

# A MEMÓRIA

Como funciona a memória?



/ProfessoraFlaviaRita



@ProfessoraFlaviaRita



@ProfaFlaviaRita



/ProfessoraFlaviaRita

01:22:53

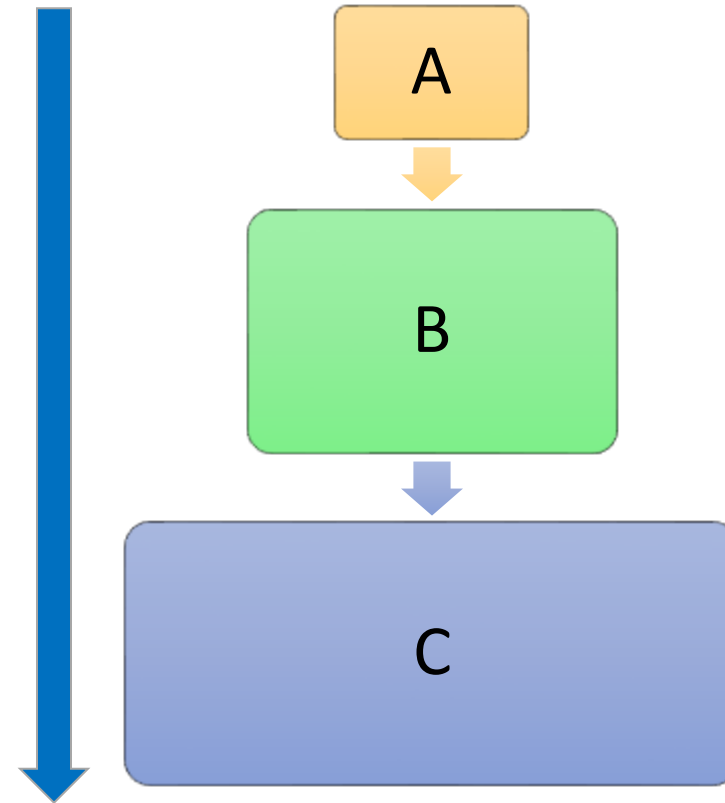
# Como funciona o cérebro?

01:22:53

Habitualização  
Sedimentação  
Internalização



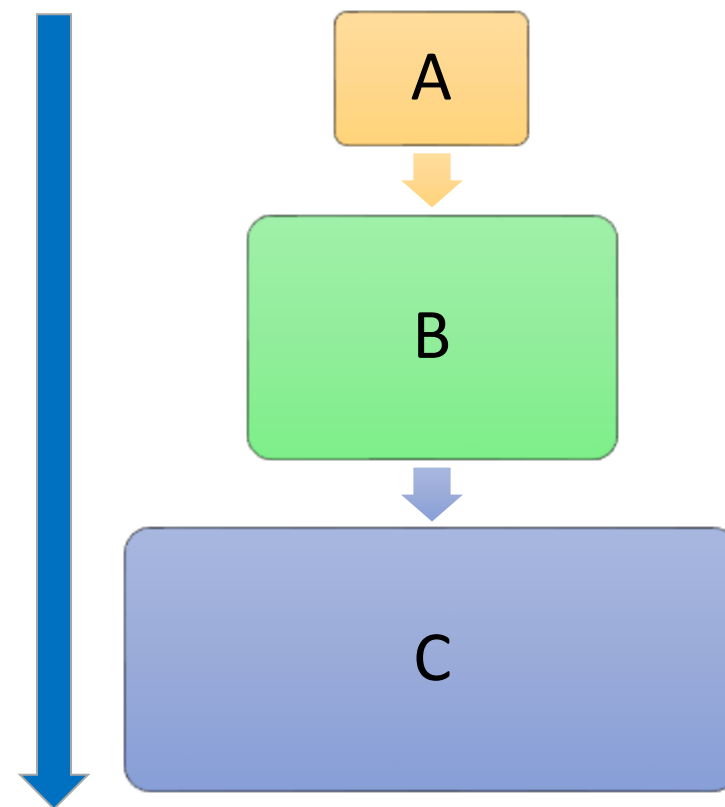
Aprendizados  
essenciais



# Como funciona o cérebro?

NÃO HÁ MEMÓRIA  
RUIM!

Há memória sem  
treinamento  
adequado.



