

The image features a light yellow background with a subtle pattern of small white stars. On the left side, there are three balloons: a green one at the top, a light blue one in the middle, and a purple one at the bottom. Each balloon is attached to a streamer with yellow triangular flags. The word "Память" is written in a green, outlined, serif font across the center of the page.

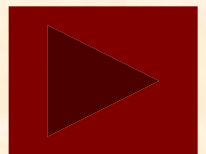
Память

Что такое память?



Память есть у всех живых существ.
у животных есть **генетическая память** (хранится в генотипе и передается по наследству) и **механическая** (основанная на повторении действий)

Память - это сложный процесс запоминания, воспроизведения и хранения информации, который продолжается в течение всей жизни человека.



Процессы памяти

ПРОЦЕССЫ ПАМЯТИ

Запоминание

Происходит закрепление нового материала путем связывания его с приобретенным ранее

Сохранение

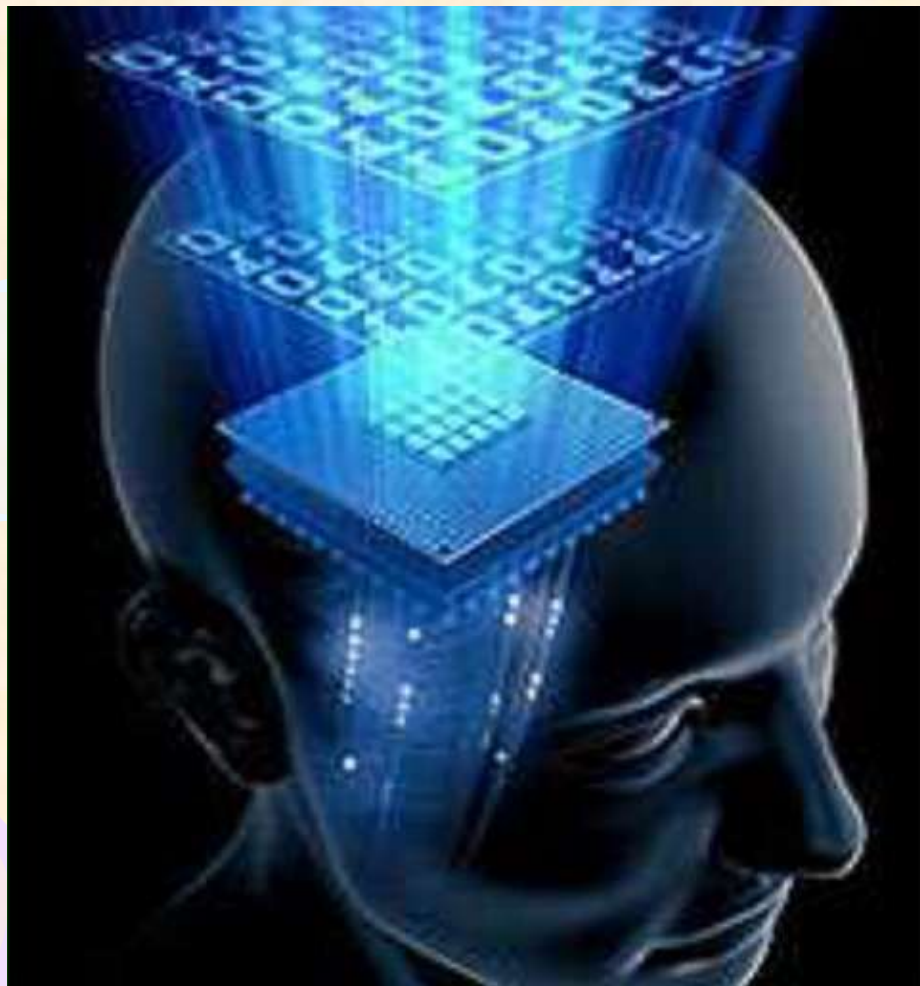
Определяется степенью участия материала в деятельности личности, то есть важностью для человека

Воспроизведение

Происходит актуализация закрепленного материала путем извлечения его из *долговременной* памяти и передача в *оперативную*



