Память. Диагностика и развитие памяти

Задачи:

- Понять, что такое память.
- Изучить свойства памяти.
- Определить виды своей памяти.
- Определить объём памяти.
- Узнать, как можно развивать свою память.

Память- психический процесс

- Запоминания
- Сохранения
- Воспроизведения прошлого опыта

Запоминание

- Механическое
- Осмысленное
- Непроизвольное
- Произвольное

Сохранение

- Сенсорная память
- Кратковременная память
- Долговременная память

Воспроизведение

- Непроизвольное воспоминание
- Произвольное воспоминание

Свойства памяти

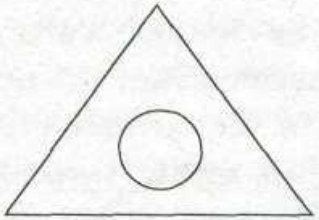
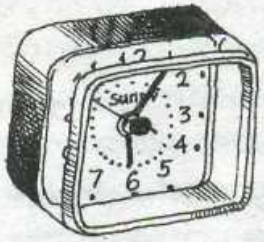
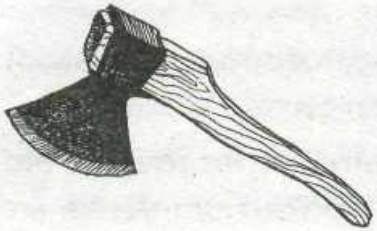
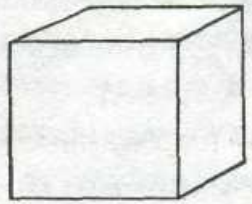
- объём
- прочность
- точность
- организованность

Виды памяти

- Двигательная память
- Эмоциональная память
- Образная(зрительная, слуховая, осязательная, обонятельная, вкусовая)
- Словесно-логическая

Диагностика зрительной памяти на образы

Приведенная ниже таблица с 16 образами экспонируется в течение 20 секунд.

	2		В
			
CO_2			

Диагностика слуховой памяти «10 слов»

дирижабль, лапа, яблоко, карандаш, гроза, утка, обруч, мельница, попугай, листок.

При нормальном объеме кратковременной слуховой памяти подросток должен воспроизвести с одного предъявления не менее 6 слов.

Диагностика смысловой памяти

«Пары слов»