01:22:53

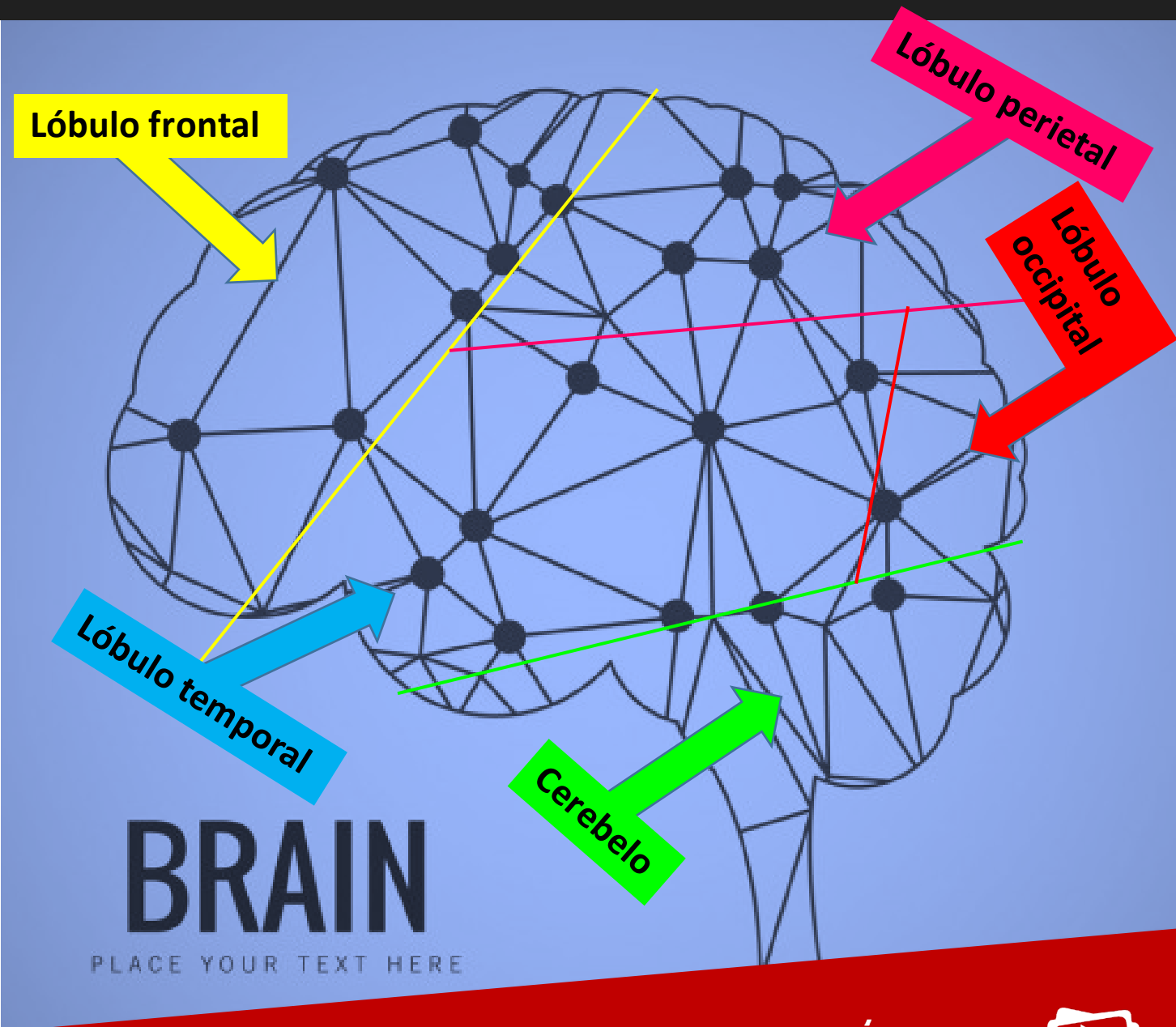
# O que é a memória?

Um órgão?

