

A microscopic image of neurons, showing a dense network of cell bodies and branching processes. The neurons are stained in shades of teal and green, set against a dark background. A black rectangular box is overlaid on the center of the image, containing white text.

ЗАПОМНИТЬ ВСЁ,

*или как сделать
запоминание более
эффективным*

МЕХАНИЗМ ЗАПОМИНАНИЯ:

ВОСПРИЯТИЕ

```
graph TD; A[ВОСПРИЯТИЕ] --> B[ЗАПОМИНАНИЕ]; B --> C[ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ];
```

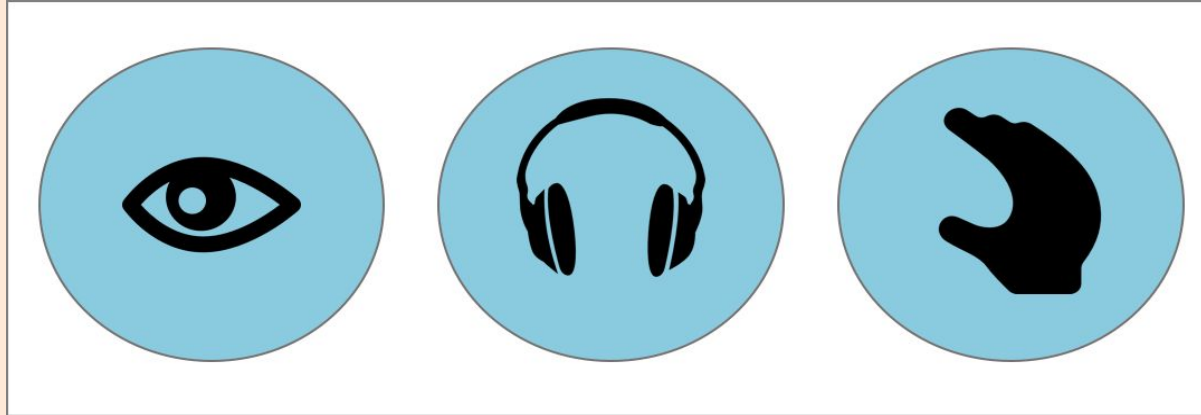
ЗАПОМИНАНИЕ

ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ

ВОСПРИЯТИЕ. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ



ВОСПРИЯТИЕ. ТИПЫ



Типы комбинируются:

- 1) зрительно-слуховой («помню, что слышал и что показывали»);
- 2) зрительно-моторный («помню, что показывали и как записывал»);
- 3) моторно-слуховой («помню, как записывал и что слышал»).

Упражнение: какой у Вас тип
восприятия?

*Мягкий на ощупь бархат

*Музыкант, играющий на скрипке

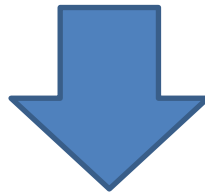
*Лекарство

*Взлетающий самолет

ВОСПРИЯТИЕ. ПРИНЦИП

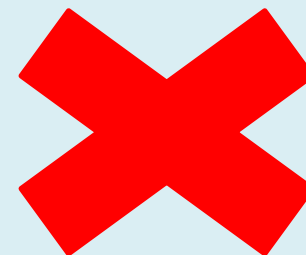
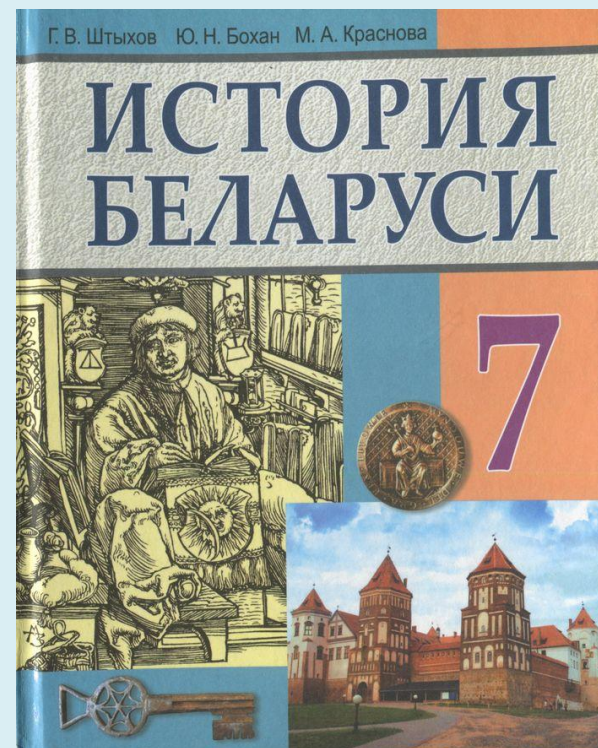
Восприятие всегда *связано* с нашим *прошлым* опытом и представлениями.

