

# ПОНЯТИЕ О ВНИМАНИИ



# ПЛАН:

1. Понятие о внимании
2. Виды и свойства внимания
3. Развитие внимания в дошкольном возрасте

# 1. ВНИМАНИЕ И ЕГО ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

**Внимание** — это направленность и сосредоточенность сознания на определенных объектах или определенной деятельности при отвлечении от всего остального.

***Первоначальная форма внимания*** — ориентировочный рефлекс, или, как его назвал И. П. Павлов, рефлекс «***что такое?***», который является реакцией на все новое, неожиданное, неизвестное.



**Каждый новый раздражитель вызывает ориентировочный рефлекс «Что такое?» Все другие рефлексы при этом временно тормозятся.**

В зависимости от характера объекта, на который направлено внимание человека, различают:

- *внешнее;*
- *внутреннее внимание.*

*Внешнее внимание* — внимание, направленное на окружающие нас предметы и явления.



*Внутреннее внимание* — внимание, направленное на собственные мысли, чувства и переживания.



Внимание имеет внешнее выражение, проявляющееся в ряде активных приспособительных движений для лучшего восприятия объекта.



## 2. ВИДЫ И СВОЙСТВА ВНИМАНИЯ

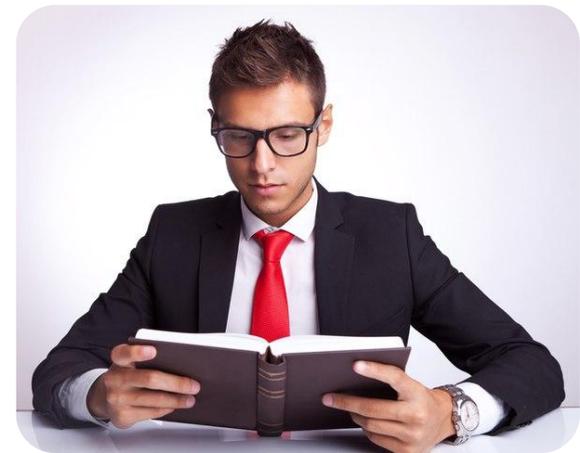
### *ВИДЫ ВНИМАНИЯ:*

- непроизвольное (непреднамеренное);
- произвольное (преднамеренное);
- слепопроизвольное.

*Непроизвольное внимание* в его своеобразных формах свойственно и животным.



*Произвольное внимание* — специфически человеческая форма внимания, исторически оно возникло в трудовой деятельности человека.



Внимание, возникающее без всякого намерения человека, без заранее поставленной цели, не требующее волевых усилий, называют *непроизвольным*.



# К ОСОБЕННОСТЯМ ДЕЙСТВУЮЩИХ НА ЧЕЛОВЕКА РАЗДРАЖИТЕЛЕЙ ОТНОСЯТСЯ:

1. Сила и неожиданность раздражителя;
2. Новизна, необычность, контрастность раздражителя;
3. Подвижность объекта, а также начало или, наоборот, прекращение действия раздражителя.

Внимание, возникающее вследствие сознательно поставленной цели и требующее определенных волевых усилий, называют *произвольным или преднамеренным*.



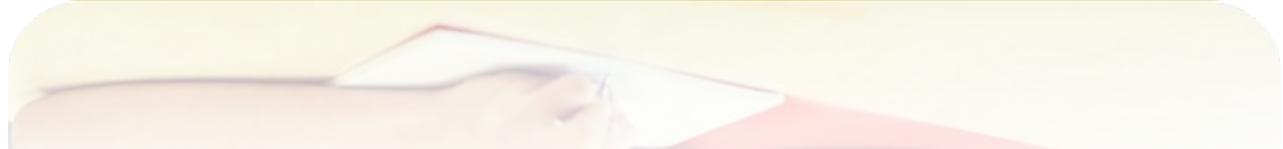
## УСЛОВИЯ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ УСТОЙЧИВОГО ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ У ЧЕЛОВЕКА

1. Осознание долга и обязанности в выполнении данной деятельности.
2. Отчетливое понимание конкретной задачи выполняемой деятельности.
3. Привычные условия работы.
4. Возникновение косвенных интересов.
5. Создание благоприятных условий для деятельности, т. е. исключение отрицательно действующих посторонних раздражителей.