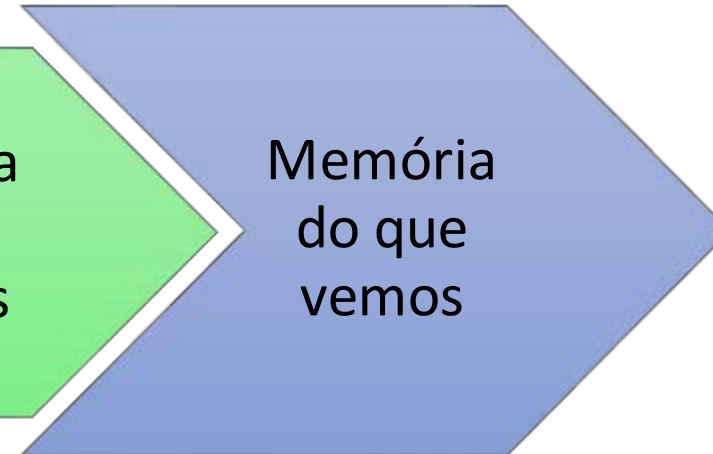
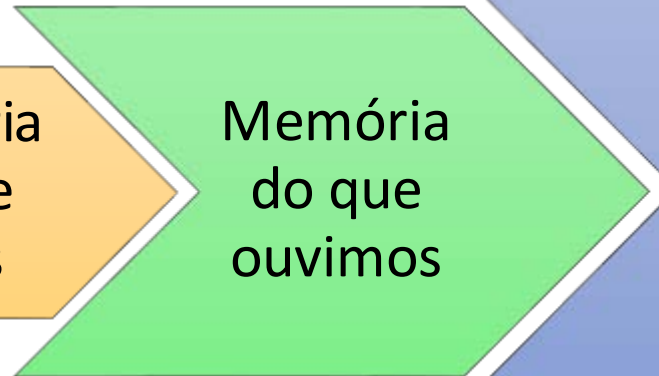
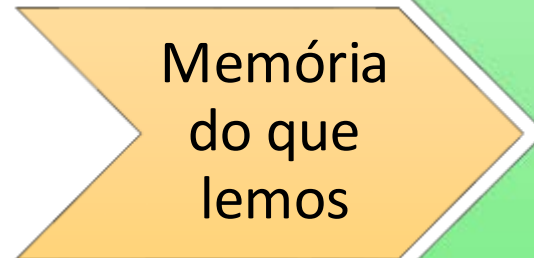
Um músculo?

Um processo?

A memória é um processo, portanto depende de ações para ser efetivada.



# Diferentes tipos de memória



01:22:53

# Diferentes tipos de memória

## Memória de curto prazo

Trabalha com informações imediatas e, normalmente, de **baixa relevância**. Informações são descartadas em pouco tempo. Em regra, conseguimos armazenar **de 10 a 15 informações diárias** na memória de curto prazo. Apenas uma parte pequena do conteúdo de curto prazo é transportado para a memória de longo prazo.

## Memória de longo prazo

Ocorre após o processo de internalização da informação, a qual passa a compor o “**armazém**” de longo prazo. Algumas informações podem ser acessadas voluntariamente, outras, apenas por algum gatilho. A memória de longo prazo é **infinita**!

# Diferentes tipos de memória

## Memória Sensorial

Armazém de informações  
Experiências sensitivas - cinco sentidos: visão, audição, tato, paladar e olfato. Pode ser usada para reter conteúdo, daí a importância das cores e dos processos de anotação, além de outras técnicas de aprendizagem.

01:22:53

# Diferentes tipos de memória

## **Memória Semântica**

01:22:53

Memória pertinente ao conhecimento geral e ao processo de significação (significante e significados) das palavras e da relação entre elas. Extrapola as situações vividas e permite aprendizagem por inferência. Essencial para a realização de questões, pois a partir de um conhecimento específico, ela é ativada para resolver um problema determinado.



# Diferentes tipos de memória

## Memória Episódica

Refere-se aos episódios e às experiências vividos pela pessoa. Representa eventos ou sucessão de eventos referentes a uma situação vivida, não apenas ao seu significado. Sujeita-se a parâmetros espaço-temporais. Em função disso, aprendemos muito com sequências narrativas, ou seja, quando o professor, em conjunto com a matéria, menciona um fato específico ou faz uma brincadeira associada ao conteúdo. Você memoriza o episódio, associando-o ao conteúdo.

# Diferentes tipos de memória

## Memória Motora

Refere-se ao aprendizado de gestos motores, decorrente de um processo de repetição. Transforma gestos descoordenados em movimentos harmoniosos. Processo de mecanização. Tem natureza permanente. Em função disso, aprendemos, por exemplo, a partir daquilo que escrevemos, pois ativamos campos motores e fazemos associações.

01:22:53

# Diferentes tipos de memória

## Memória Procedimental

Trata-se da memória decorrente de uma série de distintos processos de aprendizagem. As habilidades não estão representadas como informações explícitas pelo mundo. Esse é o principal tipo de memória empregado na aquisição de conteúdos escolares. Por isso, para desencadear um aprendizado efetivo, é necessário estabelecer procedimentos (atapas0 de modo a forçar o ingresso de um conteúdo na memória de longo prazo.

