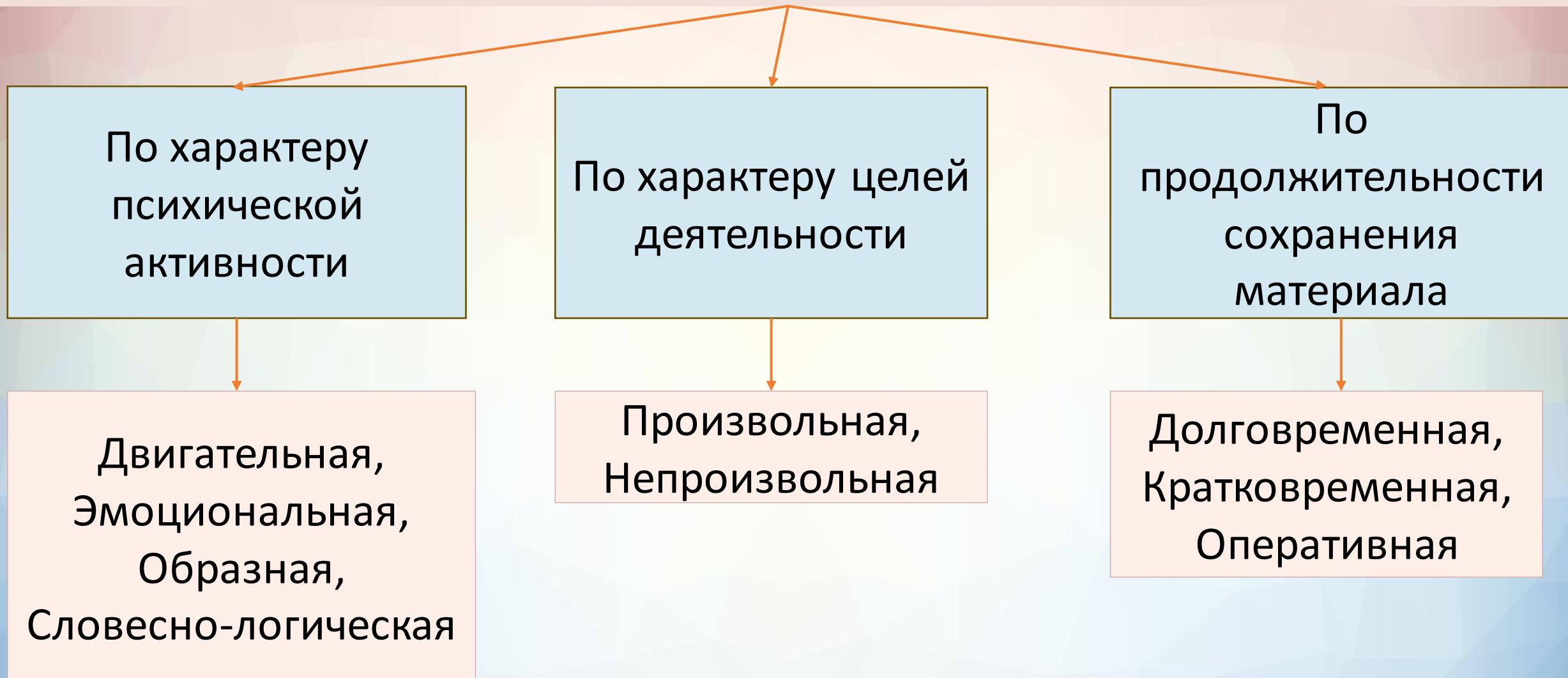


# Трудности в обучении и пути их преодоления

**Память— это способность человека сохранять, хранить и воспроизводить информацию, полученную из опыта или обучения.**



# Классификация видов памяти



Кривая Эbbingгауза показывает, что мы забываем до **60%** новой информации уже в первые **сутки**, а через неделю в памяти остается менее **20%**. Чтобы этому противостоять, нужны **повторения в правильно выбранные моменты**.



