

ПРОБЛЕМА ВНИМАНИЯ У УЧАЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ

Попова Евгения Николаевна

студентка 3 курса факультета исторического и правового образования

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Волгоградский государственный социально-педагогический университет», г. Волгоград

Аннотация. В данной статье рассмотрены причины появления проблем внимания на уроках у учащихся подросткового возраста. Выделены особенности внимания как психического процесса у подростков, охарактеризованы его свойства, описаны проведенные на базе школы исследования. На основе исследования разработаны рекомендации для родителей и педагогов, помогающие в развитии внимания подростков.

Ключевые слова: внимание, уровень концентрации, устойчивость, подростковый возраст, активность, утомляемость.

Успешная реализация уроков в школе зависит от многих факторов, которые оказывают влияние на зрительное и слуховое восприятие, формирование знаний и навыков. Можно выделить группу факторов, которая характеризует учащихся как субъектов педагогического процесса. К этой группе факторов будет относиться уровень общей подготовки, способности к познавательной деятельности, характеристики мышления, приспособленность к учению, то есть те, которые определяют “обучаемость учащихся” и рассматриваются Ю.К. Бабанским как внутренние компоненты реальных учебных возможностей [1; 96-105]. Одним из составляющих этой группы факторов будет выступать внимание учащихся на уроках.

Подростковый возраст это особенный период в жизни человека, который имеет характерные черты, в процессе протекания которого происходят важные физиологические и психологические изменения[4;88]. У подростка меняются познавательные способности: образ мышления (появляются элементы абстрактного, теоретического мышления), механическое запоминание преобладает над смысловым. Он может хорошо концентрировать внимание в значимой для него деятельности, в общении. Подростки гораздо дольше способны удерживать внимание на занятиях по сравнению с детьми, но могут впасть в состояние утомления, так как в подростковом возрасте кривая утомляемости резко повышается. Внимание подростка становится хорошо управляемым, контролируемым процессом. Поэтому на него можно воздействовать и развивать. Необходимо разобраться с самим понятием внимания и определить его особенности в подростковом возрасте.

Большая психологическая энциклопедия трактует этот термин как «сосредоточенность деятельности субъекта в данный момент времени на каком либо реальном или идеальном объекте (предмете, событии, образе, рассуждении»[2]. Одно из наиболее широких определений дано Н.Ф. Добрыниным: внимание есть направленность и сосредоточенность психической деятельности. При этом под направленностью автор понимает избирательный характер этой деятельности и ее сохранение, а под сосредоточением — углубление в данную деятельность и отвлечение от остального. Можно сделать вывод, что у внимания нет своего собственного продукта, и оно улучшает результат других психических процессов. Внимание может быть направлено на объект, который имеет для личности устойчивую или ситуативную значимость, следовательно, учебная деятельность или конкретный урок (тема) должны заинтересовать учащегося [5; 28].

К свойствам внимания относят его устойчивость, концентрацию, распределение, объем, переключение. Наиболее интересными для нас являются такие характеристики как концентрация и устойчивость, так как именно эти свойства в большей степени влияют на внимание учащихся на уроках [5; 29].

Концентрация внимания характеризует степень сосредоточения индивида на каком-либо объекте. Устойчивость определяется длительностью, в течение которой сохраняется его концентрация.

Невозможно непрерывно сосредоточить внимание на объекте, который постоянно не меняется и не доставляет новых впечатлений: однообразие, монотонность «притупляет» внимание и угашает его [5;30]. Поэтому на уроках внимание подростков нуждается в поддержке со стороны учителя.

На базе одной из городских школ нами было проведено исследование внимания у учащихся подросткового возраста на уроках. Нами была выделена группа учащихся, у которых присутствовали проблемы внимания: ребята отвлекались на уроках, разговаривали с одноклассниками, «витали в облаках», не слушали объяснения и часто не могли ответить на вопросы, так как не слышали их. Мы предположили, что у выделенных учащихся низкий уровень концентрации и устойчивости внимания. Исследование показало, что не все испытуемые, которые систематически отвлекаются на уроках («витают в облаках», разговаривают с товарищами и т.д.), имеют низкий уровень концентрации и устойчивости внимания, как это можно было бы предположить. Низкие показатели концентрации и устойчивости внимания выявлены лишь у 20 % детей, 40% из них имеют средний уровень и 40 % – высокий.

Продолжая наше исследование, мы провели беседы с педагогами и группой детей для того, чтобы выяснить вследствие чего появляются проблемы внимания у подростков, не

связанные с низкими показателями. В результате исследования было выделено две группы причин, из-за которых появляются проблемы внимания на уроках.

Первая группа причин связана с особенностями возрастного развития подростков: повышенная потребность в общении со сверстниками среди подростков; излишняя активность и невозможность усидеть на одном месте; низкая самооценка и вследствие этого неуверенность в себе на уроке, «витание в облаках» и «самокопание», необходимость занимать себя чем-то на уроках. Вторая группа причин не связана с особенностями возраста, это: низкая успеваемость и частые пропуски занятий, как следствие отсутствие интереса к учёбе; утомляемость в течение дня из-за плотного расписания, недостаточное количество времени для сна, повышенная утомляемость; высокий уровень ответственности за одноклассников и помощь им на уроке; неспособность учителя привлечь внимание и заинтересовать ученика (однородность форм работы на уроке, неинтересное изложение материала, авторитарный стиль общения педагога).

