



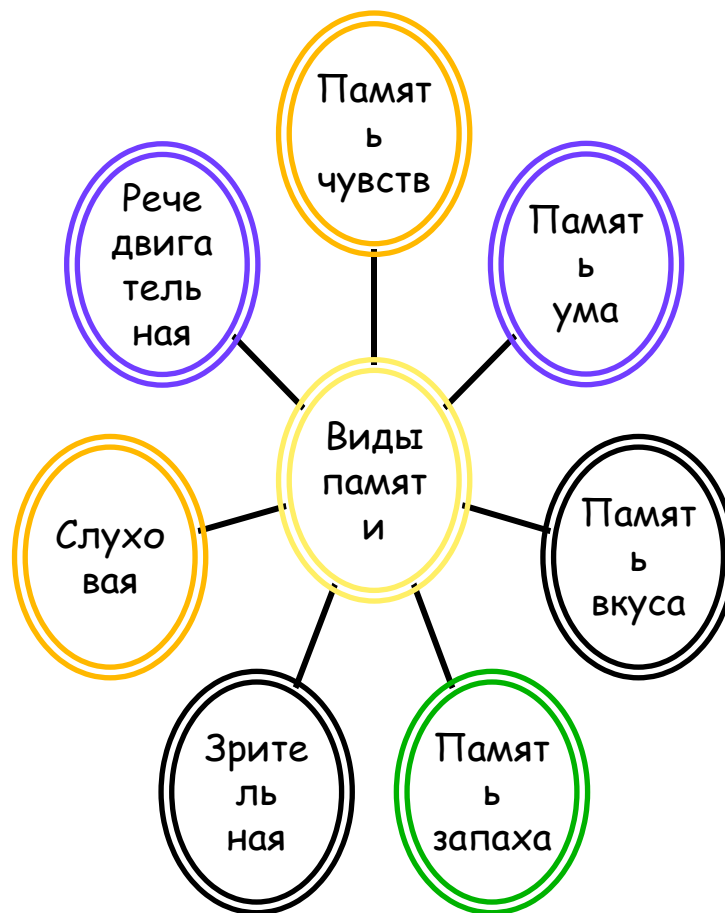
# Способы запоминания

## Родительское собрание

Составитель: педагог-психолог Нуртдинова О.А.



# Память бывает разная:



В зависимости от продолжительности  
закрепления и сохранения  
Информации память делят на 3 вида:

Сенсорная

Кратковременная

Долговременная



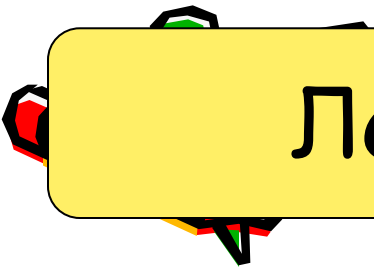
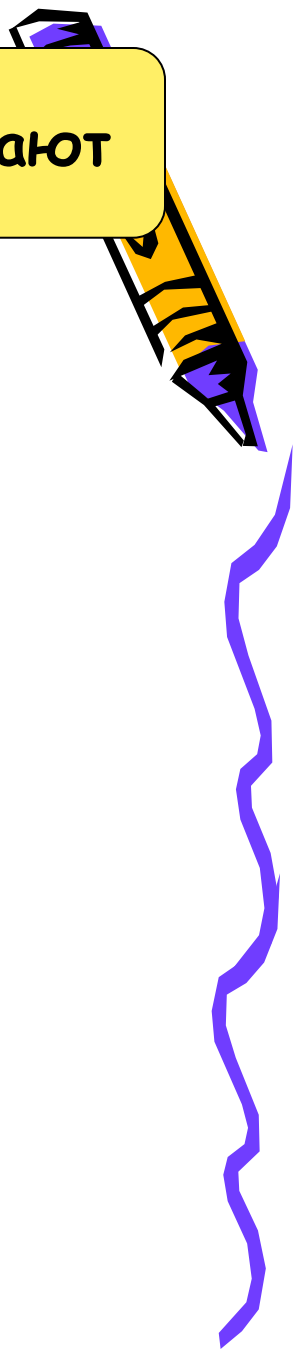
В зависимости от того,  
какие ощущения преобладают  
говорят о памяти

Зрительной

Слуховой

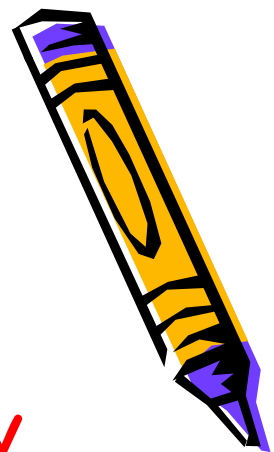
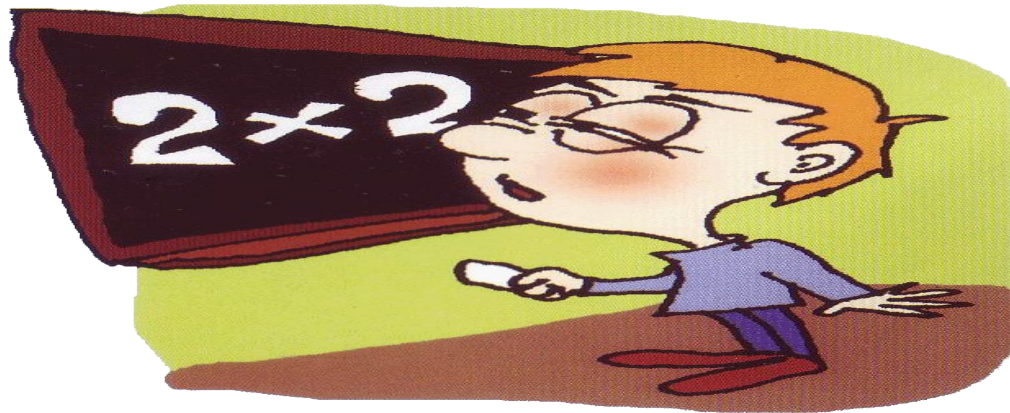
Эмоциональной

