

ПАМЯТЬ

The background features a glowing blue wireframe of a human head and neck. Inside the head, a bright, glowing sphere represents the brain. The background is filled with intricate circuit board patterns and two large, white sine waves that cross each other, creating a sense of digital connectivity and neural activity.

Память- это сложный психический процесс, способность мозга хранить и воспроизводить информацию.

Память – это отражение прошлого опыта человека. Это процесс запечатления, сохранения и воспроизведения информации



Человек начинает запоминать уже в
утробе матери.

По мнению ученых, память у
человеческого плода начинает работать
через 20 недель после зачатия.

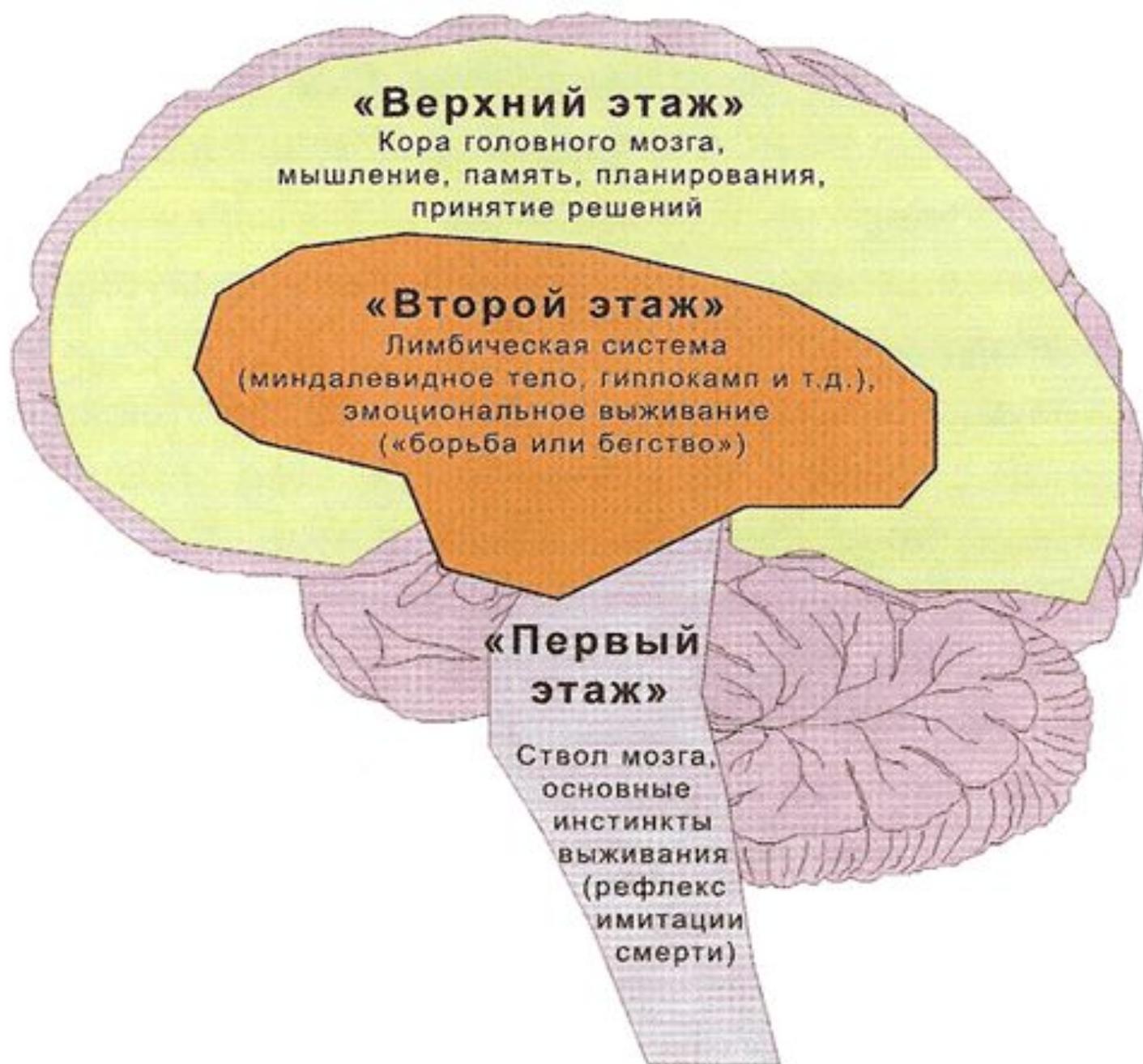
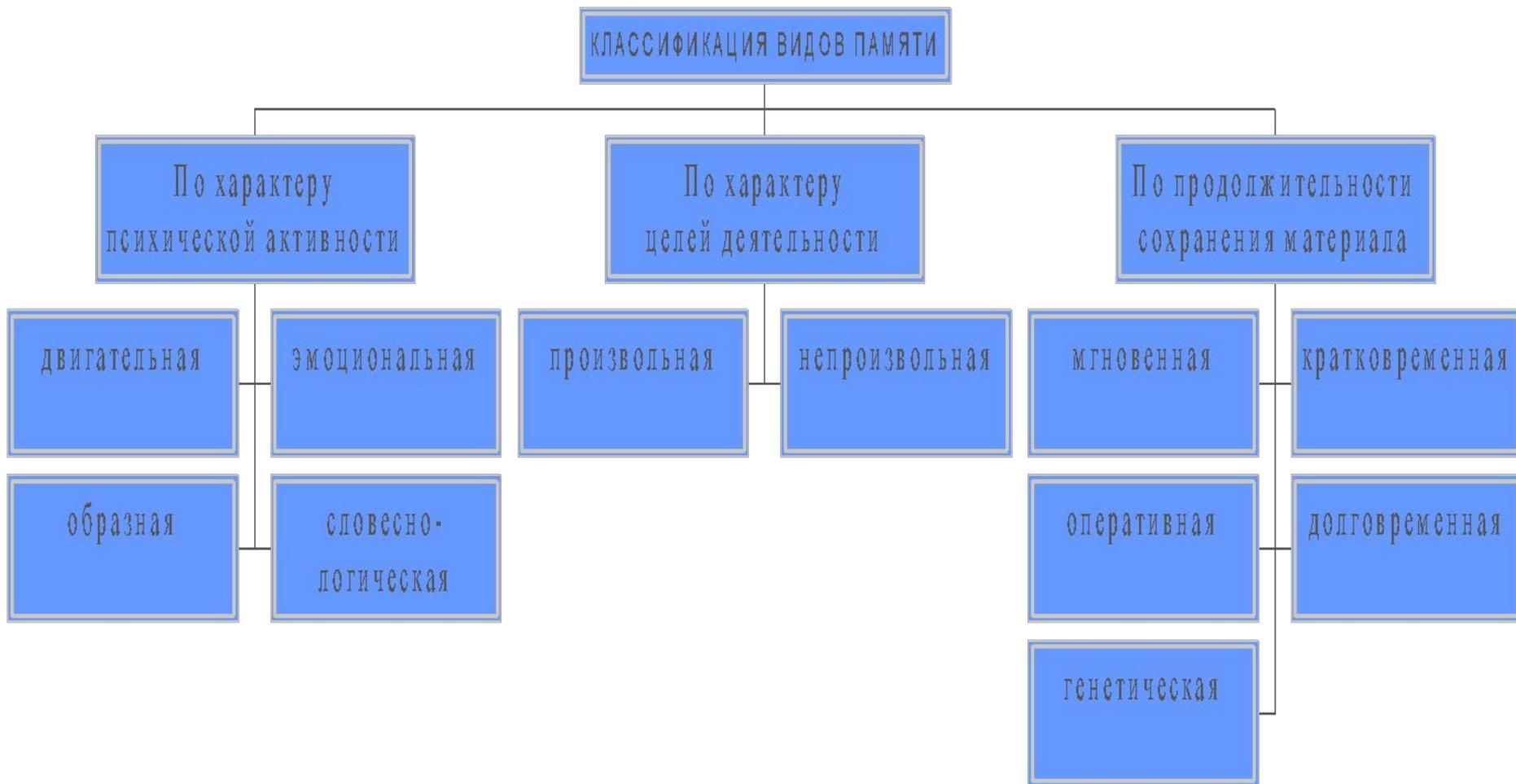


Иллюстрация 1. Упрощенное схематическое представление уровней управления в мозгу, сформировавшихся на разных этапах эволюции.

