

Память



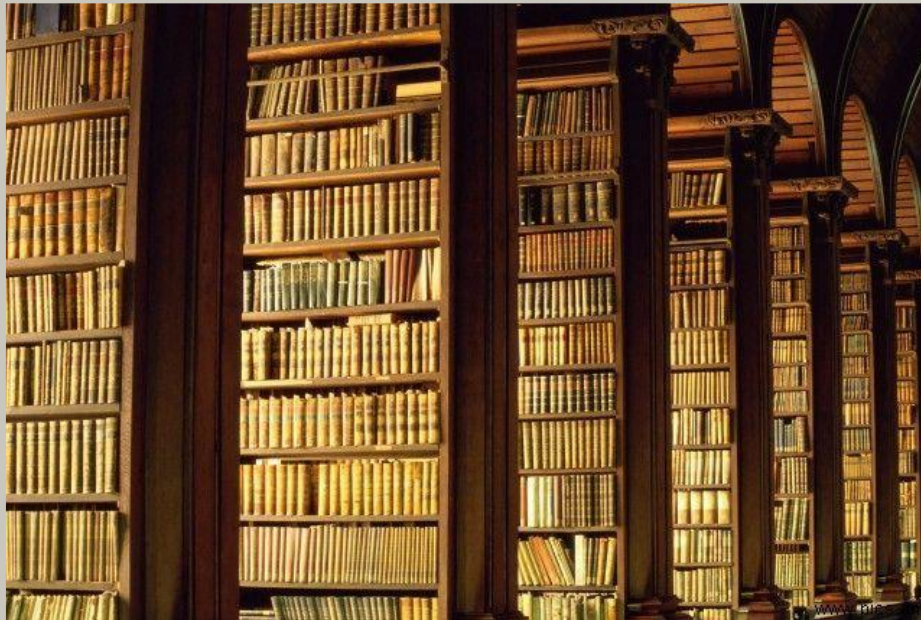
Содержани

е

- Введение
- Процессы памяти
- Классификация видов памяти
- Мнемотехнические приемы запоминания



Память — одна из психических функций и видов умственной деятельности, предназначенная сохранять, накапливать и воспроизводить



Способность длительно хранить информацию о событиях внешнего мира и реакциях организма и многократно использовать её в сфере сознания для организации последующей деятельности



Пионером в исследовании памяти человека считается Герман Эббингауз, ставивший эксперименты на себе (основной методикой было заучивание бессмысленных списков слов или слогов).



Процессы

Запоминание —

это процесс памяти, посредством которого происходит запечатление следов, ввод новых элементов ощущений, восприятие, мышления или



переживания в

Основу запоминания составляет связь материала со системой смыслом в одно целое. Установление смысловых связей ассоциативных — результат работы мышления над содержанием связей запоминаемого материала.



Процессы

памяти

Хранение — процесс накопления материала в структуре памяти, включающий его переработку и усвоение. Сохранение опыта дает возможность для обучения человека, развития его перцептивных (внутренних оценок, восприятия мира) процессов, мышления и речи.



Процессы

Воспроизведение и узнавание — процесс актуализации элементов прошлого опыта (образов, мыслей, чувств, движений). Простой формой воспроизведения является узнавание — опознание воспринимаемого объекта или явления как уже известного по прошлому опыту, установлением сходств между объектом и образом его в памяти.

Воспроизведение бывает произвольным и произвольным. При произвольном образ всплывает в сознании без усилий человека.



Процессы

Забывание — потеря возможности воспроизведения, а иногда даже узнавания ранее запомненного. Наиболее часто забывается то, что незначимо.



Забывание может быть частичным (воспроизведение не полностью или с ошибкой) и полным (невозможность воспроизведения и узнавания). Выделяют временное и длительное забывание.



