


Наталья Чуб

Лучшая книга для развития памяти малыша

Полезная книжка про то,
как развивать детскую память.
Это совсем не трудно...
И уж точно возможно!



Издательство АСТ



УДК 372.3/.4
ББК 74.102
Ч81

Серия «Для умных малышей и малышек»

Чуб Н. В.
Ч81 Лучшая книга для развития памяти малыша / Н.В. Чуб. — Москва: Издательство АСТ, 2016. — 112 с. — (Для умных малышей и малышек).
ISBN 978-5-17-093293-1

Многие родители хотели бы научить своего ребёнка запоминать как можно больше информации с самого юного возраста. Занимательные игровые задания и упражнения, собранные известным детским психологом Наталией Чуб для книги «Лучшая книга для развития памяти малыша», не только легко сформируют крепкую память, но и помогут выявить у вашего малыша таланты и найти пути для их развития.

Для дошкольного возраста.

УДК 372.3/.4
ББК 74.102

ISBN 978-5-17-093293-1

© Н. В. Чуб, текст, 2013
© ООО «Издательство “Виват”», 2014
© ООО «Издательство АСТ», 2016


Для начала...

«Что нужно делать, чтобы развивать детскую память? Подскажите, какие упражнения нам следует выполнять? Мы стихи учим с ребёнком, а он их так плохо запоминает», — одни из самых распространённых родительских жалоб и вопросов.

Да уж, память у нас у всех разная — кто-то стихи запоминает, кто-то номера телефонов, кто-то дорогу... Но жалуются на память, которая подводит, все одинаково. «Голова дырявая», «Склероз замучил», — то и дело слышно от взрослых. А малыши на свою память ещё не жалуются. Просто забудут стишок на утреннике или буквы перепутают.

Понятно, что родители переживают: в наш-то век, когда на детей обрушиваются потоки информации, школьная программа перегружена и детям приходится запоминать много всего, хорошую память иметь очень важно. Сможет ли ребёнок, например, когда пойдёт





в школу, легко выполнить домашнее задание? Выучить несколько правил, запомнить содержание параграфа, вспомнить, по каким правилам и формулам решается задача, сохранить в памяти какое-то количество английских слов? Детям слишком много задают — так считают родители. А учёные говорят о безграничных возможностях человеческой памяти. И что используем мы её потенциал лишь на 10 %.

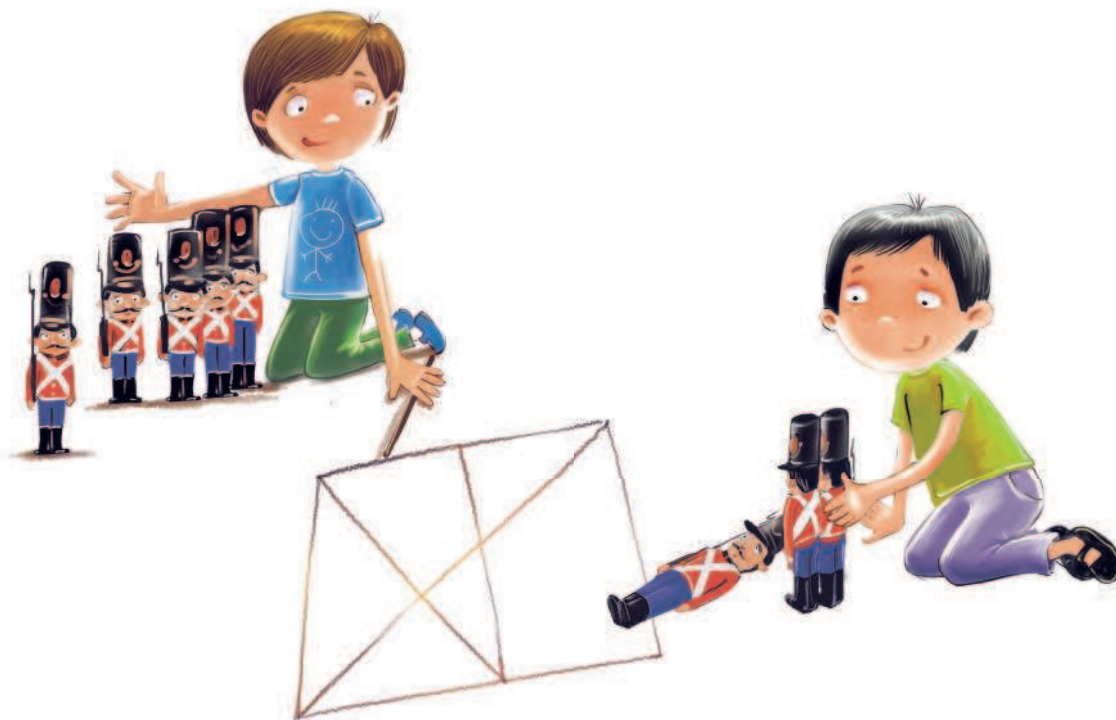
Наша память — это не что-то такое отдельное, изолированное. Именно от неё зависит то, как работает наше мышление. В обучении память важна не меньше, чем усидчивость, а даже больше.

