

Знакомься: ТВОЯ ПАМЯТЬ



Знакомься: твоя память

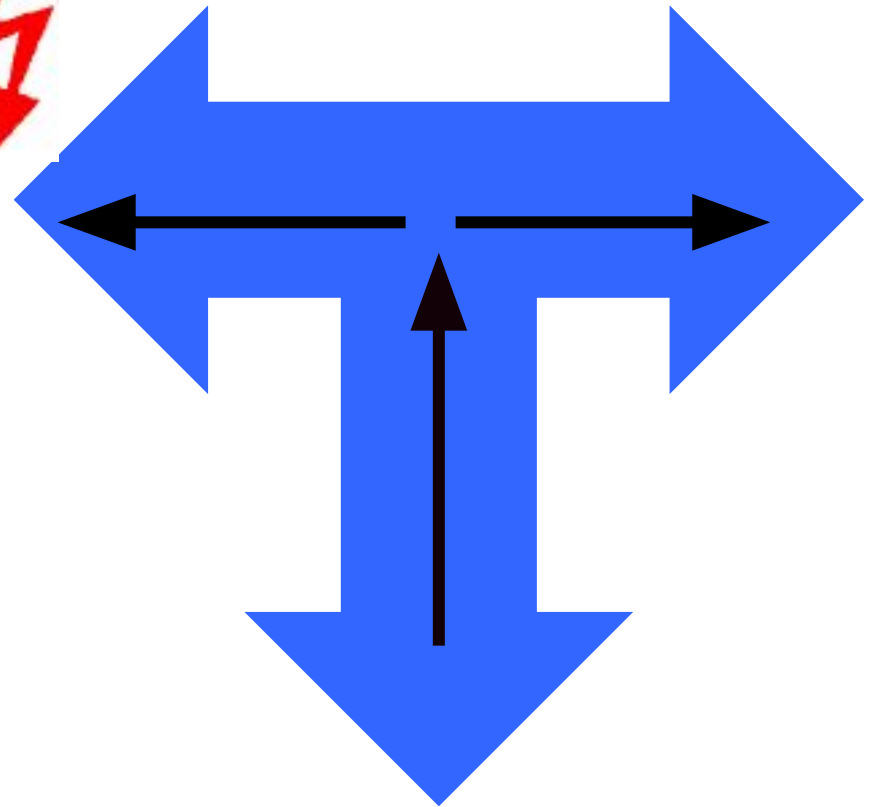


**Память - способность
мозга сохранять
информацию и
воспроизводить ее при
необходимости спустя
какое-то время**

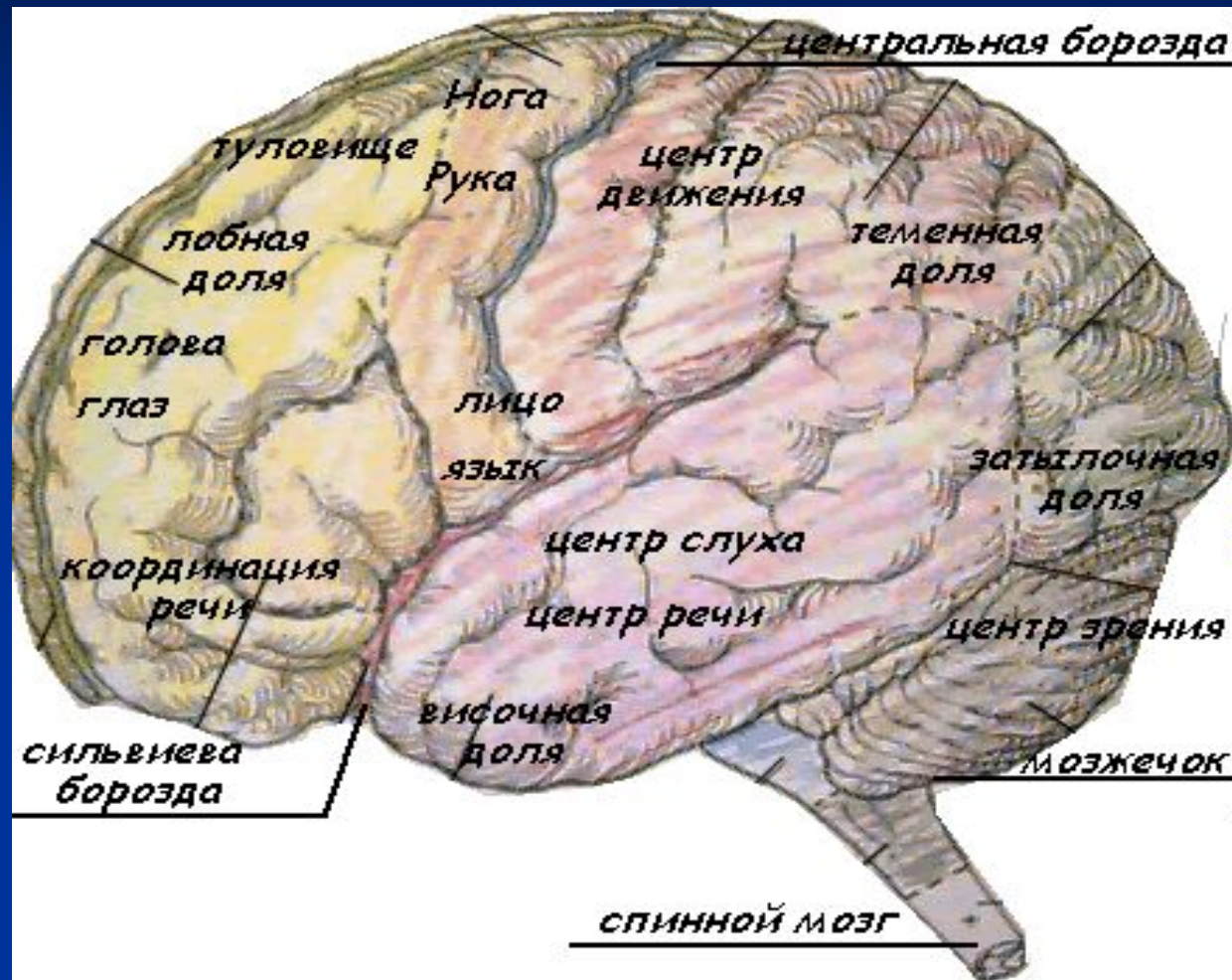


