**ПРАВИЛА И ТЕХНИКА ЗАПОМИНАНИЯ**

**И ПОВТОРЕНИЯ МАТЕРИАЛА**

Во-первых, давно доказано, что повторение может не давать эффекта сразу - иногда наши знания активизируются спустя пару-тройку дней, а иногда - недель. Всё зависит от человека, его памяти и скорости мыслительных процессов. Так что, раз уж начали повторять и заучивать что-то, не останавливайтесь на полпути.

Во-вторых, для достижения максимально возможного результата следует смешивать различные техники - они будут воздействовать на вас по-разному, а в целом создадут некий комплекс, который и обеспечит наиболее прочное запоминание материала.

1. Перечитывание.
Хорошо для запоминания чего-то короткого - слов для словарного диктанта, дат (без событий) и т.п.

Как работает: записываете то, что нужно запомнить, на листочки и раскладываете/развешиваете их везде, где можете уделить минуту на перечитывание: в ванной (перечитаете, когда будете чистить зубы), на холодильнике, на двери в вашей комнате, в дневнике и т.д. Волей-неволей вы будете обращать внимание на информацию, запоминать её внешнюю оболочку (как пишется) и последовательность.

2. Пересказ.
Хорошо для повторения большого объёма информации - при прочтении книг, статей, параграфов и т.д.

Как работает: после прочтения чего-либо вы пересказываете содержание - сначала кратко, потом в деталях. Как это делать - письменно или устно - вам решать. В идеале, если планируете долгосрочное запоминание, повторять пересказ (раз в день или несколько - опять же, решать вам).

3. Опорные карточки.
Это поможет вам освежить знания, если по каким-то причинам постоянное повторение невозможно.

Как работает: в момент чтения, пересказа, подготовки к заучиванию вы выписываете основную информацию - идея, главная мысль, персоналии, действующие лица, время создания и т.д - всё, что поможет вам вспомнить. Если текст большой, можно делать такие конспекты по абзацам, главам или смысловым частям. Когда будет время - перечитываете и вспоминаете.

4. Схема.
Экономят время, силы и чернила в ручках.

Как работает: разделяете большое понятие на мелкие части - их легче запоминать. При необходимости можно расширять схему - добавлять в неё небольшие характеристики - и связывать одну схему с другой.

5. Таблицы.
Что может быть лучше таблиц? Всё рядом, перед вами практически полная картина. Таблицы тяжелее заучиваются, но более информативны.

Как работает: надо объяснять? Делите лист на части, необходимые вам, заполняете эти графы. Опять же, можно размножить и положить в часто посещаемые вами места - портфель, рабочий стол и т.д.

6. Гибрид таблицы и схемы.
Это максимально информативная конструкция.

Как работает: в центр листа выписываете основное понятие, делите его на более мелкие части, каждую часть заполняете информацией.