

УДК 37.018.2

РОЛЬ ИГРОВОГО ТРЕНИНГА В ФОРМИРОВАНИИ РАЗЛИЧНЫХ СВОЙСТВ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Е.Ю. МАЧУЛЬСКАЯ
(Представлено: С.А. ВОЕВОДИНА)

Представлен анализ исследования эффективности программы с использованием игрового тренинга для развития произвольного внимания детей старшего дошкольного возраста. Основу программы составляет система игровых упражнений, которые тренируют способность быстро и активно концентрировать слуховое внимание и слуховую память, зрительное внимание и зрительную память, осязание и осязательную память, воображение и творческую фантазию.

Проблема внимания традиционно считается одной из самых важных сложных проблем психологии. Значимость внимания в жизни человека, его определяющая роль в отборе содержания сознательного опыта, запоминании и научении очевидны.

Проблемой изучения внимания на протяжении многих десятков лет занимались и занимаются известные зарубежные психологи и педагоги.

Развитие внимания в старшем дошкольном возрасте связано с появлением новых интересов, расширением кругозора, овладениями новыми видами деятельности. Старший дошкольник все больше обращает внимание на те стороны действительности, которые раньше оставались вне его внимания.

Под вниманием понимается направленность и сосредоточенность психической активности на определенном объекте при отвлечении от других. Таким образом, этот психический процесс является условием успешного осуществления любой деятельности как внешней, так и внутренней, а его продуктом – ее качественное выполнение [2].

Для развития внимания необходимо вызвать у ребенка эмоциональный интерес к своей деятельности, что становится возможным при использовании, в первую очередь, ведущей деятельности дошкольника – игры. Детям трудно сосредоточиться на однообразной и малопривлекательной для них деятельности, в то время как в процессе эмоционально окрашенной игры они могут оставаться внимательными.

Игра как деятельность, имеющая особое значение в жизни ребенка, являлась объектом научных исследований Л. С. Выготского [1], З. Фрейда, Д. Б. Эльконина и др.

Именно в игре дети познают мир, осваивают правила и нормы поведения в обществе, учатся тем или иным видам деятельности, которыми занимаются взрослые. Это учитывают специалисты, разрабатывающие и проводящие тренинги. Игровые элементы включает в себя почти любой тренинг, независимо от того, чему он призван обучать или что корректировать.

Теоретические и методологические основы тренинга, определения его сущности, функций, форм, то они рассматриваются в работах как зарубежных психологов, К. Левин [2], К. Роджерса, так и отечественных, Л.А. Петровской [3], Е.И. Сидоренко [4] и др.

Под тренингом с одной стороны понимается форма активного обучения, целью которого является передача знаний, развитие некоторых умений и навыков. С другой стороны, тренинг - это метод создания условий для самораскрытия и саморазвития участников.

Сущность игрового тренинга в том, что игра имитирует или моделирует реальную деятельность, в процессе которой человек не усваивает насильно внедряемые стандарты, а развивает сам себя, свободно обращается со значениями и смыслами, раскрывает свои интеллектуальные возможности, укрепляет веру в свои силы, а также создаются условия для развития творческих способностей, коммуникативных умений, этических и нравственных основ практического поведения.

Разнообразие игр, используемых в тренинге, огромно: ролевые, деловые, профориентационные, психологические; игры-разминки и игры-соревнования, имитационные игры, подвижные и словесные, психологические и обучающие, развивающие те или иные когнитивные процессы или умения – всего, пожалуй, и не перечислить. Секрет успеха игрового тренинга в том, что игра имитирует или моделирует реальную деятельность, те проблемы, задачи и ситуации, которые актуальны для каждого участника в его повседневной жизни [3].

Нами была разработана программа по развитию свойств внимания у детей старшего дошкольного возраста посредством игрового тренинга, его основу составляет система игровых упражнений, которые тренируют способность быстро и активно концентрировать слуховое внимание и слуховую память, зрительное внимание и зрительную память, осязание и осязательную память, воображение и творческую фантазию. В этой программе использованы рекомендации Е.А. Бочкарёвой, А.А. Осиповой, Л.Ф. Тихо-

мировой, Т.П. Трясоруковой по развитию свойств внимания у детей старшего дошкольного возраста посредством игрового тренинга.

План занятий, которые проводились в тренинговой форме, рассчитан на 3 месяца и проводился в двух учреждениях дошкольного образования города Новополоцка.

Цель программы: развитие свойств внимания у детей старшего дошкольного возраста посредством игрового тренинга.

Задачи программы:

- развивать объём, устойчивость, переключаемость и распределяемость внимания;
- формировать концентрацию внимания;
- содействовать в укреплении свойств внимания;
- у детей интерес к играм, желание участвовать в действии.

Для реализации целей и задач предусматривалось следование следующим основным **принципам** тренинга:

- открытое проявление эмоций;
- принятие любых эмоций детей;
- полная добровольность участия;
- конфиденциальность информации.

