

# Пам'ять – психічний процес, який полягає в закріпленні, збереженні та наступному відтворенні здобутого досвіду

- Рухова
- Емоційна
- Образна (зорова, слухова, на дотик, запах, смак)
- Словесно-логічна

Функції: запам'ятовування, збереження, відтворення, забування

# Правила запам'ятовування:

- Повторення
- Змістовна окресленість понять
- Розуміння
- Конкретність інформації
- Увага при засвоєнні
- Відтворення

- Двічі повторене засвоюється краще
- Оптимальний інтервал між повторенням – декілька ХВИЛИН



- Інформація повинна мати чіткі межі та змістовно окреслена.
- Між блоками інформації бажано робити паузу





- Важливе розуміння матеріалу,
- Обмеження маловживаних та нових слів
- Краще засвоюються конкретні факти, зайві слова розчиняють увагу

- Розуміння важливості інформації, її унікальності покращує запам'ятовування
- Позитивно емоційно окрашена інформація сприймається краще



Краще запам'ятовується те,  
що постійно відтворюється .  
«Повторення – мати навчання»



# Таким чином запам'ятовування буде більш ефективним, якщо:

- Є повторення (краще через декілька хвилин)
- Інформація має чіткі межі
- Інформація зрозуміла
- Краще запам'ятовується конкретне ніж абстрактне
- Відчуття важливості інформації
- Позитивне налаштування



# Закони запам'ятовування:

- Оптимальність довжини ряду (7 об'єктів)
- Закон гальмування (зміна видів матеріалу)
- Закон краю (запам'ятовується перший, найкращий і останній)
- Закон осмислення, інтересу, установки
- Закон повторення

**Сприйманням** називають відображення в свідомості людини предметів і явищ дійсності за їхнього безпосереднього впливу на органи чуття.

***види сприйняття:***

***візуальний*** – (найкраще сприймає навчальну інформацію через органи зору),

***аудіальний*** - (найкраще сприймають навчальну інформацію на слух, люблять слухати музику),

***тактильний*** – (наїефективніше навчаються, відчуваючи світ на дотик),

***кінестетичний*** - (найкраще навчається у русі).

***класи сприймань:***

1. Простору,
2. Часу,
3. Руху,
4. Об'єктів.

# Сприйняття – відображення в свідомості людини предметів і явищ

- Візуальний
- Аудіальний
- Тактильний
- Кінестетичний



# Увага

- Мимовільна
- Довільна
- Післядовільна (викликана інтересом до процесу)



## Це цікаво!

*Олександр Македонський* – пам'ятав обличчя й імена майже всіх солдат своєї армії.

*Федір Шаляпін*, коли був маленький, його не приймали співати в хорі. А потім він став великим співаком.

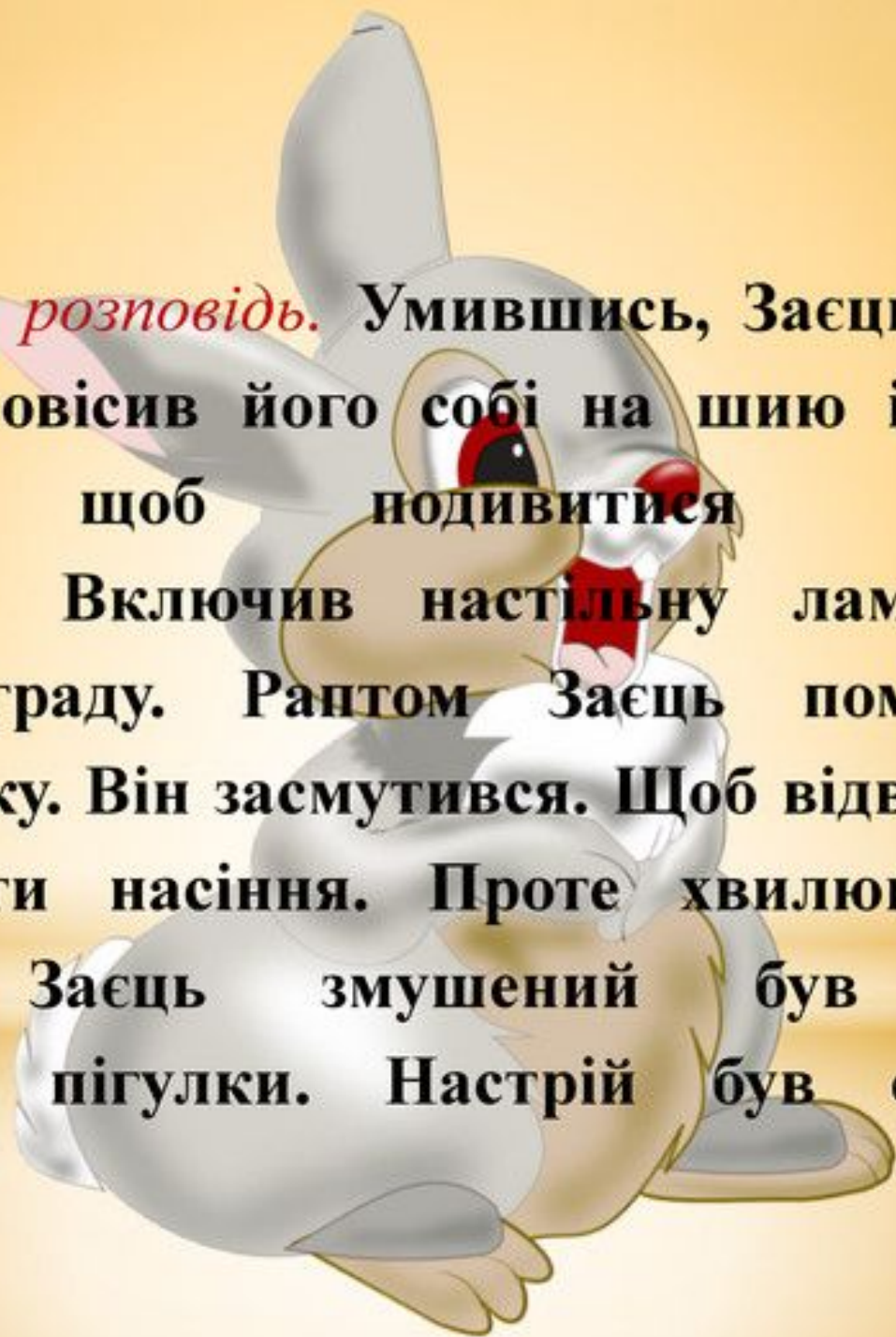
*Ісак Ньютон* був останнім учнем в класі по успішності, всі з нього глузували, це змусило його взятися за навчання, швидко залишивши позаду всіх, хто з нього жартував.

