

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

COME FUNZIONA LA MEMORIA



REGISTRIAMO L'INFORMAZIONE



CODIFICHIAMO L'INFORMAZIONE



L'INFORMAZIONE È TRASMESSA ALLA MEMORIA A LUNGO TERMINE QUANDO È RIELABORATA DAL CERVELLO



IL CONSOLIDAMENTO DELL'INFORMAZIONE AVVIENE QUANDO I PROCESSI SI SUSSEGUONO IN MODO ARMONIOSO



COME FUNZIONA LA MEMORIA

MEMORIA DI
LAVORO

SURFACE LEARNING



REGISTRIAMO L'INFORMAZIONE



CODIFICHIAMO L'INFORMAZIONE



L'INFORMAZIONE È TRASMESSA ALLA MEMORIA A LUNGO TERMINE QUANDO È RIELABORATA DAL CERVELLO



IL CONSOLIDAMENTO DELL'INFORMAZIONE AVVIENE QUANDO I PROCESSI SI SUSSEGUONO IN MODO ARMONIOSO

MEMORIA A LUNGO
TERMINE

DEEP LEARNING

COME FUNZIONA LA MEMORIA

MEMORIA DI
LAVORO

SURFACE LEARNING

MOMENTI
DI RIPOSO

*LE PAUSE E IL SONNO
SONO UTILI A FAR
SEDIMENTARE
E CONSOLIDARE LE
INFORMAZIONI*

