Формирование у учащихся

с особенностями психофизического развития приёмов логического запоминания

В настоящее время разработано множество приёмов и методов запоминания информации. Д. Лапп предлагает следующие способы запоминания и воспроизведения информации:

1**. *Осознание***. Следует сознательно вовлекать как можно больше чувств в процесс запоминания информации. При задержании мысленного взора на наиболее значительных элементах информации и различных подсказках следует лучшее запоминание. Золотое правило обработки информации: выбирать, концентрироваться и анализировать.

2. ***Ассоциация образов*.** Прибегая к образной ассоциации во многих разных контекстах, можно значительно увеличить количество информации, подлежащей извлечению из памяти. Можно выбирать самые разные образы в соответствии со своими интересами и потребностями.

3. Использование в повседневной жизни принципа***паузы*** даст время оценить обстановку и подумать. Пауза снижает вероятность поспешных действий или высказываний, заставляя сосредотачивать внимание на нужном предмете. Кроме того, она помогает противостоять отвлекающим моментам и посторонним помехам.

4. ***Личные комментарии*** способствует эмоциональному и интеллектуальному вовлечению в процесс записи информации и помогают оставить яркий след в памяти. При комментировании необходимых для запоминания вещей о них помнится значительно больше.

5. ***Организация материала в категории***. И во время записи, и во время извлечения информации следует использовать категории, которые облегчают поиск специфических воспоминаний. Например, предмет можно классифицировать по нескольким основным признакам (материал, размер, цвет, местонахождение, ценность). Если занести подлежащую хранению информацию в определенную категорию, впоследствии будет легче извлечь нужный материал из памяти, обращаясь к означенной категории.

6. ***Расслабление***позволяет подавить беспокойство, которое препятствует концентрации внимания и блокирует механизмы памяти. Тогда информация записывается более точно и извлекается из памяти без усилий. При невозможности вспомнить что-либо следует успокоиться, сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, оглядеться по сторонам и дать себе время спровоцировать вспоминание.

7. ***Просмотр и частое использование*** материала обеспечивают быстрое вспоминание. Просматривая информацию, вы принимаете активное участие в трех основных процессах памяти: записи, хранении и извлечении. Гораздо лучше помнятся те сведения и цитаты, к которым прибегают регулярно. Чем чаще используется информация, тем легче извлекать ее из памяти.

Существует также целая система специальных приемов и способов, облегчающих запоминание и увеличивающих объём памяти путём образования ассоциаций (связей). Эта система называется ***мнемотехникой***. Она основана на создании структуры и придании смысла списку несвязанных слов или цифр для облегчения его запоминания. Мнемотехника предлагает также замену абстрактных объектов и фактов на понятия и представления, имеющие зрительное, слуховое или кинестетическое представление и связывание объектов с уже имеющейся в памяти информацией для упрощения запоминания.

Мнемотехника применяется для запоминания незапоминаемой информации. Например, когда нужно запомнить последовательность цифр, список телефонных номеров, хронологическую таблицу, план-конспект речи, новые иностранные слова, грамматические правила и т.п. Очень чётко и полно она сформулирована О. Эренбергом в книге "Приёмы запоминания информации". Эренберг предлагает следующие приёмы, облегчающие запоминание:

1) ***Рифма***- один из наиболее действенных способов обеспечить запоминание материала. Этот способ нашел также широкое применение в рекламе. Зарифмованные рекламные ролики сами врезаются нам в память, независимо от нашего желания, и от них зачастую не так просто избавиться. Поэтому при столкновении с важной, но нелогичной и трудно запоминаемой информацией стоит попробовать зарифмовать ее.

2) ***Аббревиатуры*** не только сокращают длинные названия, но и способствуют их запоминанию. Принцип аббревиатуры также используется для запоминания материала, не связанного логическими принципами*,* и облегчает процесс вызывания из памяти нужной информации.

3) **К*одирование информации в простое предложение***, в котором все слова начинаются с первых букв слов, которые нужно запомнить. Например, для запоминания цветов радуги обычно пользуются фразой: "Каждый охотник желает знать, где сидит фазан". Астрономы запоминают порядок планет солнечной системы с помощью такой фразы: "Морской Волк Замучил Молодого Юнгу, Совершенно Утомив Несчастного Подростка".

4) ***Метод расположения предметов*** - способ запоминания предметов с помощью фиксирования их местоположения. Этот метод можно также использовать для запоминания различных предметов, которые ассоциируются с определенным местом. (Метод Сократа и Цицерона, о котором упоминалось ранее). Описанный выше метод способствует запоминанию потому, что он позволяет группировать не связанные между собой предметы в имеющие смысл последовательности.

5) Применение ***слов, способствующих запоминанию*.**

6) Нахождение ***связи между цифрами и буквами***. Этот метод широко используется для запоминания чисел. Слова имеют для нас больше смысла, чем числа, а этот способ как раз помогает "перевести" числа в слова. К примеру: 2 - л (лебедь), 4 - ч, 6 - б, 7 - к (коса), 8 - в, 9 - д, 0 - о и т.д. Подставляя к имеющимся буквенным значениям цифр другие буквы, мы легко запомним получившиеся слова: 67 - бук, 90 - дом и т.д.

