**Как научить ребенка запоминать. Советы психолога**

Может быть, со стороны объемы школьных знаний и не кажутся ужасными, да в большинстве случаев родители и не особенно давят на ребенка. Они стараются найти подход, объяснить некоторые школьные темы подробнее и понятнее, в крайнем случае ищут репетиторов или специальные группы подготовки к школе. Но после первого сентября информация все равно захлестывает ученика с головой. Как справиться с этим потоком?

Нередко ребенок приходит в первый класс довольно оптимистически настроенным. Он верит в себя и ожидает, что станет отличником. Но все оказывается не так легко, не все получается. «Как же так? Неужели я не настолько хорош?» — думает ребенок. Те же вопросы задают себе и родители. Ведь до первого класса все было замечательно. Ребенок мог и читать, и писать, и хорошо рассуждал. А теперь слова — школа и стресс — стали почти синонимами. Почему?

**Учиться тоже нужно уметь**

С давних времен учеников делили на способных и отстающих. Насчет последних полагали, что либо такой ученик ленив, либо у него не хватает ума. Педагоги видели из этого положения единственный выход: ученика надо заставить учиться . Как именно? Все в основном сводилось к усилению учебной нагрузки и наказаниям. В XX веке было установлено, что дети могут отставать в учебе не только из-за нерадивости и нехватки способностей.

Большинство детей не имеет навыка учебы. У них нет опыта того, как в голове можно организовывать материал, и нет алгоритмов запоминания. Со временем они появятся, но до этого времени еще придется ждать и ждать, учиться и учиться.

**Запомнить сейчас или выучить на потом?**

Как известно, существует два основных вида памяти — краткосрочная и долгосрочная.
Краткосрочная память требуется только для того, чтобы ориентироваться в текущих событиях. Когда мы приходим домой, то можем пока поставить сумку рядом с порогом, чтобы снять верхнюю одежду и обувь. После переодевания человек точно помнит, где сумка, и переставляет ее на нужное место. Но помнить до конца жизни информацию о местоположении сумки нет никакого смысла. Поэтому уже через несколько часов мозг избавляется от лишнего груза. Чаще всего забывается даже сам факт, что сумку куда-то ставили.

Другое дело — важные дела и информация. Их нужно постоянно держать в надежном месте. И это место — долгосрочная память.

Основная проблема с запоминанием происходит из-за незнания особенностей работы этих двух видов памяти. Краткосрочная память имеет небольшой объем. Например, за один раз человек может запомнить всего 7–9 цифр или слов. Но даже эта информация не полностью переходит в долгосрочную память. Если по прошествии некоторого времени человека попросить припомнить те цифры или слова, которые он недавно запоминал, он сможет назвать всего 3-4. И не факт, что даже эти 3-4 объекта перейдут в долгосрочную память.

В долгосрочной памяти не хранится все подряд. Мозг сохраняет только то, что счел главным, а детали может выкинуть как несущественные. Для долгосрочной памяти главное — «скелет», а «мышцы»-подробности она может нарастить при необходимости. Но только если у нее есть на это время. Но и это еще не все!

 Мало положить в долгосрочную память, нужно еще оттуда и достать. И тут снова могут быть проблемы. Память не отдает все сразу, а только по частям, и то не всегда полностью. При быстром ее наполнении без возможности все переварить она может выдать только 30 % из своих запасов.

**Как упорядочить архивы памяти**

Представьте себе, что вы работник архива. Вам необходимо перенести на хранение документы. У вас небольшой кабинет, где вы работаете. И вдруг вам начинают с неистовой силой приносить и приносить материалы. Ваш кабинет наполняется бумагами до потолка. Что вы скажете? Наверное, вы закричите: «Стоп! Я не могу так работать, мне повернуться негде! Я не могу обработать ни одной бумаги! Давайте-ка вынесите все лишнее и подавайте ваши документами небольшими партиями».

