

При современном обучении ученику необходимо не просто приобрести знания, умения, навыки, освоить сложившиеся способы человеческой деятельности, но и овладеть творческим подходом к ее осуществлению, развить устойчивые познавательные интересы и мотивы учения, потребность в постоянном самообразовании. В связи с этим приоритетное значение приобретает изучение закономерностей психического развития ученика в процессе обучения.

Исследования Д.Б. Эльконина и В.В. Давыдова показали, что основная особенность учебной деятельности состоит в том, что она подчинена задаче усвоения той части общественно-исторического опыта, которая обобщена в теоретической форме. Именно необходимость усвоения принципиально нового типа знаний (научных понятий) и определяет перестройку психических процессов, включенных в учебную деятельность - это память, внимание, мышление.

Источником, побудителем самостоятельной деятельности является познавательная задача. Ее назначение состоит в создании конфликтной ситуации, противоречия между знанием и незнанием ученика. Это вызывает внутреннюю познавательную мотивацию, потребность в познании. Понимание - это установление существенных связей или отношений между предметами реальной действительности посредством применения знаний.

**АКТУАЛЬНОСТЬ** этой проблемы обусловлена двумя обстоятельствами. С одной стороны, более ранняя специализация обучения, вызвала перестройку его содержания, увеличив в нем вес теоретических знаний, остро поставила вопрос о связи разных вариантов обучения с психическим развитием школьников, в частности с развитием мышления, проявляющегося в учебной деятельности, прежде всего как понимание учебного материала. С другой стороны, в исследованиях В.В. Давыдова, Н.В. Репкиной, Шадрикова установлено, что влияние внешних воздействий и условий жизни на развитие познавательных процессов школьника, таких как внимание, память, мышление опосредствуется их собственной активностью, формами деятельности и общения.

Применительно к развитию памяти и мышления учеников, это означает, что закономерности этих процессов должны быть поняты в контексте учебной деятельности. Дальнейшее совершенствование организации учебного процесса в специализированных классах школы II ступени требует, прежде всего, обучения учащихся продуктивным способам самостоятельной работы. Наиболее важным в этом плане является обучение учащихся способам анализа учебного текста как источника информации.

Эффективность обучения напрямую зависит от того, что сам учащийся делает в процессе усвоения и осмысления материала, как сам ученик применяет его для решения познавательных и практических задач.

Поэтому психологические вопросы организации работы по формированию адекватных способов запоминания приобретают особую остроту и становятся наиболее актуальными.

**ЦЕЛЬ** курса развивающих занятий заключается в том, чтобы сформировать эффективные способы самостоятельной работы учащихся, направленные на развитие процесса понимания информации.

Понимание в широком смысле – это установление существенных связей или отношений между предметами реальной действительности посредством применения знаний. Поэтому оно является компонентом различных познавательных процессов в которых имеет место установление связей: осмысленного восприятия, запоминания, воспроизведения, воображения или мышления.

Важное место в мотивации самостоятельной работы учащихся занимает интерес к собственной умственной деятельности. Очень хорошо говорит об этом Д.Н. Богоявленский: «Что же касается мотивационной сферы, то здесь надо отметить пробуждение у учащихся познавательного интереса к собственной умственной деятельности, которое, надо полагать, должно играть столь же положительную роль, как и интерес к предметному содержанию учения». Еще большее значение в формировании мотивации к самостоятельной работе имеет воспитание у школьников понимания жизненного значения приобретаемых при этом знаний.

**Самостоятельная учебная деятельность – это не только умение решать те или иные учебные задачи, но, прежде всего, умение самостоятельно ставить их.** Именно от того какую систему задач ставит перед собой учащийся, изучая новый материал, прежде всего и зависит результат его усвоения.

Самостоятельная работа как вид деятельности может осуществляться только при наличии таких компонентов как мотив, цель, способы, внешние условия. Организуя самостоятельную работу учащихся необходимо предельно четко задавать каждый из них.

Простое требование самостоятельной работы, даже сопровождаемое словами о том, что это очень нужно и важно, – это еще не мотив для ученика. Не все хорошо и с постановкой целей. «Вот этот параграф вы прочтете и изучите сами», – это вовсе не цель для ученика. Такая «цель» или не приводит к деятельности, или ученик заменяет ее какой-то другой, своей целью. Что касается способов самостоятельной работы, то они никогда и нигде специально не формируются. Требовать от ученика какой-то деятельности, не задав ему способов этой деятельности, наверно, совершенно неправильно.

Согласно теории Говарда Гарднера, существуют семь типов интеллекта, которые необходимо использовать при обучении детей: логико-математический, вербальный (языковой), музыкальный, визуально-пространственный, телесно-кинестетический, межличностный и внутриличностный. В школе используются в основном логико-математический и вербальный.

Нужно учитывать, что правое полушарие успешно справляется с невербальными, пространственными задачами. Поэтому важно не заставлять детей использовать языковые средства как способ мышления, необходимо больше внимания уделять творческому мышлению и приложению знаний к реальным ситуациям.

Исследование волновой активности мозга детей, успешных и неуспешных в

обучении, показало, что неуспешные дети отличаются более низкой общей активностью левого полушария даже при выполнении вербальных и знаковых заданий. Кроме того, у них значительно меньшая частота переключений с одного полушария на другое при выполнении заданий, которые требуют разной стратегии мышления. Объясняется это либо несформированностью мозолистого тела мозга, обеспечивающего переключаемость в работе полушарий, либо стрессовым состоянием, разобщающим работу полушарий. Неуспешные дети в такой ситуации могут использовать только симпатическую нервную систему, стволые структуры мозга и правое полушарие. Левое логическое полушарие задействовано не в полной мере.

Необходимо учитывать и то, что практически вся традиционная конструкция школьной жизни сориентирована на подавление и закрепощение той фундаментальной нейрофизиологической основы, из которой берет свои истоки вся телесно-моторная и духовно-психическая жизнь ребенка. К факторам фундаментального закрепощения можно отнести:

- режим традиционной сидячей позы;
- отчуждение органов чувств;
- книжные технологии познания вместо сенсорно-стимульных;
- программно-скоростные установки в усвоении техники письма и чтения на фоне незрелости правополушарной образной сферы.

