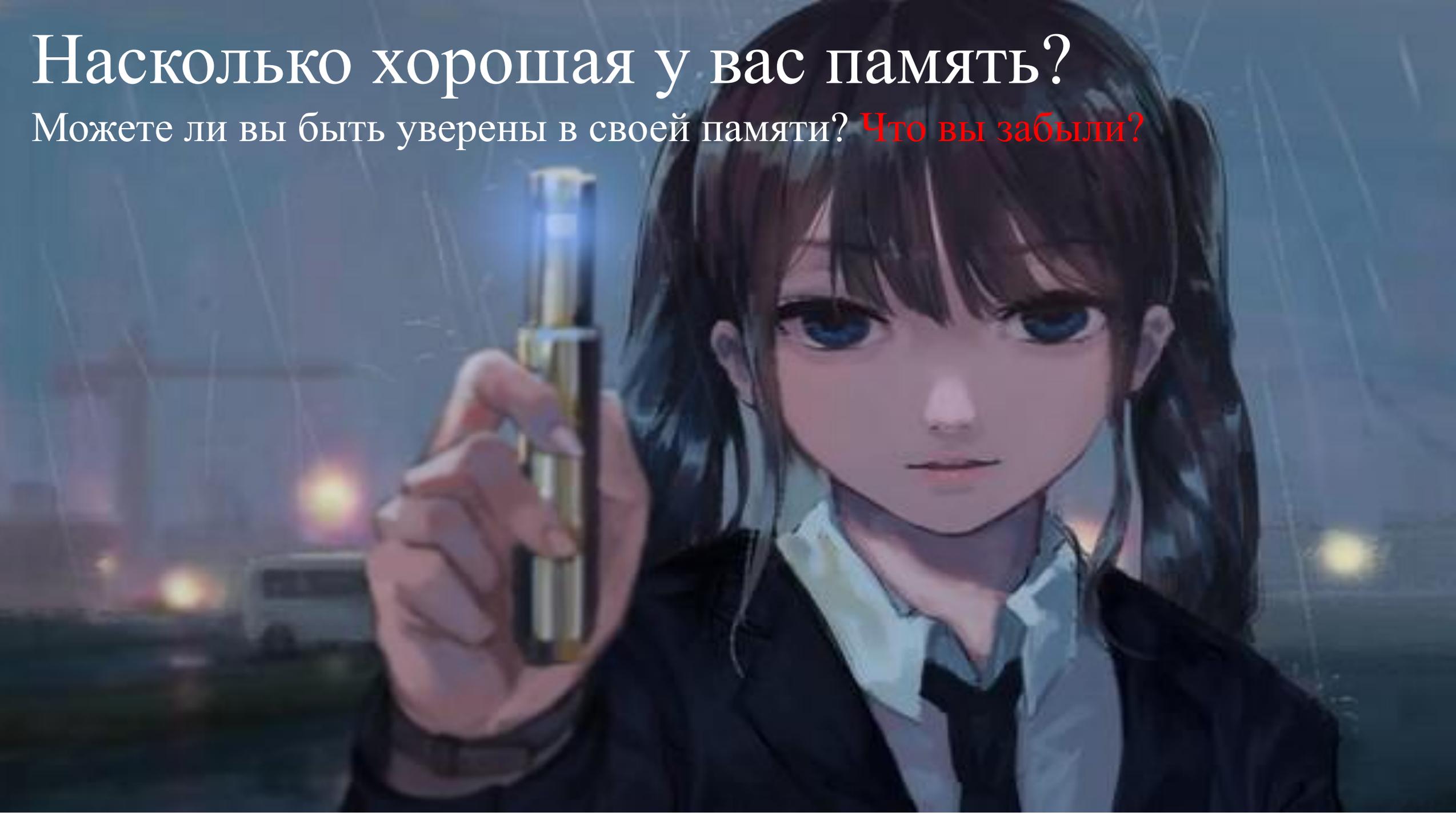


**МЫ, ЭТО НАША  
ПАМЯТЬ**



# Насколько хорошая у вас память?

Можете ли вы быть уверены в своей памяти? **Что вы забыли?**



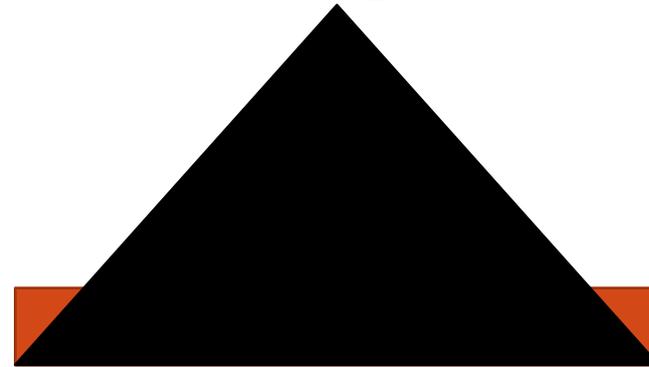
# Сможете запомнить?

1. 571 г. – рождение Пророка Мухаммада
2. 595 г. – женитьба Мухаммада (с.г.в.) на Хадидже
3. 610 г. – начало пророческой миссии Мухаммада
4. 615 г. – первые мусульмане отправляются в Эфиопию
5. 616 г. – принятие ислама Умаром
6. 619 г. – смерть жены Пророка (с.г.в.) Хадиджи
7. 620 г. – женитьба на Айше (р.а.). Дочь Абу Бакра
8. 622 г. – переселение мусульман из Мекки в Медину
9. 624 г. – битва при Бадре
10. 625 г. – битва при горе Ухуд
11. 627 г. – битва у Рва
12. 628 г. – пакт при Худайбии.
13. 629 г. – умра Пророка Мухаммада
14. 630 г. – взятие мусульманами Мекки
15. 632 г. – смерть Заключительного посланника Всевышнего
16. 634 г. – халифом становится Умар
17. 639-640 гг. – Умаром (р.а.) принято решение ввести мусульманский календарь
18. 644 г. – убийство Умара
19. 650-652 гг. – составление письменного свода Священного Корана
20. 656 г. – убийство Усмана
21. 656 г. – халифом становится Али ибн Абу Талиб
22. 661 г.– убийство Али
23. 678 г.– смерть Айши
24. 699 г.– рождение Абу Ханифы
25. 711 г.– мусульмане продолжают территориальную экспансию.





## Методики развития памяти



### Естественные

1. Требуется выполнения определенных упражнений, не основана на визуальных образах
2. Развивает память

### Искусственные (мнемотехника)

1. Основана на визуальных образах позволяет запоминать сотни единиц информации и более в правильном порядке
2. Не развивает память, но тренировки в состоянии развить внимательность

