

Cvičení pozornosti



PhDr. Kamila Balharová

Ilustrace:

Michaela Balogová Suchoňová

OBSAH

Metodika	1. Úvod	2
	2. Metodický komentář	2
	2.1 Pojmenuj ovoce a zeleninu	2
	2.2 Dvojice	3
	2.3 Dodržování systému	3
	2.4 Co do řady nepatří	3
	3. Závěr	4
	4. Zdroje	4
Materiál	Pracovní listy pro žáky č. 1–4	5–16

1. Úvod

Každé dítě potřebuje poznávat samo sebe, své schopnosti a dovednosti. Nápravná cvičení jsou zaměřena především na **cvičení pozornosti a rozvoj zrakového vnímání**. Je možné je zařazovat ve výuce pro všechny žáky hlavně v **1. a 2. ročníku**.

Součástí průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova je i **rozvoj schopností poznávání**. Jednou z cest k uskutečňování tohoto rozvoje jsou **cvičení smyslového vnímání, pozornosti a soustředění**. Zařazováním takovýchto cvičení do výuky pomáháme vytvářet předpoklady pro učení a studium.

2. Metodický komentář

V prvnice se žáci učí o zelenině a ovoci. Ve cvičeních, která jsou v tomto příspěvku uvedena, budou žáci procvičovat na pracovních listech s obrázky jednotlivých druhů ovoce a zeleniny (a dalších plodů):

Pozornost

Cvičení, která jsou zaměřena na koncentraci pozornosti, vyžadují přesnost provádění úkolu. Proto je vhodné žáky vybízet k pečlivosti a přesnosti.

Cvičení jsou rozdělena vždy podle obtížnosti. Pro žáky, kteří mají problémy se soustředěním, jsou určeny úkoly označené písmenem a. Na těchto pracovních listech je nejmenší počet úkolů. Je to proto, že se tito žáci dokáží soustředit pouze krátkou dobu. Přesto i oni chtějí být úspěšní.

Čtení s porozuměním

Tuto dovednost budou žáci procvičovat tak, že si sami přečtou zadání a pokusí se samostatně úkol splnit. Někteří si potřebují zadání přečíst několikrát, než ho pochopí. Pokud se však budou učitele ptát, co mají dělat, a učitel jim odpoví, získají pocit, že je jednodušší se zeptat než si instrukci přečíst. Tím ale požadovanou dovednost nepochví. V budoucnu se již nebudou snažit jakoukoli instrukci přečíst, ale budou volit jednodušší cestu – zeptat se.

2.1 Pojmenuj ovoce a zeleninu

Před plněním **pracovního listu pro žáky č. 1a, b, c** učitel se žáky **zopakuje druhy ovoce a zeleniny** a ukáží si je společně na obrázcích. Pracovní list **procvičuje čtení s porozuměním a pozornost**.

Žák má za úkol přečíst si názvy druhů ovoce a zeleniny a postupně je přiřazovat k obrázkům.

Podle schopností žáků může učitel zvolit **různou obtížnost plnění úkolu**:

-  lze nechat žáky spojovat slovo s obrázkem čarou,
-  těžší na pozornost i zrakovou paměť je pracovat bez grafického spojování slova a obrázku.

Žák potřebuje najít vhodný postup práce. Například správně rozeznat druh ovoce a zeleniny, pojmenovat si ho a teprve poté hledat, zda je mezi názvy tento druh uveden. Cílem je najít obrázky, ke kterým chybí pojmenování.

Poznámka

Učte žáky **postupovat systematicky**. Ne každý to hned umí, ne každý si najde nějaký systém. Není nutné jim vnucovat jeden jediný, ale je dobré jim alespoň jeden ukázat. Já to dělám tak, že po ukončení práce se ptám nejrychlejších a úspěšných žáků, jak postupovali, aby svou strategii vysvětlili ostatním.

Přílohu jde využít i k dalším aktivitám dle nápaditosti učitele.

Varianty aktivit

1. Vybarvování podle diktátu učitele.
2. Napsat pod každý obrázek plodu jeho název.
3. Ukázat prstem na obrázek, který učitel pojmenuje.
4. Zjistit, co je ovoce, co je zelenina a co do těchto kategorií nepatří.

2.2 Dvojice

Žák má za úkol najít obrázek, který se na stránce nevyskytuje dvakrát, a ten vybarvit (**pracovní list pro žáky č. 2a, b, c**). Cvičení je **zaměřeno nejen na procvičení pozornosti, ale i na čtení s porozuměním**. Proto učitel žákům pouze rozdá pracovní list a řekne žákům, aby si pozorně přečetli zadání a pracovali podle něj.