# Diferentes tipos de memória

## Memória Procedimental

01:22:53

Aprendizagem gradual, por meio da execução e da dinâmica de *input* e *out-put* (ação, crítica, reação). No nosso caso, vamos, a partir da memória de curto prazo, forçar o armazenamento com a revisão estimulada de conteúdos em ciclos.

# Esquecimento

Trata-se de um processo de exclusão de informações armazenadas na memória de curto prazo. Na memória de longo prazo, em geral, o esquecimento é fracionado.

Também ocorre para determinados processos, mas é menos frequente.

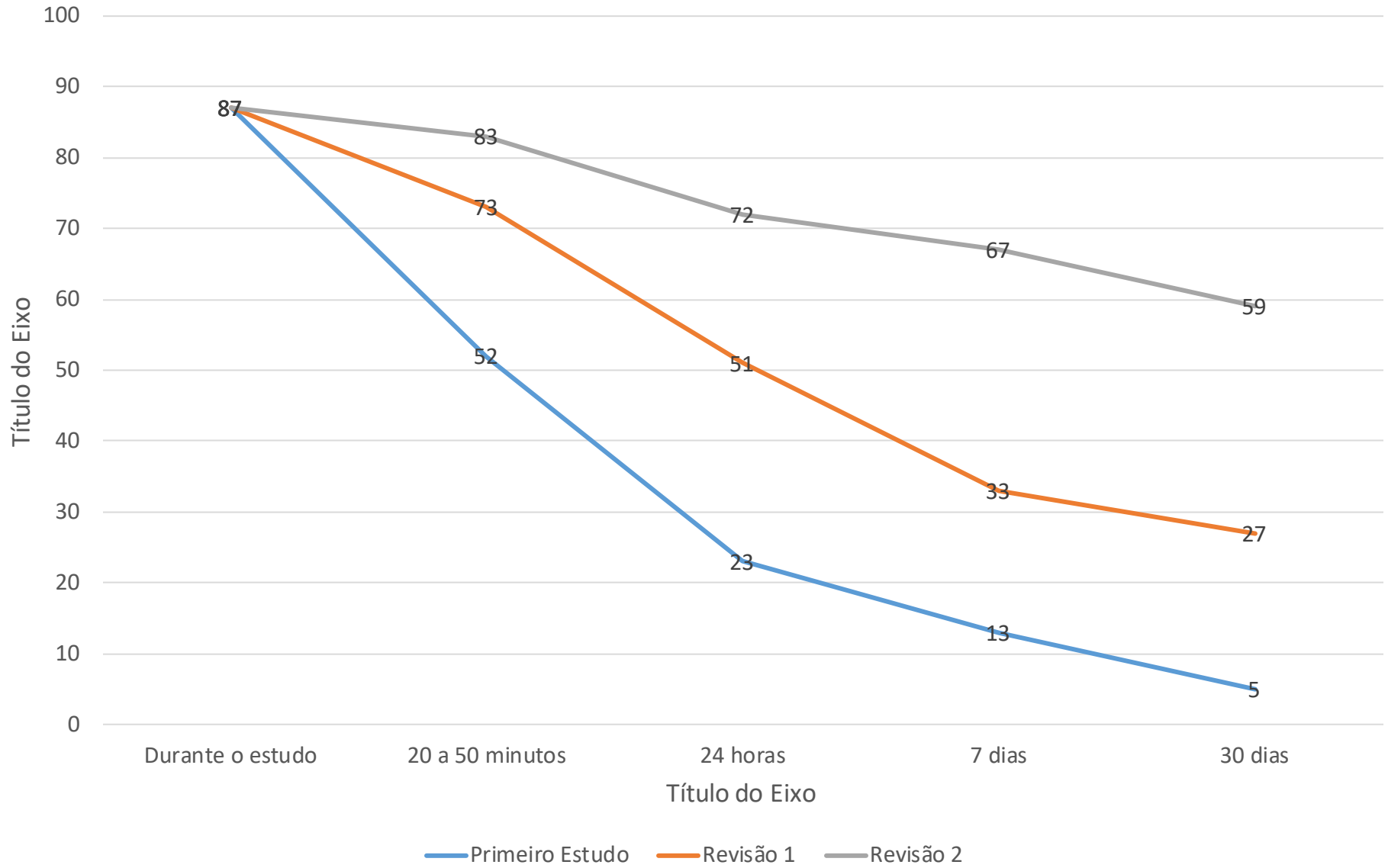
Pode ser permanente.

