

Консультация для родителей старшей группы на тему: «Что такое память и почему надо её развивать у ребёнка?»

Память нам дарована от рождения и представляет собою одну из высших психических функций человека. Память — это многоступенчатый процесс, в котором участвуют восприятие, систематизация, сохранение и воспроизведение самой различной информации. Эти процессы тесно взаимосвязаны и невозможны один без другого. Даже небольшие проблемы на одном из «участков» цепи могут вызывать у ребёнка затруднения в обучении. Вот почему так важно стараться развивать память ребёнка с самого раннего возраста.

Как развивать память ребёнка?

Для того чтобы записать информацию в память, необходимо перевести её в образную форму. Именно поэтому в первую очередь упражнения на развитие памяти направлены на развитие способности к воссозданию мысленных образов. Абстрактный образ запоминается сложнее, чем зрительный. Первая задача - научить ребёнка преобразовывать информацию в зрительную форму. Такое представление образов называется визуализация. Она заключается в том, что любую идею можно представить в виде иллюстрации. Процесс визуализации занимает у человека менее 15 секунд, но гарантирует прекрасное запоминание и извлечение информации в дальнейшем.

Вторая задача, которую решают упражнения для развития памяти - это формирование осознанного восприятия, что подразумевает умение концентрировать внимание ребёнка на запоминаемой информации или объекте.

Для того чтобы информация могла храниться нужно, чтобы информация из кратковременной памяти перешла на хранение в долговременную память, необходимо, её подвергнуть определённой обработке - упорядочиванию и структурированию. В этом процессе участвуют мыслительные операции. Первое, что происходит при запоминании - это установление различий и сходств с уже хранящейся в памяти информацией. В результате информация делится на категории и снабжается определёнными знаками, которые облегчают её извлечение в будущем. Поэтому для развития у детей долговременной памяти в первую очередь нужно их учить находить сходства и различия.

Для извлечения информации необходима такая "ниточка", потянув за которую информацию можно вытащить наружу. Инструментом для этого являются ассоциации. Это сложный процесс, благодаря которому одни представления вызывают появление в уме других. Например: воспоминания о новогодних праздниках вызывают у нас образы ёлки, шампанского, Деда Мороза, салата "Оливье"... Поэтому развитие памяти у детей - это и развитие образного мышления, упражнения на установления связей, ассоциаций.

В следующей статье мы изложим такую гимнастику для ума. Это простые упражнения для развития памяти, которые в ненавязчивой игровой форме помогают малышу научиться запоминать информацию, что очень пригодится в процессе обучения в школе и не только.

В заключение, о пище, которая полезна для памяти и обязательно должна присутствовать в рационе ребёнка.

Первое. И самое важное (не только для памяти), кормить ребёнка нудно понемногу, но часто, это поддерживает стабильный уровень сахара в крови. Для чего это важно? Для всех систем организма, а для мозга в первую очередь. Специалисты рекомендуют подпитывать мозг следующими продуктами: орехами, семечками, сыром, цельнозерновыми продуктами, морепродуктами, рыбой всех сортов, молочными продуктами, гречкой, бобовыми, овощами, фруктами. Во всех этих продуктах высокая концентрация полезных веществ и витаминов, которые очень важны для мозга и улучшают его кровоснабжение. Очень полезны растительные масла: подсолнечное, оливковое, арахисовое, соевое. А "быстрые сахара", которые содержатся в конфетах, пирожных,

сахаре плохо влияют на память. Так что сладкоежки могут пострадать не только от кариеса.

Второе. Необходимо в рацион ребёнка вводить продукты богаты йодом и витамином Е.

Третье. Нужно помнить о разумных физических нагрузках и спорте. Развитие памяти у детей и вообще присутствие в жизни ребенка умственных нагрузок требует хорошего кровоснабжения мозга. Ежедневные получасовые физические нагрузки как раз улучшают кровоснабжение на целые сутки и помогают спать крепко. Недосыпание и прерывистый сон способствуют возникновению забывчивости. Пусть наши детки всегда будут здоровы и умны!

Лучшим способом тренировки памяти у детей дошкольного возраста служат игры. В процессе игры ребенок запоминает информацию, которая становится для него интересной. Впоследствии на подсознании появляется своеобразная программа, которая определяет, как лучше запоминается та или иная информация. Кроме развивающих игр существуют и упражнения, однако лучше всего и упражнения давать детям в виде игр. По большому счету, все упражнения строятся по одному принципу. Ребенку необходимо развивать ассоциативное мышление, что необходимо для хорошей памяти. Всегда надо помнить, что все упражнения должны быть даны ребенку в качестве игры. Если ребёнку будет по-настоящему интересно, то он пойдет в школу вполне подготовленным.

Рассмотрим несколько развивающих игр и упражнений.

