



«Возможности человеческой памяти»



Цель: актуализация представлений учащихся о возможностях человеческой памяти и приемах рационального запоминания

«Не чудо ли память человеческая!»

Если душа так уж жаждет чуда, то вовсе не обязательно искать в Гималаях встречи со снежным человеком или бороздить воды Бермудского треугольника. Область чудесного лежит гораздо ближе. Величайшее чудо на свете человеческий мозг с его невероятными ресурсами, и среди них – возможность сохранять в памяти виденное и слышанное и в случае необходимости вызывать это снова и снова. Память человеческая – двери, распахнутые в прошлое человека, вчерашнее и далекое, сохранившееся в сознании и полустертое. «Воспоминание безмолвно предо мной свой длинный развивает свиток», писал А.С. Пушкин. Установлено, что память складывается из трех процессов: запоминание, сохранение и воспроизведение, среди которых определяющим является запоминание.



Проверка «кратковременной памяти»



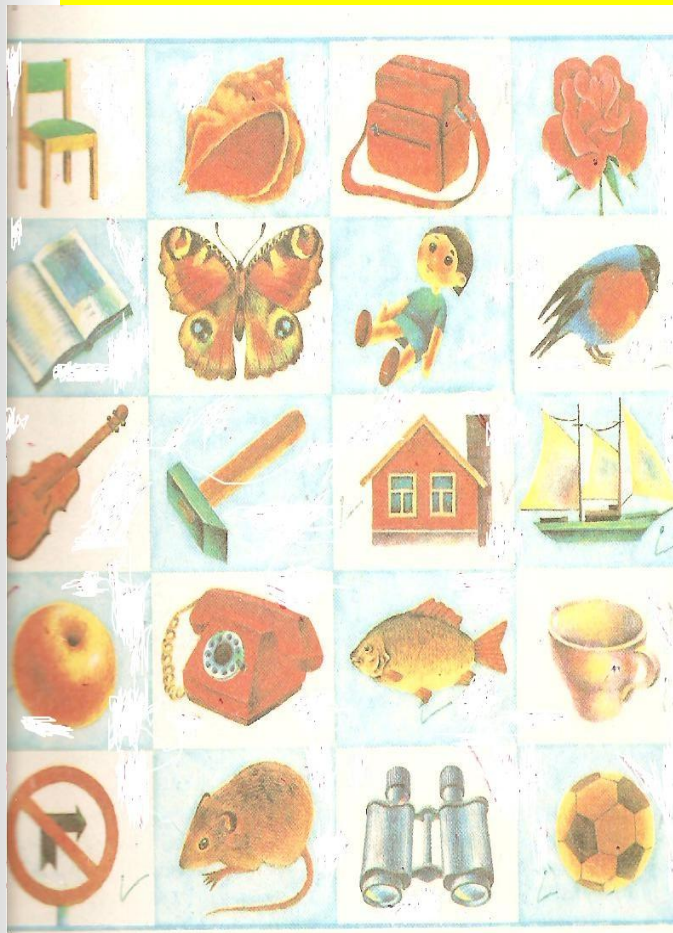
	15	39	87	23
	94	65	79	46
	83	19	94	52

«Внимание – резец памяти: чем он острее, тем глубже следы»

Свойства внимания	Совет по развитию каждого свойства внимания
Объем	Не перегружать внимание во время занятий большим количеством предметов на столе
Устойчивость	Работа « блоками » : 20 – 30 минут занятий и короткий отдых
Переключаемость	Разнообразить виды заданий
Распределяемость	Тренировка: одновременно говорить и писать
Концентрированность	Не злоупотреблять телевизором, компьютером



Проверка зрительной памяти



Результат:

90 – 100% отлично,

**70 – 90% очень
хорошо,**

50 – 70% хорошо,

30 – 50%

удовлетворительно

10 – 30% плохо

0 – 10% очень плохо

Память и талант.

