

17 pastabų vyresniems vaikams, kurie turi daug įsiminti ir išmokti:

1. Lavinkite regimąją vaizduotę, fantaziją, nes informacija iš tiesų gerai suprantama ir įsidėmima tik tada, kai ji kaip žodis ir vaizdas pasiekia abu mūsų smegenų pusrutulius!
2. Tai, kas domina, įsimenama ypač lengvai.
3. Tikslingais atminties lavinimo pratimais mankštinkite smegenis. Galite taikyti toliau nurodytus būdus.
4. Perprasdami medžiagos, kurią reikia įsiminti, prasmę ir paskirtį, paskatinsite motyvaciją.
5. Naujai išmoktą informaciją iš karto susiekite su jau sukauptais duomenimis, kad geriau įsimintumėte. Susiraskite naudingų pavyzdžių.
6. Vaizdinės priemonės asociatyviais ryšiais padeda išlaikyti atmintyje informaciją.
7. Skaitoma pusbalsiu informacija įsimenama geriau.
8. Medžiagai, kurią reikia įsiminti, suteikite „jausmą“, mat lengviau įsimenama visa, kas susiję su stipriais jausmais.
9. Kai atmintis lavinama visada tuo pačiu metu, pasąmonė tam nusiteikia ir padeda sėkmingiau mokytis.
10. Nepamirškite kartoti. Kartojant informaciją patenka į ilgalaikę atmintį.
11. Geriau pasiruošiama mokytis, kai užduotis atliekama visuomet toje pačioje vietoje. Turėkite tokią vietą, kurioje jaučiatės patogiai.

12. Kuo laisviau jaučiatės, tuo geresnė atmintis. Tokią būseną jums suteiks paprasčiausi kvėpavimo ir atsipalaidavimo pratimai, taip pat speciali muzika.

13. Turėkite visiškai asmenišką vietelę, kur jūsų protas galėtų pailsėti.

14. Išnaudokite asmeninius produktyvumo tarpsnius ir laikykitės savo ritmo.

15. Pasirūpinkite, kad oras būtų grynas. Mūsų smegenys deguonies suvartoja daugiausia (apie 25 proc.).

16. Mokydamiesi darykite pertraukas, nes mokotės ir tada, kai nesimokote.

17. Nesistenkite įsiminti informacijos, kurią lengvai galite surasti!

Naudota ir rekomenduojama literatūra, šaltiniai:

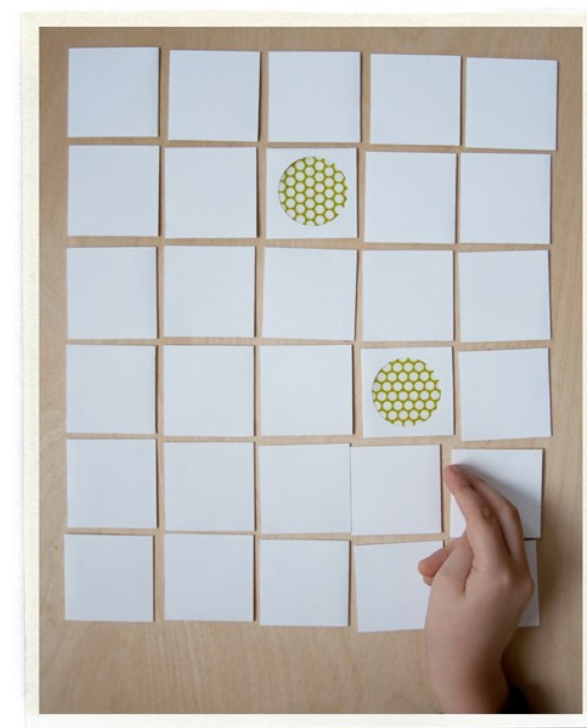
1. Crista Koppensteiner. (2005). Kaip geriau įsiminti ir išmokti. Alma Litera.
2. <http://www.mokytoja.lt/>
3. <http://festival.1september.ru/articles/502980/>
4. <http://ineya.ru/psihologiya-kindera/prakticheskie-sovetyi-kak-ukriepit-pamyat-vashego-rebenka.html>

Parengė Pasvalio r. sav. ŠPT
vyresnioji specialioji pedagogė
Inga Kaulinskienė

Pasvalio rajono savivaldybės Švietimo pagalbos tarnyba

KAIP VAIKUI PADĖTI LENGVIAU ĮSIMINTI?

Patarimai tėvams



Žmonių, kurie panaudoję visas savo smegenų galimybes, nėra. Mes naudojames maždaug tik 5 proc., geriausiu atveju – iki 10 proc. smegenų potencijos.

Atmintį reikia lavinti nuo mažens.

Vaikui padėti įsiminti, išmokti, lavinti atmintį turi ne tik mokytojas, **bet ir tėvai.**

Ikimokyklinio amžiaus vaikus galima labai daug ko išmokyti įsiminti.

