*Консультация для родителей*

**«Развитие памяти у детей дошкольного возраста».**

Дошкольный возраст – важнейший период в жизни каждого человека. Именно в это время происходит формирование памяти. С каждым годом ребенок начинает запоминать больше информации, а усилий для ее закрепления требуется все меньше. Но некоторые родители сталкиваются с тем, что их малыш имеет не очень хорошую память, поэтому очень важно заниматься, чтобы избежать проблем и повысить шансы на достижение ребенком успеха в будущем. Развитие памяти в дошкольном возрасте можно проводить с помощью простых методов, среди которых есть даже интересные упражнения и игры.

**Виды памяти**

Человеческую память классифицируют по нескольким критериям. Они описывают все условности процесса запоминания в один конкретный момент времени. Основные виды определяют, каким именно органом чувств и что было отложено в памяти. Всего выделено 5 таких типов:

* Зрительная – все, что человек смог увидеть глазами;
* [Слуховая](https://www.google.com/url?q=https://yandex.ru/turbo/vsepromozg.ru/s/razvitie/razvitie-sluhovoi-pamiati?parent-reqid%3D1606056517573905-1747814472100700384500331-prestable-app-host-sas-web-yp-66%26utm_source%3Dturbo_turbo&sa=D&ust=1606060924375000&usg=AOvVaw2nN-rTILZcfkunrKG7z78O) – информация, воспринятая с помощью органов слуха;
* Осязательная – ощущения, полученные от тактильных контактов;
* Обонятельная – чувства запаха, распознанные с помощью носа;
* Вкусовая – память о вкусовых качествах съеденных продуктов.РЕКЛАМАлючить звук

Каждый из указанных видов памяти нужно развивать отдельно, используя соответствующие органы чувств. Некоторые упражнения позволяют задействовать сразу несколько типов запоминания, что значительно упрощает задачу.

Психология

Отдельно выделяют классификацию с помощью психологии. При определении вида учитывается характер психической активности, которая напрямую связана с запоминанием. Изначально дети способны использовать только некоторые типы такой памяти, но с постепенным взрослением у них появляются и другие.

Выделяют 5 видов памяти по психической активности:

* Образная – воспоминания в виде образов обо всех вещах и явлениях, полученные с помощью органов чувств (слух, зрение);
* Двигательная – запоминание всех движений, особенностей ходьбы и последовательности выполнения тех или иных задач, связанных с физической активностью;
* Эмоциональная – сохранение в памяти всех личных переживаний и эмоций, связывание их с разными прошлыми событиями;
* Словесно-логическая – закрепившаяся информация о мыслях или понятиях, часто используемая в учебе или работе.

Самой первой памятью у каждого ребенка становится двигательная. Именно она помогает малышу научиться ползать, а потом – начать ходить. Особого развития же требует словесно-логический тип запоминания, т.к. он становится основным способом сохранения информации в голове у дошкольников.

Длительность

Существует классификация памяти по длительности сохранения информации. Ей во время обучения не уделяют практически никакого внимания, что является ошибкой. Иногда требуется направить упражнения лишь на один тип запоминания, чтобы изменить жизнь малыша к лучшему.

Есть 3 типа памяти по длительности хранения данных:

* Кратковременная – сохранение информации на короткое время с возможностью ее полноценного применения;
* Долговременная – запоминание данных на длительный срок, сохранение их прочности при использовании даже спустя несколько месяцев;
* Оперативная – закрепление информации на определенный промежуток времени с целью применения, которая забывается сразу после потери надобности.

Все три вида памяти активно используются дошкольниками, но зачастую во время обучения дети применяют именно оперативную, что может негативно сказаться на качестве их обучения в школе. Избежать задействования такого типа запоминания можно, если суметь вызвать у ребенка интерес к изучаемому предмету.

Степень активности

Последним делением памяти на виды является ее классификация по степени активности ребенка при запоминании. Ей стоит уделять не меньшее внимание, т.к. она имеет большое значение при переходе малыша из детского садика в первый класс.

Существует 2 вида памяти по степени активности:

* Произвольная – нацеленное усвоение той или иной информации для дальнейшего использования;
* Непроизвольная – случайное запоминание данных в процессе какой-либо деятельности с возможностью их применения.

Для подготовки к школьным предметам рекомендуется развивать именно произвольную память, т.к. она будет очень полезна при нацеленном заучивании важной информации.