Детская память гораздо более гибкая, чем память взрослых. Все мы знаем, что стихи в детстве учатся быстрее и проще, чем в тридцать лет, а уж о раннем обучении иностранным языкам написано и сказано немало. Но не стоит полагаться только на природу. Родители тоже могут помочь своему ребёнку развить и улучшить его память. Детям специальные занятия по развитию памяти не нужны. Здорово, когда всё происходит в игре. Точно так же, как мышцы, которые нуждаются в нагрузках, памяти тоже нужна тренировка. Но дети так устроены, что им трудно долго сидеть на месте и заниматься. Им интересно бегать, прыгать, узнавать что-то новое. Вот и хорошо! Как раз тогда, когда они бегают и прыгают, мы и станем развивать их память. Незаметно, без давления и напряжения, с интересом, в игре. И ведь получится! Потому, что когда детям интересно, происходят самые настоящие чудеса!

Как эта книжка устроена и для кого она написана?

Всё очень просто. Чтобы развивать память, нужно знать, что же это такое — память. Поэтому в самом начале книги даны ответы на вопросы, которые чаще всего задают родители или учителя. А далее вы найдёте много всяких интересных и весёлых упражнений, которые помогут вам развивать детскую память. Эти упражнения можно использовать и дома, когда вы со своим малышом играете, гуляете, отдыхаете, и в детском саду. Главное — побольше фантазии, хорошего настроения и упорства.


Эта книжка пригодится родителям, воспитателям, няням, гувернанткам и психологам. Главное — верить и знать: память улучшить возможно!



Что вам пригодится для работы с книжкой?

- Карандаши, краски, фломастеры
- Карточки с картинками
- Цветная бумага
- Ножницы
- Спички
- Шахматы
- Большие и маленькие игрушки
- Пуговицы
- Открытки и фотографии
- Детские песенки
- Шумовые музыкальные инструменты





Часть первая


Что такое память

Когда взрослые говорят ребёнку: «Давай выучим стишок к празднику!» — вряд ли они понимают, какой сложный психический процесс при этом запускается. Всё, что мы видим, слышим, переживаем, чувствуем, может сохраняться в нашей памяти очень долгое время. Вспомните рассказы своих бабушек о том, что было в их детстве. Ведь они вспоминают даже мельчайшие подробности, а с тех пор прошло несколько десятков лет.

Попробуйте себе представить, какое количество образов, слов, знаков, воспоминаний о пережитых чувствах мы помним. Именно благодаря памяти происходит удивительное соединение прошлого, настоящего и будущего. Мы можем сравнить свой сегодняшний опыт с предыдущим, можем запомнить новую информацию и воспользоваться ею в нужный момент.

Если коротко попытаться объяснить, что такое память, то можно сказать так: память — это наша способность запечатлеть, сохранить и в нужный момент узнать и воспроизвести то, что мы раньше видели, слышали, читали, переживали. И если хотя бы один из этих процессов нарушен, у нас возникают серьёзные проблемы с памятью.

