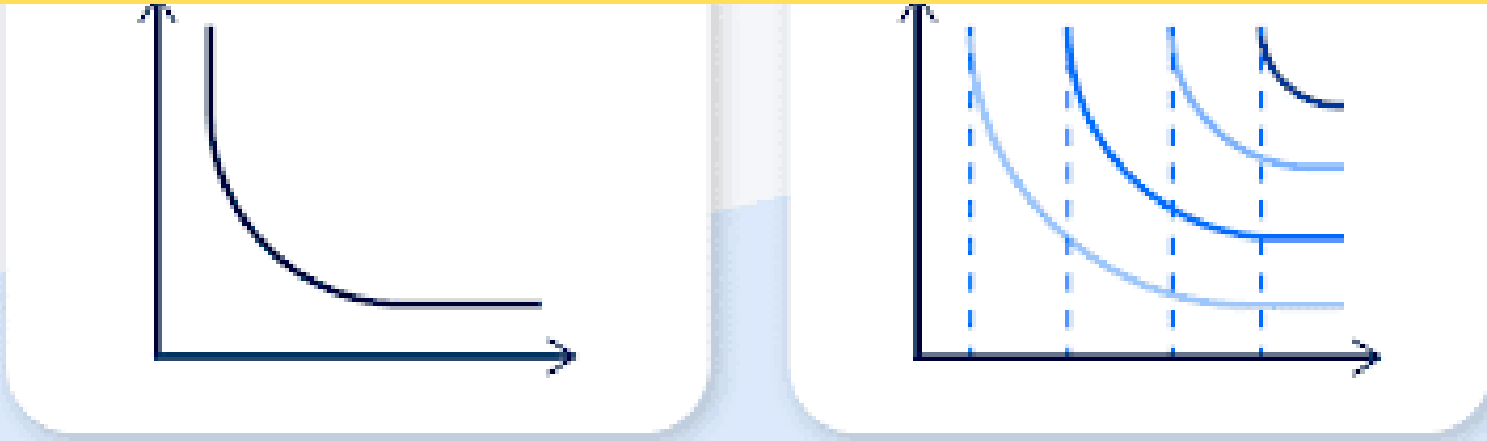


Spaced Repetition for Long-Term Memory



শেখার ক্ষেত্রে acquisition তখনই কার্যকর হয়, যখন তা comprehension-এর সাথে সংযুক্ত থাকে। তবে, নতুন তথ্য মনে রাখা কঠিন হয়ে পড়ে, যদি তা consolidation না হয়। এই কারণে spaced repetition একটি গুরুত্বপূর্ণ পদ্ধতি, যা retention বাড়ায় এবং শেখার fidelity নিশ্চিত করে।

Neuroplasticity আমাদের মস্তিষ্কে নতুন তথ্য assimilate করতে সাহায্য করে, কিন্তু ভুলে যাওয়ার স্বাভাবিক প্রবণতাকে delineate করতে intermittent পুনরাবৃত্তির প্রয়োজন হয়। ধাপে ধাপে incremental শেখার মাধ্যমে আমরা তথ্য আরও গভীরভাবে decipher করতে পারি এবং সেটি subliminal মনে গেঁথে যায়।

একটি কার্যকর mnemonic কৌশল ব্যবহারের মাধ্যমে শেখার গতি expedite করা যায় এবং এটি মস্তিষ্কের proliferation-এ সহায়ক হয়। তাই, spaced repetition ব্যবহার করলে তথ্য ephemeral হয়ে হারিয়ে যায় না, বরং reinforcement পায়, যা দীর্ঘমেয়াদে আমাদের জ্ঞানকে শক্তিশালী করে।

