

Развиваем память

Швачко Елизавета Дмитриевна

Педагог – психолог

МБОУ «Начальная школа - детский сад № 44» г. Белгорода

Родители часто недоумевают, почему их малыши с трудом разучивают стишок, который задали к празднику, а любившиеся песенки или стихи запоминает легко и может повторять их бесконечно? От чего зависят способности к запоминанию? И, самое главное можно ли развить память ребенка?



Развитие памяти заключается в качественных изменениях процессов памяти и в трансформации содержания фиксируемого материала. Это очень важно для детей, и в повседневной жизни, и в учебе. Недаром при оценке интеллектуальной готовности ребенка к школе одним из важнейших критериев является его развитая память. Ведь это предпосылка к успешному и разностороннему познанию мира, усвоению новой информации. Чем больше внимания родители уделяют развитию различных видов памяти, внимания и воображения малыша, тем выше интеллектуальный потенциал их ребенка. Именно поэтому во все наиболее действенные методики раннего интеллектуального развития обязательно включаются упражнения и игры на развитие всех видов памяти.

Что такое память?

Это отражение прошлого опыта. Она основана на трех процессах - запоминании, сохранении и воспроизведении.

Запоминание - это процесс образования и закрепления в нервных клетках коры головного мозга информации в виде нервных импульсов, передающихся по отросткам этих клеток друг другу. В результате этого устанавливаются новые нервно-рефлекторные связи - пути поступления и извлечения информации. Кроме того, при запоминании происходит установление связи между новыми и уже существующими путями. Связь между отдельными событиями, фактами, предметами или явлениями, отраженными в нашем сознании и закрепленными в нашей памяти, называют ассоциацией. Без ассоциаций невозможна нормальная психическая деятельность человека, в том числе, и запоминание.

Поступающая информация сохраняется в нашей памяти в виде памятного следа - энграммы. В ее формировании и сохранении принимают участие, вероятно, все клетки головного мозга. Но науке пока точно не известно, в каком виде хранится этот памятный след. Сформировавшаяся энграмма очень устойчива и может сохраняться в течение всей человеческой жизни, но ее извлечение, то есть воспоминание чего-либо может быть сопряжено с большими трудностями. Однако доказано, что при обучении

и тренировках памяти, число связей между нервными клетками становится все больше и больше, они приобретают устойчивость, что приводит к более легкому извлечению энграммы. На решение этой задачи направлены упражнения и тренинги по развитию памяти. Процесс сохранения информации в памяти состоит из двух важных моментов - это сохранение памятного следа и связей в мозге. Благодаря запоминанию и сохранению, становится возможным воспроизведение информации, а так же ее узнавание (припоминание).

Воспроизведение - процесс появления в сознании ранее воспринятой информации, выполнение заученных движений. При воспроизведении, образы, закрепленные в памяти, "оживают" быстро без вспомогательной, опорной информации. Так, например, когда человеку объясняют, как пройти куда-либо, то помимо названия улицы и номера дома, сообщают различную дополнительную информацию, что на пути попадетсся магазин, школа, светофор. Когда он в следующий раз идет по тому же адресу, то для поиска нужного объекта вспомогательная информация не требуется, припоминание происходит быстрее. Это и называется хорошей памятью. Но чтобы добиться буквально автоматического воспроизведения нужной информации, необходимо неоднократное ее повторение.

Виды проявления памяти чрезвычайно многообразны. В основу видовой классификации памяти положены три основных критерия (признака):

1. Объект запоминания

В зависимости от того, что именно воспринимает и воспроизводит человек, различают четыре основных вида памяти: наглядно-образная, способствующая хорошему запоминанию лиц, звуков, цветов, форм предметов и так далее; словесно-логическая (или словесно-смысловая), при которой информация запоминается на слух; двигательная (моторная) - память движений и эмоциональная память, при которой запоминаются пережитые чувства, эмоции и события.

2. Степень волевой регуляции памяти

По этому признаку память делится на произвольную (которая используется, если нужно запомнить что-либо и сам процесс требует усилий от человека) и произвольную (задача запоминания не ставится, это происходит само собой)

3. Длительность сохранения информации в памяти

По этому критерию память разделяется на кратковременную и долговременную.

От чего зависят способности к запоминанию?

Здесь существует несколько факторов. В первую очередь, возраст - чем старше ребенок, тем лучше у него работает память. Такая прямая зависимость связана не столько с непосредственным развитием памяти, сколько с совершенствованием техники ее применения. Малыш запоминает предлагаемый материал, не прилагая усилий, основываясь на своей естественной способности. Дети постарше и взрослые для запоминания прибегают к определенным приемам, - связывают новую информацию с прежним опытом, образуя ассоциации, готовят заметки и т. д. Иначе говоря, активнее включают механизм, так называемой, опосредованной памяти.

Помимо возраста значение имеет накопленный багаж знаний - память развивается с увеличением объема знаний.

На развитие памяти также влияет уровень умственных способностей - чем больше малыш умеет делать, чем активнее он размышляет над чем-либо, тем больше он в состоянии запомнить. По мере взросления ребенка развиваются его умственные способности, и с ними вместе развивается память.

Особенности памяти дошкольника

Дошкольный возраст характеризуется интенсивным развитием способности к запоминанию и воспроизведению. Память дошкольников носит в основном произвольный характер. Малыши еще не умеют ставить перед собой задачу запомнить и не воспринимают такое задание от взрослых. Произвольно запечатлевается тот материал, который включен в активную деятельность. Запоминание и припоминание происходят независимо от воли и сознания ребенка и зависят от характера его деятельности. Именно поэтому новые знания должны иметь для крохи какое-то значение - чем больше эта информация соприкасается с его интересами, тем легче он ее запомнит.