Память дана нам с самого рождения. Но управлять ею мы учимся всю свою жизнь.



Интересно, почему одна информация запоминается, а другая — нет?


В самом деле, почему наш мозг решает что-то сохранить, а что-то отбросить? Можно сравнить его с таким особенным фильтром, который просеивает всю полученную информацию, выбирая, что исключить, а что оставить. Иначе мозг был бы так засорён, что не смог бы работать. В научной среде даже ведётся спор: некоторые учёные считают, что наш мозг в состоянии запомнить всё, что мы слышим, видим, осязаем и испытываем. Другие с этим спорят. Они считают, что если бы дело было на самом деле так, то мы давно уже были бы перегружены информацией. Всё помнить невозможно, и умение забывать имеет огромное значение в нашей жизни. Мозг обязательно должен освобождаться от ненужного груза впечатлений и сведений. Память как бы сама регулирует нагрузку, готовится к приёму новой информации. При этом старая информация не исчезает бесследно, а переходит из активной памяти в пассивную, откуда её иногда удаётся извлечь. Это замечательное свойство спасает многих людей в трагических ситуациях.

Два человека, даже если их жизни очень похожи, никогда не запомнят одни и те же вещи. Кто-то лучше запоминает то, что увидел, кто-то — что услышал. В таких случаях говорят о преобладании зрительной или слухо-

вой памяти. Если проанализировать информацию, которую мы запоминаем, то лучше всего сохраняется то, что вызывает у нас интерес. Кроме того, очень важна мотивация процесса запоминания. Например, студент перед сессией способен запомнить огромное количество фактов, цифр, правил, таблиц и схем. Человек, который до этого считал себя совершенно неспособным к изучению иностранных языков, в короткие сроки запросто осваивает язык, попав в стрессовую ситуацию в другой стране.

Хорошо запоминается эмоционально окрашенная информация — мы прекрасно помним день, когда познакомились со своей «половинкой», момент рождения ребёнка, какие-то грустные эпизоды нашей жизни.





Избирательность запоминания также зависит от тренируемости. Так, например, у водителей такси прекрасно развита зрительная память и тот отдел головного мозга, который отвечает за ориентацию в пространстве. У профессиональных лекторов преобладает вербальная память, и они могут удерживать в ней и легко воспроизводить огромное количество фактов, цитат, статистического материала. Двигательная память прекрасно развита у танцоров. Они с лёгкостью повторяют сложный рисунок танца и запоминают даже мельчайшие детали.

А чем детская память от взрослой отличается?

Представления детей о малознакомых вещах часто оказываются смутными, нечёткими и хрупкими. Например, побывали вы с малышом в цирке или театре. Сохранившиеся в памяти ребёнка образы постепенно тускнеют, сливаются с другими образами. Детские представления как бы собраны из кусочков. Что-то выпадает со временем, что-то искажается или заменяется другим. Это происходит потому, что детское восприятие ещё не совершенно и малыши не умеют пользоваться своей памятью. Способность к запоминанию зависит от возраста, и уже доказано, что чем старше ребёнок, тем лучше работает у него память. Учёные считают, что это

обусловлено не столько развитием самой памяти, сколько совершенствованием техники её применения. То есть с возрастом дети учатся применять ту или иную стратегию, которая позволяет им легче и результативнее запоминать новую информацию, а потом находить её в памяти.

Но вот говорить, что детская память хуже, чем память взрослого, неверно. Профессор Владимир Слуцкий из университета Огайо сравнил кратковременную память детей и взрослых и обнаружил, что пятилетние малыши запоминают больше деталей. Во время проведения опыта добровольцы не знали, что у них проверяют именно память. Дети и взрослые просматривали множество фотографий животных, а затем старались распознать уже увиденное при повторном предъявлении. На многих кадрах были изображены, скажем, кошачьи мордашки, — похожие, но не одни и те же. Оказалось, что взрослые точно угадывали лишь 7 % снимков, а дети в возрасте около пяти лет — 31 %.

