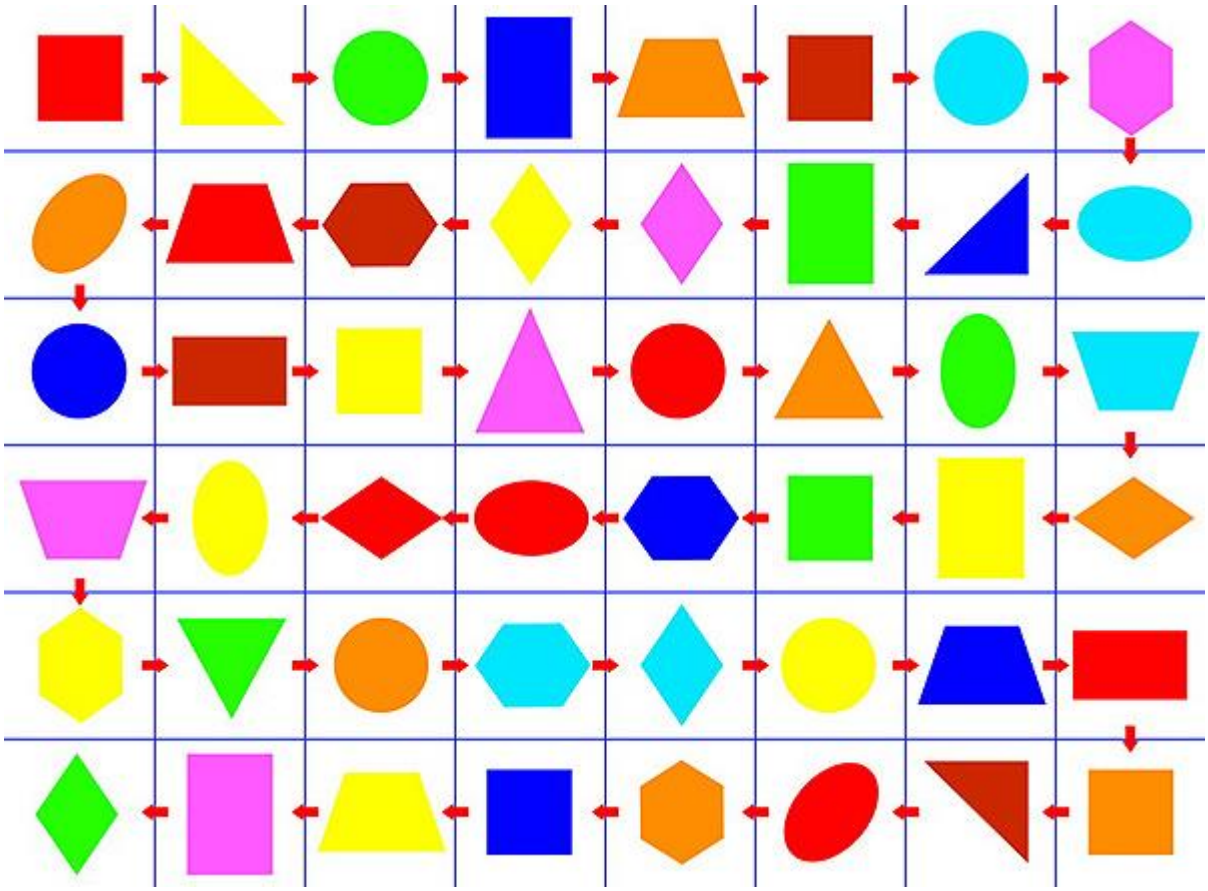
5 упражнений на развитие памяти у ребёнка 5–7 лет

Память, как и внимание, одна из важнейших психических функций, качеством которой во многом определяется успешность человека во всех сферах бытовой и профессиональной жизни. Развивая память с дошкольного возраста, вы закладываете прочный фундамент, на котором будет построена отличная учёба ребёнка в школе и вузе, его блестящая карьера и грамотно спланированная личная жизнь. «Забыл», «пропустил», «опоздал», «потерял» — действия-паразиты, которые, как щепка огня, боятся крепкой, ясной, твёрдой памяти.

В старшем дошкольном возрасте (от 5 до 7 лет) любые развивающие занятия демонстрируют максимальную эффективность, если организованы в игровой, увлекательной и понятной для ребёнка форме.

Какие игры развивают память?

На самом деле их очень и очень много. Приведём здесь лишь некоторые, чтобы подстегнуть вашу родительскую фантазию на самостоятельное творчество в этом направлении.