## **Краткий план эффективного запоминания (на основе кривой):**

### **1) Первое повторение — сразу после изучения (через 15–20 минут).**

**Что делать:** Быстро пробежать глазами материал, выделить главные тезисы, пересказать себе ключевые моменты.

### **2) Второе повторение — через 1–2 часа.**

**Что делать:** Более внимательно просмотреть, углубиться в детали, сделать простой конспект или ментальную карту.

### **3) Третье повторение — через 24 часа (на следующий день).**

**Что делать:** Активно вспомнить материал без подглядывания, затем проверить себя по источникам. Решить практические задачи или объяснить тему кому-то.

### **4) Четвертое повторение — через 2–3 дня.**

**Что делать:** Еще раз активно вспомнить, повторить только трудные места, связать новое с уже известными знаниями.

### **5) Последующие повторения — через 1 неделю, 2 недели, 1 месяц.**

**Что делать:** Периодические сессии активного припоминания. Интервалы можно постепенно увеличивать.



**Мышление** — это высшая форма познавательной деятельности, позволяющая человеку обобщать информацию, находить связи между объектами и явлениями, решать проблемы и предвидеть результаты своих действий.



# Виды мышления

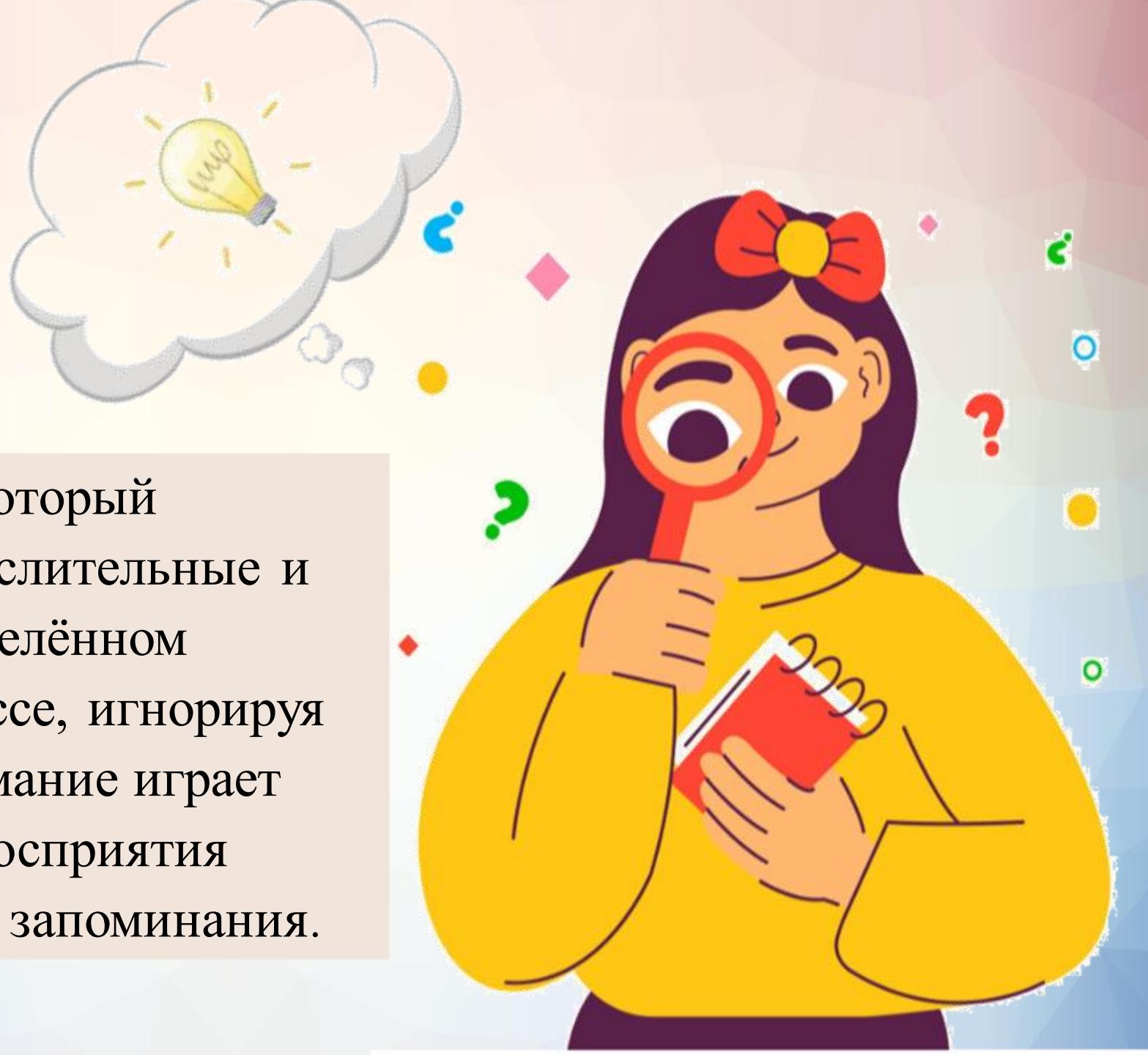
## По форме

**Наглядно-действенное**  
Мышление  
через действие. Чтобы  
понять предмет или решить  
задачу, нужно физически  
манипулировать объектами:  
разобрать, пощупать,  
бросить, построить.

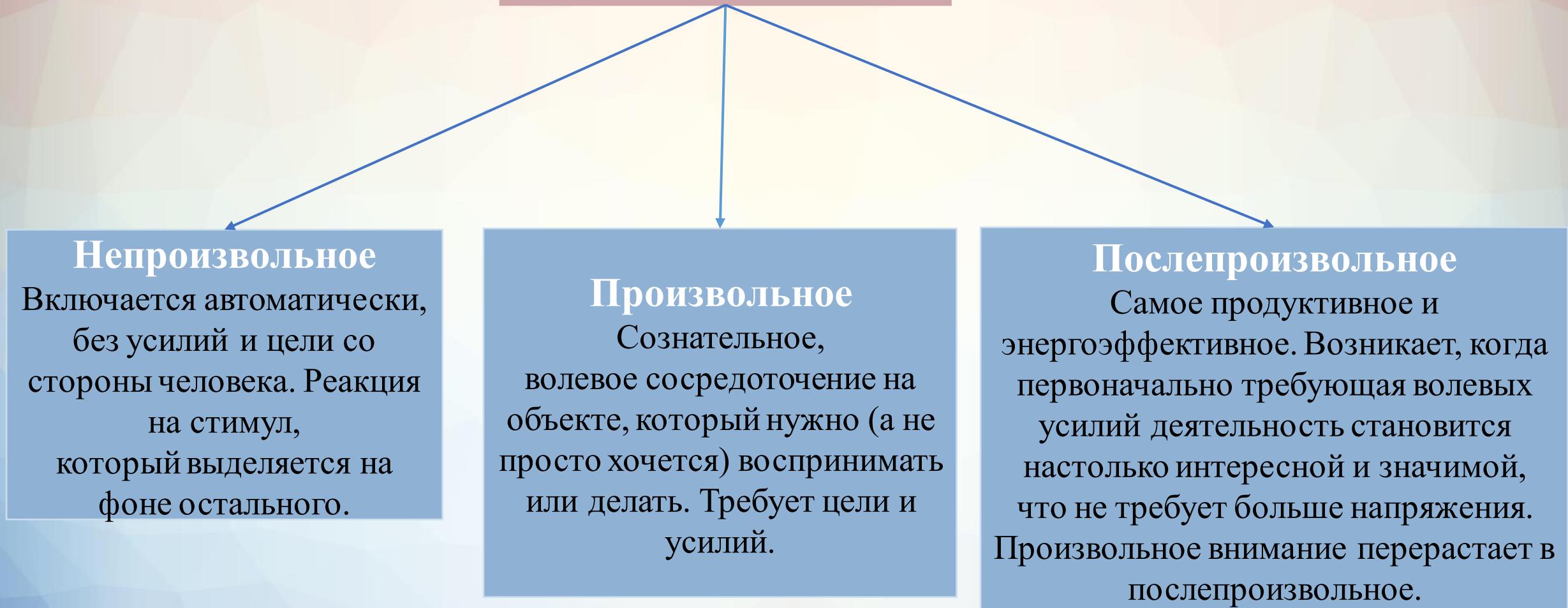
**Наглядно-образное**  
Мышление через образы и  
представления. Действие с  
реальными предметами  
заменяется мысленными  
образами.