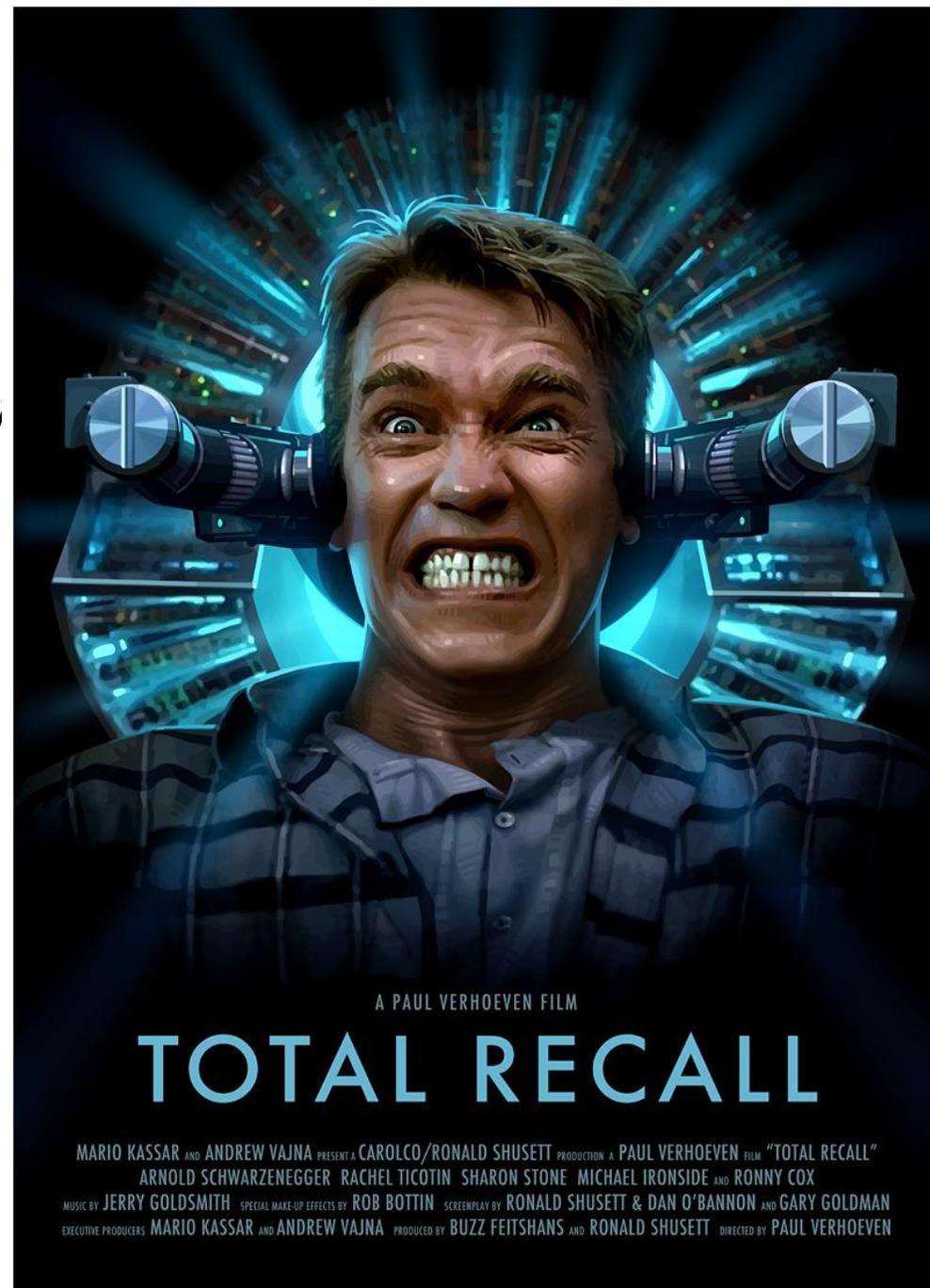


# Что запоминается?

1. Забавное ☺
2. Красивое и уродливое
3. Движение
4. Цвет
5. Ассоциации (тут была шутка, но ее не пропустила цензура)
6. Преувеличение

## Метод историй

Суть данной техники состоит в том, чтобы связать слова и определения в один текст. Смешную историю запомнить гораздо легче, чем двадцать абстрактных понятий. Чем более парадоксальным и фантастическим будет рассказ, тем легче он войдет в память.



## Как использовать?

Даны слова: почтальон, тигр, кукуруза, оса, река, сковорода, крестоносец, диван, мармелад, араб, борщ, зубная щётка, дождь, тюльпан, пепел, удача. Придумайте и визуализируйте историю с этими словами. Обязательно добавьте в свой рассказ эмоции и сопереживайте своим героям.



Пример: **Почтальон** Печкин верхом на **тигре** скакал через **кукурузное** поле. Печкин в страхе обернулся назад — за ним гнались разъярённые **осы**. Вдруг он наткнулся на **реку**. «Что делать?! — крикнул в пустоту бедный почтальон. — Моста нет!». Но к счастью, поблизости вместо моста была огромная **сковорода**. Печкин, подгоняя тигра, пробежал по ней. На другом берегу реки **крестоносцы** уже строили баррикады из **диванов**, и как только осы стали приближаться, крестоносцы начали сбивать их меткими бросками **мармелада**. Печкин подбежал к старому **арабу** — получателю посылки — и передал ему коробку. В ней оказалась тарелка ярко-красного **борща**, в которой вместо ложки лежала зубная **щётка**. Неожиданно пошёл **дождь**. Все подняли головы вверх, мармелад больше не летел в противника. Сначала падали самые обычные **капли воды**, но потом из грозового облака начали сыпаться **тюльпаны**. Тысячи тюльпанов медленно опускались, и как только касались земли, тут же превращались в **пепел**. Удивительно, но из образовавшейся золы получался отчётливый рисунок лошадиной **подковы** (образ на слово «удача»).