Коррекционная работа должна строиться с учетом закономерностей функционирования мозга и принимая во внимание тесную связь между движением и обучением должна задействовать не только мозг, но и тело.

Цели, которые можно достигнуть применяя специальные двигательные упражнения:

- \* развитие высших психических функций;
- \* функциональная активация подкорковых образований мозга;
- \* обеспечение и регуляция общего энергетического фона, на котором развиваются все психические функции;
- \* обеспечение регуляции, программирования и контроля за протеканием психической деятельности.

Время занятия 50 — 60 минут.

Оптимальное число участников группы 12 - 15 человек.

# КОРРЕКЦИЯ ПАМЯТИ

## Занятие 1

**Задачи:** стимулирование внутригруппового общения, развитие чувства принадлежности к группе, ознакомление учащихся с особенностями процессов памяти человека.

**Приветствие.**

### Игра «Прошепчи имя»

Эта игра позволит учащимся сблизиться друг с другом. Даже застенчивые ребята будут чувствовать в ней себя комфортно, так как в ней можно вести себя тихо и незаметно. Школьники получают удовольствие от общения один на один, и им становится легче воспринимать свои и чужие ошибки.

**Инструкция:**

Начните бродить по классу... При этом подходите к разным детям и шепчите им на ушко свое имя... (2-3 минуты). Теперь, пожалуйста, остановитесь... Сейчас, когда вы снова начнете бродить по классу, вам нужно будет подходить к разным детям и шептать им на ушко теперь уже не свое, а их имя (2-3 минуты).

**Анализ упражнения:**

- Доволен ли ты собственным именем?
- Знаешь ли ты, что означает твое имя?

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

**Информация психолога.**

Время – 20 минут

Запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом информации называется **памятью**.

По характеру психической активности преобладающей в деятельности:

двигательная память, эмоциональная память.

По виду и форме запоминаемой информации, по предъявляемым стимулам:

образная и словесно-логическая.

По анализаторам, участвующим в процессе восприятия запоминаемого материала:

зрительная, слуховая, осязательная, вкусовая и обонятельная память.

По характеру целей деятельности память делится на:

непроизвольную и произвольную.

По продолжительности закрепления и сохранения материала:

кратковременная, оперативная, долговременная.

Согласно законам и механизмам запоминания обычно лучше запоминается начало и конец информации, воспринимаемой на слух, а середина - как бы выпадает.

Забывание происходит наиболее интенсивно в первые 6 часов после запоминания. Если информацию требуется запомнить на долго, то ее целесообразно

повторять с определенными интервалами через 15 – 20 минут, затем через 8 – 9 часов и через 24 часа.

На процесс запоминания и сохранения информации влияют также установка, мотивация, эмоциональное состояние (при волнении продуктивность памяти резко снижается), уровень концентрации внимания, значимость для человека информации.

Каждый из вас уже приобрел в ходе учебной деятельности различные способы и стратегии запоминания, связанные с организацией и обработкой запоминаемого материала. Однако без специальной работы, направленной на формирование таких способов, они складываются стихийно и нередко оказываются непродуктивными.

Пока для вас еще характерны ситуации, когда запомнить без применения каких-либо средств гораздо проще, чем запомнить, осмысливая и организуя материал... По мере усложнения учебных заданий установка «просто запомнить» перестает себя оправдывать, и это вынуждает ученика искать приемы организации памяти. Чаще всего таким приемом оказывается многократное повторение — универсальный способ, обеспечивающий механическое запоминание. Психологические эксперименты показали, что при механическом запоминании и воспроизведении неосмысленного материала через день забывается 25% заученного. Продуктивность смысловой памяти примерно в 25 раз выше продуктивности механической памяти.

В ходе специального обучения вы вполне сможете овладеть приемами логического запоминания.

Основой логической памяти является использование мыслительных процессов в качестве опоры, средства запоминания. Такая память основана на **понимании**. В качестве мыслительных приемов запоминания могут быть использованы: смысловое соотнесение, классификация, выделение смысловых опор, составление плана.

Результативность логического запоминания зависит также от материала, который предстоит запомнить: успешнее протекает мыслительная обработка наглядного материала.

Психологи выделили 13 способов организации запоминаемого материала: группировка, выделение опорных пунктов, составление плана, классификация, структурирование, схематизация, установление аналогий, мнемотехнические приемы, перекодирование, достраивание запоминаемого материала, серийная организация, ассоциации.

### **Приемы, помогающие запоминанию:**

1. Если вы затрудняетесь повторить слова, которые вам называли, возьмите бумагу и цветные карандаши. Постарайтесь к каждому слову, которое надо запомнить, сделать рисунок, который помог бы вам потом вспомнить это слово.

То же самое можно сделать и при запоминании фраз. Вы сами выбираете, что и как будете рисовать. Главное, чтобы это помогло потом вам «помнить прочитанное».

Такой прием позволяет значительно повысить продуктивность запоминания.

2. Прочитайте небольшой рассказ, затем кратко перескажите содержание прочитанного. Если вы не смогли этого сделать, прочитайте рассказ еще раз, но обращайтесь при этом внимание на отдельные специфические детали. Задайте вопрос: "О чем этот рассказ?" Попробуйте связать прочитанное с тем, что хорошо знакомо вам, или с какой-то аналогичной историей, сравните эти истории: в чем их сходство и различие. Отвечая на эти вопросы, вы мыслите, обобщаете, сравниваете, выражаете свои мысли в речи, проявляете активность.

Такая подготовка значительно активизирует вашу память и мышление. Затем снова сделайте пересказ, и вы убедитесь в том, насколько он стал точным и осмысленным.

1. Известны различные мнемонические техники, облегчающие запоминание.

Например, цвета светового спектра — красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый — легко запоминаются с помощью фразы: "Каждый охотник желает знать, где сидят фазаны" (первые буквы слов напоминают названия цветов спектра).

При запоминании, например, номера телефона можно придумать какие-либо близкие вам аналогии к каждой цифре.

