

# Память

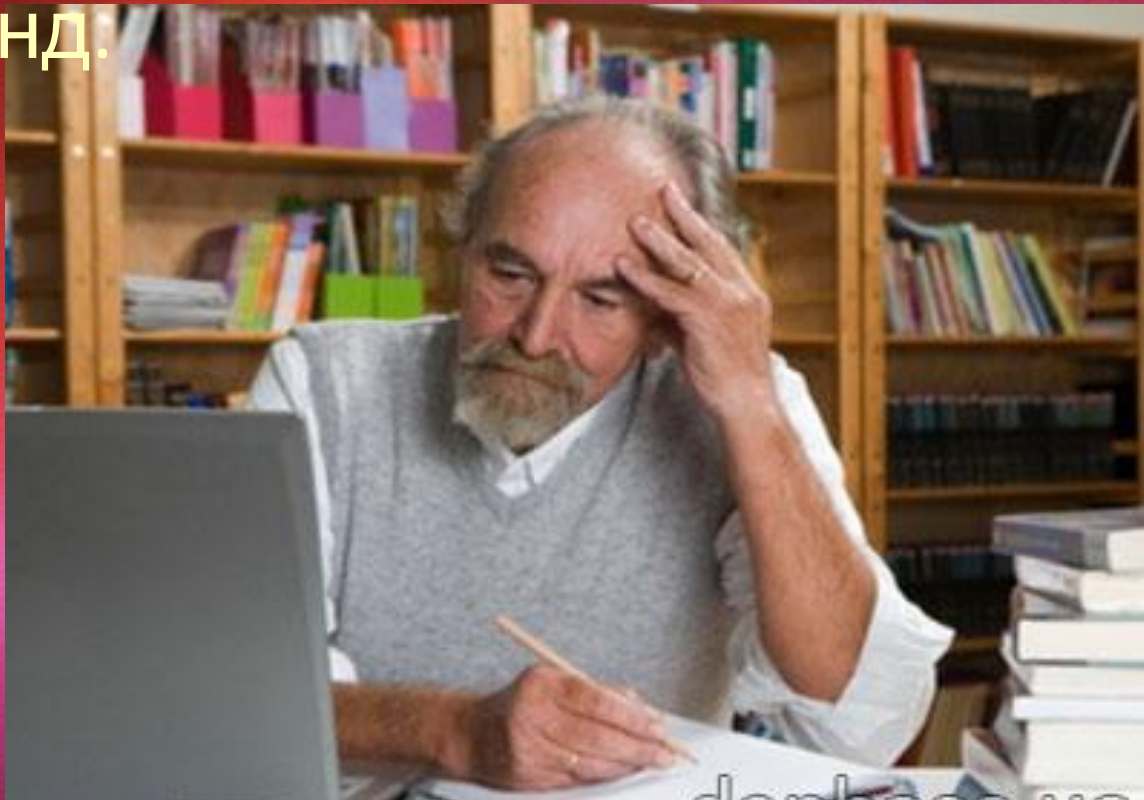
## *Что такое память?*

Учитель высшей категории МОУ «Сернурская средняя (полная)  
общеобразовательная школа №2 им.Н.А.Заболоцкого»  
Индюкова Римма Юрьевна

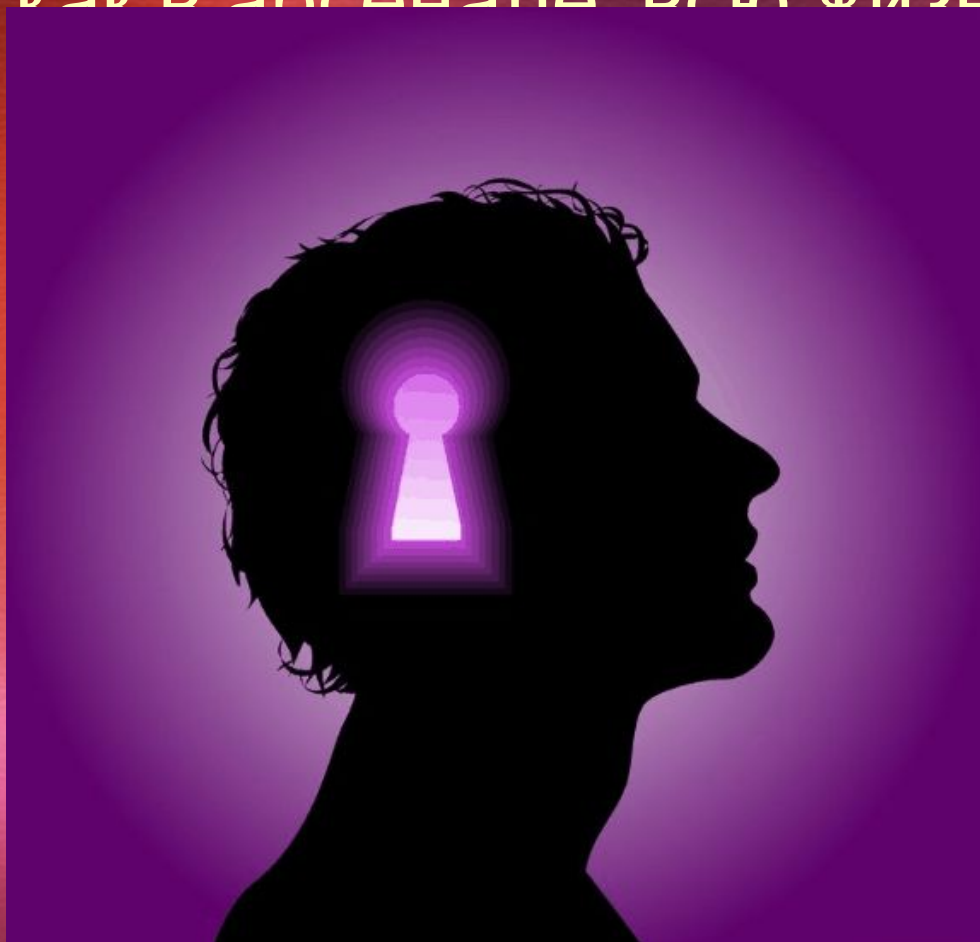
Память — это основа психической жизни, основа нашего сознания. Это волшебная шкатулка, которая сохраняет наше прошлое для нашего будущего.



