

# ВНИМАНИЕ

- это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности.

Физиологическая основа внимания - общая активация деятельности мозга, обеспечивающая переход от сна к бодрствованию и от пассивного бодрствования к активному бодрствованию, активация, связанная с возбуждением ретикулярной формации, которая повышает и тонус коры больших полушарий головного мозга.

# Функции внимания

устойчивость,

концентрация

распределение

переключаемость

предметность.

Устойчивость — это длительность привлечения внимания к одному и тому же объекту или к одной и той же задаче.

- Устойчивость, определяемая периферическими факторами, не превышает 2—3 секунд, после чего внимание начинает колебаться.
- Устойчивость центрального внимания может составлять значительно больший интервал — до нескольких минут.
- Длительность привлечения центрального внимания зависит от возможности постоянно открывать в объекте новое содержание.

Концентрация определяется единством двух важных факторов: повышением интенсивности сигнала при ограниченности поля восприятия.

Концентрация является следствием возбуждения в доминантном очаге при одновременном торможении остальных зон коры головного мозга.

Распределение - субъективно переживаемая способность человека удерживать в центре внимания определенное число разнородных объектов одновременно.

Это качество дает возможность совершать сразу несколько действий, сохраняя их в поле внимания

# Еще работами Вундта показано,

что человек не может сосредоточить  
внимание на двух одновременно  
предъявляемых раздражителях,  
распределение внимания фактически  
осуществляется быстрым его переносом

Переключаемость определяется скоростью перехода от одного вида деятельности к другому.

Перевод внимания с одного на другое всегда сопровождается некоторым нервным напряжением, которое реализуется волевым усилием.

# До 10 месяцев ребенок

способен лишь к непроизвольному вниманию, его глаза останавливаются на блестящих, ярких предметах и знакомых лицах.

Внешне внимание у ребенка проявляется во временной задержке дыхания и ограничении движений, в заторможенности, которая служит для подготовки к действию.

# После 10 месяцев развивается произвольное внимание

Когда мать называет предмет и указывает на него ребенку жестом, тем самым выделяя его из среды, происходит перестройка внимания ребенка. Оно перестает подчиняться только естественным ориентировочным реакциям, которые управляются либо новизной, либо силой раздражителя, и начинает подчиняться речи или жесту

# Произвольное внимание и направляется на торможение ненужных движений.

Максимальная длительность одной игры:

- у полугодовалого ребенка составляет всего 14 минут,
- к шести годам она возрастает до полутора часов.

Концентрация внимания:

- в три года за 10 минут игры ребенок отвлекается в среднем 4 раза,
- в шесть лет — всего один раз

## Различные свойства внимания достигают своего расцвета не одновременно.

- Оптимум объема внимания относится к 33 годам,
- Наименьший объем наблюдается в период с 18 до 21 года.
- Наилучшая избирательность внимания достигается к 33 годам.
- Максимум переключательной способности внимания приходится на 29 лет.
- Устойчивость внимания достигает оптимума в 34 года.

# Произвольное внимание

благодаря этому виду внимания выбор содержания, порядок обследования и способ контроля организуются человеком, исходя из объективных требований задачи

Произвольное внимание - социально

# Развитие произвольного внимания

- На ранних фазах развития функция произвольного внимания разделена между двумя людьми — взрослым и ребенком.
- Взрослый выделяет объект из среды, указывая на него жестом или обозначая его словом.
- Ребенок отвечает на этот сигнал, фиксируя взглядом названный предмет или схватывая его.
- Когда у ребенка развивается собственная речь, он может сам назвать предмет, таким образом произвольно выделить его из остальной среды.
- В 2— 2,5 года простая речевая инструкция взрослого отчетливо направляет поведение ребенка.

# Факторы, привлекающие внимание:

## внешние

- интенсивность
- физические характеристики сигналов

## внутренние

- актуальность
- новизна
- соответствие потребностям человека
- соответствие его эмоциональному настрою.

- Управление вниманием связано с умением управлять движением. Кто не умеет управлять мускулатурой, не способен и к вниманию.
- Опыты доказывают антагонизм между большой подвижностью и концентрацией внимания.
- Способность сосредоточиться, сконцентрировать внимание предполагает активное торможение всех посторонних движений, благодаря этому восприятие нужного объекта становится более ясным и отчетливым.

Умение устранять лишние движения позволяет расширить поле внимания