

## «Динамическое чтение»

### Задачи:

1. формирование знаний об особенностях запоминания информации разных видов.

2. знакомство с научными основами системы запоминания информации

3. приобретение навыков скорочтения.

Общий объёмом аудиторных занятий – 30 часов, в том числе: лекций – 4 часа, практических – 26 часов.

В результате изучения курса слушатель должен:

#### знать:

- морфологическую структуру памяти

- типологию памяти

- особенности и закономерности запоминания и забывания информации;

должен (в рамках курса) уметь:

- запоминать большие объёмы информации

- получить навыки рационального усвоения информации

**Курсы завершаются итоговым тестом.**

№ п/п	Наименование тем курса	Количество часов всего	лекций	практических
1.	Введение в курс	0,5	0,5	
2.	Структура памяти и её виды	1,5	0,5	1
3.	Виды и приёмы запоминания	2		2
4.	Долговременная память	2		2
5.	Внимание и особенности забывания	2		2
6.	Рациональное усвоение информации	8,5	0,5	8
7.	Алгоритмы быстрого чтения	10,5	0,5	10
8.	Процесс реферирования информации	1,5	0,5	1
9.	Редактирование текста	1,5	0,5	1
	<b>Итого:</b>	<b>30</b>	<b>3</b>	<b>27</b>

### Введение в курс.

Цели и задачи курса. Дополнительные источники по дисциплине.

### Тема 1. Структура памяти и её виды.

Морфологическая структура памяти. Участие коры больших полушарий мозга в процессах памяти. Подсознательная деятельность мозга, его подкорка. Проверка памяти: а) объём смысловой памяти, б) память на числа, в) память на

слова, г) наглядно-образная память. Виды памяти: кратковременная память, долговременная память, оперативная память, промежуточная память.

## **Тема 2. Виды и приёмы запоминания**

Запоминание как процесс памяти. Избирательность запоминания. Запоминание - произвольное и произвольное.

Условия проявления произвольного запоминания. Произвольное запоминание (произвольная память). Эффективность произвольного запоминания

## **Тема 3. Долговременная память**

Кратковременная память. Перевод информации в долговременную память.

Приёмы запоминания: механические и осмысленные (или смысловые).

Механическое запоминание, механическая память. Приёмы механической памяти. Осмысленное запоминание (логическая память). Этапы логического запоминания. Образные приёмы - перевод информации в образы, графики, схемы, картинки. Образная память и её виды. Смешанный тип памяти. Словесно-логическая память. Двигательная память. Эмоциональная память.

## **Тема 4. Внимание и особенности забывания**

Кривая забывания Эббингауза. Правила при повторении информации.

Концентрация внимания. Приёмы расслабления. “Эхомагнит”. Правила умственной гигиены. Суточные колебания интеллектуальной активности. Взаимосвязь физического тонуса и умственной активности. Связь памяти с биоритмами. Память и индивидуально-психологические и возрастные особенности людей. Активизация внимания.

Метод ключевых слов. Причины ослабления памяти. Принципы корректировки внимания (приёмы внимания).

## **Тема 5. Рациональное усвоение информации**

Рациональный подход к овладению информацией. Искусство чтения. Цели чтения. Способы чтения. Пассивное чтение, активное чтение. Поверхностное и углублённое чтение. Чтение периодической печати и специальной литературы. Упражнения, тренировки внимания.

Вспомогательные средства чтения. Специфика структуры различных текстов. Факторы, мешающие быстрому чтению.

## **Тема 6. Алгоритмы быстрого чтения**

Разновидности выбора чтения: чтение – просмотр, сканирование, быстрое чтение. Алгоритмы чтения. Интегральный алгоритм, его блоки. Дифференциальный алгоритм и его блоки. Освоение алгоритмов.

## **Тема 7. Приёмы запоминания.**

Мнемотехнические (или мнемонические) приёмы. Метод визуализации. Перевод информации в зрительные образы.

Метод мест (“метод Цицерона”). Метод ритмизации. Использование аббревиатур. Ассоциативный метод. Методы запоминания чисел.

Ряд приёмов: визуализация, селективное внимание, ассоциирование образов.

Пассивный и активный этапы запоминания. Методы запоминания новых иностранных слов. Запоминание имён и фамилий.

Принципы внимания, концентрации, ассимиляции, ассоциации.

### **Тема 8. Процесс реферирования информации**

Аннотирование, реферирование, составление обзоров. Этапы реферирования. Функции реферата и аннотации: справочная, адресная, информативная, поисковая, коммуникативная. Структура реферата и аннотации. Виды реферата. Трудности реферирования.

### **Тема 9. Редактирование текста**

Стилистика делового текста. Газетно-публицистический стиль. Научный стиль. Канцелярско-деловой текст. Лексические и морфологические особенности официально-делового стиля.

### **Основная литература**

1. Бородина В.А., Бородин С.М. Учим...читать. / В.А. Бородина, С.М. Бородин. – Москва, 2008.
2. Техника быстрого чтения. – Москва, 2009.

### **Дополнительная литература**

1. Кузнецов О.А. Хромов Л.Н. Самоучитель динамического чтения / О.А. Кузнецов Л.Н. Хромов. – Москва, 2008.
2. Шилин А. Как научиться быстро читать. Самоучитель./ А Шилин. - М.: АСТ, 2010. - 272 с.

### **Электронные образовательные ресурсы**

Быстро читать (Электронный ресурс) –Режим доступа:  
<http://www.sbiblio.com/forum/>