

УДК 159:953

ПРИМЕНЕНИЕ МНЕМОТЕХНИКИ ДЛЯ ЗАПОМИНАНИЯ БОЛЬШИХ ОБЪЁМОВ ИНФОРМАЦИИ

*Матвеева Е., Смирнова К., обучающиеся группы Био 37
Научный руководитель – Васильева Ю.Б., педагог ДО,
кандидат ветеринарных наук, доцент
АНО ДТ «Кванториум» г. Ульяновск
ФГБОУ ВО Ульяновская ГАУ*

Ключевые слова: мнемотехника, память, виды запоминания, информация, внимание, высшие психические процессы.

Работа представляет обзор визуальных методов запоминания информации. Рассмотрены важнейшие принципы мнемотехники. Авторами подобраны образы, ассоциации и связки для запоминания географических единиц информации.

Память – это запечатление, хранение и воспроизведение информации, воспринимаемой органами чувств или в процессе интеллектуальной деятельности. В зависимости от входа информации память можно разделить на двигательную, эмоциональную, образную и логическую. Образная память может быть подразделена на зрительную, слуховую, вкусовую, тактильную, а логическая – на словесную, цифровую и комбинационную [1].

Мнемотехника (от греч. Μνημονіkon) – искусство запоминания, совокупность приемов и способов, облегчающих запоминание и увеличивающих объем памяти путем образования ассоциаций [1, 2].

Мнемотехника известна с давних времен и насчитывает как минимум две тысячи лет. Считается, что термин «мнемоника» введен Пифагором Самосским в 6 веке до н. э. Первый сохранившийся труд по мнемонике приписывают Цицерону. С искусством памяти связаны имена многих великих людей: Аристотель, Сенека, Юлий Цезарь, Августин, Семонид Кеосский, Фома Аквинский, Джордано Бруно, Александр Македонский, Наполеон Бонапарт, Лейбниц, Бэкон, Декарт [1, 2].

Основатель отечественной школы нейропсихологии Александр Лурия длительное время изучал память мнемониста, память которого практически не имела границ. Он запоминал сотни и тысячи не

связанных между собой слогов, цифр, безошибочно воспроизводя информацию через 5 и даже 10 лет. Каждый воспроизводимый образ вызывал у него массу строго определенных зрительных, слуховых, температурных и других ассоциаций. То есть в основе феноменальной памяти лежит способность воспринимающих зон коры головного мозга устанавливать более обширные, чем у остальных людей, ассоциативные связи с другими сенсорными зонами [1, 2].

В источниках информации приведён случай, когда 26-летняя китайская телефонистка из Харбина помнила 15 000 телефонных номеров 10 городов Китая. Доминик о'Брайен из Великобритании запомнил последовательность карт в 40 различных колодах лишь с одной ошибкой. Причем каждая карта была показана ему только один раз [2].

Возможности запоминания с помощью методов мнемотехники в десятки раз превышают возможности обычной памяти. Для человека практически невыполнима задача запоминания двухсот цифр. Овладевшие методами мнемотехники запоминают такой объем точных сведений всего за 10-15 минут. Есть и ограничения в мнемотехнике. Так, объем запоминаемых сведений ограничен низкой скоростью запоминания (6 секунд на запоминание одного образа) и утомлением. Однако, такой скорости достаточно для запоминания сведений, встречающихся в учебном процессе и в повседневной жизни [2].

Таким образом, мнемотехника более предназначена для запоминания точной информации, чем сложнее информация с точки зрения нормальной памяти, тем проще она запоминается мнемотехническими методами.

Для тренировки навыка запоминания мы использовали разные мнемотехнические техники: метод Локи, «матрёшка», цепь, кинофильм, буквенно-цифровой код, метод Эйдосов и другие. Для создания образов использовали кодировки по созвучию, по смыслу или по рифме.

Целью нашей работы была разработка образов и ассоциаций для запоминания стран Европы.

Мы использовали комбинацию методик, как для создания образов, ассоциаций, так и для их связки. Сначала мы подобрали образы-ассоциации ко всем странам. Проверили работоспособность образов с обучающимися группы Био 12 и Био 37. Исправили ошибки, заменили образы и снова провели проверку работоспособности ассоциаций. Затем мы разбили страны Европы на 7 групп по 6-7 стран в зависимости от расположения на карте. Так, чтобы страны следовали друг за другом

«по спирали». 7 групп стран мы мысленно расположили по местам (метод Локи) и в каждой группе запомнили последовательности стран по методу «цепь» и «кинофильм». Составляя истории, мы старались использовать яркие, юмористичные, эмоциональные связки (рис. 1).

