

Развиваем память.

Существует немало способов развития памяти – некоторые упражнения используются десятки лет, успешно помогая детям в достижении поставленных задач. Но о том, как развивать память и внимание у школьника или дошкольника, родители порой не знают. Вот несколько полезных методик.

Метод 1. Чтение и пересказ



Этот способ работает с самых ранних лет. Родители постоянно разговаривают с малышом, обсуждают происходящее на улице, в детском саду. Просят рассказать происшедшее в подробностях. Подробности нужны для того, чтобы малыш активно использовал память. Также детям читают, после чтения обсуждая запомнившееся. В 5-6 лет уже можно заучивать с дошкольником стихи и отрывки из любимых книг. Такой метод развития нагружает все виды памяти:

- зрительную память;
- слуховую память (запоминание наизусть стихов, прочитанных родителем);
- двигательную;
- тактильную.

Двигательная память может развиваться во время физических занятий, при рисовании, записывании. Однако она же тренируется, когда ребенок рассказывает, что он делал, как двигался, куда ходил.

Метод 2. Найди отличие

Зрительная память отлично развивается на этапе, когда ребенок еще не читает, но уже активно интересуется картинками. Предложите ему две картинки с отличиями. Поиск отличий увлекает и вызывает азарт. При этом ребенок запоминает обе картинки, уделяет много времени деталям, отчего его способность к концентрации внимания выходит на новый уровень развития. Также стоит собирать пазлы, сначала простые, постепенно переходя к более сложным.

Младших школьников тренируют с помощью списков. Игра в продавца и покупателя – яркий пример такой тренировки. Родитель записывает покупки в два разных списка, а ребенок должен найти отличия. Вариант игры: ребенок запоминает пункты из первого списка, потом ему дают второй список, и нужно найти отличия без первой бумажки. Игру можно модифицировать как угодно, главное – чтобы не было скучно.

Метод 3. Придуманные истории

Ребенку рассказывают истории про героя, который попадает в разнообразные приключения. Потом слушатель должен рассказать, в каких ключевых местах побывал

герой, что с ним происходило, кого он встретил. Этот метод развивает слуховую память и внимание. Без внимательности невозможно запомнить детали. Возможно, сначала у ребенка все получится не очень хорошо, но со временем результаты будут улучшаться. Аналог этого метода – рисование по памяти. Тренировка также развивает внимательность, но упор сделан на зрительной памяти. Покажите ребенку рисунок и попросите по памяти нарисовать, что на нем было изображено. Даже если сам рисунок получится не очень хорошо, ничего страшного. Главное – насколько хорошо запомнились детали.

Метод 4. Что изменилось?

На столе стоят различные предметы. Ребенок осматривает стол и запоминает их, после чего на минутку выходит. За это время на столе происходят небольшие перемены. Ребенку надо заметить, что изменилось. Чтобы родителю самому не запутаться, можно сделать фото стола на смартфон. Самые сложные перестановки – когда похожие фигуры меняются местами. Со временем ребенок научится быть предельно внимательным к таким мелочам. В школе развитое внимание и память станут гарантией хорошей успеваемости.

Метод 5. Угадай предмет

Игра подходит для детей до 12 лет, хотя больше она будет интересна дошкольникам. Ребенку завязывают глаза и дают в руки предмет. Он должен на ощупь угадать, что это за предмет. Дети играют в похожие игры друг с другом (например, в жмурки). Во время занятий развивается тактильная память.

Метод 6. Ментальная арифметика

Этот метод больше известен под названием “устный счет”. Занятия можно начинать в дошкольном возрасте. Устный счет помогает развивать память и внимание, способствует повышению успеваемости в точных науках. Тренировка заставляет напрягать память и создавать ассоциации. Начинать стоит с запоминания различных чисел. В классической ментальной арифметике на первом этапе используется абакус – специальные счеты. Можно купить такие для домашних занятий и получать удовольствие. Со временем числа станут сложнее, а потребность в счетах отпадет. Ментальная арифметика – это то, чем можно заниматься где угодно: дома, в гостях, в поезде, в очереди, в машине. Даже в школе на переменах найдется время для устного счета.