С памятью тоже самое. Если вы будете пихать в область краткосрочной памяти все без разбора, то она просто начнет все выбрасывать. Пропускная способность в «архив» значительно снизится. Да и из архива мало что будет выходить при такой запарке.
Для того чтобы «архив» работал нормально, необходимо организовать правильную и последовательную поставку информации. Затем дать возможность нашему внутреннему архивариусу поработать. Как это сделать? **Обеспечьте «правильную поставку информации в архив».**

1. **Задайте формат доставки**. Прежде чем начать что-то доставлять и раскладывать, в архиве надо разметить место, где все это будет лежать. Для этого, прежде чем читать текст, стоит прочитать заголовки, посмотреть картинки, прочитать подписи под картинками. По этой информации будет уже приблизительно ясно, о чем пойдет речь и в какой отдел памяти его лучше отнести, сколько нужно будет «полок» для разделов.

2. **Уточните содержание**. Ребенок должен прочитать текст один раз и тут же рассказать своими словами, о чем там говорится. Это позволит создать более точные границы для того материала, который надо запомнить. Не важно, что ребенок скажет не все или не совсем точно. Особой точности не требуется, да и если он факты будет вспоминать не по порядку — не беда. Единственное, можно поправить ребенка с тем, чтобы правильнее выделить основную идею текста.

Так мы положили первую порцию информации в краткосрочную память. Теперь можно дать ребенку немного отвлечься на что-то другое, не связанное с прочитанной темой. В это время краткосрочная память начнет постепенно пропускать информацию в хранилища.

3. **Разложить по кусочкам**. Теперь, когда известно, о чем текст, можно прочитать его более внимательно и разложить на части то, что происходит. Что случилось сначала, что потом? Если текст про зиму, то какие признаки зимы описывает автор?

4. **Воспользоваться ментальной картой.** Это довольно простой метод — информацию представляют в виде схемы алгоритма, который помогает затем быстро вспомнить все содержание. Мозг сам по себе при запоминании создает такие алгоритмы, но можно ему в этом помочь. Карту рисуют в виде «дерева». В его основании лежит тема, а от нее отходят «ветви». Что описывается в тексте про зиму? Погода — природа — люди. Что о погоде? Снег — иней — метели — мороз. Что о природе? Реки замерзли, медведи заснули, зайцы поменяли цвет. Что о людях? Оделись тепло — занимаются зимними видами спорта — готовятся к Новому году.

После создания ментальной карты снова стоит отключиться и отдохнуть минут 15. Можно просто дать ребенку подвигаться, можно дать время положить в портфель вещи для следующего дня, а можно начать делать какой-то другой урок, который ребенку нравится или не сильно напрягает.

5. **Проверить усвоенное**. Теперь, когда мы все разложили по полочкам, остается только один шаг. Попробовать, как информация будет извлекаться из хранилищ. Для этого ребенка нужно протестировать. Не надо устраивать экзаменационную процедуру, просто задайте несколько ключевых вопросов по пройденной теме. Сделайте упор на то, что ребенку не очень хорошо запомнилось. Если есть какие-то заминки, то нужно это место еще раз проговорить. А через 1,5–2 часа еще раз пройтись по теме.

Это лишь одна из многих методик, которые помогут вашему ученику лучше справляться с заданием. Не стоит ждать, что ребенок схватит алгоритм на лету. Поначалу ментальные карты придется чертить вам, чтобы ваш школьник ухватил суть. Но с каждым разом его нужно все больше привлекать к построению карт, чтобы через какое-то время он начал делать это сам.

Вся процедура может казаться довольно долгой, но на самом деле она значительно экономит время в целом, за счет того, что память начинает работать более эффективно.
Автор Наталья Стилсон

### «Школа Супермозг» http://supermozg.school/programmy-dlya-detei

Быстрое чтение, мнемотехника для развития памяти,
развитие внимания у детей. Эйдетика.

**ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ, ДЕТСКИЕ РАЗВИВАЮЩИЕ КУРСЫ.**

Ваш ребёнок:

* долго делает уроки (несколько часов)?
* Не может выучить правило?
* Медленно читает?
* Невнимателен?
* Делает много ошибок?
* Не может вспомнить у доски или на контрольной то, что учил?

Существуют причины, почему то происходит: недостаточно развита память, внимание, не сформированы навыки, нет интереса к учёбе.