Процессы памяти



Наибольшего развития память достигает к **25 годам** и сохраняется **до 50 лет**. Затем способность запоминать и вспоминать постепенно идет на убыль



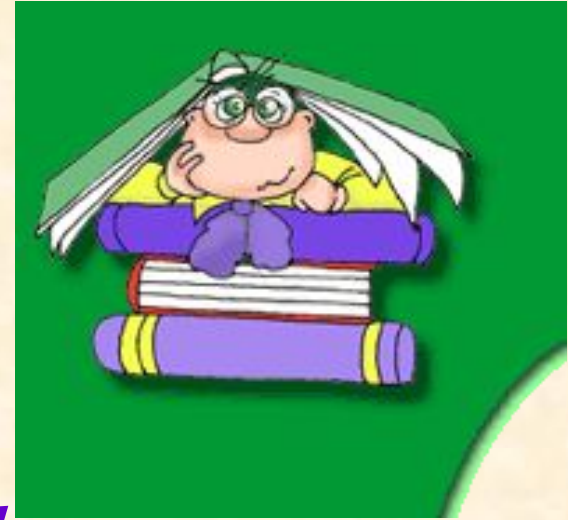
Процессы памяти

Повторение – одно из важных условий запоминания. Для **улучшения запоминания необходимо** выделение основных мыслей, использование **иллюстраций**, составление **планов, схем, таблиц.**

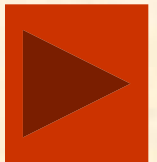


Память относится к познавательным процессам.

- Накопление впечатлений об окружающем мире*
- Сохранение опыта*
- Использование жизненного опыта*
- Хранение знаний и навыков*

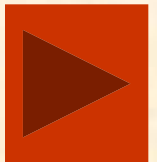


Память - это проявление высшей нервной деятельности человека.



Память - основа нашего сознания

Любая простая или сложная деятельность (чтение, письмо или осмысливание собственного поведения) основана на том, что образ воспринятого сохраняется в памяти.

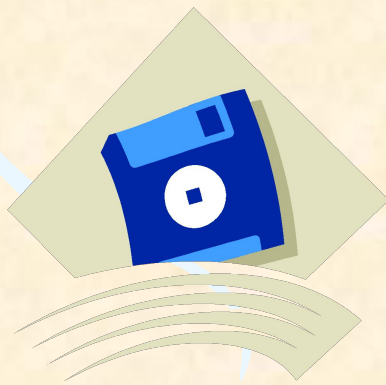


Память бывает:

- Кратковременной



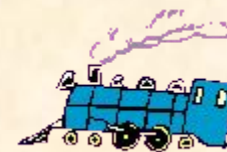
- Долговременной



- Оперативной

Кратковременная память

Например, нужно не забыть сказать другу, чтобы он взял на улицу мяч, не забыть купить хлеб в магазине и т. п. Но вот день прошел, и многие подробности, связанные с ним, отходят на задний план. В этом случае информация хранилась недолго: секунды, минуты или несколько часов.



Долговременная память



Существует определенный запас слов, сведений, понятий, образов, которые хранятся в памяти, как в арсенале, всю жизнь. Это собственное имя, образы папы и мамы, родной язык, черты и особенности того места, где человек родился и т. д.



Виды памяти

По продолжительности сохранения и закрепления материала

Кратковременная

**Очень краткое
сохранение
материала после
однократного
очень
непродолжитель
ного восприятия
и немедленного
воспроизведения**

Оперативная

**Вид
кратковремен
ной памяти.
Обслуживает
непосредстве
нно
осуществляем
ые человеком
актуальные
действия**

Долговременная

**Длительное
сохранение
материала после
многократного
его повторения**



Виды памяти

произвольн
ая

непроизвол
ьная

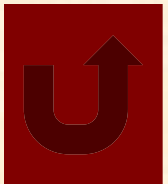


Примером произвольного запоминания может служить заучивание стихотворения наизусть. Тогда человеку необходимо поставить цель (выучить стихотворение) и приложить волевые усилия для его заучивания.