Po splnění úkolu se nabízí možnost nechat žáky vybarvit i dvojice plodů tou barvou, kterou mají ve skutečnosti.

2.3 Dodržování systému

Úkolem na **pracovním listě pro žáky č. 3a, b, c** je vybarvit obrázky zadanou barvou.

Na tom jistě není nic těžkého. Většina žáků má tendenci vzít jednu pastelku a všechny tvary, které má vybarvit touto barvou, vybarvit. Žáci to považují za výbornou strategii. Proto jim poprvé práci omezím časem. Ten, který pracoval podle zadání a „nešvindloval“, má v konečném výsledku lepší hodnocení, protože udělal alespoň část práce správně. Ostatní totiž stihnou použít tak dvě pastelky, a nemají tedy téměř žádnou část práce hotovou celou. To vede ke špatnému hodnocení. Vedu tak žáky k pochopení, proč je lepší dodržovat zadání.

Poznámka

Žákům dělává problém i to, jak střídat pastelky. Většinou je mají položené na lavici nebo v penále. Často se jim pak někde zakutálejí nebo je v penále hledají. Málokdo je dokáže všechny čtyři držet v ruce a vybírat si je z držení. Je to podobné jako držet karty v jedné ruce ve vějíři a druhou rukou je tahat.

Žák při práci **procvičuje pozornost a zrakové rozlišování tvarů**, které má vybarvit. Zároveň se učí systém, jak má postupovat, pokud chce správně splnit úkol přesně podle zadání. Učí se **číst instrukci až do konce a s porozuměním**.

2.4 Co do řady nepatří

Na **pracovním listě pro žáky č. 4a, b, c** nad čarou jsou zobrazeny obrázky ovoce a zeleniny. Pod čarou jsou obrázky řazené za sebou jako nekončící řada textu přecházející z jednoho řádku plynule na druhý.

Úkolem žáka je procházet obrázky pod čarou, jako se čte text, a kontrolovat, zda jsou řazené za sebou ve stejném pořadí jako obrázky nad čarou. Ty obrázky, které jsou v řadě navíc, škrtně.

Rozdáme žákům **pracovní list pro žáky č. 4a**. Doporučuji tentokrát s žáky probrat, zda rozumějí, co vlastně mají dělat, případně začít pracovat společně. Bývá to pro ně těžký úkol kvůli pozornosti, kterou musí úkolu věnovat.

Poznámka

Tento úkol bývá pro žáky obvykle obtížný kvůli tomu, že ne vždy dobře porozumí textu. Někteří mají pocit, že na každém řádku musí řada začínat znovu. Je vhodné s nimi pak probrat zadání individuálně a systémem otázek k přečtenému je dovést k porozumění pokynu.

3. Závěr



Nemusí se jednat pouze o nápravná cvičení pro žáky s poruchou učení, lze je zadat i v rámci průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova. Pokud tuto možnost učitel využije, doporučuji s dětmi provést i následnou reflexi a vysvětlení, na jakou dovednost jsou cvičení zaměřena, a zhodnotit, jak se jednotlivým žákům dařilo a co to pro ně znamená.

Žák:

- ☐ pracuje samostatně a soustředěně, trénuje svou pozornost
- ☐ procvičuje svoje zrakové vnímání
- ☐ správně chápe instrukce k úkolům
- ☐ čte s porozuměním

4. Zdroje

Pokorná, V.: *Teorie, diagnostika a náprava specifických poruch učení*. Portál: Praha 1997.

Michalová, Z.: *Pozornost – cvičení na posilování koncentrace pozornosti*. Tobiáš: Havlíčkův Brod 2003.

Pracovní list pro žáky č. 1a

Přečtěte si pozorně názvy a prohlédněte si obrázky. Kterému obrázku chybí pojmenování? Najděte ho, vybarvěte a pojmenujte.

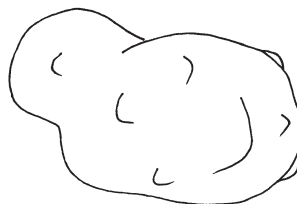
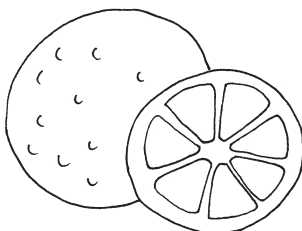
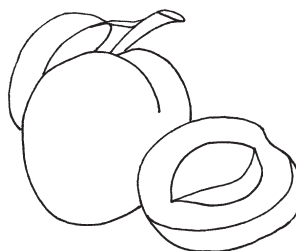
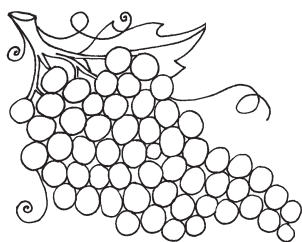
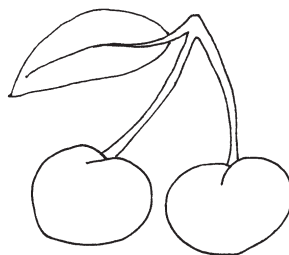
brambora

pomeranč

rajče

švestka

třešně



Pracovní list pro žáky č. 1b

Přečtěte si pozorně názvy a prohlédněte si obrázky. Kterému obrázku chybí pojmenování? Najděte je, vybarvěte a pojmenujte.