4. Попробуйте применить так называемую смысловую систему:

Пример: Называются 10 слов: НОЧЬ, ЛЕС, ДОМ, ОКНО, КОТ, СТОЛ, ПИРОГ, ЗВОН, ИГЛА, ОГОНЬ.

Теперь попробуйте организовать этот ряд слов в смысловую систему, которая запоминается легче:

Ночью в лесу в дом через окно влез кот, прыгнул на стол, съел пирог, но разбил тарелку, послышался звон — он почувствовал, что осколок впился ему в лапу, как игла, и он ощутил в лапе ожог, как от огня.

### **Упражнения для развития памяти.**

#### **1. "Я положил в мешок"**

**Время** — 4 минуты

Психолог начинает эту игру и говорит: "Я положил в мешок яблоки". Следующий играющий повторяет сказанное и добавляет еще что-нибудь: "Я положил в мешок яблоки и бананы". Третий игрок повторяет всю фразу и добавляет что-то от себя. И так далее. Можно просто добавлять по одному слову, а можно подбирать слова по алфавиту: "В саду у бабушки растут..." (Порядок тот же.)

В этой игре неважно, кто становится победителем, кто проигравшим. Важно, чтобы школьник развивал в себе способность вспоминать, получая от этого удовольствие.

**Анализ упражнения:**

Что вы делали, чтобы запомнить большой список?

Какое ваше личное достижение?

## **2. Игра: "Я — фотоаппарат"**

**Время** – 4 минуты

Предложите ученику представить себя фотоаппаратом, который может сфотографировать любой предмет, ситуацию, человека и т.д.

Например, школьник в течение нескольких секунд внимательно рассматривает все предметы, находящиеся на письменном столе. Затем закрывает глаза и перечисляет, что ему удалось запомнить.

Так можно развивать не только память, но и внимание.

Помните: всегда лучше запоминается то, что интересно ребенку. Поэтому старайтесь придумывать разные игры. Например, играйте с ребенком в Шерлока Холмса, в разведчика.

### **Инструкция:**

**Время** – 6 минут

Внимание! Пусть один из вас будет ведущим. Кто желает быть разведчиком - выходи вперед. Смелей! Остальные игроки активно отдыхают и по моей команде замирают в разных позах. Разведчик запоминает позы играющих, их одежду, выражение лиц игроков. Запомнил? Посмотри еще раз на игроков. А теперь ты покинешь комнату, а игроки сделают пять изменений в своих позах, одежде и мимике. Но не у каждого игрока пять, а всего на всю группу пять, пожалуйста. Так. Готово? Приглашаю разведчика войти. Посмотри внимательно и найди изменения. Тебе дается 90 секунд на поиски изменений. Если ты сумеешь найти все изменения, то у тебя хорошая наблюдательность (достаточно для первого раза повести 3-4 кона игры).

### **Анализ упражнения:**

Какая часть упражнения вам понравилась больше?

В чем сложность роли разведчика?

## **Упражнения для развития способности к воссозданию мысленных образов**

### **"Мысленные образы, отвечающие понятиям прямо или косвенно"**

**Инструкция:** "Попробуйте к каждому из названных мной слов сделать какой-либо рисунок". Зрительный образ, прямо отвечающий понятию, возникает легко, почти автоматически, тогда как в случае косвенного соответствия нужны усилия воображения.

**Время** – 15 минут

### **Примерный перечень возможных серий:**

#### **Серия № 1**

Грузовик Гнев Веселая игра Дерево Наказание Умная кошка Мальчик-трус Капризный ребенок Хорошая погода Интересная сказка

#### **Серия № 2**

Веселый праздник. Темный лес Отчаяние Смелость Глухая старуха

#### **Серия № 3**

Сомнение Сила воли Успех Скорость Справедливость Радость Болезнь Быстрый человек Печаль Теплый ветер Зависть День Страх Сильный характер Хороший товарищ

2-й этап — представление слов или фраз в уме, без фиксации на бумаге.

**Примечание:**

Проводится только одна серия за занятие

**Анализ упражнения:**

Ко всем словам получилось нарисовать рисунок?

Какие рисунки помогли вспомнить слова, а какие нет?

В чем особенность тех рисунков, которые вам помогли?

## **ОКОНЧАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **АНАЛИЗ ПРОШЕДШЕГО ЗАНЯТИЯ**

Что на занятии вам понравилось?

Что вызвало интерес?

Что вы ждете от последующих занятий?

### **Упражнение «Аплодисменты»**

У нас очень хорошая группа, и каждый из вас заслужил аплодисменты. Я хочу предложить вам игру, которой мы будем заканчивать наши занятия. Вы становитесь в общий круг. Один из вас начинает: он подходит к какому-то ученику, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего ученика, оба подходят к нему, встают перед ним и аплодируют ему. Затем уже тройка выбирает претендента на овации. Каждый раз тот, кому аплодировали, имеет право выбрать следующего. Таким образом, игра продолжается, и овации становятся все громче и громче. (Игра достигает своего апогея, когда последний ребенок получил аплодисменты всей группы).

## **Занятие 2**

**Задачи:** формирование осознанного восприятия, тренировка зрительной памяти, стимулирование внутригруппового общения, развитие чувства принадлежности к группе.

### **Приветствие.**

### **Рефлексия прошлого занятия**

Использовали вы в подготовке к урокам рекомендации нашего занятия?

Показали ли вы дома те упражнения, которые изучили на занятии?

Что вы ожидаете от нынешнего занятия?

### **Игра «Друг к дружке»**

**Время – 5 минут**



Это упражнение обеспечивает возможность контакта и взаимодействия почти всех школьников друг с другом. В этой игре ученики могут почувствовать все свое тело.

### **Инструкция:**

Сейчас вы будите играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Вы покажете мне, насколько внимательно вы меня слушаете и насколько быстро вы можете сделать то, что я буду вам говорить. Сейчас у вас ровно 5 секунд, чтобы выбрать себе партнера и быстро-быстро пожать ему руку... А теперь я буду говорить вам какими частями тела вам нужно будет очень быстро «поздороваться» друг с другом:

- правая рука к правой руке!
- Спина к спине!
- Ладони к ладоням!
- Левая рука к правой руке!