**Абстрактно-логическое**  
Мышление через понятия,  
символы и логические  
конструкции. Оно оторвано  
от конкретных образов.

**Внимание** — это процесс, который позволяет сосредоточить мыслительные и сенсорные ресурсы на определённом объекте, событии или процессе, игнорируя отвлекающие факторы. Внимание играет ключевую роль в процессе восприятия информации, её обработки и запоминания.



# Виды внимания



# Развитие познавательной сферы в младшем школьном и подростковом возрасте

Познавательный процесс	МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ	ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ
ВНИМАНИЕ	<p><b>Основная черта:</b> Становление произвольного внимания как ведущего типа.</p> <p><b>Особенности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Еще неустойчиво, требует волевых усилий.</li><li>• Нуждается во внешней поддержке.</li><li>• Активно развиваются распределение и переключение внимания.</li></ul>	<p><b>Основная черта:</b> Качественные показатели (объем, устойчивость, переключаемость) достигают взрослого уровня.</p> <p><b>Особенности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ведущую роль играет внутренняя мотивация.</li><li>• Концентрация зависит от эмоциональной вовлеченности и личного интереса.</li></ul>
ПАМЯТЬ	<p><b>Основная черта:</b> Произвольная память выходит на первый план.</p> <p><b>Особенности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ребенок учится ставить специальную цель «запомнить».</li><li>• Осваивает и применяет сознательные приемы (многократное повторение, составление плана, классификация).</li><li>• Бурно развивается смысловая память (запоминание сути, а не дословной формы).</li></ul>	<p><b>Основная черта:</b> Память становится избирательной, логической и стратегической.</p> <p><b>Особенности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Подросток сознательно выбирает и оптимизирует способы запоминания под материал.</li><li>• Информация запоминается в рамках логических схем и систем.</li><li>• Запоминание тесно связано с активной мыслительной переработкой материала.</li></ul>
МЫШЛЕНИЕ	<p><b>Основная черта:</b> Переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению.</p> <p><b>Особенности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Учится оперировать понятиями, строить рассуждения по правилам логики.</li><li>• Способен делать простые выводы на основе анализа.</li><li>• Мышление становится более гибким и системным, но еще привязано к конкретным фактам и примерам.</li></ul>	<p><b>Основная черта:</b> Развитие абстрактно-логического мышления.</p> <p><b>Особенности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Способность строить гипотезы, мысленно проверять их, рассуждать о возможном.</li><li>• Развивается критичность и самостоятельность суждений.</li><li>• Появляется рефлексия – способность анализировать собственные мыслительные процессы, мотивы и поступки.</li></ul>

# Факторы, влияющие на формирование и развитие познавательных процессов



**Биологические:** Наследственность, здоровье ЦНС, течение беременности и родов, общее соматическое здоровье.

**Социальные:**

**Стиль общения в семье:** Богатая речевая среда, объяснения, ответы на вопросы.

**Эмоциональная связь с родителями:** Безопасная привязанность дает психологический ресурс для познания.

**Культурная среда:** Доступ к книгам, развивающим материалам, музеям, путешествиям.

# Рекомендации по развитию познавательной сферы

**1. Превращайте наблюдения в диалог.** Не просто констатируйте факты, а задавайте вопросы, требующие анализа. **Вместо:** «Смотри, птичка». **Лучше:** «Как ты думаешь, куда она летит?», «Чем, по-твоему, эта птица питается?», «Почему она сейчас улетела?».

