

ПАМЯТЬ ВАШИХ УЧЕНИКОВ: МОЖНО ЛИ ЕЁ УЛУЧШИТЬ?

У англичан есть поговорка: «Чем больше мы учим, тем больше запоминаем, чем больше запоминаем, тем больше знаем, чем больше знаем, тем больше забываем. Так зачем же мы учим?»

Парадоксальность этого утверждения основана на том, что зачастую мы не умеем удерживать в памяти полученную информацию. Как же научиться пользоваться памятью, как её развивать?

Об этом — предлагаемая вам статья.



Елена Артамонова

Уже в глубокой древности учёные осознали значение такого психического феномена, как человеческая память. Платон считал её основой знания, отождествляя с истиной. Богиню Мнемозину древние греки считали матерью всех муз. Памяти отводилось важнейшее место в понимании сути человеческого бытия. Красноречиво свидетельствует об этом изречение Эсхила, вложенное им в уста Прометея: «Послушай, что смертным я сделал: число изобрёл, слова слагать научил, память им дал»...

Память — «дверь», открытая в прошлое, и не только в далёкое историческое, а для каждого из нас — в своё собственное. Войдя в эту дверь, мы можем бродить по закоулкам прошедших событий, вновь переживать острые ощущения, заглядывать в тайники знаний, извлекать уроки опыта. Связывая прошлое, настоящее и будущее, память помогает нам управлять своим поведением, деятельностью, отношениями с людьми.

Представьте: что стало бы с нами, не будь у нас памяти? Каждый день вновь и вновь мы уподоблялись бы младенцу, познающему мир впервые. Причём всё воспринятое тотчас исчезало бы безвозвратно. Человек не мог бы ни мыслить, ни творить, да и вряд ли осознавал бы этот мир и себя в нём.

Уровень развития человека определяется уровнем развития его способностей. Обучение в школе определяет не только интеллектуальное, но и личностное, психическое развитие ребёнка, создаёт условия для раскрытия и совершенствования всех его познавательных способностей: внимания, воображения, мышления и, конечно же, памяти. У младших школьников происходит наиболее интенсивное развитие этих качеств. Это так называемый сензитивный период, способствующий произвольной мнемической деятельности. Это возраст, когда дети психически готовы к освоению способов осознанного запоминания. Кроме широко известного им многократного повторения, школьники вполне могут научиться и таким приёмам, как группировка, опорные пункты, план, мнемотехника, и даже более сложным — схематизации, структурированию, аналогиям.

Память — определяющий аспект детского развития, которое идёт по двум направлениям — непосредственного и опосредованного запоминания. Ребёнок, который запоминает с помощью вспомогательных средств, строит умственные операции иначе, нежели запоминающий непосредственно. В первом случае требуются не столько сила памяти, сколько умение создавать новые связи, богатое воображение, хорошо развитое мышление, то есть те психические качества, которые при непосредственном запоминании не играют существенной роли. Запоминание становится максимально продуктивным, когда включает активную мыслительную работу, когда на смену механическому повторению приходит способность к логическому преобразованию информации, то есть используются специальные приёмы запоминания.



К сожалению, в школьной практике всё ещё встречаются учителя, которые считают, что развитие памяти у детей происходит само собой в ходе выполнения учебных заданий и специальных занятий не требует. Ошибочное мнение! Не овладев логическими приёмами запоминания в начальной школе, позже, в старших классах, ученики испытывают трудности при работе с большими объёмами информации. А значит, над учебными заданиями станут корпеть дольше, эффективность их деятельности будет ниже.

Развитие произвольного запоминания

При запоминании материала большое значение имеют его объём, эмоциональная окрашенность, личностная или практическая значимость. Понятно, что такой материал запомнить легче. Но очень важны и установка, мотивы, осмысленность запоминания, его рациональные приёмы.

