

Як розвивати увагу та пам'ять (з журналу "Зростаємо разом" № 4 2009)

Уміння оперувати декількома поняттями одночасно, виконувати одну дію, при цьому пам'ятаючи про те, яким повинен бути наступний крок, виявляються необхідними за найрізноманітніших видів діяльності. Під час читання важливо не забути початок слова, поки читаєш його до кінця; під час перерахування потрібно пам'ятати, скільки всього збирався взяти; поки розмовляєш по телефону — не забути про молоко, що може збігти; зачиняючи двері — згадати про ключі.

Як навчити цього маленьку дитину? Як розвивати у неї здатність до цього?

Для розвитку уваги та пам'яті можна запропонувати такі завдання:

- Розгляньте разом із дитиною дві знайомі маленькі іграшки, а потім сховайте у неї на очах під склянки, що перевернуті догори дном (або затисніть їх у кулаках) і запропонуйте дитині знайти ту іграшку, що ви назвете.
- Розгляньте разом із дитиною і назвіть із використанням відповідного жесту дві картинки на картках, а потім переверніть їх на очах у дитини, запитуючи: «Де собачка?», «Де киця?» тощо. Дитина повинна знайти потрібну картку.
- Сховайте на очах у дитини під склянками три, а потім чотири маленьких іграшки і запитайте, наприклад: «Де машинка?» Дитина піднімає потрібну склянку, розглядає та катає машинку. Потім знову сховайте іграшку під склянку і запитайте: «Де киця?» Коли дитина навчиться знаходити іграшки, можна запропонувати їй таке саме завдання, але з використанням карток (іграшки, продукти, тварини, одяг, меблі тощо). Розгляньте разом із дитиною та назвіть із використанням відповідного жесту три, а потім чотири картинки на картках, а потім переверніть їх на очах у дитини, запитуючи, наприклад: «Де стілець?» або «Де чашка?» тощо. Дитина повинна знайти потрібну картку. Підтверджуйте заохоченням правильність виконання завдання: «Так, молодець, це чашка!»
- Можна розглянути і перевернути дві картки та запитати дитину, показуючи на закриту картку: «Що тут?» Дитина повинна назвати, а потім відкрити картку і перевірити правильність відповіді.
- Попросіть дитину принести який-небудь предмет, що перебуває поза її полем зору, наприклад, у сусідній кімнаті. Добре урізноманітнювати такі прохання, щораз просячи принести щось новеньке. Дитина повинна зрозуміти, що саме її просять зробити, піти до іншої кімнати, знайти потрібну річ і принести її.

- Залучайте дитину до хатнього господарства. Вона може діяти, наслідуючи вас, наприклад, разом із вами прибирати посуд зі столу або виконувати окремі маленькі доручення. Якщо дитина не виконує вашого доручення, зробіть те, що ви просили, спільно із нею. Така діяльність може також сприяти розвитку мовлення. Обговорюйте те, що відбувається. Особливо виділяйте емоційні моменти: «Ой, калюжа!» або «Ой, упало!», «Ой, пече!», «Важко!» тощо.

- Посадіть за стіл велику та маленьку ляльчку, викладіть на стіл, наприклад, чашки, тарілки, ложки й виделки. Запропонуйте інструкції на зразок: «Дай цій ляльці чашку і виделку», «Дай великій ляльці тарілку» тощо.

- Запропонуйте дитині ляльку та ведмедика, гребінець і виделку. Попросіть її розчесати ведмедика виделкою або погодувати ляльку гребінцем.

- Збільшуйте час утримання уваги. Коли дитина просить щось у вас, можна іноді не відразу виконувати її прохання, наприклад: «Налити тобі сік? Зараз, я витру зі столу та наллю». Таке очікування навчає дитину зберігати увагу протягом деякого часу. Час очікування для маленької дитини повинен бути досить коротким і може становити декілька хвилин. Поступово він значно збільшується, і дитина, яка підростає, не забуде про те, що вона хотіла переглянути мультфільм, навіть якщо відкласти перегляд на годину.

- Коментоване малювання. Намалюйте серію примітивних, символічних картинок, що розповідають про якусь відому вашій дитині справу. Наприклад, можна зробити «книжку» «Мій день» або «Ми гуляємо». Попросіть дитину розповісти, що вона робить на кожній із цих картинок, ставте їй запитання, щоб збільшити кількість подробиць.

