

МИНИСЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИРЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН

**МКОУ « ТАКАЛАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Россия, Республика Дагестан, 368215, Буйнакский район, сел. Такалай,

[takalaj-school@yandex.ru](mailto:takalaj-school@yandex.ru)

**Методические рекомендации для родителей и учащихся.**

**Память** - процесс запечатления, сохранения и воспроизведения следов прошлого опыта.

Память ребенка в процессе обучения развивается следующим образом: от непроизвольной памяти у дошкольников - к внешнему запоминанию через предметы у младших школьников, к запоминанию через слово и структуру слов у школьников среднего звена, и, наконец, к опосредованной (произвольной) памяти через накопление и овладение системой мыслительных операций у старших школьников.

Информация поступает в память, это мы уже знаем, но что она там делает, как используется в дальнейшем и как преобразуется в знания? И что такое знания?

Информация, которая находится в нашей памяти, это, безусловно, какие-то знания, но разрозненные, возможно находящиеся в беспорядке, их трудно извлечь и воспользоваться ими. Информации такое огромное количество и такое разнообразие что, если ее не организовать специальным образом, то просто можно утонуть в ней.

Каждый из нас может вспомнить нерадивого студента (а может быть и самого себя), в последний момент перед экзаменом пытающегося заполнить свою память всевозможной информацией, почерпнутой из книг и конспектов.

Что будет с ним на экзамене? Да просто он утонет во всей этой информации, не сумев извлечь необходимые ответы на вопросы экзаменатора, про такого студента говорят, что у него "каша в голове". Безусловно, какая-то информация у него есть в памяти, но совершенно беспорядочная и поэтому бесполезная.

Следовательно, информация, которой можно воспользоваться, должна быть специально организована, тогда она становится действительно твердыми, уверенными знаниями.

Объем и качество знаний зависит от процесса изучения информации, цели, интересов и задач, стоящих перед человеком. Степень усвоения знаний предполагает сочетание понимания, сохранения, извлечения и активного использования определенных знаний. В основе знаний лежат процессы памяти и мышления.

**Рекомендации родителям.**

**1.** Обратите внимание на сильные стороны памяти ребенка, что он лучше всего запоминает: то, что видит - зрительная память; то, что слышит – слуховая память, или у него лучше развита двигательная память.

**2.** Обратите особое внимание на слабые стороны памяти ребенка. Организуйте запоминание разными способами, чередуйте их, чтобы развивать ослабленный тип памяти. 

**3.** Интерес во многом обусловливает успешность заучивания. Отсутствие интереса как правило в отсутствии намерения выучить материал и делает бесполезными всякие стремления достигнуть усвоения.

**4.** Первым условием успешного припоминания является запоминание нужного материала. Поскольку процесс вспоминания обычно происходит не сразу после запоминания, спустя некоторое время, важно, чтобы запоминаемый материал сохранился, не исчез из памяти.

**5.** Для того, чтобы лучше запомнить материал наизусть необходима установка, внутреннее намерение на прочное усвоение.

**6.** Материал должен быть осмысленным.

**7.** После каждого прочтения стараться припомнить все, что возможно.

**8.** К материалу, который необходимо запомнить, надо возвращаться несколько раз.   
**9.** Материал делить по смыслу: самое главное и не самое главное.

**10.** При заучивании наизусть большую роль играет повторение. Повторять заучивание стихотворения хорошо перед сном, отдых головного мозга содействует лучшему усвоению знаний.

**11.** Чтобы выучить наизусть довольно длинный отрывок, необходимо применять так называемый комбинированный способ. Он состоит в том, что сначала заучиваются на память отдельные части материала (20- 25 строк), а затем заучивается материал целиком.

**12.** Самостоятельное составление всевозможных схем, таблиц, рисунков, планов. Чтобы их придумать, необходимо дополнительно осмыслить материал, вскрыть логическую структуру запоминаемого материала.

**13.** Чередовать запоминание с другими вне учебными видами деятельности.

**Рекомендации учащимся.**

Можно ли улучшить свою память? Безусловно, да. Необходимое условие — отсутствие патологических расстройств памяти, связанных с нарушениями нервной системы или перенесенными заболеваниями.

Любой здоровый человек может развить свою память до такого состояния, что без особого труда будет запоминать нужный ему материал надолго и за более короткий промежуток времени.

**Начальный этап процесса памяти** — запоминание, от его качества зависит результат, т.е. воспроизведение или узнавание запомненного. Успех запоминания зависит от того, насколько материал осмысливается человеком. Осмысленное запоминание основывается на понимании внутренних логических связей между частями запоминаемого.

**Осмысленное запоминание**

Осмысление материала достигается разными приемами, но основное — это выделение главных мыслей и группирование их в виде плана. Каждый пункт плана — это обобщение определенной части информации. Должна быть логическая последовательность при переходе от пункта к пункту, осознание связей между пунктами сокращает количество информации. Информация, содержащаяся в каждом пункте, должна быть необходимой для достижения ваших целей. Такое запоминание гораздо продуктивнее механического запоминания. Можно предложить такие практические советы для учащихся и студентов:

не следует писать конспект под диктовку преподавателя, либо вслед за ним. Эта автоматическая запись не оставит у вас следов памяти.

Постарайтесь сконцентрировать свое внимание и понять информацию, предлагаемую преподавателем.

Если возникнут вопросы, следует их задать преподавателю и затем записать понятую и осознанную информацию.

Позже, может быть вечером или на следующий день, желательно "прокрутить" полученную информацию, заглянуть в конспект и сравнить, что запомнилось.

Таким образом, при подготовке к экзаменам, вам нужно будет лишь "освежить" в памяти необходимое, не прибегая к механическому заучиванию.

**Запоминание связанного текста**

Для успешного запоминания связанного материала используются смысловые "узелки на память". Это ключевые слова, которые помогут воспроизвести смысл выбранного отрывка. Их можно выписать, затем по ним постараться воспроизвести запомненный текст, затем сравнить его с первоисточником и выявить свои ошибки, не забыв сделать собственные комментарии. Затем, убрав выписанные ключевые слова, постараться вспомнить их и воспроизвести текст по памяти. Упражняясь таким способом, можно добиться непроизвольного запоминания текста.

**Запоминание научной литературы**

В случае с запоминанием научной литературы следует воспользоваться тем же методом, что и при запоминании связанного текста, но при этом, необходимо запомнить: наименование работы, ее автора, тему работы и ее основное содержание, научные факты, спорные моменты, новизну этой работы. Осмыслив изученную работу, следует подумать, как ее можно использовать в ваших личных интересах и особо выделить то что представляет для вас интерес.

Таким образом, на качество запоминания большое значение имеет заинтересованность ученика тем, что он старается запомнить. Необходимы настойчивость, усидчивость и сила воли: отсутствие воли к запоминанию снижает эффект восприятия материала.

Многое зависит от внимания: невнимательному ученику не стоит жаловаться на плохую память, нужно учиться быть организованным и собранным.