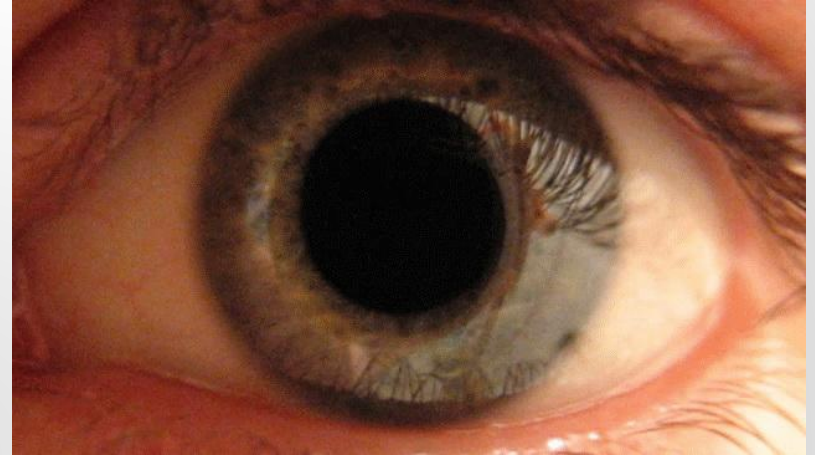
Классификация видов

памяти

Существуют различные

типологии памяти:

1. по сенсорной модальности — зрительная (визуальная) память, моторная (кинестетическая) память, звуковая (аудиальная) память, вкусовая память, болевая память;
2. по содержанию — образная память, моторная память, эмоциональная память;



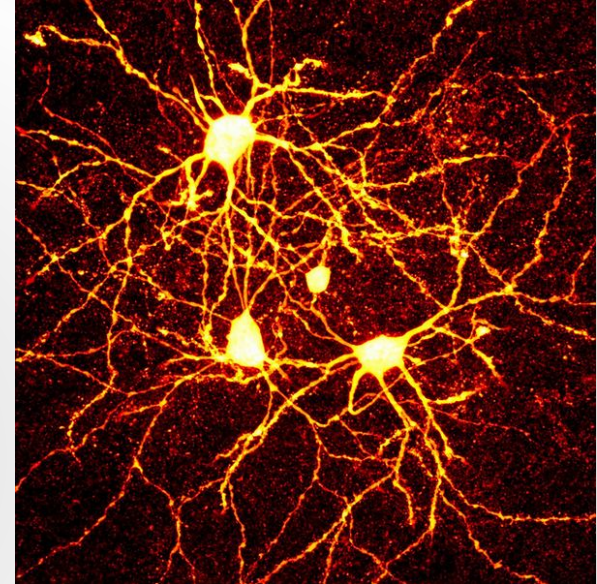
Классификация видов памяти

3. по организации запоминания — эпизодическая память, семантическая память, процедурная память;
4. по временным характеристикам — долговременная (декларативная) память, кратковременная память, ультракратковременная память;



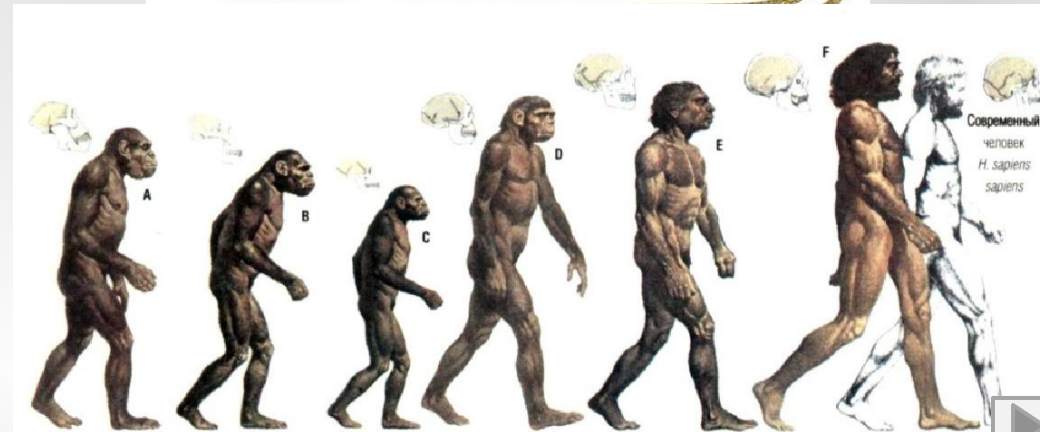
Классификация видов памяти

5. по физиологическим принципам — определяемая структурой связей нервных клеток (она же долговременная) и определяемая текущим потоком электрической активности нервных путей (она же кратковременная);
6. по наличию цели — произвольная и произвольная;



Классификация видов памяти

7. по наличию средств — опосредованная и непосредованная;
8. по уровню развития — моторная, эмоциональная, образная, словесно-логическая.



