

## Памятка

### Перед экзаменом

#### Методы облегчения запоминания:

1. Мнемоника (преобразование информации через придание ей другого смысла или другой структурной организации).
2. Определение ключевых слов (определение логического каркаса материала через фиксацию опорных понятий)
3. Придание образности (увеличение эмоциональной насыщенности информации)
4. Использование ассоциаций (установление связей с другими понятиями со сходными или противоположными свойствами)

#### Методика повторения.

*Повторение - это воспроизведение прочитанного своими словами.*

Обращение к прочитанному допустимо только после невозможности вспомнить текст в течении 2 - 3 минут напряжения памяти.

При повторении надо учитывать два обстоятельства:

1. Имеется в виду повторение уже изученного и усвоенного ранее материала.
2. Процесс повторения необходимо производить в соответствии со следующими рекомендациями.

Первое повторение (сразу по окончании чтения)

Второе повторение (через 20 минут после предыдущего)

Третье повторение (через 8 часов)

Четвертое повторение (через сутки лучше перед сном)