

Все что нужно знать про память. Что это? Как улучшить?

Учитель-логопед: Коклягина Т.Ю.

*"Единственное сокровище человека – это его память.
Лишь в ней – его богатство или бедность." Адам Смит*

Память — это способность мозга запоминать информацию. Существует несколько классификаций памяти по разным критериям.

По продолжительности сохранения новой информации:

Кратковременная память. Изначально именно в кратковременную память попадает вся новая информация. Затем она может остаться, а может исчезнуть за ненадобностью.

Оперативная память. Здесь новая информация может храниться в течение многих дней. Как правило, она связана с определёнными действиями и с выполнением текущих задач. Но при многократном повторении эта информация отправляется в долговременную память.

Долговременная память позволяет хранить неограниченные объёмы информации на протяжении десятилетий. В долговременной памяти человека обычно находятся знания, умения и навыки, которые он получает за счёт обучения и воспитания.

По критерию участия воли в процессе запоминания:

Непроизвольная память. Малыш до 4 лет запоминает информацию непреднамеренно, при этом не прикладывает особых усилий. Потому что в этом возрасте активна в основном непроизвольная память.

Произвольная память. Этот вид памяти начинает развиваться у детей в возрасте 4 лет, ребёнок уже может намеренно запомнить и вспомнить что-либо. В это время важно предложить детям подходящие игры и упражнения для развития памяти.

Важные особенности развития памяти у детей дошкольного возраста

Дети в возрасте до 3-4 лет запоминают всё благодаря своей непроизвольной памяти. И чем более привлекательный материал, чем больше он вызывает эмоций, чем больше он контрастирует со всем вокруг, тем лучше ребёнок его запоминает.

Развитие памяти в дошкольном возрасте характеризуется постепенным переходом от непроизвольного запоминания в 1-3 года к произвольному в 3-6 лет.

Именно произвольная память лежит в основе процессов обучения. При этом, когда дошкольник уже осознаёт цель «запомнить и вспомнить» и прикладывает усилия, ему всё также легче запоминать забавное, смешное, удивительное и выразительное. Запоминать яркие образы, тесно связанные с сильными впечатлениями.

Упражнения и игры для развития памяти у детей дошкольного возраста

Найди отличия. Чтобы это популярное упражнение для развития внимания стало ещё и полезным для развития памяти, можно его немного видоизменить. Сначала покажите ребёнку одну карточку и попросите запомнить изображение, а потом уберите её из поля зрения. Затем покажите малышу вторую карточку и попросите найти отличие, вспомнив первую картинку. Чем старше ребёнок, тем больше отличных элементов может быть у карточек.

Восстанови последовательность. Это упражнение развивает тактильную память, потому что ребёнок выполняет его закрытыми глазами. Когда завяжете ребёнку глаза, положите перед ним на стол 5-6 предметов в ряд. Предложите пощупать каждый предмет, запоминая их последовательность. Затем уберите все предметы в корзинку и предложите малышу разложить их в изначальном порядке.

Найди лишнее. Для развития зрительной памяти можно упражняться с карточками или игрушками. Когда ребёнок закрывает глаза, добавляйте новый элемент, а потом спрашивайте об изменениях. Для развития слуховой памяти можно упражняться со словами. Назовите несколько слов, не связанных между собой (дом, свитер, космос и т.п.), и попросите ребёнка повторить за вами. Затем назовите эти же слова и добавьте новые — пусть малыш расскажет, какие слова он не слышал в первый раз.

Пересказ. Во время чтения сказок и любимых книг для детей тоже можно развивать память. После каждой главы предлагайте ребёнку вспомнить и рассказать вам её сюжет. Чтобы ребёнку было легче запоминать сюжет, читайте выразительно, меняйте интонацию и делайте акценты. Также можно только читать стихотворения, но и учить их наизусть уже в раннем дошкольном возрасте, начиная с четверостиший.

Сюжетные картинки. Для развития словесно-логической памяти можно делать упражнение с сюжетными картинками, которые являются частью единой истории. Смотря на картинки, ребёнок самостоятельно или с вашей помощью придумывает историю и рассказывает её вам. Спустя время, перемешайте картинки и попросите малыша восстановить последовательность и вспомнить свой рассказ.



Найди пару. Настольная игра для всей семьи, которая развивает память и внимание детей и родителей. Несколько парных карточек переворачиваются «рубашкой» вверх и каждый участник игры открывает по две. Если карточки оказываются парными, участник забирает их себе, а если нет — переворачиваются обратно, и ходит следующий. Победителем считается тот, кто собрал больше парных карточек в конце игры. Комплект карточек для этой игры можно купить в магазинах. Особенно интересно играть в тематические карточки и узнавать новые факты про страну, столицу, космос, животных и т.д. Обычно интересная информация собрана в мини-книгу, которая идёт в комплекте с карточками. Факты озвучиваются во время игры, когда игроки находят очередную пару.

Танцуй как я. Развивать моторную память можно в танце. Взрослый показывает последовательность движений под музыку и останавливается, а ребёнок их повторяет по памяти. Чтобы ребёнку было легче и интереснее во время первых занятий, для этой игры можно использовать песни, в которых сам текст подсказывает правильные движения.

Магазин. Ролевая игра, где ребёнок примеряет на себя роль взрослого, который идёт в магазин за продуктами. Список продуктов, которые нужно купить в воображаемом магазине, малыш должен запомнить на слух со слов родителей. Чем младше ребёнок, тем короче должен быть список покупок.

Снежный ком. У этой игры много вариаций, но один и тот же смысл. В неё можно играть вдвоём, но чем больше игроков, тем интереснее. Сначала нужно выбрать зачин: «Бабушка укладывает в свой чемодан ...», или «Я поеду на море и возьму с собой ...», или «Мы пойдём гулять и встретим ...». Затем первый игрок заканчивает фразу: «Я поеду на море и возьму плавки». Следующий игрок повторяет фразу первого целиком и добавляет своё слово: «Я поеду на море и возьму плавки и маску». Игра может продолжаться, пока дети могут запомнить все предметы, которых становится всё больше с каждым ходом.

Я – фотоаппарат. Эта игра для детей-дошкольников, которая помогает развивать образную зрительную память. Предложите ребёнку как бы сфотографировать и сохранить в своей памяти картинку или ситуацию, которую нужно запомнить. Можно предложить запомнить незнакомую картинку, расположение предметов на письменном столе или игрушек на полке. Затем попросите ребёнка рассказать вам, что он «сфотографировал».