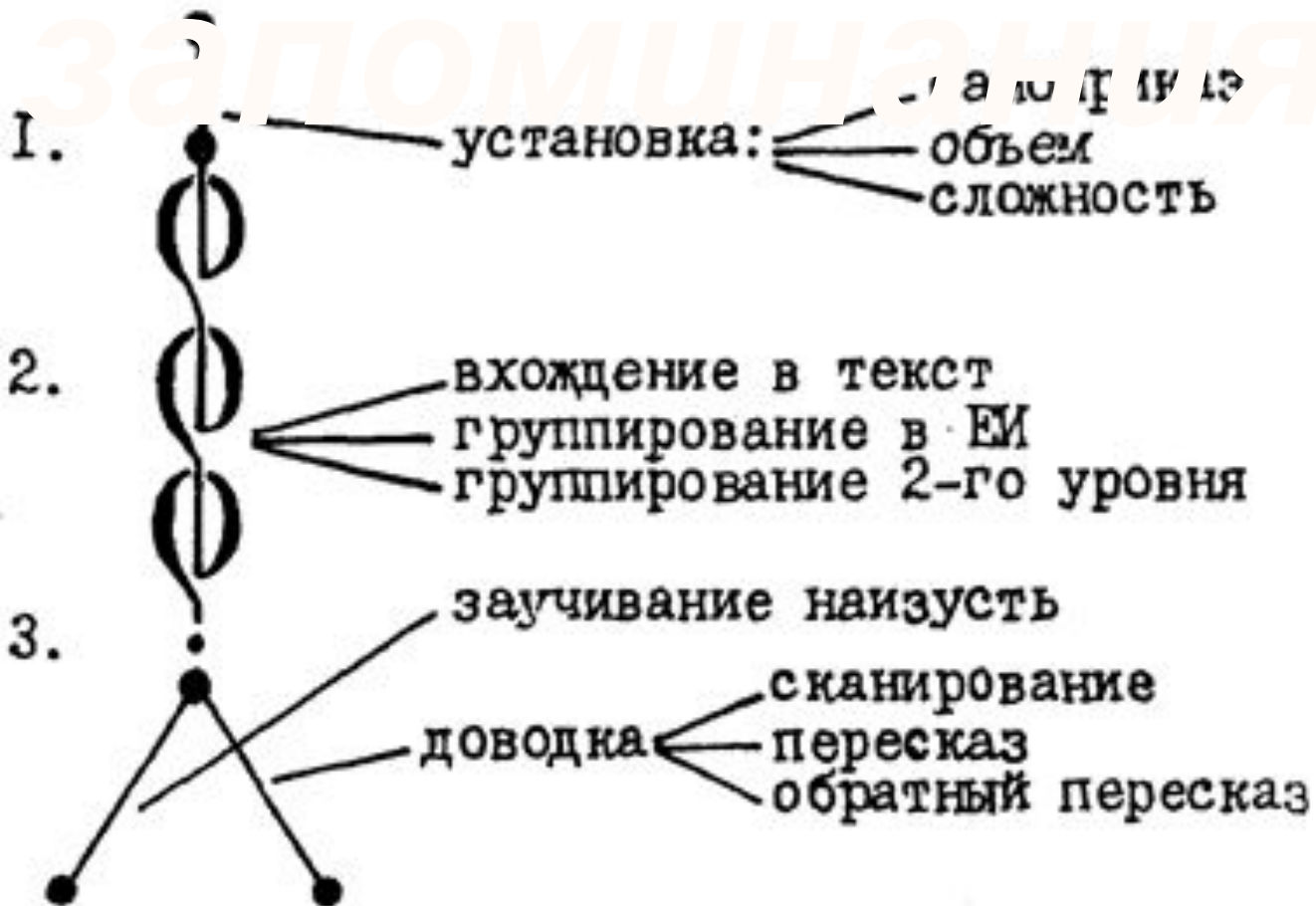
Человек без памяти не был бы человеком. Любая простая или сложная деятельность (чтение, письмо или осмысливание собственного поведения) основана на том, что образ воспринятого сохраняется в памяти, по крайней мере, на несколько секунд.



