего этапа эксперимента

Таблица 4. Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ по методике "Расставь значки" (Пьерона – Рузера).

Номер испытуемого	Баллы	Уровень развития переключения и распределения внимания
1	7	Средний
2	8	Высокий
3	10	Очень высокий
4	7	Средний
5	10	Очень высокий
6	7	Средний

7	9	Высокий
8	8	Высокий

Таблица 5. Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ по методике «Запомни и расставь точки»

Номер испытуемого	Баллы	Уровень развития объема внимания
1	6	Средний
2	9	Высокий
3	6	Средний
4	6	Средний
5	7	Средний
6	6	Средний
7	7	Средний
8	8	Высокий

Таблица 6. Результаты диагностики внимания младших школьников с СДВГ по методике П.Я. Гальперина и С.Л. Кабыльницкой.

Номер испытуемого	Количество ошибок	Уровень развития внимания и самоконтроля
1	5	Низкий
2	3	Средний
3	3	Средний
4	5	Низкий
5	4	Средний
6	4	Средний
7	5	Низкий
8	4	Средний

Таблица 7. Автоматический расчет T- критерия Вилкоксона по методике "Расставь значки" (Пьерона – Рузера).

№	«До»	«После»	Сдвиг(t после– t до)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	6	7	1	1	1
2	7	8	1	1	2,5
3	6	10	4	4	10
4	5	7	2	2	4,5
5	7	10	3	3	10
6	6	7	1	1	2,5
7	5	9	4	4	10
8	6	8	2	2	4,5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					1

В ранжирование были учтены нулевые сдвиги. Однако за нетипичный сдвиг было принято « нулевое значение».