Когда же, наоборот, цель не ставится, и волевые усилия не прилагаются, но человек помнит какое-либо действие или событие, то это и есть непроизвольное запоминание. Например, просматривая какой-либо фильм, мы не ставим перед собой цели запомнить что-либо, но спустя какое-то время можем вспомнить многие сцены этого фильма.



Виды памяти

По характеру целей деятельности

Непроизвольная



Запоминание и воспроизведение, в котором **отсутствует** специальная цель что-то запомнить или припомнить

Благодаря ей формируется основная часть жизненного опыта человека

Произвольная



Запоминание и воспроизведение, в котором **присутствует** специальная цель что-то запомнить или припомнить

Благодаря ей человек получает профессиональные и другие специальные знания



Виды памяти

- Эмоциональная
- Образная
- Моторная
- Логическая
- Эйдетическая

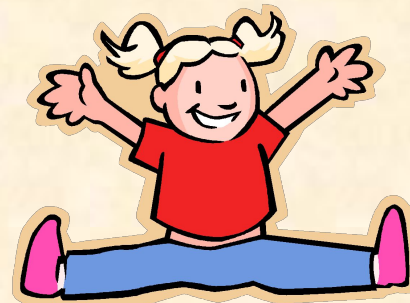


Моторная память

Запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений.

Эти движения запрограммированы - ходьба, подъем по ступенькам, плавание и т.д.

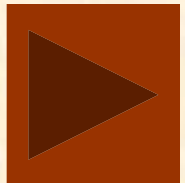
Моторная память помогает нам воспроизводить привычные действия.



Эмоциональная память

Эта память связана с переживаниями.

Эмоциональная память самая прочная.



Закон забывания

(Немецкий психолог Г.Эббингауз)

Простые события, оставившие у человека сильное впечатление, запоминаются **СРАЗУ, ПРОЧНО, НАДОЛГО.**

Более сложные, но менее интересные события, человек может переживать десятки раз, но в памяти они не остаются.



Закон мотивированного забывания (З. Фрейд)

Человек имеет склонность забывать психологически неприятное



Образная память

Информация запоминается в виде образов.

Память может быть:

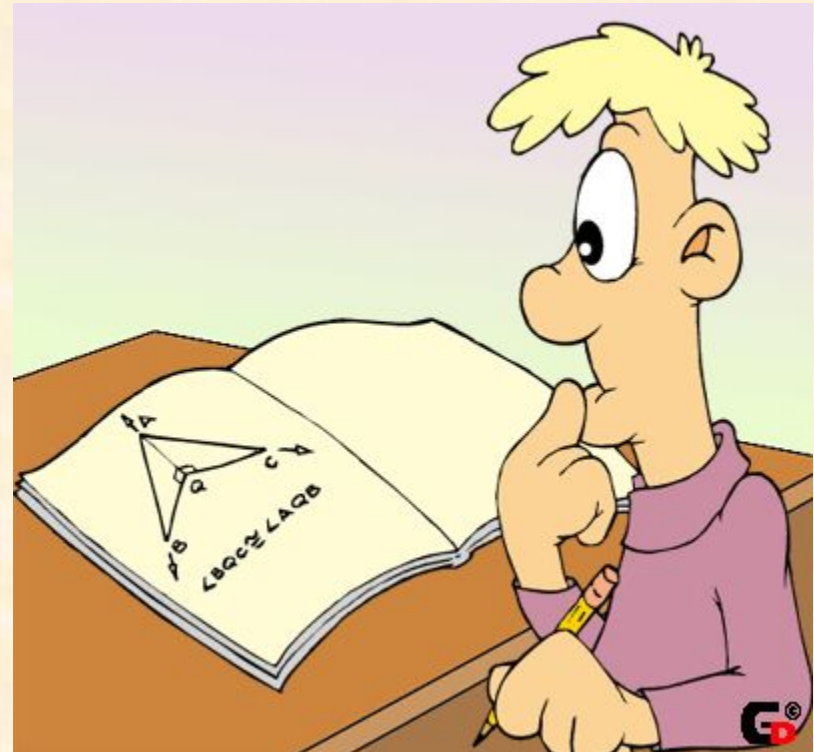
- зрительной
- осязательной
- обонятельной
- вкусовой
- слуховой



Логическая память

Сложно запомнить какой-либо материал без понимания, без логического восприятия.

