

Неделя 4

День 3

Вспомнить

Всё:

Уверена, что вы с легкостью ответите на вопросы:

1. Вспомните по порядку все мифы, которые вы уже запоминали?
2. Какая карта вчера была самая последняя?
3. Что такое «терт» по-киргизски.

Угол зрения

Подобное упражнение мы выполняли на занятии. Прочитайте числа справа и слева в каждой строчке, фокусируясь взглядом только на центральном числе.

13-----66-----98
34-----55-----20
46-----21-----79
18-----24-----96
39-----47-----43
86-----77-----13
14-----51-----22
19-----21-----65
20-----32-----87

Таблица Шульце

Выполнять по желанию, задание не обязательное.

Фокусируйтесь взглядом только на центральной клетке.

Глядя на нее, нужно найти периферическим зрением все числа от 1 до 25.

19	14	2	18	7
24	12	13	5	22
23	4	8	6	9
20	25	1	3	17
16	11	10	15	21

Упражнения для развития фото-памяти

1. Кликните мышкой, когда будете готовы. На экране появится изображение с красной точкой посередине.

2. Ваша задача непрерывно смотреть на белую точку.

Карточка автоматически исчезнет через 30 секунд и появится белое поле.

3. На белом поле вы увидите «послеобраз». Посмотрите на него пока он не исчезнет.



Место для «послеобраза»

Сетка

Когда будете готовы, перейдите на следующий слайд.

На экране появится сетка памяти, которая автоматически исчезнет через 10 секунд просмотра.

Вы будете видеть её 3 раза.

Просто посмотрите на ВСЁ и попробуйте увидеть после просмотра в воображении ТОЛЬКО верхний ряд.

Подключение тактильных ощущений (как на занятии) должно помочь.



Сетка памяти

Когда будете готовы, переходите на следующий слайд.

Смотрите на ВСЁ.

После просмотра постарайтесь увидеть в воображении ТОЛЬКО средний ряд.



Сетка памяти

Когда будете готовы, переходите на следующий слайд.

Смотрите на ВСЁ.

После просмотра постарайтесь увидеть в воображении ТОЛЬКО нижний ряд.



Возьмите лист бумаги,
начертите таблицу 3×4 .

Запишите картинки в
ячейки таблицы в том
порядке, в котором вы их
запомнили.

Задание по развитию памяти

1. Запоминаем подвиги Геракла с помощью крючков 😊
2. Седьмой подвиг Геракла: Критский бык
3. Восьмой подвиг Геракла: Кони Диомеда
4. Девятый подвиг Геракла: Пояс Ипполиты

Алгоритм:

1. Подбираем созвучие к названию подвига
2. Ассоциируем образ цифры с созвучием
3. Представляем ассоциацию в воображении.

Пример:

Немейский лев – созвучие – «немейский» похоже на «немецкий» и «немой». Можно представить себе немого льва, который не может разговаривать и пишет записки на немецком, чтобы объясняться с окружающими, а потом сжигает их на свечке (потому что это первый подвиг, а 1 – свеча).

На сегодня всё!
Мы большие молодцы! 😊