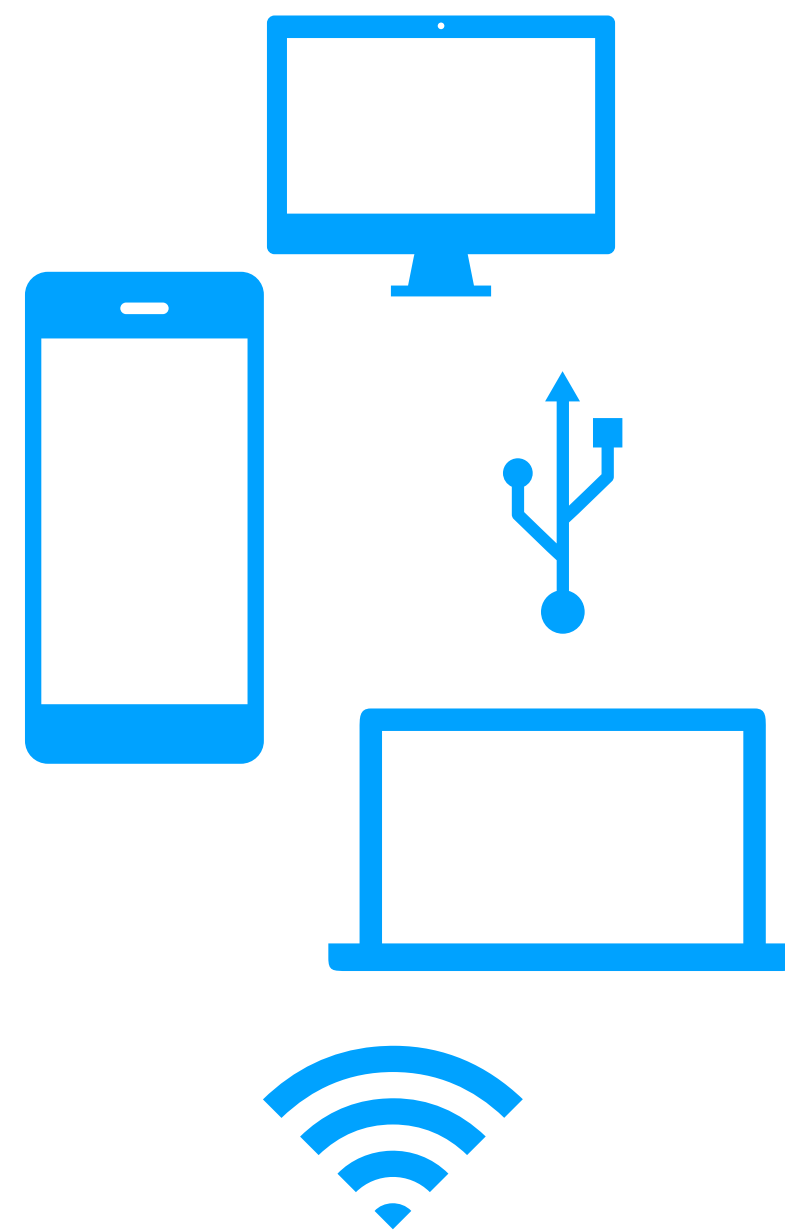
MEMORIA A LUNGO
TERMINE

DEEP LEARNING

MEMORIA

SE CONOSCIAMO SOLO GLI
ACCESSI ALLA CONOSCENZA,
DOVE E COME FACCIAMO LA
SINTESI?

ABBIAMO BISOGNO CHE LE
INFORMAZIONI SIANO NELLA
NOSTRA MENTE



**LA MEMORIA CI PERMETTE DI
FARE SCELTE E DI AVERE
OPINIONI**

***LA MEMORIA FA SÌ CHE NOI
SIAMO NOI STESSI***

MEMORIA DI LAVORO

OGNI GIORNO ESTRAIAMO I SIGNIFICATI DELLE ESPERIENZE CHE
FACCIAMO GRAZIE ALLA NOSTRA MEMORIA DI LAVORO

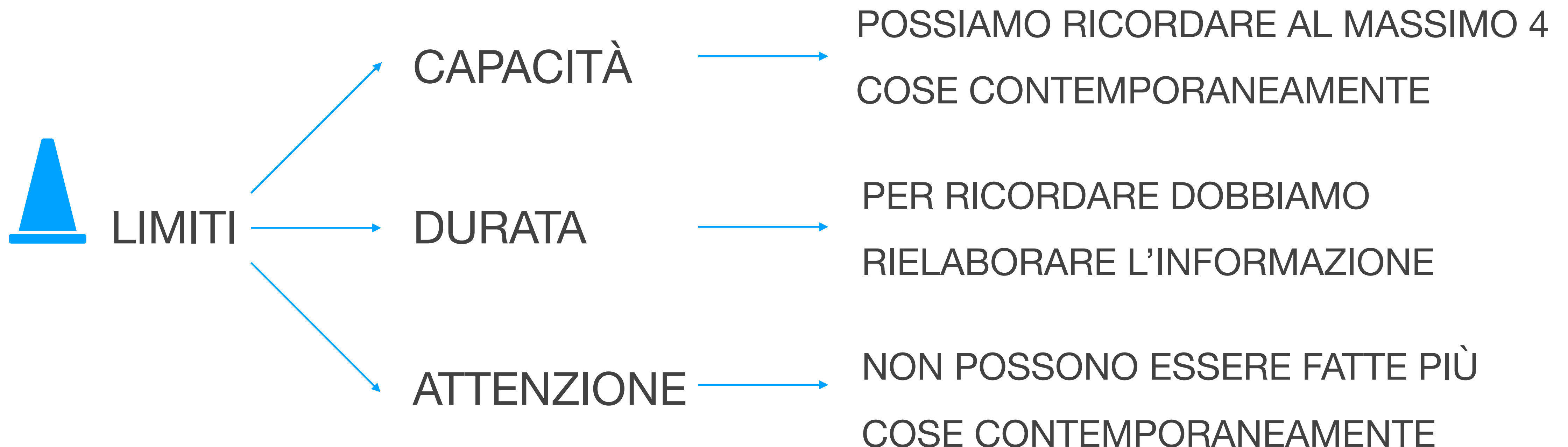
CI PERMETTE DI



ANALIZZARE LE ESPERIENZE CHE STIAMO VIVENDO
DARE UN SENSO AL MONDO CHE CI CIRCONDA
COMUNICARE
RISOLVERE I PROBLEMI
VALUTARE
FARE DOMANDE
DARE RISPOSTE

MEMORIA DI LAVORO

È LIMITATA





I FALSI RICORDI

LA MEMORIA NON FUNZIONA COME UN ARCHIVIO,
OVVERO NON RIPONIAMO UN RICORDO IN UN
FASCICOLO O IN UN CASSETTO E RESTA IMMUTATO

