

**ТИПЫ ПАМЯТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ»  
Types of memory in students in the field of “Vocational training”**

**Е. А. Князева**, студент

**А. Ю. Мартынова**, педагог-психолог

Уральский государственный аграрный университет  
(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

**Аннотация**

Память – это важнейший познавательный процесс человеческой психики. Она играет огромную роль в развитии человека. Ведь в современном мире постоянно увеличивается объем информации. Здесь возникает проблема, как это все запомнить? Особенно актуальна эта тема для обучающихся, ведь именно они находятся на том этапе, где необходимо постоянно обрабатывать большой объем различного материала. Им важно уделять внимание развитию памяти, ведь только тогда они смогут справляться с учебными нагрузками. Так или иначе, эта тема остается актуальной не только для обучающихся, но и для всех современных людей.

**Ключевые слова:** психология, память, обучающиеся, информация.

**Summary**

Memory is the most important cognitive process of the human psyche. It plays a huge role in human development. After all, the volume of information in the modern world is constantly increasing. Here the problem arises, how do I remember all this? This topic is especially relevant for students, since they are at the stage when it is necessary to constantly process a large amount of diverse material. It is important for them to pay attention to the development of memory, because only then they will be able to cope with educational loads. Anyway, this topic remains relevant not only for students, but also for all modern people.

**Keywords:** psychology, memory, students, information.

Память – это человеческая способность сохранять, хранить и воспроизводить информацию, которую он получает из опыта, а также обучения [1].

Она является одной из важнейших функций психики. Это некая связь между прошлым, настоящим и будущим.

**Целью** данного исследования является изучение различных типов памяти. В связи с этой целью были поставлены следующие **задачи:**

- изучение различной литературы по данному вопросу;
- проведение исследования среди обучающихся по направлению «Профессиональное обучение»;
- анализ и разработка рекомендаций по полученным результатам.

Существует множество видов памяти, которые отличаются друг от друга по различным характеристикам. Именно на это будет идти акцент в данной статье.

Существует классификация памяти, которая включает в себя много видов [2]. Это по ведущему анализатору; по предмету, материалу деятельности; по продолжительности протекания процесса; по форме психической активности. В свою очередь каждый из видов разделяется еще на несколько подвидов. Здесь стоит разобраться поподробнее.

1. Первый вид памяти – по ведущему анализатору. В свою очередь, он делится на следующие подвиды:

- зрительная – запоминание видимых образов;
- слуховая – запоминание услышанного;
- осязательная – способность к запоминанию ощущений;
- обонятельная – способность человека помнить запах неизвестного вещества;
- вкусовая – хранит воспоминания о вкусах всех продуктов.

2. Второй вид памяти – по предмету, материалу деятельности. Он также делится на такие подвиды:

• двигательная – память на движения, здесь в основе лежат выработки двигательных навыков и привычных действий;

• эмоциональная – память на чувства. Здесь в памяти человека сохраняются пережитые им чувства;

• образная – память на представления, способствует запоминанию лиц, картин природы, обстановки и т.д.;

• вербальная – это запоминание и сохранение, а затем воспроизведение прочитанных и услышанных мыслей в словесной форме. По-другому такая память называется «словесно-смысловая».

3. Третий вид памяти – по продолжительности протекания процесса. Здесь присутствуют такие подвиды:

• кратковременная – это хранение информации на короткий срок, от нескольких секунд до нескольких минут;

• долговременная – это хранение информации на длительный срок, от нескольких дней до всей жизни. Такая память имеет огромный объем и может вместить бесконечное количество данных;

• оперативная – это хранение и манипулирование информацией в процессе выполнения различных задач. Является частью кратковременной памяти и использует ее ресурсы для работы с информацией, а также имеет очень маленький объем. Иногда, по-другому, этот вид памяти называется «рабочая память».

Отдельно выделяется и сенсорная память – относится к типу кратковременной памяти. Она представляет собой самый начальный уровень обработки информации, поступающей через органы чувств.

4. Четвертый вид памяти – по форме психической активности. Представляет собой всего два подвида:

• произвольная – это память, при которой человек не ставит специальной цели запомнить тот или иной материал. Здесь идет запоминание само собой;

• непроизвольная – это память, при которой человек ставит специальную цель запомнить какой-нибудь материал.

Каждый из видов памяти по-своему уникален, ведь каждому человеку присущ тот или иной вид в большей или меньшей степени.

