



Хорошая память

Иногда кажется: ребенку мешает учиться в полную силу плохая память. Да, бывают такие заболевания и состояния, при которых страдают процессы запоминания. Это так называемые астенические состояния, ослабленность после длительных заболеваний и после приема определенных препаратов, последствия черепно-мозговых травм. Это могут быть хронические заболевания (диабет, эпилепсия и др.).

И все же для большинства учащихся ссылки на плохую память несерьезны. Исследования показывают, что уровень механического запоминания среди школьников одного возраста колеблется незначительно. А вот различия в произвольном запоминании могут быть очень существенными. Дело в мотивации ребенка и в умении использовать специальные приемы запоминания.

"У меня прекрасная память!"

Да, иногда становится жаль своего школьника. Сколько всего надо запомнить: и правила, и теоремы, и правописание словарных слов, и исторические даты, и стихи, и разные таблицы... Чем ему помочь?

— Первое, с чего нужно начать, — вселить в ребенка уверенность, что у него хорошая память, что он может запомнить все, что необходимо. Научите вашего школьника приемам внушения и самовнушения. Для этого утром, затем перед приготовлением уроков и вечером перед сном ребенок дает сам себе установку: "Я могу запомнить все, что нужно! У меня прекрасная память!" Полезна установка и на значимость запоминаемого материала: "Без этого правила (этой таблицы, этой теоремы) мне не прожить! Я запомню ее на всю жизнь!"

— Определите, какой у вашего школьника ведущий тип памяти, и научите его пользоваться преимуществами этого типа. Имеются в виду зрительная, слуховая и двигательная память. Один ребенок лучше запомнит то, что ему было рассказано другим человеком или было записано на магнитофон, то есть то, что он воспринял на слух.

Другой успешно запоминает только в том случае, если учебный материал у него перед глазами. Он преимущественно пользуется зрительной памятью.

Третьему обязательно нужно сопровождать процесс запоминания какими-то движениями: или шевелить губами, повторяя слова, или чертить в воздухе геометрические фигуры, или руками изображать порядок действий в химическом опыте. Ему помогает двигательная память.

Нужно еще иметь в виду, что некоторые люди успешнее запоминают конкретные предметы, рисунки, образы (образная память). Другие — знаки и символы (знаковая память). Кто-то обладает прекрасной памятью на слова (словесная память).

— Не делайте ставку на механическую память и на многократное повторение. Если ребенок привыкнет при приготовлении уроков пользоваться приемами активной умственной обработки учебного материала, специальные усилия по запоминанию просто не понадобятся.

Что такое активная умственная обработка? Например, при работе с текстом разбить его на смысловые части, выделить в каждой главную мысль, передать содержание всего текста с помощью нескольких предложений...

Перед тем как учить стихотворение наизусть, подобрать к каждому слову несколько синонимов. Подумать, нельзя ли заменить авторское слово одним из этих синонимов. Постепенно открывается, почему поэт отобрал именно эти слова и как сильно они связаны между собой.

Или из иностранных слов, которые нужно запомнить, составить кроссворд. Или при заучивании таблицы английских неправильных глаголов попробовать сгруппировать их: у этих все три формы одинаковы, у этих совпадают первая и вторая формы, а у этих одинаково чередуются гласные... Этот процесс потребует активной умственной работы, и запоминание придет само.

ЖЕЛАЕМ УДАЧИ!