Ну, что ж, это вы смогли сделать быстро. А теперь запомните, пожалуйста, следующее. Каждый раз, когда я скажу: «Друг к дружке», вам нужно будет быстро найти себе нового партнера и пожать ему руку. А после этого я снова буду называть части тела, которыми вы будите дотрагиваться друг до друга. Итак: «Друг к дружке! Ухо к уху!»

- Пятка к пятке!
- Бедро к бедру!
- Нос к носу!
- Правая рука к левому плечу!

### **Анализ упражнения:**

- Понравилась ли вам игра?
- Легко ли вам было действовать очень быстро?

## **СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **Упражнение "Мысленные образы и эмоции"**

**Время – 10 минут**

Инструкция: Это упражнение можно использовать как для тренировки зрительной, так и слуховой памяти.

Тренируем слуховую память:

"Я вам буду говорить фразы, а вы после каждой закройте глаза и представьте себе соответствующую картинку.

Лев, нападающий на антилопу.

Собака, виляющая хвостом.

Муха в вашем супе.

Миндальное печенье в коробочке в форме ромба.

Молния в темноте.

Пятно на вашей любимой рубашке или юбке.

Капли, сверкающие на солнце.

Крик ужаса в ночи.

Друг, воруящий вашу любимую игрушку.

Теперь возьмите листок бумаги и попробуйте вспомнить фразы

**Примечание:** Это же упражнение можно использовать для тренировки зрительной памяти. Тогда список фраз не произносится ведущим, а дается написанным на листке бумаги.

Инструкция также меняется соответствующим образом: "Прочитайте ниже-приведенные строчки и после каждой строчки, закрыв глаза, представьте себе соответствующую картину".

**Анализ упражнения:**

Почему одни фразы получилось запомнить хорошо, а другие нет?

Как лично для вас было проще запоминать фразы: по слуху или читая текст?

### **Упражнение "Мысленные образы и их эмоциональная окраска"**

**Время** – 15 минут

**Инструкция:** Закройте глаза и вообразите следующие картины:

Осиное гнездо

Осиное гнездо у вашей двери

Осиное гнездо у вашей кровати

Старик на скамейке

Старик на скамейке на солнце

Плачущий старик на скамейке на солнце

Острый нож

Острый нож, режущий мясо

Острый нож, режущий вам палец

Птичка, клюющая корм в саду

Птичка, купающаяся в луже

Птичка, взлетающая, спасаясь от кошки

Возьмите листок бумаги и запишите, что вам запомнилось.

**Анализ упражнения:**

Как эмоции влияли на качество запоминания?

Есть разница в воздействии отрицательных и положительных эмоций на результат запоминания?

### **Упражнение "Фигуры" (тренировка зрительной памяти)**

**Время** – 6 минут

**Инструкция:**

Школьники разбиваются на пары. Сначала один в паре раскладывает спички на столе и накрывает их листом бумаги, затем, подержав его 1-2 сек, показывает своему товарищу полученную фигуру. Посмотрев, второй игрок закрывает глаза и старается посчитать количество использованных спичек. Затем открывает глаза и выкладывает из своих спичек "сфотографированную" фигуру. После этого первый игрок поднимает лист и сверяет количество и правильность расположенных спичек с оригиналом. Затем играющие меняются ролями.

**Анализ упражнения:**

Что было сложного в запоминании образа?

Что было интереснее придумывать композицию из спичек или запоминать ее?

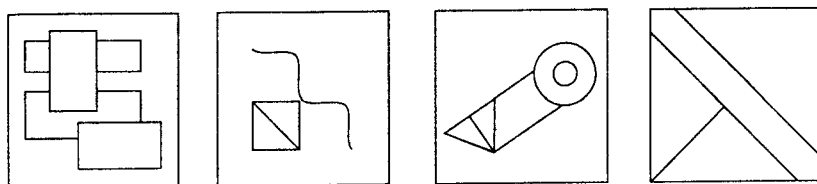
Теперь, когда учащиеся научились создавать зрительные образы, облакая их в конкретную форму, можно обратиться к другой стороне процесса запоминания — осознанному восприятию. Надо научить детей концентрировать внимание на запоминаемом объекте.

### **Упражнение «Пробуждение «чувства деталей»»**

**Время** – 10 минут

#### **Инструкция:**

Перейдите от конкретных изображений к абстрактным. Предложите детям для начала четыре абстрактные фигуры.



Каждую из них они должны рассматривать в течение минуты, закрывая при этом остальные, чтобы не отвлекать внимание. Затем попросите ребят мысленно представить себе эти фигуры во всех деталях и по памяти начертить каждую на бумаге.

#### **Анализ упражнения:**

С какими сложностями при запоминании фигур вы столкнулись?

Что для вас сложнее запоминать: конкретные фигуры или абстрактные?

## **ОКОНЧАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **АНАЛИЗ ПРОШЕДШЕГО ЗАНЯТИЯ**

Что на занятии вам понравилось?

Что вызвало интерес?

Что вы ждете от последующих занятий?

### **Упражнение «Аплодисменты»**

## **Занятие 3**

**Задачи:** формирование навыка визуализации, тренировка зрительной памяти, стимулирование внутригруппового общения, развитие чувства принадлежности к группе.

### **Приветствие.**

## **Рефлексия прошлого занятия**

Вы в подготовке к урокам эмоциональную составляющую запоминания использовали или нет?

Показали ли вы дома те упражнения, которые изучили на занятии?

Что вы ожидаете от нынешнего занятия?

## **Игра «Паутина»**

**Материалы:** Клубок ниток.

Игра помогает учащимся в ходе приятного и веселого общения занять место в группе, развивает сплоченность.

**Время** – 8 минут

### **Инструкция:**

Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас сейчас есть возможность сообщить нам что-нибудь интересное о себе. Может быть, кто-нибудь из вас захочет рассказать о своей любимой игре, о том, что у него лучше всего получается, или о том, чем он любит в свое свободное время заниматься. У вас есть минута, чтобы подумать, что вы хотите нам о себе рассказать... (Возьмите клубок в свои руки и начните игру сами. ... Зажмите свободный конец нити крепко в руке и киньте клубок ребенку сидящему напротив.)