Упражнение 1: Запомни цвет

Отличное упражнение для тренировки памяти и цветового восприятия. Чтобы провести занятие, надо немного подготовиться: вырезать из плотной цветной бумаги прямоугольники. Используйте только основные, хорошо знакомые ребёнку цвета. Например:

зелёный;

жёлтый;

синий;

красный;

белый

По желанию, ориентируясь на возможности своего ученика, вы можете добавлять цвета: коричневый, фиолетовый, голубой, розовый и пр. Но в этом случае перед вводом в упражнение новой цветной карточки убедитесь, что малыш способен идентифицировать этот колер. Иначе развивающая составляющая, направленная на тренировку памяти, теряется.

Карточки готовы? Вы и малыш тоже? Тогда начинаем.

Вариант 1

Вы один за другим берёте прямоугольники из стопки, выкладываете их на стол и комментируете:

Синий — Красный — Жёлтый…

Так вы стимулируете сразу и зрительную, и слуховую память.

Когда перед ребёнком лежат все подготовленные карточки, позвольте ему в течение 15 секунд внимательно посмотреть на последовательность. А затем накройте цветной «паровозик» листом бумаги и попросите ребёнка рассказать, в какой очерёдности были расположены его цветные «вагончики».

Вариант 2

А теперь чуть сложнее. Вы заблаговременно выкладываете бумажки на стол и накрываете их непрозрачным листом. Когда всё готово, приглашаете малыша к столу и открываете перед ним последовательность. 15 секунд смотрим, запоминаем и закрываем прямоугольнички снова.

А ну-ка, как на этот раз получится справиться с заданием? Ведь теперь работала только зрительная память!

Вариант 3

Ребёнок запоминает последовательность цветных прямоугольников, которую через 15 секунд скроют от его взора. Теперь ему надо повторить цветной шаблон, нарисовав соответствующие прямоугольники цветными карандашами.

Вариант 4

Задание для продвинутых.

Если запоминать только очерёдность цвета стало слишком легко, сделайте упражнение погорячее. Приготовьте заготовки, которые будут отличаться не только цветом, но и формой или размером (а то и тем, и другим одновременно).

Ну же, сможешь запомнить цвета, размеры и формы?

Упражнение 2: Что вы ели на обед

Весёлая игра на развитие памяти. Количество игроков — произвольное, но не меньше двух. Если участников много, можно приправить упражнение азартом, договорившись, что тот, кто перепутает слова, выбывает из игры. Так в итоге определится победитель.

Первый участник говорит: «Я на обед ел суп».

Следующий добавляет: «Я на обед ел суп и кашу».

Так каждый новый игрок должен повторить всю образованную до него цепочку, добавив в конце своё блюдо.

Это упражнение, как и предыдущее, можно разнообразить различными способами.

Способ 1

Можно сделать игру не кулинарной, а, например, географической, флористической, огородной и пр. И тогда, соответственно, будут получаться цепочки слов, вроде:

Я хочу поехать в Москву, Санкт-Петербург, Казань, Симферополь, Сочи…

Я люблю розы, маки, незабудки, пионы, гиацинты, ромашки, лютики, васильки…

В огороде выросли капуста, лук, сельдерей, укроп, помидор, огурец, тыква…

Обратим ваше внимание, что тематические игры на тренировку памяти у детей старшего дошкольного возраста прекрасно работают на обогащение словарного запаса, развитие речи, расширение кругозора.

Способ 2

Можно предложить составлять последовательность слов по алфавиту. Первое слово — на «А», второе — на «Б» и так далее. Конечно, такая игра подойдёт деткам, которые все буквы уже знают или вот-вот выучат. Вы можете подсказывать малышу или поставить перед ним распечатанный алфавит.

В итоге будет получаться примерно такая цепочка слов:

Абрикос → Баян → Викинг → Гриб → Дом → Ель…

Способ 3

Для ребят постарше можно совместить два предыдущих способа игры. Слова надо подбирать по алфавиту, но учитывать их тематичность. Вы можете попробовать поиграть так во взрослой компании. Уверяем, выйдет весьма забавно.

Упражнение 3: Бытовые алгоритмы

Напомним, что алгоритмом называют последовательность действий, совершаемую с целью решения какой-либо задачи. Мы предлагаем использовать для тренировки детской памяти алгоритмы, регулярно реализуемые вами в быту. Вместе с ребёнком разбирайте, что нужно сделать, чтобы:

заправить постель;

почистить зубы;

полить цветы;

сварить компот

Чтобы сварить компот, например, надо:

купить фрукты и ягоды;

принести их домой;

помыть;

почистить;

достать большую кастрюлю;

налить в неё воду;

поставить на плиту;

дать воде закипеть;

засыпать фрукты и ягоды;

добавить сахар;

варить 10 минут;

выключить;

дать остыть;

перелить в графин.