Данная программа учитывает возрастные особенности старшего дошкольного возраста. В этом возрасте отмечается значительный рост концентрации и устойчивости внимания, расширяется объём внимания.

Теоретический анализ и опыт собственного экспериментального исследования позволил нам выделить **психолого-педагогические условия** развития внимания у детей старшего дошкольного возраста посредством игрового тренинга:

1. Обучение детей приемам концентрации, переключения и распределения внимания;
2. Активизация внимания детей в ходе моделирования игровых обучающих ситуаций;
3. Осуществление подбора игр, оптимально способствующих регуляции произвольности внимания детей.

Данные условия эффективно реализовывались посредством специально организованных подгрупповых занятий с детьми экспериментальной группы.

Форма организации: используется групповая форма проведения занятий, так как именно в группе детей можно плодотворно провести игру, что является ведущей деятельностью данного возрастного этапа.

Продолжительность: время проведения – 30 минут, 2 раза в неделю, в период с марта 2018 г. по май 2018 г. Это обусловлено тем, что для детей старшего дошкольного возраста такая продолжительность занятий является оптимальной, не вызывает переутомления.

Программа состоит из 16 специально подготовленных занятий, каждое из которых состоит из 3 частей:

1. Вводная часть – знакомство с детьми, приветствие. Создание благоприятного настроения на дальнейшую работу.

2. Основная часть – проведение игр и упражнений на развитие, формирование и коррекцию основных свойств внимания детей старшего дошкольного возраста.

3. Итоговая часть – подведение итогов занятия, прощание с группой.

Программа состоит из трёх блоков, которые взаимосвязаны между собой.

Первый блок **«Установочный»** обучение детей приемам концентрации, переключения и распределения внимания в процессе игровой деятельности.

Второй блок **«Развивающий»** направлен на формирование у детей умения вести наблюдение одновременно за несколькими предметами. Включает в себя игры на развитие различных свойств внимания:

- дидактические игры: словесные игры, игры с предметами, настольно-печатные игры, игры-загадки, игры-поручения;
- подвижные игры, игры малой подвижности;
- игровые обучающие ситуации.

Третий блок **«Закрепляющий»** направлен на формирование у детей умения управлять своим вниманием и контролировать его.

Работа по развитию внимания у детей старшего дошкольного возраста посредством игрового тренинга проводилась в три этапа.

Первый этап. Проведена работа по организации предметно-развивающей среды, способствующей развитию внимания. Обновлен и дополнен настольно-печатными и дидактическими играми и упражнениями уголок природы, книги. С воспитателями проведена просветительская работа по вопросам разви-

тия свойств внимания у детей старшего дошкольного возраста, проведена консультация по планированию индивидуальной работы с детьми. С родителями также проведена просветительская работа по развитию свойств внимания, анкетирование «Внимание вашего ребенка».

На втором этапе проводилась работа с детьми старшего дошкольного возраста с целью формирования внимания и его основных свойств: объема, концентрации, переключения, распределения и устойчивости. На этом этапе проводились занятия, которые включали в себя дидактические и подвижные игры, игры малой подвижности, игровые обучающие ситуации, способствующие развитию внимания.

В результате использования дидактических игр у дошкольников развивалось умение работать самостоятельно, следовать устным инструкциям, удерживать внимание на игре. Они учились контролировать свое внимание управлять им.

Каждая дидактическая игра состояла из игровой задачи, игрового действия и правил игры. Игровая задача была уже заложена в самом названии игры: «Найди отличия», «Найди и вычеркни», «Продолжи ряд» и так далее.

Подвижная игра стимулировала физическую деятельность, в частности слуховое внимание детей. Во время таких игр развивалась способность управлять собой, удерживать внимание. В игре принимали участие все дети.

Третий этап был направлен на закрепление свойств внимания, умение переносить полученные навыки в свободную деятельность. Включал в себя игры малой подвижности, игра-головоломка, игры с предметами на развитие сенсорного, слухового и моторно-двигательного внимания.

Для развития словесного внимания использовались словесные игры: «Кто сказал комплимент!», «Угадай, кого позову», игры-загадки. С целью развития моторно-двигательного внимания проводились подвижные и игры малой подвижности «Делай как я», «Повтори за мной».

Перед проведением тренинга нами было проведено сопоставление показателей уровня развития свойств внимания (концентрации, переключения и распределения, объема), по результатам использованных нами трех проективных методик у экспериментальной и контрольной групп. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Показатели уровня развития внимания у детей в контрольной и экспериментальной группах (тест)

№	Переменные	Контрольная группа		Экспериментальная группа		p
		тест		тест		
		M	SD	M	SD	
1	Концентрация внимания	7,733333	2,186539	8,533333	2,065591	0,311791
2	Переключение, распределение	1,600000	1,055597	1,400000	0,736788	0,552201
3	Объем	2,266667	0,703732	2,333333	0,723747	0,799995

Примечание: **M** – среднее значение; **SD** – стандартное отклонение; **p** – уровень значимости.

