

Научить ребёнка
Как? суперэффективная
методика развития
памяти ребёнка
УНИКАЛЬНАЯ АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА

Г. Абдулова



Издательство АСТ

УДК 372.3/.4
ББК 74.102
А13

Абдулова, Гюзель.

А13 Как выучить таблицу умножения и не только / Гюзель Абдулова. — М. : Издательство АСТ, 2018. — 111, [1] с. : ил. — (Научить ребёнка. Как?).

ISBN 978-5-17-102462-8.

Эта книга – незаменимый помощник для всех родителей, ведь успехи ребёнка в обучении во многом зависят от хорошей памяти. Простые и интересные упражнения основаны на уникальной авторской методике, которая более 17 лет применяется в Школе интеллектуального развития «СуперМозг». Руководитель школы, опытный методист Гюзель Абдулова, раскроет секреты памяти, которые помогли многим её ученикам. Тесты на определение вида восприятия нацелены на выстраивание индивидуальной программы занятий. Дневник успеха отразит прогресс ребёнка, мотивирует на освоение новых навыков. В результате малыш научится легко и быстро запоминать всё что угодно – от таблицы умножения до стихотворения или правила. Используйте ресурсы памяти на 100%!

Для дошкольного и младшего школьного возраста.

УДК 372.3/.4
ББК 74.102

АСТ

0+

ISBN 978-5-17-102462-8

© ООО «Издательство АСТ», 2018

© Абдулова Г. Ф., текст, 2018

© Каневский В. Я., ил., 2018

© Кравец Г., Кравец Ю., ил., 2018

© Науменко Г. М., пересказ, 2018

© Соколов Г. В., ил., 2018

© Цыганков И. А., ил., 2018

В книге использованы материалы, предоставленные
фотобанком Shutterstock Inc, Shutterstock.com.

Фотографии из архива автора.

СОДЕРЖАНИЕ



КАК РАЗВИТЬ ХОРОШУЮ ПАМЯТЬ

Особенности восприятия и памяти ребёнка	4
Законы памяти	7
О пользе ассоциаций	10
Индивидуальный подход	17
Развиваем разные виды памяти	20

КАК ЗАПОМНИТЬ ТАБЛИЦУ УМНОЖЕНИЯ

Цепочка ассоциаций	28
Таблица Пифагора.....	30
Стихи и песни.....	33
Рациональное (интервальное) повторение	33
Запоминаем во сне.....	34
Считаем пальцы.....	34
Бабушкин метод	35
Лепим, рисуем, вырезаем и клеим	36
Стена	37
Игра с карточками «Эврика!»	37
Шпионская игра	37
Лото.....	37
Домино	38
Полезные гаджеты	38

ЗАНИМАЕМСЯ ПРАВИЛЬНО! Памятка для родителей 39

УПРАЖНЕНИЯ 41

ДНЕВНИК УСПЕХА.....111



КАК РАЗВИТЬ ХОРОШУЮ ПАМЯТЬ

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ И ПАМЯТИ РЕБЁНКА

Родители обычно ругают ребёнка за то, что он всё ломает и пачкает. Но важно помнить, что так зачастую проявляется не тяга к разрушению и непослушание, а потребность в познании. Малыш воспринимает окружающий мир иначе, чем взрослый: ему обязательно нужно исследовать новый предмет, попробовать на вкус, понюхать, потрогать, постучать по нему, разобрать.

Благодаря такому способу восприятия ребёнок до 6–7 лет получает до 70% информации, которую использует в течение всей жизни. Причём делает это легко и непринуждённо, играючи. В возрасте полутора лет его словарный запас обычно составляет всего 10–30 слов, а в 6 лет – уже более 5000. Ребёнок не только знает слова, но и понимает их значение, делает выводы, ориентируется в пространстве, они вызывают у него эмоции.

Однако при поступлении в школу ситуация нередко меняется не в лучшую сторону. Темпы развития памяти, внимания,



мышления резко снижаются. Выполнение домашнего задания занимает всё свободное время. Ребёнок становится ленивым, невнимательным, не хочет учиться.