Знакомые образы и понятия запоминаются легче и быстрее, т.к. встраиваются в *уже существующую* информационную сеть.



ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

ВОСПРИЯТИЕ. ПРИНЦИП



ЗАПОМИНАНИЕ:

МЕХАНИЧЕСКОЕ

СМЫСЛОВОЕ

АССОЦИАТИВНОЕ

ЗАПОМИНАНИЕ ТЕКСТОВ



МНОГОКРАТНОЕ ПЕРЕЧИТЫВАНИЕ

1. НАЗВАНИЕ, ЗАГОЛОВКИ, ВОПРОСЫ

2. ПРОЧИТАТЬ И ПОНЯТЬ

~КОНСПЕКТИРОВАНИЕ~

Только осмысленное!

3. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ. СМЫСЛОВЫЕ
ЦЕНТРЫ

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ. СМЫСЛОВЫЕ ЦЕНТРЫ

Ключевые
слова и
сокращения

Вопросы

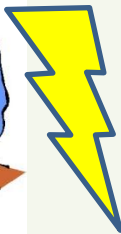
ЗАПОМИНАНИЕ ТЕКСТОВ



Гарадыча спецыяльнага культуры атрыманай керамікі каля н. Машынае Віцебскага раёна



IX-X



2)



4)



5)

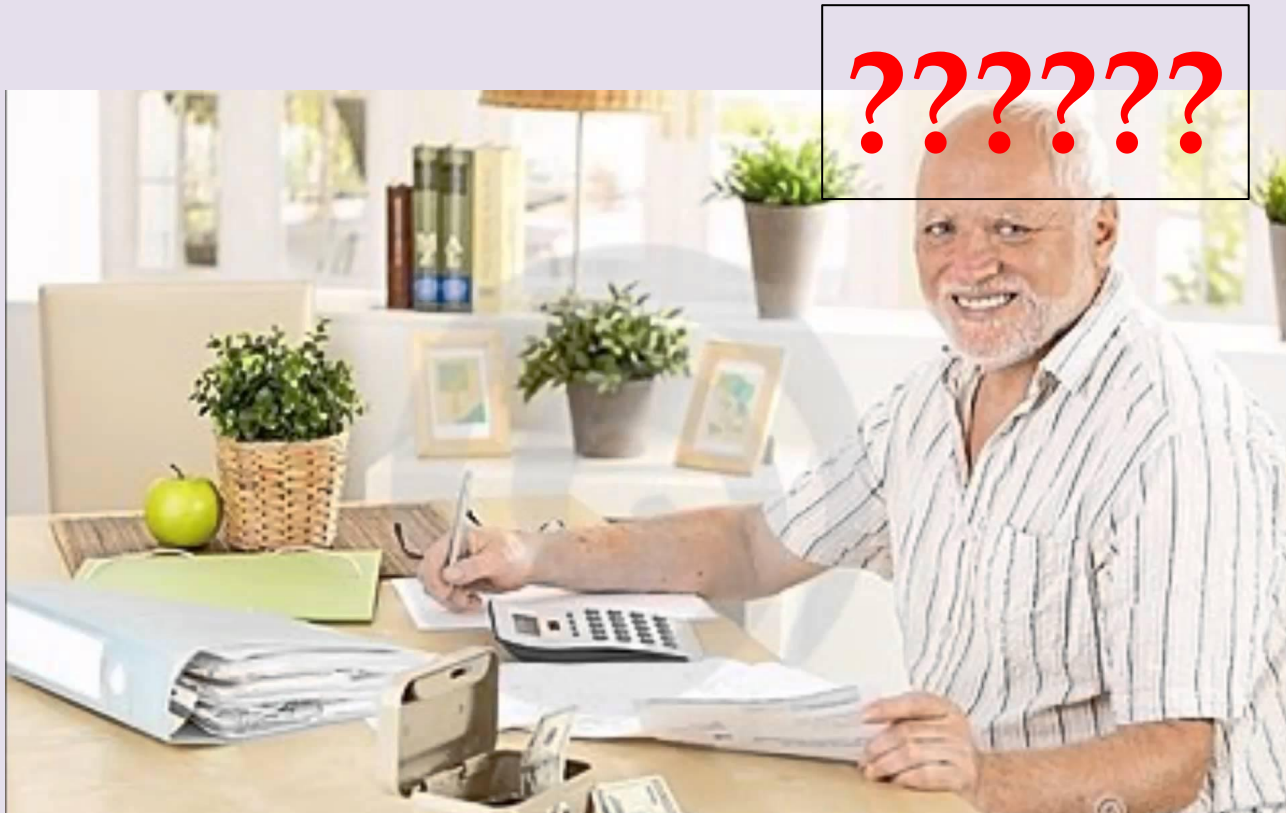


Горад -- умацаванае паселішча. Ва ўсходніх славян гарады пачалі ўзнікаць ў IX—X стст. **Асноўнымі прычынамі ўзнікнення гарадоў з'яўляюцца:** 1) аддзяленне рамяства ад земляробства; 2) канцэнтрацыя рамеснікаў у месцах, што былі набліжаны да крыніц неабходнай для іх заняткаў сыравіны; 3) развіццё абмену прадуктамі земляробства на рэчы, што выраблялі рамеснікі; 4) гандаль; 5) неабходнасць абароны ад знешніх нападаў.

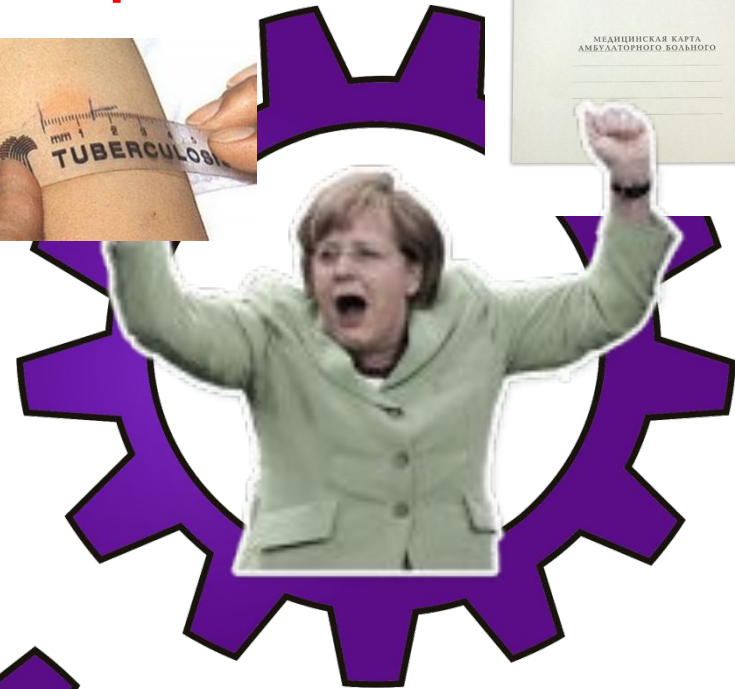
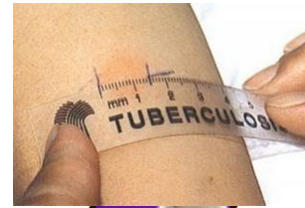
ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

ПРИНЦИП – СВЯЗЫВАНИЕ НОВОЙ ИНФОРМАЦИИ С УЖЕ СФОРМИРОВАННЫМИ ЗНАНИЯМИ И ПРЕДСТАВЛЕНИЯМИ.