cibule

česnek

ananas

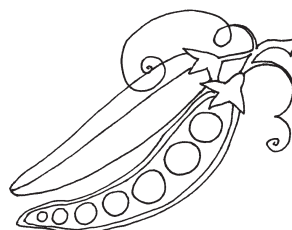
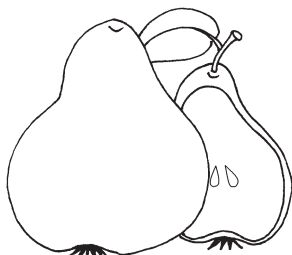
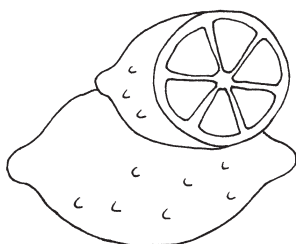
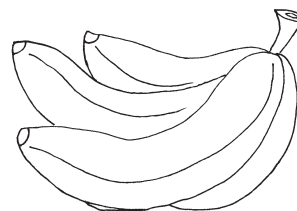
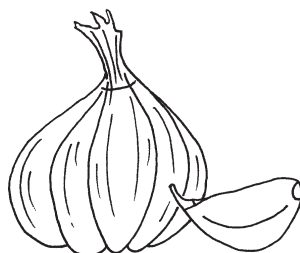
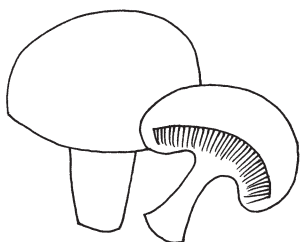
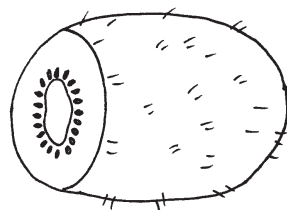
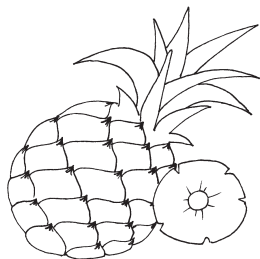
banány

houby

citron

hrášek

hruška



Pracovní list pro žáky č. 1c

Přečtěte si pozorně názvy a prohlédněte si obrázky. Kterému obrázku chybí pojmenování? Najděte ho, vybarvěte a pojmenujte.