Мы предлагаем детские развивающие курсы  разработанные с учётом особенностей развития ребёнка (индивидуальный подход).

[**Учиться легко - Базовый курс для детей от 7 до 13 лет (3 занятия по 2 часа).**](http://supermozg.school/programmy-dlya-detei/easy-learn)

[**Маленький гений - Детская программа для дошкольников (3-6 лет)**](http://supermozg.school/kursy/razvitie-pamyati-y-detei)**.**

[**Секреты успешной учёбы**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)**-**[**Детская программа для учащихся 1-8 класса (7-13 лет).**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)

[**Скорочтение для детей**](http://supermozg.school/kursy/chitay-ka)**-**[**Детская программа для учащихся 1-8 класса (7-13 лет).**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)

**Секреты суперагентов -**[**Детская программа для учащихся 1-8 класса (7-13 лет).**](http://supermozg.school/kursy/labirinty-pamyati/)

**Развивающие курсы для детей включают:**

**Развитие памяти**

Осваиваем методы запоминания - тексты, цифры,

стихотворения, словарные слова,правила,

иностранные языки.

В результате лучше запоминаем, легче осваиваем школьную программу.

**Развитие воображения**

*Воображение важнее, чем знания. Знания ограничены,*

*тогда как воображение охватывает целый мир,*

*стимулируя прогресс, порождая эволюцию.* Энштейн

Учимся представлять, работать с образами.

**Развитие внимания**

Внимание - это важнейшее качество, которое характеризует процесс отбора нужной информации и отбрасывания лишней.

В рамках развивающих курсов для детей, мы работаем над  объемом, устойчивостью, концентрацией, избирательностью, распределением, переключаемостью и произвольностью.

Нарушение каждого из перечисленных свойств приводит к отклонениям в поведении и деятельности ребенка.

**Развитие мышления у детей**

Включены задания на формирование умения выделять

существенные свойства (признаки) конкретных объектов и

абстрагирование от второстепенных качеств,

умение отделять форму понятия от его содержания, устанавливать

связи между понятиями (логические ассоциации),

формирование способности оперирования смыслом.

**Повышение техники чтения**

Учимся читать правильно, повышаем скорость в 2-5 раз.

Психологи выделяют 15 основных причин нарушения навыка чтения у детей.

Работа с плохо читающими детьми  проходит в два этапа:

- Первый этап - создание положительного настроя ребенка на занятия, повышение его уверенности в собственных силах и способностях.

- Второй этап - тренировка навыка чтения, анализ затруднений ребенка для последующего их устранения.

**Развитие речи у детей**

Научить ребенка говорить - значит научить мыслить. Развитая речь - это не только успешная учеба в школе, но и умение выразить свои мысли, чувства, быть интересным собеседником.

На детских развивающих курсах мы формируем:

* навыки артикуляционной моторики, звукопроизношение;
* речевое дыхание;
* фонематическое восприятие;
* грамматический строй речи;
* понимание и моделирование связной речи;
* словарный запас.

**Развитие моторики**

Развитие моторики способствует развитию речи, концентрации внимания, скоординированности работы глаз и рук, формированию графических навыков (письма).

На развивающих курсах для детей оказывает влияние на развитие логического мышления, внимания, памяти, пространственных представлений.

**Программы детских развивающих курсов:**

[**Учиться легко - Базовый курс для детей от 7 до 13 лет (3 занятия по 2 часа).**](http://supermozg.school/kursy/easy-learn)

[**Маленький гений - Детская программа для учащихся 1-4 класса (7-10 лет)**](http://supermozg.school/kursy/razvitie-pamyati-y-detei)**.**

[**Секреты успешной учёбы**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)**-**[**Детская программа для учащихся 5-8 класса (11-13 лет).**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)

[**Скорочтение для детей**](http://supermozg.school/kursy/chitay-ka)**-**[**Детская программа для учащихся 1-8 класса (7-13 лет).**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)

**Суперстарт -**[**Детская программа для учащихся 1-8 класса (7-13 лет).**](http://supermozg.school/kursy/secrets-of-successful-studies)