*Дошкольники лучше всего запоминают звучную информацию, которая подается в приятном для слуха виде. Например, стихи, прочтенные с выражением.*

**Возрастные особенности, статистика запоминания**

На протяжении всего взросления внутри человеческого мозга происходят изменения, оказывающие влияние на работу памяти. Основным периодом, когда совершаются самые значительные перемены, становится именно дошкольный возраст. Но не менее важны и те изменения, которые происходят на более ранних этапах развития малыша. Также лучше понять, как работает память, можно с помощью простой статистики, касающейся качества запоминания информации среди дошкольников разного возраста при особых условиях.

Возрастные особенности

Память ребенка развивается постепенно. Сначала используются только отдельные ее виды в ограниченных количествах, но со временем возможности запоминания начинают расти. Изменения происходят уже с первого года жизни, а их пиком становится возраст 6-7 лет, когда дошкольник уже готов к отправке в первый класс.

Как изменяется память до достижения школьного возраста:

1. До 1 года – медленно начинает развиваться моторная память, выражаясь условными рефлексами, малыш запоминает все свои движения, иногда усваивает эмоциональный отклик. Запоминание становится основой восприятия окружающего мира.
2. От 1 до 2 лет – малыш запоминает лица всех близких, его память становится крепче, т.к. начинает развиваться нервная система, а в голове откладываются образные воспоминания.
3. От 2 до 4 лет – в этот промежуток малыш начинает запоминать сложные слова, с усилиями он может их воспроизвести самостоятельно, через некоторое время у него появляется логическое мышление.
4. От 4 до 6 лет – у дошкольников старших возрастов начинает резко расти качество непроизвольной памяти, они легко запоминают все, на что обратили внимание, при этом в их головах начинают активно развиваться мыслительные процессы.

С постепенным укреплением памяти у малышей развивается качество мышления, из-за чего они становятся более умными и способными в плане обучаемости. После перехода из разряда дошкольников в группу первоклассников мозг не перестает развиваться и начинает работать еще более активно.

Статистика запоминания

Для проверки качества непроизвольного запоминания различной информации ученые провели множество тестирований, в которых приняли участие десятки дошкольников. На их основе удалось сделать выводы, подтверждающие эффективность тренировок, связанных с играми.

Основной тест, касающийся непроизвольного запоминания слов, проводился в двух вариантах: учебные условия (У) и игровая форма (И). Результаты включают среднее количество запомненных детьми слов и получились следующими:

* Дети 4 лет – 0,6 слова (У) и 1,0 слова (И);
* Дети 5 лет – 1,5 слова (У) и 3,0 слова (И);
* Дети 6 лет – 2,0 слова (У) и 3,3 слова (И);
* Дети 7 лет – 2,3 слова (У) и 3,8 слова (И).

Особенности развития памяти в дошкольном возрасте таковы, что лучше всего запоминается что-либо именно в игровой форме. Причем с каждым годом ребенок начинает усваивать полученный материал все лучше. Это касается не только запоминания слов, но и сохранения в памяти абсолютно любой информации.

**Простые тренировки**

Добиться развития памяти у дошкольников не так трудно, как может показаться на первый взгляд. Нужно лишь обеспечить малышу комфортные условия, а также реализовать на практике понравившиеся методики, но сделать это так, чтобы ребенок не испытывал негативных эмоций в процессе тренировки. Для выполнения последнего условия нужно обязательно учитывать интересы детей, предоставляя им право голоса в вопросе выбора техники для развития. Начинать же лучше всего с более простых и доступных в повседневной жизни методов.

Стихотворения

В школе многие дети начинают не любить стихотворения, т.к. справляться с запоминанием длинных поэтических работ им крайне тяжело. Если разучивать интересные стишки еще до школы, то такой исход удастся предотвратить. При этом запоминание даже легких четверостиший принесет пользу, сделав память ребенка намного крепче.

Важно, чтобы стишок нравился самому ребенку. При этом родители должны всячески поощрять его стремление выучить еще несколько строк. Достаточно даже просто похвалить малыша, сказав, какой он молодец. К разучиванию стихотворений лучше всего подходить в 5-6 лет.

Заучивание информации

Простое заучивание – популярный метод запоминания важной информации у школьников. Но он может быть крайне эффективным и для дошколят. Это связано с тем, что при активном заучивании память ребенка серьезно тренируется, становясь крепче. Для этих целей можно подбирать короткие простые правила или интересные факты. Ребенок должен будет максимально точно воспроизвести заученный текст.

Увлекаться таким методом не рекомендуется, т.к. он может негативно сказаться на будущем обучении. Если ребенок привыкнет к заучиванию, то непроизвольная память будет работать менее эффективно, а желание разобраться и понять предмет перекроется попытками простого зазубривания.

Чтение

Литература тоже может быть очень полезной при развитии памяти. Если ребенок уже научился читать, то ему можно давать простые книжки, которые он сможет осилить. Дошкольникам, которые пока не могут самостоятельно прочесть даже короткий рассказ, должны помогать родители. Нужно просто читать малышу перед сном или днем любую интересную книгу.

