

Что такое память?

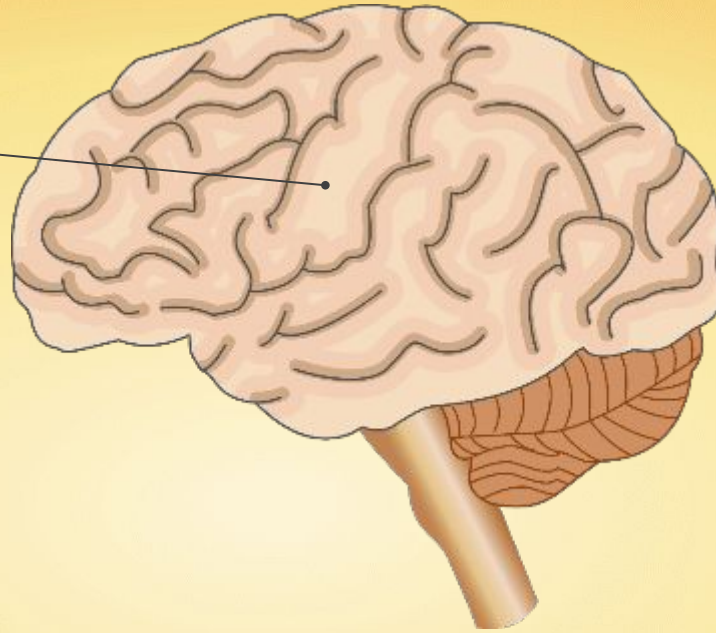


памятное событие



повседневные
дела

ГОЛОВНОЙ
МОЗГ



Память — это способность головного мозга запоминать, сохранять и воспроизводить информацию.

Виды памяти

(по способу запоминания, сохранения
и воспроизведения)

долговременная

краткосрочная

Краткосрочная память

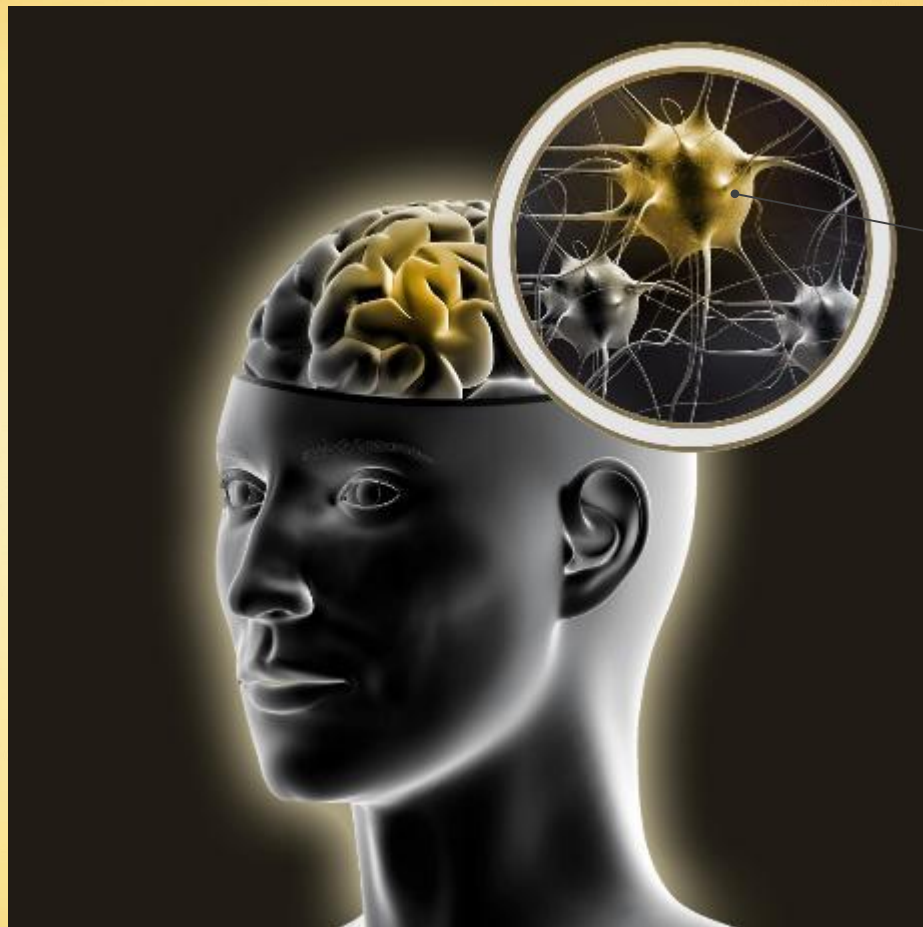


Краткосрочная память направлена на сохранение информации на короткий промежуток времени.