- Розігрування з дитиною спектаклів-казок «Колобок», «Ріпка», «Рукавичка». Вони вимагають запам'ятовування й повторення дій персонажів та їхніх реплік. Для інсценування можна використати плюшеві іграшки або персонажів, що вирізані з картону.

- Залучайте дитину до всіх видів діяльності, якими займаються інші члени сім'ї. Вона повинна поступово опанувати побутові навички. Слушним періодом для цього є той момент, коли дитина сама хоче допомагати вам, наслідуючи, виконуючи ті самі дії, або виконуючи на ваше прохання окремі дії. Наприклад, коли готуєте суп, попросіть дитину дістати каструлю та віднести її на стіл. Ріжучи овочі, можна дати їй до рук пластмасовий одноразовий ніжик і запропонувати різати їх спільно з вами. Те саме необхідно робити під час прибирання, миття підлоги, миття посуду, прання, праці на городі тощо. Обговорюйте із дитиною все, що ви робите.

- Вишикувавши мотрійок за зростом і поклавши тарілки перед дитиною, попросіть: «Дай великій мотрійці маленьку тарілку». Потім викладіть на стіл, наприклад, чотири огірки, два помідори і два лимони. Запропоновані інструкції: «Дай цій мотрійці два огірки і помідор», «Дай великій мотрійці

лимон та помідор», «Поклади огірок, помідор і лимон у цю тарілку» тощо. Інструкуйте повністю, і, якщо дитина не виконує все відразу, повторюйте інструкцію знову цілком, не розподіляючи на кроки. Можна також попросити дитину повторити інструкцію перед виконанням, або допомогти їй, ставлячи уточнюючі запитання. Наприклад, якщо дитина виконала тільки частину інструкції: «Дай цій мотрійці два огірки й помідор» і дала мотрійці тільки два огірки, можна запитати її: «Що ще хотіла мотрійка?», а потім «Помідор чи лимон?»

- Виконання інструкції, що містить декілька значущих слів або кроків. Безумовно, природніше відпрацьовувати навчання дитини, не сидючи за столом, а в побутових ситуаціях. Можна звертатися до дитини з «довгими» проханнями, що містять у собі три послідовних кроки, прохання принести два предмети, позначаючи ознаку одного з них, або місце, де він перебуває. Для того щоб переконатися, що дитина дійсно запам'ятовує інструкцію та дотримується її, а не діє відповідно до ситуації, можна пропонувати їй парадоксальні інструкції. Наприклад: «Візьми виделку та кубик, поклади у шапку», «При-неси чашку та червоні шкарпетки», «Візьми ложку під столом, поклади у ліжко». Довгі інструкції повинні стати звичайною частиною повсякденного життя. Якщо дитина не здатна впоратися з дорученням, повторіть усю інструкцію цілком, не розподіляючи її на кроки, а якщо це не допомагає, попросіть дитину повторити, що вона повинна зробити, або поставте їй навідні запитання.

- Запитуйте дитину, що вона робила вчора, що збирається робити надалі: «Ми йдемо гуляти. Що ти одягнеш? Ще що?» Якщо вона дає формальні або неправильні відповіді, ставте їй навідні запитання та уточнюйте подробиці. Можна, наприклад, запитувати: «Ти на сніданок їла кашу чи суп?», «Суп був на обід чи на сніданок?» тощо.

- Грайте з дитиною в сюжетно-рольові ігри. Використовуйте в них те, що відбувалося з нею у реальному житті. Допомагайте дитині наповнювати її ігри різними подробицями. Наприклад, ляльки завітали в гості, торт на столі, а чаю немає. Як приготувати чай? Намагайтеся, щоб у грі так само були відбиті почуття вашої дитини і почуття інших людей. Вони можуть радіти, сердитися, ображатися, боятися, нудьгувати тощо. Наприклад, лялька просить купити морозиво, а їй не купують, лялька образилася. Або ляльку вкладають спати, а лялька не хоче лягати і вередує, «мама» сердиться. Намагайтеся, щоб дитина називала ці почуття.