

ЖШС «ЕрТөстік» бөбекжай балабақшасы

Консультациялық пункт

***КЕҢЕС: «Есте сақтау әдістемесі:
ақаусыз жұмыс істейтін
ми жұмысының схемасы »***

КАРАША 2025

Есте сақтау әдістемесі: ақаусыз жұмыс істейтін ми жұмысының схемасы

Психолог Алек Мейс әзірлеген есте сақтау әдістемесі - есте сақтауды жақсартудың және көптеген ақпаратты игерудің тиімді тәсілі. Ол ми жұмысы туралы ғылымға негізделген және бірнеше қадамнан тұрады.

Ол қалай жұмыс істейді:

Бұл балаларға қалай көмектеседі:

Бұл әдістеме балалардың жадын, шоғырлануын және назарын жақсартуға көмектеседі. Ақпаратты белгілі бір уақыт аралығында қайта зерделеу оны ұзақ мерзімді жадыға бекітуге және оқыту процесін неғұрлым тиімді етуге көмектеседі.

Жас шектеулері:

Бұл әдістемені 4-5 жас және одан жоғары балаларды оқыту үшін пайдалануға болады. Алайда, кіші балалар үшін олардың жас ерекшеліктері мен оқыту тәсілдерін ескере отырып, бейімделу қажет болуы мүмкін.

1.Зерттеу және қайталау: Материалды оқығаннан кейін бірден оны қайталаңыз.

2.20 минуттан кейін қайталау: Осы уақыт ішінде миыңыз ақпаратты белсенді өңдеуді жалғастырады.

3.Ұйқыдан кейін қайталау: Ұйқыдан кейін дереу

4.Бір тәуліктен кейін қайталау: Материалды бір күннен кейін есте сақтау үшін оған оралу маңызды.