Word	Antonyms	Bangla Translation
Acquisition (N.) /ˌæk.wɪˈzɪʃ.ən/ (অ্যাকুইজিশন) অধিগ্রহণ, অর্জন, গ্রহণ Synonyms: Attainment Procurement	Loss Disposal	The acquisition of new skills is crucial for career growth. নতুন দক্ষতার অ্যাকুইজিশন ক্যারিয়ার বৃদ্ধির জন্য গুরুত্বপূর্ণ।
Comprehension (N.) /ˌkɑːm.prɪˈhen.ʃən/ (কমপ্রিহেনশন) বোঝার ক্ষমতা, অনুধাবন, উপলব্ধি Synonyms: Understanding Perception	Misinterpretation Confusion	His comprehension of the subject is remarkable. বিষয়টির প্রতি তার কমপ্রিহেনশন অসাধারণ।
Consolidation (N.) /kənˌsɒl.ɪˈdeɪ.ʃən/ (কনসলিডেশন) সংহতি, দৃঢ়ীকরণ, একত্রিকরণ Synonyms: Unification Strengthening	Fragmentation Weakening	The consolidation of data ensures efficiency in business operations. তথ্যের কনসলিডেশন ব্যবসায় কার্যকারিতা নিশ্চিত করে।
Spaced Repetition (N.) /speɪst ˌrep.ɪˈtɪʃ.ən/ (স্পেসড রিপিটিশন) বিরতিসহ পুনরাবৃত্তি, ধাপে ধাপে পুনরায় শেখা Synonyms: Interval Learning Reinforcement	Forgetting Cramming	Spaced repetition helps in long-term memory retention. স্পেসড রিপিটিশন দীর্ঘমেয়াদী স্মৃতিশক্তি ধরে রাখতে সহায়ক।
Retention (N.) /rɪˈten.ʃən/ (রিটেনশন) ধারণ ক্ষমতা, ধরে রাখা, স্মৃতিশক্তি Synonyms: Preservation Memory	Forgetfulness Loss	Proper sleep improves memory retention. পর্যাপ্ত ঘুম স্মৃতিশক্তির রিটেনশন বাড়ায়।
Fidelity (N.) /fɪˈdel.ə.ti/ (ফিডেলিটি) বিশ্বস্ততা, নির্ভুলতা, সততা Synonyms: Loyalty Accuracy	Betrayal Inaccuracy	His fidelity to his work earned him respect. তার কাজের প্রতি ফিডেলিটি তাকে সম্মান এনে দিয়েছে।
Neuroplasticity (N.) /ˌnʊr.oʊ.plæˈstɪs.tɪ.ti/ (নিউরোপ্লাস্টিসিটি) মস্তিষ্কের অভিযোজন ক্ষমতা, স্নায়ু পরিবর্তনশীলতা Synonyms: Brain Adaptability Cognitive Flexibility	Rigidity Fixedness	Neuroplasticity enables the brain to adapt and learn new skills. নিউরোপ্লাস্টিসিটি মস্তিষ্কে অভিযোজিত হয়ে নতুন দক্ষতা শেখার সুযোগ দেয়।
Assimilate (V.) /əˈsɪm.ɪ.leɪt/ (অ্যাসিমিলেট) আত্মস্থ করা, শোষণ করা, একীভূত করা Synonyms: Absorb Integrate	Reject Separate	It takes time to assimilate new information. নতুন তথ্য অ্যাসিমিলেট করতে সময় লাগে।
Delineate (V.) /dɪˈlɪn.i.ɛɪt/ (ডিলিনিয়েট) স্পষ্টভাবে ব্যাখ্যা করা, চিত্রিত করা Synonyms: Describe Outline	Obscure Distort	The architect delineated the project plan in detail. স্থপতি প্রকল্পের পরিকল্পনা বিস্তারিতভাবে ডিলিনিয়েট করেছেন।
Intermittent (Adj.) /ˌɪn.təˈmɪt.ənt/ (ইন্টারমিটেন্ট) বিরতিহীন, পর্যায়ক্রমিক, অনিয়মিত Synonyms: Sporadic Periodic	Continuous Unceasing	The rain was intermittent throughout the day. সারাদিন ইন্টারমিটেন্ট বৃষ্টি হয়েছে।

Incremental (Adj.) /ˌɪŋ.krəˈmen.təl/ (ইনক্রিমেন্টাল) ধাপে ধাপে উন্নতি, পর্যায়ক্রমিক বৃদ্ধি, সংযোজনমূলক Synonyms: Gradual Progressive	Sudden Abrupt	The company made incremental improvements in its technology. কোম্পানিটি তার প্রযুক্তিতে ইনক্রিমেন্টাল উন্নতি এনেছে।
Decipher (V.) /dɪˈsaɪ.fə/ (ডিসাইফার) ব্যাখ্যা করা, ডিকোড করা, অনুবাদ করা Synonyms: Interpret Decode	Confuse Obscure	It took hours to decipher the ancient script. প্রাচীন লেখাটি ডিসাইফার করতে কয়েক ঘণ্টা লেগেছে।
Subliminal (Adj.) /ˌsʌbˈlɪm.ɪ.nəl/ (সাবলিমিনাল) চেতনার নিচে বিদ্যমান, সংবেদনাতীত, অবচেতন প্রভাব Synonyms: Subconscious Implicit	Explicit Overt	Advertisements often have subliminal messages. বিজ্ঞাপনগুলোতে প্রায়ই সাবলিমিনাল বার্তা থাকে।
Mnemonic (Adj./N.) /niˈmɒn.ɪk/ (ম্নেমনিক) স্মৃতি শক্তি বৃদ্ধিকারী, স্মরণশক্তি উন্নত করার উপায় Synonyms: Memory Aid Reminder	Forgetfulness Amnesia	A mnemonic device helps students remember complex concepts. ম্নেমনিক কৌশল শিক্ষার্থীদের জটিল ধারণা মনে রাখতে সহায়ক।
Expedite (V.) /ˈek.spə.dart/ (এক্সপিডাইট) ত্বরান্বিত করা, দ্রুততর করা, সহজতর করা Synonyms: Accelerate Hasten	Delay Hinder	The manager decided to expedite the approval process. ব্যবস্থাপক অনুমোদনের প্রক্রিয়াটি এক্সপিডাইট করার সিদ্ধান্ত নিলেন।
Proliferation (N.) /prəˌlɪf.əˈreɪ.ʃən/ (প্রোলিফারেশন) দ্রুত বৃদ্ধি, বিস্তার, ব্যাপক প্রসার Synonyms: Expansion Multiplication	Decline Reduction	The proliferation of social media has changed communication. সামাজিক মাধ্যমের প্রোলিফারেশন যোগাযোগ ব্যবস্থায় পরিবর্তন এনেছে।
Ephemeral (Adj.) /ɪˈfem.ə.əl/ (এফেমেরাল) ক্ষণস্থায়ী, স্বল্পস্থায়ী, অস্থায়ী Synonyms: Transient Fleeting	Permanent Enduring	Life is ephemeral, so we should cherish every moment. জীবন এফেমেরাল, তাই প্রতিটি মুহূর্ত উপভোগ করা উচিত।
Reinforcement (N.) /ˌriː.ɪn ˈfɔːrs.mənt/ (রিইনফোর্সমেন্ট) শক্তিশালীকরণ, প্রবলতরকরণ, সহায়তা বৃদ্ধি Synonyms: Strengthening Support	Weakening Undermining	Positive reinforcement helps in behavior modification. ইতিবাচক রিইনফোর্সমেন্ট আচরণ পরিবর্তনে সহায়ক।