

# Память - познавательный психический процесс

**Шишкина О.В., к.п.н., зав.кафедрой  
психологии и педагогики**

# Знакомься: ТВОЯ ПАМЯТЬ



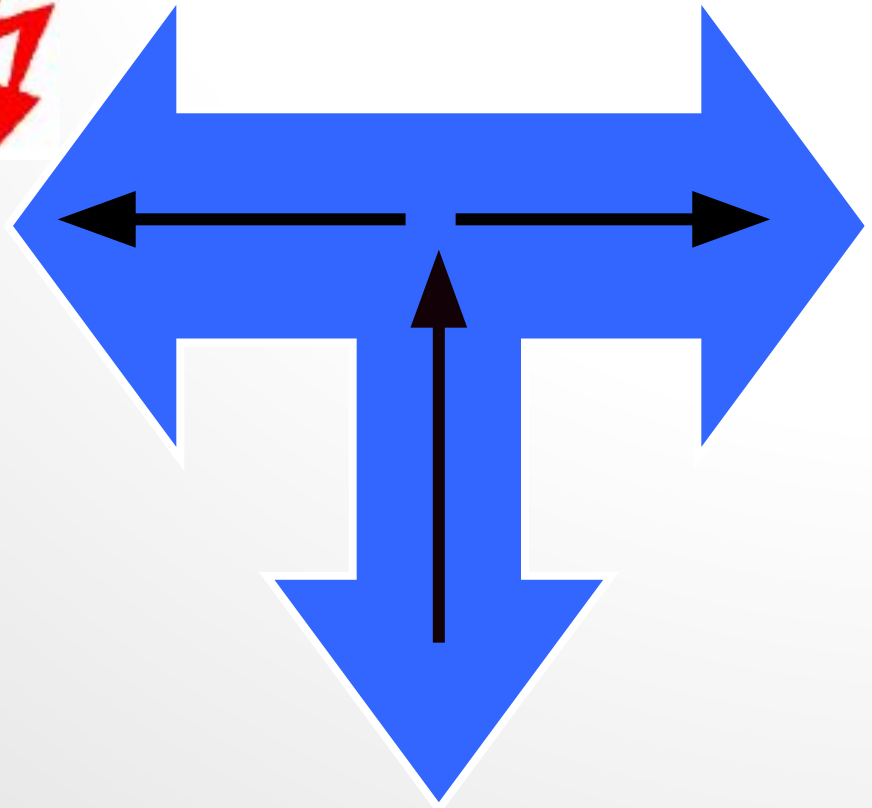
# Знакомься: ТВОЯ ПАМЯТЬ



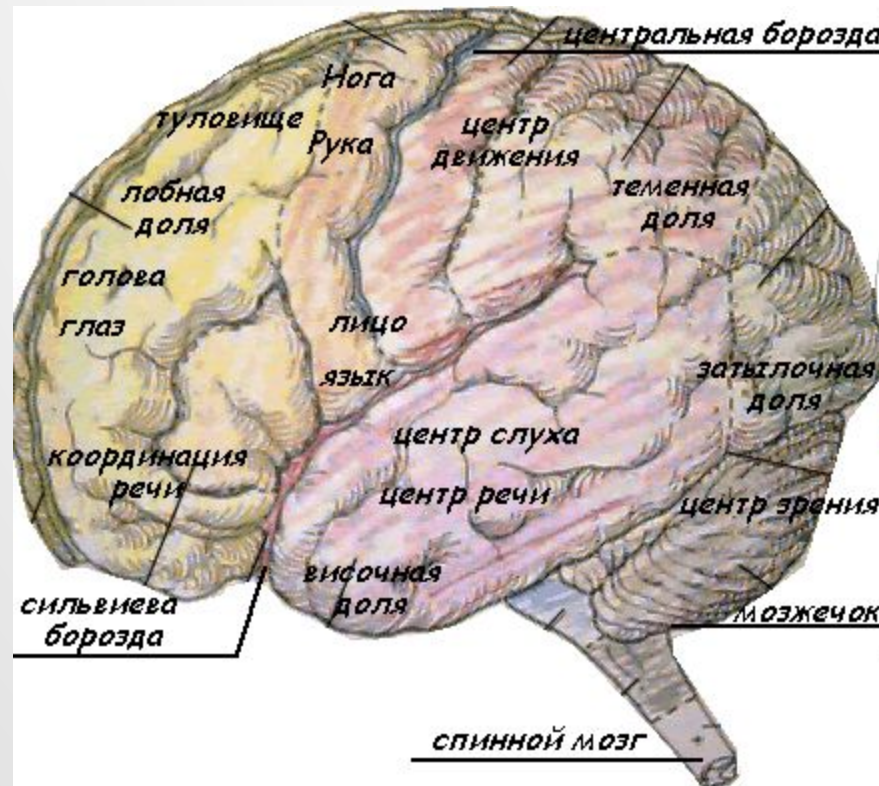
**Память - способность  
мозга сохранять  
информацию и  
воспроизводить ее при  
необходимости спустя  
какое-то время**