7) ***Использование картинок***. Суть этого метода заключается в переводе имен собственных, различных названий и мыслей в картинкина основе их звучания или смыслового значения для улучшения запоминания.

8) ***Использование цепочек****.*При запоминании любого списка нужно связать каждый предмет с последующим посредством возникающих ассоциаций.

**Методы и приёмы запоминания в учебном процессе**.

Психологи предлагают использовать следующие правила сохранения знаний в процессе учёбы:

1**. Выделение того, что нужно запомнить.**

**2. Отвлечение от всего постороннего и сосредоточение внимания на тех объектах, которые нужно запомнить.**

**3. Выделение в объектах главное и второстепенное, нахождение связи между объектами, использование мнемотехники.**

**4. Выделение в сложном материале смысловых вех.**

**5. Опора на свой тип памяти, активизация образных представлений.**

**6. Систематическое повторение и воспроизведение усвоенного.**

**7. Различение узнавания и воспроизведения.**

**8. В случае затруднений можно вспомнить обстановку заучивания, идти от отдельного факта к системе или от более общих знаний к необходимым в данный момент.**

Запоминание материала по этой системе предполагает составление предварительного плана, выделение смысловых опорных пунктов, смысловую и пространственную группировку материала, представление материала в форме наглядного зрительного образа, соотнесение материала с уже имеющимися знаниями.

Прогноз ситуациитакже относится к приёмам запоминания. Заключается он в следующем: до начала запоминания следует подумать о том, что произойдет, если не удастся запомнить нужное. Можно прогнозировать и приятные последствия, если они достаточно важны для человека.

Перевод на знакомый язык сложной и не всегда доступно изложенной в учебниках и научной литературе информации также относится к важным мнемоническим приёмам.

Лучшему усвоению материала способствует его эмоциональное восприятие. Вовлечение в запоминание эмоций играет первостепенную роль при запоминании.

Для лучшего запоминания следует сокращать информацию до предела. Лучше упустить детали, чем не усвоить или забыть главный смысл.

Поиск связей между фразами в материале, который следует запомнить, поможет во многом облегчить поставленную задачу. Связи могут быть смысловыми (логические связи между абзацами, параграфами) и структурными (вид и порядок расположения информации на листе). К примеру, число 7415216 легче запомнится как 741 - 52 - 16. Читая текст, можно придать ему определенный ритм, это значительно облегчит его запоминание.

Опорные сигналы или знаковое моделирование также поможет лучше запомнить материал.

Сохранению в памяти информации способствует её повторение. Первое повторение материала следует осуществить через 30-40 мин., второе - в течение дня, третье - на следующий день, с третьего по седьмой день - по одному повторению. Правильно организованное повторение означает не простое перечитывание материала много раз подряд, а прочтение и незамедлительное его воспроизведение. Чередование чтения и воспроизведения должно осуществиться минимум 2 раза. "Условие быстрого и полного запоминания материала - чередование повторений и воспроизведений в процессе заучивания" "Повторение не только основное условие прочного запоминания учебного материала, но и условие последующего сохранения его в нашей памяти"

Условиями успешного запоминания учебной информации являются отсрочка воспроизведения материала на несколько дней, распределение времени его изучения, уделение пристального внимания изучаемому материалу, его понимание, и осмысление материала, а также его структурирование.

При этом следует дать себе установку на запоминание: именно запомнить материал, а не просто воспринять его. Следует также дать себе установку на прочное и длительное сохранение в памяти учебного материала. Самостоятельность и активность в работе с запоминаемым материалом также будут способствовать его запоминанию: активная, содержательная работа над материалом даже при отсутствии осознанной установки на запоминание может привести к прочному его усвоению.

Для осмысленного запоминания изучаемого материала требуется его смысловая группировка - разбивка, членение на части с выделением главного и существенного в каждой части. Кроме этого, необходимо нахождение и выделение в каждой из частей смысловых опорных пунктов, т.е. мыслей, выражений и образов, определяющих суть данной части и устная или письменная формулировка этой сути в виде кратких заголовков каждой из частей. Наконец, необходимо установление связей между выделенными частями и понимание логической последовательности их расположения, составление общего плана расположения учебного материала.

***Учите приёмам запоминания***

Старайтесь развивать у детей все виды памяти: зрительную, слуховую, двигательную. Обоняние и осязание тоже помогут ребёнку вспомнить. Одни люди больше оперируют слуховыми образами, другие лучше запоминают при участии зрительно-двигательных анализаторов.