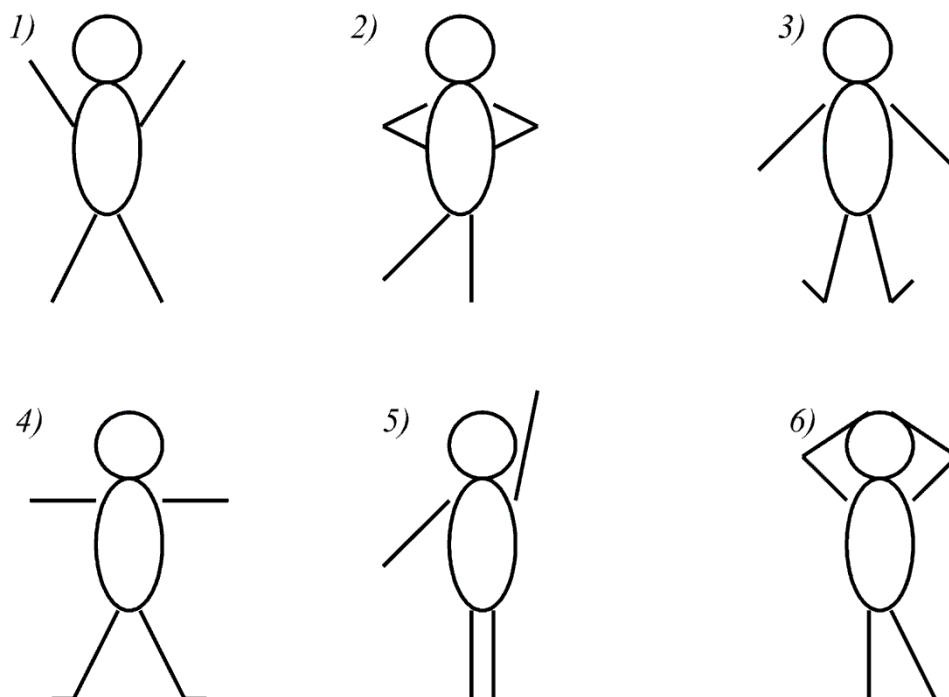


9 . Упражнение «Весёлые человечки».

Игра на развитие концентрации, объёма внимания, зрительной памяти

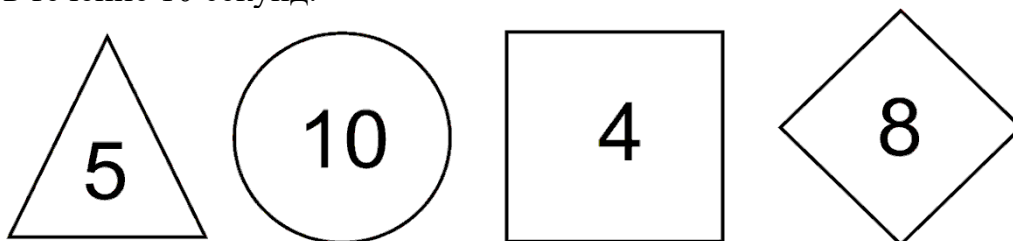
Психолог предлагает участникам внимательно посмотреть на рисунок и запомнить 6 поз «весёлых человечков». Время запоминания – 20 секунд. Затем психолог убирает рисунок, и дети показывают позы. Важна последовательность изображения поз.

Позы:



7. Упражнение, направленное на развитие концентрации, объёма внимания, зрительной памяти «Кто внимательнее?»

Психолог говорит, и дети смотрят на фигуры с расположенными в них числами в течение 10 секунд.



По истечении заданного времени психолог убирает рисунок и просит участников написать в своих тетрадах сумму всех чисел, поставленных в фигурах. Затем нарисовать фигуры в правильной последовательности и написать в каждой фигуре своё число.