ВИДЫ ПАМЯТИ



ОСНОВНЫЕ ПРОЦЕССЫ ПАМЯТИ

ЗАПОМИНАНИЕ

—
ОБОБЩЕННОЕ
НАЗВАНИЕ
ПРОЦЕССОВ,
ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ
УДЕРЖАНИЕ
МАТЕРИАЛА В

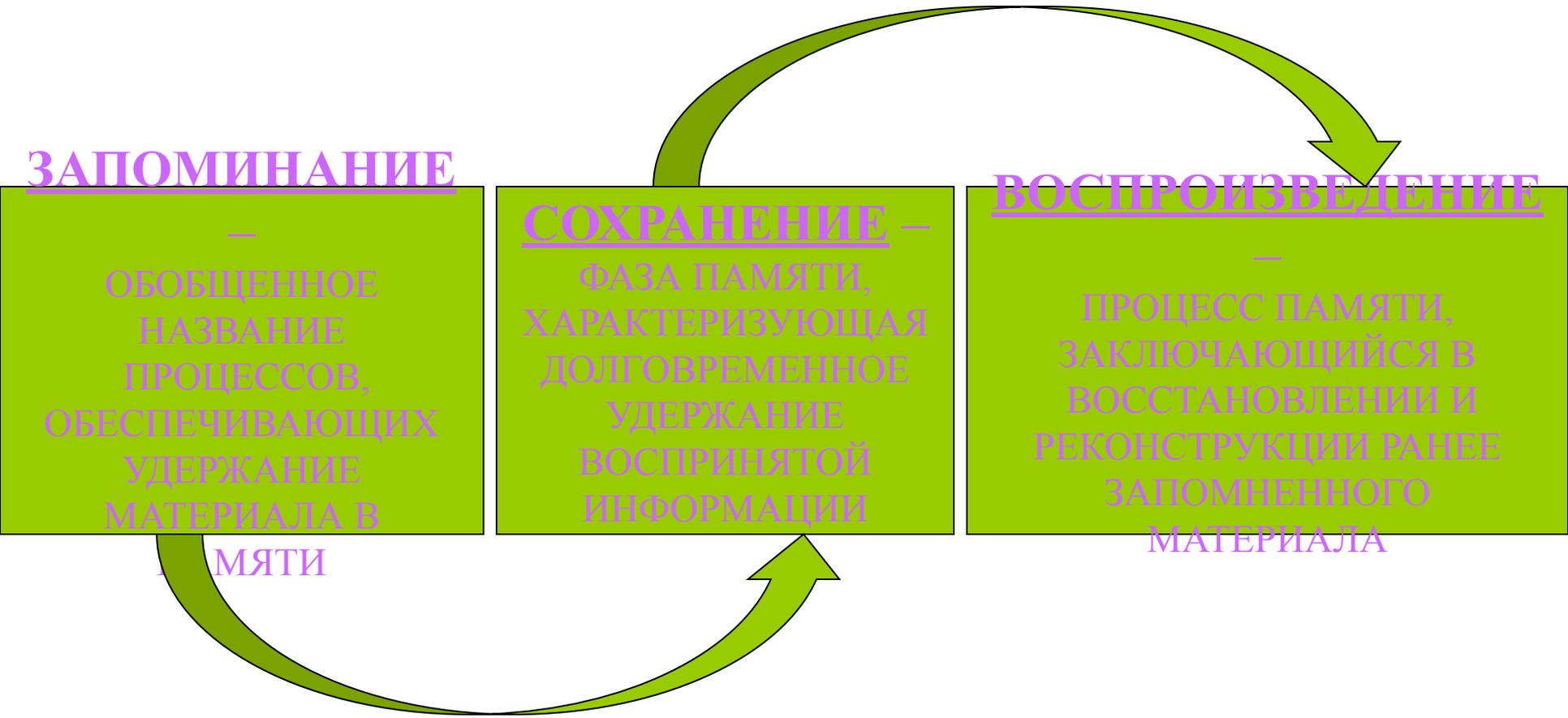
ПАМЯТИ

СОХРАНЕНИЕ —

ФАЗА ПАМЯТИ,
ХАРАКТЕРИЗУЮЩАЯ
ДОЛГОВРЕМЕННОЕ
УДЕРЖАНИЕ
ВОСПРИНЯТОЙ
ИНФОРМАЦИИ

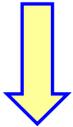
ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ

—
ПРОЦЕСС ПАМЯТИ,
ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В
ВОССТАНОВЛЕНИЕ И
РЕКОНСТРУКЦИИ РАНЕЕ
ЗАПОМНЕННОГО
МАТЕРИАЛА



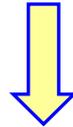
Классификация памяти

по ведущему
анализатору



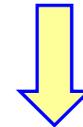
- зрительная
- слуховая
- осязательная
- обонятельная
- вкусовая
- кинестетическая

по уровню
развития



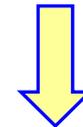
- двигательная
и аффективная
- образная
- словесно-
логическая
- абстрактная

по форме
психической
активности



- произвольная
- непроизвольная

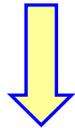
по длительности



- оперативная
- кратковременная
- долговременная

Факторы запоминания

Субъективные:



тип запоминания

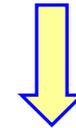
предшествующий опыт

**личностная
установка**

**эмоциональное
сопровождение**

состояние организма

Объективные:



