Тренинг.

1. Сегодня мы с вами поговорим о внимании. У вас на партах лежат листы бумаги. Чтобы показать, что вы внимательно меня слушаете, возьмите лист бумаги в левую руку и поднимите вверх. Ну вот мы увидели кто внимательно или невнимательно слушает учителя. Если бы все слушали внимательно, то учились бы все на отлично.
2. Внимание – это умение собирать, концентрировать свои мысли. Что нам мешает?
3. Мы видим, что удерживать внимание иногда очень нелегко. Как можно бороться с этими врагами на уроках? Сегодня мы узнаем как развивать внимание.
4. Первая игра «Мгновенная фотография». За одно мгновение наш мозг может получить большое количество информации. Посмотрите на картину 3-5 сек. А теперь запишите на листах бумаги какие детали вам запомнились. На это вам 1-2 мин. У кого больше 7 деталей- отличный результат, 5-6 хороший результат, меньше 5 – нужно работать над своим вниманием.
5. А теперь к доске выйдут те, кто умеет несколько дел делать одновременно. Одной рукой 5 треугольников, одновременно другой рукой 5 кругов. Остальные на листах. Вам дается 1 мин. Старайтесь, чтобы у треугольников были ровные углы, а окружность была плавной.
6. «Спрятанные имена». На доске записаны 4 предложения. Среди букв в каждом есть спрятанное имя. В течение минуты найдите спрятанные имена.
7. «Смотреть и видеть» Я приглашаю к доске Двух соседей по парте.
8. «Кросс». Кросс – бег по пересеченной местности. Горы – руки вверх, вода – плывем, ямы – руки вниз, лесная чаща – наклоняемся вперед, чтобы ветки не поцарапали лицо.
9. «Профессия детектив». Какие профессии требуют особо развитого внима6ния? Одна из них детектив. Сейчас к доске выйдет девочка. Вы сотрите на нее внимательно в течение минуты. Затем она выйдет и внесет изменения в свою внешность. Вы на листах должны записать изменения, которые вы увидели, поза и выражение лица не считаются.
10. Д/з. попробуйте по памяти описать портрет своей мамы, потом прочитайте ей и проверьте насколько вы внимательны.
11. На листочках поставьте оценку сегодняшнему занятию: звездочка – все понравилось, квадрат – что-то было не понятно, не успел, треугольник – не понравилось. Какие выводы о внимательности вы можете сделать?