ředkvičky

okurka

meloun

brambor

pórek

kokos

květák

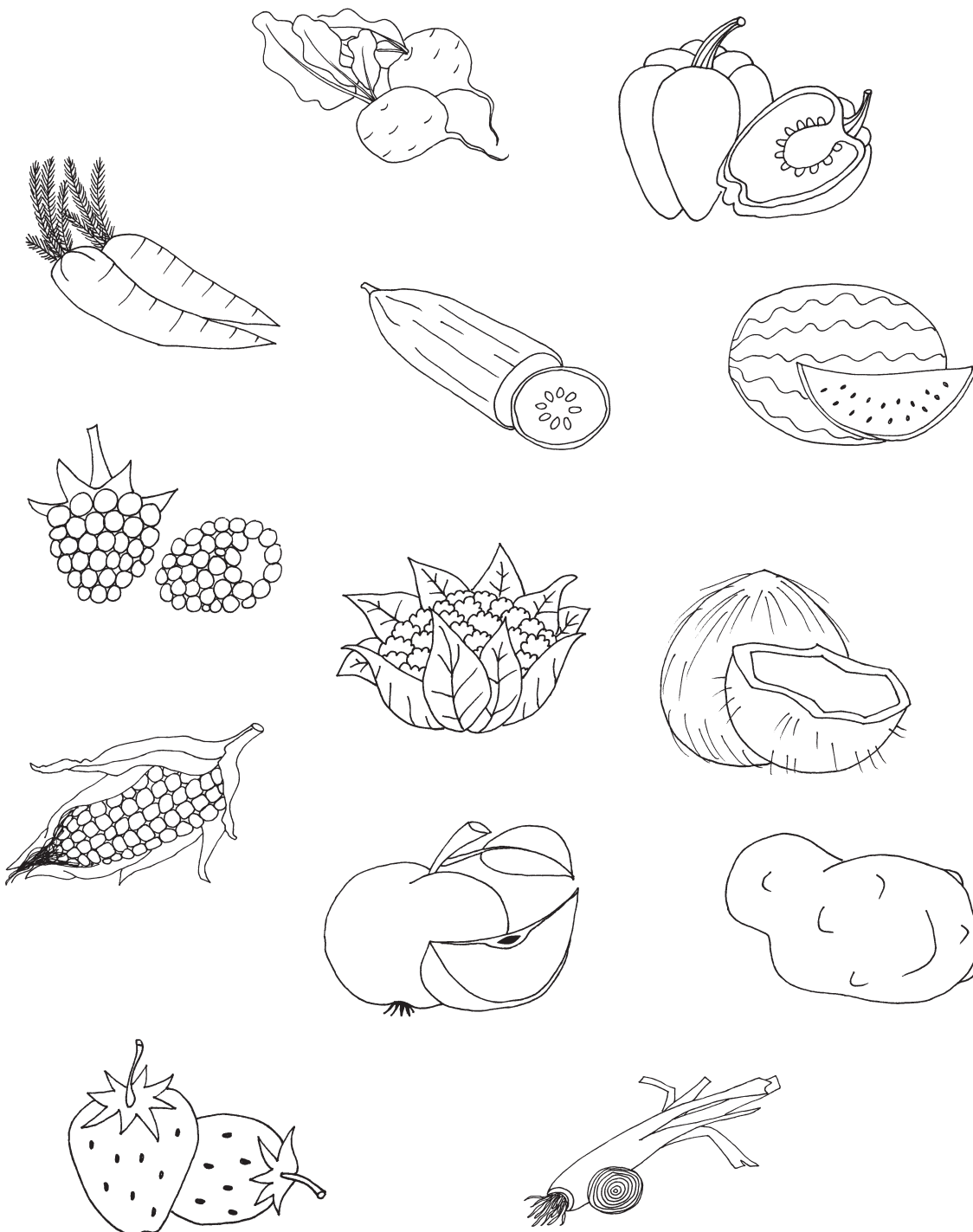
kukuřice

maliny

mrkev

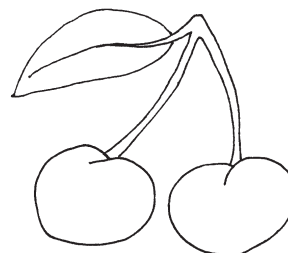
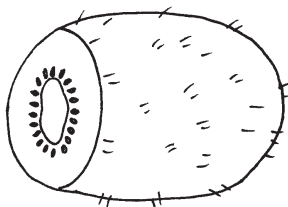
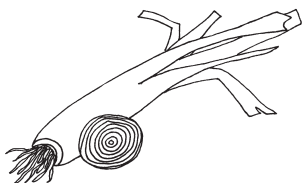
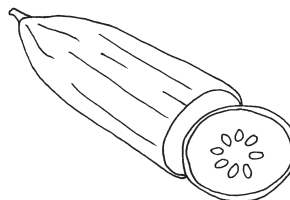
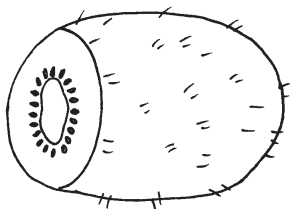
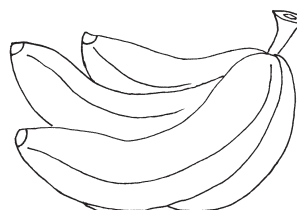
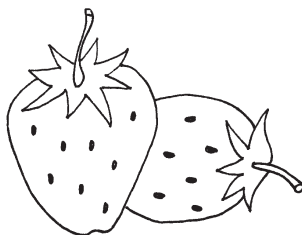
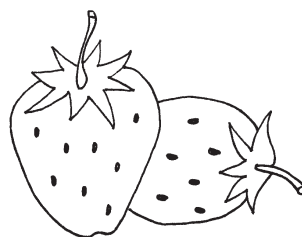
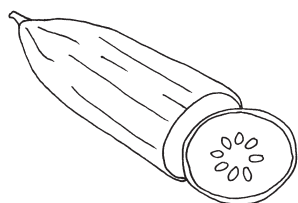
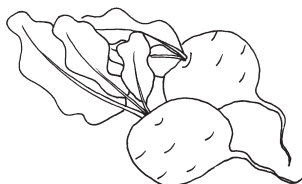
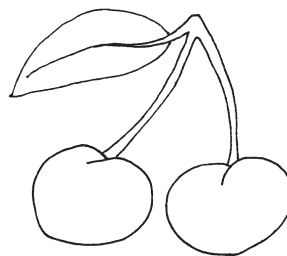
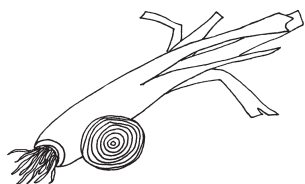
jahody

