

# **ТВЕРСКОЕ СУВОРОВСКОЕ ВОЕННОЕ УЧИЛИЩЕ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

---

**УЧЕБНЫЙ ОТДЕЛ**



**КАК БЫТЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМ?**

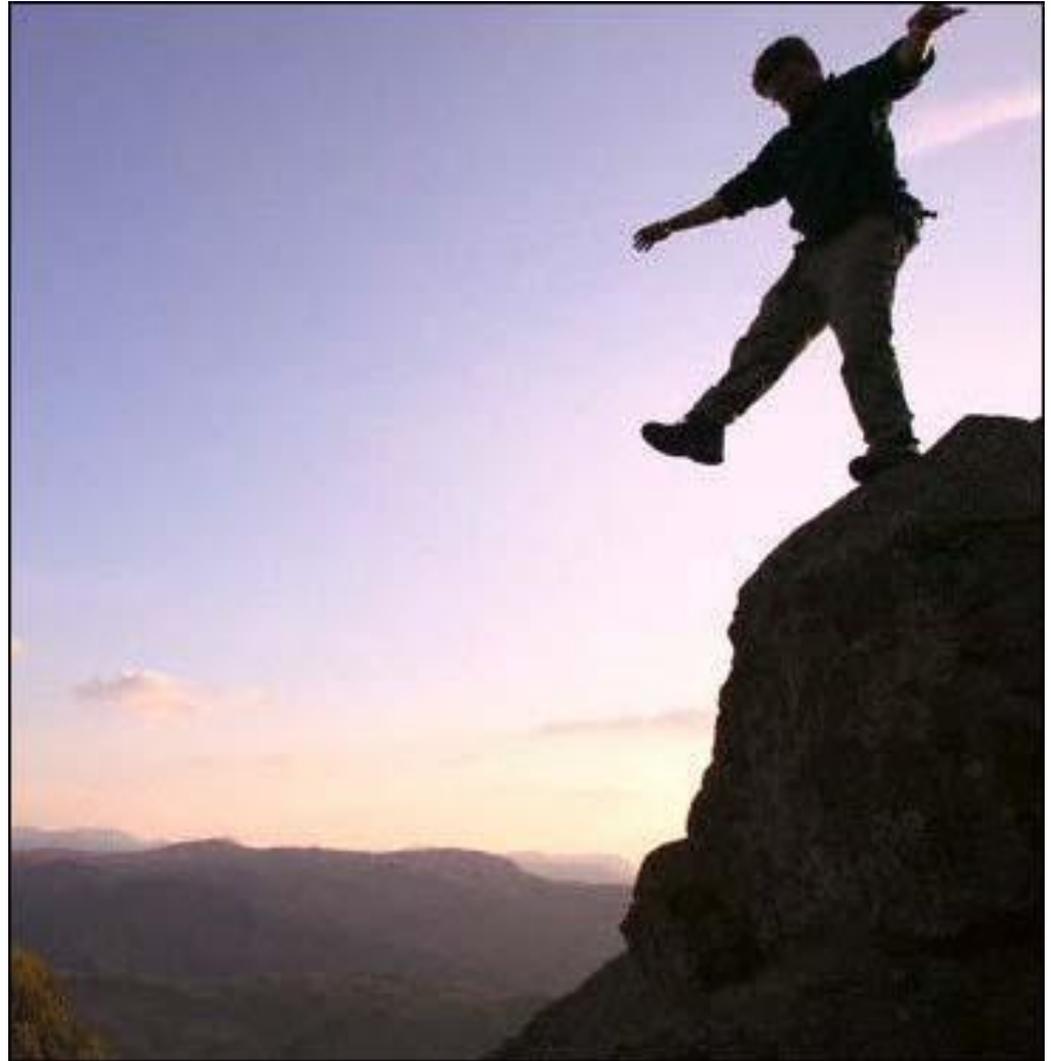
Педагог-психолог  
О. Французова

Тверь 2014

# ВНИМАНИЕ

***Внимание – это направленность и сосредоточенность сознания, предполагающее повышение уровня сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности индивида.***

Внимание способствует организованному и целенаправленному отбору поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями.



# Виды внимания по характеру активности

- ❖ **Непроизвольное внимание** возникает в силу особенностей раздражителей
- ❖ **Произвольное внимание** – это сознательно направляемое и регулируемое сосредоточение.
- ❖ **Послепроизвольное внимание** возникает, если в целенаправленной деятельности для личности интересным и значимым становятся не только результат, но сам процесс и содержание деятельности.



## Свойства внимания

- **Объем внимания**
- **Устойчивость**
- **Сосредоточенность**
- **Переключаемость**  
(гибкость)
- **Распределение**
- **Избирательность**
- **Предметность**  
(концентрация)



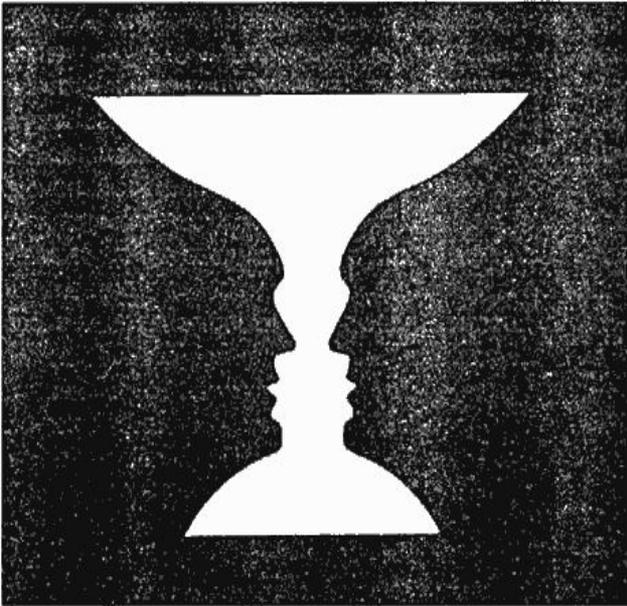


## Факторы, способствующие привлечению внимания

- ❖ *Изменение характеристики объектов*
- ❖ *Структурная организация деятельности*
- ❖ *Пробуждение интереса к объекту*









**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**