Наблюдения и специальные исследования убеждают, что слабые побочные раздражители не снижают эффективности работы, а улучшают ее. Легкий шум, который доносится в комнату, шорохи листьев, тиканье часов и другие слабые звуки не только не разрушают внимания, но иногда даже усиливают его.



*Послепроизвольное внимание* возникает на основе произвольного внимания, после него.



# *СВОЙСТВА ВНИМАНИЯ*

- сосредоточенность;
- устойчивость;
- объем;
- распределение;
- переключение.

*Сосредоточенность внимания* — это удержание внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального.

Ребёнок мастерит модель. Он полностью поглощён делом, не отвлекается ни на минуту, не замечает, как течёт время, не реагирует на телефонные звонки, его можно окликнуть, позвать обедать — он не отвечает, а порой даже и не слышит. В этом случае говорят о большой силе его сосредоточенного внимания.

**Красный. Зеленый. Синий.**  
**Желтый. Фиолетовый.**

**Оранжевый.**

**Коричневый. Красный.**

**Черный.**

**Зеленый. Голубой. Желтый**  
**. Коричневый. Синий.**

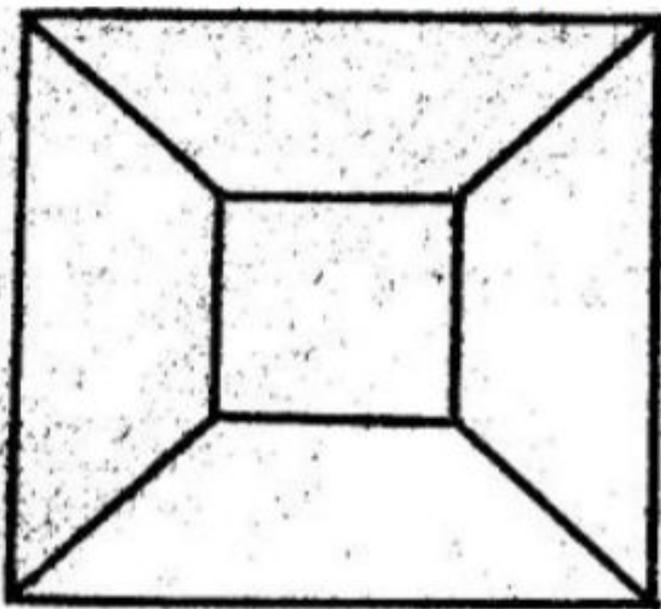
*Устойчивость внимания* — это длительное удержание внимания на предмете или какой-либо деятельности.

*Возникает вопрос: сколько времени может непрерывно поддерживаться внимание на одном объекте?*

Все зависит от двух обстоятельств:

- во-первых, от того, подвижен или нет, изменяется, или нет сам объект;
- во-вторых, от того, активную или пассивную роль играет при этом человек.

На неподвижном, неизменяющемся объекте пассивное внимание сохраняется примерно 5 секунд, после чего начинает отвлекаться.



Изображена усеченная пирамида, но мы видим ее то обращенной вершиной к нам, то уходящей вглубь. Такие двойственные изображения объясняются *периодическими колебаниями внимания*.

