


Внимание и его значение в познании мира

1. Понятие и сущность внимания
2. Структура внимания и пути его совершенствования



Определение внимания

Внимание – это сосредоточенность и активная направленность нашего сознания на те или иные предметы и явления действительности, в результате чего они отражаются полнее и четче






Особенности внимания


Это психический процесс являющийся не самостоятельной формой отражения, а организацией тех или иных форм отражения.

Состояние личности:

- Внимательность
- Невнимательность
- Рассеянность

Черта личности:

- Внимательность
 - Рассеянность
- 




Особенности физиологического механизма внимания

2. Господствующий очаг возбуждений
(доминанта Ухтомского).

Она не только не тормозит, другие участки
но способна усиливаться за их счет

3. Использует систему рефлексов
безусловных и условных.






Функции внимания

Отбор значимых, соответствующих данной деятельности индивида воздействий и игнорирование несущественных.

Удержание и сохранение в сознании определенного содержания до достижения связанной с ним цели.

Регуляция и контроль протекания деятельности.






Свойства внимания

4. Устойчивость внимания

Длительность
сосредоточения
сознания на объекте
внимания






5. Колебания внимания

**Свойство противоположное
устойчивости.**

6. Переключение внимания

**Намеренный перенос
внимания с одного объекта
на другой**






Виды внимания

1. Непроизвольное внимание

Вызывается особенностями объекта:


- Более сильным раздражителем на фоне действующих.
 - Раздражителем переменной силы.
 - Новизной раздражителя.
 - Началом и прекращением действия раздражителя.
 - Ярким эмоциональным фоном предметов и явлений.
 - Методическими приемами
- 



Виды внимания

2. Произвольное внимание

Это сознательное, волевое регулирование сосредоточенности на объекте. Вызывает внимание:

- Волевые усилия (надо, должен)
 - Осознание цели (зачем?)
 - Включение практического действия
 - Словесные напоминания
 - Особенности обстановки
 - Психические состояния
 - Привычка работать внимательно
- 




Виды внимания

3. Послепроизвольное внимание

Возникает как произвольное при последующем снижении волевых усилий и появлении интереса к объекту внимания.

Вызывает:

- Интерес к объекту деятельности
 - Интерес к процессу деятельности
 - Познавательный интерес
 - Совершенствование навыков и умений
 - Достижение реальных, осязаемых результатов.
- 




Виды внимания

4. Индивидуальное внимание

Сосредоточение внимания на выполнении **своего задания** при групповом характере деятельности.

5. Коллективное внимание

Сосредоточение всех или большинства людей на **конечном результате** коллективной деятельности.





Пути развития внимания


Повышение интереса к предмету деятельности

Совершенствование организации деятельности

Использование технических средств деятельности

Формирование навыков и умений успешного контроля и самоконтроля

Формирование мотивации деятельности, осознание ее социальной роли.





Определение

Память – процесс закрепления, сохранения и последующего воспроизведения прошлого опыта, делающий возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Физиологический механизм памяти

Образование, закрепление, возбуждение и торможение нервных связей.

Условием выработки:

- значимость воздействующего раздражителя;
- отражение в очаге оптимального возбуждения коры головного мозга.

Формы памяти

Непроизвольная память – информация запоминается сама по себе без специального заучивания, в ходе выполнения деятельности или обработки информации.

Произвольная память – Информация запоминается целенаправленно с помощью специальных приемов.

Формы памяти определяются преднамеренной или непреднамеренной направленностью сознания

Уровни памяти

1. **Сенсорная** (иконическая) память от 0,1 – 5 сек.
2. **Кратковременная** или **оперативная** (сохранение информации на период обработки мозгом и ее интерпретации 5 – 20 сек. Определяется магическим числом Миллера (7+-2))

Уровни памяти

3. **Промежуточная память** (обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов и ее накопление в течение дня (во сне происходит очищение памяти))
4. **Долговременная** (обеспечивает длительное хранение информации.
Может быть с сознательным и бессознательного доступа.)

Виды памяти. По способу запоминания

Моторная (двигательная)

Наглядно – образная

Словесно – логическая

Эмоционально – эйдетическая

Виды памяти

По осознанности процесса.

Эксплицитная память – при осознанном влиянии прошлого

Имплицитная – без осознанного влияния прошлого.

По объему

Память на отдельные эпизоды и объекты

Память на общую информацию



Индивидуальные особенности памяти

Скорость

Точность

Прочность запоминания

Готовность к воспроизведению

Характеристика процессов памяти

1. **Запоминание** – Процесс запечатления информации.
Может быть:
 - преднамеренным;
 - не преднамеренным.



Факторы влияющие на запоминание.

1. Цель запоминания.
2. Приемы заучивания:
 - Механическое запоминание;
 - Логический пересказ.
 - Образные приемы запоминания.

Факторы влияющие на запоминание.

3. Использование мнемотехнических приемов запоминания:

- Использование ассоциаций
- Специальная организация фразы
- Визуализация.

Влияние деятельности на процесс запоминания.

Деятельность может ухудшить запоминание:

Предшествующая запоминанию деятельность – **проактивное торможение.**

Следующая за запоминанием – **ретроактивное торможение.**



2. Сохранение.

Процесс активной переработки, систематизации, обобщения информации и овладения ею.

3. Воспроизведение. Формы:

Узнавание – проявление памяти, возникающее при повторном восприятии объекта.

Припоминание – возникновение образа (нечеткого, фрагментарного при отсутствии объекта)

Воспоминание – активная форма воспроизведения, зависящая от поставленных задач и степени логической упорядоченности материала.

3. Воспроизведение. Формы:

Реминисценция – отсроченное воспроизведение ранее воспринятого, казавшегося забытым.

Эйдети́зм – зрительное воспоминание со всеми деталями воспринятого образа.

Обратный ход памяти «закон Рибо» - в пожилом возрасте люди легко вспоминают события давнего прошлого и легко забывают только что воспринятое.

4. Забывание.

Процесс характерный для долговременной памяти с сознательным доступом. Может быть полным или частичным, длительным или временным.

Факторы забывания:

- Время;
- Характер деятельности;
- Степень активности используемой информации;
- Работа защитных механизмов психики.