Если хочешь, ты можешь назвать нам свой имя и что-нибудь рассказать о себе. Если ты ничего не хочешь говорить, то можешь просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему.

Таким образом, клубок побывает у всех школьников, и они окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины. Спросите их : «Как вы думаете, почему мы составили такую паутину?»

После этого разговора паутину нужно распутать. Для этого каждый ученик должен передать клубок предыдущему, называя его по имени.

### **Анализ упражнения:**

- Все ли высказались в ходе игры?
- Чьи рассказы вас заинтересовали больше всего?

## **СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **Упражнение "Осознание словесного материала"**

(используется как для тренировки зрительной памяти, так и слуховой)

**Время** – 20 минут

Цель этого упражнения — заставить детей поразмышлять о словах.

Психолог говорит:

"Сейчас я буду читать (показывать) (в зависимости от тренируемого типа памяти) слова, услышав (увидев) каждое слово, представляйте себе внешний вид данного предмета, его вкус, запах, звуки, которые он может издавать, и т.п.

Например, зубная паста на вид белая и блестящая, с мятным запахом и вкусом острым и сладким одновременно».

Бумага Гнездо Кот Колесо Палка Шерсть Телега Волосы Роза Платок Сапог  
Палец Лимонад Слон Поцелуй Фильм Блин Счастье Слеза Ботинок Птица  
Автобус Доктор Мороженое

А теперь запишите те слова, которые вы запомнили.

Примечание: В качестве предварительной тренировки можно предложить школьникам сначала описывать вслух вызываемые при помощи чувств образы и лишь после этого переходить к работе "только в уме".

### **Анализ упражнения:**

Ваш личный рекорд составил ...?

Какие органы чувств вам помогали активнее всего?

### **Упражнение "Оживление"**

**Время** – 15 минут

#### **Инструкция:**

Предложите детям представить себе какого-либо зверя, животное. После того, как образ создан, попросите их "оживить" картинку, т.е. чтобы животное начало двигаться, жить своей жизнью в воображении. Пусть дети расскажут друг другу про своих зверей. Затем подведите итоги, чей рассказ оказался самым интересным. После упражнений с живыми существами можно переходить к "оживлению" предметов.

Примечание: Упражнение выполняется сначала с закрытыми глазами, а потом с открытыми. Всего на различных занятиях предлагается для достижения хорошего результата оживить 50 живых существ и 100 предметов.

#### **Анализ упражнения:**

Что вам было проще «оживить» животное или предмет?

Какое животное вам удалось «оживить» первым?

Какие предметы вы «оживили»? Что вам в этом «волшебстве» помогало?

### **Игра «Где Я?»**

**Цель:** разбудить любопытство детей и развивать чувство пространства и визуальную память.

**Время** – 10 минут

**Материал:** повязка на глаза.

#### **Инструкция:**

Сейчас кто-то из вас будет Детективом. Мы завяжем Детективу глаза, чтобы он мог «видеть» только ушами. Детектив займет свое место в углу класса. Все остальные дети расходятся по классу и где-нибудь встают. Детектив кричит имя одного из детей. Этот ребенок с того места, где стоит, стучит по какому-то предмету, который находится рядом с ним. Например, стучит по столу, ударяет по корпусу батареи и т.д. Для того, чтобы дать Детективу «информацию к размышле-

нию», стук надо повторить несколько раз. Потом Детектив должен сказать, где стоит ребенок, которого он звал. (Если Детективу трудно вербально описать местонахождение ребенка, он может показать на него рукой).

**Анализ упражнения:**

Что для тебя было трудным в этой игре?

Ты можешь представить, какие звуки производят разные предметы, если по ним постучать?

Можешь ли ты с закрытыми глазами представить себе классную комнату?

**Игра «Все вместе»**

**Цель:** озадачить детей сложной, но решаемой проблемой: как им всем вместе разместиться на маленьком острове.

**Время:** 6 минут

**Материалы:** мелки для рисования или листы газет.

**Инструкция:**

Вы видите перед собой на полу небольшой остров (нарисованный или составленный из газет). Мне очень интересно, сколько человек может разместиться на этом острове. Это на самом деле получился совсем небольшой островок, но, может быть, вы сможете придумать, как разместиться на нем вам всем.

Примечание: можно предварительно сформировать группы по 6 человек.

**Анализ упражнения:**

Сколько было в группах предложений?

Кто автор наиболее удачного способа решения?

Чему учит это упражнение?

## **ОКОНЧАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **АНАЛИЗ ПРОШЕДШЕГО ЗАНЯТИЯ**

Что на занятии вам понравилось?

Что вызвало интерес?

Что вы ждете от последующих занятий?

### **Упражнение «Аплодисменты»**

## **Занятие 4**

**Задачи:** развитие долговременной памяти, стимулирование внутригруппового общения, развитие чувства принадлежности к группе.

### **Приветствие.**

#### **Рефлексия прошлого занятия**

Вы в подготовке к урокам способ визуализации применяли?

Какие из упражнений, которые изучили на занятии вы применяете для развития своей памяти?

Что вы ожидаете от нынешнего занятия?

### **Игра «Гомеостат»**

**Время – 6 минут**

#### **Инструкция:**

Сейчас сыграем в игру, которая поможет нам узнать, умеем ли мы работать вместе. Это сложная игра. И сразу она у нас не получится. Потребуется несколько занятий чтобы освоить ее. Игра заключается в следующем. Вся группа собирается в круг. По моей команде все выбрасывают пальцы. Группа наша должна стремиться к тому, чтобы все участники выбросили одно и тоже число пальцев. Участникам игры запрещено договариваться, перемигиваться, т.е. как-то согласовывать свои действия.

**Рекомендация:** После выбрасывания пальцев, какое-то время участники группы должны зафиксировать обстановку и учесть ее в последующих играх. В первый раз игра проводится не более 3 раз. Если результаты будут получаться неплохие, то надо сказать ребятам, что они уже неплохо научились чувствовать друг друга. Если же игра не получилась, то ребят успокаивают и настраивают на то, что если они постараются, то вскоре добьются желаемого результата.

