

Развиваем память

Родители часто недоумевают, почему их малыш с трудом разучивает 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.

Сохранение - 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.

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.

Составитель:
педагог-психолог ЦКРОиР
Т.А. Хотименко