Министерство здравоохранения Республики Башкортостан

ГАПОУ РБ «Стерлитамакский медицинский колледж»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ТЕОРЕТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ ПО ТЕМЕ:  
 ***«Память»***

Учебная дисциплина ОП.02. Психология

специальность 31.02.01 Лечебное дело

****

Разработала: Сидорова Наталья Филипповна,

преподаватель психологии ГАПОУ РБ

«Стерлитамакский медицинский колледж»

Стерлитамак, 2015 г.

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрена и одобрена  на заседании ЦМК  общеобразовательных,  ОГСЭ, ЕН и ОП дисциплин  «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015г.  \_\_\_\_\_\_\_ /Варламова Ю.А./ | Составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПОпо специальности 31.02.01Лечебное дело,  утвержденным приказом  Министра образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. N 514 |

Методическая разработка теоретического занятия разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по ППССЗ (далее – СПО) по учебной дисциплине ОП.02. Психология для специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Разработчик:

Сидорова Наталья Филипповна, преподаватель УД ОП.02. Психология.

**ГАПОУ РБ «Стерлитамакский медицинский колледж»**

### **Технологическая карта занятия**

**Дисциплина** - Психология

**Специальность** - Лечебное дело***гр. дата***

**Тема занятия** – «Память»

**Вид занятия-** *теоретическое*

**Тип (форма ) занятия -** *комбинированное.*

**Цели-**

**Дидактические и формируемые ПК:**

* - исследование индивидуальных особенностей памяти;
* - выполнение практических упражнений на развитие памяти.

**Развивающие и формируемые ОК:**

* продолжить развитие умений: выделять главное, устанавливать причинно-следственные связи, исследование индивидуальных особенностей памяти;
* - выполнение практических упражнений на развитие памяти.

**Воспитательные и формируемые ОК:**

* продолжить формирование научного мировоззрения;
* воспитание положительного отношения к знаниям.

**Методы и методические приемы:**

* самостоятельная работа учащихся с научно-популярной литературой,
* подготовка сообщений,
* текущий контроль с помощью теста.

**Междисциплинарные связи** - анатомия и физиология; сестринское дело

**Обеспечение занятия-**

1.Наглядные пособия\_\_ - *таблицы, схемы*

2.Раздаточный материал- *тесты*

3.ТСО- *мультимедийная установка, презентация*

4.Литература:

*Основная*

1. Психология для средних медицинских учреждений: учеб. Пособие / ОИ. Полянцева. – Изд. 5-е, испр. – Ростов н/Д : Феник, 2012. – 414 с. – (Среднее профессиональное образование).
2. Психология для медицинских специальностей : учебник для студ. Учреждений сред. Проф. Образования / Н.Н. Петрова – 6-е изд., стер. –М. : Издательство центр «Академия», 2013. – 320с.
3. Психология для медицинских специальностей / А.М. Руденко, С.И. Самыгин. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 634 с. – (Медицина).  
      
   *Дополнительная:*

1. Основы психологии: учеб. Пособие – М. : Проспект, 2010 – 464с.

2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии; Информ. – метод. Пособие к курсу «Психология человека». – М.: Российское педагогическое агентство, 2011. – 272 с. : ил. 260.

**В результате освоения данной темы обучающийсядолжен:**

уметь:

* развивать память;
* грамотно организовать взаимодействие с пациентом с учётом возрастных особенностей, особенностей нарушения памяти.