Если вы хотите получить лучшие результаты усвоения и сохранения знаний, то советую обратить внимание на такие действия:

- Воспитывайте у школьников *осмысленность запоминания*. Они должны осознавать мнемическую задачу. Проверьте, понимают ли дети, что значит запомнить. Связывают ли задачу сохранить в памяти материал с необходимыми для этого мыслительными действиями и какими? Согласитесь: большая разница между ответами вроде: «Запомнить — значит помнить» (а такое встречается нередко!) и «Запомнить — значит выучить, чтобы суметь потом рассказать, использовать эти знания» (намного более осознанный подход!).

- Учите детей выбору *установки* — направленности усилий на запоминание материала. Поинтересуйтесь, как они определяют для себя: что именно запоминать? В зависимости от цели запоминания различны и установки.

1. На полноту запоминания: запомнить весь материал или его главные положения.
2. На точность: запомнить наизусть, близко к тексту или пересказать своими словами.
3. На последовательность: запомнить в данной последовательности или в произвольном порядке.
4. На прочность: запомнить надолго, навсегда или на время.

Такое разнообразие установок существенно поможет запоминанию, вызовет различную ориентировку в материале. Установка повлияет и на выбор способов запоминания (что именно использовать в каждом конкретном случае: приём группировки или классификации материала по каким-либо признакам, выделение опорных пунктов, ассоциации, структурирование и т.д.).

- Развивайте у детей *мотивацию* запоминания. Мотивы влияют на прочность сохранения информации в памяти. В тех случаях, когда у детей есть ясный мотив, вытекающий из самого характера их деятельности, запоминание и припоминание протекают

с большим успехом. Выясните, какие мотивы запоминания преобладают у ваших учеников, — каково их представление о том, для чего надо запоминать. Зачастую ребята недоумённо пожимают плечами, затрудняясь сформулировать свои мотивы, либо говорят примерно следующее: «Я это запоминаю, потому что было задано».

Но бывает и более осознанный взгляд на необходимость выучить что-либо: «Запоминаю правило, потому что оно поможет выполнять упражнения», «Я запоминаю, потому что мне это пригодится в старших классах», «Учу, чтобы быть образованным, умным»... Это существенное различие, не правда ли?

- Формируйте у школьников различные *приёмы* запоминания. Цель и мотив не гарантируют ещё хорошего запоминания. Необходимы средства, соответствующие цели, помогающие сохранить материал в памяти. Таким средством и становится интенсивная мыслительная деятельность: построение ассоциаций, выделение смысловых групп, выявление причинно-следственных связей.

Знают ли ваши ученики о способах запоминания, о том, как надо запоминать? Проверьте, какими приёмами они преимущественно пользуются при запоминании различного материала. Самый распространённый способ (и часто самый скучный) — многократное повторение. Однако знают ли дети, как правильно повторять материал?

Условия эффективного повторения

Чтобы информация лучше сохранилась в памяти, советую следовать некоторым правилам:

1. Повторение целесообразно начинать сразу после показа и объяснения, так как наибольшее забывание происходит в первые минуты.

2. В зависимости от сложности материала используйте различные способы запоминания: концентрированный либо распределённый (то есть в целом или по час-



тям). Если материал слишком сложен, предпочтительнее *заучивать его по частям*. При этом методе ребята чаще всего почувствуют удовлетворение от достижения промежуточных целей, а положительный эмоциональный фон много значит при дальнейшей работе. Освоение и заучивание целого параграфа или темы требует большей затраты времени и сил, терпения и целеустремлённости. Однако если вы предлагаете ученикам для запоминания такой материал, связность которого высока и он может быть легко осмыслен, тогда целостный метод эффективен.

При обучении «по частям» объём материала, содержащийся в одной части, должен быть оптимальным — средним, так как малый объём «недогружает» мысль или требует много времени на запоминание увеличивающегося числа частей, а большой объём будет превышать предельные возможности кратковременной памяти. Старайтесь делить материал на части с учётом не только его сложности, но также индивидуальных способностей ваших учеников.

