Построй свое сообщение по алгоритму:

1. ФАКТ (ЧТО ПРОИЗОШЛО?)
2. ПРИЧИНЫ
3. ПОВОД
4. СОПУТСТВУЮЩИЕ СОБЫТИЯ
5. АНАЛОГИИ И СРАВНЕНИЯ
6. ПОСЛЕДСТВИЯ

Кстати, у Цицерона был свой алгоритм:

|  |
| --- |
| Кто? - Что? - Где? – Чем? – Зачем (или Почему)? – Как? – Когда? |

Конечно, не следует алгоритмы применять формально. В некоторых сообщениях ответы на некоторые вопросы могут не иметь смысла, например, при рассказе о стихийных бедствиях пункты «Кто?» или «Зачем?» не имеют смысла, и их можно пропустить.

Помни:вся информация должна восприниматься как единое целое. Так, стихотворение или параграф надо прочитывать и повторять целиком и пытаться рассказать ВСЕ СРАЗУ! Именно это помогает, потом быстро восстановить в памяти ВЕСЬ материал.

**Как правильно зазубривать**

Если материал, ну, совершенно «не идет»… (иностранный язык, что-то подобное)

ПОВТОРИ ПРО СЕБЯ ИЛИ ВСЛУХ ТО, ЧТО НАДО ЗАПОМНИТЬ.

ПОВТОРИ ЧЕРЕЗ 1сек, 2 сек, ЧЕРЕЗ 4 сек.

ПОВТОРИ, ВЫЖДАВ 10 МИНУТ (для «запечатления»).

ПОВТОРИ ЧЕРЕЗ 2-3 ЧАСА (для перевода материала в долговременную память).

ПОВТОРИ ЧЕРЕЗ 2 ДНЯ.

ПОВТОРИ ЧЕРЕЗ 5 ДНЕЙ (для закрепления в долговременной памяти).