Долговременная память



Долговременная память является наиболее важной и прочной.



нервный
импульс

Память

```
graph TD; A[Память] --- B[двигательная]; A --- C[логическая]
```

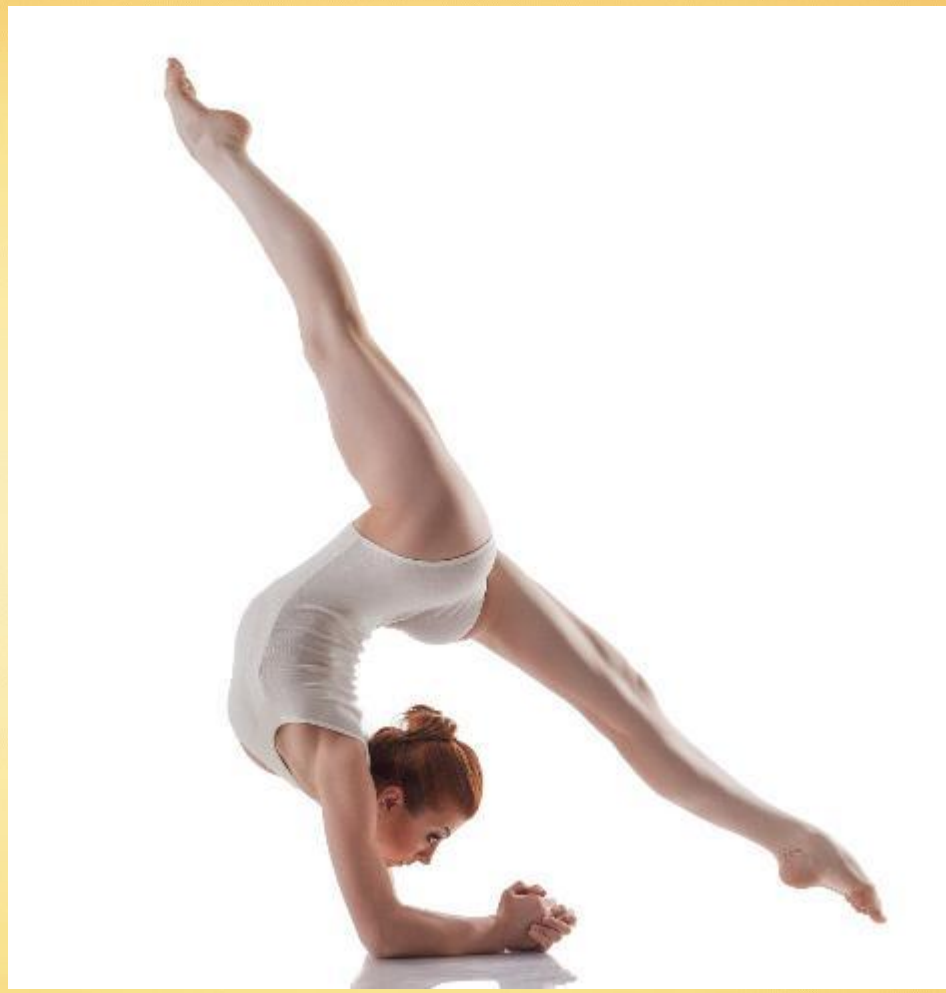
двигательная

логическая



Двигательная память основана на запоминании и воспроизведении движений.











Огюст Роден
Мыслитель, 1880–1882 гг.

Логическая память основана на умении человеком делать различные умозаключения.