знать: -

* понятие память;
* понятие ассоциации;
* - виды памяти;
* - основные процессы памяти;
* - основные характеристики памяти;
* - нарушения памяти

**Структура занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Элементы  занятия | Время  /мин./  (прим.) | Содержание занятия | Методы  обучения |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Организацион-ный момент. Начальная мотивация. | *3* | *Взаимное приветствие, проверка отсутствующих, состояния аудитории, рабочих мест и внешнего вида. Организация внимания, постановка целей и задач занятия; мотивация учебной деятельности через осознание обучающимися практической значимости знаний и умений по данной теме* |  |
| Контроль исходного уровня знаний | *10* | *Подготовка к изучению нового материала через повторение и актуализацию опорных знаний по предыдущей теме*  1.Что такое память и что лежит в основе памяти?  2.Классификация видов памяти по психической активности и их особенности.  3.Классификация видов памяти по продолжительности сохранения материала и их особенности.  4.Классификация видов памяти по характеру деятельности и их особенности.  5.Какие характеристики памяти Вы знаете?  6.Расскажите о процессах памяти.  7.Расстройства памяти. | *Опрос устный, фронтальный, письменный* |
| Изучение новой темы | *33* | *Преподаватель объясняет, показывает по плану-*  1. Прием информации  2. Методика «Память на образы»  - Тест «Непроизвольная память»  - Тест «Объем кратковременной памяти»  А. цифровой материал  В. Словесный материал  3.Осмысленность восприятия в запоминании  4.Общие условия успешного запоминания  5.Сообщение по теме: «Память» | *Информационно-развивающий,репродуктивный, наглядный* |
| Самостоятельная аудиторная работа и самоконтроль | *32* | *Содержание задач, комментирование ответов*  Упражнения, развивающие память | *Самостоятельная работа с таблицами. Тестирование* |
| Обобщение и систематизация закрепление приобретенных знаний и полученных умений | *10* | *Обобщение, проблемная ситуация*  Какие продукты полезны перед экзаменом | *Решение ситуационных задач* |
| Подведение итогов занятия. | *2* | *Оценка результатов обучения*  *Домашнее задание, СРС*  Конспект лекций | *Вербально-словесный* |

*Преподаватель- Сидорова Н.Ф.*

**Ход урока.**

***«Память — это медная доска, покрытая буквами,  
 которые время незаметно сглаживает,   
если порой не возобновляет их резцом»***

**Локк Джон**

**1. Организационный этап**

Преподаватель приветствует студентов, обращает внимание на внешний вид, готовность аудитории к занятию, оснащение занятия, отмечает отсутствующих.

**2. Мотивация к занятию**

Преподаватель сообщает студентам тему и цели предстоящего занятия знакомит с этапами предстоящей работы, подчеркивает актуальность темы

**3. Контроль исходного уровня знаний**

Определяем степень усвоения пройденной ранее темы, на которую будем ссылаться в ходе лекции.

*Вопросы для актуализации знаний студентов*

-Что такое память и что лежит в основе памяти?

-Классификация видов памяти по психической активности и их особенности.

-Классификация видов памяти по продолжительности сохранения материала и их особенности.

-Классификация видов памяти по характеру деятельности и их особенности.

-Какие характеристики памяти Вы знаете?

-Расскажите о процессах памяти.

-Расстройства памяти.

4.Изучение новой темы

**Прием информации**

*Ход опыта.* Экспериментатор зачитывает в быстром темпе слова, а испытуемые (вся группа) должны эти слова классифицировать и записать сокращенно в нужную колонку. Выделяют **5 колонок в таблице: *химические элементы, человеческие чувства, мебель, деревья, животный мир.***

Зачитываются 32 слова (повторять их нельзя): ***натрий, кошка, диван, верба, тревога, водород, хорек, кресло, восторг, черемуха, ель, серебро, сервант, рысь, любовь, гелий, медведь, лев, стол, тополь, усталость, дуб, каштан, аргон, воробей, железо, клен, медь, сазан, береза, соболь, радий.***

Испытуемые считают количество слов, которые успели записать. Если количество записанных слов равно 32 - прием информации эффективен, если 31 - 29 - посредственный прием, если ниже 28 -прием информации затруднен, человек не успевает за средним темпом подачи информации.

**Методика «Память на образы»**

Предназначена для изучения образной памяти. Методика применяется при профотборе. Сущность методики заключается в том, что испытуемому экспонируется таблица с 16 образами в течение 20 сек. Образы необходимо запомнить и в течение минуты воспроизвести на бланке.

