

Содержание

Введение

Глава 1. Особенности и классификация видов памяти

1.1 Определение памяти и её физиологический механизм

1.2 Процессы памяти

1.3 Влияние различных видов деятельности на запоминание

Вывод по 1 главе

Глава 2. Развитие памяти в младшем школьном возрасте

2.1 Особенности развития и формирования памяти в младшем школьном возрасте

2.2 Факторы, влияющие на развитие памяти в младшем школьном возрасте

2.3 Упражнения для развития памяти

Вывод по 2 главе

Заключение

Литература

**ВВЕДЕНИЕ**

Память - сложный психический процесс, состоящий из нескольких частных процессов, связанных друг с другом. Память необходима человеку. Она позволяет ему накапливать, сохранять и впоследствии использовать личный жизненный опыт. Всё закрепление знаний и навыков относится к работе памяти. Все впечатления, которые человек получает об окружающем мире, оставляют определённый след, сохраняются, закрепляются, а при необходимости и возможности воспроизводятся.

Память есть у всех живых существ, но наиболее высокого уровня своего развития она достигла у человека. Такими способностями и возможностями, какими обладает человек, не обладает ни одно живое существо в мире.

Более точно, память человека можно определить, как психофизиологический процесс, выполняющий свою функцию запоминания, сохранения и воспроизведения информации, являющийся для неё основным. Эти функции различны не только по своей структуре, исходным данным и результатам, но и по тому, что у разных людей развиты неодинаково. Есть люди, которые, например, с трудом запоминают, но зато неплохо воспроизводят и довольно долго хранят в памяти запомненную информацию. Это индивиды с развитой долговременной памятью. Есть такие люди, которые напротив, быстро запоминают, но зато так же быстро забывают, то, что когда - то запомнили. У них более сильно развита кратковременная и оперативная виды памяти.

*Актуальность* памяти, её развития и совершенствования не проходит со временем, а лишь возрастает. Всё большее количество информации наваливается на современного человека, из-за больших объёмов всё труднее становится процесс её усваивания.

Память входит в структуру интеллекта. Память включена также в общую способность к учению и обучаемости, является необходимым условием накопления фонда знаний и “интеллектуальных умений”. Слуховые представления и оперирования ими является важным напоминанием специальных музыкальных способностей, а математическая память включена в структуру математических способностей.

Высоких успехов в изучении памяти добились английские психологи XVIII-XIX вв. собравшие большой экспериментальный материал, давший возможность сформулировать целый ряд теоретических положений. Хотя попытки подойти к пониманию памяти мы находим уже у Платона и Аристотеля, которые осмысливали эти вопросы в основном с философской позиции.

Исследованием памяти занимаются разные науки: психология, биология, медицина, генетика и другие. В каждой из этих наук существуют свои теории памяти: психологические (Г. Эббингауз, К. Левин, П. Жане), биогенетические (И.П. Павлов, И.М. Сеченов), физиологические (Л.С. Выготский).

Исследователи, А.А. Смирнова и П.И. Зинченко, рассматривая память как процесс, раскрыли новые законы памяти как осмысленной деятельности ребёнка. Память не является какой-то самостоятельной функцией, а тесным образом связана с личностью, т.е. ее внутренним миром, интересами, стремлениями. Поэтому развитие и совершенствование происходит параллельно с развитием ребёнка.

Над развитием возрастных закономерностей и индивидуальных особенностей памяти у детей работала З.М. Истомина, которая выявила заметные возрастные и индивидуальные различия в процессе изучения детьми языковой теории.

Младший школьный возраст – самая благодатная почва для развития памяти в ее многообразии. В настоящее время многие страны, в том числе США, Япония, Англия, Канада, Германия, Венесуэла, вкладывают в систему образования огромные средства, изготавливают множество сложнейших устройств и систем для повышения уровня развития памяти в процессе изучения языковой теории.

Изучением памяти занимались многие зарубежные и отечественные ученые, такие как Г. Эббингауз, З. Фрейд, А. Бине, К. Бюлер, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейн, Б.В. Зейгарник, Л.С. Выготский и другие.

Предмет исследования - психологические особенности памяти младшего школьника.

Объект исследования - способы улучшения памяти младшего школьника.

Целью данной курсовой работы является описание приёмов и средств улучшения памяти. Для достижения данной цели были поставлены следующие задачи:

1. Дать определение памяти, описать её физиологические механизм.

2. Описать методики совершенствования и оценки памяти.

**Гипотеза:** развитие памяти в младшем школьном возрасте происходит в результате специально организованного обучения детей приёмами запоминания и воспроизведения, выработки умений практического применения этих приёмов в повседневной учебной жизни.

**Структура и объем работы**: работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка, включающего 32 наименований, Общий объем работы 39 страниц компьютерного текста.

**Глава 1.ОСОБЕННОСТИ И КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ПАМЯТИ**

* 1. **Определение памяти и её физиологический механизм**

Говоря о человеке и о человечестве, мы говорим о таких понятиях, как "память", "воспоминания". Человек всегда стремился к развитию, к прогрессу, к новым знаниям, а память - это абсолютно необходимое условие для научения и приобретения знаний. Без памяти невозможно накопление и сохранение опыта человека поэтому изучение механизмов памяти всегда занимало умы учёных. С. Л. Рубинштейн как-то сказал: “Без памяти мы были бы существами на мгновение. Наше прошлое было бы мертво для нашего будущего, а настоящее… безвозвратно исчезало бы в прошлом”. [24, 190]

