

«Развитие внимание и памяти школьника»



Очень часто можно слышать, как люди говорят: «Ему повезло, у него феноменальная память!» И если некоторые добровольно признают, что имеют плохую память, это лишь значит, что они не умеют ею пользоваться. Почему мы хорошо запоминаем одни события и никак не можем вспомнить другие? Ответ очень прост: когда мы хорошо запоминаем что-то, это значит, что мы применили эффективные приемы запоминания, сознательно или бессознательно.

Долгое время память представляли как огромную картотеку, в которой размещаются сведения, факты, даты и т. д. Ослабление воспоминаний со временем сравнивали с обесцвечиванием чернил, которыми сделаны записи. Сейчас известно, что воспоминания остаются «выгравированными» в памяти навсегда. К потере воспоминаний приводит неспособность найти их или прочесть.

Мы не знаем, где хранятся воспоминания, но знаем, что только мозг позволяет их классифицировать, хранить и находить. Значит, память является функцией мозга и, как всякая его функция, может быть развита и поддается тренировке. Нет плохих или хороших клеток памяти. Человек с хорошей памятью отличается от человека с плохой только способом запоминания, то есть процессом памяти.

От чего зависят способности детей к запоминанию

Здесь существует несколько факторов. В первую очередь, возраст: чем старше ребенок, тем лучше у него работает произвольная 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 для запоминания прибегают к определенным приемам – связывают новую информацию с прежним опытом. Помимо возраста, значение имеет накопленный багаж знаний – память развивается с учетом объема знаний. На развитие памяти также влияет уровень умственных способностей: чем больше ребенок умеет делать, чем активнее он размышляет над чем-либо, тем больше он в состоянии запомнить. По мере взросления у детей развиваются их умственные способности, и с ними вместе развивается память.

Во-вторых, просто загромождая память и заставляя ее работать как попало, хороших результатов не добиться. Стимулировать этот процесс помогут специальные упражнения и правила.

Память и учеба. Как запоминать то, что читаешь

У взрослого человека естественный ход запоминания происходит при условии трех главных факторов: впечатлении, ассоциации и повторении. Именно в этом порядке надо действовать, когда вы хотите запомнить что-либо специально.

Приемы запоминания и припоминания ребенок не изобретает сам, их организует взрослый. Если, например, школьнику надо запомнить длинный список слов, это можно

сделать без особых усилий. Помогите ему создать серию последовательных ассоциаций, начиная с первого слова и заканчивая последним. Эти ассоциации могут быть очень странными, комичными или глупыми. Единственное правило, которое нужно выполнить, – хорошо представить зрительно ассоциацию.

Например, как карандаш взлетает, точно ракета, с письменного стола и приземляется на вашу куртку... Этот способ может найти применение при изучении естественных наук, физики, географии. Возьмем для примера отрасли промышленности: металлургия, текстильная, химическая, пищевая... И свяжем их цепью ассоциаций. Это облегчит запоминание цепи и займет гораздо меньше времени и усилий, чем обычное, механическое.

Еще одним способом облегчить запоминание сведений, сложных для удержания в памяти, является установление логических связей. Под этим понимается умение создавать фразы, выражения, самостоятельный смысл которых не имеет значения, но которые помогают запомнить «зашифрованную» информацию. Например, в грамматике: «Цыган на цыпочках цыкнул цыпленку цыц». Для запоминания порядка планет в Солнечной системе может быть использована фраза: «Мерял Веня Землю Марусиной Юбкой Сатиновой да Урановой, Непутевый он Плут». Логические связи легко составить, а из них сформировать список слов или выражений.

Для изучения географии, как и истории, применимо правило: до изучения деталей необходимо получить достаточные общие познания. Часто дети не понимают, что подобные науки – это не описание независимых друг от друга фактов. Наоборот, существует связь между большей частью сведений, которые необходимо запомнить. Например, хорошо усвоенная физическая география помогает посредством дедукции запоминать минеральные и сельскохозяйственные ресурсы той или иной страны. Ресурсы, в свою очередь, определяют возникновение конкретных отраслей промышленности. А это обуславливает структуру внешней торговли.

В географии, да и в истории, важно знать «порядок величин». Это помогает запоминать цифры, составлять сравнения. Например, необходимо знать порядок величин самых больших рек в мире: Нила, Миссисипи, Амазонки, можно запомнить, что длина каждой из них больше 6000 км, и сравнить, что Волга короче их, приблизительно, в два раза. Другие примеры сравнений – объединения: Лимпопо – 1600 км, Конго – 4600 км, Нил – 6600 км, Волга – 3600 км. Не всегда полезно запоминать точные цифры, лучше знать длину тридцати рек с точностью в несколько километров, чем абсолютно точную длину пяти рек. Это применимо для запоминания и других географических данных: высоты гор, размеров озер, площади территорий стран и т. д.