#### **Анализ упражнения:**

- Как ты определял, сколько пальцев ты выбросишь во второй попытке?
- А как ты рассуждал перед третьей попыткой?

### **Игра «Прочисти мозги».**

**Время – 5 минут**

Игра создает веселое настроение, дает возможность школьникам немного подвигаться, создает в группе единство.

#### **Инструкция:**

Все ненадолго встаньте и немного потянитесь. Сейчас мы с вами удалим пыль, которая накопилась в глубинах нашего ума. Вытянитесь вверх, как будто вы хотите достать до потолка, потянитесь во все стороны, раскинув руки как можно шире, и напрягите все свои мышцы! Теперь встаньте так, чтобы ваши ступни находились на некотором расстоянии друг от друга, и держите руки примерно в 20 см от ушей. Представьте себе, что вы держите в руках золотую нить, которая входит в одно ухо, проходит через голову и выходит из другого уха. У вас это получилось! Теперь начинайте тянуть нить туда – сюда, от одного уха у другого... Оглянитесь вокруг и смотрите, как мы делаем тоже самое. Теперь давайте делать это в одном и том же ритме. Готовы? Раз – два, раз – два! Влево – вправо, влево – вправо! Знаете, кто вы сейчас? Вы умственные трубочисты. Вы прочистили содержимое ваших голов, так что огонь вашего познания может гореть теперь ярким светом, и вы снова открыты к новым открытиям.

## **СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

## **ИНФОРМАЦИЯ ПСИХОЛОГА**

**Время – 25 минут**

Все приведенные ранее упражнения способствуют **записи** информации, что необходимо для пользования кратковременной памятью. При этом данные памяти, идущие от восприятия, в соответствии с решаемой задачей дополняются данными, хранящимися в долговременной памяти. В то же время, чтобы воспоминания кратковременной памяти перешли на длительное хранение, т.е. в долговременную память, они должны подвергнуться специальной обработке — структурированию и упорядочиванию. Таким образом, становится ясно, что подобный процесс передачи невозможен без участия в нем мыслительных операций.

Первичная обработка по систематизации и классификации запоминаемых объектов происходит с помощью операций установления сходства и различий, при обязательном участии эмоциональной сферы. Это обеспечивает деление информации на категории (для удобства хранения) и снабжает ее опознавательными сенсорными знаками, облегчающими извлечение из памяти. В связи с этим работа по тренировке **долговременной** памяти должна начинаться с необходимости развития у детей умения сравнивать запоминаемые предметы, находить в них черты сходства и отличия.

Все анализируемые предметы исследуются по одной и той же схеме: от эмоций к логике. Приведем план такого анализа.

### **1. Эмоциональное восприятие предмета.**

"Посмотри, какое он производит на тебя впечатление? Как тебе нравится его цвет, форма, те предметы, которые его окружают, выделяются на общем фоне?"

Подобные вопросы психолога должны натолкнуть вас на анализ ваших эмоциональных реакций. Сознательное включение эмоционального фактора, гарантирует лучшую долговременную запись в памяти. Постарайтесь выяснить, что произвело на вас самое яркое впечатление.

### **2. Анализ вызванных эмоций.**

Инструкция: "Скажи, этот предмет тебе приятен или нет? Он тебя раздражает или успокаивает? Кажется впечатляющим или бесцветным? Грустным или забавным? Увлекательным или скучным?"

Необходимо прислушиваться к своим эмоциям, разбираться в них. Такого рода размышления о вызываемых эмоциях способствуют лучшему закреплению следов в памяти.

**3. Логическая часть.** Простая стратегия анализа позволит сосредоточиться на главных, особо значимых аспектах.

#### **3.1 Установление общего смысла.**

Инструкция: "Посмотрите на предмет. Что это за предмет? Как он называется?"

#### **3.2 Рассматривание с точки зрения композиции.**

Инструкция: "Посмотрите, какие использованы краски, дополнительные элементы, выгодно отличающие предмет? Что находится на переднем плане? и т.д."

Постарайтесь осуществить пространственное восприятие объекта.



### **3.3. Анализ деталей.**

Теперь вы должны найти наиболее значимые элементы, дающие специфическую информацию о предмете. Углубитесь в описание, сосредоточиваясь на отдельных деталях. Этот этап может быть более или менее сложным в зависимости от количества деталей, которые вы должны запомнить.

### **3.4. Синтез.**

Инструкция: "Закройте глаза и попробуйте мысленно представить себе (исследованный объект). Скажите, что вы четко видите на своей картинке? Возьмите карандаши (краски) и нарисуйте как вы его запомнили".

**Примечание:** В заключение можно сравнить полученные рисунки.

Для упражнений в приведенном выше анализе используются предметы, доступные в ваших условиях:

- фрукты или овощи; начните с одного объекта, постепенно переходя к сравнению нескольких одного и того же семейства;
- цветы и растения;
- деревья; исследуйте с детьми их общую форму, крону, ветки, листья, цветки, плоды или сережки (если имеются);
- животные (например, кошки, собаки, птицы);
- близкие окрестности (близлежащие улицы, парки и т.д.);
- люди; лица, голоса, привычки своих друзей, товарищей.

### **Упражнение «Каскад слов»**

**Время – 15 минут**

**Инструкция:** Зачитывается ряд слов, и учащиеся запоминают и записывают эти слова, проработав с ними самостоятельно. Интервал между словами – 1 секунда. Затем проверка.

ОГОНЬ

ДОМ, МОЛОКО

КОНЬ, ГРИБ, ИГЛА

ПЕТУХ, СОЛНЦЕ, АСФАЛЬТ, ТЕТРАДЬ

КРЫША, ПЕНЬ, ВОДА, СВЕЧА, ШКОЛА

КАРАНДАШ, МАШИНА, БРАТ, МЕЛ, ПТИЦА, ХЛЕБ

ОРЕЛ, ИГРА, ДУБ, ТЕЛЕФОН, СТАКАН, ПАЛЬТО, СЫН

ГОРА, ВОРОНА, ЧАСЫ, СТОЛ, СНЕГ, КНИГА, СОСНА, МЕД

МЯЧ, ЯБЛОКО, ШАПКА, МОРКОВКА, СТУЛ, БАБОЧКА, МЕТРО, ЦЫПЛЕНОК, НОСКИ

ГРУЗОВИК, КАМЕНЬ, ЯГОДЫ, ПОРТФЕЛЬ, САНКИ, МОЛОТОК, ДЕВОЧКА, СКАТЕРТЬ, АРБУЗ, ПАМЯТНИК

**Анализ упражнения:**

Какими приемами вы пользовались для запоминания?

