



## چگونه توانستیم مشکل حواس پرتی محمدرضا را در کلاس اول از بین ببریم؟

صدیقه رضایی قشمی، احسان زارعی

کارشناسی آموزش ابتدایی، اداره آموزش و پرورش شهرستان قشم

دکتری تخصصی برنامه ریزی دانشگاه هرمزگان

دانشگاه فرهنگیان چردیس شهید بهشتی بندرعباس

[Ehsanzare-ee@yahoo.com](mailto:Ehsanzare-ee@yahoo.com)

چکیده

معلمان بیشترین وقت را برای تماس با دانش آموزان، مشاهده آنان و کمک به جریان رشد و تکامل آنها در اختیار دارند. معلم باید در روابط با شاگردان از اصول حسنه انسانی آگاه باشد و آنها را به کار بندد و محیطی را به وجود آورد که دانش آموزان، مشکلات خود را با او در میان گذاشته و او در حد توان به اصلاح و تغییر رفتار آنها اقدام نماید. معلم به این موضوع ایمان داشته باشد که رفع موانع تربیتی و کاهش مشکلات دانش آموزان، خود مقدمه ای برای آماده سازی ذهنی دانش آموزان و ارائه مطالب درسی می باشد. معلم متعهد، در طریق حفظ و تامین منافع واقعی شاگرد است، در حل مسائل و مشکلات کوشاست. روحیه اش به گونه ای است از خدمت لذت می برد، از ساختن و به عمل آوردن دانش آموز و قراردادنش در مسیری که مورد هدف است خرسند است. لذا با توجه به تعهد و مسئولیت خود در کلاس، با مشاهده ی حواس پرتی و عدم تمرکز محمدرضا در کلاس سعی در حل کردن مشکل او شدم. زیرا بدون داشتن دقت و تمرکز حواس یادگیری صورت نمی گیرد. تمرکز حواس هنگام مطالعه کلید اصلی و اساسی درک و فهم مطالب است و کلید اساسی تمرکز حواس استفاده از روشهایی است که باعث تقویت و پرورش و مهارت در برقراری تمرکز حواس هنگام مطالعه می شوند. ابزار گردآوری اطلاعات شامل مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و اسناد و مدارک می باشد. با اطلاعات به دست آمده، مشخص شد مشکل دانش آموز حواس پرتی یا عدم تمرکز در کلاس است که به دنبال عوامل ایجاد کننده ی آن برآمدم و راهکارهای مناسب با توجه به اطلاعاتی که در کتابها، تحقیقات در این زمینه و تجربیات شخصی خودم بود ارائه شد.

واژگان کلیدی: حواس پرتی، اول، دانش آموز

مقدمه

از جمله عواملی که در افزایش بهره وری در مطالعه و درک بهتر درسها و موفقیت در تحصیل بسیار موثر است، داشتن تمرکز حواس به هنگام مطالعه است یعنی فرد در خود این توانایی را ایجاد کند که با اختیار و توجه دقت خود را بر روی موضوع یا کاری که انتخاب کرده با میل و اراده متمرکز نماید و از توجه به سایر موضوعات و کارها جلوگیری کند.

تمرکز نسبی است یعنی تقریباً همه افراد تا حدودی از آن بهره مند هستند و کسی نمی تواند ادعا کند کاملاً بی دقت است و یا همیشه تمرکز حواس دارد. فراموش نکنیم تمرکز کارایی حافظه را افزایش می دهد. تمرکز یک امر اکتسابی است و با مهارت های لازم افزایش می یابد.

تمرکز حواس یعنی عوامل حواس پرتی را به حداقل رساندن. پس برقراری تمرکز حواس به میزان کاهش عوامل حواس پرتی بستگی دارد. یعنی هر چه عوامل مزاحم و مخل تمرکز بیشتر باشند توانایی حفظ تمرکز حواس کمتر است و برعکس.