Логической



# Для развития зрительно - моторной и зрительной памяти

- ◆ необходимо организовать **работу по образцу** (списывание с доски, работа с прописями, с последующим продолжением по памяти)

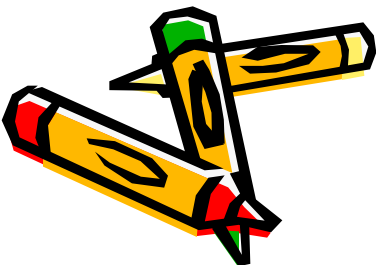


# Для развития слуховой памяти

- ◆ необходима работа **по словесной инструкции** с указанием порядка выполнения задания: написание под диктовку элементов букв, рисование под диктовку геометрических узоров по клеточкам и т.п.;

# Для развития логической памяти

- ◆ необходимо запоминать последовательности слов, которые могут быть объединены в смысловые группировки, последовательности действий в сюжетных рассказах и т.д.





## Несколько советов для лучшего запоминания:



- **Чаще всего человек владеет хорошо лишь одним из типов памяти (зрительной, слуховой, моторной). Разные виды памяти компенсируют друг друга.**



- Эмоциональная окраска материала способствует его запоминанию.
- Необходима цель, личностный смысл для запоминания. Запоминание без цели, Без личного смысла – это стрельба в пустоту.
- Для успешного запоминания необходима установка на запоминание и даже на длительность хранения.
- Важен род занятий до и после работы с материалом





Можно ли улучшить  
природу и силу  
человеческой памяти?



## ПРАВИЛО:

Запоминается лучше тот материал,  
который логически связан между  
собой.



# СПОСОБ:

Для запоминания можно «рисовать» картинки, использовать ассоциации. При этом, чем абсурднее картинка, чем более эмоционально окрашена, тем лучше запоминается и воспроизводится.

Эмоциональная окраска материала способствует его запоминанию.



# СОН

Многочисленные эксперименты показали, что сон играет важную роль в воспроизведении следа памяти и, возможно, даже в самом запоминании.

Предполагается, что именно во сне происходит сортировка и, так сказать, укладка на полочки накопленной за день информации.

Только это должен быть здоровый, полноценный сон.





# СПОСОБ:

-для запоминания можно использовать рисунки. Рисунки при этом должны быть однозначными и отражать основные мысли того, что необходимо запомнить.



# Метод Цицерона

Перед своим выступлением в римском сенате он тренировался в произнесении речи у себя дома, переходя из одной комнаты в другую.

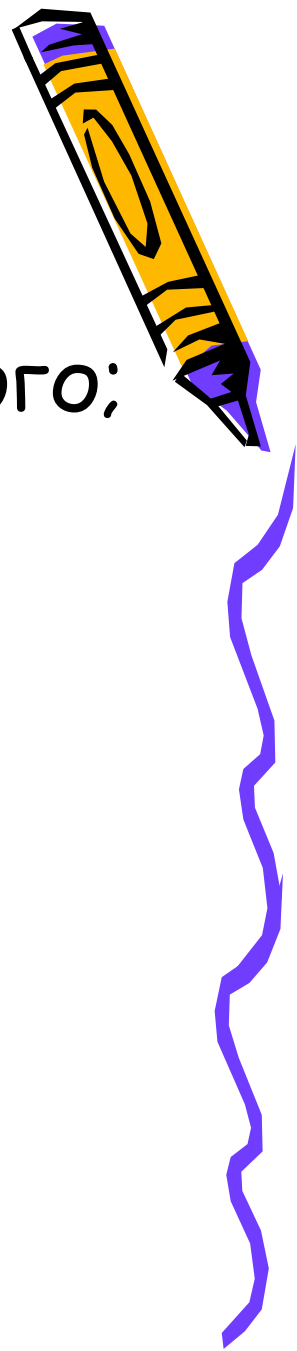


Всякий раз, когда при обдумывании речи он переходил к следующей мысли, он делал небольшую паузу и мысленно соединял соответствующий раздел речи с определенным уголком своего дома.



# Что же необходимо для лучшего запоминания:

- эмоциональная окраска заучиваемого;
- установка на запоминание;
- крепкая нервная система;
- полноценный, здоровый сон;
- организация материала;
- использование способов запоминания.



# Несколько советов для эффективной тренировки своей памяти



1. Усталость и утомление – враги памяти.

Хочешь хорошо запомнить заданный на дом материал, отдохни после школы, лучше на свежем воздухе.

2. Для лучшего запоминания нужны положительные эмоции, нужно хорошее настроение, при подготовке домашних заданий постарайся не думать о плохом. Если ты раздражен, взволнован, то сначала успокойся.

3. Постарайся избавиться от лени.

Лень – злейший враг  
памяти.

Для лучшего запоминания нужна готовность к восприятию, интерес.