По свидетельству современников, полководцы Ю. Цезарь и А. Македонский знали в лицо и по имени всех своих солдат – до 30 тысяч человек! Философ Сенека был способен повторить 2 тысячи не связанных между собой слов, услышанных лишь раз. Великий врач, философ и математик Ибн Сина (Авиценна) в юности провел несколько лет, читая книги из огромной библиотеки бухарского правителя. Когда через несколько лет во время войны она сгорела, ученый удрученно повторял, что, к несчастью. Успел прочитать только 10 тысяч томов и кроме них ничего не сможет восстановить по памяти. В Хорезме Авиценна получил от шаха в помощь 40 писцов и каждому стал диктовать текст погибшей книги. Так были восстановлены бесценные сокровища библиотеки.



Память и талант

Немало примеров уникальной памяти встречалось и в наши дни. Физик Иоффе по памяти пользовался таблицей логарифмов. Потрясающей кратковременной, точнее оперативной, памятью обладают некоторые люди, их называют чудо – счетчиками. Так инженер из Нижнего Новгорода И. Шелушков производил в течение нескольких секунд головокружительные операции с огромными числами и мог, прослушав стихотворение, сразу назвать количество букв, из которых оно состоит. Предполагает ли талант наличие необычайной памяти? Вовсе нет. Среди великих встречались люди со слабой памятью, например, физик Майкл Фарадей не мог обойтись без записей и заметок. И наоборот, многие люди с уникальными возможностями памяти во всех остальных отношениях ничем особенным не отличались.



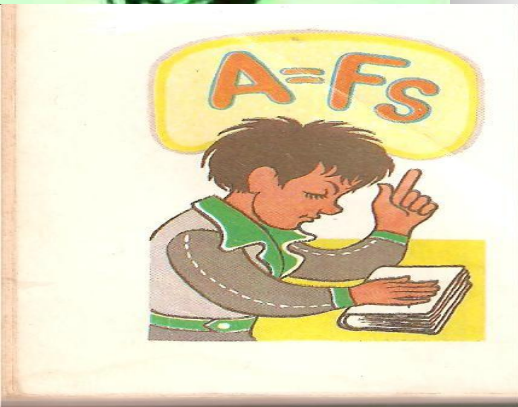
В чем возможности памяти?

Во-первых, психологи говорят, что настоящая «мать – учения» не повторение, а применение. Лучше два раза прочесть текст и два раза его воспроизвести, чем читать без воспроизведения восемь раз. Во – вторых, информацию важно сделать интересной. Если материал скучный, а запомнить его все – таки нужно, на выручку может прийти остроумие. Например, можно нарисовать комические иллюстрации к описанию химических реакций, теорему облечь в стихотворную форму. В – третьих, помните об «эффekte края». Психологи утверждают, что в памяти оседают обычно начало и конец информации, а середина выпадает. Не случайно, на концерте в более выгодном положении оказываются те исполнители, которые открывают программу или выступают последними. Понятно также, почему в споре все участники стремятся оставить за собой последнее слово.



Учимся запоминать.

1. **просмотрите текст целиком, постарайтесь запомнить названия заголовков и подзаголовков.**
2. **При первом чтении попытайтесь составить план прочитанного, отмечая о чем идет речь.**
3. **Не задерживайтесь на новых словах, датах, терминах, формулах, но произнесите их про себя, прикиньте, какие факты, события, закономерности они охватывают.**
4. **Закройте книгу и попытайтесь вспомнить о чем вы прочли.**
5. **Раскройте тетрадь с записями и просмотрите их.**
6. **Откройте книгу и просмотрите текст вторично, проверив себя, насколько правильно был заучен материал.**



Подведение итогов.

Возможности человеческой памяти поистине безграничны. Но, как мы сегодня убедились, над ней надо работать, постоянно совершенствуя себя, делая усилия над собой. Это непросто, но как начинаешь себя уважать, когда преодолеешь свою лень, пассивность, равнодушие! Вот из таких маленьких побед и складывается характер.