Примитивные формы памяти

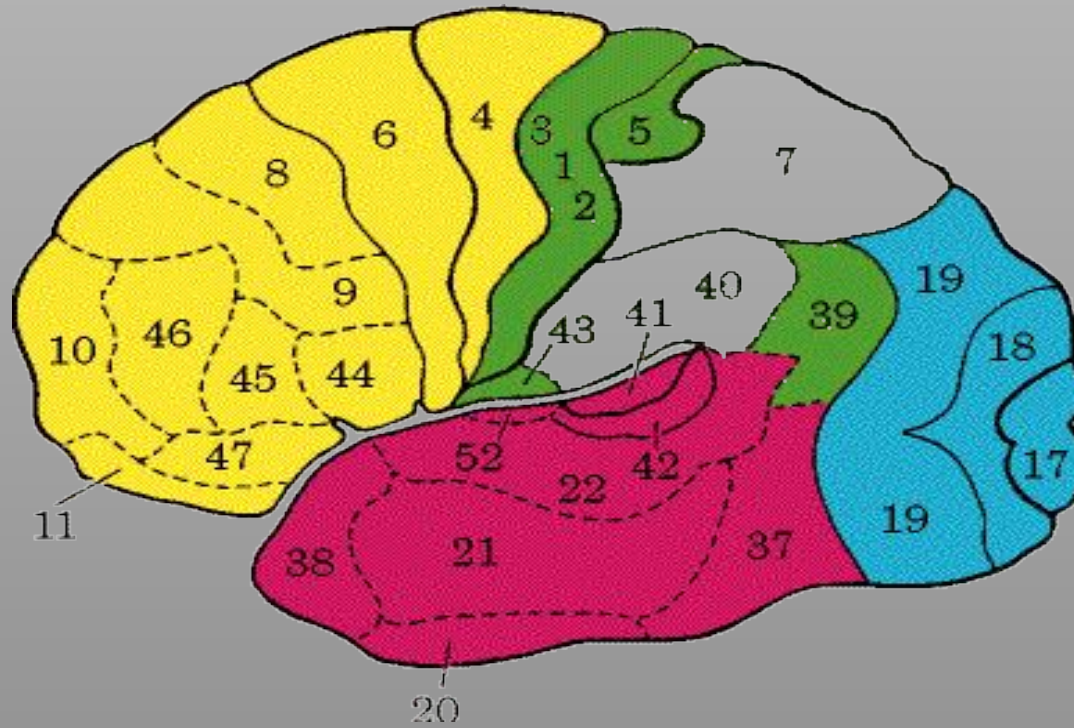
150 повторений



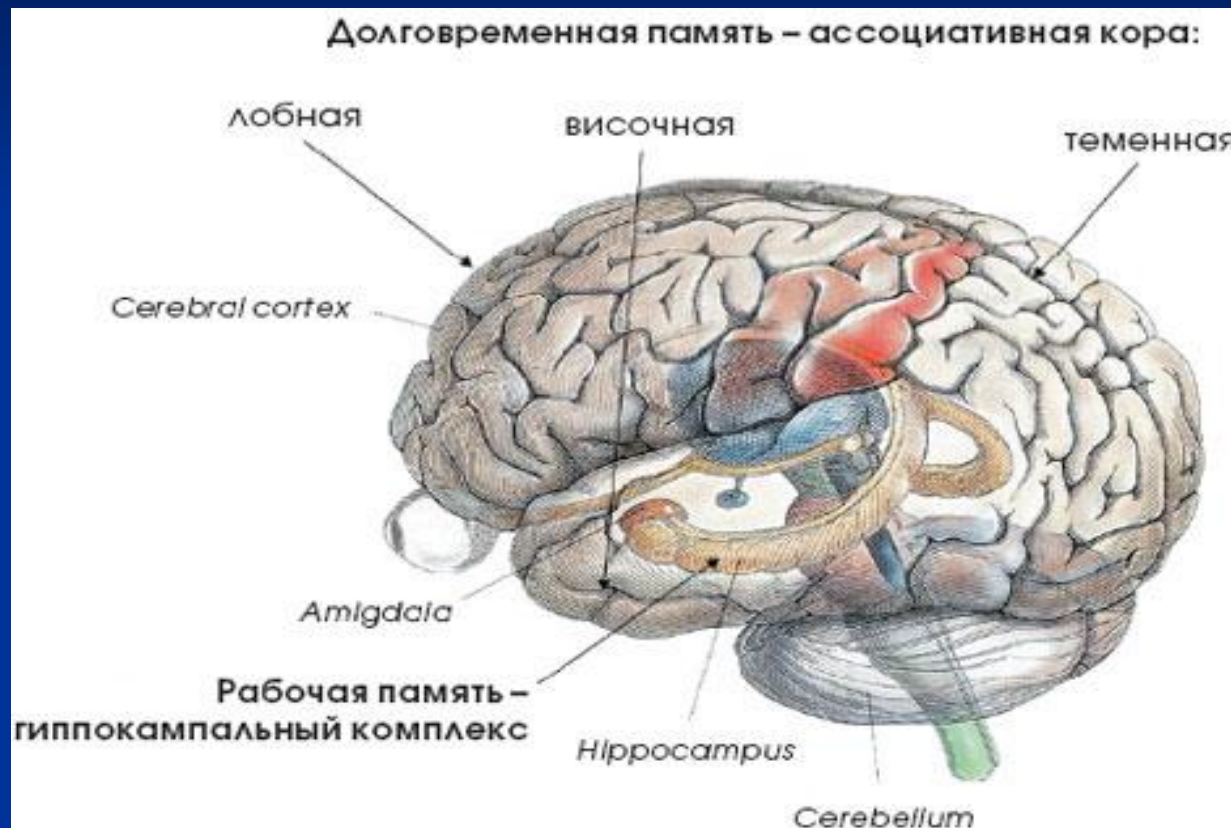
Строение головного мозга



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">1. Двигательная2. Образная3. Эмоциональная4. Слуховая	<ol style="list-style-type: none">1. Непроизвольная2. Произвольная	<ol style="list-style-type: none">1. Иконическая (мгновенная)2. Кратковременная3. Долговременная4. Оперативная5. Генетическая

