

SCENARIUSZ ZAJĘĆ Z UCZNIEM – KLASA 8

Temat zajęć:

Koncentracja uwagi i rozwijanie zdolności rozwiązywania problemów

Czas trwania: 45 minut

Forma zajęć: Indywidualna praca ucznia z psychologiem szkolnym z wykorzystaniem programu multimedialnego

Program: „Pro, koncentracja uwagi” – Wydawnictwo Nowa Era

Cel ogólny:

Rozwijanie koncentracji uwagi i umiejętności skupienia na zadaniu

Ćwiczenie zdolności logicznego myślenia i rozwiązywania problemów

CELE SZCZEGÓŁOWE (uczeń):

Rozpoznaje czynniki wpływające na koncentrację

Wykonuje zadania wymagające skupienia i logicznego myślenia

Ćwiczy strategie radzenia sobie z rozpraszaczami

Rozwija umiejętność wytrwałości i planowania

METODY I FORMY PRACY:

Praca z programem multimedialnym

Rozmowa wspierająca

Mini-trening uważności

Technika „głośnego myślenia” przy rozwiązywaniu zadań

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

Komputer z dostępem do programu „Proszę, koncentracja uwagi”

Słuchawki (opcjonalnie)

karta pracy do notatek, wybrane karty pracy z programu "Pro, koncentracja uwagi"

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Część wstępna (ok. 5 minut):

Przywitanie ucznia i krótkie wprowadzenie do tematu zajęć

Rozmowa: „Kiedy najłatwiej Ci się skupić? Co Cię rozprasza?”

Ustalenie celu: „Dzisiaj popracujemy nad skupieniem uwagi i rozwiązywaniem zadań krok po kroku.”

2. Część główna (ok. 30 minut):

Wprowadzenie do programu: psycholog omawia z uczniem strukturę programu „Pro, koncentracja uwagi”

Zadania multimedialne (interaktywne ćwiczenia):

Zadanie 1: „Złap wyjście, złap owoce!” – ćwiczenie refleksu i koncentracji na ekranie

Zadanie 2: „Ułóż tangram ” – planowanie kroków i logiczne myślenie

Zadanie 3: „Znajdź wyjście” – rozwiązywanie problemu, skupienie na celu

Psycholog wspiera ucznia podczas wykonywania zadań, zachęca do komentowania swoich działań

Wspólna analiza wyników i trudności

3. Część końcowa (ok. 10 minut):

Krótką rozmowa podsumowująca:

„Które zadanie było najłatwiejsze, a które najtrudniejsze?”

„Co pomagało Ci się skupić?”

Wprowadzenie jednej techniki pomocnej w koncentracji (np. „przerwy 5-minutowe” lub „technika oddechowa 4-7-8”)

Zachęta do stosowania ćwiczonych strategii w szkole i w domu

EWALUACJA (dla psychologa):

Obserwacja poziomu zaangażowania ucznia w zadania

Zapis mocnych stron ucznia i obszarów do dalszego wspierania

Ocena przydatności wybranych zadań z programu

Przygotowała: Agata Kwiecińska – psycholog szkolny