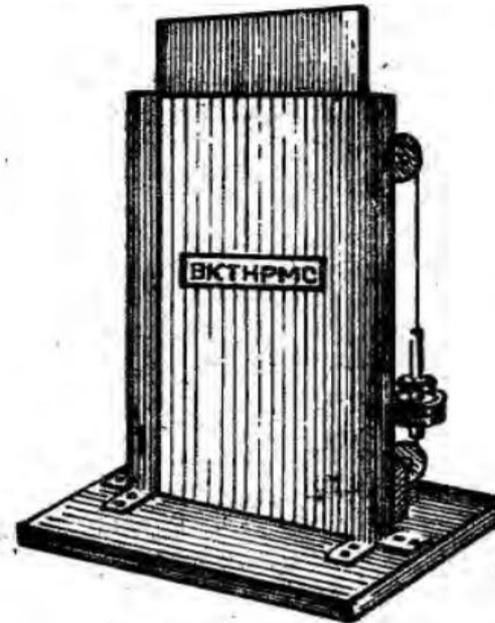
Если человек активно действует с объектом (например, не просто пассивно смотрит в одну точку географической карты, а изучает рельеф и ландшафт какого-либо района по карте), то устойчивое внимание может сохраняться 15—20 минут. Дальше могут следовать кратковременные отвлечения (на несколько секунд), дающие возможность маленького перерыва в сосредоточенности.



*Объем внимания* — это количество объектов, которые воспринимаются одновременно с достаточной ясностью, т. е. охватываются вниманием одновременно.

*Указание на одномоментность здесь важно, потому что наше внимание обычно может очень быстро переходить от одного объекта к другому, что создает иллюзию большого объема внимания.*

Для определения объема внимания пользуются специальными приборами — *тахистоскопами* (от греческих слов «тахистос» — быстрее и «скопео» — смотрю) которые дают возможность показать человеку несколько объектов (букв, геометрических фигур, знаков) на 0,1 секунды (чтобы внимание не успело переключиться с одного объекта на другой)



*Распределение внимания* — это одновременное внимание к двум или нескольким объектам при одновременном выполнении действий с ними или наблюдении за ними. Другими словами, это умение одновременно выполнять две (или более) различные деятельности.

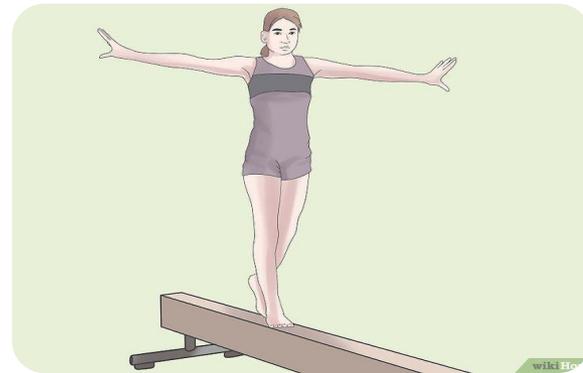


*При каких условиях две работы могут успешно выполняться в одно и то же время?*

Только в том случае, если обе деятельности или, по крайней мере, одна из них настолько освоена, привычна, легка, что не требует сосредоточенного внимания, выполняется человеком очень свободно, лишь незначительно контролируется и регулируется им.

## Опыт:

Нетренированному человеку предлагали идти по гимнастическому бревну, сохраняя равновесие и устойчивость, и одновременно решать простую арифметическую задачу. Совместить эти два действия не удавалось. Решая задачу, человек терял равновесие и падал с бревна, а сохраняя равновесие, он не мог решать задачу. Однако опытная гимнастка — мастер спорта — свободно выполнит такое задание.



*Переключение внимания* — это перемещение внимания с одного объекта на другой или с одной деятельности на другую в связи с постановкой новой задачи.

*Трудно назвать деятельность, которая не требовала бы такого переключения. Ведь, как мы уже отмечали, объем внимания человека не очень велик. И только способность переключать внимание дает ему возможность познавать окружающий мир во всем его многообразии.*

# 3. РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Особенности развития внимания в дошкольном возрасте:

- значительно возрастает его концентрация, объем и устойчивость;
- складываются элементы произвольности в управлении вниманием на основе развития речи, познавательных интересов;
- внимание становится опосредованным;
- появляются элементы слепопроизвольного внимания.