Распределённый метод заучивания (отдельными порциями) даёт лучший результат, чем *концентрированный*. Приведу пример. Чтобы выучить стихотворение, ученики 4-го класса использовали оба метода. При концентрированном способе повторение следовало одно за другим вплоть до полного заучивания; при распределённом методе отдельные повторения шли через определённые промежутки времени. В итоге при первом способе для полного запоминания стихотворения потребовалось 24 повторения, а при втором — всего 10.

Объясняется это тем, что при концентрированном методе ребята либо утомляются, либо заскучают от однообразия нагрузки. Подумайте: действительно тяжело и безрадостно непрестанно, без паузы повторять один и тот же текст. Это приведёт к снижению интенсивности внимания (не говоря уже об интересе к данному произведению), а значит, и к ухудшению запоминания.

Правда, при распределённом методе важно учитывать интервалы между циклами повторений: они не должны быть слишком длительными, иначе «след» от предыдущего заучивания может исчезнуть, стереться из памяти. Длительность однократного заучивания и интервалы отдыха между ними индивидуальны для каждого школьника. Выучив части, их нужно соединить в целое упражнение и повторить уже всю комбинацию сразу.

3. Сохранение в памяти материала после однократного заучивания зависит от характера последующей деятельности. Давать новый материал сразу после запоминания предыдущего нецелесообразно: происходит его вытеснение новыми сведениями и в памяти остаётся вдвое меньше информации.

Лучшее средство заполнить интервал между двумя заучиваниями — сон и отдых. Поэтому хорошо сохраняется в памяти тот учебный материал, который усваивается днём, а затем повторяется перед сном или утром после пробуждения. Это связано с тем, что во время сна, как правило, не бывает сильных впечатлений, которые могут вытеснить из памяти усвоенное.

4. Число повторений должно быть несколько больше того, которое оказалось достаточным для первого полного воспроизведения заученного материала. Это создаст определённый запас прочности памяти. Но слишком большое число повторений снижает и внимание ребят, и эффект запоминания. Сколько же их должно быть? Это поможет определить ваша педагогическая интуиция, знание класса, возможностей каждого ребёнка: кому-то всё даётся «с лёту» и ему достаточно одного-двух повторений, другому и четырёх мало. Обязательно объясните это детям: «Не надо стесняться — каждый из нас обладает своим цветом глаз или волос, так же и способностями внимания, памяти, скоростью реакций. Поэтому не страшно, если кому-то требуется немного больше повторений, чтобы закрепить выученный материал». Ну, а в среднем нужно повторить тему хотя бы раза три.

5. В запоминание включайте по возможности все основные виды памяти — зрительную, двигательную, словесно-логическую. Пробуйте как-то оживить процесс запоминания — сопровождайте его показом картинок, сценок, доходчивых схем на доске, делающих материал более понятным и ярким.

Приёмы запоминания

Мы можем заставить нашу память работать более продуктивно, используя те или иные рациональные приёмы. Они повышают скорость, объём, точность запоминания и воспроизведения, прочность сохранения информации.

Как же эффективнее запоминать? Для этого научите школьников использовать такие приёмы:

- *Группировка*. Материал разбивается на группы по каким-либо основаниям (по смыслу, ассоциациям и т.д.).
- *Опорные пункты*. В тексте выделите какие-либо краткие пункты, служащие опорой более широкого содержания (это



могут быть отдельные слова, тезисы, заголовки, вопросы, цифровые данные, имена и т.д.). Этим способом виртуозно пользовался В.Ф. Шаталов, разрабатывая с ребятами опорные сигналы и опорные конспекты.

- **План.** Научите ребят грамотно составлять план — совокупность опорных пунктов в их логической последовательности.

- **Классификация.** Какие-либо предметы, явления, понятия распределяются по классам, группам, разрядам на основе определённых общих признаков.

- **Структурирование.** В тексте выделяются смысловые части, каждая из которых содержит свою микротему. Опираясь этими смысловыми частями, легче запомнить целое.

- **Схематизация.** То, что нужно запомнить, изображается или описывается в основных чертах — с помощью схемы, таблицы, рисунка либо даётся упрощённое представление этой информации.