Память играет важную роль в обучении. Она позволяет обучающимся сохранять информацию, которая приходит к нам из внешней среды, а в дальнейшем использовать ее для решения различных задач. Память помогает усваивать новые знания и навыки, развивать способности к анализу информации. Поэтому важно способствовать ее улучшению.

Для того чтобы подробно углубиться в данную тему, было проведено небольшое исследование, участниками которого являлись обучающиеся по направлению «Профессиональное обучение».

Участникам было предложено разделиться на четыре группы и пройти тестирование по различным типам памяти, а именно:

- сенсорная память: восприятие информации (визуальной или слуховой) в течение нескольких секунд;
- кратковременная память: хранение информации в течение нескольких минут;
- рабочая память (или оперативная память): удержание и обработка информации в течение нескольких секунд или минут;
- долговременная память: хранение информации в течение длительного периода времени.

По результатам данного исследования были показаны значительные различия в производительности памяти между группами:

- сенсорная память: все группы продемонстрировали высокую производительность по задачам сенсорной памяти;
- кратковременная память: группы, которые получили инструкции по использованию стратегий повторения, показали лучшую производительность по задачам кратковременной памяти;
- рабочая память (или оперативная память): группы, которые практиковались в выполнении задач рабочей памяти, показали улучшение производительности по этим задачам;
- долговременная память: группы, которые также использовали определенные стратегии повторения, показали успешные результаты долговременной памяти.

На основании полученных результатов можно предложить рекомендации для преподавателей по эффективному улучшению памяти обучающихся:

1. Включение в учебные планы упражнения на тренировку памяти. Здесь важно учитывать возрастную группу студентов, специфику дисциплины, а также цели обучения. Можно разработать несколько идей для организации таких занятий, ведь регулярные тренировки памяти помогают обучающимся лучше усваивать различный материал. Помимо учебной деятельности, это также полезно в условиях современного информационного общества;

2. Обучение студентов использовать стратегии повторения и извлечения для улучшения долговременной памяти. Этот пункт значительно повышает качество образования, а также готовит обучающихся к дальнейшей успешной профессиональной деятельности. Важно не только запоминать информацию, а также уметь активно обрабатывать ее, что приводит к лучшему пониманию, вследствие чего и эффективному запоминанию материала;

3. Предоставление студентам возможностей для практики задач рабочей памяти. Важность состоит именно для их общего когнитивного развития и успеха в обучении. Вообще, предоставляя такую возможность, преподаватели создают условия для всестороннего развития способностей обучающихся, что, конечно, в итоге приведет к их повышению успеваемости.

4. Создание учебных материалов, которые привлекают как сенсорную, так и кратковременную память. Это также обеспечивает эффективное восприятие и обработку информации, способствует улучшению запоминанию и, что еще важно, повышает мотивацию обучающихся, что влияет на эффективность и достигаемость результатов не только в обучении, но и в других сферах.

Существует большое количество простых способов, не только для обучающихся, но и всех, как улучшить свою память. Вот некоторые из них [3]:

1. Создание ассоциаций. Здесь идет речь о необходимости связать уже известное и неизвестное. Это значительно облегчит запоминание новой информации.

2. Чтение вслух. Во время чтения происходит взаимодействие сразу нескольких каналов восприятия, и именно это развивает память.

3. Освоение иностранных языков. Здесь развивается сразу несколько видов памяти.

4. Занятие интеллектуальными играми. Активно тренируют мозг такие игры, как шахматы, пазлы, sudoku, различные головоломки, ребусы и многие другие.

5. Изменение привычного маршрута. Смена обстановки перезапускает мозг, здесь проще всего менять свои ежедневные маршруты, чтобы развивать свою память.

6. Ведение здорового образа жизни. Память связана с такими факторами, как свежий воздух, сон, занятие спортом. Если поддерживать это в норме, тогда будет правильно функционировать и память.

Конечно, таких способов большое количество, но эти являются самыми распространенными и простыми.

Все типы памяти играют важную роль в обучении. Преподаватели могут способствовать улучшению памяти студентов, обучая их эффективным стратегиям памяти. Стоит отметить, что различные типы памяти требуют различных подходов к обучению.

### **Библиографический список**

1. Виды памяти у человека: какие бывают типы человеческой памяти // nadpo.ru. URL: <https://nadpo.ru/academy/blog/vidy-pamyati-u-cheloveka-v-psihologii/>.

2. Виды, уровни, типы памяти. Индивидуальные особенности памяти // studfile.net. URL: <https://studfile.net/preview/7768557/>.

3. 8 способов улучшить память // style.rbc.ru. URL: <https://style.rbc.ru/life/5be446719a79476f72af759c>.