I RICORDI SONO COMPONENTI E RICOMPONIBILI

**I RICORDI POSSONO ESSERE CONDIZIONATI,
MANIPOLATI E IMPIANTATI.**



STEVE TITUS

VITTIMA DI UN FALSO
RICORDO

STRESS

QUANDO SIAMO STRESSATI IL CERVELLO OCCUPA LA **MEMORIA DI LAVORO**



E INIBIAMO LA

**MEMORIA A LUNGO
TERMINE**

IN ASSENZA DI STRESS



MASSIMIZZIAMO L'APPRENDIMENTO



PRENDIAMO IL CONTROLLO E GESTIAMO
IL NOSTRO APPRENDIMENTO

MNEMOTECNICA



La mnemotecnica è l'insieme di regole e metodi adoperati per memorizzare rapidamente e facilmente informazioni difficili da ricordare.

Le mnemotecniche sfruttano la naturale capacità dell'essere umano di ricordare le informazioni se sono trasformate in immagini o storie, associate a eventi paradossali o a emozioni.

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

MEMORIA DI LAVORO

SURFACE LEARNING

Le tecniche di memorizzazione agiscono sulla memoria a breve e a lungo termine.

Sono utili nel passaggio tra breve e lungo termine.

MEMORIA A LUNGO TERMINE

DEEP LEARNING

Permettono a un'informazione, che a breve il cervello cancellerà, di diventare un'informazione con profonde radici nella memoria.

STRUMENTI PER MEMORIZZARE

IMMAGINI

Ricordare attraverso più immagini connesse fra loro, che richiameranno concetti, parole, numeri.

SELEZIONE

Osservare e selezionare le informazioni che effettivamente si vogliono ricordare.

VISUALIZZAZIONE

Convertire le informazioni (parole, numeri o concetti) in immagini, nella propria mente.

ASSOCIAZIONE

Connettere fra loro le immagini create secondo uno schema prestabilito e sempre uguale.

