



Изучаем память

- Фалахутдинова Р.Н.
- ФКОУ В(С)ОШ №2 ГУФСИН России по Свердловской области

Память – это запоминание, сохранение и последующее воспроизведение его опыта.

Впечатления, которые человек получает об окружающем мире, оставляют определенный след, сохраняются, закрепляются, а при необходимости и возможности — воспроизводятся. Эти процессы называются памятью. «Без памяти, — писал С.Л. Рубинштейн, — мы были бы существами мгновения. Наше прошлое было бы мертво для будущего. Настоящее, по мере его протекания, безвозвратно исчезало бы в прошлом» .

Виды памяти и их особенности:

По характеру психической активности: двигательная, эмоциональная, образная, словесно-логическая;

По характеру целей деятельности: произвольная и произвольная;

По времени сохранения материала: мгновенная память; кратковременная память; оперативная память; долговременная память; генетическая память.

По преобладающему в процессах запоминания, сохранения и воспроизведения материала: двигательная, зрительная, слуховая, обонятельная, осязательная, эмоциональная и др.

Способы развития памяти у ШКОЛЬНИКОВ:

Задача учителя – формировать у учащихся определенные установки запоминания.

При выполнении домашнего задания использовать картинки, рисунки, схемы, таблицы; проговорить ответы вслух; читать текст вслух. Таким образом будут развиваться все типы памяти, намного легче запоминать школьный материал, отвечать на уроках.

Очень важно, чтобы ребёнок не заучивал материал, а понимал его.

Научить искать основные понятия в материале, которые помогут сориентироваться и быстро вспомнить весь материал.

Виды заданий для учебной работы:

Разминка на слух или со зрительной опорой или наглядной опорой, проверка результатов своего соседа, составление разминки самостоятельно по изученной теме или по новой теме,

Заполнение пропусков, составление аналогичного задания, сделать вывод на основе полученных данных или с помощью символов, установление соответствий, числовой диктант на слух, найди ошибку, установление закономерностей, выполнение всех действий в уме и т.д.

Примеры заданий на развитие памяти и внимания по географии.

Задание 1. Словесный диктант.

Тема: «Рельеф».

Закончить предложение

1. Молодая платформа.....
2. Молодые горы.....
3. Старые горы.....
4. Горы расположены в.....
5. Древний устойчивый участок земной коры.....

Задание 2. Цифровой диктант .

Тема: «Рельеф Африки»

Обозначить цифрами на карте.

1. Атлас
2. Драконовы горы
3. Капские горы
4. Килиманджаро
5. Эфиопские нагорье
6. Восточно - Африканское нагорье

Тема: «Чёрная и цветная металлургия РФ»

Найдите соответствие

Производство:

1. Алюминий
2. Медь
3. Цинк
4. Чёрная металлургия полного цикла
5. Никель

Города:

- А) Норильск
- Б) Братск
- В) Красноуральск
- Г) Дальнегорск
- Д) Нижний Тагил

Примеры заданий на развитие памяти по математике.

Задание 1. Тема: «Степень с натуральным показателем»

Записаны числа 9, 16, 25, 32, 64. Учащиеся в течение 40 секунд должны попытаться их запомнить. Затем числа закрываются, и учащимся предлагается ответить на вопросы, записав порядковый номер числа. Под каким номером стоит число, которое можно представить в виде степени как:

1. Степень с показателем 4;
2. Три в квадрате;
3. Степень, в которой одно и тоже число умножается само на себя 5 раз;
4. Куб некоторого числа или квадрат числа;
5. Степени, в которой основание и показатель различны, и если их поменять местами, то число останется тем же;
6. Степень с основанием 5.

Ответ: 214523

Задание 2. Тема: «Арифметическая прогрессия».

Задания на выявление 1) умения воспроизводить математическое содержание по памяти; 2) умения решать типовые задачи самостоятельно, воспроизводя по памяти способ решения.

1. Запишите формулы, которые надо использовать при решении следующих задач:

- 1) Найдите сумму десяти членов арифметической прогрессии, если первый член равен 5, десятый член равен 50.
- 2) Найдите сумму двадцати членов арифметической прогрессии: -23, -20.
- 3) В арифметической прогрессии первый член равен 20, разность равна 5. найдите двадцатый её член.
- 4) В арифметической прогрессии четвёртый член равен 1,7 и шестой член равен 3,2. Найдите пятый член.
- 5) Какой номер имеет член арифметической прогрессии, равный -21, если первый член прогрессии равен 4, а разность равна 3.

2. 1) Напишите формулу для нахождения двадцатого члена арифметической прогрессии.

