

Учебный курс «Введение в специальность»

**Внимание и память как
условие успешного
обучения.**

План

- **1. Внимание. Общая характеристика.**
- **2. Виды внимания.**
- **3. Свойства внимания.**
- **4. Тренировка внимания.**
- **5. Память. Общая характеристика.**
- **6. Виды памяти.**
- **7. Мнемоника и мнемотехника.**

Внимание. Определение.

Среди психических явлений особое место занимает внимание: оно не является самостоятельным психическим процессом и не относится к свойствам личности.

Внимание является неотъемлемой частью психических процессов, характеризует динамику их протекания.

продолжение

Факторы, способствующие привлечению внимания:

- ● характер раздражения (сила, новизна, контраст и т. п.)
 - ● структурная организация деятельности (объединенные объекты воспринимаются легче, чем беспорядочные, разбросанные)
 - ● отношение раздражителя к потребностям (внимание, прежде всего, привлекает то, что соответствует потребностям).

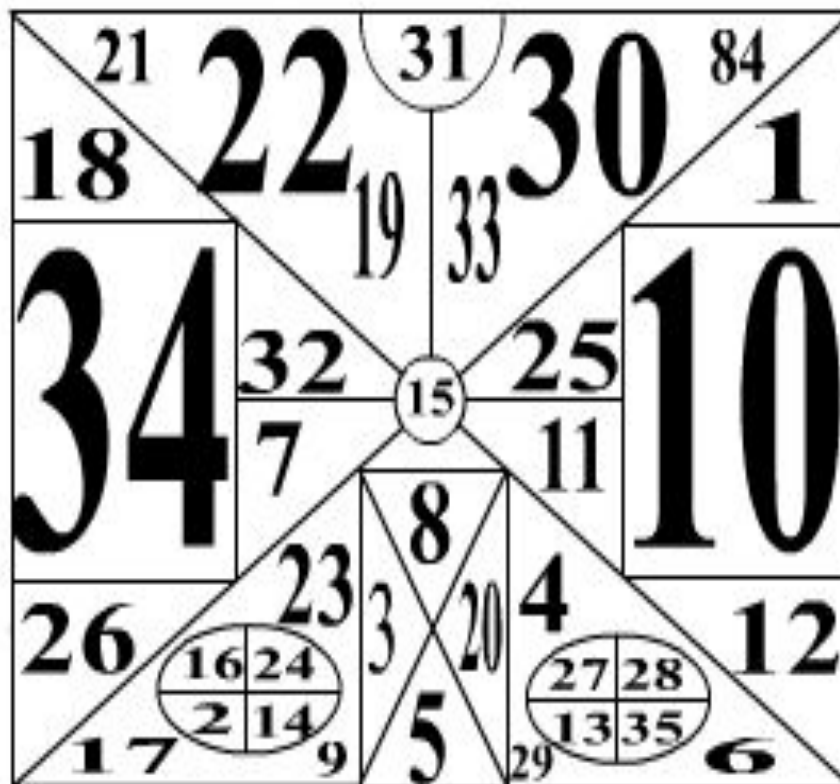
Свойства внимания

- • объем внимания — количество объектов, которые могут быть охвачены вниманием одновременно;
- • распределение внимания — возможность удерживать в сфере внимания одновременно несколько объектов;
- • устойчивость внимания — длительность сосредоточения внимания на объекте;
- • переключение внимания — намеренный перенос внимания с одного объекта на другой (осознанность отличает переключение внимания от отвлечения внимания);
- • концентрация внимания — степень сосредоточенности внимания на объекте.

Упражнение «Мы воспринимаем не то, что видим».

По результатам исследований одонго английского университета, не имеет значения, в каком порядке распознается буква в слове. Галвоне, чтобы преодолеть и поочередно буквы были на слове. Остальные буквы могут следовать в любом беспорядке, все равно текст читается без проблем. При этом это является то, что мы не читаем каждую букву по отдельности, а все слово целиком

Считайте числа от 1 до 35 и обратно



Упражнение «Мы воспринимаем не то, что видим».

94ННОЗ СООБЩЕНИЯ ПОКАЗЫВАЮТ, КАКИЕ
УЧЕНИТЕЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ МОЖНО
НАШ РАЗУМ! ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ!
СНАЧАЛА ЭТО БЫЛО ТРУДНО, НО СЕЙЧАС
НА ЭТОЙ СТРОКЕ НАШ РАЗУМ ЧИТАЕТ ЭТО
4870М47НЧЗСКН, НЗ ЗАДУМАЯСЬ ОБ
ЭТОМ.



Память. Общая характеристика.

Память — форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта.