Pode ser temporário.

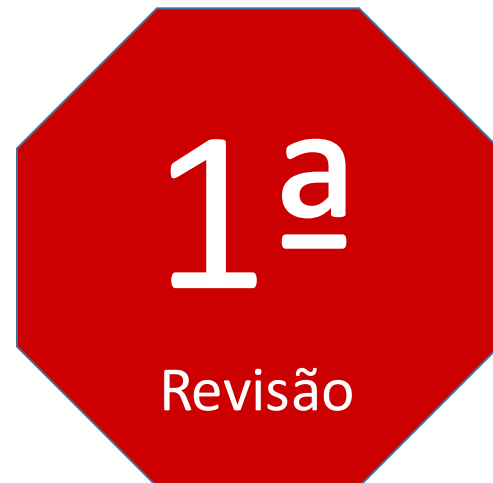
Pode ser total ou parcial.

- Pode ser freado com processos de repetição.
- Pode ser freado com processos de associação.

# Gráfico do esquecimento



# Gráfico do esquecimento



Deve ser feita imediatamente após o estudo (aula expositiva / leitura do material). Separe, após o estudo, algum tempo para rever o que foi estudado.

- Revisão para assimilar o conteúdo.
- Evita o primeiro declínio da memória.
- O conteúdo fica mais tempo na memória antes da primeira perda.

Nesse caso, a minha sugestão é revisão por meio de **FICHAS 1/2 A4**, feitas em **até 7 dias após a aula teórica** do conteúdo.

# Gráfico do esquecimento



Separe um tempo para a segunda revisão – revisão programada.

Em geral, deve ser feita em até 14 dias após o estudo inicial para evitar prejuízos parciais de perda de conteúdo.

Nessa fase, recomendo o uso do **RESUMO** como técnica de estudo

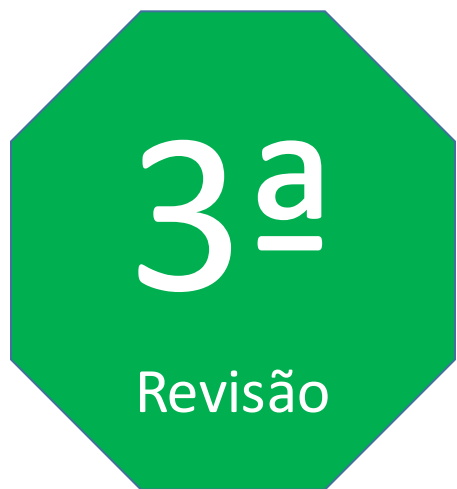


## Gráfico do esquecimento

As duas primeiras revisões são essenciais para a manutenção do conteúdo aprendido, pois a curva do esquecimento atua de forma bastante acentuada nos primeiros momentos após o estudo inicial (*aula expositiva*).

*É claro que você pode usar outra técnica, mas as sugestões aqui dadas estão baseadas em diversos estudos sobre a memória e suas fases.*

## Gráfico do esquecimento



Deve ser feita em até 21 dias após a aquisição do conteúdo a ser transposto para a memória permanente. A terceira revisão tem frequência determinada: a cada 15 ou 30 dias, por exemplo. Para essa revisão, use o **MAPA MENTAL** como técnica de estudo. Faça um mapa para cada bloco de conteúdo e revise-o periodicamente.

Nesse momento, há reativação do conteúdo já aprendido. Deixe o RESUMO junto ao seu mapa. Isso facilitará em caso de prejuízo parcial de informação.

## Gráfico do esquecimento



O conteúdo já estará fixado nessa fase.

Revisão para a manutenção do conteúdo. Nesse caso, precisamos estimular outras partes da memória a partir de novas situações, envolvendo conteúdo. Assim, usamos EXERCÍCIOS.

Deve ser feita com periodicidade definida, pode acompanhar a revisão de MAPAS MENTAIS ou ser alternada a ela. A opção mais indicada é a de alternância, pois você veria mais vezes o mesmo conteúdo a partir de formatos de linguagem distintos. Deve ser feita a cada 15 ou 30 dias. Tem função de manutenção do conteúdo aprendido.



/ProfessoraFlaviaRita



@ProfessoraFlaviaRita



/ProfessoraFlaviaRita



@ProfaFlaviaRita

**Você pode ser o que você deseja,  
desde que sua vontade se  
materialize em ações!**

**OBRIGADA PELO NOSSO ENCONTRO!**

**Com carinho, Flávia Rita.**