Импринтинг

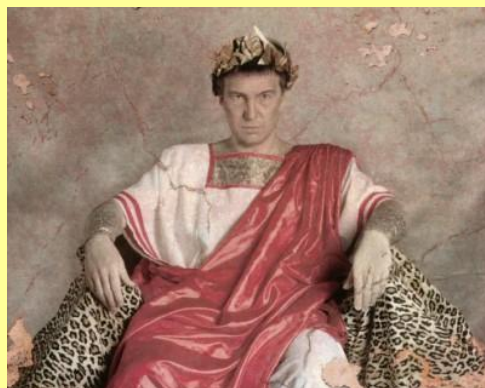


«Запечатленные» гусята следуют
за «мамой» — К. Лоренцем

РЕКОРДЫ ПАМЯТИ



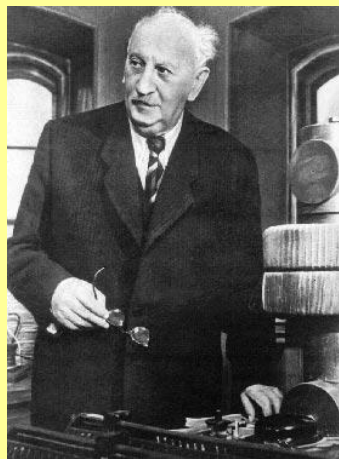
Александр
Македонский



Юлий Цезарь



Наполеон



Академик А.Ф. Иоффе



Академик С.А. Чаплыгин

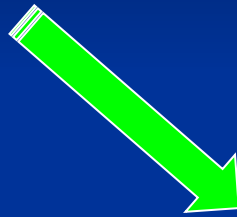
Искусство совершенной памяти



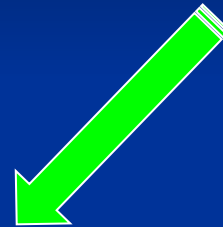
**Могу ли я влиять на свою
успешность?**

