

Лайфстайл для студентів

Як запам'ятати 50 латинських термінів за вечір?

Ефективні методики для студентів-медиків.

Багатьом із нас під час вивчення іноземних мов здається, що найважче - це запам'ятовувати нові слова. Але це стає набагато простіше, якщо використовувати ці методики. З ними навчання перетвориться з нудної рутини на ваше нове захопливе хобі. Вони допоможуть вивчити іноземну мову в рази швидше, роблячи кожну хвилину навчання легкою та по-справжньому цікавою.

Метод №1: інтервальне повторення

Після проведення досліджень було доведено, що люди починають забувати нову інформацію практично одразу після її отримання. Більшу частину ми забуваємо вже в першу годину, а через місяць у нас залишається лише п'ята частина інформації. Тому було визначено оптимальні етапи повторення нової інформації - інтервальне повторення:

1. одразу після отримання нової інформації;
2. через 20-30 хвилин після першого повторення;
3. через 1 день після другого повторення;
4. через 2-3 тижні після третього повторення;
5. через 2-3 місяці після четвертого повторення.

Метод №2: римської кімнати

Цей метод також називають «ланцюжком Цицерона». Він дуже простий, але не менш ефективний, і ґрунтується на запам'ятовуванні та відтворенні інформації. Цим методом користувалися ще в давні часи.

Суть методики: щоб запам'ятати інформацію, треба уявно розставляти її в добре знайомому приміщенні та в строгому порядку. Після цього вам потрібно буде лише уявити це приміщення, щоб відтворити необхідну інформацію. Наприклад, ви можете уявити свою кімнату, офіс або навіть знайому вулицю. Головне, щоб обраний простір був вам дуже добре знайомий.