Пример использования логической памяти

ЛОГИН

пароль

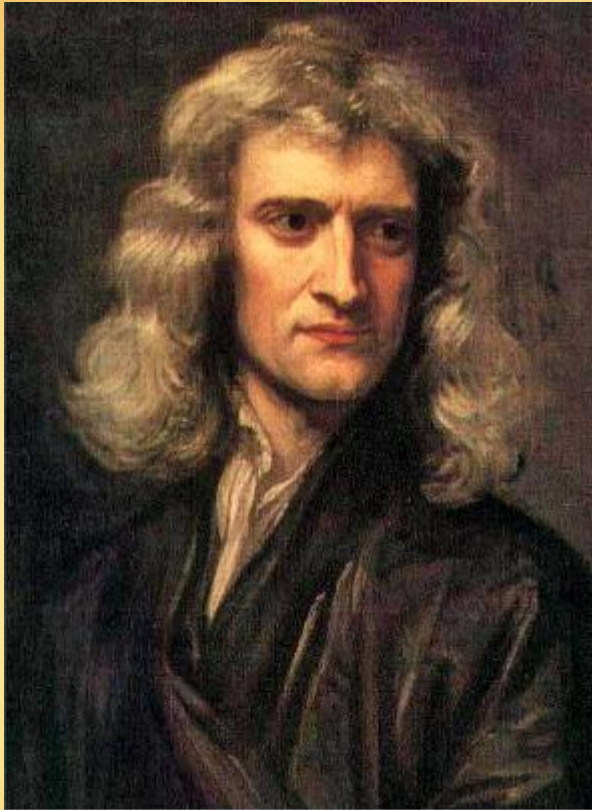
Natali1980

11-06-kino

имя

дата

событие



Исаак Ньютон
(1642–1727 гг.)

У учёных хорошо
развита логическая
память.

Виды памяти

(в зависимости от используемого анализатора)

зрительная

слуховая

осязательная

обонятельная

вкусовая

эмоциональная

Зрительная память



Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.

«Нервы, ведущие от глаз к мозгу, в двадцать пять раз толще, чем те, которые ведут от уха к мозгу».

Дейл Карнеги



таможенник

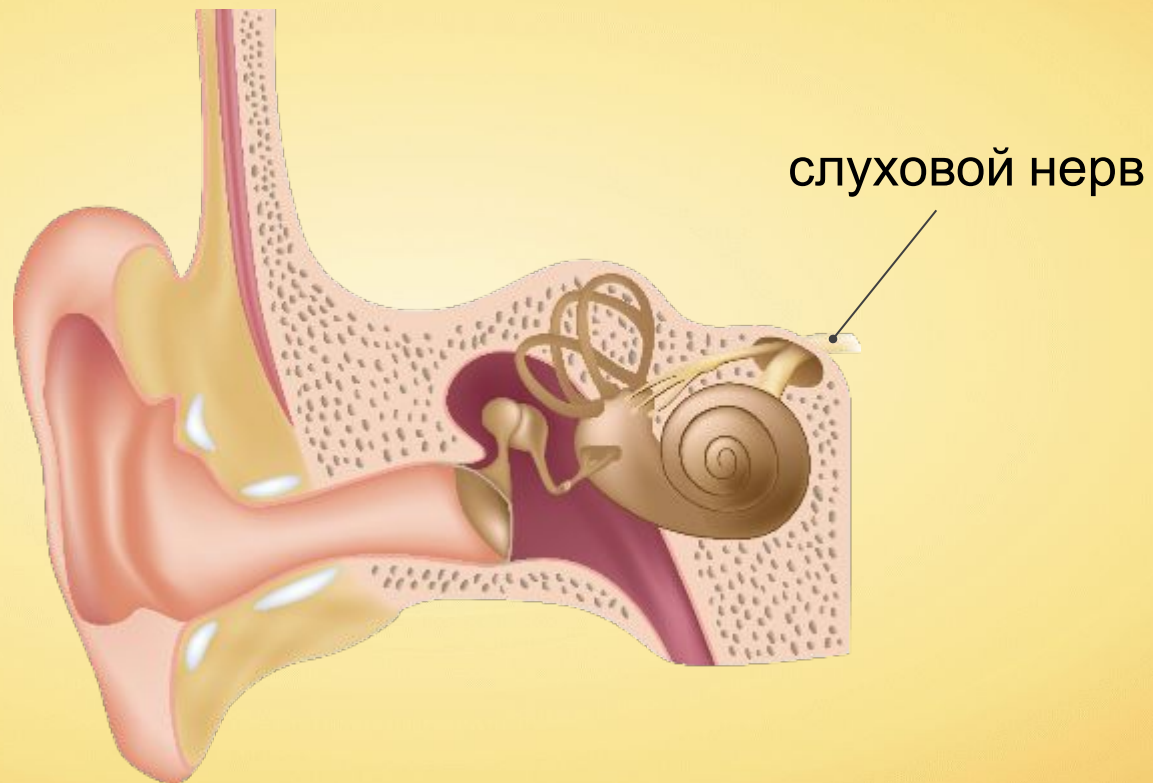


художник



учитель

Слуховая память



Словесно-логическая память



Эмоциональная память



Эмоциональная память человека формируется на основе его переживания.

Эмоциональная память







Роль памяти в обучении



Способы запоминания

```
graph TD; A[Способы запоминания] --> B[механический]; A --> C[осмысленный];
```

механический

осмысленный

Механическое запоминание или зазубривание



При зазубривании информация удерживается в памяти непрочно.

Осмысленное запоминание



Виды запоминания

произвольное

непроизвольное



Тренировка памяти



Правила успешного запоминания



1. Нужно постепенно накапливать информацию. Чем больше человек получает информации, тем быстрее запоминает новую.