«Что изменилось». Положить перед ребёнком 5-6 игрушек и попросить его запомнить игрушки и их расположение, затем пусть он отвернётся или закроет глаза. Переставить или убрать 1-2 игрушки, ребёнок должен отгадать. Затем поменяться местами. Со временем можно увеличить количество игрушек. Прочитать предложение, ребёнок должен пересказать. Прочитать второе предложение и так же пересказать.

«Снежный ком». - Я собираюсь варить суп и в кастрюлю налью воду. — Я налью воду и положу мясо. — Я налью воду, положу мясо и картошку. И т.д. Я поеду отдыхать и в чемодан положу халат. — Я в чемодан положу халат и тапочки. — Я в чемодан положу халат, тапочки и купальник. И т.д. У меня есть машина (кукла). У меня есть новая машина. У меня есть новая красивая машина. И т.д.

«Пексессо». Разложить парные карточки картинками вниз. Открывать по очереди по две карточки. Если они будут одинаковые, то берете их себе, если разные — кладёте обратно. Карточки могут быть разного цвета, геометрические фигуры, буквы, цифры, изображения животных, абстрактные изображения, предметы...

«Визуализация». Придя с прогулки пусть ребенок ответит на вопросы: какого цвета была проехавшая мимо машина, вывеска на магазине новая или старая и т.д. Находясь в одной комнате вспомнить обстановку другой комнаты, какие там стены, пол, мебель и т.д. Специально разложить игрушки, позвать ребёнка и не говорить ему, чтобы он посмотрел на игрушки, а сделать так, чтобы это произошло непроизвольно. Затем уйти в другую комнату и только тогда спросить про игрушки, что там было, где они были, какого цвета...

«Ящик». В неё могут играть малыши от 2 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 ребёнка прячут предмет, после чего ящик на некоторое время закрывается экраном. Затем ему предлагают найти предмет.

Зрительную память детей 3-6 лет хорошо развивает игра (похожая на «Ящик») под названием:

«Найди сам». Для нее необходимо склеить 4 и 3 коробка из-под спичек, поставив их друг на друга так, чтобы получились 2 башенки. На первом этапе игры в один из коробков кладут, например, пуговицу и коробок закрывают. Ребёнку предлагают показать, куда положили пуговицу, в какую из башенок и в какое отделение. На втором, более сложном этапе, в разные отделения одной из башенок прячут уже 2 предмета. На третьем этапе

предметы убирают в разные башенки, и ребенку нужно вспомнить, где что лежит. Открывать отделения башенки кроха может сразу после того, как предмет был спрятан (это развитие кратковременной зрительной памяти) или, к примеру, через полчаса, а для старшего дошкольного возраста — на следующий день (развитие долговременной зрительной памяти).

«Узнай предмет». Ребёнку старшего дошкольного возраста завязывают глаза, и по очереди кладут в его вытянутую руку различные предметы. При этом их названия вслух не произносятся, малыш сам должен догадаться о том, что это за вещь. После того, как ряд предметов (3-10) будет обследован, ему предлагают назвать все эти вещи, причем, в той последовательности, в которой они вкладывались в руку. Сложность задания заключается в том, что малышу требуется выполнять 2 мыслительные операции — узнавание и запоминание. Взять до 10 предметов, игрушек. Желательно, чтобы были похожие игрушки. Рассмотреть, поддержать. Затем ребёнок закрывает глаза и ему в руки кладется один из предметов. Он должен его обследовать и после этого предмет возвращается к остальным. Открыв глаза, ребенок должен найти предмет.

«Чудесный мешочек». В полотняный мешочек кладут предметы, обладающие разными свойствами: клубок ниток, игрушку, пуговицу, шарик, кубик, спичечный коробок. И малыш на ощупь должен определять один за другим предметы в мешочке. Желательно, чтобы он вслух описывал их свойства. Маленькие дети могут сами складывать предметы в мешочек для лучшего запоминания. Детям постарше дают уже наполненные мешочки.

«Делай, как я». На первом этапе взрослый становится за спиной ребёнка и проделывает несколько манипуляций с его телом — поднимает его руки, разводит их в стороны, поднимает ногу и так далее, а потом просит малыша повторить эти движения. На втором, более сложном этапе, взрослый сам делает несколько движений, а ребёнок повторяет их, потом малыш совершает свои движения, а взрослый повторяет за ним.

«Чудесные слова». Необходимо подобрать 20 слов, связанных между собой по смыслу: должно получиться 10 пар, например: еда-ложка, окно-дверь, лицо-нос, яблоко-банан, кошка-собака. Эти слова читаются ребенку 3 раза, причём, пары интонационно выделяются. Через некоторое время малышу повторяют только первые слова пар, а вторые он должен вспомнить. Это тренировка кратковременной слуховой памяти. Для развития долговременного запоминания нужно попросить дошколенка вспомнить вторые слова пар не сразу, а спустя полчаса.

