**Как запомнить учебный материал**

**10 законов памяти:**  
**1.** Память нельзя тренировать так, как тренируют, скажем, мышцы. **Бессмысленное «зазубривание» материала не приведет к тому, что мы с каждым днем будем все легче заучивать новый материал.**   
**2.** Нужно получить глубокое, точное, яркое впечатление о том, что необходимо запомнить. **Как фотоаппарат не даст снимков при тумане, так и сознание человека не сохранит туманных впечатлений.**  
**3. Поскольку впечатления напрямую связаны с воображением, то** любые приемы, позволяющие развить воображение и образное мышление**, а также управлять ими,** могут оказаться полезными **и для запоминания.**  
**4. При** пристальном внимании к событию **бывает достаточно его однократного переживания, чтобы в дальнейшем точно и в нужном порядке** воспроизвести по памяти его основные моменты**.**  
**5. То, чем** человек особенно интересуется, запоминается без всякого труда**.  Поэтому нужно подавать материал ученику так, чтобы он хотел, прейдя домой прочитать и запомнить.**   
**6.** Сосредоточенность на изучаемом материале в сочетании с избирательностью **позволяет человеку сконцентрировать свое внимание , а следовательно, и настроить память на восприятие только потенциально полезной информации.**  
**7. Для лучшего запоминания материала рекомендуется** повторять его незадолго до отхода ко сну**. В этом случае информация лучше отложится в памяти, поскольку не будет смешиваться с другими впечатлениями, которые в течение дня обычно накладываются друг на друга и тем самым мешают запоминанию, отвлекая наше внимание.**  
**8. Если в момент запоминания** человек находится в приподнятом или подавленном настроении**, то искусственное восстановление у него соответствующего эмоционального состояния способствует припоминанию.**  
**9.** Четкое зрительное впечатление очень прочное. **Однако комплексные впечатления, то есть впечатления, полученные при помощи возможно большего числа органов чувств , позволяют запечатлеть в сознании материал еще лучше. Линкольн, например, читал вслух то, что хотел запомнить, чтобы восприятие было одновременно и зрительным, и слуховым.**  
**10.** Внимательность, внимательность и еще раз внимательность.

**Если предложить человеку закрыть глаза и неожиданно ответить, например, на вопрос о том, какого цвета и формы предмет, который он не раз видел, мимо которого неоднократно проходил, но который не вызывал к себе повышенного внимания, то человек с трудом сможет ответить на поставленный вопрос, несмотря на то, что видел этот предмет множество раз.**  
**И пусть к вашим головам  будет применима  русская пословица: "Память в темени, мысль во лбу, а хотение в сердце".**