# Примитивные формы памяти

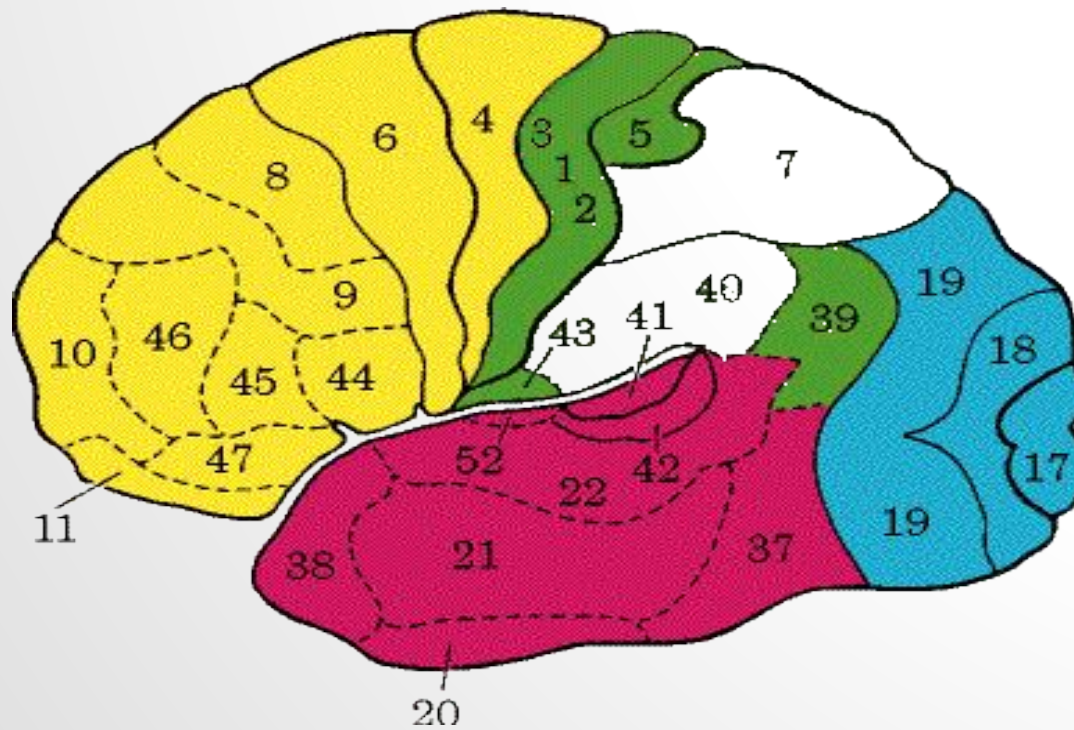
150 повторений



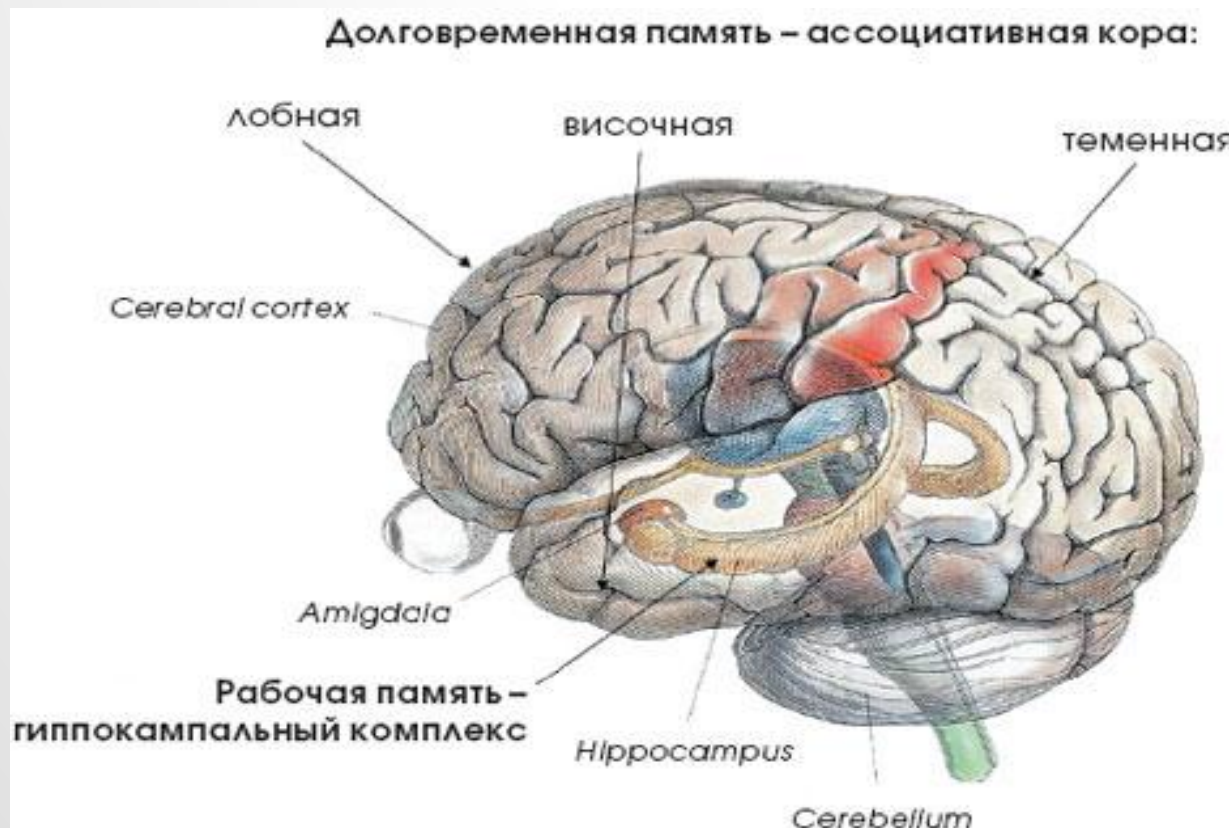
# Строение головного мозга



# Опыты К. Лешли



# СТРУКТУРЫ МОЗГА, СВЯЗАННЫЕ С ФУНКЦИЕЙ ПАМЯТИ



# Виды памяти

По содержанию психической активности	По степени волевой регуляции	По продолжительности сохранения материала
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Двигательная</li><li>2. Образная</li><li>3. Эмоциональная</li><li>4. Словесно-логическая</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Непроизвольная</li><li>2. Произвольная</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Иконическая и эхоическая (мгновенная)</li><li>2. Кратковременная</li><li>3. Долговременная</li><li>4. Оперативная</li><li>5. Генетическая</li></ol>