Ваш личный результат улучшился?

### **Упражнение «Видеофильм».**

**Время – 5 минут**

**Инструкция:**

Вы даете детям несколько слов, их необходимо перегруппировать, объединяя по какому-либо признаку, чтобы облегчить запоминание; а потом придумать историю, которая свела бы их вместе.

Медведь Тележка Пчела Колокольчик Ромашка Воздух Ваза Кот Солнце Вода

**Анализ упражнения:**

Легко ли было создать фильм из слов?

Чей фильм понравился и почему?

**ОКОНЧАНИЕ ЗАНЯТИЯ****АНАЛИЗ ПРОШЕДШЕГО ЗАНЯТИЯ**

Что на занятии вам понравилось?

Что вызвало интерес?

Что вы ждете от последующих занятий?

**Упражнение «Аплодисменты»****Занятие 5**

**Задачи:** развитие слуховой и зрительной памяти, воображения, совершенствование словарного запаса, умения задавать вопросы..

**Приветствие.****Рефлексия прошлого занятия**

Вы в подготовке к урокам агоритм проработки запоминаемого образа?

Какие из упражнений, которые изучили на занятии вы применяете для развития своей памяти?

Что вы ожидаете от нынешнего занятия?

**Игра «Паутинка вопросов».**

**Время – 10 минут**

**Материалы:** Клубок ниток.

Игра помогает школьникам в ходе приятного и веселого общения узнать ближе своих товарищей, развивает сплоченность, умение слушать другого, а так же внимание. Они учатся задавать вопросы и своим сверстникам и педагогам.

**Инструкция:**

Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас сейчас есть возможность задать кому-то из нас любой интересующий его вопрос. Может быть, кто-нибудь из вас захочет узнать больше о том, чем интересуются его друзья, что они делают в свободное время, какие у них любимые блюда, какую музыку они любят слушать, где они любят отдыхать, есть ли у них братья и сестры. У

вас есть минута, чтобы подумать, что вы хотите у нас спросить... (Возьмите клубок в свои руки и начните игру сами. ... Зажмите свободный конец нити крепко в руке и бросьте клубок ребенку сидящему напротив.)

Ты должен назвать имя того человека, кому направлен твой вопрос. Мне также можно задавать вопросы. Если ты ничего не хочешь спросить, то можешь просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему.

Таким образом, клубок побывает у всех детей, и они окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины. Спросите их : «Как вы думаете, почему мы составили такую паутину?»

После этого разговора паутину нужно распутать. Для этого каждый ребенок должен передать клубок предыдущему, называя его по имени.

**Рекомендация:** можно в момент распутывания просить ребенка припомнить, что спрашивал у него предыдущий ребенок или, что нового об этом ребенка он узнал.

#### **Анализ упражнения:**

- Все ли высказались в ходе игры?
- Чьи вопросы тебя заинтересовали больше всего?

#### **Игра «Сорви яблоки»**

**Время** – 5 минут

Это упражнение на растяжку успокаивает дух, расслабляет тело и дарит бодрость мозгу. Это хорошая подготовка к работе, требующей ясного ума и хорошей концентрации внимания.

#### **Инструкция:**

Встаньте так, чтобы вокруг каждого из вас было достаточно свободного места. Встряхните руками, сейчас им предстоит немножко поработать.

Представьте себе, что перед вами растет большая яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над вашей головой, но без труда вы их не достанете. Посмотрите на меня, я покажу, каким образом вы сможете их достать. Видишь, вверху справа висит большое яблоко. Потянись правой рукой как можно выше, поднимись на цыпочки и сделай резкий вдох. Теперь срывай яблоко. Это у тебя хорошо получилось. Нагнись и положи яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохни.

Выпрямись и посмотри *налево вверх*. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянись туда *правой* рукой, поднимись на цыпочки, сделай резкий вдох, сорви одно яблоко. Затем подними как можно выше левую руку и сорви другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонись вперед, положи оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохни. Теперь ты знаешь, что тебе надо делать. Используй обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от тебя прекрасные большие яблоки и складывать их в корзинку. (1 минута.)

Теперь встряхни руками, потряси ладошками и возвращайся на свое место.

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

### ИНФОРМАЦИЯ ПСИХОЛОГА

**Время – 15 минут**

Любой текст можно представить мысленными образами, на этом и основана предлагаемая техника запоминания, которой следует обучать детей.

В огороде чучело шляпу нахлобучило  
Рукавами машет — и как будто пляшет!  
Это чучело — оно сторожить поставлено,  
Чтобы птицы не летали,  
Чтоб горошек не клевали.  
Вот какое чучело шляпу нахлобучило,  
Синий шарф на палке — пусть боятся галки!  
(И.Михайлова)

а) Прочитайте внимательно первую строчку стихотворения.

б) Закройте глаза и попробуйте зримо представить себе содержание этой строки в уме. Постарайтесь нарисовать картинку яркой, почувствовать, как вы к ней относитесь: нравится вам ее содержание или нет.

в) Перейдите к следующей строчке. Прочитайте ее вслух и представьте в своем воображении. Продолжайте то же самое со всеми строчками.

У детей в голове должна получиться очень ясная картина образов, содержащихся в стихотворении. Дайте им задание прочитать все стихотворение вслух без остановок, подкрепляя слова возникающими зрительными образами.

г) "Теперь, — говорите вы детям, — попробуйте вспомнить стихотворение, отталкиваясь от мысленных образов. Закройте глаза и воспроизведите те образы, которые вам запомнились. Опишите их своими словами".

д) Проверьте себя, повторно перечитывая стихотворение вслух. Если нужно, подправьте образы, перечитывая стихотворение еще раз внимательно. Исправьте также последовательность, в которой эти образы у вас возникают.