**2. Поручайте осмысленные задачи с инструкцией.** Это тренирует слуховую память, планирование и произвольное внимание (пожалуйста, принеси из комнаты две вещи: красную машинку и самую толстую книгу).

**3. Практикуйте «проговаривание планов» и «анализ итогов»** (что интересного у тебя сегодня в школе?, давай спланируем: куда мы идем, что нам нужно сделать и что взять с собой?...)

**4. Создавайте «проблемные» ситуации и ищите решения вместе.**



# **Рекомендации по развитию познавательной сферы**

## **Игры на развитие ВНИМАНИЯ:**

«Найди пару», «Что изменилось?», «Съедобное — несъедобное», графические диктанты, игры-находилки....

## **Игры на развитие МЫШЛЕНИЯ:**

«Четвертый лишний», игры с конструктором, загадки и головоломки, настольные игры...

## **Игры на развитие ПАМЯТИ:**

**«Я пошел в магазин и купил...»** (цепочка слов, которую нужно повторить и добавить свое. Начинайте с 3-4 предметов).

**«Запомни порядок»** (выстройте в ряд игрушки. Ребенок запоминает, закрывает глаза, а вы меняете две места. Он должен восстановить порядок).

**«Коробка с сокровищами»** (покажите ребенку 10 мелких предметов на подносе на 30 секунд. Накройте полотенцем. Сколько он сможет вспомнить?)....

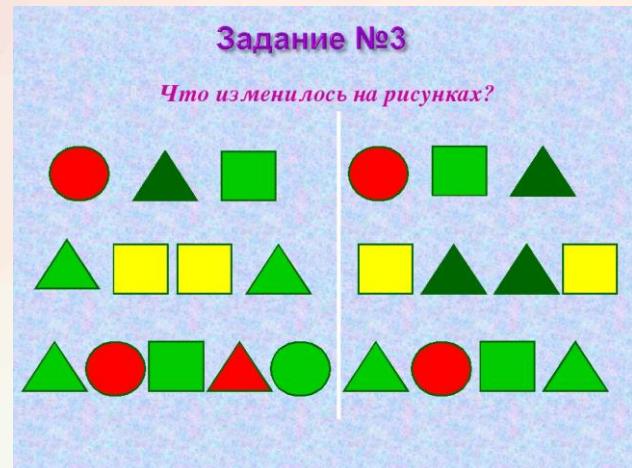
# Рекомендации по развитию познавательной сферы