# Импринтинг



**«Запечатленные» гусята следуют за «мамой» — К. Лоренцем**

# РЕКОРДЫ ПАМЯТИ



Александр  
Македонский



Юлий Цезарь



Наполеон



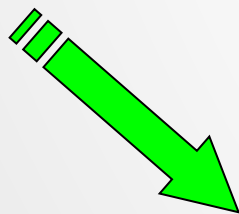
Академик А.Ф. Иоффе



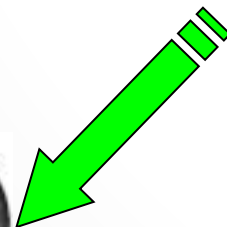
Академик С.А. Чаплыгин

# Как устроена память

Природная  
память



Культурная  
память



# Запоминание

- ▣ процесс памяти, в результате которого происходит закрепление нового путем связывания его с приобретенным ранее. Запоминание всегда избирательно: в памяти сохраняется не все, что воздействует на наши органы чувств. Запоминается то, с чем человек действует

# Законы памяти

- ◆ Лучше запоминаются неоконченные действия, чем завершённые
- ◆ Действия запоминаются лучше, чем мысли
- ◆ Эффект края. Лучше запоминается начало и конец
- ◆ Реминисценция
  - Человек может не сознавать, что ошибается

# Законы памяти

- ▣ Редкие и странные явления запоминаются лучше
- ▣ Положительные эмоции способствуют припоминанию, а отрицательные препятствуют
- ▣ заучивание материала не продуктивно, повторения должны быть распределены во времени

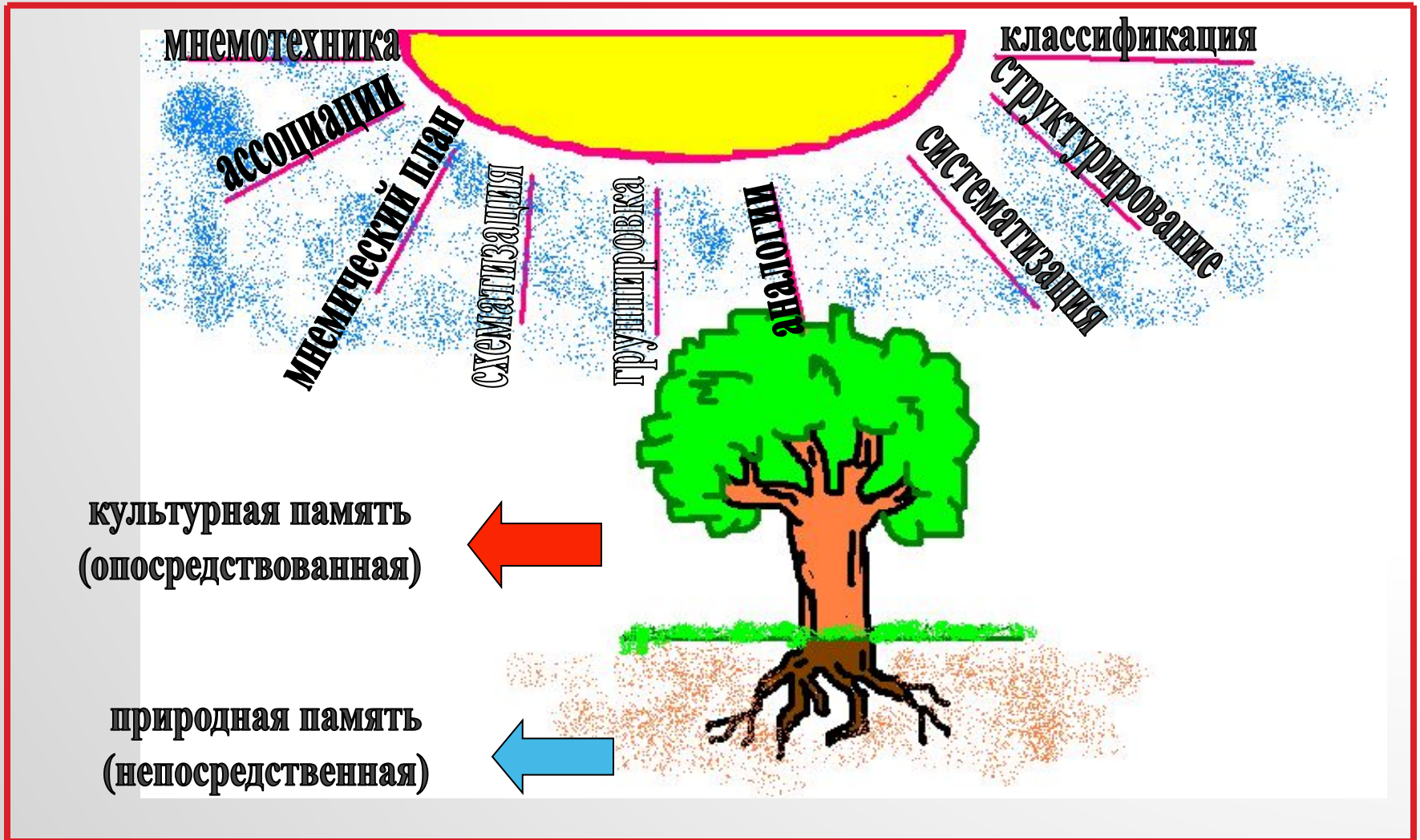
**Объём запоминаемой  
информации зависит от способа  
её получения**