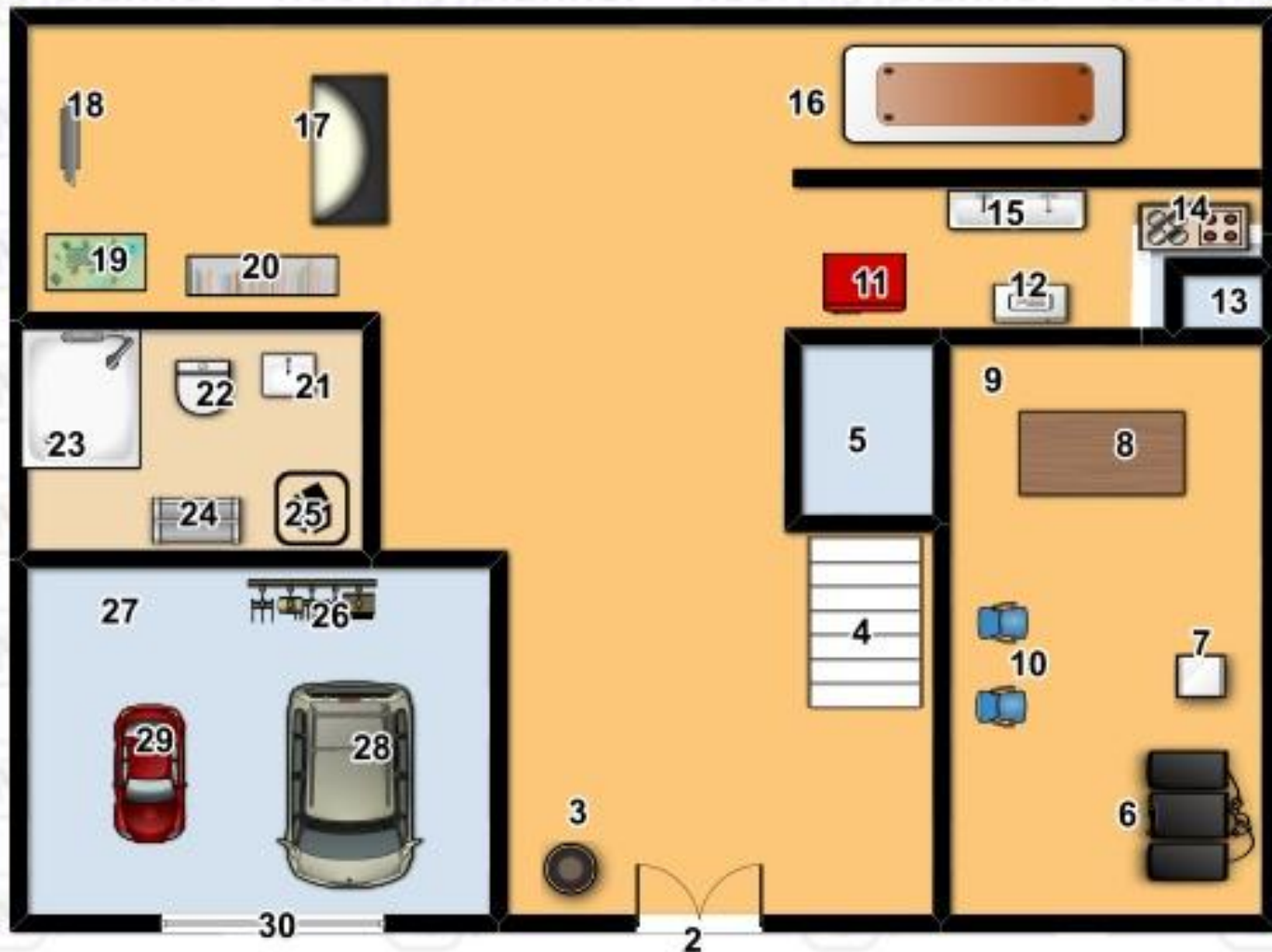
КАЖДОМУ СМЫСЛОВОМУ БЛОКУ – ОБРАЗ/КАРТИНКА.