Логическая память — результат тех интеллектуальных возможностей, которые есть у человека.



Эйдектическая память

Особый вид памяти, проявляющийся далеко не у всех людей.

Наличие эйдектической памяти установлено у некоторых выдающихся художников, музыкантов.

Эйдетизм— особый вид памяти, преимущественно на зрительные впечатления, позволяющий удерживать и воспроизводить в деталях образ воспринятого ранее предмета или явления.

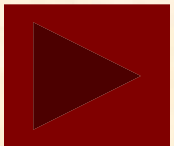


Художник Виктор Васнецов



СВОЙСТВА ПАМЯТИ

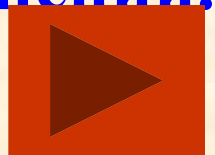
- **ОБЪЕМ** (возможности запоминания и сохранения информации)
- **БЫСТРОТА ЗАПОМИНАНИЯ** (скорость произвольного запоминания)
- **ГОТОВНОСТЬ К ВОСПРОИЗВЕДЕНИЮ**
(использование в практической деятельности имеющуюся информацию)
- **ТОЧНОСТЬ** (точно сохранять, точно воспроизводить запечатленную в памяти информацию)
- **ДЛИТЕЛЬНОСТЬ СОХРАНЕНИЯ** (удерживание определенное время необходимой информации)



Особенности памяти у женщин



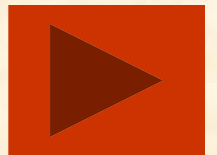
У женщин гораздо хуже развита зрительно-пространственная память. Поэтому не исключено, что девочки могут иметь затруднения при изучении таких предметов, как геометрия или физика, где требуется установление соотношений.



Особенности памяти у мужчин



У мужчин,
например, лучше
развита
произвольная
память и хуже
непроизвольная.



ЗАВИСИМОСТЬ ПАМЯТИ ОТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ

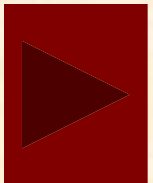
- Интересы и склонности (информация, связанная с интересами запоминается лучше)
- Отношение личности к той или иной деятельности
- Эмоционального настроения
- Волевых усилий
- И многих других факторов



группы людей с разными особенностями памяти

- **БЫСТРО ЗАПОМИНАЮТ**
- **ДЛИТЕЛЬНО ХРАНЯТ**
- **ХОРОШО ВОСПРОИЗВОДЯТ**

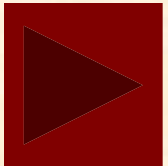
**НЕТ ПРОБЛЕМ С
ЗАУЧИВАНИЕМ
МАТЕРИАЛА**



группы людей с разными особенностями памяти

- МЕДЛЕННО ЗАПОМИНАЮТ
- ДЛИТЕЛЬНО ХРАНЯТ

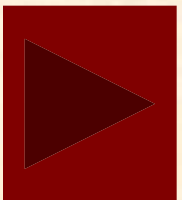
**ЗАУЧИВАТЬ МАТЕРИАЛ ПУТЕМ
АКТИВНЫХ ПОВТОРЕНИЙ;
Применять различные мнемические
приемы;
Слушать, записывать, использовать
Наглядный материал**



группы людей с разными особенностями памяти

- **БЫСТРО ЗАПОМИНАЮТ**
- **БЫСТРО ЗАБЫВАЮТ**

**Установка на длительное
запоминание
Привычка самостоятельно
повторять
Пройденный материал
Через определенное время**



группы людей с разными особенностями памяти

- МЕДЛЕННО ЗАПОМИНАЮТ
- БЫСТРО ЗАБЫВАЮТ

**УЧИТЬСЯ ПРИЕМАМ
РАЦИОНАЛЬНОГО
ЗАУЧИВАНИЯ**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