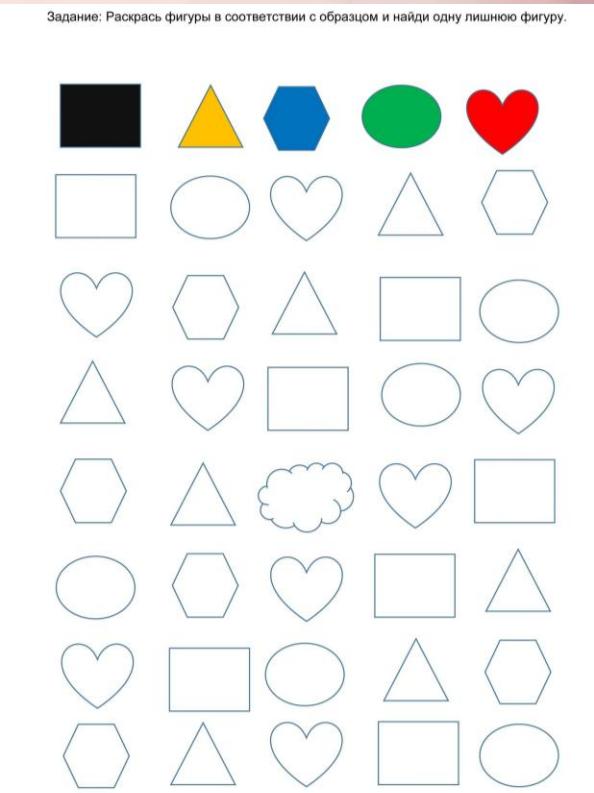
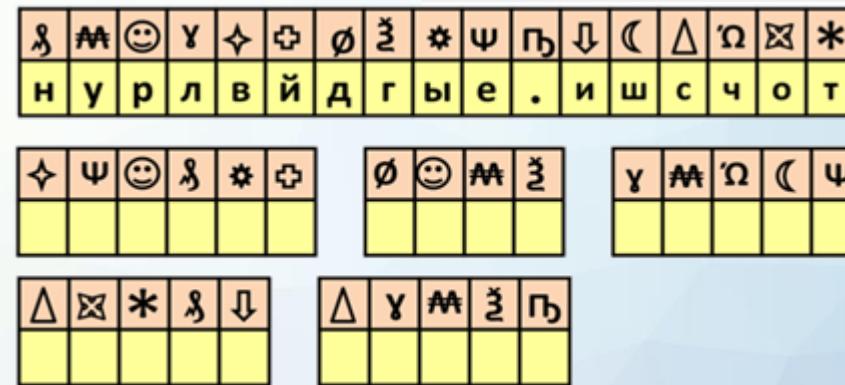
Развитие Внимания

Сравни рисунки и найди отличия между ними.

[www.RazviteRebenka.com](http://www.RazviteRebenka.com)



19	21	4	14	7
10	18	22	24	3
23	1	9	15	6
12	8	25	5	11
13	20	17	2	16



Сайт: [www.murtiki.ru](http://www.murtiki.ru)

# Рекомендации по развитию познавательной сферы

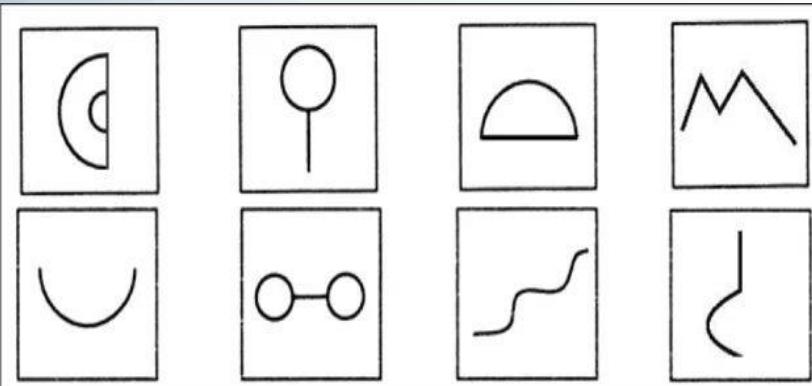
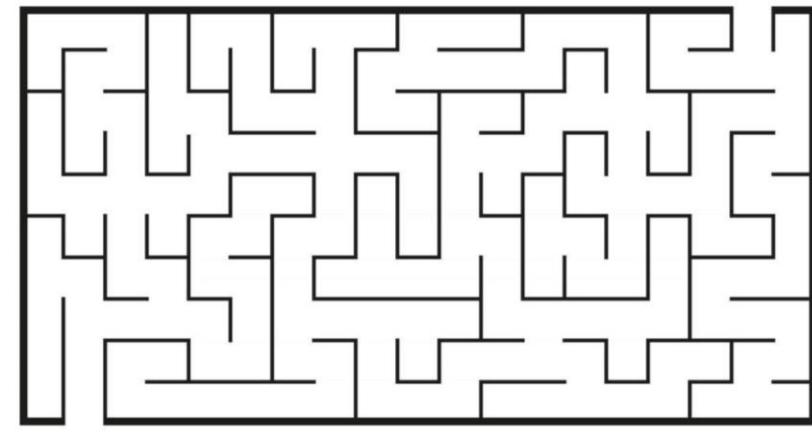


Рис. 91. Стимульный бланк упражнения «На что это похоже?»