Инструкция: «Вам будет предъявлена таблица с образами. Ваша задача заключается в том, чтобы за 20 сек. запомнить как можно больше образов. Через 20 сек. уберут таблицу, и вы должны будете зарисовать или записать словесно те образы, которые запомнили.



Оценка результатов тестирования производится по количеству правильно воспроизведенных образов. Норма - 6 правильных ответов и больше.

**Тест «Непроизвольная память»**

Ход опыта. Для исследования непроизвольной памяти можно использовать опыт «Прием информации». Для этого после проведения опыта «Прием информации» отвлеките внимание обследуемых обсуждением какой-либо проблемы минут на 5 - 10, предварительно попросив закрыть тетради, где они выполняли опыт 8. Затем неожиданно для испытуемых попросите вспомнить и записать в любом порядке те слова, которые они классифицировали. На воспоминание отводится 5 - 7 минут, затем подсчитывается количество вспомненных слов (П), проверяется их правильность, определяется число сфантазированных слов (М) и вычисляется показатель непроизвольной памяти:

НП = (П - М)/32 х 100%.

Анализ результатов: НП = 70% - очень высокий уровень непроизвольной памяти, НП = 51- 69% - высокий, выше среднего уровень развития НП; НП = 41 - 50% - хорошая, средняя норма НП для взрослого человека; НП = 31 — 40% — посредственная норма для,взрослого человека; НП = 15 - 30% - низкий уровень НП, ниже сред-ivнего уровня; НП = 10% и ниже - дефект памяти.

**Тест «Объем кратковременной памяти»**

**ВАРИАНТ А. ЦИФРОВОЙ МАТЕРИАЛ**

Ход опыта. Студентам зачитывают ряды чисел с постоянно нарастающим количеством цифр. После команды «Записывайте» студенты должны записать запомнившиеся числа в том же порядке, как они были предъявлены.

**Числа: 439, 3 953, 42 731, 619 473, 5 917 423, 98 192 647, 382 951 746.**

При проверке правильности запомнившихся цифр начисляют баллы: за каждую правильно воспроизведенную цифру на правильном месте присуждается по 1 баллу, за пропущенную или неверную цифру - 1 штрафной балл, за перестановку места правильно воспроизведенной цифры - штраф в 0,5 балла. Определяются баллы по каждому ряду. Находится максимально высокий показатель, проявленный студентом в любом из предъявленных рядов. Объем кратковременной памяти (ОКП) = мах (максимальному) баллу.

**ВАРИАНТ Б. СЛОВЕСНЫЙ МАТЕРИАЛ**

Ход опыта. Студентам зачитывают 10 слов. После команды «Записывайте» студенты должны записать запомнившиеся слова в том же порядке, как они были предъявлены.

**Слова: утро, серебро, ребенок, река, север, вверх, капуста, стакан, школа, ботинок.**

Оценка правильности воспроизведения в баллах проводится так же, как в варианте А.

Сделать выводы: объем кратковременной памяти 7-2, но эти показатели могут быть повышены, если «куски информации» более информационно насыщены за счет группировки, объединения цифр, слов в единый целостный «кусок-образ»; например, при запоминании словесного материала слова: река, серебро, ребенок, утро — могут быть объединены в единый образ и выступать как один целостный «кусок информации».

Методика диагностики оперативной памяти

Методика применяется для изучения оперативной памяти в тех случаях, когда она несет основную функциональную нагрузку.

**Порядок проведения**

Испытуемому вручается бланк, после чего экспериментатор дает следующую инструкцию.

Инструкция: «Я буду зачитывать числа — 10 рядов из 5 чисел в каждом. Ваша задача — запомнить эти 5 чисел в том порядке, в каком они прочтены, а затем в уме сложить первое число со вторым, второе с третьим, третье с четвертым, четвертое с пятым, а полученные четыре суммы записать в соответствующей строке бланка. Например: 6, 2, 1, 4, 2 (записывается на доске или на бумаге). Складываем 6 и 2 — получается 8 (записывается); 2 и 1 — получается 3 (записывается); 1 и 4 — получается 5 (записывается); 4 и 2 — получается 6 (записывается)».