Правила успешного запоминания



2. Необходимо формировать установку на длительность, полноту и прочность запоминания.

Правила успешного запоминания



3. Материал, который необходимо запомнить, должен быть осмысленным, предельно понятным.

Правила успешного запоминания



ТЕКС

Т

абзац

4. При заучивании большого материала необходимо разбивать его на смысловые фрагменты.

Правила успешного запоминания

Повторение – мать учения.

Повторение – мать учения.

Повторение – мать учения.

Повторение – мать учения.

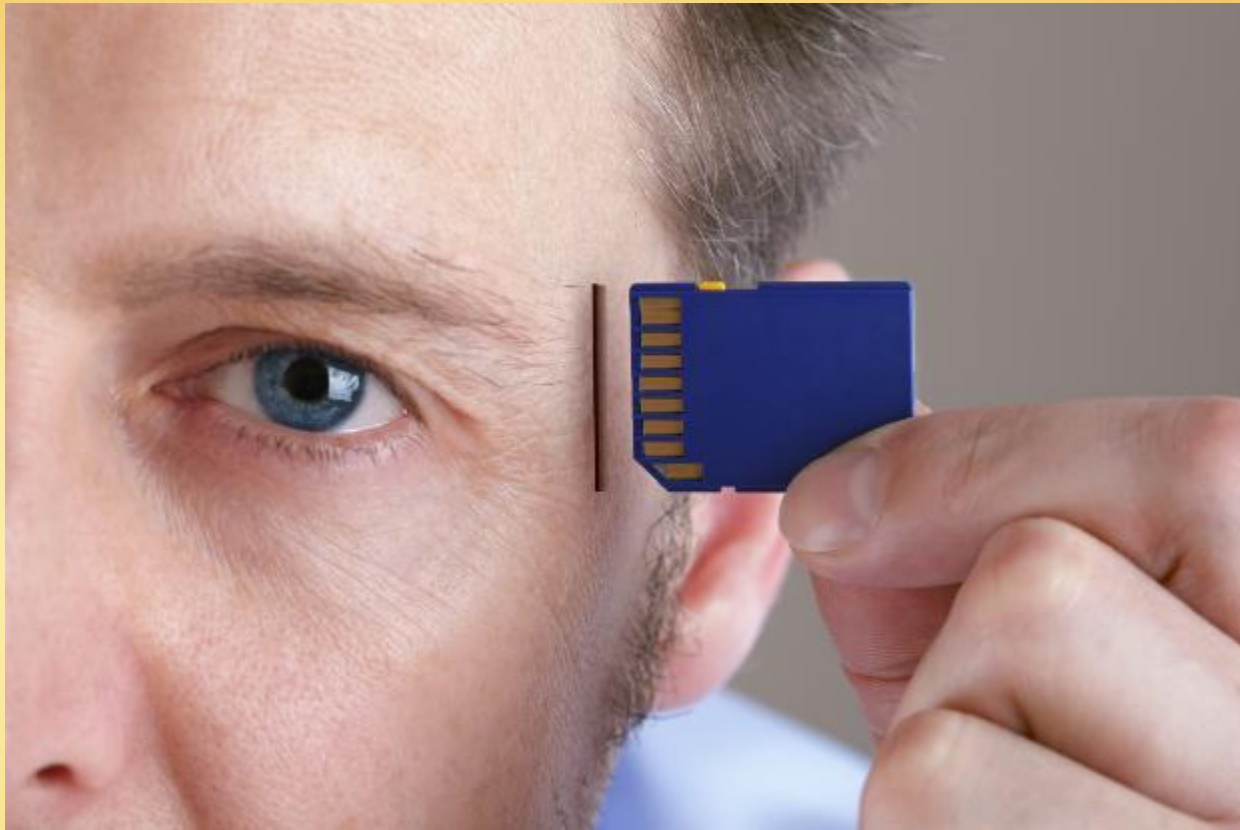


5. «Повторение – мать учения». Чем больше раз повторяется материал, тем прочнее он запоминается.

Правила успешного запоминания



6. Процесс заучивания чередуется с паузами отдыха.
Отдых должен быть активным: ходьба, спортивные игры, плавание.



Память для человека очень ценное качество,
её необходимо не только развивать, но и сохранять.

Пагубное влияние вредных привычек на память



алкоголь



НИКОТИН



наркотики



ухудшение умственной деятельности

Влияние алкоголя на память

- страдает кратковременная память;
- замедляется мозговая деятельность.



Амнезия — это заболевание, связанное с общей или частичной потерей памяти.