**Практическое занятие № 1**

**Тема**: «Познавательные процессы.»

**Цель**: Изучение уровня развития внимания, памяти, мышления.

**Задание .**

1. С помощью представленных тестов, выполните самодиагностику.
2. Запишите результаты тестов и выводы (резюме).
3. Сравните данные тестов и сделайте вывод об уровне развития своих познавательных процессов.

**Тест Мюнстерберга**

**Цель**: изучение концентрации внимания

**Инструкция**: в строках беспорядочно написанных букв имеются слова. Твоя задача – как можно быстрее просмотреть текст и выписать на лист эти слова. Пример: клбюс**радость**уфркнп

Время работы – 2 минуты

бсолнцевртгщоцэрайонзгучновостьъхэьгчяфактьуэкзамстро

шгцкпрокуроргурсеабетеориямтоджебьамхоккейтроицафц

етелевизорболджзхюэлщьбпамятьшогхещиздввосприятиен

йцукендшизхьвафыпролдблюбовьабфыплослдспектакльяч

бюерадостьвуфтиеждрлоррпнародшарикуыфйшрепортажа

ждорлафывюфбьконкурсйфнаприличностьзижэьеюлоджия

эрпплаваниеедтлжэзбьтрдшжнпркывкомедияшлдкуйотчайя

джэхьгфтасенлабораториягшдщнруцтргшчтлроснованиехж

шдэркентаопрукгвсмтрпсихиатриябплмстчьйфясмтщзайэъл

**Обработка данных**: оценка производится по количеству записанных слов. *Средняя норма* – 22 слова. Если результат ниже нормы, то концентрация внимания ниже среднего.

**Тест «Расстановка чисел»**

**Цель**: оценка произвольного внимания

**Инструкция**: в течение 2 минут расставь в свободных клетках нижнего квадрата бланка в возрастающем порядке числа, которые расположены в случайном порядке в 25 клетках верхнего квадрата бланка. Числа записывай построчно, никаких отметок в верхнем квадрате делать нельзя.

**Бланк**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 16 | 37 | 98 | 29 | 54 |
| 80 | 92 | 46 | 59 | 35 |
| 43 | 12 | 8 | 40 | 265 |
| 65 | 84 | 99 | 7 | 77 |
| 13 | 67 | 34 | 51 | 18 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Обработка данных**: оценка производится по количеству правильно записанных чисел. *Средняя норма* – 22 слова и выше. Если результат ниже нормы, то уровень произвольности внимания ниже среднего.

**Тест «У вас хорошая память?»**

**Цель**: выявление уровня развития зрительной, словесно-логической памяти

**Инструкция**: прочти 25 слов в течение 40 секунд. Закрой текст и за 5 минут запиши в любом порядке все слова, которые удалось запомнить.

Сено

Ключ

Самолёт

Поезд

Картина

Месяц

Певец

Радио

Трава

Перевал

Автомобиль

Сердце

Букет

Тротуар

Столетие

Фильм

Аромат

Карпаты

Гималаи

Неподвижность

Календарь

Мужчина

Женщина

Абстракция

Вертолёт

**Обработка данных**: подсчитай число написанных слов и оцени каждое написанное слово в 1 балл. По сумме очков посмотри, к какой категории ты можешь себя отнести.

6 баллов и меньше – *ваша память* (в первую очередь зрительная) *не в лучшем состоянии*. Но это вовсе не безнадёжно – займитесь регулярными упражнениями по тренировке памяти, например чтением книг, счёт в уме, запоминанием текстов и т.д. Употребляйте витамины.

7 – 12 баллов – *память не так уж плоха*, но вы, видимо, не умеете сосредоточиться, а это всегда мешает запоминанию.

13 – 17 – *результаты ваши вполне приличны*, и вы можете рассчитывать, что в большинстве случаев память вас не подведёт.

18 – 21 балл – *отличный результат*, который доказывает, что у вас незаурядная память. Вы можете заставить себя сосредоточиться, следовательно, обладаете достаточной волей. За память свою не беспокойтесь.

Свыше 22 баллов – у вас *прекрасная память* (если не сказать – феноменальная)

**Тест «Ваша память на числа»**

**Цель**: выявление уровня развития кратковременной зрительной памяти

**Инструкция**: за 15 секунд запомни как можно больше чисел. Всего 12 чисел. Закрой числа и запиши в любом порядке всё, что удалось запомнить.