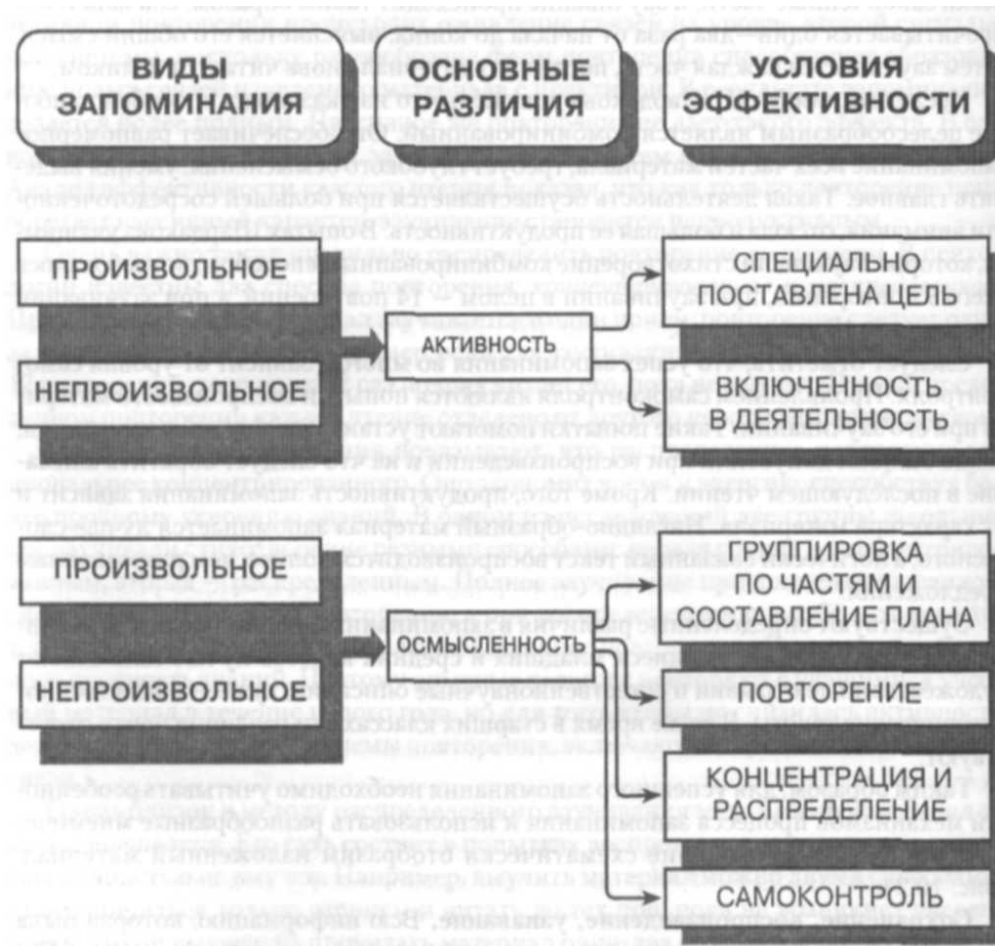
Традиционно память изучают в системе познавательных процессов, но она лежит в основе любого психологического явления.



Основные процессы памяти

- **Запоминание**
- **Сохранение**
- **Узнавание**
- **Воспроизведение**
- **Забывание**

Механизмы запоминания



Виды памяти





Тренировка памяти

Мнемоника – это искусство запоминания.

Мнемотехника – это приемы и методы запоминания.

продолжение

Метод сочинения истории помогает запомнить не связанные друг с другом слова. **К примеру:**

- ***Ананас;***
- ***Барабан;***
- ***Крокодил;***
- ***Вентилятор;***
- ***Кирпич.***

Придумаем смешной рассказ про то как ананас играл на барабанах, крокодилу это не понравилось, он побежал к барабану, но вентилятор сдул его с пути, и крокодил ударился об кирпич.

продолжение

Приемы запоминания можно придумывать разные. Если количество букв в слове считать цифрой, то можно запомнить сложное длинное число. К примеру, корень из двух: 1,4142135623. Смешной стишок в этом поможет.

«Я Дуся, я дура, но я вот нашла корень из два».

Способы мнемотехники под названием **Рифмизация** помогают запомнить скучные законы по физике. «Тело, впернутое в воду, выпирает на свободу с силой выпертой воды телом, впернутым туды», так звучит закон Архимеда.

Рекомендуемая литература

1. 30 уроков развития внимания и памяти. - М.: Современная школа, изд-во Кузьма, 2017. - 487 с
2. Белых, В. А. Наблюдалки. Игры и упражнения для развития внимания / В.А. Белых. - М.: Феникс, 2015. - 817 с.
3. Грэйс, Наталья Приемы развития памяти, внимания и речи / Наталья Грэйс. - М.: Питер, 2008. - 192 с.
4. Грюнинг, Христиан Лучшие техники скорочтения развития памяти и внимания. Как усвоить большой объем знаний. Учимся без стресса и лишних усилий / Христиан Грюнинг. - М.: АСТ, Астрель, 2011. - 192 с.
5. Маклаков Г.А. Общая психология. Учебник для вузов. СПб.: Питер, 2008. — 583 с: ил
6. Саймонс Д., Шабри К. «Невидимая горилла». М.: Карьера-Пресс, 2011