Основная причина проблем в том, что не учитываются возрастные особенности. Как показывают последние исследования, взрослый человек воспринимает 80% информации визуально, 10–12% – на слух и только 8–10% – через соощущения (вкус, запах, тактильные ощущения, эмоции). У детей же, напротив, преобладает чувственное восприятие. На первом месте стоит двигательная память. Не случайно родителям постоянно рекомендуют развивать мелкую моторику малыша. Далее по важности идут – тактильное восприятие, обоняние, вкус, эмоции, то есть ребёнок использует прежде всего (60%) именно соощущения. А вот на слух воспринимает всего 27% информации, зрительно – только 13%.

В школе не всегда учитывают особенности восприятия ребёнка. Левополушарные взрослые обучают правополушарных детей. В итоге создаётся ощущение, что взрослые и дети говорят на разных языках. Им очень сложно бывает понять друг друга. Ребёнок играет, представляет, фантазирует. Но учителя, да и родители, говорят: «Хватит играть! Иди учи уроки!» В качестве основного метода запоминания предлагается многократное повторение, по сути, зубрёжка. Отсюда низкая успеваемость и мотивация, неэффективное обучение. Даже взрослые, давно окончившие школу, при словах «выучить», «запомнить» испытывают негативные эмоции.

Чтобы у ребёнка была хорошая память, желательно с раннего детства окружить его большим количеством ярких игрушек, предметов, общаться с ним, объяснять природные явления, показывать мир. Чем больше предметов он будет знать, видеть, представлять, пытаться изображать, тем больше будет образов в памяти, на основе которых сформируется мышление.

Для развития интеллекта ребёнка:

- посещайте музеи, любуйтесь и изучайте картины, скульптуры, архитектурные сооружения;



- учите рисовать с натуры и по памяти;
- занимайтесь лепкой знакомых предметов или придумывайте новые;
- слушайте музыку и описывайте или зарисовывайте образы, которые возникают при прослушивании;
- играйте в фантограммы, то есть предлагайте ребёнку рассказать знакомую сказку на новый лад (с заменой героев, места действия или финала);
- рисуйте левой рукой, если ребёнок правша, и правой рукой, если ребёнок левша.

Выполните сами и дайте ребёнку следующий **тест на определение объёма памяти**.

Прочитайте ребёнку следующие слова один раз. Затем попросите записать или произнести их в том же порядке. То же сделайте сами.

- | | | | |
|------------|-----------|-------------|--------------|
| 1. Ручка | 6. Болото | 11. Дырка | 16. Трость |
| 2. Ракета | 7. Клюква | 12. Бублик | 17. Лестница |
| 3. Костёр | 8. Глаз | 13. Руль | 18. Гармошка |
| 4. Котелок | 9. Кролик | 14. Трактор | 19. Батарея |
| 5. Каша | 10. Шуба | 15. Бабушка | 20. Компот |

Ещё в 1945 году опытным путём Дж. А. Миллер установил, что большинство людей из 10 единиц информации запоминают 7 ± 2 , то есть кто-то запомнит 5, кто-то – 9, но большинство – 7 единиц информации (это может быть слово, картинка, жест, предложение и даже рассказ). Срабатывает «**Закон магической семёрки**».

По последним исследованиям, результаты детей ещё хуже – они запоминают от 3 до 5 единиц информации из 10. Причина в том, что дети сейчас меньше исследуют предметы, не пользуются воображением. Телевизор, компьютер, гаджеты и «навороченные» игрушки часто не дают ребёнку необходимого включения в процесс познания и обработки информации.



ЗАКОНЫ ПАМЯТИ

Вспоминаю своё детство и детство своих бабушек и дедушек. Игрушек было мало. Ребёнок брал палочку, и она превращалась в его воображении в лошадку, в ружьё, в меч или шпагу и т. д. Стул становился машиной, самолётом, подводной лодкой или домиком. Отсутствие готовых решений – главный стимул развития мышления и воображения! Очень важно учитывать особенности восприятия ребёнка, а также законы памяти.