- **Аналогии.** Между предметами, явлениями, понятиями, в целом различными, устанавливаются сходства, подобия в каких-либо отношениях.

- **Мнемотехнические приёмы.** Используются готовые, известные способы запоминания (например, запоминание цветов радуги по первым буквам выражения «Каждый Охотник Желает Знать, Где Сидит Фазан»; запоминание орфографии словарных слов с помощью фразы «**К**остя носит **к**остюм, а **п**апа — **п**альто» и т.п.).

- **Перекодирование.** Информация представляется в образной форме, преобразовывается на основе семантических, фонематических признаков и т.д. Предположим, вашим ученикам предстоит выучить группу слов, не связанных по смыслу. Взамен механического повторения предложите детям воспользоваться фантазией — пусть сочинят сюжет, даже самый нереальный, с участием этих слов. Уверяю, это потребует совсем немного усилий, а уж насколько будет интереснее! Например, как запомнить правописание слов-исключений: стеклянный, деревянный, оловянный? Это просто, если представить, скажем, трёх солдатиков из стекла, дерева и олова. И у каждого на погонах две буквы «н»!

- **Достраивание запоминаемого материала.** В запоминаемую информацию добавляются дополнительные слова — вербальные посредники; что-то может привноситься по ситуативным признакам; используется распределение по местам. Метод локальной привязки, или метод мест, — очень интересный приём. Чтобы запомнить какую-либо информацию, нужно передвигаться от одного предмета к другому в хорошо знакомом месте, например, в собственной квартире, останавливаясь возле различных предметов (у стола, перед окном, книжным шкафом, зеркалом и т.д.), запоминать небольшую часть этой информации, допустим, четверостишие стихотворения или абзац из рассказа. Позднее, при необходимости всё это воспроизвести, нужно мысленно совершить тот же самый путь. Таким образом, в памяти будут всплывать куски информации, ассоциирующиеся с определённым местом.

- **Ассоциация.** В запоминаемой информации выявляются связи по сходству, смежности или противоположности и т.д.

- **Повторение.** Выполняется воспроизведение информации. Повторение может использоваться и как самостоятельный приём запоминания, и как дополняющий любой из выше перечисленных.

Чтобы овладеть тем или иным приёмом, всегда необходимо пройти два этапа: сначала ребёнок должен освоить мыслительные операции как самостоятельные действия, а затем научиться использовать их в качестве приёмов запоминания. Например, чтобы пользоваться приёмом группировки или ассоциаций, ученик должен осознать, освоить саму операцию — как сгруппировать информацию по её содержанию или как ассоциировать одно явление с другим. Научившись проводить эти операции в уме, самостоятельно, он сможет применить это умение для облегчения запоминания. И сможет определять сам в каждом конкретном случае, какой приём лучше использовать. Конечно, в овладении всеми приёмами нужны помощь учителя и тренировки.

К сожалению, школьники, как правило, знакомы с очень ограниченным количеством приёмов запоминания. В основном это повторение. По-видимому, предметом особого педагогического внимания должно стать ознакомление детей с более сложными приёмами запоминания уже в младшем школьном возрасте, начиная с первых классов (по степени доступности). Ведь чем большим разнообразием приёмов овладеет ребёнок, тем прочнее сохранится в его памяти информация и успешнее будет её последующее использование. От этого во многом зависит успех учебной деятельности в целом, а также общий уровень интеллектуального и психического развития ребёнка.

Приёмы развития памяти

Как известно, в зависимости от характера действий с изучаемым материалом различают моторную, зрительную, вербальную



и логическую память. Хотя, конечно, выделить их в чистом виде возможно только теоретически. А в реальной деятельности эти виды памяти выступают в единстве или в определённых сочетаниях.

Так, например, зрительно-моторная память необходима для выполнения работы по образцу (списывание с доски, работа с прописями, с последующим продолжением письма по памяти).

Вербально-моторная память проявляется в работе по словесной инструкции, когда указывается порядок выполнения задания (написание под диктовку элементов букв, рисование под диктовку геометрических узоров по клеточкам и т.п.).