papriky



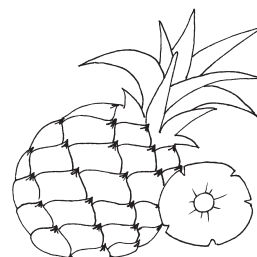
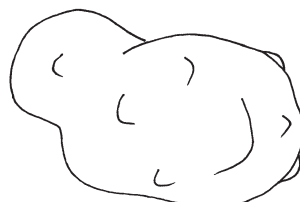
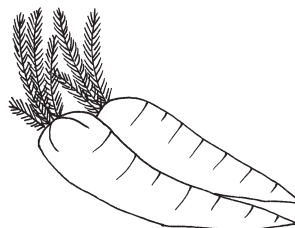
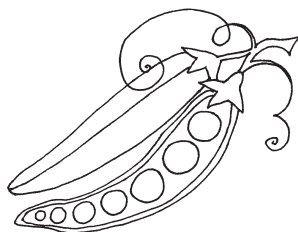
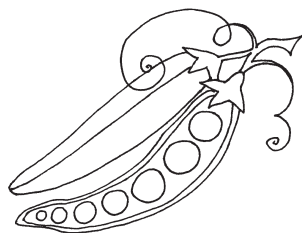
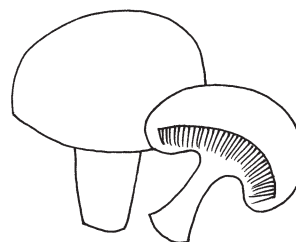
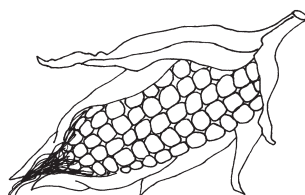
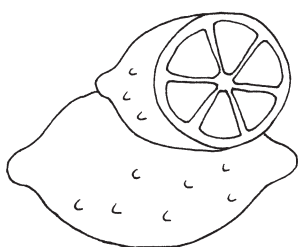
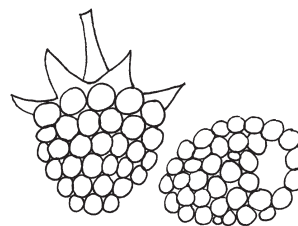
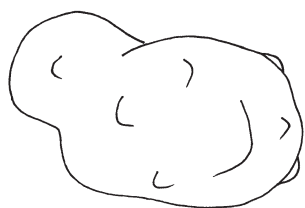
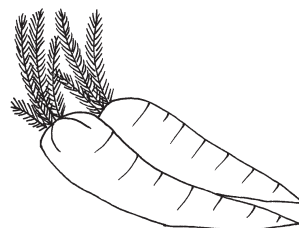
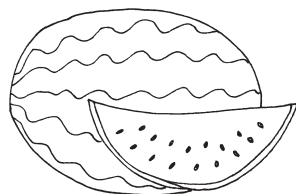
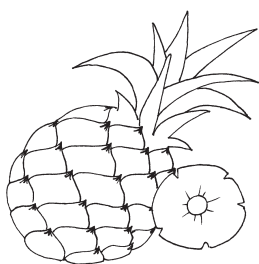
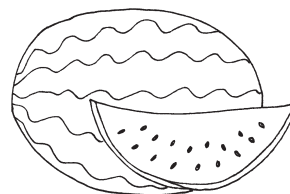
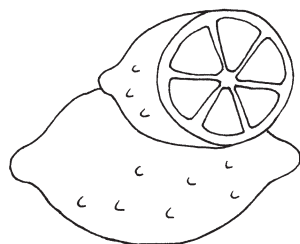
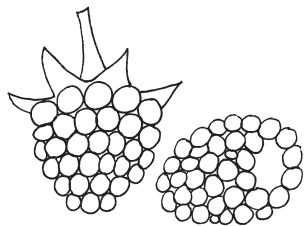
Pracovní list pro žáky č. 2a

Jeden z obrázků nemá dvojici. Najděte ho a vybarvěte.