ЗАКОН ОСМЫСЛЕНИЯ

Часто дети запоминают слово в слово, то есть зазубривают материал без понимания. Предлагайте ребёнку не просто повторить информацию, а пересказать её своими словами, ответить на вопросы. Чем больше времени он посвятит осмыслению, структурированию текста, тем прочнее и на более продолжительное время он запомнит.

ЗАКОН КРАЯ

Замечали, что из всего массива полученной информации вспомнить удаётся только начало и конец? Наглядный пример – тест на с. 6. Лучше всего ребёнок наверняка запомнил первые и последние слова. Результат теста зависит также от объёма памяти, и если он небольшой, то включается следующий закон.

ЗАКОН ВЫТЕСНЕНИЯ ИНФОРМАЦИИ

Быстро поступившая информация стирает предыдущую (эффект новизны). Здесь нужно работать в двух направлениях:

- увеличивать объём воспринимаемой информации,
- фиксировать внимание и закреплять информацию.

Вы можете **протестировать** объём мгновенной памяти, её часто называют фотографической, с помощью счётных палочек или спичек.



Бросьте на стол палочки (вначале можно взять 7–8 штук), не более 1 секунды показывайте палочки ребёнку, накройте их листом бумаги и попросите назвать, сколько палочек на столе. Дети обычно не видят все палочки и начинают считать по одной, но времени не хватает. Подсказка: после того как палочки исчезнут, нужно закрыть глаза, представить их и уже так пересчитать. Это упражнение можно делать регулярно. Вы заметите, что объём воспринимаемой информации будет расти.

ЗАКОН ИЗБИРАТЕЛЬНОСТИ ПАМЯТИ

Здесь можно выделить несколько особенностей. Прежде всего, **мы запоминаем то, что понимаем**. Если информация сложная (термин, иностранное слово, цифра, формула), – у нас не возникает образа. Легко фиксируется в памяти только то, что можем представить, увидеть, почувствовать, объяснить. Многие методы и приёмы запоминания как раз помогают сделать информацию доступной для понимания.

Обратите внимание: у дошкольников и младших школьников ещё маленький словарный запас, нет достаточного массива образов. Поэтому они часто зазубривают слова. Но без образа невозможно понимание и запоминание!

Несколько лет назад в интернете был популярным ролик: мальчик мучительно пытался выучить стихотворение А. Н. Плещеева «Травка зеленеет...». Он никак не мог повторить эти строчки правильно, сестра заставляла его снова и снова, но всё время ребёнок путал слова. Ошибка сестры в том, что она не спросила, понимает ли малыш текст, что такое сени, кто такая ласточка и т. д. Если бы мальчик представил, нарисовал картинку, понял, о чём речь, на запоминание ушло меньше времени и нервов.

От нагрузки и многократного повторения память не улучшается. Мы запоминаем то, что нам интересно. Ведущая деятельность дошкольника – игровая. Когда занимаемся с детьми, запоминаем, обучаем, делать это нужно в увлекательной игровой форме.

Лучше запоминается эмоционально окрашенная информация. Помним то, что порадовало, причинило боль или оби-



дело. Задача – научить ребёнка делать информацию более эмоциональной. Например, нам надо связать в памяти два слова: телефон и окно. Можно положить телефон рядом с окном, сказать, что телефон похож на окно, а можно мысленно выбросить телефон в окно и услышать звук разбитого стекла, увидеть разлетающиеся осколки, почувствовать покалывание осколков. Эффект усилится, если представить, что это ваш телефон вылетел в окно. Тут уже затронуты личные интересы, а такое не забудешь. Чаще используйте это действенное правило.

ПРАВИЛО АВТОБИОГРАФИЧНОСТИ

Когда читаете сказку, предложите ребёнку представить себя внутри неё, может быть даже в образе главного героя. Спросите, что он чувствует, переживает в этой ситуации. Благодаря такому личностному подходу намного проще запомнить любой текст или информацию.

