Серия «Информкультура» предлагает следующие выпуски:

«О конспектировании и реферировании текстов»

«Лекция. Оформление лекции»

«Виды записей, которыми владеет квалифицированный студент (план, тезисы, конспект) »

«Виды записей-2, которыми владеет квалифицированный студент (реферат, лекция)»

«Подготовка к докладу на семинаре»

Успехов Вам в учебе!

СЕРИЯ «ИНФОРМКУЛЬТУРА»

МБОУ ВПО
«Екатеринбургская академия современного искусства» (институт)

Адрес: 620012, г. Екатеринбург, ул. Красных партизан, 9/ бульвар Культуры,3
Транспорт: трамваи №№ 6, 8, 19, 22, 23 до ст. «Машиностроителей»;
Автобус ы и маршрутное такси: №№ 033, 060, 36 до ост. «Храм Рождества Христова»
Телефон (343) 346-76-32
еаси.екатеринбург.рф

СЕРИЯ «ИНФОРМКУЛЬТУРА»

Специальные советы по запоминанию

«Для того, чтобы усовершенствовать ум, надо больше размышлять, чем заучивать»
Р.Декарт



Екатеринбург
2015

Запоминание

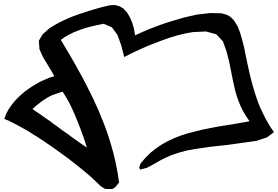
У психологов и педагогов существует специальный термин: **"установка" на запоминание.** Так обозначается **волевое усилие, предшествующее процессу запоминания и сопровождающее его.** Приступая к работе над информацией, которая должна надолго отложиться в памяти, нужно **приказать себе запомнить,** в этом случае меняется процесс умственной деятельности при чтении:



- текст читается более внимательно,
- особое внимание уделяется структуре материала,
- не только уясняется порядок изложения, но и определяется, чем вызвана та или иная последовательность,
- мысленно повторяются заглавия *уже* выделенных частей текста,
- особо важные фрагменты текста мысленно пересказываются,
- формулировки читаются особо пристально, а деталям уделяется меньше внимания.

Чтение с толком, толкование, объяснение самому себе прочитанного, т.е. размышление, для запоминания необходимо, иначе - зубрежка, результаты которой неэффективны: воспроизвести информацию, как правило, можно только при ответе на прямой вопрос, а в новой ситуации приобретенные зубрежкой знания применить невозможно.

В книге Б.С. Алякринского "О таланте и способностях" приведены специальные упражнения по запоминанию. "Словесно-логический материал, - пишет Б.С. Алякринский, - запоминается более успешно в том случае:



- когда этот человек имеет уже большой объем знаний в той области, к которой относится и данный конкретный заучиваемый материал;
- когда у человека сформирована установка на длительность, полноту и точность запоминания;
- если при заучивании материала он внимательно прочитывается один раз, с разбивкой материала на смысловые фрагменты, и затем воспроизводится путем активных повторений с подглядыванием;
- если между отдельными повторениями вводится пауза продолжительностью около 24 часов;
- если в процессе работы над материалом отдельные сеансы продолжительностью около 45-60 минут разграничиваются интервалами отдыха длительностью около 15 минут;
- если при необходимости запомнить что-либо наизусть заучиваемый текст прочитывается целиком, сразу от начала до конца (как правило, он должен содержать не более 1000 слов)".

Каждый такой вывод-совет опирается на большую исследовательскую работу ученых, но не гарантирует моментального успеха. Давайте вспомним **основополагающие принципы культуры умственного труда - последовательность и систематичность.**

Универсальных советов не бывает, и ваша работа по воспитанию памяти должна учитывать особенности именно вашей памяти. Давайте вспомним, какие существуют типы памяти :

- зрительный,
- слуховой,
- двигательный.

Тренировка памяти идет двумя путями: дорогой **расширения кругозора** в процессе самообразовательной работы и дорогой **настойчивой, скрупулезной работы над книгой с карандашом в руках.**

Ещё один совет: как бы трудно ни шло на практике овладение этими приемами, не отчаивайтесь! Нужна настойчивость! А сейчас подумайте над вопросом: "Доволен ли я своей памятью?"