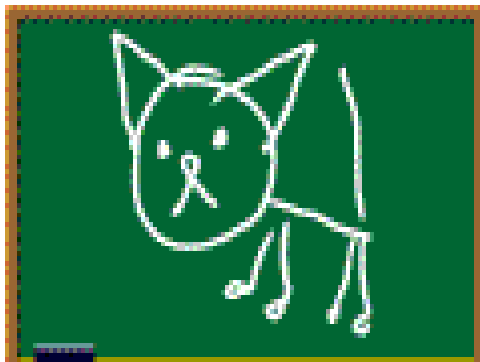


Развиваем память



Развиваем память

Родители часто недоумевают, почему их малыши с трудом разучивают стишок, который задали к празднику, а полюбившиеся 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 попадет 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 стиха или сказки. К 5 годам задачу можно усложнить, побуждая малыша пересказывать рассказы.

Игры для развития памяти

Для детей самого младшего возраста (10 месяцев - 1,5 года) существуют игры, развивающие память, например, "Найди игрушку". Сначала на глазах у ребенка кладут игрушку под одну из двух лежащих перед ним пеленок. Малыш начнет изучать их, как бы стараясь сообразить, под какой же игрушка? Сосредоточенное выражение его лица покажет, что он старается вспомнить, куда же ее спрятали. Наконец, он сдернет пеленку и обрадуется, что не ошибся. Этот опыт повторяется несколько раз, причем, игрушку всегда кладут под одну и ту же пеленку. А потом, под наблюдением малыша, ее прячут под другую. И, хотя карапуз все прекрасно видел, какое-то время он все же будет искать игрушку на прежнем месте. Так происходит потому, что именно этот вариант зафиксирован в его памяти. Позже, от 1 до 1,4 года, время поиска сокращается: теперь

малыш помнит, куда вы кладете игрушку, или даже замечает выпуклость и может сообразить, что под пеленкой.

Игра "Прятки" тоже хорошо помогает развитию памяти у маленьких детишек, начиная с 8-10 месяцев. Самый простой вариант - набросить на свое лицо платок и спросить: "Где мама?", а потом открыть лицо или позволить малышу стянуть ткань. С ребенком чуть постарше, около года, можно попробовать на несколько секунд спрятаться за кресло или спинку кровати. Когда мама "исчезает", память крохи сохраняет ее образ, а когда появляется вновь, малыш испытывает неподдельную радость от совпадения этого образа и маминого облика наяву.

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 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 ребенка прячут предмет, после чего ящик на некоторое время закрывается экраном. Затем ему предлагают найти предмет.