Как устроена память

Природная
память

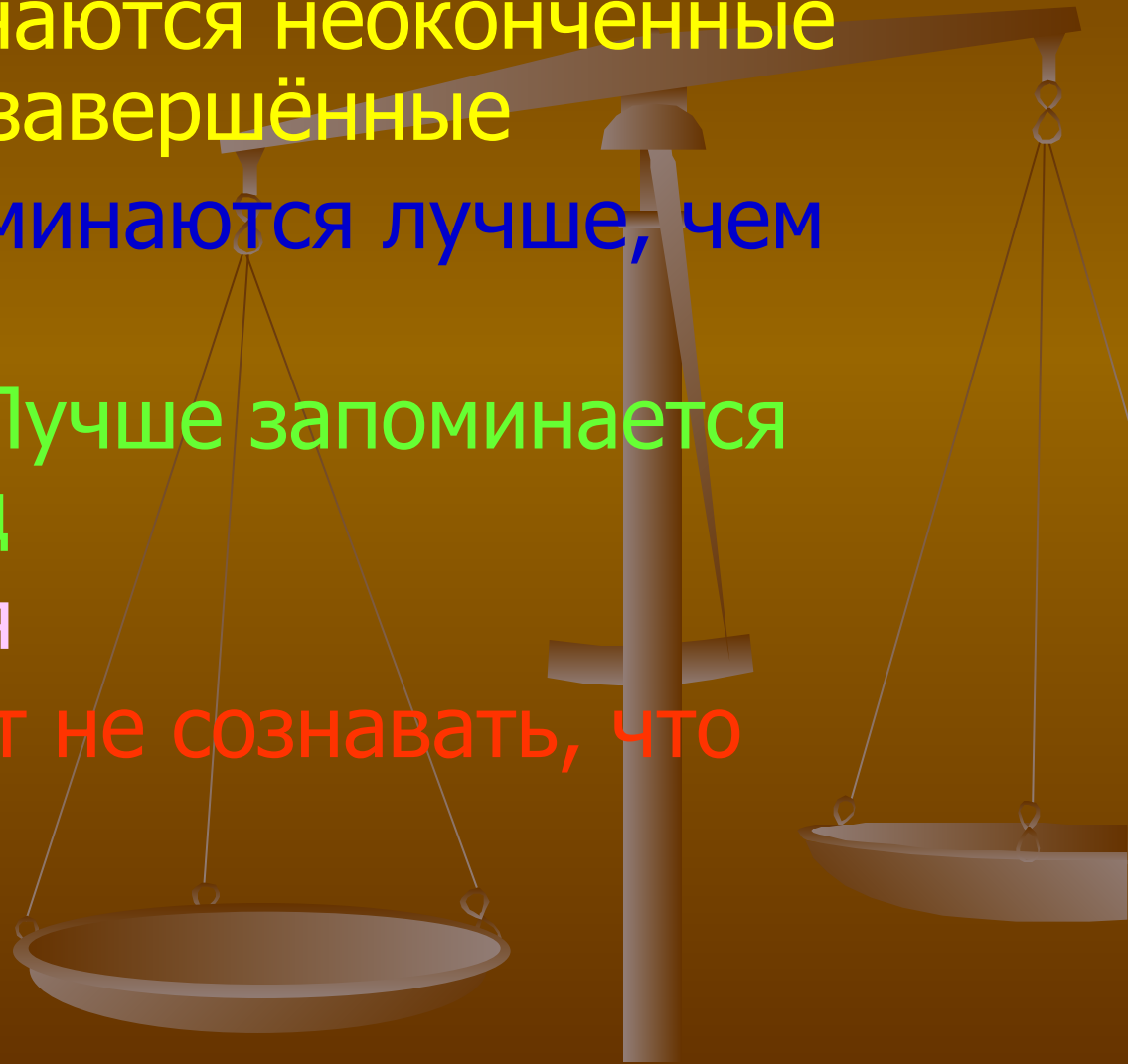


Культурная
память



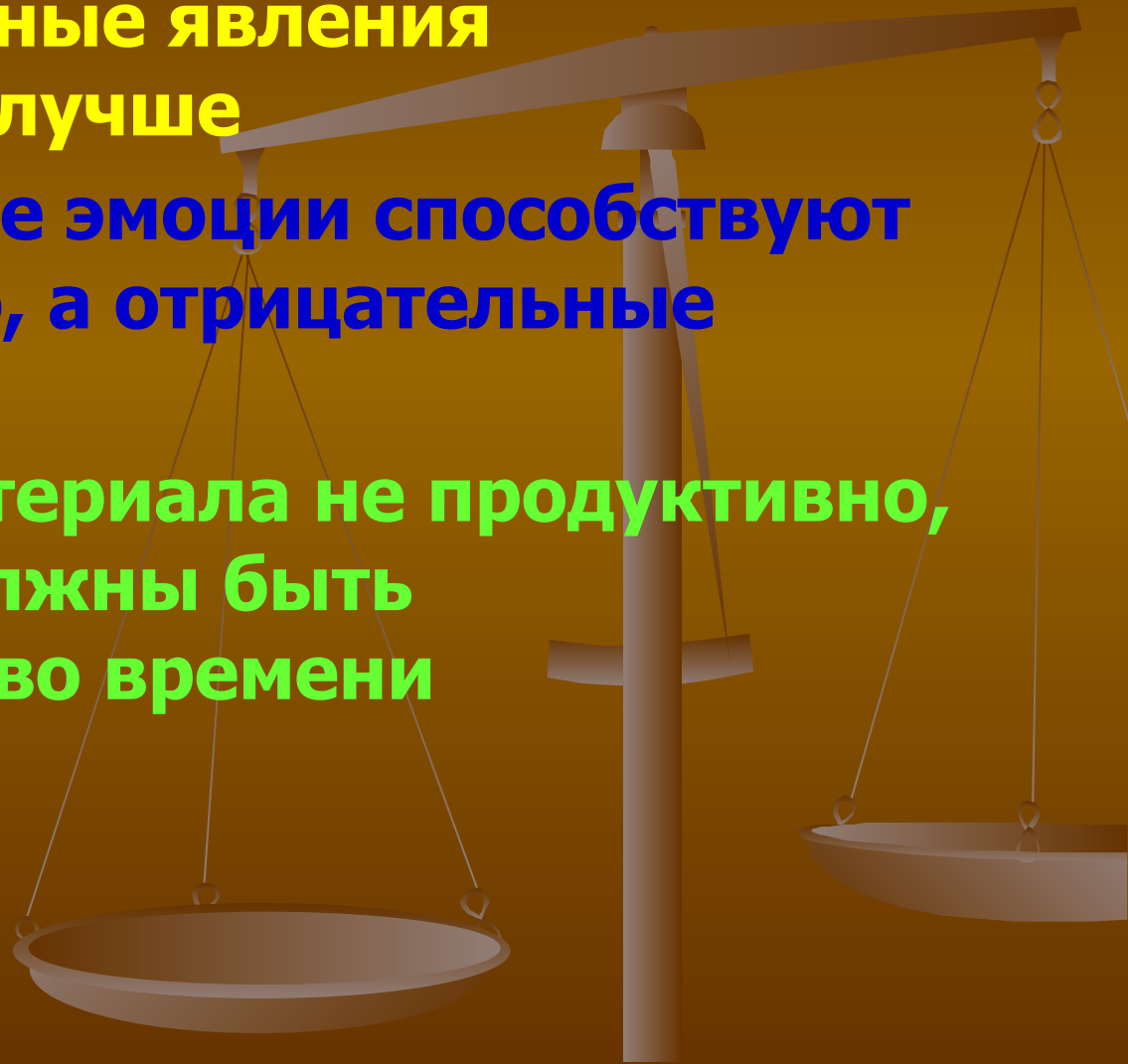
Законы памяти

- ❖ 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**



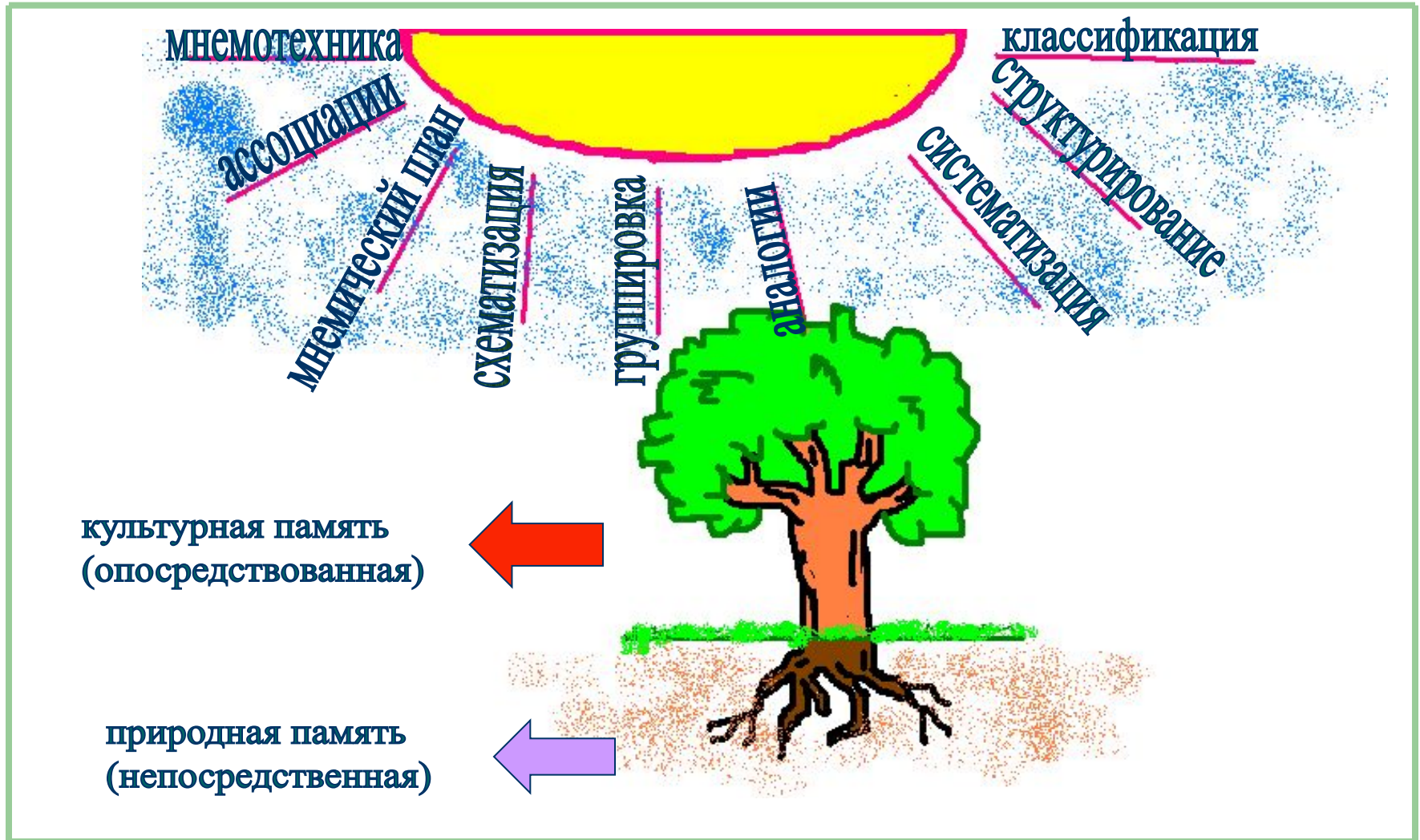
зависит от способа её получения



Расположение информации на доске, на плакате

28%	33%
16%	23%

Строение памяти и пути её развития.



учись запоминать!

«Мнемотехника»



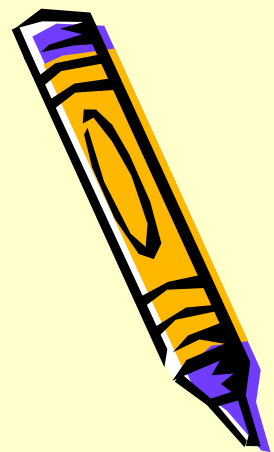
Вспомни порядок следования цветов в спектре.