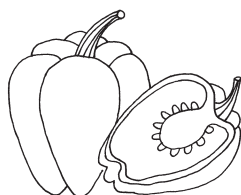
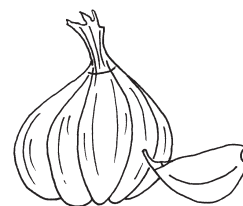
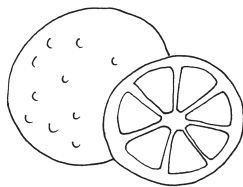
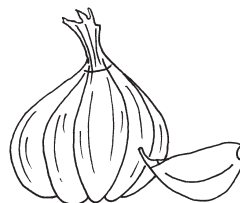
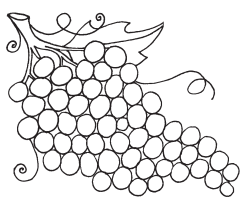
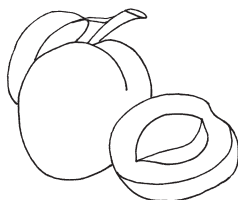
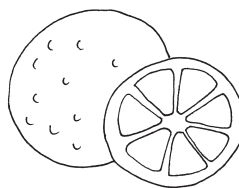
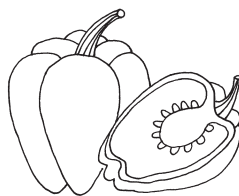
Pracovní list pro žáky č. 2b

Jeden z obrázků nemá dvojici. Najděte ho a vybarvěte.



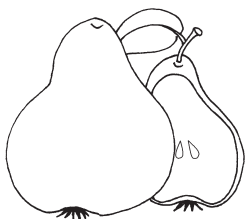
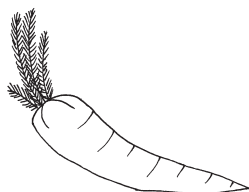
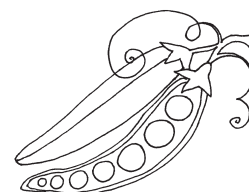
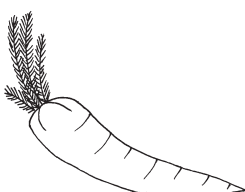
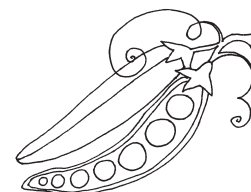
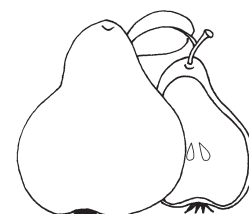
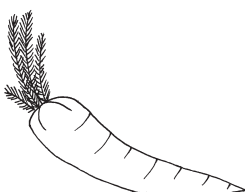
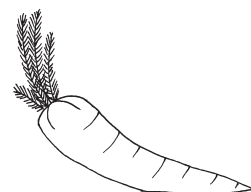
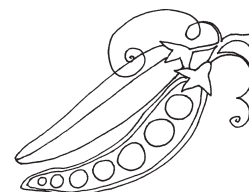
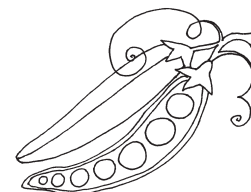
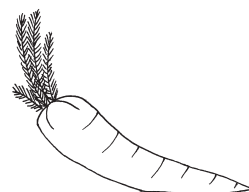
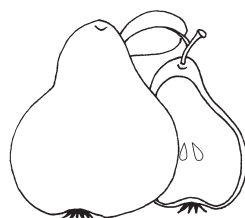
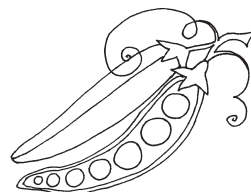
Pracovní list pro žáky č. 2c

Jeden z obrázků nemá dvojici. Najděte ho a vybarvěte.



Pracovní list pro žáky č. 3a

Vybarvěte obrázky podle zadání. Vybarvujte obrázky postupně. Střídejte pastelky.

žlutou**červenou****zelenou**

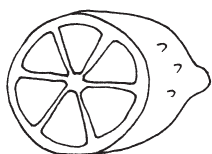
Pracovní list pro žáky č. 3b

Vybarvěte obrázky podle zadání. Vybarvujte obrázky postupně. Střídejte pastelky.

