

## ПРИЕМЫ РАЗВИТИЯ ПАМЯТИ УЧАЩИХСЯ

### *ПАМЯТКА ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ*

Вследствие появления в школе новых предметов увеличивается количество информации, которую подросток должен запомнить, в том числе и механически. В связи с этим у школьников подросткового возраста часто возникают проблемы с памятью, возникают жалобы на плохую память. Но наряду с этим появляется интерес подростков к способам улучшения, тренировки памяти.

Для того чтобы школьники могли успешно учиться в среднем звене школы, у них должна сформироваться способность к запоминанию и воспроизведению смысла, существа материала, доказательств, аргументации, логических схем, рассуждений.

Подростка надо научить правильно ставить цели для запоминания материала. Именно от мотивации зависит продуктивность запоминания. Если подросток запоминает материал с установкой, что эта информация понадобится в скором времени, то материал усваивается быстрее, помнится дольше, воспроизводится точнее.

Для того чтобы подростки могли улучшить свою память, тренировать ее, их следует познакомить с законами памяти.

1. Для лучшего запоминания необходимо думать. Учитывая тот факт, что память подростка теснейшим образом связана с мышлением, необходимо советовать учащимся среднего звена непременно во всем искать смысл. Не следует зубрить заданный параграф, повторяя про себя строчку за строчкой. Результат будет значительно лучше, если подросток постарается найти в тексте главную мысль, сделает конспект.

2. Интерес к материалу повышает продуктивность запоминания. Следует посоветовать учащимся среднего звена школы почаще оценивать, что даст полученная информация. Если польза действительно ожидается, то читать будет интереснее, а следовательно, больше запомнится.

3. К предстоящей работе с материалом следует готовиться. Психологами установлено, что новое гораздо легче усваивается, если подросток подумать над тем, что он знает на предложенную тему, оценить, насколько информация пополнит знания.

4. Не следует перегружать информацией память за короткий промежуток времени. Это особенно касается подготовки к зачетным занятиям, к экзаменам. Ученые-психологи раскрыли секрет запоминания. Оказывается, объем оперативной памяти «семь», т.е. при одновременном восприятии мы можем удержать в памяти в среднем 7 объектов. Это могут быть 7 слов, 7 фраз, 7 параграфов. Причем легче запомнить первый и последний элементы ряда.

5. Не следует учить друг за другом похожие предметы. Так, не следует учить физику после математики, а литературу после истории. Учеными давно выяснено, что лучший способ забыть все, только что выученное, попытаться тут же запомнить нечто похожее.

6. Необходимо бороться с забывчивостью. Бороться с забывчивостью можно следующим образом: представляя обстановку, в которой происходило событие, можно припомнить и само событие. Это объясняется тем, что одновременные впечатления имеют свойство вызывать друг друга. Так, узелок на память, завязанный в определенной ситуации, или крестик, нарисованный на руке, впоследствии помогает вспомнить и повод, по которому они появились.

7. Вся информация должна восприниматься как законченное целое. Так, стихотворение или параграф надо прочитать целиком и пытаться рассказать сразу все. Это поможет потом быстро восстановить в памяти весь материал.

**Рекомендации для смыслового запоминания материала** можно сформулировать так:

• осознайте, зачем следует запоминать материал;

• осознайте, что надо запомнить;

• проанализируйте материал, выявите связи между понятиями и явлениями;

• выделите главное, суть в материале, который надо запомнить;

• обобщите содержание;

• запомните обобщение.

Наиболее известные приемы запоминания можно сформулировать следующим образом:

1. Прогноз ситуации. Подросток обязательно должен подумать о том, что произойдет, если он не запомнит нужного. Можно прогнозировать и приятные последствия, если только они достаточно важны для учащихся.

2. Следует учить подростков переводить скучную, не всегда изложенную доступным языком информацию на приемлемый для него язык. Здесь окажут помощь эмоции. Эмоциональное восприятие поможет запомнить материал. Яркое первое впечатление от предлагаемой информации является гарантией успеха.

3. Для лучшего запоминания следует сокращать информацию до предела. Лучше упустить детали, нежели главный смысл.

4. Поиск связей между фразами в материале, который следует запомнить, поможет во многом облегчить задачу. В материале могут быть следующие связи:

• смысловые (логические связи между абзацами, параграфами);

• структурные (при запоминании бессмысленного ряда цифр большое значение имеет их расположение на листе. Чтобы лучше запомнить число из 7 цифр: 7415216, надо записать его так: 741-52-216. Читая текст, можно придать ему определенный ритм, внести эмоции).

5. Опорные сигналы или знаковое моделирование также можно использовать для лучшего запоминания материала. Об этом приеме подробно пишет Шаталов В.Ф. в книге «Педагогическая проза».

6. Еще один прием: мнемотехника (искусство запоминания).

7. Повторение материала. Общеизвестно, что повторение – мать учения. Но даже, если повторить параграф 20 раз подряд, то наутро можно убедиться, что не все обстоит так благополучно с запоминанием как хотелось бы. Психологи установили, что через 30 минут забывается 40% новой информации, на следующий день—34%, через месяц—21%. С учетом этого и надо повторять: первый раз сразу после прочтения, второй раз—через полчаса, третий раз—через день, а четвертый раз—через 2-3 недели.

8. Тренировка памяти.

Тренировка – самый элементарный вид формирования личности, в основе которого лежит систематическое повторение определенных действий, а результатом является закрепление повторяемых процессов. Прежде чем приступить к тренировке памяти, необходимо провести диагностику памяти подростка, т.е. знать особенности памяти, занятия следует проводить в эмоционально приятной обстановке (там, где положительные эмоции, высокая готовность к восприятию).

### **Литература:**

Л.Ф.Тихомирова. Развитие интеллектуальных способностей школьника; популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 2006.

[http://lupp.pp.net.ua/load/detskaja\\_psikhologija/razvitie\\_poznavatelnykh\\_sposobnostej\\_detej\\_tikhomirova\\_1\\_f\\_1992/41-1-0-230](http://lupp.pp.net.ua/load/detskaja_psikhologija/razvitie_poznavatelnykh_sposobnostej_detej_tikhomirova_1_f_1992/41-1-0-230)