# Расположение информации на доске, на плакате

<b>28%</b>	<b>33%</b>
<b>16%</b>	<b>23%</b>



# Строение памяти и пути её развития.



# учись запоминать!

## «Мнемотехника»



**Вспомни порядок следования цветов в спектре.**

*Ответ. Каждый охотник желает знать, где сидит фазан.*



**Вспомни с помощью какого шуточного выражения можно запомнить определение биссектрисы.**

*Ответ. Биссектриса – это крыса, которая бегаёт по углам и делит угол пополам.*

# учись запоминать!

## «МНЕМОТЕХНИКА»



Запомни величину «пи» (3,1416) с помощью предложения: «Что я знаю о кругах», где количество букв в каждом слове равно соответствующей цифре.



Легко запомни формулу воды.  
«Сапоги мои того, пропускают H<sub>2</sub>O».

# Приём запоминания таблицы умножения

$1 \times 9 = 09$

$2 \times 9 = 18$

$3 \times 9 = 27$

$4 \times 9 = 36$

$5 \times 9 = 45$

$6 \times 9 =$

$7 \times 9 =$

$8 \times 9 =$

$9 \times 9 =$

$10 \times 9 =$

# Воспроизведение

- ▣ процесс памяти, в результате которого происходит актуализация закрепленного раннее содержания психики путем извлечения его из долговременной памяти и перевода в оперативную
- ▣ **Реминисценция** - более полное и точное воспроизведение сохраненного в памяти материала по сравнению с первоначально запечатленным (заученным). Термин предложен сербским ученым В. Урбанчичем в 1907 г.

# ЧТОБЫ ПАМЯТЬ НЕ ПОДВОДИЛА

- ▣ Старайся не переутомляться
- ▣ Больше бывай на свежем воздухе. Подойдёт любая погода

Для этого заведи собаку,  
она всегда напомнит тебе  
о прогулке



# Чтобы память не подводила

- ▣ Старайся избегать употребления в пищу продуктов, богатых холестерином
- ▣ Меньше ешь солёного



# ЧТОБЫ ПАМЯТЬ НЕ ПОДВОДИЛА



**Старайся не  
получать травм  
головы**

**Для этого не  
участвуй в  
драках!**





# будь строителем своей памяти!



Нашу память можно сравнить с домом, где фундамент составляет природная память, а все остальные конструкции - культурная

**ТЫ МОЖЕШЬ  
ВЛИЯТЬ НА СВОЮ  
УСПЕШНОСТЬ!!!**

**ЭТОТ ПУТЬ ОТКРЫТ  
ДЛЯ КАЖДОГО ИЗ  
НАС!!!**



# Забывание

- ▣ **естественный процесс исчезновения следов памяти. Подобно сохранению и запоминанию, оно имеет избирательный характер. Физиологическая основа забывания – торможение временных связей. Забывается прежде всего то, что не имеет для человека жизненно важного значения, не вызывает его интереса, не соответствует его потребностям**

Спасибо за внимание!