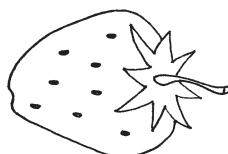
hnědou



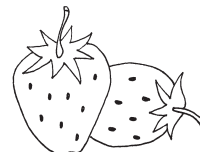
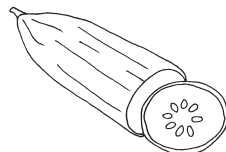
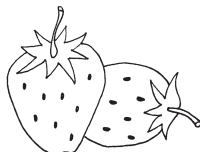
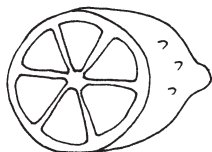
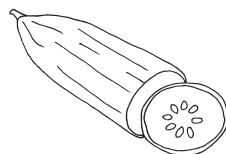
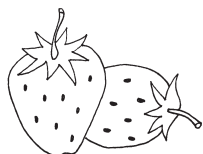
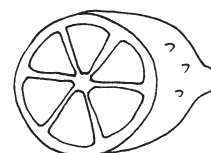
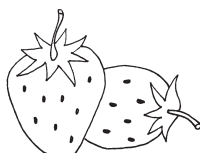
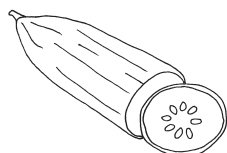
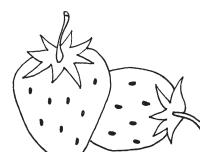
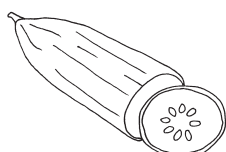
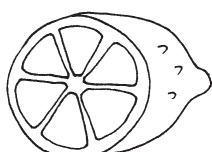
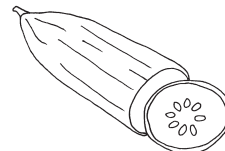
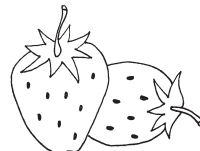
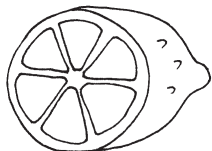
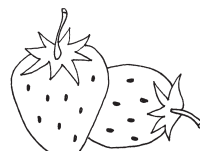
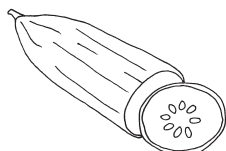
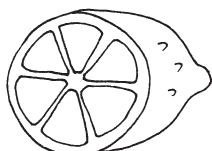
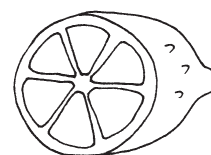
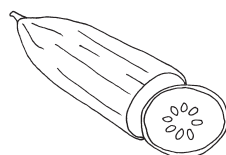
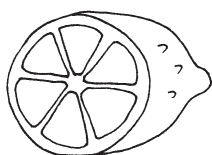
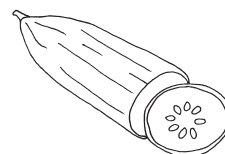
žlutou



červenou



zelenou



Pracovní list pro žáky č. 3c

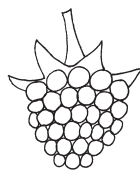
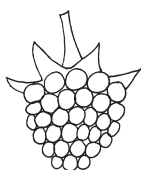
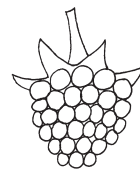
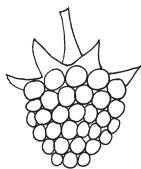
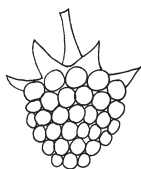
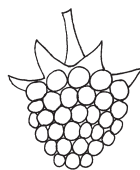
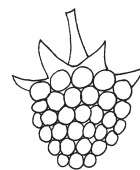
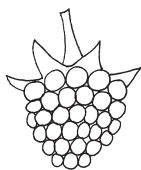
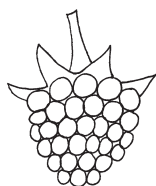
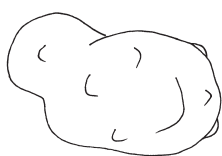
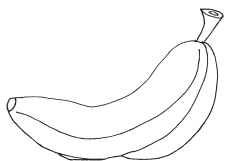
Vybarvěte obrázky podle zadání. Obrázky vybarvujte postupně, střídejte pastelky.