Память многолика. Существует определенный запас слов, сведений, понятий, образов, которые хранятся в памяти, как в арсенале всю жизнь.



# Алгоритм



По Ю.К.  
Пугачу

Мы получаем информацию благодаря разным органам чувств: зрению, слуху, обонянию, осязанию и вкусу. Соответственно выделяют: зрительную, слуховую, обонятельную, осязательную и вкусовую память.

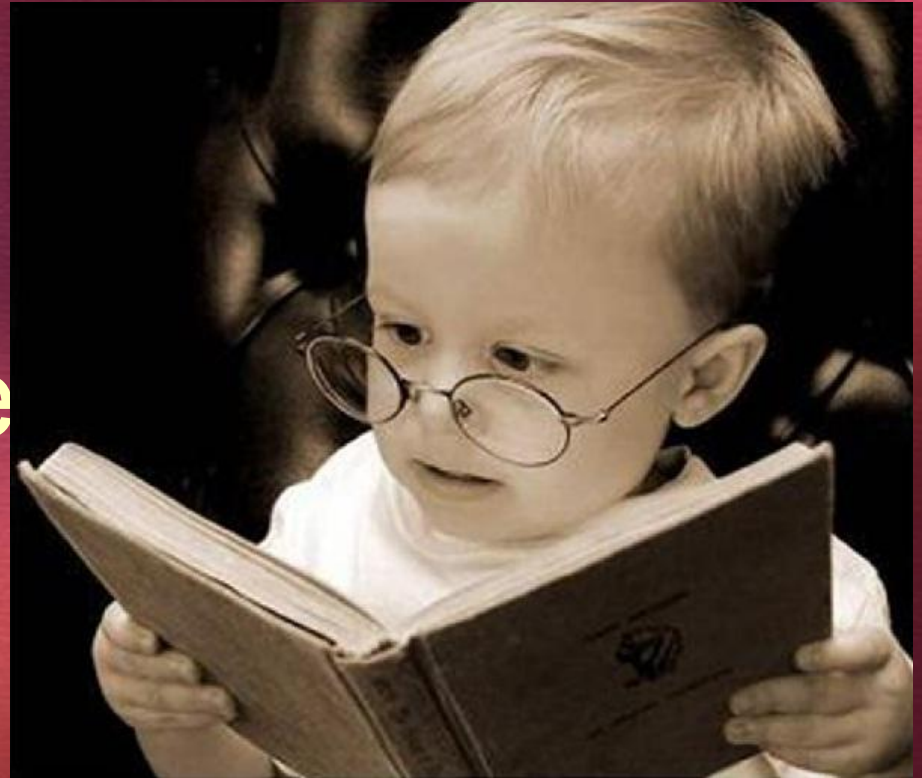
Кроме того, в зависимости от того, какую информацию человек запоминает, можно выделить: память на слова (словесная или вербальная память), память на образы (образная), память на движения (двигательная), память на эмоции, чувства, переживания (эмоциональная), память на расположение предметов в пространстве, на временные отрезки, на числа, фамилии, лица и т. д.



# Этапы процессов памяти:

- 1) **Запоминание** - происходит закрепление нового материала путём связывания его с приобретённым ранее
- 2) **Сохранение** - Определяется степенью участия материала в деятельности личности, то есть важностью для человека.
- 3) **Воспроизведение** - Происходит актуализация закреплённого материала путём извлечение его из долговременной памяти и передача в оперативную
- 4) Наибольшего развития память достигает к 25 годам и сохраняется до 50 лет. Затем способность запомнить и вспомнить постепенно идёт на убыль.
- 5) **Повторение** – одно из важных условий запоминания. **Для улучшения запоминания необходимо:** выделение основных мыслей, использование иллюстраций, составление планов, схем, таблиц.

# Использованные ресурсы:



✓ [www.yandex.ru](http://www.yandex.ru)

✓ <http://www.sevpsiport.com/psistatii/366-cto-o-takoe-pamyat-vidi-i-processi-pamyaty>

✓ <http://www.ruskid.ru/217-memory1.html>