**Советы родителям**

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



Память является одним из необходимых психических процессов, без которых невозможно интеллектуальное развитие ребенка. Ее развитию в дошкольном возрасте обязательно должно уделяться достаточно времени. Именно с ее помощью малыш сможет получать новые знания, познавая мир или обучаясь в школе, приобрести необходимые ему знания, умения и навыки. На занятиях по развитию памяти вы научите детей запоминать, сохранять и воспроизводить информацию с помощью несложных упражнений и игр.

**Особенности**

Для детей дошкольного возраста характерно механическое запоминание информации, без осмысливания. Задача взрослых – научить ребенка делать это сознательно, логически осмысливая новые знания. Непроизвольное запоминание и воспроизведение информации должно постепенно перейти к осознанному.

В первый год жизни малыша развивается моторная память, которая выражена в условных рефлексах.

Кроха способен запоминать движения и действия. Особенно хорошо это получается, если они сопровождены эмоциями (или если он понимает результат этих действий). Малыш учится сидеть, стоять, ползать, брать какие-либо предметы руками и многое другое.

Образная память развивается до двух лет. Карапуз узнает родственников и знакомых, запахи, вкусы, голоса. В этом возрасте идет активное развитие нервной системы малыша, увеличиваются объемы информации. В возрасте до 3 лет активно развивается логическое мышление, расширяется словарный запас. Уже можно говорить о появлении словесно-логической памяти.

Приблизительно до 4 лет идет развитие механической памяти. Она характеризуется запоминанием того, с чем ребенок осуществляет какие-либо действия. Если родители хотят, чтобы ребенок в этом возрасте лучше запомнил какую-то информацию, нужно его увлечь, заинтересовать. Результат в этом случае будет намного лучше.

С 5 лет уже можно говорить о развитии произвольной памяти. Именно в этот возрастной период ребенок уже может использовать специальные приемы для лучшего запоминания информации.

**Виды памяти**

В зависимости от того, на какой срок запоминается информация, от объекта запоминания, от степени волевой регуляции память классифицируется по-разному.

*По срокам запоминания выделяют следующие виды:*

* Кратковременная – в этом случае информация запоминается с легкостью, однако потом забывается.
* Долговременная – материал может быть воспроизведен даже через продолжительное время.

*По объекту запоминания выделяют:*

* Зрительную – когда запоминается картинка (лица, обстановка вокруг и прочее).
* Слуховую – происходит запоминание услышанного.
* Двигательная (моторная). Она характеризуется запоминанием различных движений – в зависимости от обстоятельств: танец, ползание грудничка, работа рук со столовыми приборами.
* Эмоциональная. Если ребенок обжег руку утюгом, то он больше не будет к нему подходить, эти эмоции намного лучше всяких запретов родителей помогут усвоить правило.
* Вкусовая – запоминание вкусов.
* Обонятельная – память на различные запахи.
* Осязательная (тактильная) – кроха запоминает ощущения при прикосновениях к различным предметам.

Все эти виды памяти можно объединить в один – образная память.

Словесно-логическая – способность запоминать слова, появляется параллельно с развитием речи.

*По приемам заучивания различают:*

* Механическую – при этом виде смысл запоминаемого материала теряется, заучивается только что-то конкретное. Если это слова – то в такой последовательности, в которой они были предложены. Если это действия – то именно в такой последовательности, в которой они повторялись. Такой вид памяти очень востребован при заучивании иностранных слов, их записи и произношении, разучивании танца.
* Логическую – отличается запоминанием смысла заучиваемого. Тот материал, который необходимо запомнить, подвергается тщательному анализу, делится на смысловые части. Определяется главная мысль каждой из них и взаимосвязь между ними. С помощью всех этих приемов выделяется и запоминается самое важное в тексте, его суть.

*По степени волевой регуляции выделяют:*

* произвольную память – для запоминания необходимого материала нужно приложить усилия;
* непроизвольную – никаких усилий не требуется, все запоминается само по себе.

**Рекомендуемые игры и упражнения**

*«Что не так?»*

На столе перед малышом раскладывают 5-6 предметов, и ему предлагается время для их запоминания. После этого кроха должен отвернуться от стола, а ведущий в это время меняет местами пару игрушек или убирает 1-2. Задача ребенка в игре – восстановить правильную последовательность или рассказать о том, что исчезло со стола. Точно такую же игру можно провести с предметными картинками.

*«Вспомни, что было»*

Упражнение прекрасно справляется с тренировкой долговременной памяти. Попросите ребенка вспомнить и рассказать о том, что было вчера. Пусть он постарается рассказать вам все максимально подробно.