Сколько действий из перечисленных ребёнок сможет назвать самостоятельно? А с вашей помощью?

Игра интересна ещё и тем, что заставляет взглянуть на привычные вещи с непривычного ракурса. Попробуйте, допустим, вспомнить все действия, которые вы совершаете ежедневно, чтобы приготовить себе на завтрак заварной кофе.

Упражнение 4: В магазин за покупками

Наверняка многим из вас знакомо неприятное чувство, когда, придя домой из магазина, выясняешь, что самое главное купить-то и забыл. А давайте тренироваться с ребёнком, чтобы больше не пришлось примерять на себя роль забывчивого покупателя.

Подготовьте для игры «товары», которыми будут торговать в магазине. Можно использовать картинки, игрушки, условные предметы, карточки с надписями.

Распределите товары по «магазинной витрине». Если

позволяют условия, можно «магазин» организовать в одной комнате, а «дом» — в другой. Так задание станет ещё более сложным, ведь по дороге забыть список покупок гораздо проще.

А теперь заказывайте маленькому покупателю, что он должен принести из лавки:

Купи мне хлеба, соли и морковку.

Постепенно число товаров можно увеличивать.

Можно усложнить условия, называя не только наименования покупок, но и их количество:

Купи мне 2 буханки хлеба, 300 граммов соли и 5 морковок.

Можно сделать магазины тематическими: «Всё для спорта», «Хозяйственный», «Канцтовары», «Продуктовый». Таким образом к нашему упражнению-игре добавится ещё один развивающий элемент: товары надо не только запомнить, но и правильно классифицировать.

Упражнение 5: Цифры в ряд

Хорошее упражнение для ребёнка, который уже знаком с цифрами, знает, как они выглядят, и умеет их записывать.

Вариант 1

С паузой в 2–3 секунды назовите ребёнку несколько цифр (для малышей или ребят с плохой памятью достаточно трёх, постепенно количество увеличивайте).

Попросите ребёнка повторить все названные цифры в правильной последовательности.

Вариант 2

Вы, как и в первом варианте, называете цифры, а ребёнок должен их сначала прослушать, чтобы потом по памяти записать на листочке.

Вариант 3

Вы показываете ребёнку карточку, на которой записана последовательность цифр, и ждёте 10 секунд, чтобы малыш смог её запомнить. Затем карточка переворачивается. Маленький ученик должен воспроизвести то, что запомнил:

либо словами;

либо записывая цифры на листке.

Общие рекомендации:

- Память и внимательность тесно связаны друг с другом. Тренируйте одну функцию при помощи другой. На прогулке, во время игр, бесед с ребёнком обращайте его внимание на окружающие предметы и явления. Чаще спрашивайте кроху, что он видел, что он делал. Заставляйте детскую память постоянно работать.

- Учите стихи. Стихи для детей — очень мощный инструмент развития. Правильно подобранные, они задействуют эмоциональную сферу, формируют тонкое восприятие художественного слова, учат любить родную речь и щедро пользоваться её богатством. Не забывайте, что в 5–7 лет ребёнку для запоминания можно предлагать уже более сложные стихотворения, чем учат крохи младшего дошкольного возраста.

- Организуя занятия для развития памяти, избегайте слов «занятия» и «упражнения». Вы играете, развлекаетесь, беседуете. Очень важно сделать всё так, чтобы малыш чувствовал себя легко и раскованно.

- Берите на вооружение предложенные нами упражнения, пробуйте разнообразить их предложенными нами способами, но не бойтесь привносить собственные идеи, добавлять, менять игры так, чтобы они нравились вам и вашему малышу.

- В старшем дошкольном возрасте ребёнок уже может выдержать занятие продолжительностью до 30 минут. Но если вы видите, что интерес теряется раньше, что малыш явно тяготится и заниматься не хочет, не настаивайте. Попробуйте предложить новое задание, поменять игру или немного отвлечься и вернуться к упражнениям снова. Но если и такие маленькие хитрости не помогают, просто смиритесь: сегодня ваши планы на развивающие игры для тренировки памяти не осуществились.

Материал подготовила педагог-психолог, Зорина О.Ю.