LE FASI DELLA MEMORIZZAZIONE

CONCENTRAZIONE



POSIZIONE

CODICE



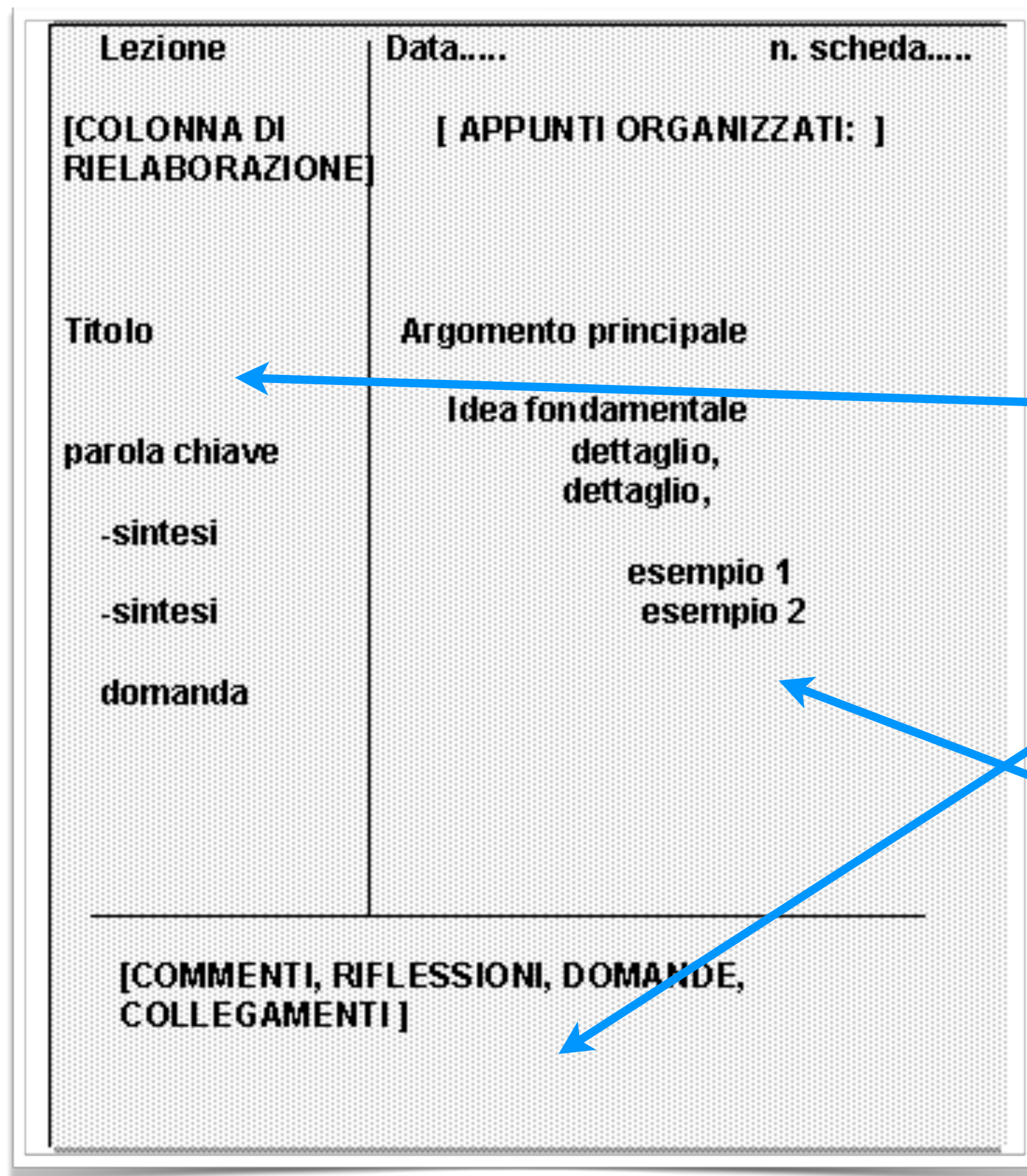
AZIONE

REVISIONE



TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

APPUNTI DI CORNELL



AREA A: INDICE DEGLI ARGOMENTI PRINCIPALI, CON BREVI TITOLI E COLORI.

AREA B: SPAZIO PER LA SINTESI, RIFLESSIONI, ANNOTAZIONI PERSONALI

AREA C: SCRIVERE TUTTO CIÒ CHE È IMPORTANTE UTILIZZANDO FRASI BREVI, SIMBOLI, FRECCE, ECC.

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

APPUNTI DI CORNELL

L'efficacia del metodo:

costringe all'ascolto attivo e lo rende ancora più performante

permette il ripasso a 3 livelli di dettaglio: quello dei riassunti, quello delle parole chiave e quello totale


Lezione	Data....	n. scheda....
[COLONNA DI RIELABORAZIONE]	[APPUNTI ORGANIZZATI:]	
Titolo	Argomento principale	
parola chiave	Idea fondamentale	
- sintesi	dettaglio,	
- sintesi	dettaglio,	
domanda	esempio 1	
	esempio 2	
[COMMENTI, RIFLESSIONI, DOMANDE, COLLEGAMENTI]		

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

LETTURA VELOCE

Per leggere velocemente è necessario focalizzare lo **scopo** per il quale si sta leggendo, il **tempo** che si ha a disposizione e il **risultato** che si desidera ottenere.

COME FUNZIONA LA LETTURA

-  FASI DI MOVIMENTO BREVI E RAPIDI **SACCADI** (non si focalizza e processa alcuna informazione)
-  FASI DI STOP **FISSAZIONE** (fase della comprensione, in cui si focalizza e processa l'informazione)

LETTORE/LETTRICI VELOCI:

saccadi veloci, periodo di fissazione maggiore, minori saccadi invertite (direzione opposta al testo)

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

LETTURA VELOCE

IL DITO SITUATO APPENA SOTTO LA
RIGA È L'ELEMENTO DA SEGUIRE

GLI OCCHI SARANNO STIMOLATI AD
AUMENTARE LA VELOCITÀ E
TROVERANNO PIÙ RAPIDAMENTE
L'ANCORAGGIO ALLA RIGA
SUCCESSIVA

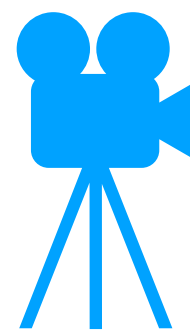
LEGGERE CON LE DITA



TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

SKIMMING

È un processo di lettura veloce che consiste nel cercare visivamente all'interno di una pagina gli indizi utili a farsi un'idea sommaria dei contenuti.