# Общие принципы



**Сопровождайте, а не контролируйте.** Будьте партнером по игре.

**Хвалите процесс, а не только результат.** «Ты так хорошо сосредоточился!», «Мне нравится, как ты ищешь разные варианты!».

**Поддерживайте любознательность.** Отвечайте на вопросы, вместе ищите информацию.

**Соблюдайте баланс.** Познавательное развитие – это не только занятия, но и свободная игра, отдых и движение.

**Учитывайте интересы ребенка.** Развитие будет эффективным, если оно опирается на его внутреннюю мотивацию.

# Развитие эмоционально – волевой сферы ребенка

**Эмоционально-волевая сфера** - содержание эмоций и чувств, их качество и изменчивость, а также способность к самоконтролю у ребенка.

Волевой контроль необходим для регуляции не только эмоций и чувств, но и любой деятельности, а также познавательных психических процессов (с помощью которых человек познает окружающий мир), таких как память, внимание, мышление и других.

С развитой эмоционально-волевой сферой, он эмоционально устойчив, способен, благодаря усилию воли сдержать эмоциональный порыв, контролировать интенсивность эмоции.



# Младший школьный возраст



В школьном возрасте ребенок активно социализируется, то есть процесс усвоения общественных правил и норм поведения активно продолжается. При гармоничном семейном воспитании школьник уже способен проявлять инициативу в выборе цели, становится самостоятельным. Он выполняет посильные возрасту поручения взрослых.

Важным изменением в психическом развитии в школьном возрасте является способность к произвольному вниманию. Если школьник не способен сосредоточить внимание усилием воли, он не может воспринять нужную информацию от учителя и, соответственно, другие познавательные психические процессы не могут качественно включиться.

# Младший школьный возраст

Если процесс развития волевых навыков идет не благополучно, мы можем видеть низкую успеваемость из-за вышеописанных причин, нарушения дисциплины из-за неспособности к хорошему самоконтролю поведения.

О дефиците эмоционально-волевой регуляции в школьном возрасте свидетельствует также низкий уровень осознания своих реакций в момент совершения действий. В таком случае возможно появление симптомов нарушения адаптации к школе. И тогда ребенок не хочет идти в школу, снижается учебная мотивация, нежелание делать домашние задания.