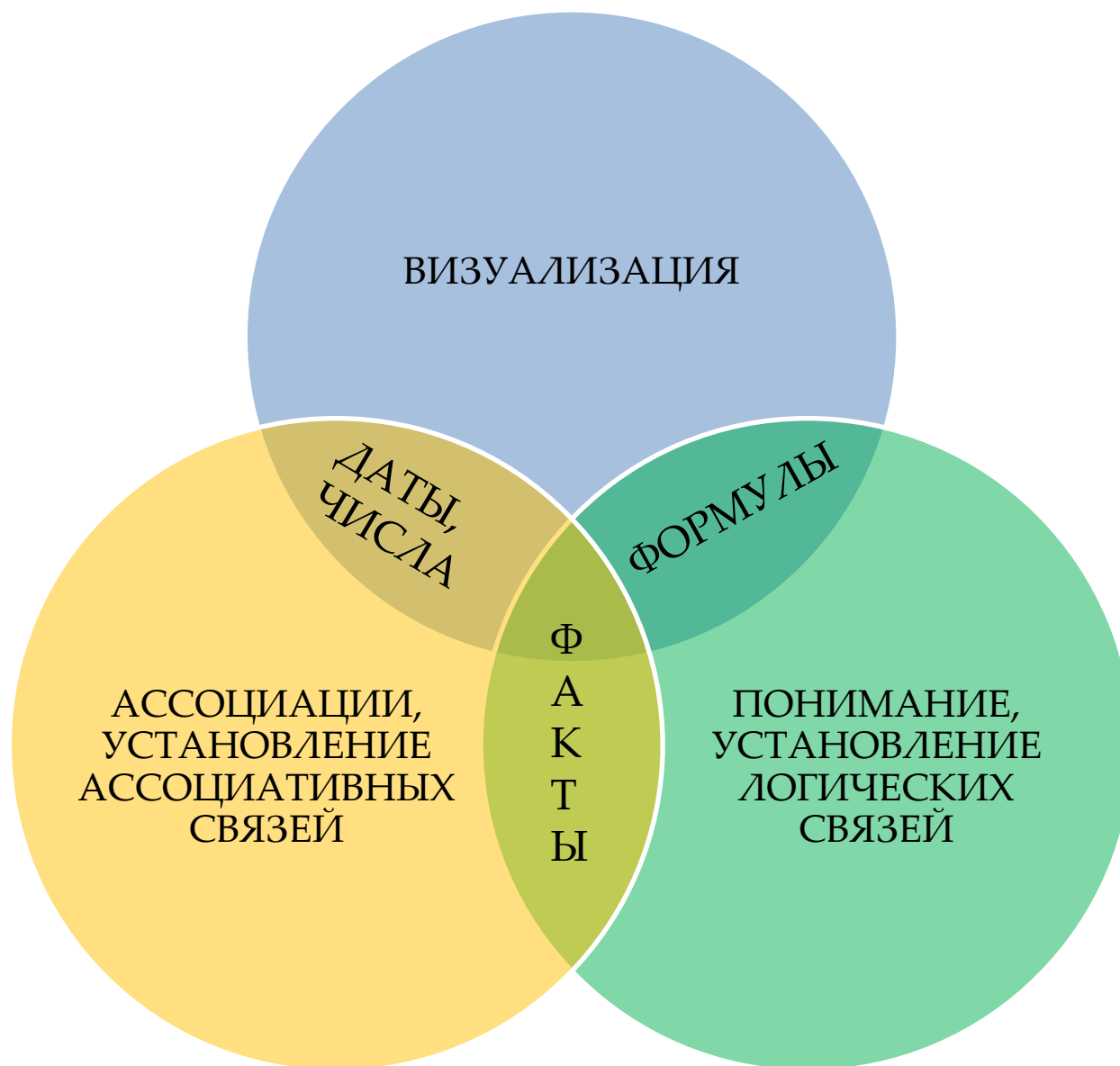
ВИЗУАЛИЗАЦИЯ



ВИЗУАЛИЗАЦИЯ. ЧЕРТОГИ РАЗУМА



ЗАПОМИНАНИЕ ДРУГИХ ВИДОВ ИНФОРМАЦИИ



ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ

Если мы можем **пересказать**, представить, объяснить информацию без существенных искажений — это значит, что она закреплена в нашей памяти.

ПРАКТИЧЕСКИ ВСЮ ИЗУЧАЕМУЮ ИНФОРМАЦИЮ МЫ ЗАБЫВАЕМ, И ЭТО НОРМА!