Svarbu, kad:

- vaikui mokymasis būtų įdomus, nenuobodus, naudingas,
- kad vaikui tai netaptų papildomomis pamokomis,
- kad nepajustų mokomas.

Ikimokyklinukams, pradinukams rekomenduojami šie atminties lavinimo žaidimai:

• “Kas pasikeitė? Kas dingo?”

Ant stalo išdėliokite 7 daiktus (žaisliukus, paveikslėlius ir pan.) Paprašykite vaiko apžiūrėti, juos įsidėmėti ir užsimerkti. Tuo metu paimkite vieną, pakeiskite kitu arba tiesiog sukeiskite vietomis. Paprašykite vaiko atsimerkti ir pasakyti, kas pasikeitė.

• „Ką prisimenu?“

Parodykite vaikui lentelę, kurioje surašyti skaičiai arba raidės. Prašykite įsiminti. Paskui uždenkite tuščiu popieriaus lapu ir paprašykite, kad vaikas išvardintų tiek, kiek atsimena. Galima paprasčiau – lentelėje nupiešti paveikslėliai (mašinytės, gėlytės ir pan.).

Uždengus vaiko klausyti, kokios spalvos buvo gėlytė, kokiame langelyje buvo ir pan. Galima parodyti popieriaus lapą, kuriame daug įvairių, skirtingų spalvų daiktų. Lapą užverskite ir klauskite vaiko, kokios spalvos buvo vienas ar kitas daiktas, arba atvirkščiai, klausiti, kas buvo rausvas, žalias ir pan.

• “Puokštė gėlių”

Parodykite vaikui paveikslą, kuriame pavaizduota didelė puokštė gėlių. Ant lapo surašyti gėlių pavadinimai, tarp kurių yra ir 2-3 gėlės, kurių nėra puokštėje. Užverskite paveikslėlį ir perskaitykite vaikui gėlių pavadinimus, aptarkite, ar buvo puokštėje tokia gėlė, ar ne. Užduotį pasunkinkite „pamiršdami“ perskaityti kokios nors gėlės pavadinimą.

• “Pastatyk tokį pat”

Iš degtukų, dantų krapštukų ar pagaliukų sukurkite figūrą, ornamentą, objektą. Sugriaukite jį ir paprašykite, kad vaikas tokį pat pastatytų.

• “Sukurk pasakojimą”

Parašykite ant popieriaus lapo žodžius: pvz., rytas, saulė, debesis, berniukas, puodelis, kamuolys ir pan. Pasiūlykite vaikui sukurti pasakojimą, kuriame būtų šie žodžiai.

• “Pasek pasaką”

Skaitant žinomą pasaką praleiskite faktus, sudarykite sąlygas vaikui pačiam pasukti, ją pratęsti, atsakyti į klausimus ir pan. Aptarkite pasakos iliustracijas. Galima klausiti vaikų, iš kokios pasakos yra paršiukai, vilkas, lapė, princesė ir pan. Arba išvardinkite visus vaikui girdėtos pasakos herojus ir paprašykite vaiko pasakyti, kokia tai pasaka.

Daugelis tėvų pastebi, kad jų vaikas geriau įsimena vaizdinę informaciją, pamatytą knygoje, paveikslėlyje ir pan., o tai, kas sakoma, lyg ir neišgirstama. Tada žaiskite

tokius žaidimus:

• „Pagauk žodį“

Pvz. Žaidimas su kamuoliu – gaudyti kamuolį tada, kai išgirsta žodį iš “A” raidės, daržovės, vaisiaus pavadinimą ir pan. Variantų gali būti daug. Jeigu nėra galimybės žaisti kamuoliu, galima suploti, pakelti ranką ir pan.

• Naudinga klausyti pasakų, eilėraščių per ausines arba kitų audio įrašų. Tik reikėtų nepamiršti paskui aptarti.

• “Parduotuvė”

Išdėliokite ant stalo daug vaikui pažįstamų daiktų. Paprašykite vaiko “nueiti į parduotuvę” ir nupirkti 2-3 daiktus. Palaipsniui didinkite daiktų kiekį.

• Dainuokite daineles, deklamuokite eilėraščius, linksmas skaičiuotes.

• Gamindami nesudėtingus vaiko mėgstamus valgius, ypač, jei vaikas mėgsta jums padėti, kalbėkitės apie reikalingus produktus. Kitą kartą prašykite jums priminti, ko jums reikės, kad iškeptumėte blynus ir pan., o galbūt tuo metu jūs dainavote dainelę ar eilėraščiuką, paprašykite vaiko, kad jums primintų, kokia tai buvo dainelė ir pan.

• Karts nuo karto perskaitykite vaikui žinomą ketureilį, vis pamirškite paskutinį eilutės žodį, vėliau visą eilutę, kad vaikas pats galėtų jį pasakyti.