«Магазин» (для малышей, начиная с 3-х лет) нравится всем детям. Она также хорошо развивает память, если создает мотив, побуждающий запомнить и припомнить. Например, ребенок, выступающий в роли покупателя, должен пойти в «магазин» и «купить»... (называется 3-7 слов). Чем больше слов малыш воспроизводит правильно, тем большего поощрения он достоин.

«Нарисуй фигуру». Ребёнку показывают 4-6 геометрических фигур, а потом просят его нарисовать на бумаге те, что он запомнил. Более сложный вариант — попросить юного художника воспроизвести фигуры, учитывая их размер и цвет.

«Кто знает больше» также предназначена для старшего дошкольного возраста. Ребёнку предлагают за одну минуту назвать 5 предметов заданной формы или цвета. Например, — 5 круглых предметов, или 5 красных предметов. Выбывает из игры тот, кто не успел назвать предметы за отведенное время. Повторы не считаются!

«Жук» Поле как для шахмат, но вначале можно сделать 10 клеток на 8. Одна игрушка ставится в любое место. Вначале дается команда, только потом можно ходить, к примеру: 3 шага влево, 2 вниз. В дальнейшем можно брать 2, 3 игрушки. Для них дается команда и только потом можно передвигать игрушки. Можно разделить, к примеру: зайчик ребёнку, а динозавр — маме. Команды отдаём по очереди.

«Коробочки». Для этой игры нужно несколько разных коробочек, не менее 6 штук. Подберите штук 10 разных мелких игрушек. В дальнейшем можно использовать буквы,

цифры, картинки. На глазах ребёнка положите в несколько коробок игрушки, перемешайте коробки, надо отгадать, где что лежит. В дальнейшем можно положить игрушки во все коробки. Можно давать ребенку коробки в руки, чтобы он мог потрясти, наклонять их.

Ассоциативная память.

Надо взять несколько пар картинок, чем-то связанных между собой. Например: цветная карточка и картинка такого же цвета, число и картинка с таким же количеством предметов, любые пары картинок, связанные между собой – школа и учитель, спортсмен и коньки... Вначале надо взять 5 пар и правильно положить, затем ребенок отворачивается или закрывает глаза, перемешиваем второй ряд, ребёнку надо восстановить пары.

При тренировке памяти ребенка не стоит забывать и о таких эффективных методах, как ассоциативный и мнемонический. Эти способы помогают запоминать абстрактную информацию.

Классический пример мнемонического метода – способ запоминания цветов радуги и их последовательности по фразе «каждый охотник желает знать, где сидит фазан». Здесь первая буква каждого слова обозначает цвет, а все вместе составляет легко запоминающееся утверждение.

Для запоминания сложных слов или понятий можно попросить ребенка сочинить с ними фразу или маленький рассказ, который ему запомнится.

Можно запоминать информацию и по ассоциативным цепочкам – связав то или иное слово или выражение со словами, действиями, образами или понятиями, которые оно напоминает. К примеру, как запомнить название города Бухарест? Поможет старая детская шуточная загадка: «В каком городе нельзя стрелять?» Так что попросите ребёнка представить себе город, в котором за выстрел («бух!») арестовывают («арест»).

Упражнение 1.

Первым и, пожалуй, самым лёгким упражнением является запоминание и воспроизведение зрительных образов. Ребёнок должен нарисовать, тот или иной образ, например, машину. Сначала образы должны быть очень простыми, но со временем их стоит усложнять деталями. То есть если в первое время ребёнок должен был нарисовать мальчика, то через некоторое время попросите его изобразить уже весёлого мальчика и т.д. После этого можно предложить ребёнку нарисовать, допустим, радость или любой другой непредметный образ. Существует несколько модификаций данного упражнения. Можно, например, дать ребёнку простой рисунок на тридцать секунд, после чего попросить его воспроизвести.

Упражнение 2.

Дайте ребенку перечень слов и попросите его сгруппировать эти слова по какому-либо признаку. После этого можно предложить ему придумать историю, которая объединила бы слова каждой группы.

Упражнение 3.

Очень похоже на предыдущее. Ребёнку необходимо дать пары слов, не связанных между собой по смыслу. Например, кот и кофе. Ребёнок должен каким-либо образом связать эти два слова. Допустим, «кот не любит кофе» или «кот уронил баночку с кофе» и т.д.

Упражнение 4.

Это упражнение рассчитано на детей пяти-шести лет. Прочитайте ребёнку интересный и небольшой текст. После чего попросите его, изобразить основную мысль текста на бумаге и пересказать текст. Можно также усложнить задание и предложить ребёнку ещё и продолжить текст двумя-тремя предложениями.