Хороший способ повысить грамотность своего чада – начать классифицировать слова в блокноте в зависимости от трудных звуков и сочетаний слов. Помогите ребенку выделить однотипные ошибки и составьте примеры в форме фраз и логических связей, используйте воображаемые ассоциации для обычной орфографии. И не забывайте регулярно повторять одни и те же примеры.

Повторение – мать учения

Повторение является известным принципом работы памяти. Психологи изучили скорость запоминания текста в зависимости от количества прочтений. Они показали, например, что, если перечитывать текст шесть раз подряд, запоминается намного меньше, чем если прочитать его шесть раз с промежутком в пять минут. Оптимальный промежуток между прочтениями колеблется от десяти минут до шестнадцати часов. Использовать отрывок времени менее десяти минут бесполезно, а при промежутке более шестнадцати часов часть текста уже забыта. Не надо понимать это в буквальном смысле слова. Правило просто доказывает, что, если необходимо что-то выучить как можно

скорее, повторите с ребенком вечером то, что учили утром. Для успешной учебы эффективно вспоминать изученный материал через пять-шесть часов, затем через три недели и, наконец, через пять-шесть месяцев.

Кроме этого, существует так называемый метод кумулятивного повторения. Пользоваться им необходимо методично и постепенно. Например, ребенку надо выучить большой отрывок из поэмы. Для этого заучивайте пять или десять стихотворных строк и повторяйте то, что учили накануне. Через десять дней ваш ребенок отлично будет помнить сто строк. С этого момента продолжайте также заучивать и перечитывайте предыдущий текст по пятьдесят строчек один раз в два дня. Затем, когда он запомнил сто пятьдесят строк, перечитывайте текст частями по пятьдесят строк один раз в три дня, и т. д. Через несколько месяцев вы удивитесь, что ваш отпрыск сможет запоминать сотни трок без особых усилий. Основную сложность будет составлять необходимость соблюдать постепенность и методичность.

Метод повторения используется школьниками, к сожалению, неправильно. Они применяют только «повторительную» часть способа и игнорируют его «кумулятивную» часть. Заучивание происходит только на один день – затем без повторения материал быстро забывается. Поэтому перед экзаменами учащиеся вынуждены практически все запоминать заново.

Метод кумулятивного повторения можно использовать для запоминания исторических дат, пополнения словарного запаса при изучении иностранного языка.

Может показаться, что повторения отнимают много времени. На самом деле они берегут время, так как, если вы ничего не забыли, повторение сводится к простому прочтению и проходит очень быстро.

Этот метод можно использовать и в освоении точных наук. Многим ученикам алгебра, физика, геометрия, химия даются трудно только потому, что они не держат в памяти основные формулы курса. Для исправления этого недостатка заведите специальную тетрадь, содержащую все, что ребенок должен знать наизусть. И применяйте к этим записям способ кумулятивного повторения. Распространенная ошибка при изучении математических дисциплин заключается в том, что слишком часто родители полагаются на интеллект и логику своего ребенка и пренебрегают памятью.

В одно ухо влетело...

Еще один важный момент, на который следует обратить внимание. Многие родители сетуют, что большинство детей воспринимают только зрительную информацию – прочитанную в книге, увиденную на картинке. А вот то, что они слышат, в большинстве своем проходит мимо ушей. Чтобы этого избежать, предлагайте ребенку игры – упражнения, тренирующие восприятие информации на слух. Например, можно поиграть в игру. Пусть ребенок ловит мяч на слова, в которых встречается буква «А», или можно «ловить» только цвет или животных, или сведения изучаемого предмета. Вариантов может быть множество. А если нет возможности поиграть с мячом, то пусть в нужные моменты он просто хлопает в ладоши. Очень полезно слушать аудиозаписи. Только, опять же, не забудьте через какое-то время поговорить с ребенком на тему того, что он слушал, задать ему ряд вопросов.

Как правило, слуховая память хорошо развита у музыкантов. Известно, что Моцарт воспроизводил по памяти Псалом Сикстинской капеллы всего лишь после двух прослушиваний. Но это не всегда так. Музыкальную слуховую память можно развить упражнениями и осмыслением.

Проанализируйте с ребенком музыкальный отрывок, выделите в нем различные части,

попытайтесь понять смысл каждой части и логическую связь между ними. После такой работы ребенку будет легче запомнить все музыкальное произведение.

По мере упражнений и осмысления память вашего ребенка будет значительно улучшаться, что еще раз доказывает: не надо бояться перегрузить ее. Чем больше ваш ребенок станет запоминать, тем легче будет у него проходить процесс создания ассоциаций, тем гибче и послушнее будет память.