*Игра «Имена»*

В эту игру можно поиграть, когда вы находитесь в очереди, по дороге в магазин, в любой момент – если есть необходимость чем-то занять ребенка, чтобы он вел себя тихо. Попросите его назвать 5 имен мальчиков, затем пять имен девочек, далее игра продолжается в этом же порядке. Поначалу малыш будет называть имена самых близких ему людей, потом друзей и знакомых, а вот после уже начнет вспоминать те имена, которые он когда-либо слышал.

*Скороговорки*

Их разучивание помогает не только развивать речь дошкольника, но и тренировать память. Обратите внимание на то, что это должно быть «между прочим» – в игре, при свободных минутках. Можно предложить ребенку устроить соревнование, кто лучше справится с заданием. При этом победителю обязательно должна достаться похвала или какой-нибудь незначительный приз. Попросите кроху повторить скороговорку за вами, а на следующий день пусть он ее вспомнит.

*Игра «Слова»*

Вариантов игры два.

Пусть ребенок назовет вам какую-либо букву алфавита. А теперь начинайте по очереди называть слова на эту букву.

Попросите малыша назвать какое-либо слово. Затем вам нужно назвать слово, которое начинается на последнюю букву предыдущего. Игра очень похожа на известную многим игру «Города».

*«Дорога к дому»*

Когда во время прогулки с крохой вы ушли достаточно далеко от вашего дома, можно предложить ему это упражнение – пусть он покажет вам дорогу домой. Естественно, вы строго контролируете этот процесс. Во время пути обращайте внимание малыша на мелочи, которые могут быть очень полезными при поиске дороги: вывески магазинов, необычные деревья, заметные дома. Тогда в следующий раз он уже будет стараться делать все самостоятельно.

*Гербарий*

Выйдя на улицу с малышом, можно насобирать разные листья и цветы, проговаривая при этом название каждого растения. Дома сложите эти листья в альбом и засушите. Через некоторое время вы можете рассмотреть их и попросить ребенка вспомнить, как назывались эти растения. Позже вы сможете использовать их в поделках.

*«Назови пару»*

Это упражнение помогает в тренировке ассоциативной (смысловой) памяти. Называйте ребенку пары слов, которые связаны между собой по смыслу: жара и лето, суп и обед. Начинайте с 5-6 пар. Проговаривайте их четко. Затем попросите кроху повторить второе слово в паре, называя ему первое. Постепенно задание можно усложнять, предлагая большее количество пар.

*«Повтори за мной»*

Назовите дошкольнику 10 слов, которые не связаны по смыслу. А теперь пусть он попробует вспомнить те слова, которые вы говорили. Это упражнение отлично тренирует слуховую память.

*Пересказы*

Учите малыша пересказывать прочитанное произведение, просмотренный мультфильм, услышанную историю. Перед сном попросите рассказать вам об интересных событиях сегодняшнего дня. Это упражнение является хорошей тренировкой для развития памяти.

*«Вспомни и нарисуй»*

Дайте малышу 1 минуту для того, чтобы рассмотреть картинку. Он должен постараться ее запомнить. После этого картинка закрывается, и ребенку предлагается нарисовать ее, максимально точно воспроизведя все детали.

**Советы**

* На то, как будет развиваться память вашего крохи, влияет множество факторов. Среди них – питание, режим дня, образ жизни вашего чада, физическая активность, время, проведенное с родителями. Полезные рекомендации:
* Постарайтесь ограничить употребление сладкого и мучного. Замените это на полезные продукты: различные виды орехов, злаковые, твердый сыр, разнообразную зелень, семечки. Очень полезно употреблять в пищу жирные сорта рыбы, овощи, фрукты и ягоды, печень, белое мясо.
* Соблюдайте режим дня.
* Ребенок должен проводить не менее 2-3 часов на свежем воздухе, это необходимо для обогащения клеток головного мозга кислородом.
* Обязательно укладывайте малыша спать вовремя, даже если он не хочет. Делая это каждый день в одно и то же время, вы приучите дитя, и постепенно все проблемы с укладыванием исчезнут. Желателен также дневной сон.
* Следите за тем, чтобы ребенок был физически активен. Это могут быть подвижные игры с друзьями, занятия спортом, танцами, катание на велосипеде, коньках или лыжах. Постарайтесь ограничить время, проведенное им за компьютерными играми или просмотром телевизора.
* Умение малыша запоминать очень зависит от того, сколько времени ему уделяют родители. Играйте с ним в развивающие игры, читайте книги, учите стихи, рассказывайте ему как можно больше нового и интересного, рисуйте и пойте песни. Все это будет способствовать развитию памяти.