žlutou

hnědou

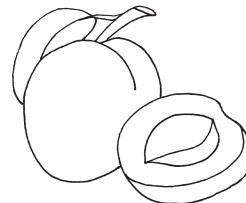
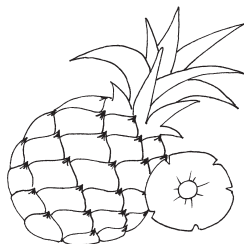
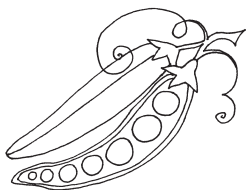
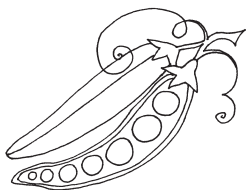
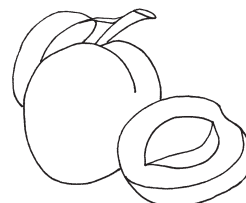
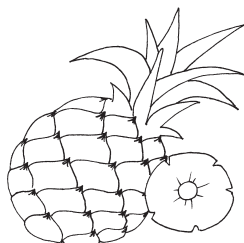
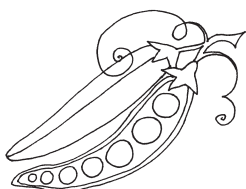
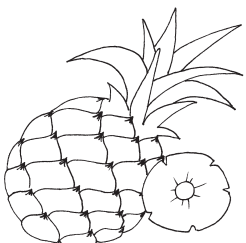
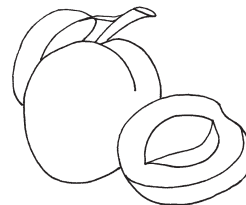
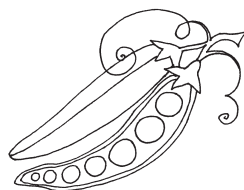
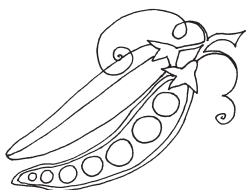
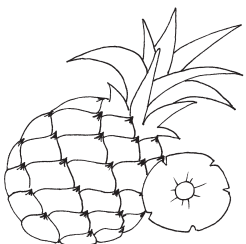
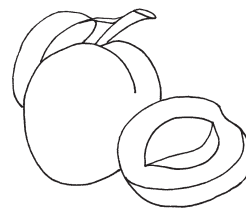
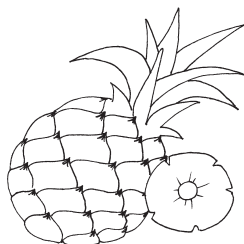
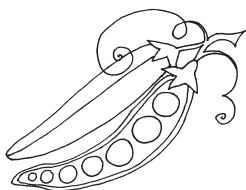
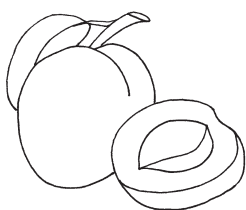
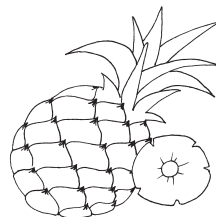
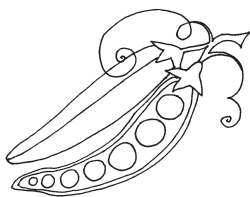
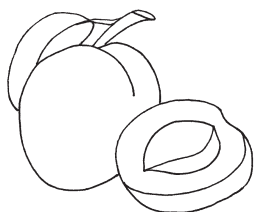
černou

červenou



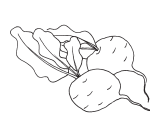
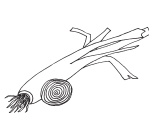
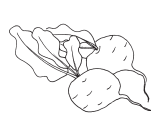
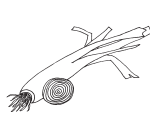
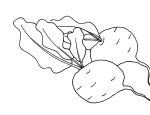
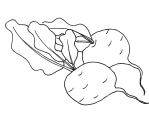
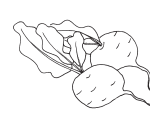
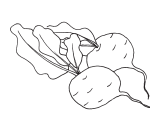
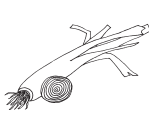
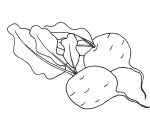
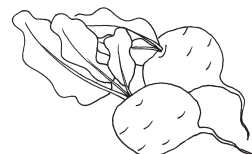
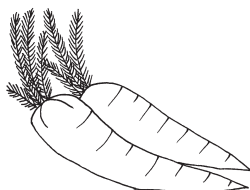
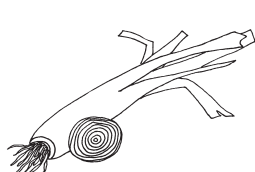
Pracovní list pro žáky č. 4a

Pod čarou je řada obrázků. Procházejte je po řádcích, jako se čte text. V této řadě by se měly stále opakovat tři obrázky tak, jak jsou uvedeny nad čarou. Škrtněte ty obrázky, které jsou v řadě navíc.



Pracovní list pro žáky č. 4b

Pod čarou je řada obrázků. Procházejte je po řádcích, jako se čte text. V této řadě by se měly stále opakovat tři obrázky tak, jak jsou uvedeny nad čarou. Škrtněte ty obrázky, které jsou v řadě navíc.



Pracovní list pro žáky č. 4c

Pod čarou je řada obrázků. Procházejte je po řádcích, jako se čte text. V této řadě by se měly stále opakovat čtyři obrázky tak, jak jsou uvedeny nad čarou. Škrtněte ty obrázky, které jsou v řadě navíc.