После чтения родителям следует обсудить с ребенком прочитанный рассказ. Можно попросить дать комментарии к отдельным событиям, рассказать свои впечатления или предложить найти на страницах произведения упоминания об определенных вещах. Желательно также давать малышу задачу кратко пересказать услышанный рассказ.

Увиденное

Очень простой метод укрепления памяти. Он представляет собой интересное общение между родителями и ребенком. Суть заключается в том, что взрослые задают малышу вопросы или просят рассказать о любом последнем событии. Например, поход в цирк или вечерняя прогулка. Нужно выбирать такие мероприятия, которые вызывали у малыша много эмоций.

При таких обсуждениях у ребенка будет развиваться память, общительность, кругозор, а также желание проявлять повышенное внимание к деталям. Важно задавать вопросы с мотивацией, чтобы малыш понимал, почему его об этом спрашивают, и разговор не напоминал допрос.

Ассоциации

Одним из самых эффективных приемов мнемотехники являются ассоциации. Они очень часто используются детьми для запоминания информации, но при нацеленном применении такой метод приводит к укреплению памяти. Его суть заключается в создании ассоциативных цепочек, в которых каждый предмет связан друг с другом определенной характеристикой. Такое запоминание позволяет закрепить в памяти максимальное количество информации.

Применять методику рекомендуется для дошкольников 6-7 лет. Дети помладше не смогут полноценно использовать все условия ассоциативных цепочек.

*Ученые доказали: 70% полученной информации забывается уже на следующий день, еще 25% – в течение месяца. Получается, что от воспоминаний, которые не закрепляются дополнительно, в голове остается лишь 5%.*

**Упражнения и игры**

Игровая форма – лучший способ добиться какого-либо развития у дошкольника. При регулярных занятиях память начнет постепенно улучшаться, а вместе с ней повысится уровень интеллекта и некоторые личные качества. Достаточно тренироваться несколько раз в неделю по 30-60 минут, чтобы получить результат уже через пару месяцев. Но даже после этого потребуется продолжать занятия, чтобы поддерживать имеющийся уровень развития.

Какие игры и упражнения можно использовать для развития памяти и мышления в дошкольном возрасте:

1. Запоминание карточек. Взрослые показывают ребенку несколько карточек (10-15), которые он должен запомнить. На них могут быть изображены животные, растения, буквы и т.д. После 20 секундного ознакомления с картинками малыш должен по памяти, не смотря на карточки, назвать увиденное. Для усложнения задачи можно попросить соблюдать порядок изображений.
2. Спрятанные вещи. Совместно с малышом родитель выбирает игрушку или вещь, которую ребенок будет искать. После этого дошкольник отворачивается, закрывает глаза, а взрослый прячет выбранный предмет в доме. Задачей малыша станет поиск потерянной вещи.
3. Фотографическая память. Ребенку показывают изображение, за 30 секунд он должен его максимально точно запомнить, а потом по памяти нарисовать такое же на чистом листе. Следует подбирать не слишком сложные картинки, чтобы малыш смог их воспроизвести без посторонней помощи.
4. Прилагательные. Взрослый поочередно называет несколько существительных, а ребенок характеризует каждое из них отдельным прилагательным, которые нужно записать. После родитель зачитывает все слова, а задачей малыша будет вспомнить, что именно он характеризовал этим прилагательным.
5. Пары слов. Взрослый придумывает пары слов, связанные одним признаком (ложка-еда, диван-отдых, книга-чтение и т.п.), и называет их ребенку три раза подряд. Малыш должен постараться их запомнить, т.к. при четвертом повторении родителем будут названы лишь первые слова из этих пар, а вторые потребуется вспомнить.
6. Комбинации слов. Родитель называет малышу слова, начиная с одного, а потом с каждым разом увеличивает их количество. Называет он их до тех пор, пока ребенок не ошибется. А задача малыша состоит в том, чтобы сразу же повторить все произнесенные слова. Желательно подбирать их так, чтобы связь между ними была лишь условной. Для упрощения проверки длинные сочетания рекомендуется записывать на листок.
7. Поиск различий. Нужно найти 2 практически идентичных картинки, на которых будет присутствовать несколько малозаметных отличий. Именно их потребуется отыскать дошкольнику. Опытные в использовании ПК родители могут создать такие изображения из одного самостоятельно с помощью специальных программ.
8. Мелкие изменения. Малышу показывают набор мелких предметов, после чего он должен отвернуться. В это время взрослый убирает один из элементов, что изменит картину увиденного. От ребенка потребуется определить, что именно пропало. Такая игра может применяться не только к набору предметов, но и к внешнему виду присутствующего человека или обстановке в комнате.
9. Ассоциации. Родитель дает дошкольнику любой предмет (игрушку, одежду, электронику и т.д.), а его задачей будет составление максимального подробного описания и придумывание ассоциаций. Такая игра подойдет для младших возрастов и отлично разовьет память с внимательностью. Для усложнения задачи можно не давать вещь в руки, а просто называть ее.
10. Повторение движений. Взрослый показывает малышу определенные движения своим телом, после чего он должен будет повторить их в правильной последовательности. Желательно играть при включенной приятной музыке.
11. Тактильные ощущения. Родители завязывают малышу глаза и дают предмет ему в руки либо просто кладут в мешочек. Задачей ребенка будет определение наощупь, что именно он трогает. Рекомендуется использовать вещи, которые сложнее всего распознать.
12. Воспоминания. Задача ребенка заключается в том, чтобы вспомнить звучание, запах или вкус любой еды. Также можно попросить его вспомнить последовательность того, как именно он надевал одежду утром.