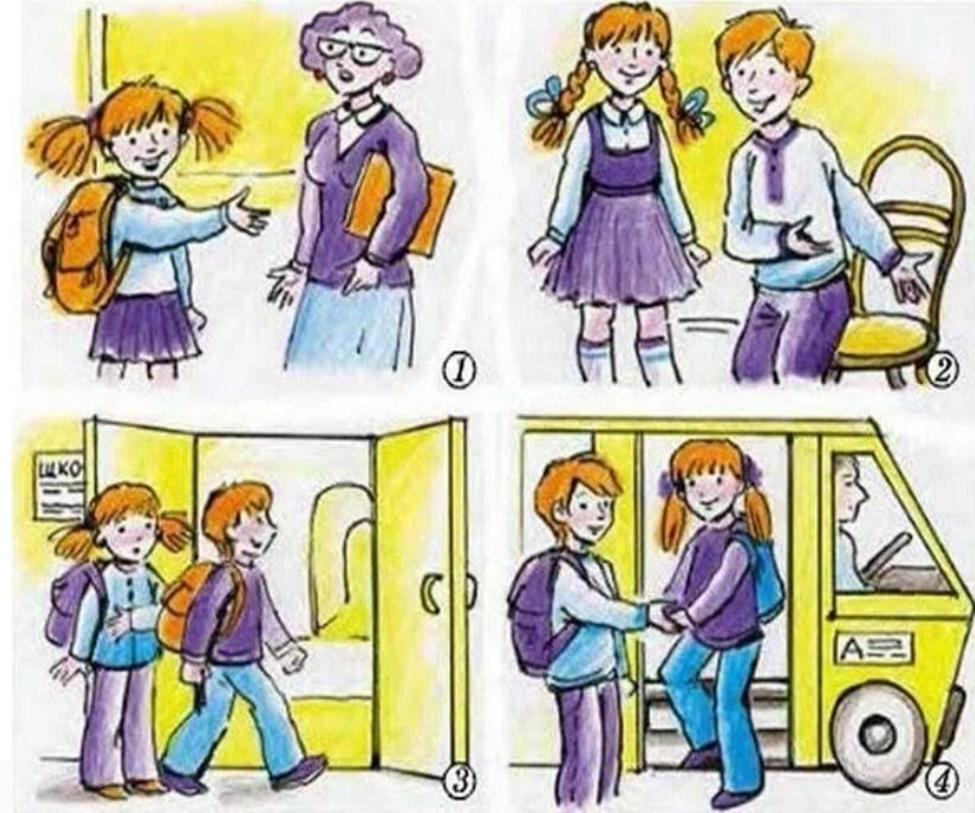
# Рекомендации

- ✓ Играйте с ребенком в игры, имеющие четкие правила игры. Требование им соответствовать, чтобы выиграть развивает волевые навыки, навыки самоконтроля.
- ✓ Формируйте в ребенке чувство значимости, компетентности: «Молодец! Как хорошо у тебя получилось решить задачу по математике! Ты вырастешь умным человеком».
- ✓ Постепенно расширяйте круг ответственности ребенка. Поручайте ему посильные дела по самообслуживанию, дому, уходу за домашними животными, растениями. Хвалите за выполненные дела.



# Рекомендации

- ✓ Обучайте школьника навыкам временной самоорганизации. Начиная с пробуждения в школу, до выполнения всех дневных задач следует подчинить гибкому временному режиму.
- ✓ Следите за постоянством требований и норм, которые транслируете ребенку. Следите за единством требований, предъявляемых школьнику, у всех взрослых членов семьи.
- ✓ Не наказывайте за плохие отметки в школе. Выясняйте причину и помогайте устраниить ее.



# Рекомендации

- ✓ Бережно относитесь к эмоциональной связи с ребенком. Добиваясь выполнения своих требований нельзя разрушать добрые отношения с ним.
- ✓ Добиваясь соответствия требованиям, следите за его эмоциональным состоянием. Воспитание не должно ставить под угрозу психологическое благополучие ребенка и, тем более, его психическое здоровье.
- ✓ Наберитесь терпения и веры в себя и своего ребенка на протяжении всего школьного обучения.



# Подростковый возраст

В подростковом возрасте в связи с быстрым развитием организма возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Это период развития самосознания, понимания своего «Я», формирования самооценки. Формирования чувства собственного достоинства. Появляется желание быть частью группы, сверстников, частью коллектива, компании.

Если в этом возрасте имеет место нарушение развития эмоционально-волевой сферы, то это проявляется в эмоциональной неустойчивости подростка, его напряженности, повышенной возбудимости, конфликтности.



*Большую роль в том, как будет развиваться эмоционально-волевая зрелость, играет физическое здоровье ребенка и гармоничность стиля семейного воспитания. Другими словами, от действий родителей во многом зависит, какой у ребенка будет самоконтроль, насколько самостоятельным и ответственным он вырастет.*



# Рекомендации

- ✓ Относитесь к подростку с уважением, укрепляя его положительную самооценку и веру в себя.
- ✓ Следите за эмоциональным благополучием подростка и вовремя оказывайте поддержку, не допуская чувства одиночества.
- ✓ Уважайте территориальные и психологические границы подростка.
- ✓ Расширяйте круг ответственности подростка, стимулируйте самостоятельность и навыки самоорганизации.
- ✓ Меняйте свое отношение к подростку, учитывая, что он больше не маленький ребенок.
- ✓ Запаситесь терпением на период полового созревания и постарайтесь сохранить добрые отношения с подростком.