Логическая память важна при запоминании последовательности слов, которые могут быть объединены в смысловые группы, последовательности действий в сюжетных рассказах и т.д.

Понаблюдайте: существуют ли при выполнении этих видов заданий какие-либо отклонения, недостатки в работе ребёнка? Если да, то это может означать, что у него плохо сформирован соответствующий вид памяти. Самыми простыми и доступными способами развития недостаточно сформированных видов памяти могут служить несколько упражнений.

- Для развития *зрительно-моторной и зрительной памяти* организуйте работу детей по образцу. Порядок её выполнения таков: сначала школьники работают с постоянной зрительной опорой на образец, затем время рассматривания образца постепенно сокращается до 15–20 секунд (в зависимости от сложности предлагаемой работы), но так, чтобы дети успели рассмотреть и запечатлеть образец. Эти упражнения целесообразно включать в такие виды деятельности, как рисование, лепка, списывание с доски, работа с конструктором, рисование узоров по клеточкам.

Дети всегда с удовольствием выполняют и такие задания: вы показываете им на определённое ограниченное время какую-либо сюжетную картинку, содержание которой они должны детально рассмотреть, а потом воспроизвести по памяти. Затем показываете им похожую картинку, в которой недостаёт каких-то деталей, либо, наоборот, появляются дополнительные. Эти отличия и должны уловить дети.

Аналогичное упражнение: на столе стоят 8–10 предметов, которые класс должен внимательно рассмотреть и постараться запомнить. Затем эти предметы учитель закрывает и просит детей их перечислить. Это задание можно дополнить и усложнить, если после запоминания предметов изменить порядок их расположения и количество на столе. А затем попросить детей поточнее воспроизвести исходный порядок. Нелёгкое упражнение, сразу его не все смогут выполнить. Но тогда начните с меньшего количества предметов, постепенно его увеличивая.

Подобные упражнения легко придумать самим, варьируя условия, материал и сюжеты игр.

- Для развития *вербально-моторной памяти* целесообразно использовать упражнения, приведённые выше для зрительно-моторной памяти. Только вместо наглядного образца дайте устное описание или инструкцию предлагаемой деятельности.

Несколько игр для развития памяти

«Запомни трудное»

Учитель показывает ученикам на одну минуту десять слов с трудным написанием и убирает их. Затем ученики пишут эти слова под диктовку. Зрительная память в этом случае как бы «подстраховывает» слуховую. Выигрывает тот, кто записал все слова правильно.

«Домино»

Для проведения этой игры понадобятся набор открыток, или картинок от детского лото, или карточки разрезной азбуки. Участники садятся вокруг стола. Каждому раздают по несколько картинок изображением вниз. Первый участник переворачивает одну из своих картинок и начинает рассказ. Это может быть любая реальная или фантастическая история, сказка, сновидение — всё что угодно, но обязательно включающее в сюжет изображение с картинки (допустим, нарисован пароход, тогда это может быть история о морском путешествии на нём). Остановив повествование, рассказчик прикасанием передаёт слово соседу. Тот кладёт свою карточку изображением вверх и продолжает прерванный сюжет так, чтобы он обязательно включал его изображение (так, если у него нарисован слон — значит, слон поплывёт на пароходе). Игра движется по кругу. Каждый влетает в общее повествование свою картинку, и ряд выложенных в круг картинок удлиняется до тех пор, пока не закончатся они все.

По окончании игры ведущий может снова перевернуть картинки изображением вниз и предложить группе по памяти восстановить последовательность их расположения.



**«Ощущай и запоминай»**

Учитель объясняет, что слова для лучшего запоминания можно «увидеть», «услышать», «понюхать», «попробовать на вкус» и даже «потрогать»:

- сосредоточьтесь, не торопитесь и постарайтесь представить себе эти слова так ясно, будто вы их видите на самом деле. Это слова: **бабочка, дерево, лестница, облако**;
- постарайтесь услышать слова: **колокольчик, машина, шмель, молоток, пила**;
- потрогайте слова: **подушка, колесо, стакан, шарф**;
- понюхайте или попробуйте на вкус слова: **лимон, роза, лес, печенье, клюква**.