È PARAGONABILE AL TRAILER DI UN FILM

Si deve affrontare un testo mai visto ed è necessario farsi un'idea generale

È UTILE QUANDO

Si deve ripassare velocemente un testo

Si deve affrontare un testo di scarsa importanza e che non verrà riletto

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

TECNICA DEI LOCI

TECNICA DI **CICERONE** PER RICORDARE TUTTI I PUNTI DI UN'ORAZIONE DA FARE IN SENATO.

SERVE A MEMORIZZARE E RECUPERARE LE INFORMAZIONI NELLA GIUSTA SEQUENZA E PERMETTE DI ANCORARE INFORMAZIONI (NOMI, EVENTI, DATE) A SPAZI BEN DEFINITI.



NELLA TECNICA SI UTILIZZANO I PENSIERI PER MEZZO DELLE IMMAGINI

L'ORDINE DEI PENSIERI PER MEZZO DEI LUOGHI

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

TECNICA DEI LOCI

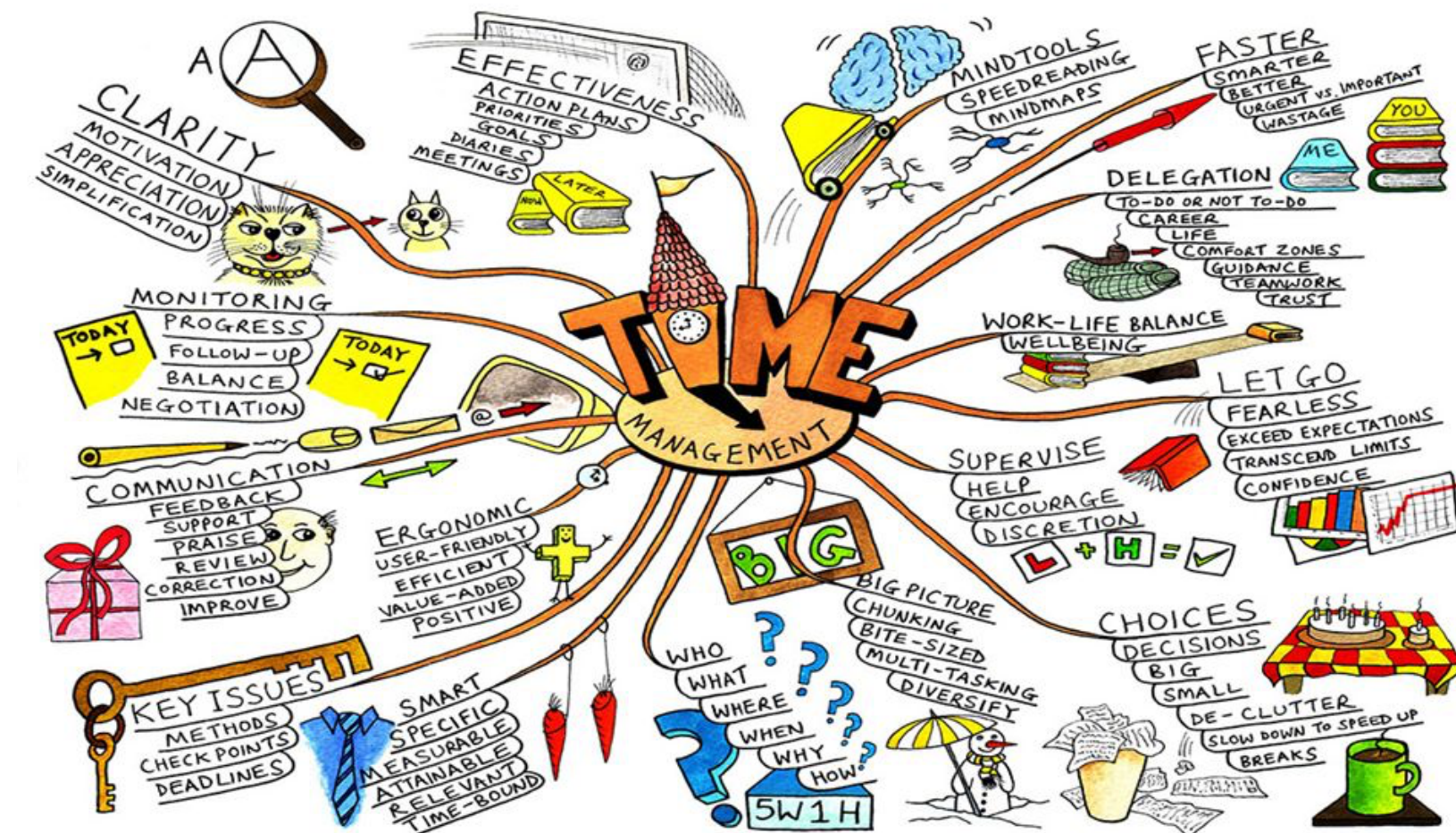
COME FUNZIONA

- ✓ PENSARE A UN TRAGITTO (CASA-SCUOLA; PARCHEGGIO-SCUOLA; CASA-PALESTRA) CHE SI CONOSCE BENE, *OPPURE UN LUOGO A UN LUOGO CHE SI CONOSCE BENE*;
- ✓ PREPARARE L'ELENCO DEI CONCETTI CHIAVE CHE DEVONO ESSERE RICORDATI;
- ✓ INDIVIDUARE TANTE TAPPE DEL TRAGITTO QUANTE SONO LE INFORMAZIONI CHE DOBBIAMO RICORDARE *OPPURE DEGLI OGGETTI DEL LUOGO SCELTO CHE AVRANNO LA FUNZIONE DI DATABASE*;