Исходя из результатов, представленных в таблице 1, можно говорить, что на достоверном уровне значимых различий в показателях уровня сформированности свойств внимания между контрольной и экспериментальной группой обнаружено не было ($p > 0,05$).

После экспериментального воздействия и ретеста было проведено сопоставление показателей уровней свойств внимания по результатам теста и ретеста у экспериментальной группы. Сопоставление проводилось с помощью параметрического парного *t*-критерия Стьюдента для зависимых выборок. Полученные результаты исследования представлены в таблицах 2 и 3.

Таблица 2. – Показатели уровня развития внимания у детей в экспериментальной группе (ретест)

№	Переменные	Экспериментальная группа		Экспериментальная группа		p
		тест		ретест		
		M	SD	M	SD	
1	Концентрация внимания	8,533333	2,065591	9,133333	1,641718	0,014007
2	Переключение, распределение	1,400000	0,736788	5,600000	1,502379	0,000000
3	Объем	2,333333	0,723747	2,733333	0,457798	0,008564

Примечание: **M** – среднее значение; **SD** – стандартное отклонение; **p** – уровень значимости.

Из данных таблицы 2 видно, что после проведения цикла тренинговых занятий в экспериментальной группе на достоверном уровне повысился уровень всех свойств внимания (концентрации, переключения и распределения, объема).

На основе этого мы можем делать вывод о том, что наша тренинговая программа является эффективной для повышения уровня свойств внимания детей старшего дошкольного возраста.

Таблица 3. – Показатели уровня развития внимания у детей в контрольной группе (ретест)

№	Переменные	Контрольная группа		Контрольная группа		p
		тест		ретест		
		M	SD	M	SD	
1	Концентрация внимания	7,733333	2,186539	7,733333	2,186539	1,00000
2	Переключение, распределение	1,600000	1,055597	2,466667	2,065591	0,090550
3	Объём	2,266667	0,703732	2,333333	0,617213	0,334282

Примечание: M – среднее значение; SD – стандартное отклонение; p – уровень значимости.

В контрольной группе после проведения контрольного теста (табл. 3), изменения в показателях уровня развития свойств внимания на достоверном уровне обнаружено не было ($p > 0,05$).

Таблица 4. – Показатели уровня развития внимания у детей в контрольной и экспериментальной группах (ретест)

№	Переменные	Контрольная группа		Экспериментальная группа		p
		ретест		ретест		
		M	SD	M	SD	
1	Концентрация внимания	7,733333	2,186539	9,133333	1,641718	0,057249
2	Переключение, распределение	2,466667	1,502379	5,600000	1,502379	0,000055
3	Объём	2,333333	0,617213	2,733333	0,457738	0,053479

Примечание: M – среднее значение; SD – стандартное отклонение; p – уровень значимости.

Как видно из таблицы 4, уровень значимости ($p > 0,05$) свидетельствует о том, что различий в контрольной и экспериментальной группе по уровню концентрации и объема внимания не является значимым. Однако выявлены значимые различия ($p < 0,05$) между данными группами по уровню переключаемости и распределения внимания, который наиболее выражен в экспериментальной группе.

Тем не менее, показатель выраженности данного свойства внимания у экспериментальной группы после тренинга увеличился, что косвенно подтверждает нашу гипотезу об эффективности воздействия тренинга. Изменения, которые произошли в контрольной группе и обусловили отсутствие различий между группами по результатам ретеста, мы объясняем влиянием так называемой «истории», то есть событий, которые произошли в жизни наших испытуемых на протяжении исследования.

Согласно полученным данным, можем сделать следующий вывод:

В результате проведения эмпирического исследования было выявлено, что у 100% исследуемых – *низкий* уровень развития переключения и распределения внимания. Относительно концентрации внимания были получены следующие данные: у 63,3% испытуемых *высокий* уровень развития, у 36,6% – *средний*. Высокий уровень развития объема внимания у 43,3% респондентов, средний – 43,3%, низкий – 13,6%.

Наша гипотеза подтвердилась частично, т.к. показатели уровня развития свойств внимания (концентрации, переключения и распределения, объема) на достоверном уровне повысились после тренинговой программы, однако не было выявлено значимых различий между экспериментальной и контрольной группой по уровню концентрации и объема внимания на основе результатов ретеста, что говорит о необходимости продолжения экспериментальной работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Выготский, Л.С. Развитие высших форм внимания в детском возрасте / Л.С. Выготский. – М. : Просвещение, 1996. – 186 с.
2. Левин, К. Динамическая психология / К. Левин. – М., 2001 – 419 с.
3. Петровская, Л.А. Общение, компетентность. Тренинг / Л. А. Парамонова, О.С. Ушакова. – М., 2007. – 145 с.
4. Сидоренко, Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии / Е.В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2008. – 280 с.