Приемы запоминания и припоминания ребенок не изобретает сам, их организует взрослый. Объем запоминаемого будет зависеть от состояния зрительного и слухового восприятия и внимания. Поэтому с раннего возраста необходимо развивать у детей эти способности и речь, чтобы способствовать развитию всех видов памяти.

В дошкольный период память развивается очень интенсивно, поскольку дети начинают задавать множество вопросов и получают огромное количество информации. В этот период по скорости развития она опережает другие способности. Вот чем объясняется легкость, с которой 3-6 летние детишки запоминают стишки, сказки, считалки, загадки, а также все необычное и красочное.

Элементы произвольной памяти появляются у ребенка к концу дошкольного детства в тех ситуациях, когда малыш ставит перед собой задачу запомнить и вспомнить. Это желание надо всячески поощрять, учить кроху запоминанию с помощью игр и упражнений, контролировать правильность усвоения информации.

Как развивать память у ребенка?

Кроме реализации всех общих условий, способствующих развитию памяти, стимулировать этот процесс помогут специальные упражнения и игры. Как только малыш произнес первые слова, с ним можно обсуждать все, что происходит вокруг: что видели на прогулке, чем занимались утром, что кушали на завтрак, с какими игрушками возились в песочнице. Сначала, конечно, перечислять все это будут взрослые, но постепенно кроха присоединится к игре. Чтение книг, заучивание стихов, разгадывание загадок, головоломок, ребусов - все это помимо общего развития, прекрасно развивает память.

Читая с малышом книгу или заучивая стишок, мы тем самым развиваем его словесно-смысловую память. Особое внимание стоит обратить на то, что при чтении дети обычно следят за сюжетом, пропуская подробности и описание персонажей, явлений, поэтому читать им одну и ту же сказку, стишок, рассказ придется неоднократно. Затем можно задавать вопросы о прочитанном: что происходило в сказке? Кто что делал? Как выглядел? Что плохо, что хорошо? и т.д. Важно, чтобы ребенок рассказывал об описываемых событиях последовательно и логично. С этим способом развития памяти слишком поторопиться просто невозможно - уже в 1,5-2 года дети с удовольствием перечисляют героев стишка или сказки. К 5 годам задачу можно усложнить, побуждая малыша пересказывать рассказы.

Ребят старше 2 лет прекрасно развивает игра "Чего не стало?" ("Чего не хватает"). На столик ставятся несколько предметов, игрушки. Ребенок внимательно смотрит на них одну - две минуты, а затем отворачивается. В этот момент взрослый убирает один из предметов. Задача ребенка - вспомнить, какого предмета не хватает (для детей старшего дошкольного возраста предлагается более сложный вариант - с

исчезновением двух и более игрушек). Ответные действия детей могут быть разными. В зависимости от готовности, малыш может найти игрушку на другом столе, в комнате, на более удаленном расстоянии, выбрать табличку с названием игрушки и т.д. Эта игра имеет и другой вариант. Ребенку надо запомнить место расположения игрушки среди других, а после того, как взрослый за ширмой нарушит этот порядок, вернуть ее на прежнее место. Возможна и обратная версия - игра "Кто к нам пришел?", когда взрослый не убирает, а добавляет предмет или несколько предметов за ширмой.

Есть и еще одна игра на запоминание - "Ящик". В нее могут играть малыши от 3 до 6 лет. Ящик составляется из небольших коробочек, которые ставятся попарно, и склеиваются между собой. Их количество постепенно увеличивается (к старшему дошкольному возрасту до 12 штук). В одну из них на глазах у ребенка прячут предмет, после чего ящик на некоторое время закрывается экраном. Затем ему предлагают найти предмет.

В возрасте 5-6 лет ребенок лучше всего запоминает яркие образы вызывающие сильные эмоции, но происходит это преимущественно произвольно. Но не за горами уже и школа, где важно умение управлять своей памятью, т. е. ставить цель и запоминать. Остановимся подробнее на развитии зрительной памяти у детей и рассмотрим как ее тренировать. Рассмотрим несколько игр, направленных на развитие памяти детей дошкольного возраста.



Игра «Что поменялось?»

Вам понадобится несколько (5-8) игрушек или любых фигурок. Разложите их на столе и дайте ребенку рассмотреть. После чего он должен отвернуться, а вы уберете, добавите, замените одну из них или поменяете местами. Естественно его задача определить, что изменилось.

Игра «Рисуем по памяти»

Еще одно эффективное упражнение для развития зрительной памяти у детей, не требующее никакой подготовки. Достаточно карандаша и нескольких листов бумаги. Смысл его сводится к тому, что вы показываете ребенку лист, на котором изображены простые фигурки или узоры, он смотрит, а потом пытается нарисовать по памяти.

«Припоминалки»

Цель: Развивать память, умение произвольно вызывать воспоминания.

Описание: В такую игру надо играть вечером. Ребенка спрашивают, что он делал в течение дня. За каждый ответ ребенок получает фишку (пуговицу, игрушку и т. д.). У кого больше фишек, тот и победил. Спрашивайте ребенка, что он делал утром, днем. Следите за тем, чтобы рассказ ребенка был последовательным, чтобы он не перескакивал с одного события на другое. Когда все события будут рассказаны, спросите ребенка: «Что было интересного сегодня, что понравилось больше всего?».

Можно усложнить задание и спрашивать, что ребенок делал вчера, на выходных, будет делать завтра и т.д.