Для развития памяти не обязательны специальные занятия; используйте любые ситуации, игры, занятия, в которых ребёнок должен что-то запомнить, а затем вспомнить. Например, вы пришли в лес. Оставьте под деревом мячик, а сами продолжайте идти по лесной тропинке. При этом объясните ребёнку, по каким признакам будет легче на обратном пути найти оставленный под деревом мяч. После прогулки спросите ребёнка, что он увидел по пути в лес и в лесу. Стремитесь к тому, чтобы запоминание было осмысленным.

Так, предлагая запомнить слова (например, лес, окно, гриб, стол, вода, чашка), посоветуйте объединить близкие по каким-нибудь признакам, ситуациям (лес – гриб; стол – чашка; вода - …). Это поможет припоминанию, и ребёнок в последующих заданиях будет использовать такой приём.

Таким образом, дети при запоминании должны уметь пользоваться различными приёмами, помогающими им вспомнить тот или иной материал, находить свой «узелок на память». Это может быть картинка, смежное понятие или что-то иное, помогающее вспомнить.

\* Разложите, с учётом возраста ребёнка, 4 – 5 (до 10 – 12) картинок, изображающих знакомые предметы. Затем скажите, что вы будете называть слова, которые надо запомнить. Для того чтобы их легче было вспомнить, ребёнок каждый раз должен выбрать картинку, которая чем-то связана с этим словом. Например, для 5 – 6-летнего ребёнка предлагаются следующие картинки: мяч, ложка, кровать, собака, дерево. Слова для запоминания: лес, игра, сторож, обед, сон. Через 20 – 30 минут вы даёте ребёнку отобранные картинки и просите вспомнить слова. Эту игру можно варьировать: дать пять картинок и три слова, шесть картинок и шесть слов и т.д. Чем старше ребёнок, тем больше можно предъявлять ему картинок и слов для запоминания.

\* Очень полезно для развития осознанного запоминания иллюстрирование текстов, которые предлагаются для пересказа. Вы читаете небольшой текст, а ребёнок подбирает к нему подходящие иллюстрации из тех, которые перед ним разложены. На следующий день он должен воспроизвести текст по отобранным иллюстрациям. Можно разыграть вместе с ребёнком эпизод из рассказа или сказки, вылепить или нарисовать тот или иной персонаж, чтобы было легче вспомнить текст.

Таким же осмысленным надо сделать и заучивание стихов, текстов. С этой целью сначала прочитайте текст сами, вслух выделяя интонацией смысловые части. Укажите опорные слова, несущие основной смысл. Если к этому стихотворению, тексту есть иллюстрации, рассмотрите их вместе с ребёнком. Используйте составление плана.

При заучивании стихотворения с голоса надо повторять его 2 – 3 раза вслух. В тех случаях, когда дети уже умеют читать, после вашего прочтения они читают текст сами по частям вслух и про себя. Повторяют 3-4 раза. Все слова должны быть для них понятны. Следите, чтобы при заучивании ребёнок не допускал ошибок; первое же воспроизведение должно быть правильным.

В качестве игр и упражнений, развивающих память, можно предложить следующие.

\* Разложите перед ребёнком 8 – 10 картинок (или игрушек). Пусть он рассмотрит их в течение 30 – 40 секунд, а затем накройте салфеткой и предложите ребёнку перечислить их. Чтобы тренировать долговременную память, попросите перечислить то, что вы показали, через час и на следующий день.

\* Покажите ребёнку картинку с изображением 9 знакомых предметов. Затем дайте набор карточек, среди которых будут и эти 9 предметов. Ребёнок должен назвать или показать их.

\* Предложите ребёнку рассмотреть картинку, а затем покажите другую и спросите, что изменилось в рисунке.

\* На полке стоят 6 предметов (ваза, кастрюля, чайники – большой и маленький, тёрка для овощей, миска). Ребёнок их рассматривает и называет. Затем он отворачивается, а вы производите замену одного-двух предметов и спрашиваете, что изменилось.

\* Взрослый производит действия, а ребёнок должен их воспроизвести.

\* Несколько детей встают «паровозиком» друг за другом. По сигналу разбегаются, а затем по команде должны найти своё место.

\* Взрослый называет пары слов, связанных по смыслу. Например:

окно – цветок                                          лыжи - холод

чашка - молоко        книга - учитель

нога - палец        дорога - машина

После этого он поочерёдно называет первое слово из пары и просит ребёнка вспомнить второе слово.

\* «Угадай-ка!» Взрослый даёт словесное описание какого-то знакомого детям предмета и просит отгадать. Например: «Маленький пушистый зверёк прыгает с дерева на дерево и очень любит орешки».

\* «С какой ветки детки?» Покажите детям ветки сосны, ели, орешника и плоды (шишки, орешки). Дети должны вспомнить и назвать эти деревья.

\* «Узнай, кто это». Покажите детям части предмета и спросите, какой это предмет. Например: крыша дома; туловище птицы; морда и хвост собаки.

\* «Чей силуэт?» (изображены силуэты зверей, птиц).

\* «Найди свой предмет». В этой игре детям раздают половинки различных предметов. Играющие должны найти недостающие детали (половинки) к своим предметам.