**характер материала:
степень осмысленности,
связность, понятийность,
наглядность**

**количество
материала**

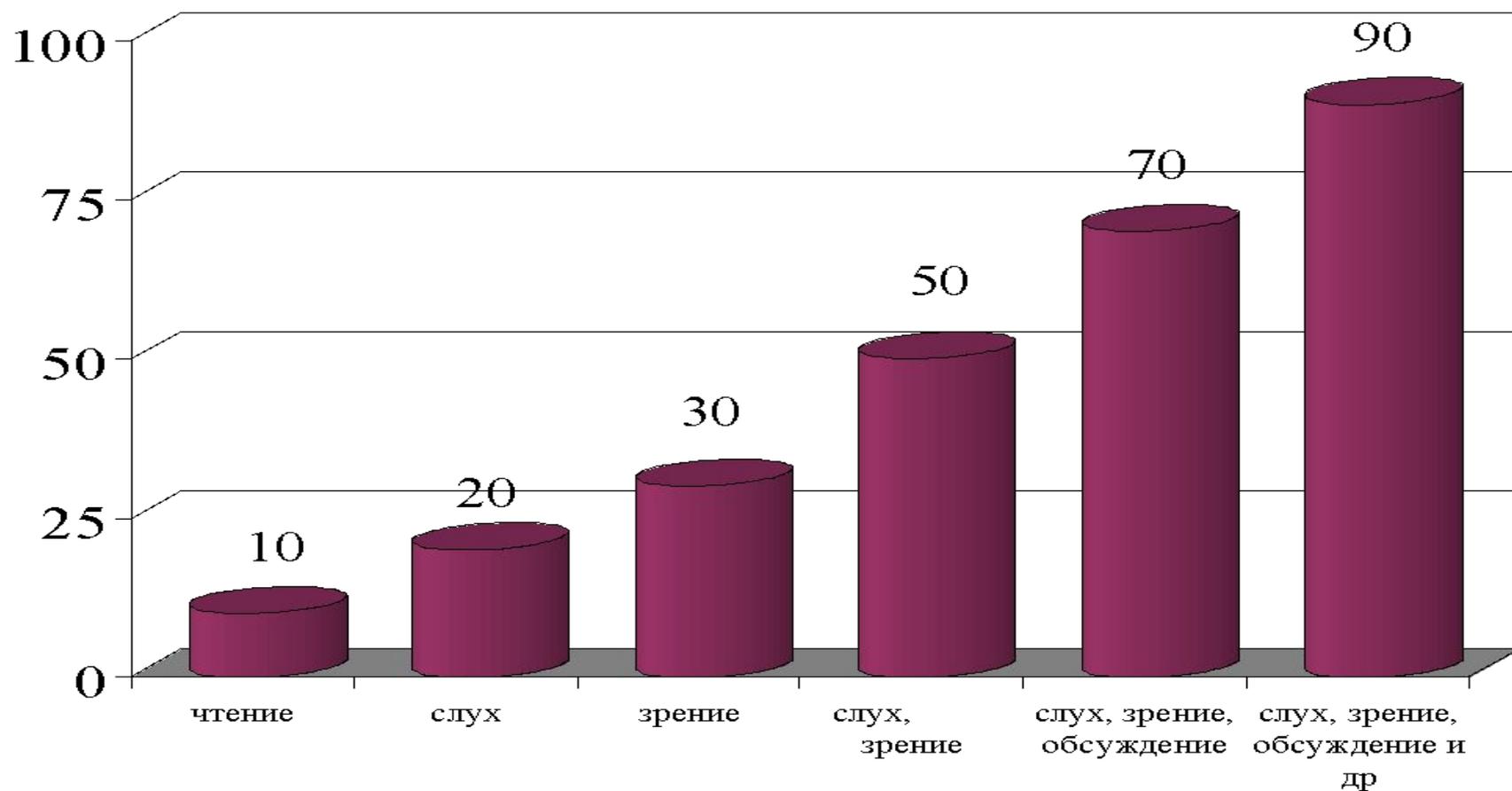
обстановка

Зависимость запоминания информации от расположения на доске (по данным американских исследований)

28% 33%

16% 23%

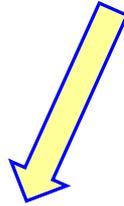
Усвоение информации при разовом выполнении определенного вида деятельности (%)



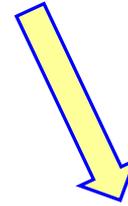
Этапы памяти



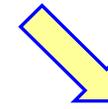
фиксация



хранение

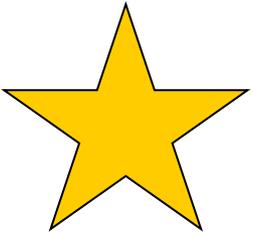


воспроизведение

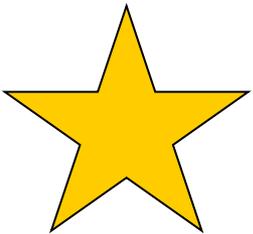


узнавание

Искусство запоминания (мнемотехника)



Мнемотехника (или мнемоника) – это искусство запоминания, означает совокупность приемов и способов, облегчающих запоминание и увеличивающих объем памяти путем образования искусственных ассоциаций (связей).



ЗАКОНЫ ЗАПОМИНАНИЯ

- Впечатление
- Повторение
- Ассоциация

Приемы запоминания

1. группировка

деление материала на группы по каким-либо основаниям, ассоциациям, напр.: 33789 - 33-789

2. Ритм и рифма.

Напр.: «Как на ламине фиброзе поселился кристалл, впереди форамен цекум, сзади - остеоидале»

3. Начало слов.

Напр.: рука тудо («рука туда») – рубор, калор, тумор, долор – симптомы воспаления.
СУП - сила, уравновешенность, подвижность - нервные процессы.

Приемы запоминания

4. Цепной метод

5. Перекодирование

6. Схематизация

7. Выделение опорных пунктов

8. План

Психологические закономерности снижения (распада) памяти (закон Рибо):

1. забываются вперед события недавние (а наиболее поздно события детства)

2. забываются вперед события общественные (позже личные)

3. забываются вперед события эмоционально-нейтральные (позже сильно переживаемые)

4. забываются вперед сложные знания и навыки (простые позднее)

5. забываются вперед действия мало автоматизированные (позже привычные и автоматизированные)