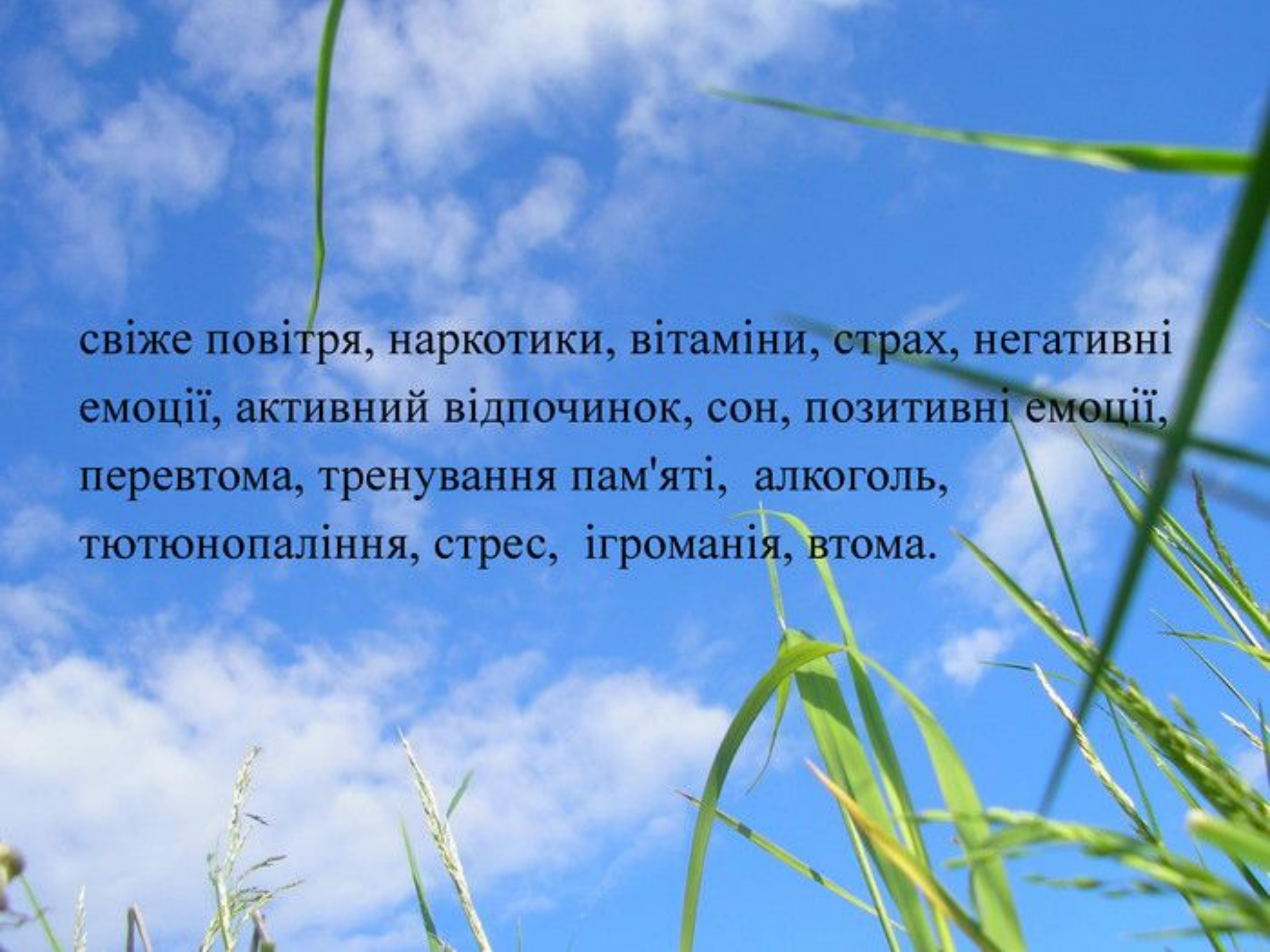
У жовтні 1834 року до університету Глазго був прийнятий студент *Уїльям Томсон*, якому на день вступу виповнилося 10 років і 4 місяці. В майбутньому він став лордом Кельвіном, видатним фізиком.

