Память и основная методика запоминания информации.

Содержание презентации

- Что такое память?
- Из чего состоит память?
- Как работает память?
- Методика развития память

Что такое память?

Память – это психическая функция и один из видов умственной деятельности. Ее задача – накапливать, хранить и затем в нужный момент воспроизводить в сознании хранящиеся в ней знания, навыки, опыт, впечатления.

Основные компоненты памяти

Запоминание

Хранение

Воспроизведение

Забывание

Как работает память?

Самое главное понять одну очень важную вещь – вся поступающая в наш мозг информация – остается в нашей памяти. Наш мозг запоминает абсолютно все, но помним мы в основном только то, что запечатлелось в нашем сознании, тогда как львиная доля получаемой нами информации уходит в глубины нашего подсознания и может быть нами поднята в памяти только в самых исключительных случаях. А что мы с вами запоминаем лучше всего? Что мы можем и что мы должны запоминать лучше всего?

Метод римской комнаты [Метод Цицерона]

1. Создаем матрицу или опорные [основные] образы
2. Закрепляем матрицу.
3. Привязка.
4. Правила запоминания.

Литература

1. Психология Человека: Статья Максима Власова [Электронный ресурс] – URL: https://psichel.ru/razvitie-pamyati/

2. Книга Джошуа Фоера «Эйнштейн гуляет по Луне. Наука и искусство запоминания» [Электронный ресурс] – URL: https://www.litmir.me/br/?b=177158&p=1

Спасибо за внимание!