

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города
Москвы

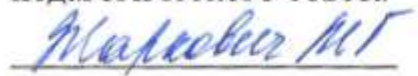
Центр реабилитации и образования №7

Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы

РАССМОТРЕНА

на заседании

педагогического совета



Жаркович Т.Г.

Протокол № от «17» июля
2026 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора

по УВР



Рибелка И.В.

Дата от «17» июля 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор



Войтас С.А.

Приказ № от «17» июля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«МНЕМОТЕХНИКА для успешной работы»

начальное общее образование

основное общее образование

среднее общее образование

(общеинтеллектуальное направление)

Составитель:

учитель ГБОУ ЦРО №7 г. Москвы

Карпушкина Т.В.

Истра, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана на основе:

- федерального закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. №1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014г. N1644 "О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. N1897 "Об утверждении ФГОС основного общего образования"
- постановления Главного государственного санитарного врача российской федерации №189 от 29.12. 2010г. «об утверждении Санпин 2.4.2821-10 «санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «7 МНЕМОТЕХНИК»

В настоящее время вопрос функционирования памяти в процессе обучения остается одним из главных в психологии и педагогике. В школьном возрасте память играет важную и ключевую роль в развитии ребенка и становлении его личности.

Актуальность проблемы развития памяти у школьников связана не только с тем, что мнемические процессы (процессы запоминания) это одни из важнейших процессов человеческой психики, но и с тем, что в современном обществе происходит информационный «бум»: количество радиостанций, телеканалов, газет увеличилось в численном и качественном объеме. Соответственно, увеличилась нагрузка на процессы запоминания информации, сохранения и воспроизведения той или иной информации. Это должно учитываться при организации учебной деятельности. Одной из часто встречающейся причиной низкой обучаемости и успеваемости школьников является слабое развитие памяти, т.е. плохое запоминание учебного материала. Существенную отрицательную роль в отставании мнемической деятельности школьников, по мнению А.А.Смирнова, играет неумение построить способ эффективного осмысленного запоминания. Поэтому формирование таких способов должно осуществляться еще в школьном возрасте, а в рамках первых трех классах школы следует обратить на них особое внимание, предприняв максимум усилий для того, чтобы они как можно скорее были сформированы у детей. От знания этих приемов и успешного овладения ими зависит успех учебной деятельности и общий уровень психического развития ребенка.

Развитие памяти у школьников повышает функциональную и общую грамотность. Школьники с хорошо развитой памятью быстрее читают, повышая тем самым свой уровень знаний и успеваемость. Так же у них хорошо развиты творческие способности, они показывают более высокий уровень интеллекта. Отметим, что проблемы развития памяти всегда волновали человечество. Сегодня, когда человечество достигает все новых и новых вершин в образовательном и информационном пространстве нагрузка на мозг человека возрастает, и следовательно, мнемические процессы приобретают важное значение в психическом развитии индивида.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «7 МНЕМОТЕХНИК»

- Развитие памяти обучаемых путем формирования у них специальных приёмов и навыков запоминания информации различного рода (числовой, текстовой, запоминание формул, исторических дат, имён собственных, иностранных слов и т.д.)
- Развитие творческих способностей учащихся.

Задачи программы:

- Развивать возможности памяти, воображения, логического и творческого мышления каждого ребенка
- изучить науку «Мнемотехника», применять основные её методы при развитии памяти
- воспитывать гармонически развитую личность в процессе сотворчества и сотрудничества
- популяризация приобретённых знаний
- создание банка мнемотехнических приемов (приёмов запоминания информации)
- Формировать коллектив

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «7 МНЕМОТЕХНИК» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа «7 мнемотехник» предназначена для учащихся 1-11 классов.

Программа рассчитана на проведение занятий по 1 часу (3 занятия) или 2 часа в неделю (6 занятий в течение заезда - 21 дня), 3 часа в неделю (9 занятий)

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «7 МНЕМОТЕХНИК»

1. Мастер – классы, где с помощью различных интерактивных средств с применением приемов мнемотехники проходит изучение основ процессов памяти, её тренировки и развития.

2. Игровые занятия – занятия, проводимые в игровой форме.

3. Показ собственных мастер-классов – публичные выступления обучаемых с целью демонстрации собственных достижений.

Различные формы работы направлены на сплочение ребят в один дружный, работоспособный творческий коллектив, что предполагает разноразноуровневое общение в атмосфере творчества.

Результатом данной программы является развитие у обучаемых, наряду с памятью, таких важных качеств личности, как внимание, мышление, воображение, творческие способности. И как следствие формирование полноценной, всесторонне развитой личности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «7 МНЕМОТЕХНИК»

Тема 1. Основы мнемотехники и дворцы памяти.

Теория. Что такое мнемотехника? Найди отдельные предметы на картинке. Набор инструментов для запоминания. Некоторые особенности памяти, которые стоит учитывать. Виды мышления: рассеянное и сфокусированное. Примеры, способы объяснения. Ассоциации и их ценность для запоминания. Виды ассоциаций. Правила создания ассоциаций. Метод Цицерона.

Практика. Тренировка в подборе ассоциаций.

Тема 2. Запоминания цифровой информации.

Теория. Метод соответствий. Метод автобиографических ассоциаций. Крючки.

Практика. Развитие воображения. Друдлы. Тренировка запоминание с порядковым номером.

Тема 3. Запоминание портретов.

Теория. Почему мы не запоминаем имена? Запоминание внешности человека. Запоминание имен. Простых и сложных.

Практика. Тренировка в запоминании имён.

Тема 4. Запоминание стихотворений. Пиктограммы

Теория. Метод пиктограмм. Метод мнемотаблиц. Метод театрализации.