е) Произнося стихотворение, вслушайтесь в звучание слов. Обращайте внимание на ритм и рифмы.

Каждый раз обсуждайте заучиваемое стихотворение; опишите и охарактеризуйте стихи, поделитесь впечатлениями от самого текста с друзьями.

Хотелось бы остановиться на традиционном методе запоминания — повторении. Без повторения невозможно продолжительное сохранение информации, т.к., хранясь в памяти, она подвергается постоянным изменениям: искажается при каждом повторном воспоминании. Вот почему повторение не только не устарело как метод фиксации материала, но и просто необходимо в работе памяти. Существуют особые секреты использования этого вида работы. Применяя их на занятиях со школьниками, он может принести гораздо большие успехи, чем раньше.

### "Особый путь зубрежки"

1. Повторение слова или фразы, которую надо запомнить, про себя.
2. Подождать 1 секунду и повторить снова.

3. Подождать 2 секунды и повторить снова.

4. Подождать 4 секунды и повторить снова.

Ожидание — это эмоционально загруженное состояние. Удержание информации в этом состоянии не дает ей выскочить, она бьется и взбивает связи с другими понятиями.

5. Повторите через 10 минут (необходимо для запечатления).

6. Для уверенного перевода в долговременную память повторить через 2-3 часа.

7. При необходимости через 1-2 месяца; через 1 год.

### **Упражнение "Нелогичные" парные ассоциации слов.**

**Время** –10 минут

В этом упражнении требуется объединить в воображении два предмета, не имеющих ничего общего друг с другом, т.е. не связанные между собой естественными ассоциациями.

**Инструкция:** "Попробуйте создать в уме образ каждого предмета. А теперь мысленно объедините оба предмета в одной четкой картинке. Предметы могут объединяться по любой ассоциации, дайте волю своему воображению. Пусть, например, даны слова "волосы" и "вода"; почему бы не вообразить волосы, промокшие под дождем, или волосы, которые моют? Постарайтесь нарисовать как можно более яркую картинку".

Примерные пары для тренировки:

Ковер - кофе Кольцо - лампа Ноготь - книга Жук – кресло Солнце - палец Двор - ножницы Котлета - песок Обезьяна - пальто

Сначала пускай дети потренируются вслух, рассказывая друг другу свои картинки, затем поработают самостоятельно. На следующих занятиях продикуйте им по одному слову из каждой пары — они должны вспомнить и записать второе. Обратите их внимание на полученный результат.

#### **Анализ упражнения:**

Сложно или нет было связать в одну картину такие разные предметы?

Чья картинка получилась интересней, необычней?

### **Игра «Слепой полет»**

**Цель:** научить детей взаимодействовать в тесном контакте друг с другом, понять чувство ответственности за другого человека.

**Время** – 15 минут.

**Материалы:** Липкая лента (или мел), повязка на глаза, маленькое шерстяное одеяло.

Рисуем «посадочную полосу» шириной 1 м, длиной – 6 м с двумя легкими поворотами. В конце «посадочной полосы» положите одеяло. Прежде чем начнут играть дети, продемонстрируйте эту игру им сами.

### **Инструкция:**

Я хотела бы вам предложить игру, в которой один из вас будет Летчиком, ведущем самолет на посадку, другой – Авиадиспетчером. Диспетчер руководит самолетом только таким образом, что говорит, куда надо лететь: шаг влево, шаг вправо, два назад и т.д. Все остальные будут деревьями и домами слева и справа от взлетной площадки. Полет у нас проходит ночью, поэтому пилоту мы завяжем глаза. Понятно ли, как надо играть? Кто хотел бы быть первым Пилотом? Кто хотел бы быть Авиадиспетчером?

**Рекомендация:** Диспетчер должен следовать за «самолетом» на расстоянии вытянутой руки. Руководитель движется недалеко от обоих детей. Когда «самолет» приземлится на одеяло, Диспетчер должен сказать, что приземление произошло и снять повязку с глаз. После каждого полета дети меняются ролями.

### **Анализ упражнения:**

Кем тебе больше понравилось быть – Пилотом или Диспетчером?

В роли Пилота ты чувствовал себя уверенно?

Тебе было сложно управлять «самолетом» словами?

Кто из Диспетчеров особенно бережно привел Самолет к цели?

Кого из детей ты бы охотно назначил Диспетчером?

### **Игра «Неоконченный рассказ»**

**Цель:** развитие образного и воссоздающего воображения.

Время – 10 минут

### **Инструкция:**

Сейчас я вам прочитаю рассказ, но автор написал только его начало. Вам предстоит продолжить и закончить его. Вы по очереди будете продолжать рассказ, пока не придете к развязке. Хотелось бы, чтобы ваш рассказ получился необычным, фантастическим или смешным. Итак, начинаем...

«Темнело. Шел нудный дождь. По улице семенила старушка под большущим зонтиком. Вдруг....»

«Юра и Толя шли неподалеку от берега реки. «Интересно, - сказал Толя, - как это совершаются подвиги? Я все время мечтаю о подвиге!» «А я об этом даже не думаю», - ответил Юра и вдруг остановился. С реки доносились...»

### **Анализ упражнения:**

Сложно ли тебе было придумывать продолжение рассказа?

Кто из ребят придумал необычное продолжение рассказа?

Хотел бы ты предложить другой конец рассказа?

Какой из рассказов тебе понравился больше? Почему?

## **ОКОНЧАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **АНАЛИЗ ПРОШЕДШЕГО ЗАНЯТИЯ**

Что на занятии вам понравилось?

Что вызвало интерес?

Что вы ждете от последующих занятий?

### **Упражнение «Аплодисменты»**

#### **ЛИТЕРАТУРА**

Немов Р.Е. Психология. Книга 3. – Москва, 1998. – 632с.

Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М., 1996. – 352с.

Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. – Ярославль, 1997. – 240с.

Чистякова М.И. Психогимнастика. – М., 1990. – 127с.

Шевелев К.В. Развивающие игры. – М., 2001. – 224с.

Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. В 4-х томах – М.: Генезис, 1998