Если у испытуемого есть вопросы, экспериментатор должен ответить на них и приступить к проведению теста. Интервал между зачтением рядов — 15 сек.

ОБРАЗЕЦ БЛАНКА

|  |  |
| --- | --- |
| № ряда | Сумма |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| 6 |  |
| 7 |  |
| 8 |  |
| 9 |  |
| 10 |  |

**Стимульный материал**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | 5, 2, 7, 1, 4 |
| 2. | 3, 5, 4, 2, 5 |
| 3. | 7, 1, 4, 3, 2 |
| 4. | 2, 6, 2, 5, 3 |
| 5. | 4, 4, 6, 1, 7 |
| 6. | 4, 2, 3, 1, 5 |
| 7. | 3, 1, 5, 2, 6 |
| 8. | 2, 3, 6, 1, 4 |
| 9. | 5, 2, 6, 3, 2 |
| 10. | 3, 1, 5, 2, 7 |

КЛЮЧ

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | 7985 |
| 2. | 8967 |
| 3. | 8575 |
| 4. | 8878 |
| 5. | 7978 |
| 6. | 6546 |
| 7. | 4678 |
| 8. | 5975 |
| 9. | 7895 |
| 10 | 1679 |

Интерпретация результатов

Подсчитывается число правильно найденных сумм (максимальное их число — 40). Норма взрослого человека — от 30 и выше.

Методика удобна для группового тестирования. Процедура тестирования занимает немного времени — 4—5 мин. Для получения более надежного показателя оперативной памяти тестирование можно через некоторое время повторить, используя другие ряды чисел.

**Осмысленность восприятия в запоминании**

**СЕРИЯ А**

*Материал.*Пары слов для запоминания: **кукла — играть, курица - яйцо, ножницы - резать, лошадь - сено, книга - учить, бабочка -муха, щетка - зубы, барабан - пионер, снег - зима, петух - кричать, чернила - тетрадь, корова - молоко, паровоз - ехать, груша - компот, лампа — вечер.**

*Ход опыта.* Студентам зачитывают слова. Они должны постараться запомнить их попарно. Затем преподаватель прочитывает только первое слово каждой пары, а студенты записывают второе.

При проверке медленно читают пары слов. Если второе слово записано правильно, то ставят «+», если неправильно или вообще не записано - ставят « —».

**СЕРИЯ Б**

*Материал.* Пары слов для запоминания: **жук - кресло, перо -вода, очки - ошибка, колокольчик - память, голубь - отец, лейка -трамвай, гребенка - ветер, сапоги - котел, замок - мать, спичка - овца, терка - море, салочки - завод, рыба - пожар, топор - кисель.**

*Ход опыта.* Характер предъявления и проверка такие же, как всерии А. После проведения опыта сравнивают количество запомнившихся слов по каждой серии и студенты отвечают на вопросы:

«Почему хуже запомнились слова серии Б? Пытались ли установить связь между словами серии Б?»

Вывод: для успешности запоминания надо включить материал в систему, которая отражает объективные связи.

Успешность запоминания в значительной мере зависит от смысловых связей между элементами запоминаемого материала. В этом несложно убедиться с помощью предлагаемой ниже таблицы слов. Экспериментатор вначале читает каждую пару слов, а испытуемые фиксирую в уме связи между этими словами. Затем экспериментатор называет только первое слово пары, а испытуемые должны воспроизвести второе.

Осмысленное запоминание основывается на логических связях, отражающих наиболее важные и существенные стороны и отношения объектов. Механическое запоминание основывается на единичных временных связях, отражающих преимущественно внешнюю сторону явлений. Это объясняются преимущества осмысленного запоминания.

**Общие условия успешного запоминания**

1. Когда материал интересен для запоминающего.

2. Когда у запоминающего есть уже большой объем знаний в той области, к которой относится заучиваемый материал.