шум — вода
стол — обед
мост — река
рубль — копейка
лес — медведь

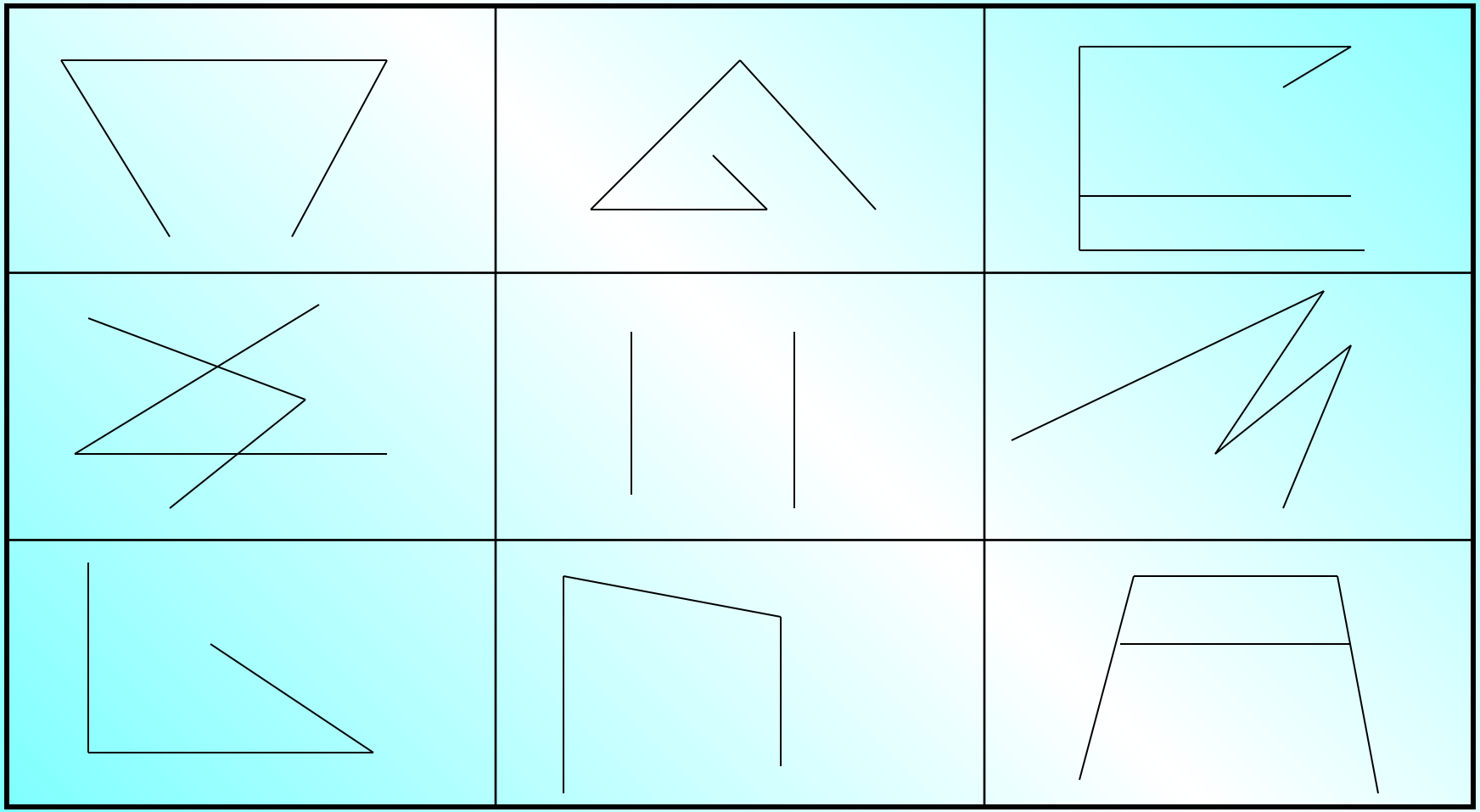
дуб — желудь
дичь — выстрел
рой — пчела
час — время
гвоздь — доска

Пары слов

- Шум
- Стол
- Мост
- Рубль
- лес

- Дуб
- Дичь
- Рой
- Час
- гвоздь

Определение объёма памяти



Тренировка памяти

Шли по лесу два товарища, и выскочил на них медведь. Один бросился бежать и влез на дерево и спрятался, а другой остался на дороге. Делать ему было нечего. Он упал наземь и притворился мертвым. Медведь подошел к нему и стал нюхать: он и дышать перестал. Медведь понюхал ему лицо, подумал, что мертвый, и отошел. Когда медведь отошел, первый слез с дерева и смеется. «Ну, что, — говорит, — медведь тебе на ухо говорил?» «Он сказал мне, что плохие люди те, которые в опасности от товарищей убегают».

Запишите как можно больше слов на темы:

- Школа
- Спорт
- Музыка
- Искусство
- Книга

Повторите скороговорку

- Карл у Клары украл корралы, а Клара у Карла украла кларнет.
- Я вокруг погреба хожу. Все про погреб говорю.
- Перепел перепелку и перепелят в перелеске прятал от ребят.
- Пошла Поля полоть в поле, да все поле не переполоть Поле.

Напишите рассказ

- Поляна
- Колесо
- Чашка
- Ведро
- Нора
- Лупа
- Весы
- Экскаватор
- Листья
- Овраг

Гибкость памяти

1. Буря мглою небо кроет,
   Вихри снежные крутя…
2. По улицам слона водили…
3. По дороге зимней, скучной
   Тройка борзая бежит….
4. У лукоморья дуб зеленый…
5. В доме восемь дробь один
   У заставы Ильича…

Правила запоминания

- Относится к предмету не безразлично, а с интересом.
- Старайтесь понять смысл материала.
- Выделите главное, что нужно запомнить.
- Систематически повторяйте и воспроизводите материал

«Повторение – мать учения»

- Что запоминается быстро, то очень быстро и уходит из памяти.
- Целесообразнее всего запоминать материал под вечер, а повторять его на следующее утро.

ПАМЯТЬ *самое ценное, что есть у человека. Это волшебная шкатулка, которая сохраняет наше прошлое для нашего будущего.Поэтому постоянно пополняйте свою шкатулочку новыми знаниями и умениями.*