**Содержание методики**

13 91 47 39

65 83 19 51

23 94 71 87

 **Обработка данных**: оценка кратковременной зрительной памяти производится по количеству правильно воспроизведённых чисел. *Норма взрослого человека* – 7 и выше. Ниже нормы – уровень развития кратковременной зрительной памяти *недостаточный*.

**Тест «Выделение существенных признаков»**

 **Цель**: выявление способности отделять существенные признаки предметов, явлений от несущественных

**Инструкция**: в каждой строчке ты найдешь одно слово, стоящее перед скобками, и далее – пять слов в скобках. Все слова, находящиеся в скобках, имеют какое-то отношение к стоящему перед скобками. Выберите только два, которые находятся в наибольшей связи с обобщающим словом и выпишите их. Время работы 1,5 мин.

**Бланк**

1. Сад (растения, садовник, собака, забор, земля)

2. Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода)

3. Город (автомобиль, здание, толпа, улица, велосипед)

4. Сарай (сеновал, лошадь, крыша, скот, стены)

5. Куб (углы, чертёж, сторона, камень, дерево)

6. Деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага)

7. Кольцо (диаметр, алмаз, проба, округлость, печать)

8. Чтение (глаза, книга, картинка, печать, слово)

9. Газета (правда, приложения, телеграммы, бумага, редактор)

10. Игра (карты, игроки, штрафы, наказания, правила)

11. Война (аэроплан, пушки, сражения, ружья, солдаты)

 **Обработка данных**: Чем лучше результат, тем лучше развита способность к формированию абстрактных понятий: 11 – 10 правильных ответов – *высокий уровень*, 9 – 7 – *средний уровень*, < 6 – *низкий уровень* способности выделять существенные признаки предметов, явлений

**Тест «Исключение лишнего понятия»**

 **Цель**: оценка логического мышления

**Инструкция**: даётся ряд из пяти слов. Четыре из них по значению можно объединить в одну группу. Нужно указать пятое слово, не входящее в эту группу, т.е. не относящееся к тому смыслу, которое является общим для остальных четырёх слов. Время работы 3 мин.

**Бланк**

1. Василий, Фёдор, Семён, Иванов, Пётр

2. Дряхлый, маленький, старый, изношенный, ветхий

3. Скоро, быстро, постепенно, торопливо, поспешно

4. Лист, почка, кора, чешуя, сук

5. Ненавидеть, презирать, негодовать, возмущаться, понимать

6. Темный, светлый, голубой, яркий, тусклый

7. Гнездо, нора, курятник, сторожка, берлога

8. Неудача, волнение, поражение, провал, крах

9. Успех, неудача, удача, выигрыш, спокойствие

10. Грабёж, кража, землетрясение, поджог, нападение

11. Молоко, сыр, сметана, сало, простокваша

12. Глубокий, низкий, светлый, высокий, горький

13. Хата, печь, дым, хлев, будка

14. Берёза, сосна, дуб, сирень, ель

15. Голод, холод, дискомфорт, жажда, нажива

16. Секунда, час, год, вечер, неделя

17. Самолёт, пароход, техника, поезд, дирижабль

18. Смелый, храбрый, решительный, злой, отважный

19. Футбол, волейбол, хоккей, плавание, баскетбол

20. Карандаш, ручка, рейсфедер, фломастер, чернила

**Обработка данных**: Чем лучше результат, тем лучше развито логическое мышление: 20 – 17 правильных ответов – *высокий уровень*, 16 – 13 – *средний уровень*, < 12 – *низкий уровень* логического мышления.

|  |
| --- |
| 1. /Правильные ответы:1. Растения, земля 2. Берег, вода 3. Здание, улица 4. Крыша, стены 5.Углы, сторона 6. Делимое, делитель 7. Диаметр, округлость 8. Глаза, печать 9. Бумага, редактор

10. Игроки, правила 11. Сражения, солдаты/ 1. /Правильные ответы: Иванов, маленький, постепенно, чешуя, понимать, голубой, сторожка, волнение, спокойствие, землетрясение, сало, горький, дым, сирень, нажива, вечер, техника, злой, плавание, чернила/
 |