3. Когда у запоминающего сформирована установка на длительность, полноту и прочность запоминания.

4. Когда материал осмыслен, предельно ясен, подвергается классификации.

5. Когда при заучивании материала до 1000 слов (т.е. 3-4 страницы книги обычных размеров), он внимательно прочитан один - два раза с разбивкой его на смысловые фрагменты и затем воспроизводится путем активных и с подглядыванием повторений.

6. Когда число таких повторений на 50% превышает то количество их, которое требуется для первого безошибочного воспроизведения. (Со средней памятью человек может безошибочно воспроизвести 7-9 слов сразу, 12 слов - после 17 повторений, 24 слова - после 40 повторений).

7. Когда между отдельными повторениями вводится пауза продолжительностью 24 часа.

8. Когда процесс заучивания, разделенный на отрезки по 45-60 минут, прерывается паузами отдыха 10-15 минут.

Сообщение по теме: «Память»

**5.Самостоятельная аудиторная работа и самоконтроль**

**Упражнения, развивающие память**

**Имена обитателей НЛО.**

Необходимо как можно быстрее запомнить имена обитателей НЛО.

Их зовут:

**Вен, Мал, Чук, Неф, Тад, Маг, Пак, Кан, Ден.**

ЗАДАНИЕ 1. Повтори эти имена.

ЗАДАНИЕ2.Что можно предпринять, если имена не запоминаются?  
Попытайся связать каждое имя с тем, на что похоже это слово, с тем, что хорошо известно.

Например:

Вен     звучит как «в N», т.е. в городе N; от слова «вена» и т. д.

Мал     смял; ломал и т. д.

Чук     Чук и Гек; чукча и т. д.

Неф     звучит как имя еще одного поросенка компании Нюф-Нюфа, Наф-Нафа и Ниф-Нифа и т. д.

Тад     как очень похожее на имя Тэд и т. д.

Маг     маг-кудесник; мак (цветок); смак (название передачи) и т. д.

Пак     от слова «упаковка» и т. д.

Кан     почти название известного города Канны во Франции и т. д.

Ден     мужское имя англоязычных народов и т. д.

ЗАДАНИЕ 3. Вспомни имена обитателей НЛО.

**6.Обобщение и систематизация закрепление приобретенных знаний и полученных умений**

*Если у вас скоро экзамены*, самое время задуматься над тем, что вы едите, есть ли в вашей диете продукты, достаточно стимулирующие мозг. Ведь ваш обед действительно может повлиять на то, как вы проявите себя на экзамене. Правильные продукты помогают лучше сосредотачиваться, позволяют лучше спать ночью и снижают уровень обеспокоенности. Так что ешьте правильно!

**КАКИЕ ЖЕ ПРОДУКТЫ ПОЛЕЗНЕЕ ПЕРЕД ЭКЗАМЕНАМИ**  
Почти все. Мозг "работает" на энергии, получаемой из перевариваемой пищи. Основной источник энергии - глюкоза, которую организм получает из продуктов, богатых углеводами - хлопьев для завтрака, хлеба, макарон. Энергия хранится в мозгу очень маленькими порциями, поэтому их нужно постоянно пополнять глюкозой, чтобы мозг работал в полную мощь. Поэтому во время подготовки к экзаменам очень важно отложить диету и питаться правильно и полезно.

**ЗАКУСКИ И ПЕРЕКУСЫ**

Избегайте сахара, шоколада, конфет, печенья и других продуктов с высоким содержанием сахара. Возможно, сначала они и придадут вам энергетический толчок, но толчок этот очень кратковременный и вы будете чувствовать себя еще более устало, чем раньше.

Ограничьте количество чипсов - хотя в них нет сахара, из-за их высокого содержания жира, желудку на нервной почве будет сложно их переварить.