Ответ. Каждый охотник желает знать, где сидит фазан.



Вспомни с помощью какого шуточного выражения можно запомнить определение биссектрисы.

Ответ. Биссектриса - это крыса, которая бежит по углам и делит угол пополам.



«МНЕМОТЕХНИКА» учись запоминать!



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 H₂O».





Приём запоминания таблицы умножения

$1 \times 9 = 09$

$6 \times 9 =$

$2 \times 9 = 18$

$7 \times 9 =$

$3 \times 9 = 27$

$8 \times 9 =$

$4 \times 9 = 36$

$9 \times 9 =$

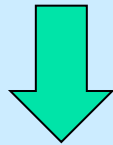
$5 \times 9 = 45$

$10 \times 9 =$

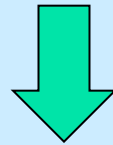
УЧИСЬ ЗАПОМИНАТЬ

Ассоциации

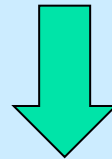
Дружба



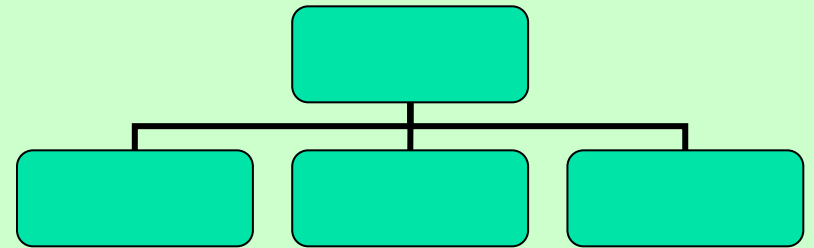
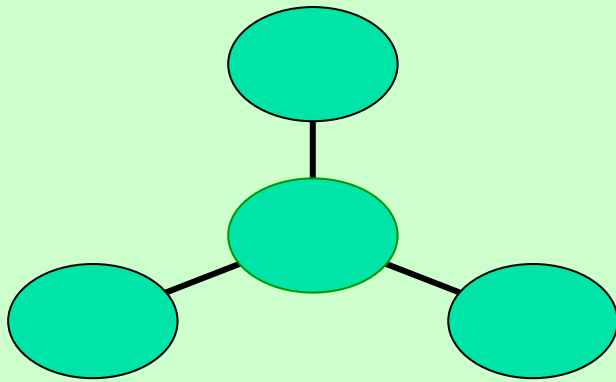
Путешествие



Счастье



УЧИСЬ ЗАПОМИНАТЬ



- Структурирование
- Схематизация

чтобы память не подводила

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

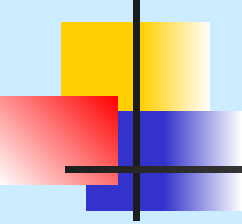
**Для этого заведи собаку,
она всегда напомнит тебе
о прогулке**



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!!!**