З іншого боку, здібності – категорія примхлива, тендітна. Так, гімназист *Гоголь* мав з літератури трійку, а твори зазвичай писав на двійки. Знаменитого німецького хіміка *Лібиха* виключили з гімназії за неуспішність. *Едісон, Менделєєв, Ейнштейн* були у школі «середнячками».

ЖОВТИЙ СИНІЙ ПОМАРАНЧЕВИЙ  
ЧОРНИЙ ЧЕРВОНИЙ ЗЕЛЕНИЙ  
ФІОЛЕТОВИЙ ЖОВТИЙ ЧЕРВОНИЙ  
ПОМАРАНЧЕВИЙ ЗЕЛЕНИЙ ЧОРНИЙ  
СИНІЙ ЧЕРВОНИЙ ФІОЛЕТОВИЙ  
ЗЕЛЕНИЙ СИНІЙ ПОМАРАНЧЕВИЙ

*Орієнтовна розповідь.* Умившись, Заєць витерся рушником, повісив його собі на шию і сів біля телевізора, щоб подивитися улюблену телепередачу. Включив настільну лампу, взяв гроно винограду. Раптом Заєць помітив на панчохах дірку. Він засмутився. Щоб відволіктися, взявся лузати насіння. Проте хвилювання не проходило. Заєць змушений був випити заспокійливі пігулки. Настрій був остаточно зіпсований.





свіже повітря, наркотики, вітаміни, страх, негативні емоції, активний відпочинок, сон, позитивні емоції, перевтома, тренування пам'яті, алкоголь, тютюнопаління, стрес, ігроманія, втома.



1. Як написати "мерзла вода" трьома літерами?
2. Який звір найбільше схожий на кота?
3. Скільки картоплин у горщик улізе?
4. Який кінь, коли його миють?
5. Скільки кроків зробить горобець за сім років?
6. Що посеред землі стоїть?
6. Який рік тягнеться один день?
8. Гора й долина, а що між ними?
9. Якої риби в річках найбільше?
10. Як написати "суха трава", щоб вийшло чотири літери?
11. Коли кинути камінь у Чорне море, який він буде?
12. Чим вечір кінчається, а ранок починається?
13. Що буде з козою, як їй сім літ мине?
14. Хто завжди правду каже?

# **«10 умов успішного навчання»**

**1. Дотримання режиму дня**

**2. Упевненість у своїх силах**

**3. Розвиток сили волі**

**4. Уважність під час навчання**

**5. Намагатися осмислювати та розуміти навчальний матеріал**

**6. Самостійність у навчанні**

**7. Практичне застосування знань та умінь**

**8. Розширення свого кругозору**

**9. Самовиховання кращих людських якостей**

**10. «Товаришувати» з усіма навчальними предметами**

## **Пам'ятка для учня для продуктивного запам'ятовування**

- намагайтеся ставитися до матеріалу, який ви запам'ятовуєте, не байдуже, а з великим емоційним інтересом;
- навчіться зосереджувати свою увагу на досліджуваному предметі;
- намагайтеся зрозуміти матеріал, формуйте в себе свідомий вольовий намір запам'ятати його;
- осмислено повторюйте матеріал, користуйтеся смисловими опорами, смисловим співвіднесенням та смисловим групуванням;
- учіть і повторюйте невеликими дозами, краще вчити по одній годині сім днів, аніж сім годин поспіль за один день;
- після фізики вчіть історію, після літератури — математику: пам'ять любить різноманітність;
- у ході запам'ятовування записуйте ключові слова, малюйте схеми, діаграми, графіки;
- якщо одержали завдання у вівторок, а відповідати треба в п'ятницю, не чекайте до четверга: вивчіть одразу, а напередодні тільки повторіть.