- ✓ PER RICORDARE QUANTO MEMORIZZATO, NON SI DOVRÀ FARE ALTRO CHE RIPERCORRERE MENTALMENTE LE TAPPE O *GLI OGGETTI* PRESCELTI E RICHIAMARE LE INFORMAZIONI A ESSI ASSOCIATE.

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

MAPPE CONCETTUALI

LE MAPPE CONCETTUALI SONO UNO STRUMENTO UTILE PER ORGANIZZARE LA CONOSCENZA



LE MAPPE CONCETTUALI SONO LA RAPPRESENTAZIONE GRAFICA DEI PENSIERI

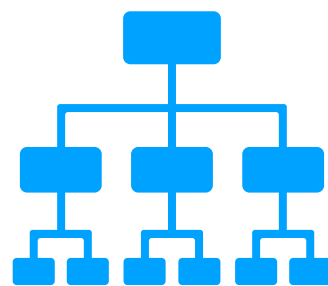


IL LORO PUNTO DI FORZA È LA CHIAREZZA E LA VISIONE DI INSIEME CHE OFFRONO A CHI LE UTILIZZA

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE

MAPPE CONCETTUALI

COSTRUZIONE DELLA MAPPA



1. DISPORRE IL FOGLIO IN ORIZZONTALE
2. SCRIVERE AL CENTRO L'ARGOMENTO PRINCIPALE E RAPPRESENTARLO CON UN'IMMAGINE
3. FAR PARTIRE IL PRIMO RAMO CON IL PRIMO CONCETTO CHIAVE ALLE ORE 13 CIRCA
4. DISPORRE I RAMI SUCCESSIVI IN SENSO ORARIO
5. DAI RAMI PRIMARI DISCENDERANNO I RAMI SECONDARI
6. INSERIRE PAROLE CHIAVE SU OGNI RAMO, UTILIZZARE COLORI, SIMBOLI E IMMAGINI.

“La memoria è il fenomeno più straordinario di tutto il mondo naturale”.

Richard F. Thompson