Что такое двигательная память и за что отвечает

двигательная память – это сохранение или запоминание информации о различных двигательных системах и их воспроизведение в реальной жизни. Благодаря данной способности памяти мы можем ходить или сидеть, данный вид памяти является основой для различных навыков, связанных с практической деятельностью.

Если, например, на скользкой дороге автомобиль начинает заносить, водитель автоматически, не задумываясь, выкручивает руль в нужную сторону. Это возможно именно благодаря двигательной памяти! Благодаря данному виду памяти мозг оптимизирует процесс мышления, высвобождая тем самым ресурсы для решения новых задач.

Деление памяти:

- долгосрочная

Определение + пример

-краткосрочная

Определение + пример

-произвольная

Определение + пример

-непроизвольная

Определение + пример

Упражнения

