

8 класс

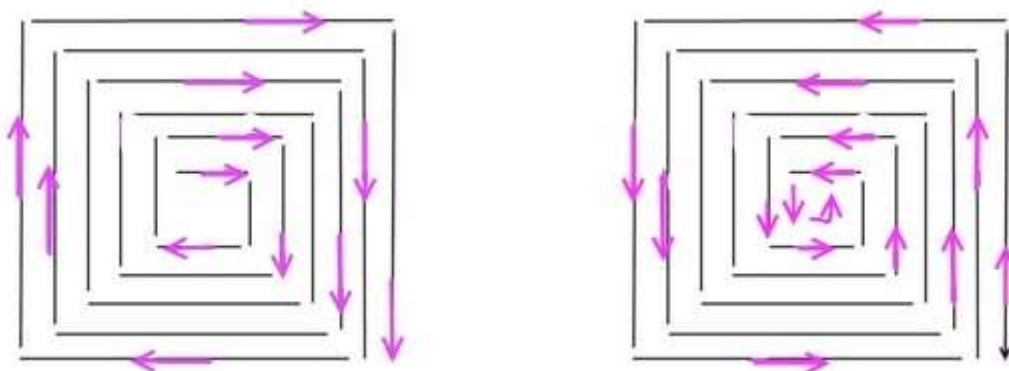
Занятие по коррекции мотивации и когнитивных процессов

"Как научиться учиться".

Разминка. Психологический настрой на работу. Создание положительного настроения у учащихся. *(Повторяется в течение месяца!)*

Упражнение "Профилактика нарушения зрения".

1. Глазами нарисовать лабиринт, начиная с маленького и заканчивая самым большим квадратом. Затем наоборот - начиная с самого большого и заканчивая самым маленьким квадратом.



2.

Кинезиологические упражнения. *(Упражнения развивают, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма).*

Упражнения необходимо проводить ежедневно в течение шести-восьми недель по 10 - 15 минут в день.

3. «Ухо – нос».

Цель: развитие переключения внимания.

Инструкция:

Правой рукой дотроньтесь до левого уха, а левой рукой возьмитесь за нос. По сигналу участники должны поменять руки: левой рукой дотронуться до правого уха, а правой рукой – до носа. И так несколько раз.

4. Горизонтальная восьмерка.

Возьмите в руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку (знак бесконечности), теперь - левой. А теперь правой и левой одновременно.

Задание №1. "Реши задачи"

Цель: развитие концентрации внимания, логического мышления.

1. Сколько в комнате кошек, если в каждом из 4-ёх углов комнаты сидит по одной кошке, а против каждой кошки сидит по три кошки? _____
2. На столе стояло 3 стакана с вишней. Костя съел один стакан вишни. Сколько стаканов осталось? _____
3. Чтобы сварить 1 кг. мяса требуется 1 час. За сколько часов сварится 2 кг. мяса?
_____ .

Задание №2. «Найди слова»

Упражнение на развитие концентрации внимания и его устойчивости

На листе напечатаны буквы в случайном порядке (5 строчек). В каждой строке примерно 30 букв. Дети просматривают внимательно каждую строку и пытаются обнаружить среди случайных букв слова. Они должны отыскать эти слова и подчеркнуть их.

Показатель успешности - число найденных правильных слов и скорость выполнения задания.

Для тренировки можно приготовить несколько аналогичных материалов.

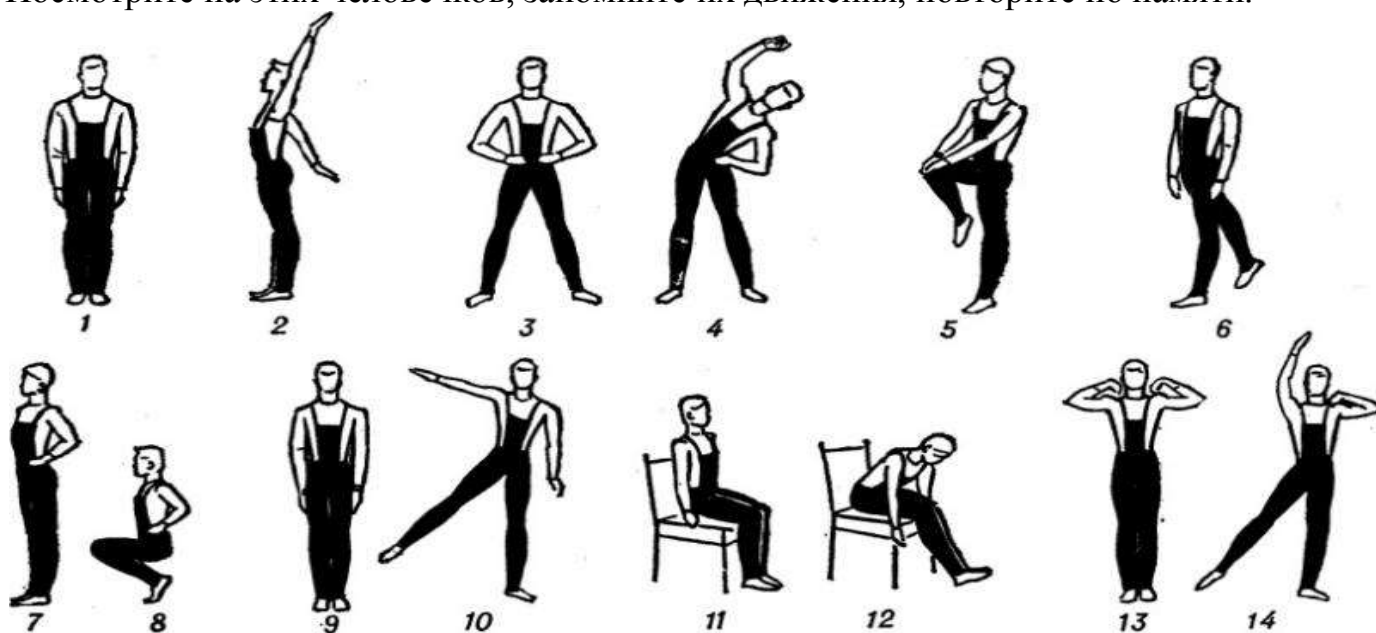
**ФПИТЗМКУНЦЗНИАКОТЕЛМАРТПОМЯЧВ ЩНТСПРЖО
КВИАИПШУБАЫВАКРТЪАМАМЛОИПСАЗШОТШМЛОРОРВБУРАНСТР А Л
ГПАЛКАНИО ОДЫРАМЕТЛАКАИОГУАВТОБУСШЫГМИК**

Задание №3. "Найди чем отличаются картинки"



Здание №4

Посмотрите на этих человечков, запомните их движения, повторите по памяти.



1. Домашнее задание.

1. Ежедневно повторяйте упражнения из разминки!
2. И если есть желание напишите есть ли какие-нибудь позитивные изменения?
3. Если хотите узнать ваши результаты выполнения упражнений, перешлите все ваши материалы на электронную почту natslim@sibmail.com

Удачи ребята!!!!

Наталья Викторовна