

Онлайн-консультация для родителей №2

Память является одним из основных свойств личности. Чтобы ребёнок обладал хорошей памятью, её необходимо постоянно тренировать. Вы можете это делать, запоминая ежедневно стихи, песенки, рассказы, выполняя подобранные в содержании консультации упражнения. Предлагать ребёнку задания для развития памяти преимущественно в игровой форме, с использованием ярких предметов и красочных картинок.

Играем и память развиваем!

« Игра в слова »

1. Постарайся запомнить: кот, мел, шар, чай, дом, лес.
Проверь себя, смог ли ты запомнить все слова.
2. Постарайся запомнить: ваза, мыло, окно, конь, стол, тигр, арбуз, брат.
Проверь себя.
3. Постарайся запомнить: рыба, снег, шкаф, сани, мука, дверь, лето, пенал, мясо, звезда. Проверь себя.
4. Запомни рассказ и повтори дословно: Сережа встал, умылся, оделся, позавтракал, пошел в школу.
Проверь себя.

«Каскад слов»

Цель: развитие объёма кратковременной слуховой памяти.

Содержание: Взрослый просит ребёнка повторять слова. Начинать нужно с одного слова, затем назвать два. Ребёнок должен повторить их в той же последовательности. Затем взрослый называет три слова и т.д. Если ребёнок не справляется со словесным рядом, нужно повторить ряд ещё 2-3 раза.

1. огонь;
2. дом, молоко;
3. конь, гриб, игла;
4. петух, солнце, асфальт, тетрадь;
5. крыша, пень, вода, свеча, школа;
6. карандаш, машина, брат, мел, птица хлеб;
7. орёл, игра, дуб, стакан, телефон, пальто, сын;
8. гора, вороны, часы, стол, снег, картина, сосна, мел.

«Что не на месте?»

Цель: развитие целенаправленного запоминания и припоминания.

Содержание: Десять игрушек выставляются перед ребёнком на столе в один ряд. Взрослый предлагает запомнить, какая игрушка, на каком месте находится. Затем ребёнок отворачивается, а взрослый меняет местами игрушки. После чего ребёнок должен повернуться и расставить игрушки по местам. Игра проводится до 5-6 раз.

Развитию словесно-логической памяти способствуют следующие упражнения:

Можно предложить следующие рассказы для запоминания:

1. Жил-был мальчик. Звали его Ваня. Пошел Ваня с мамой на улицу гулять. Побежал Ваня быстро-быстро, Споткнулся и упал. Ушиб Ваня ножку. И у него ножка сильно болела. Повела мама Ваню к доктору. Доктор завязал ножку, и она перестала болеть.

Вопросы к рассказу:

- Как звали мальчика?
- Что с ним случилось во время прогулки?
- Кто помог мальчику?
- Чем заканчивается рассказ?

2. Жила-была девочка Зоя. Построила Зоя из кубиков машину. Посадила в машину мишку и начала его катать. «Ту-ту, машина, катай моего мишку». Вдруг машина сломалась. Мишка упал и ушибся. Положила Зоя мишку в кроватку и дала ему лекарство.

Вопросы к рассказу:

- Как звали девочку?
- Что она построила?
- Кого девочка хотела катать на машине?
- Что случилось во время игры?
- Как девочка оказала помощь мишке?

Родителям будет полезно знать некоторые «секреты памяти» – определенные закономерности, помогающие в запоминании материала.

1. Новые знания должны иметь значение для ребенка. Чем больше они соприкасаются с его интересами, увлечениями, тем легче ему будет их запомнить.
2. Информация должна быть интересной для ребенка. Все, что вызывает подлинный интерес, запоминается легко и прочно. Вы наверняка встречали ребят, которые увлекаются динозаврами и могут без труда назвать различные их виды (хотя названия некоторых из них иногда не то что запомнить – произнести затруднительно), но никак не могут запомнить авторов литературных произведений. Необходимо стараться искать различные пути для пробуждения интереса ребенка к изучаемой информации.
3. Память в первую очередь реагирует на яркие впечатления. То, что ярко, необычно, чем-то выделяется, запоминается легче и продуктивнее. Яркие события вспомнить легче, чем обыденные, даже если они произошли совсем недавно. Постарайтесь помочь ребенку представить заучиваемую информацию таким образом, чтобы она стала яркой и необычной, тогда он усвоит ее с большей вероятностью и меньшими усилиями.
4. Заучиваемый материал должен быть понятен ребенку. Непонятная информация обычно не вызывает интереса. А понятная, наоборот, запоминается быстрее и прочнее, так как ассоциируется с уже усвоенными ранее знаниями.
5. Середина материала запоминается хуже, чем начало и конец. Середина материала требует большего числа повторений, большего понимания и внимания.
6. Память нужно «кормить» полезной для нее пищей. Во-первых, надо стараться кормить ребенка понемногу, но часто, чтобы поддерживать стабильный уровень сахара в крови: это важно для оптимальной работы мозга. Врачи рекомендуют отдавать предпочтение следующей пище: цельнозерновым продуктам, орехам, семечкам, сыру, жирным сортам рыбы, бобовым, гречневой крупе, фруктам и овощам. В них высока концентрация полезных веществ и витаминов, которые необходимы для мозга и его кровоснабжения. Очень полезны некоторые виды растительных масел: оливковое, соевое, подсолнечное, арахисовое. А вот «быстрые сахара», содержащиеся в сахаре, конфетах, пирожных, плохо усваиваются организмом и могут вызвать ухудшение памяти. Конечно, могут быть индивидуальные особенности организма, из-за которых ребенку может быть что-то противопоказано. Это необходимо обязательно выяснить с врачом, наблюдающим ребенка. Во-вторых, не стоит забывать о физической нагрузке, спорте и прогулках на свежем воздухе. Ежедневные полчаса интенсивной физической зарядки улучшают кровоснабжение мозга более чем на 24 часа и помогают крепко спать. Прерывистый сон и недосыпание способствуют забывчивости.

Желаем Вам успехов и удачи в воспитании Ваших детей!