Можно сделать вывод о том, что каждый из подростков, может иметь свою причину (или несколько) проблем с вниманием на уроках, которая не обязательно совмещена с низким показателем внимания как психического процесса.

В результате проведенного исследования и выявленных причин нами разработаны рекомендации, которые помогут в развитии внимания подростков. Рекомендации обращены к педагогам и родителям.

В первую очередь необходимо, чтобы деятельность учителей на уроке была более продуктивна и направлена на поддержание внимания учеников на уроке. Это касалось значительной части опрошенных ребят и являлось общей причиной, не связанной с особенностями возрастного развития учащихся. Эффективна система повышения показателей произвольного внимания, которая была разработана Е.П. Ильиным [3; 25]. Предлагается выбирать оптимальный темп работы и планировать оптимальный объем работы на урок; вводить соревновательные элементы, нестандартные формы работы (игры, дебаты, урок-суд); стимулировать внимание учеников в отдельные моменты урока, подчеркивая важность выполняемых действий и постепенно раскрывать в теме новые нюансы; заранее организовать место для занятия, чтобы не возникали потери времени.

Кроме того, необходима смена видов деятельности, разнообразие впечатлений и использование нескольких форм и методов работ на уроке (устные и письменные, графические и текстовые, самостоятельная работа и рассказ учителя, беседы и чтение про себя), а также выполнение творческих работ, например, в качестве индивидуального задания для более активных [6].

Необходимо проводить мероприятия по устранению пробелов в знаниях для того, чтобы учащиеся чувствовали себя более уверенно и были заинтересованы в изучении новых тем [7].

Не менее важна роль родителей в повышении уровня внимания учащихся. Необходимо следить за тем, чтобы учащийся соблюдал режим труда и отдыха, способствующий его активности на уроках, а также меньше времени уделял компьютерным играм и телевидению (доказано, что они способствуют снижению внимания).

Для подростков, которые имеют повышенную активность и потребность в общении, действуют различные секции и кружки. Можно придумать домашние активные виды деятельности. Подростков можно занять несложной работой по дому, спортивными, творческими и логическими играми. Это могут быть такие игры, как Крокодил, Фанты, Твистер, Сказка по кругу. Можно приобрести детский вариант Монополии, карточные ролевые игры («Карты магии», «Гарри Поттер») или настольные игры-викторины («Моя Россия», «Сундучок знаний»).

Если выпадет подходящий снег, можно лепить тематических снеговиков (например, животных или еду), украсить заранее замороженными фигурками животных двор или парк, добавив предварительно в воду краски.

Существуют простые виды упражнений на развитие внимания:

Упражнение 1. Посмотрите на незнакомую картинку в течение 3-4 секунд, перечислите детали, которые запомнились. Ключ: запомнили менее 5 деталей — плохо; от 5 до 9 деталей — хорошо; более 9 деталей — отлично.

Упражнение 2. Поставьте будильник перед телевизором во время какой-либо интересной программы. В течение 2-х минут удерживайте внимание только на секундной стрелке, не отвлекаясь на ТВ-передачу.

Упражнение 3. Найдите спрятанные имена (пример: «Принесите кофе дяде» — Федя).

1. Невкусный этот омар и яблоки тоже. Няня, дай свежие — в апельсиновом желе!
2. Не мешает и майский свет, а плохо мне от ночи ранней.
3. Принеси горький перец с летнего рынка, пожалуйста!
4. Ковал я железо ярким днем.

Упражнение 4. Зайдите в незнакомую комнату. Быстро осмотрите обстановку и «сфотографируйте» в уме как можно большее количество характерных черт и предметов. Выйдите и запишите все, что видели. Сравните записанное с оригиналом.

Для проведения некоторых из представленных упражнений может потребоваться помощь взрослых.

Список литературы:

1. Бабанский Ю.К. Избранные педагогические труды. – М.: Педагогика, 1989.

2. Большая психологическая энциклопедия: самое полное современное издание: Более 5000 психологических терминов и понятий / [А. Б. Альмуханова и др.]. — М. : Эксмо, 2007. — 542, [1] с. : портр. — ISBN 978-5-699-20617-9.
3. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 288с.
4. Дарвиш О.Б. Возрастная психология: Учеб. пособие для высш. учеб. заведений / Под ред. В.Е. Ключко.- М.: Владос-Пресс, 2003. — 264 с.: ил.
5. Общая психология: Учебник / Под общ. ред. проф. А.В. Карпова. — М.: Гардарики, 2004. — 232 с.
6. Способы поддержания работоспособности учеников и учителя. Грашкина Н.А., 2015. [Электронный ресурс]. – URL: <https://infourok.ru/sposobi-podderzhaniya-rabotosposobnosti-uchenikov-i-uchitelya-510341.html> (дата обращения: 14.11.2018).
7. Якушкина О. Организация работы по устранению пробелов. /Якушина О.//Математика.—2009.—№3. [Электронный ресурс]. — URL: http://mat.1september.ru/view_article.php?ID=200900304 (дата обращения: 14.11.2018).