Практика. Тренировка в запоминании стихотворений.

Тема 5. Запоминание иностранных слов.

Теория. Основные проблемы изучения иностранных языков. Метод Аткинсона. Метод стикеров. Система Лейтнера

Практика. Тренировка в запоминании английских слов.

Тема 6. Запоминание стран и столиц.

Тема 7. Основы запоминания текстов.

Теория. Ключевые слова как основа запоминания текстов. Умение восстанавливать текст по ключевым словам. Техника «Ромашка». Организация работы с текстами. SQ3R. Запоминание во время чтения: как не забыть самое важное. Иллюзия компетентности.

Практика. Тренировка в запоминании параграфа по истории/биологии/географии.

Тема 8. Структурирование информации и конспектирование.

Теория. Ведение конспектов: достоинства и недостатки. Ментальные карты: достоинства и недостатки. Визуальные заметки и дудлы

Практика. Составление ментальной карты по теме из учебника.

Тема 9. Помни всё: закрепление всех изученных методов. Турнир.

Практика. Турнир.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По итогам обучения дети должны уметь: запоминать слова методами: «цепочка», «матрёшка», «ассоциативных цепочек», «Цицерона». Объём запоминаемых слов должен доходить до 20 слов. Объём зрительной памяти должен достигать от 9 до 12 картинок и до 10 предметов; развивать фотографическую память, внимание; расставлять события в правильной последовательности; достраивать логические цепочки; выкладывать фигуры по образцу, по памяти.

Личностным результатом изучения предмета является формирование следующих умений и качеств:

- Запоминать различные виды информации: сложные термины, стихи, правила, определения, иностранные слова, иероглифы, даты, номера телефонов, коды, формулы, таблицы, энциклопедические сведения, ФИО и др.
- За короткое время запоминать сложный и объемный материал.
- Воспроизводить материал со 100% точностью.
- Запоминать легко, качественно, навсегда.
- Запоминать важную информацию с одного прочтения.
- Быть сосредоточенным и внимательным.
- Быстро «включаться» в умственную работу.

Метапредметным результатом изучения курса является формирование УУД.

- Применять разные методы мнемотехники и эйдетики для запоминания любой информации;
- С легкостью запоминать разные виды информации от абстракции до точных сведений;
- Хорошо запоминать нужный материал с одного прочтения;
- Запоминать числовую информацию: даты, коды, номера телефонов и т.д.;

- Запоминать текстовую информацию с множеством фактов (названия, даты, единицы измерения и т.д.); • Быстро запоминать стихи, правила, определения;
- Легко запоминать абстрактные понятия, иностранные слова;
- Запоминать таблицы, схемы, формулы, иероглифы, знаки и т.п.;
- Меньше уставать при продолжительной работе с документами, рабочими материалами, книгами;
- Управлять своим вниманием, концентрироваться на важных делах столько времени, сколько нужно, легко переключаться между текущими делами, не теряя в качестве;
- Запоминать минимум в 2 раза быстрее и эффективнее.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (1 ЧАС В НЕДЕЛЮ):

№	Тема занятия	Форма занятий, виды работ
Тема: Мнемотехника.		
1	Основы мнемотехники и дворцы памяти. Запоминания цифровой информации.	Практическое занятие.
2	Запоминание портретов. Запоминание стихотворений.	Практическое занятие.
3	Структурирование информации и конспектирование. Помни всё: закрепление всех изученных методов.	Практическое занятие. Соревнование.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (2 ЧАСА В НЕДЕЛЮ):

№	Тема занятия	Форма занятий, виды работ
Тема: Мнемотехника.		
1	Основы мнемотехники и дворцы памяти.	Практическое занятие.
2	Запоминания цифровой информации.	Практическое занятие.
3	Запоминание портретов. Запоминание стихотворений.	Практическое занятие.
4	Запоминание иностранных слов. Запоминание стран и столиц.	Практическое занятие.
5	Основы запоминания текстов. Структурирование информации и конспектирование.	Практическое занятие.
6	Помни всё: закрепление всех изученных методов. Турнир.	Соревнование.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (3 ЧАСА В НЕДЕЛЮ):

№	Тема занятия	Форма занятий, виды работ
Тема: Мнемотехника.		
1	Основы мнемотехники и дворцы памяти.	Практическое

		занятие.
2	Запоминания цифровой информации.	Практическое занятие.
3	Запоминание портретов.	Практическое занятие.
4	Запоминание стихотворений.	Практическое занятие.
5	Запоминание иностранных слов.	Практическое занятие.
6	Запоминание стран и столиц.	Практическое занятие.
7	Основы запоминания текстов.	Практическое занятие.
8	Структурирование информации и конспектирование.	Практическое занятие.
9	Помни всё: закрепление всех изученных методов. Турнир.	Соревнование.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ПРИ НАПИСАНИИ ПРОГРАММЫ

1. Бьюзен Т. и Б. Супермышление/Пер.М. В. Драко // Мн.: ООО «Попурри», 2003.-304 с.
2. Гарибян С.А. Школа памяти (Суперактивизация памяти через возрождение эмоций) // М.:Издательство «Цицero», 1992.-64с.
3. Зиганов М.А., Козаренко В.А. Мнемотехника. Запоминание на основе визуального мышления // М.: Школа рационального чтения , 2001.- 173 с.
4. Козаренко В.А. Учебник мнемотехники// М.: 2002.173с.
5. Розова Ю.Е., Коробченко Т.В.: Развиваем речь. Тренируем память. Использование приемов мнемотехники в работе логопеда// Издательство «Редкая птица»,2022.-93стр.