Мнемотехнические приёмы запоминания

Образование смысловых фраз из начальных букв
запоминаемой информации

Рифмизация



Мнемотехнические приёмы запоминания

Запоминание длинных терминов или иностранных слов с помощью созвучных.

Нахождение ярких необычных ассоциаций (картинки)



*апельсин -
orange*

соединя
форма

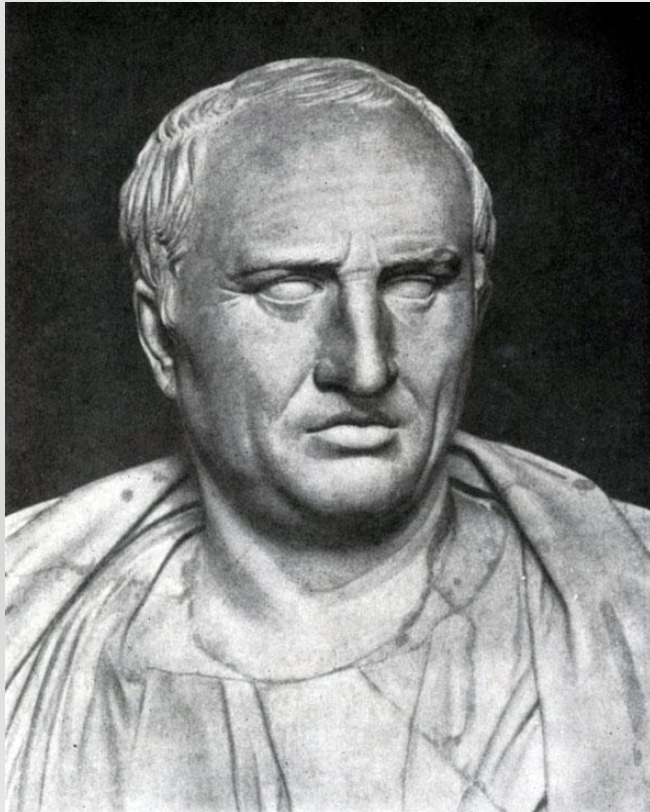


*капитан -
captain*



Мнемотехнические приёмы запоминания

Метод Цицерона на пространственное воображение.

