

Тренируем память

Консультация для родителей учителя-дефектолога Лусковко Н.В.

Память является одним из основных свойств личности. Древние греки считали богиню памяти Мнемозину матерью девяти муз, покровительницей всех известных наук и искусств. Человек, лишённый памяти, по сути дела перестаёт быть человеком. Но следует знать и о том, что хорошая память не всегда гарантирует её обладателю хороший интеллект. Психолог Т. Рибо описал слабоумного мальчика, способного легко запомнить ряды чисел. И всё-таки память – это одно из необходимых условий для развития интеллектуальных способностей.

Выделяют *три типа памяти: наглядно-образную* память, которая помогает хорошо запомнить лица, звуки, цвет предметов и т.д. *Словесно-логическую*, при которой преимущественно запоминаются формулы, схемы, термины. *Эмоциональную*, при которой лучше всего сохраняются пережитые чувства.

Кроме того, существует ещё разделение памяти на *два вида* в зависимости от длительности хранения информации: *кратковременную память*, когда материал запоминается быстро, но ненадолго. *Долговременную память*, требующую больших усилий, но позволяющую сохранить информацию на многие годы. Скорость заучивания у людей также разная.

Есть быстро заучивающие и медленно заучивающие предлагаемый материал.

Второй группе людей для запоминания такого же объёма информации потребуется втрое больше времени, но помнят они значительно дольше. Память разделяется ещё на *механическую и смысловую*. Часть людей склонна к механическому заучиванию (зубрёжке). А другая часть – к осмысленному запоминанию. Иногда без всякого усилия, порой даже против воли человека, тот или иной материал «всплывает» в памяти. Возникает какой-то мотив песни, оживает картина какой-то автомобильной катастрофы.

Такая память носит название *непроизвольной*. *Произвольная* памяти имеет место тогда, когда человек прилагает усилия для запоминания или припоминания воспринятого, т.е. направляет свою активность на достижение поставленной цели.

Люди различаются и тем, какой материал они лучше запоминают. Так, музыкант успешно запоминает музыку, у него развита *слуховая* память. Художник имеет высокоразвитую *зрительную* память, а у спортсменов развита память на движения (*двигательная*).

Различными бывают и основные *свойства каждого вида памяти:*

объём (сколько информации человек может сохранить), прочность и точность памяти (насколько долго человек сохраняет воспринятое и насколько правильно его воспроизводит).

Основным видом деятельности является игра. Поэтому предлагаю развивать и тренировать память в игровой форме, что поможет поддержать его интерес к выполнению заданий. Если с ребёнком проводить специальные занятия, то формирование произвольности запоминания происходит быстрее. Используя различные вспомогательные средства для запоминания:

картинки, опорные слова, вопросы, а также классификацию и группировку предметов, – можно развивать опосредованную память, увеличить скорость и объём запоминания.

«Каскад слов»

Цель: развитие объёма кратковременной слуховой памяти.

Содержание: Взрослый просит ребёнка повторять слова. Начинать нужно с одного слова, затем назвать два. Ребёнок должен повторить их в той же последовательности. Затем взрослый называет три слова и т.д. Если ребёнок не справляется со словесным рядом, нужно повторить ряд ещё 2-3 раза.

1. огонь;
2. дом, молоко;
3. конь, гриб, игла;
4. петух, солнце, асфальт, тетрадь;
5. крыша, пень, вода, свеча, школа;
6. карандаш, машина, брат, мел, птица хлеб;
7. орёл, игра, дуб, стакан, телефон, пальто, сын;
8. гора, вороны, часы, стол, снег, картина, сосна, мел.

«Каскад цифр»

Цель: развивать кратковременную зрительную память.

Инструкция: «Посмотри внимательно на цифровой ряд и повтори его в той же последовательности (вначале две цифры, затем три, четыре и . п.)

6 2

2 8 3

1 7 4 3

6 3 5 9

1 4 6 8 2

«У оленя дом большой»

Цель: развитие умение использовать мнемонические приёмы для запоминания текста.

Содержание: Взрослый, проговаривает текст игры, сопровождает его движениями.

У оленя

Дом большой,

Он глядит в свое окошко:

Заяц по лесу бежит,

В дверь к нему стучит.

Стук, стук.

Дверь открой!

Там в лесу охотник злой!

Заяц, заяц, забегай!

Лапу подавай!
Скрещивают руки над головой,
Изображают крышу.
Руки перед лицом изображают окно.
Производят движения руками, как при беге.
Кулаками имитируют стук в дверь.
Большим пальцем через плечо
Показывают, что сзади охотник.
Дети вытягивают руки вперёд.
Усложнение: постепенное увеличение темпа
проговаривание текста.

«Запомни картинки»

Цель: развитие зрительной памяти.

Содержание: Ребёнок рассматривает пять (знакомых) предметных картинок и запоминает, что на них нарисовано. Затем картинки переворачивают.

Взрослый показывает на перевёрнутую картинку, а ребёнок должен вспомнить и назвать предмет, изображенный на ней. Усложнение: увеличить количество картинок, уменьшить время запоминания.

«Кто не на месте?»

Цель: развитие целенаправленного запоминания и припоминания.

Содержание: Десять игрушек выставляются перед ребёнком на столе в один ряд. Взрослый предлагает запомнить, какая игрушка, на каком месте находится. Затем ребёнок отворачивается, а взрослый меняет местами игрушки. После чего ребёнок должен повернуться и расставить игрушки по местам. Игра проводится до 5-6 раз.

«Запомни рассказ»

Цель: развивать словесно - логическую память.

Чтобы ребёнок обладал хорошей памятью, её необходимо постоянно тренировать. Вы можете это делать, запоминая ежедневно стихи, песенки, рассказы.

Инструкция: **«Внимательно слушай и запоминай рассказ».**

Кто как одет.

Дни стали ненастные, ночи холодеют. На огородах стали овощи убирать, чтобы не испортились, не помёрзли. Сначала убрали огурцы – голыши. Потом лук в бумажных рубашках. Потом бобы в шерстяных чулочках. Убрали репу, морковь, свеклу и разную петрушку. Одна капуста осталась. Её позже всех убирают. У неё, у капусты, семьдесят одежек, она холода не боится!

Если ребёнок затрудняется воспроизвести текст, следует задать ему вопросы.

Вопросы:

Когда убирают овощи? Какие овощи убрали с огорода? Что осталось в огороде?

У капусты семьдесят одежек. Почему так говорят?

«Запомни фразы»

Цель: развивать смысловую память.

Инструкция: **«Я назову по очереди пять фраз, а ты должен запомнить и назвать»:**

1. Мальчик устал.

- 2. Девочка плачет.**
- 3. Папа отдыхает.**
- 4. Мама готовит.**
- 5. Бабушка читает.**