«ЭФФЕКТ ЗЕЙГАРНИК», ИЛИ «ЭФФЕКТ «САНТА-БАРБАРА»

Вы наверняка замечали, что сериалы часто заканчиваются на самом интересном месте. Создаётся интрига, возникает желание посмотреть следующую серию. Незаконченное действие запоминается лучше, чем завершённое. Обычно когда проводят урок, дают одну тему. Прошёл – забыл. А если вы прервёте рассказ, скажете, что на следующем занятии будет продолжение, то это не только вызовет интерес к следующему занятию, но и мотивирует запомнить, с чего всё началось, на чём прервалось.

ЗАКОНЫ ЗАБЫВАНИЯ

Забывается информация, которая периодически не извлекается. Полезно время от времени повторять сказки, рассказы, стихи, правила и т. д. Параллельно подающаяся информа-



ция не воспринимается. Совершенно бесполезно предлагать ребёнку одновременно смотреть на доску, слушать правило и ещё записывать. Дети не могут работать в режиме многозадачности. Нужно тренировать способность к переключению внимания. При механическом запоминании (зубрёжке без осмысления) через сутки сохраняется 50% информации, в среднем информация забывается через 3–5 дней. Поэтому часто в школе, да и в университете, можем наблюдать ситуацию: выучил – сдал – забыл. Завершённые действия забываются быстрее.

О ПОЛЬЗЕ АССОЦИАЦИЙ

Наверняка вы помните шуточное определение: биссектриса – это крыса, которая бегает по углам и делит угол пополам. Образ крысы помог достать из памяти определение, даже если вы долгое время не пользовались этой информацией. Аналогично запоминают спектр цветов на уроках физики (каждый охотник желает знать, где сидит фазан) или перечень падежей русского языка (Иван родил девочку, велел тащить пелёнку). Многие «школьные» ассоциации передаются из поколения в поколение и помогают усваивать правила, термины, сложную информацию.

Память и воображение взаимосвязаны. Чем ярче, необычнее образ, тем лучше запоминается информация. Например, слово «улитка» может быть связано в сознании с морской раковиной или с мойкой на кухне. Получается увлекательная игра. Научите ребёнка самостоятельно применять этот приём, не ждать чужих подсказок. Кроме того, самой запоминающейся становится первая ассоциация. Не нужно мучительно перебирать разные варианты, это пустая трата времени. Мы зачастую не можем вспомнить сложные ассоциации.

Когда начинаем на занятиях придумывать ассоциации, рассматривать картинки, многие родители недоумевают: «Так не бывает!», «Глупые выдумки». Важно понимать, что формальный, стереотипный подход здесь не работает. Пред-



ставьте, что вы смотрите мультики. В выдуманной реальности вас не удивляет собака, поднимающая паруса, или говорящий цветок. В мультике это вполне нормально, здесь своя логика. Поэтому предлагаем детям играть в мультяшки. Это приятно, весело, интересно и, главное, очень результативно!

Хорошо зарекомендовал себя **приём соощущений**. Предложите ребёнку сесть удобно, расслабиться, закрыть глаза и представить то, что вы будете читать или рассказывать (текст см. ниже). Запишите или попросите назвать все слова – образы, которые вы прочитали. Посчитайте, сколько слов вспомнил ребёнок. Всего здесь 30 образов. Даже если получилось меньше 30 (чаще 20–25), наверняка результат будет лучше, чем в тесте на с. 6. А главное – нет напряжения, малыш расслаблен и с интересом слушает и представляет. Дети обычно называют это упражнение – смотреть мультики. Необходимо всё не только увидеть, но и услышать, почувствовать вкус, запах, представить тактильные ощущения, движения, пережить эмоции.

ТЕКСТ ДЛЯ ОТРАБОТКИ ПРИЁМА СООЩУЩЕНИЙ

Возьмите шариковую **ручку** (желательно мысленно, если трудно – настоящую) и представьте, как ручка превращается в **ракету** и взлетает.

Видишь вырывающийся из ракеты **огонь**?

Огонь – это **костёр**.

Над костром висит **котелок**.

В котелке варится **каша**.

Каша булькает, как **болото**.

На болоте растёт **клюква**.

Клюква такая же красная и круглая, как **глаз у кролика**.

Кролик надевает новую **шубу**.

В шубе – **карман**.