Если занимаясь, вы чувствуете, что без перекуса не обойтись, уйдите в другую комнату и сделайте нормальный перерыв, чтобы отдохнуть и подпитать мозги. Попробуйте:

- свежие фрукты или сухофрукты

- бутерброд

- тарелку супа

- кусок сыра

- несоленые орешки

- йогурт

- только что сделанный молочный коктейль

**НАПИТКИ В ПОМОЩЬ**

Не забывайте часто пить. Исследования показали, что дети, которые пьют больше воды, лучше сосредотачиваются, проще переваривают новую информацию и меньше страдают от головной боли. Когда занимаетесь, держите на столе бутылку или кувшин с водой, а если простую воду вы не любите, разведите ее небольшим количеством фруктового концентрата.  
*Напитки с большим содержанием сахара* лучше избегать, так как из-за них уровень энергии падает сразу после того, как вы их выпьете.  
*Пейте больше воды* в день перед экзаменом, но желательно задолго, чтобы вода полностью прошла через организм, и вам не пришлось провести экзамен в туалете.Не приучайте себя к *кофеину* (к чаю, кофе или кока-коле) занимаясь ночью; из-за кофеина на следующий день вы скорее всего будете чувствовать себя устало и будете очень нервничать.  
  
**АНТИ-СТРЕСС**

Не пытайтесь учиться, пока вы обедаете или перекусываете - отведите еде отдельное время и вы будете чувствовать себя заметно лучше и свежее, возвращаясь к учебникам.

Не используйте *таблетки кофеина*- из-за них у вас увеличится уровень волнения и вы не сможете спать.  
Помните, что даже во время экзаменов важно заниматься спортом и общаться, хотя бы в более умеренных количествах, все это хорошо снижает стресс.

**ВО ВРЕМЯ ЗУБРЕЖКИ**

Как правило, готовящиеся к экзаменам делятся на тех, кто абсолютно забывает про пищу, и на тех, кто убежден, что любая скучная книжка становится интереснее в сопровождении чего-нибудь вкусненького. Не правы тут ни те ни другие. От голода нервное истощение наступает гораздо быстрее, а переедание приводит к тому, что организм тратит все силы на пищеварение, а не на усвоение информации.  
Питаться во время подготовки к экзаменам диетологи советуют не реже четырех раз в день, но порции должны только утолять голод, а не пересыщать.  
На столе должна быть морская рыба и стручковая фасоль (в ней содержится цинк, способствующий улучшению памяти), богатые железом сухофрукты, зеленые овощи и обезжиренное мясо повысят концентрацию внимания. Витамин С, содержащийся в цитрусовых, белокочанной капусте и томатах, поможет побороть стресс. А кальций, которым богаты молочные продукты, обеспечит нормальное функционирование нервной системы.  
Бороться с приступами голода между приемами пищи лучше всего с помощью маленьких кусочков черного шоколада, орехов и фруктов. А вот жевать в процессе обучения не рекомендуется: прочитанные строчки «съедятся» вместе с пищей и забудутся через десять минут.

**НОЧЬ ПЕРЕД ЭКЗАМЕНОМ**

Крахмальные продукты -макароны, рис, картофель и хлеб подойдут отлично и помогут спокойно спать.  
Стакан молока - теплого или холодного - тоже поможет вам уснуть. Некоторые считают, что в молоке содержится аминокислота -Tryptophan, которая усыпляет. Избегайте кофе, чай и колу, так как они не дадут вам уснуть.

**ОТВЕТСТВЕННЫЙ ЗАВТРАК**

Утром перед экзаменом ешьте что-нибудь с высоким содержанием белка и клетчатки: яйца, фасоль или грибы на тосте, тост с медом или овсянку, мюсли. Но если вы слишком нервничаете, чтобы много съесть, съешьте пару бананов, изюм или фруктовый молочный коктейль, который поддержит вас на экзамене.

**7. Подведение итогов занятия.**

Анализ работы групп по выполнению цели занятия. Выставление и мотивация оценок за работу на занятии. Подведение итогов, перспективы на следующее занятие



***«Чем выше интеллект, тем избирательнее***[***память***](http://www.aforizmov.net/tema/tags/pamyat)***.» - И. Шевелев***