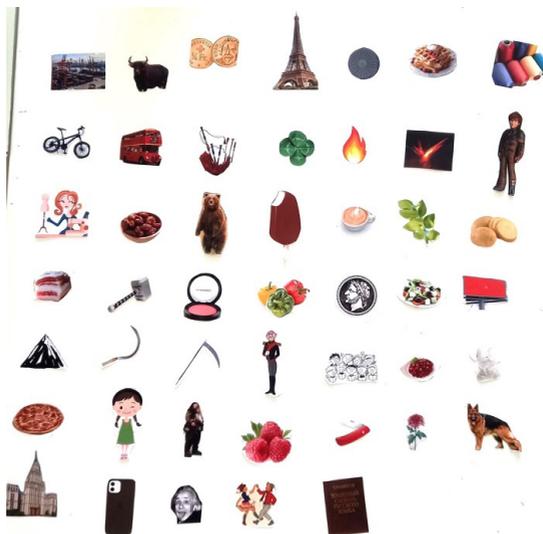


Рисунок 1 – Образы стран Европы.

Истории для запоминания выглядят следующим образом.

1. Из порта (Португалия) плывет бык (Испания). Бык (Испания) съедает монету и поднимается на Эйфелеву башню (Франция). Бык прыгает в люк (Люксембург) и приземляется на бельгийские вафли (Бельгия). Быка на нитях (Нидерланды) вытаскивают.

2. «Велик» (Уэльс) обгоняет красный автобус (Англия). Автобус (Англия) ломает волынку (Шотландия). Из волынки растет клевер (Ирландия). Клевер (Ирландия) горит в огне (Фарерские острова). Огонь (Фарерские острова) перемещается на вершину вулкана (Исландия). Викинг (Норвегия) атакует вулкан (Исландия).

3. Швея (Швеция) кушает финики (Финляндия). Медведь (Россия) крадет финики (Финляндия) и охлаждается в эскимо (Эстония).

Эскимо (Эстония) падает в латте (Латвия). Латте (Латвия) выливают на листву (Литва). Под листвой (Литва) растёт картофель (Белоруссия).

4. Сало (Украина) отбивают Молотом (Молдавия). Молот (Молдавия) ломает румяна (Румыния). Румяна (Румыния) рассыпаются на болгарский перец (Болгария). Болгарский перец собирает Македонский (Македония). Македонский (Македонский) делает греческий салат (Греция). В греческий салат (Греция) вставляют алый баннер (Албания).

5. Чёрную гору (Черногория) ломает серп (Сербия). Серп (Сербия) дерется с косой (Косово). Коса (Косово) рубит босса-герцога (Босния и Герцеговина). Босс-герцог (Босния и Герцеговина) дирижирует хором (Хорватия). Хор (Хорватия) жуёт виногрет (Венгрия). Виногрет (Венгрия) убирают Слонята с веником (Словения).

6. Пиццу (Италия) готовит Святая Марина (Сан-Марино). Святая Марина (Сан-Марино) побила великана (Ватикан). Великан (Ватикан) пытается залезть в малину (Мальта). Малину (Мальта) разрезают швейцарским ножом (Швейцария). Швейцарским ножом (Швейцария) рисуют астру (Австрия). С астрой (Австрия) гуляет немецкая овчарка (Германия).

7. Здание (Дания) находится под чехлом (Чехия). Чехол (Чехия) на телефон надевает Эйнштейн (Лихтенштейн). Эйнштейн (Лихтенштейн) танцует польку (Польша). Танцующие польку (Польша) нарицательны на словаре (Словакия).

В дальнейшем мы планируем проверить работоспособность образов стран Европы, исправить недочёты и провести мастер-классы с обучающимися Кванториума.

Библиографический список.

1. Шейх-Заде Ю. Р. Суперпамять: древняя методика мнемотехники / koob.ru
2. Зиганов М., Козаренко В. Мнемотехника. Запоминание на основе визуального мышления. - М.: Школа рационального чтения, 2000 – 214 с.

APPLICATION OF MNEMONICS FOR MEMORIZING LARGE AMOUNTS OF INFORMATION

Matveeva E., Smirnova K.

Keywords: *mnemonics, memory, types of memorization, information, attention, higher mental processes.*

The paper presents an overview of visual methods of memorizing information. The most important principles of mnemonics are considered. The authors selected images, associations and bundles for memorizing geographical information units.