

## **Консультация для родителей**

### **«Как развить память у ребенка 6–7 лет»**

**Подготовил корреспондент Пятовская Н.В.**

#### **Возрастные нормы формирования памяти в 6-7 лет**

В этот промежуток времени ребёнок начинает обучение в школе. Из дошкольника он превращается в ученика. По-прежнему ведущую роль играет наглядно-образная память, но уже идёт формирование вербальной мыслительной деятельности.

Развивается произвольная память, и младший школьник может запомнить информацию целенаправленно. К 6-7 годам у детей повышается навык самоконтроля. Для перехода знаний из кратковременного хранилища в долгосрочный архив памяти ребёнку требуется повторение заученных сведений.

В силу возраста детям сложно структурировать учебный материал и разбивать его на блоки. У них только начинает формироваться логическое мышление. Мальчики лучше девочек запоминают цифры, но хуже слова. Им легче даётся решение кроссвордов, построение ассоциативных связей.

#### **Причины плохого запоминания**

Временное ухудшение запоминания информации в этот возрастной период считается нормой, потому что начало обучения в школе приводит нервную систему к сильному напряжению. Ребёнок боится не оправдать ожидания родителей, опасается насмешек со стороны одноклассников. У него появляется забывчивость и рассеянность. Проблему родители могут решить самостоятельно с помощью специальных упражнений и игр.

Слабая продуктивность запоминания иногда появляется из-за сильного переутомления или болезни. Обеспечьте малыша полноценным питанием. Включайте в его рацион грецкие орехи, шоколад, морскую рыбу, свежие овощи. Эти продукты содержат все необходимые витамины и микроэлементы, способствующие улучшению памяти. Помогает пребывание на свежем воздухе и крепкий сон. При возникновении стойких нарушений в процессе усвоения знаний следует обратиться к психологу или неврологу. Причины могут крыться в интоксикации, гипоксии или полученной черепно-мозговой травме.

#### **Как улучшить?**

Есть несколько рекомендаций по развитию памяти семилетнего ребёнка. Ежедневно спрашивайте его впечатления о прошедшем дне. Пусть он извлекает из памяти подробности школьной жизни. Задавайте побольше уточняющих вопросов.

Такой беседой вы сможете укрепить с ним эмоциональную связь, а также поможете ему научиться запоминать информацию, формулировать свои мысли.

Предложите ребёнку найти 10 отличий на похожих картинках из детских журналов. Пусть он фокусирует внимание на мельчайших деталях.

Со временем усложняйте задания. Попробуйте ограничить малыша во времени. Отведите 5 минут для поиска отличий.

Медленно произнесите 10 слов и тут же предложите малышу повторить их. Если он перечислит хотя бы 5 из них, то кратковременная память у юного человека работает прекрасно. Воспроизведение 7-8 слов свидетельствует о хорошей долгосрочной памяти. Подобные упражнения улучшают оба вида памяти.

### **Научите ребёнка создавать ассоциативные ряды.**

Играйте с ним в ассоциации. Пусть пробует запомнить слова, не связанные между собой логически. Для этого надо создать в воображении образ. Например, слова «книга», «дельфин», «карандаш», «мотоцикл», «часы» можно запомнить с помощью создания ярких образов. Чем насыщеннее образ, тем дольше он удержится в голове: «Открываю книгу и вижу нарисованного дельфина, который неожиданно зашевелился. В этот момент у него изо рта выпал ярко-красный карандаш. Он упал на пол и начал рисовать мотоцикл, у которого вместо фары висел огромный циферблат».

С целью обучения удерживать информацию в голове длительное время надо у детей развивать ассоциативное мышление. Можно делать с ними тренировочные упражнения. Предложите малышу несколько не связанных между собой слов, а он пусть придумает рассказ, где задействует их. Задания на логику формируют умение устанавливать связи между явлениями. Предлагается цепь слов, среди которых нужно найти лишние предметы. Например, «тарелка», «чашка», «холодильник», «блюде».

Хорошо укрепляют память скороговорки, прочитанные в стихотворном ритме. Заучивание напевавших стихи скороговорок является своеобразным тренажёром для улучшения дикции, преодоления косноязычия, выработки правильного дыхания, тренировки памяти и внимания, развития воображения и пробуждения творческих способностей.

### **Игры**

Детям 6 лет необходима внешняя мотивация для закрепления знаний, поэтому обучение предпочтительно проводить в игровой форме. Разложите на столе несколько картинок. Через несколько минут предложите ребёнку отвернуться. За это время поменяйте местами две картинки. Попросите малыша ответить на вопрос, что изменилось. Затем пусть ещё раз отвернётся на несколько секунд. Спрячьте одну из картинок. Малыш должен назвать исчезнувшее изображение.

### **Эффективны групповые игры.**

Один из участников внимательно разглядывает товарища. Потом он должен отойти и отвернуться. Ему предлагают назвать всю цветовую гамму, имеющуюся в одежде ранее изучаемого им субъекта.

По принципу снежного кома образуют цепочки слов. Один ребёнок произносит фразу: «Клумба пестрит разноцветными георгинами». Следующий участник должен повторить это предложение и добавить ещё одно слово: «Клумба пестрит разноцветными георгинами, астрами». И так

продолжается до тех пор, пока кто-нибудь не собьётся. Отличным результатом считается добавление не менее 20 слов.

### **Советы психолога**

Установите чёткий распорядок дня. Не забывайте о прогулках. Получение достаточного количества кислорода улучшает мозговые процессы. Полноценный сон помогает снять нервное напряжение и восстановиться. Обязательно запишите ребёнка в спортивную секцию. Физическая нагрузка развивает мыслительную деятельность, помогает удерживать в мозге большой объём информации.

Никогда не заставляйте ребёнка заниматься через силу. Такие тренировки не принесут никакой пользы. Младшие школьники быстро утомляются, поэтому нужно завершить работу над упражнениями до наступления усталости. Оптимальная длительность занятия – 20 минут.

**Приятного Вам время проведения с вашими детьми!**