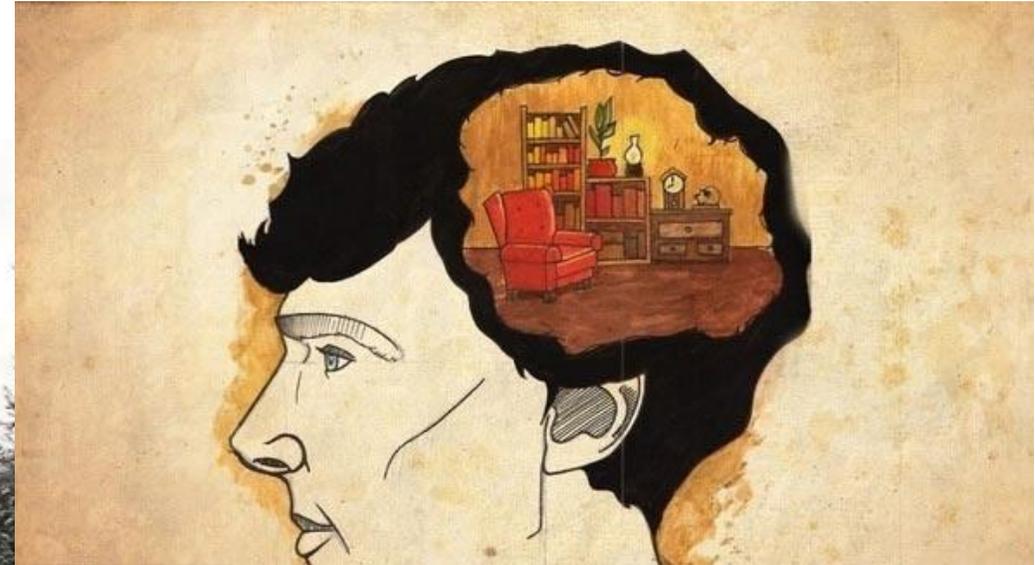


# Попробуйте сами!

Мясо, обезьяна, космос, машина, пружина, душ, лава, велосипед, учительница, гитара



**Метод Цицерона** – метод запоминания, при котором информация привязывается к хорошо знакомой информации (чаще всего к окружающему пространству)



# Как я запомнил цифры?



# Теперь сможете

1. 571 г. – рождение Пророка Мухаммада
2. 595 г. – женитьба Мухаммада (с.г.в.) на Хадидже
3. 610 г. – начало пророческой миссии Мухаммада
4. 615 г. – первые мусульмане отправляются в Эфиопию
5. 616 г. – принятие ислама Умаром
6. 619 г. – смерть жены Пророка (с.г.в.) Хадиджи
7. 620 г. – женитьба на Айше (р.а.). Дочь Абу Бакра
8. 622 г. – переселение мусульман из Мекки в Медину
9. 624 г. – битва при Бадре
10. 625 г. – битва при горе Ухуд
11. 627 г. – битва у Рва
12. 628 г. – пакт при Худайбии.
13. 629 г. – умра Пророка Мухаммада
14. 630 г. – взятие мусульманами Мекки
15. 632 г. – смерть Заключительного посланника Всевышнего
16. 634 г. – халифом становится Умар

17. 639-640 гг. – Умаром (р.а.) принято решение ввести мусульманский календарь
18. 644 г. – убийство Умара
19. 650-652 гг. – составление письменного свода Священного Корана
20. 656 г. – убийство Усмана
21. 656 г. – халифом становится Али ибн Абу Талиб
22. 661 г. – убийство Али
23. 678 г. – смерть Айши
24. 699 г. – рождение Абу Ханифы
25. 711 г. – мусульмане продолжают территориальную экспансию.



1. Забавное ©
2. Красивое и уРоДлиВоЕ
3. Движение
4. Цвет
5. Ассоциации (тут была шутка, но ее не пропустила цензура)
6. Преувеличение

