**Практическое занятие № 1**

**Тема: «Познавательные психические процессы. Восприятие. Внимание.»**

**Цель:** Изучение и диагностика познавательных психических процессов.

**Задание**:

1. С помощью представленных тестов, выполните самодиагностику.
2. Запишите результаты тестов и выводы (резюме).
3. Проанализируйте, над развитием каких свойств внимания Вам необходимо работать? С помощью чего это можно делать?
4. Закончи фразу: «Если нет внимания, то \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**2. Тесты**

**Тест «Канал восприятия»**

**Цель**: определение ведущего канала восприятия

**Инструкция**: выбери ответ, который соответствует твоим особенностям: а, б или в. Попробуй проанализировать особенности своего индивидуально­го способа познания. Ты воспринимаешь информацию с помощью органов чувств — глаз, ушей либо посредст­вом осязания (движения). В зависимости от того, ка­кой канал информации превалирует (какой более спо­собен), люди делятся на «зрителей», «слушателей» и «деятелей»

**1. Как вы говорите?**

а) короткими и не совсем правильными фра­зами

б) длинными и сложными предложениями

в) часто неправильно произносите некоторые фразы

**2. Как ведёте себя на уроке?**

а) сами отвечать не вызываетесь

б) часто вызываетесь отвечать

в) вам трудно усидеть на одном месте в течение целого урока

**3. В свободное время:**

а) играете в настольные (компьютерные) игры /читаете книги/

б) слушаете музыку

в) вам лучше бывать на улице, чем дома

**4. Занятия творчеством:**

а) имеете успех в области видеоряда

б) имеете успех в аудиоряде

в) нравятся, но не хватает усидчивости

**5. Общение:**

а) держитесь в сторонке, не выступаете иници­атором

б) любите болтать

в) тянетесь к активным играм

**6. Эмоции и чувства:**

а) неохотно выражаете эмоции

б) любите рассказывать о своих чувствах

в) выражаете свои чувства жестикуляцией, по­вышенным тоном

**Обработка данных**: если Вы выбрали преимущественно ответы: **а)** Вы — *визуал* /«зритель»/,

**б)** Вы — *аудиал* /«слушатель»/, **в)** Вы — *кинестетик* /«деятель»/

*«Зрители»* быстро схватывают и запоминают та­кую информацию, как форма, размеры, цвет, движе­ния. «Зрители» более успешны по предметам, требующим зрительных представлений: хорошо пишут, рисуют, но хуже описывают предметы словами, затрудня­ются передать эпитеты, определения.

*«Слушатели»* хорошо воспринимают и запомина­ют звуки, слова, речь, имеют большой словарный запас. Получают удовлетворение от общения, от чтения, любят слушать и рассказывать. «Слушателям» удаются языковые предметы, но они могут отставать в развитии умений и навыков, связанных со зрительным и двигательным восприятием (физкультура, практичес­кие занятия).

*«Деятели»* познают окружающий мир тактиль­ным (или кинестетическим) способом, то есть путём непосредственного прикосновения или движения. Им даются практические задания, лабораторные работы, они любят занятия физической культурой. «Деятелям» мешает весьма беспокойное поведение и невнимательность на уроках, неусидчивость в домаш­них заданиях

**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 числа и выше. Если результат ниже нормы, то уровень произвольности внимания ниже среднего.