

Памятка «Приемы и методы запоминания»

Метод ассоциаций

Чем более яркими окажутся образы, тем проще им будет отложиться в памяти. Например, чтобы запомнить биографию того или иного исторического деятеля, стоит вспомнить знакомого человека, который похож на этого персонажа внешне или с точки зрения характера, носит такое же имя и так далее. Замечательно, если ассоциации будут смешными, многим людям так проще усваивать информацию.

Чтобы цифры (формулы, даты) надолго закрепились в памяти, необходимо мысленно соотнести их с числом, которое хорошо помнит учащийся. Скажем, историческая личность могла появиться на свет в тот же день, что и друг или родственник. Или дата напоминает знакомый телефонный номер.

Можно запечатлеть в памяти и формулу, если перестать воспринимать ее именно как формулу. При внимательном разглядывании можно увидеть знакомую фигуру, понять, что формула напоминает определенное слово и так далее.

Правило трех предложений (для гуманитарных предметов)

Сначала учащийся должен внимательно прочитать весь параграф учебника, посвященный определенной теме. Затем выбрать три главных предложения, которые в общих чертах передают весь изложенный в ней материал. Три выбранных предложения необходимо несколько раз проговорить вслух, а также записать – подобные действия помогают активизировать различные виды памяти.

Метод группирования

Вряд ли, например, кто-нибудь сможет быстро запомнить ряд из 16 изолированных цифр: 1001110101110011. Если же сгруппировать этот ряд в виде двузначных чисел: 10 01 11 01 01 11 00 11, то они запоминаются легче. В виде четырехзначных чисел этот ряд запоминается еще легче, так как он состоит уже не из 16 элементов, а из четырех укрупненных групп: 1001 1101 0111 0011. Объединение элементов в группы позволяет сравнить эти элементы, т. е. включить в процесс запоминания интеллектуальную деятельность.

Продуктивность смысловой памяти в 25 раз выше, чем механической памяти. Установление связей, структуры, принципа, закономерности построения объекта — основное условие его успешного запоминания.

Метод выделения опорных пунктов – фиксация какого-либо краткого пункта, служащего опорой более широкого содержания: тезисы, заглавие, вопросы излагаемого в тексте, примеры, шифровые данные, сравнения, план.

Метод классификации – распределение каких-либо предметов, явлений, понятий по классам, группам, разрядам на основе определенных общих признаков.

Метод структурирования – установление взаимного расположения частей, составляющих целое.

Метод схематизации (построение графических схем) – изображение или описание чего-либо в основных чертах или упрощенное представление запоминаемой информации.

Среднестатистическая оперативная память при одновременном восприятии способна удержать и затем воспроизвести в среднем лишь семь объектов. Поэтому, если подлежащего заучиванию материала очень много, лучше разбить его на большие смысловые куски, стараясь, чтобы их количество не превышало семи. И еще один вывод следует из этого правила: смысловые куски материала необходимо укрупнять и обобщать, выражая главную мысль одной фразой».