



دانشگاه گیلان
وزارت آموزش و پرورش
انرژی کار آموزش و پرورش استان خراسان
معاونت آموزش و پرورش شهرستان جاباب



چگونه توانستیم تمرکز و حواس احمد را به درس ریاضی بهبود بخشیم؟

مریم چوپانی

^۲ کارشناسی، آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان

آدارة آموزش و پرورش شهرستان بندرلنگه

choopani1399@gmail.com

چکیده:

این پژوهش با هدف تمرکز و حواس جمعی یکی از دانش آموزان (احمد) کلاس اولی در درس ریاضی انجام شده است. این دانش آموز در طول تدریس معلم تمرکز کافی ندارد و کارهایی جانبی می کند، پس از آن برای انجام تکالیف دچار مشکل می شود و بنابراین با توجه به میزان اهمیت و تأثیر تمرکز در عملکرد افراد در طول زندگی فردی و اجتماعی چه در حال و چه در آینده سعی شده است افزایش تمرکز و حواس جمعی دانش آموزان با راهکارهای مناسب و کارآمد انجام شود. در این پژوهش با بهره گرفتن از ابزارهای مانند مشاهده تعداد دفعات حواس پرتی در طول یک هفته دانش آموز و همینطور تکمیل پرسشنامه و مصاحبه با عضوی از خانواده و همچنین همکاران عوامل اصلی این حواس پرتی دانش آموز مشخص شد. عواملی مانند بی علاقهگی به درس، روش تدریس یکنواخت و سر و صدای دانش آموزان داخل کلاس عوامل اصلی بوده است. بنابراین با ارائه راهکارهایی مانند بازی های فکری، تمرین های رفع مزاحم تمرکز، افزایش علاقه دانش آموز به درس ریاضی و اجرای این راهکارها، باعث کاهش حواس پرتی دانش آموز گردید. از بین این راهکارها راهکار بازی های فکری تکنیک رفع عامل حواس پرتی نسبت به بقیه نتیجه موثرتری داشت؛ که باعث تغییر رفتار دانش آموز و رسیدن به هدف پژوهش شده بود. با انتخاب راه حل های جدید برای حل مشکل این دانش آموز و مشاهده ثانویه نتایج به دست آمده از اجرای راه حل ها، حواس پرتی دانش آموز تا حدودی بر طرف شد ولی همچنان عواملی وجود داشتند که کنترل نمی شدند بنابراین این تمرکز حواس در طول مدت بررسی ها تغییر می کرد.

در نهایت پیشنهادهایی برای همکاران و اولیا ارائه شده که با اجرای آنها گامی اساسی برای رفع مشکل این چنین دانش آموزانی برداشته میشود پیشنهادهایی مانند توجه ویژه بر روی چنین مشکلی صبر و شکیبایی برای رفع مشکل آن ... است.

واژگان کلیدی: اقدام پژوهی، حواس پرتی، عدم تمرکز، بی علاقهگی، خستگی.

مقدمه: (مقدمه، بیان مسئله، ضرورت، بیان اهداف، سوالات پژوهش، پیشینه پژوهش)

تمرکز در لغت یعنی گرد آوردن در یکجا، فشردگی مجموعه، تراکم، چکیده، و در اصطلاح چیزی نیست بجز، توانایی فرد در افزایش تمرکز خود روی یک موضوع یا فکر خاص و در عین حال خارج کردن تمام افکار غیر مرتبط و احساسات از ذهن. « تمرکز حالتی است که در آن از میان افکار و آراء مختلف شخص، یک فکر در مرکز قرار می گیرد و بقیه افکار و آراء او نسبت به آن فکر، جنبه پیرامونی دارند. بنا به تعریفی دیگر، تمرکز حواس یعنی توانایی ثابت نگه داشتن توجه و دقت روی موضوع یا کاری که به میل و اراده انتخاب شده است و مانع شدن از اینکه این دقت و توجه به سوی موضوعات دیگر منحرف شود.» (خادمی، مطالعه روشمند) بنابراین تعاریف، تمرکز برای تمامی افراد وجود دارد؛ ولی مقدار آن بنا بر شرایطی متفاوت است و افراد نمی توانند ادعای حواس جمعی کامل یا حواس پرتی را داشته باشند. بسته به شرایط، تمرکز افراد تغییر می کند، پس هر چه موضوع مورد نظر مطابق سلیقه فرد باشد و نیاز به تحلیل و بررسی نداشته باشد، تمرکز فرد بالا است.