«Кривая Эббингауза»:

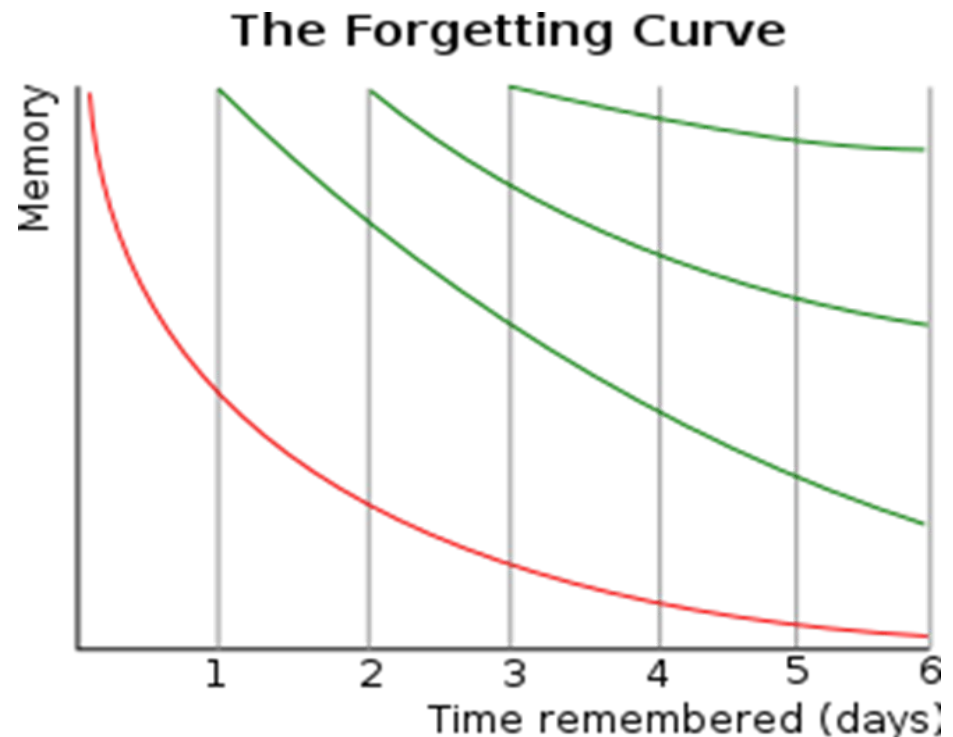
20 мин– теряется **40 %**
полученной информации

1 ч — **55%**

1 д — **70%**

1 н — **77%**

1 м — **80%**



ПОВТОРЕНИЕ

Если есть два дня:

первое повторение — сразу по **окончании** чтения;

второе повторение — через **20 минут** после первого повторения;

третье повторение — через **8 часов** после второго;

четвёртое повторение — через **24 часа** после третьего.

Если нужно помнить очень долго:

первое повторение — сразу по **окончании** чтения;

второе повторение — через **20—30 минут** после первого повторения;

третье повторение — через **1 день** после второго;

четвёртое повторение — через **2—3 недели** после третьего;

пятое повторение — через **2—3 месяца** после четвёртого повторения.



Windows,
Mac OS X,
Linux,
AnkiMobile (для
iOS)
AnkiWeb

AnkiDroid	
На сегодня 450 карточе...	
английский	0 2 43
введение в право	0 0 13
глобализация	0 0 3
государство	0 0 11
гражданское право	0 0 16
дем. и рег. политика Беларуси	0 5 23
демография	0 0 2
избирательное право	0 0 4
история	0 0 38
конституция	7



...И ЕЩЁ НЕМНОГО О ВОСПРОИЗВЕДЕНИИ

*ТЕСТИРОВАНИЕ

*ВОПРОСЫ В УЧЕБНИКЕ

*ПЕРЕД ПРОВЕРКОЙ ЗНАНИЙ НЕ ПРОСМАТРИВАЙТЕ
ИНФОРМАЦИЮ, А ВОСПРОИЗВОДИТЕ

*ИЩИТЕ **ПРАКТИЧЕСКОЕ** ПРИМЕНЕНИЕ
СВОИМ ЗНАНИЯМ И **ВОЗМОЖНОСТЬ**
ВОСПРОИЗВЕДЕНИЯ В ПОВСЕДНЕВНОЙ
ЖИЗНИ!