2) известны шестой и седьмой члены арифметической прогрессии. Напишите формулу, с помощью которой можно найти разность.

Набор упражнений для развития памяти у подростков

Процедура 1.

Зачитываются слова. Испытуемые должны постараться запомнить их попарно. Затем читаются только первые слова каждой пары, а испытуемые записывают второе.

МАТЕРИАЛ: 1. курица - яйцо, ножницы - резать, лошадь - сено, книга - учить, бабочка - муха, щетка - зубы, барабан - пионер, снег - зима, петух - кричать, чернила - тетрадь, корова - молоко, паровоз - ехать, груша - компот, лампа - вечер.

2. жук - кресло, перо - вода, очки - ошибка, колокольчик - память, голубь - отец, лейка - трамвай, гребенка - ветер, сапоги - котел, замок - мать, спичка - овца, терка - море, салазки - завод, рыба - пожар, топор - кисель.

Процедура 2

"Закройте глаза и представьте соответствующие картинки, названия которых произнесут..."

1. Лев, нападающий на антилопу
2. Собака, виляющая хвостом
3. Муха в вашем супе
4. Миндальное печенье в коробке
5. Молния в темноте
6. Пятно на вашей любимой одежде
7. Бриллиант, сверкающий на солнце
8. Крик ужаса в ночи
9. Друг, ворующий деньги из вашего кошелька

"А теперь вспомните и запишите названия визуализированных картинок. Если вспомните 7-9 образов, упражнение выполнено успешно."

Процедура 3

"За 40 секунд постарайтесь запомнить 20 предлагаемых слов и их порядковые номера. Закройте текст, на листке бумаги напишите слова с их порядковыми номерами."

1. Украинец , 2. Экономика, 3. Каша, 4. Татуировка, 5. Нейтрон, 6. Любовь, 7. Ножницы, 8. Совесть, 9. Глина, 10. Словарь, 11. Масло, 12. Бумага, 13. Пирожное, 14. Логика, 15. Стандарт , 16. Глагол, 17. Прорыв, 18. Дезертир, 19. Свеча, 20. Вишня

Процедура 4

Повторение Процедуры 3, но с числами.

- 1) 43 6. 72 11. 37 16. 6; 2) 57 7. 15 12. 18 17. 78;
3) 12 8. 44 13. 87 18. 61
4) 33 9. 96 14. 56 19. 83; 5) 81 10. 7 15. 47 20. 73

Процедура 5

Зачитывают 10 слов. Нужно запомнившиеся слова в том же порядке, как они были предъявлены. Слова: утро, серебро, ребенок, река, север, вверх, капуста, стакан, школа, ботинок.

Процедура 6

Зачитываются ряды чисел. Нужно записать запомнившиеся числа. После этого вновь прочитывают ряды чисел и неправильно воспроизведенные по порядку и величине числа зачеркивают. Пропуск числа в ряду не считается ошибкой. Числовые ряды:

37 48 95

24 73 58 49

89 65 17 59 78

53 27 87 91 23 47

16 51 38 43 87 14 92

72 84 11 85 41 68 27 58

47 32 61 18 92 34 52 76 84

69 15 93 72 38 45 96 26 58 83

учащихся

Правила обращения с памятью:

Заучивать с желанием знать и помнить.

Ставь цель запомнить надолго.

Пользуйся смысловыми опорами.

Начинай повторять до того, как материал начал забываться.

Заучивай и повторяй небольшими дозами.

Лучше учить по одному часу семь дней, чем семь часов подряд семь дней.

После математики учи историю, после физики - литературу; память любит разнообразие.

Когда учишь, записывай, рисуй схемы, черти графики, изображай карикатуры, сравнивай.

Не учи стихи по столбикам. Короткие заучивай целиком, длинные разбивай на порции.

"Никогда не справляйся в книге, ежели что-нибудь забыл, а старайся сам припомнить" (Л.Н.Толстой)

Если получил задание во вторник, а отвечать надо в пятницу, не жди до четверга: выучи сразу, а накануне только повтори.

Изредка используй мнемотехнику.

Заключение

Память зависит от различных личностных характеристик: возраста, развития волевой, эмоциональной и интеллектуальной сфер.

содержание запоминаемого материала зависит от характерологических особенностей личности.

Память человека представляет собой, с одной стороны, сложную деятельность, результат которой определяется такими факторами, как мотивация, формирование и удержание намерения, выбор адекватного плана и состава операций, необходимых для его осуществления. С другой стороны, эти факторы высшего или второго порядка в качестве своей необходимой предпосылки требуют сохранности функции следообразования в виде первичной биологической способности мозга к приему и фиксации текущих впечатлений.