Допускается выбирать любой вариант, при этом он обязательно должен нравиться дошкольнику. Существует много других упражнений на развитие памяти, но наиболее эффективны указанные выше. Из иных можно использовать игру «Магазин», известную всем с детства. Она влияет на развитие памяти, мышления и фантазии.

**Дополнительные рекомендации**

Если было принято решение развивать память дошкольнику, то не стоит ограничиваться прямыми методами. Существует ряд условностей, которые оказывают значительное влияние на работу мозга, из-за чего могут существенно навредить эффективности тренировок. Поэтому очень важно обратить на них внимание, а также привнести в жизнь ребенка все необходимые изменения.

Режим дня

Составить правильный режим дня – важное условие, без которого развить память не удастся. Ребенку нужно спать минимум 8 часов каждую ночь, при этом он должен иметь достаточное количество свободного времени днем или вечером, которое получится посвятить любимым развлечениям.

Важно составить план дня для ребенка таким образом, чтобы он не столкнулся с переутомлением. Если даже требуется выполнять тяжелую задачу очень длительное время, то нужно обязательно делать небольшие перерывы на отдых. Также следует проследить, чтобы малыш не страдал от безделья и не ленился.

Эмоции

Самое большое значение в жизни дошкольника имеет эмоциональная составляющая. Именно от нее зависит будущее малыша, особенности его развития и восприятие окружающего мира. Родители должны уделять ему столько времени, сколько потребуется. Недостаток общения губителен для психики ребенка.

С дошкольником нужно проводить много времени, давать советы, проявлять заботу, помогать, если это потребуется. Он должен чувствовать родительскую любовь. Только так у него появится желание развиваться, быть хорошим человеком и общаться с окружающими людьми.

Питание

Практически каждый родитель запрещает своему ребенку есть вредную пищу. По этой причине дети устраивают скандалы, плачут, очень сильно обижаются, а самые отчаянные просто убегают от взрослых, не думая о последствиях. Поэтому нужно подготовить ребенка, объяснив, почему нельзя есть некоторую пищу.

Из рациона следует исключить жирную или жареную еду, фастфуд, газированные напитки, а также ограничить количество употребляемых сладостей с хлебобулочными изделиями. Наиболее полезными будут: орехи, злаки, фрукты, овощи, зелень, грибы, сыр, белое мясо, морепродукты рыба и печень.

Физическая активность

Движение – это жизнь. Оно оказывает влияние даже на уровень интеллектуального развития с качеством запоминания. Это связано с тем, что при проявлении физической активности усиливается кровообращение, что повышает эффективность работы мозга. При этом нормализуется обмен веществ, снижается вероятность появления некоторых болезней, а также исчезает психическое напряжение.

Для детей дошкольного возраста подойдут легкие пробежки по парку, танцы, йога, а также плавание. Допустимо заниматься другими видами спорта, но при выборе следует обязательно учитывать личные пожелания ребенка.

*Рекомендуется проводить больше времени на свежем воздухе. Для детского организма это особенно полезно. При ежедневных прогулках развитие памяти в период дошкольного возраста станет еще более эффективным.*

**План занятий**

Важно помнить, что дошкольники не могут воспринимать то количество информации, с которой легко справляются взрослые. Поэтому не стоит заставлять их заниматься через силу. Если ребенок устанет, то нужно обязательно сделать перерыв. После недели занятий следует подкорректировать план с учетом результатов и личного восприятия малыша. В большинстве случаев достаточно проводить 3-4 тренировки в неделю от 30 до 60 минут. Незначительное отклонение от этих цифр не навредит эффективности.