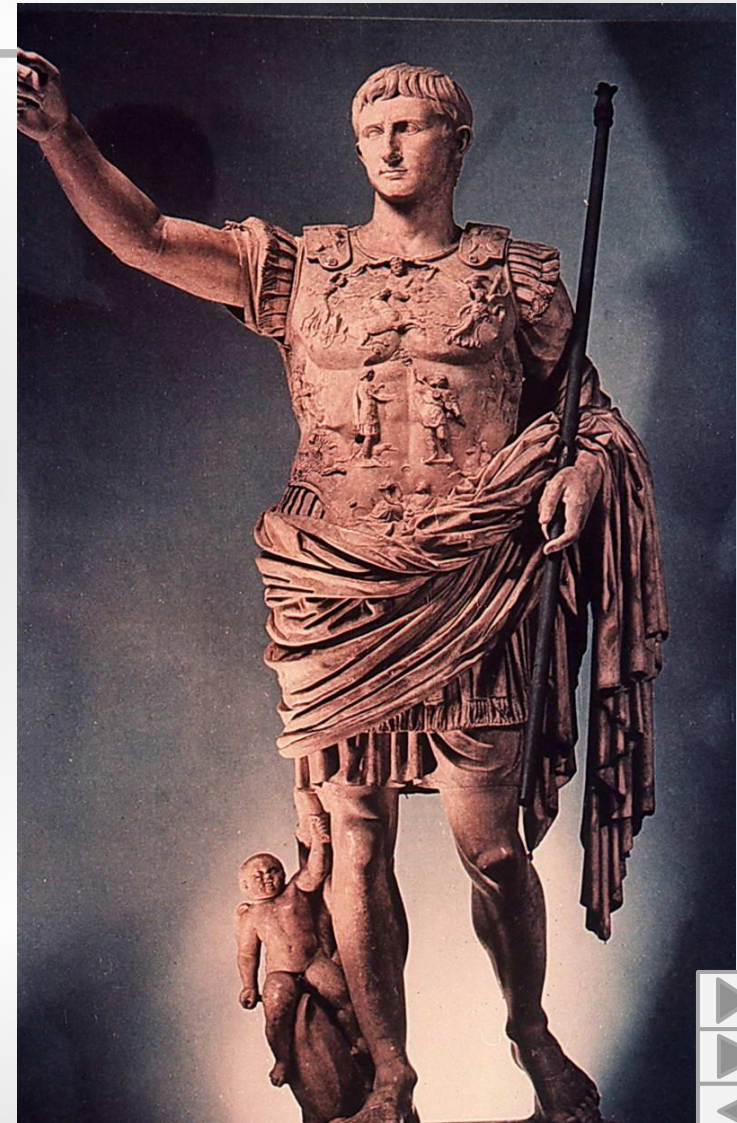


ОСНО
ПЬНОЙ



Метод Цицерона

Это удивительно простой и в то же время чрезвычайно эффективный метод, называемый также методом мест или системой комнаты. Суть его состоит в том, что запоминаемые единицы информации надо мысленно расставлять в хорошо знакомой комнате в строго определенном порядке. Затем достаточно вспомнить эту комнату, чтобы воспроизвести необходимую информацию. Именно так и поступал Цицерон при подготовке к своим выступлениям.



Метод

Ивазовского



Посмотрите внимательно на предмет или часть пейзажа. В течение 3—5 с. постарайтесь как можно лучше, во всех подробностях, запомнить объект. Закройте глаза — постарайтесь добиться максимально четкого и яркого изображения объекта, рассмотрите детали изображения. Задавайте себе вопросы по подробностям вида объекта и ответьте на них по тому изображению, которое вы представили. Опять откройте глаза на 1 с. Дополните образ — и так несколько раз.



Мнемотехнические приёмы запоминания

Методы запоминания цифр:

- закономерности;
- знакомые числа.



Мнемотехнические приёмы

Способ связующих звеньев применяемый для запоминания имен и фамилий, названий книг, т.е. для любых рядов слов.

Способ образования структурных связей помогающий



Способ связующих звеньев

Составляя такие ассоциации, важно знать, что лучше запоминаются те, которые построены с применением следующих правил:

- можно искажать пропорции, делать их необычными, очень большими;
- активизировать их действия, представлять в движении;
- изменять функции предметов;
- множить предметы;

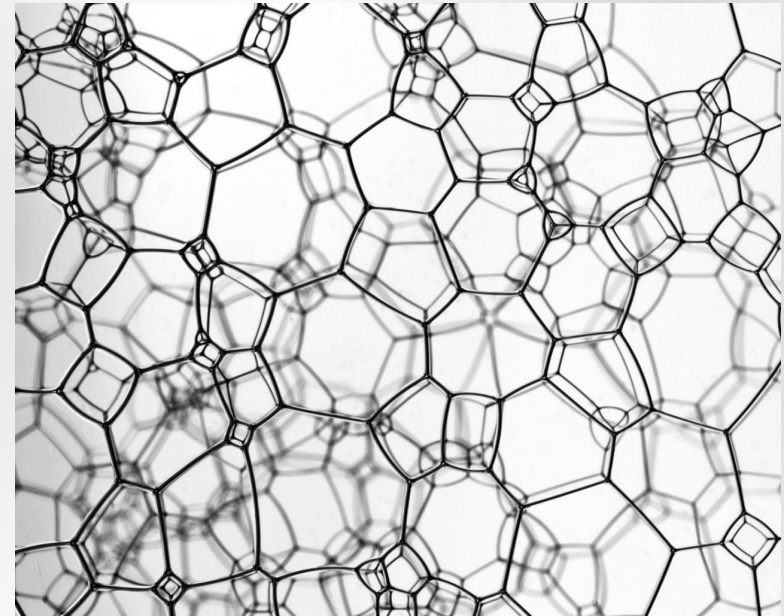


Способ образования структурных

Самое название метода говорит о том, что кроме запоминания смысла, происходит фиксация в памяти структуры понятий.

Структура понятий состоит из множества последовательностей терминов. Сами последовательности могут делиться и разветвляться.

Начало каждой такой цепочки фиксируется методом Цицерона. А «тройником», обеспечивающим разветвление, служит прием запоминания на разные части образа.



Конец

Выполни
л:
Бойко С.
Р.