А теперь вспомните все слова, которые вы видели, слышали, трогали, нюхали или пробовали на вкус в этой игре, и постарайтесь определить свои ощущения от различных действий со словами.

«Мысленные картины»

Эта игра-упражнение активизирует присущую каждому ребёнку способность к фантазии, воображению. Учитель даёт установку — запомнить слова в строгой последовательности. Для этого предлагает детям представить, что эти слова — персонажи какой-то истории. Затем показывает написанный на доске ряд слов. Через некоторое время закрывает их. Дети рассказывают или записывают свои истории, выделяя те слова, которые нужно было запомнить.

Слова для запоминания:

- **верблюд, журнал, ветер, гвоздика, ночь, шляпа**;
- **цирк, ракушка, фонтан, груша, принцесса, автобус**.

«Разведчик»

Выбирается один из участников игры — «разведчик». Ведущий произносит: «Замерли!», и вся группа неподвижно застывает. Каждый старается запомнить свою позу, а «разведчик» — запомнить всех. Внимательно изучив позы и внешний вид игроков, «разведчик» отворачивается или выходит ненадолго из комнаты. В это время участники делают несколько изменений в своих позах, одежде или обстановке. После того как изменения сделаны, «разведчик» возвращается и старается обнаружить все перемены.

Например, вы просите детей выполнить с помощью конструктора предложенное задание, не глядя на образец, а по памяти, воспроизвести какой-либо рисунок по словесному описанию и т.д.

• Для развития *логической памяти* рекомендую использовать такие задания и упражнения. Вы читаете детям набор слов (10–15), которые можно разбить на группы по различным признакам (посуда, одежда, животные и т.д.), а затем просите назвать слова, которые они запомнили. Характер воспроизведения будет свидетельствовать о том, насколько сформирована у ребят вашего класса способность обобщать, лежащая в основе логической памяти. Если вы обнаружили, что дети не сумели выделить смысловые группы в названных вами словах, а старались запомнить их механически, то объясните и покажите им, как целесообразно объединять слова в группы по смыслу. Вскоре они и сами убедятся в том, что так запоминать легче. Аналогичный способ подходит и для запоминания различных предметов, цветов, последовательности событий.

Усложняя задание, можете предложить вашим ученикам запомнить и пересказать какой-либо рассказ с чётко выделенными смысловыми блоками. Если ребята не уловили последовательность событий и связь между ними, помогите им, показав на примере, как запоминать сюжет с опорой на смысловые компоненты. То есть выделить в тексте эти части, проследив, как переходит повествование от одной такой части к другой. Для этого прочтите детям небольшой рассказ. Определите первую часть — это может быть один абзац или несколько, в которых автор делает вступление, описывает героев либо предысторию дальнейших событий. Назовите вместе с ребятами микротему этой части (о чём она) и предложите нарисовать мысленную картину (некоторые дети говорят — представить мультик). Так же работайте с другими частями рассказа. А для облегчения запоминания этих смысловых блоков используйте простые, схематичные рисунки-памятки (опорные сигналы).

В учебном процессе активизируется как кратковременная, так и долговременная память. Первая характеризуется возможностью немедленно воспроизвести материал. Для второй характерно отсроченное воспроизведение через длительные промежутки времени (от суток до нескольких лет).

Чем младше дети, тем более естественно для них запоминание такого материала, который включён в игровую деятельность. Поэтому, работая с учениками начальной школы (особенно 1–2-х классов) над подобными заданиями, активнее используйте игровые приёмы: например, включая сюжетные игры про разведчиков, космонавтов и других интересных (в том числе сказочных) персонажей. И всегда, предлагая что-либо запомнить и воспроизвести на следующий день в игровой или какой-то иной форме, обязательно проверьте выполнение детьми этого задания. Их старания не должны оказаться напрасными и остаться незамеченными (это разрушает мотивацию, ибо похвала учителя, его слово очень значимы для младших школьников). **НО**