Память существует у всех живых существ только в разной степени развития. Человек гораздо более сложен: прежде всего, у человека есть речь, как сильный инструмент запоминания; человек также обладает *произвольной, логической и опосредствованной памятью*, чего нет у животных. Другими словами, человек использует для запоминания и хранения информации свою волю, логику, разные средства запоминания (записи, тексты и т.д.). Человек неограничен только органическими возможностями в использовании памяти. Память - это *психическое свойство* человека, способность, к *накоплению, (запоминанию) хранению, и воспроизведению* опыта и информации. Другое определение, говорит что память - это способность вспоминать отдельные переживания из прошлого, осознавая не только само переживание, а его место в истории нашей жизни, его размещение во времени и пространстве. Память трудно свести к одному понятию, но подчеркнем, что это совокупность процессов и функций, которые расширяют познавательные возможности человека. Память охватывает все впечатления об окружающем мире, которые возникают у человека. [18]

Еще один важный факт: память хранит, восстанавливает очень разные элементы нашего опыта, интеллектуальный опыт, эмоциональный, и моторно-двигательный. Память о чувствах и эмоциях может сохраняться даже дольше чем интеллектуальная память о конкретных событиях. Наиболее важные черты, характеристики памяти, это: *длительность, быстрота (запоминания и воспроизведения), точность, готовность, объем.* От этих характеристик зависит насколько продуктивная память человека.

*Объем -* способность одновременно сохранять значительный объем информации. Средний объем памяти - 7 элементов (единиц) информации.

*Быстрота запоминания* - отличается у разных людей. Скорость запоминания можно увеличить с помощью специального тренирования памяти.

*Точность -* точность проявляется в припоминании фактов и событий, с которыми сталкивался человек, а также в припоминании содержания информации. Эта черта очень важна в обучении.

*Длительность* - способность в течение долгого времени сохранять пережитый опыт. Некоторые люди могут вспомнить лица и имена школьных друзей много лет спустя, некоторые забывают их спустя всего несколько лет. *Готовность к воспроизведению -* способность быстро воспроизводить в сознании человека информацию. Именно благодаря этой способности мы можем эффективно использовать приобретенный раньше опыт.

Когда мы говорим о механизмах памяти, мы говорим о каких-то процессах, через которые проходит любой человек чтобы запомнить нужную информацию, а впоследствии ее воспроизвести. Основные процессы памяти - это запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание.

Запоминание - главный процесс памяти, когда человек воспринимает предметы и явления, вследствие этого образуются временные условно-рефлекторные связи. Их еще называют следы памяти. Запоминание может быть как произвольным, запланированным, так и непроизвольным, протекать независимо от воли человека. Это имеет громадное значение, именно так воспринимается большая часть информации, необходимой каждый день. Произвольное запоминание может проходить двумя способами: через механическое фиксирование или быть смысловым (логическим). Второй способ обычно достигает лучших результатов, так как человек работает с материалом, а ведь только действуя на основании материала, мы запоминаем его.

Сохранение - когда следы памяти не исчезают, даже после того как исчезают возбудители, которые их вызвали. Благодаря этому "банк информации" постоянно возрастает. Не вся информация сохраняется одинаково хорошо: одни образы остаются, другие слабнут, третьи вообще быстро исчезают. Воспроизведение - этап вспоминания или воспроизведения. Благодаря этой фазе информация извлекается из " библиотеки" памяти. Воспроизведение проходит в три фазы:

- Узнавание - при повторном восприятии объекта, мозг проводит различие между возбудителями, которые действовали на вас раньше и теми, которые действуют на ваши органы чувств в настоящий момент.

- Припоминание - наиболее активная форма воспроизведения. В сознании отображаются те возбудители, которые действовали на человека в заданное время, хотя сейчас они и не действуют.

- Репродукция или реминисценция - самый сложный этап, когда в памяти уже конкретно восстанавливает необходимый материал. До этого он уже различаем, обновляется в сознании, но теперь нужно полностью воспроизвести образ, который вы не наблюдаете сейчас: например написать, рассказать, нарисовать.

Забывание - процесс противоположный сохранению. Процесс забывания всегда интересовал исследователей. Было выяснено, что наибольший объем материала забывается в первый день после запоминания. Забывание может быть как полезным, так и вредным, помогая или мешая человеку в жизни и деятельности. Позитивная функция забывания в том, что оно забирает громадный груз информации, и не допускает перенагрузке памяти. Есть несколько теорий, почему происходит забывание.

Теория систематической деформации следов памяти - говорит, что перемены в памяти связаны с переменами в тканях мозга. То есть в следах памяти происходят спонтанные бесконтрольные перемены.

Теория ретроактивного и проактивного торможения говорит, что любое получение нового материала приводит к нарушениям в памяти о предыдущих событиях. Таким же образом любое предыдущее обучение, негативно влияет на процесс дальнейшего обучения и воссоздания нового материала.

Теория мотивируемого забывания говорит, что цель и мотивация человека влияет на забывание. З. Фрейд посвятил много времени изучению именно этой теории и изучению мотивированного забывания. По мнению Фрейда, когда человек непроизвольно теряет или закладывает вещи, он это делает с целью избавления от неприятных воспоминаний или эмоциональных переживаний.[2]

Таким образом, память – способность к воспроизведению прошлого опыта, одно из основных свойств нервной системы, выражающееся в способности длительно хранить информацию и многократно вводить ее в сферу сознания и поведения. Выделяют процессы запоминания, сохранения и воспроизведения, включающего узнавание, воспоминание, собственно припоминание. Различают память произвольную и непроизвольную, непосредственную и опосредствованную, кратковременную и долговременную. Особые виды памяти: моторная (память-привычка), эмоциональная или аффективная (память «чувств»), образная и словесно-логическая.

**1.2** **Процессы памяти**

Сохранение в памяти какой-то информации включает три процесса.

*Первый* из них - это запоминание и кодирование, в ходе которого выделяется та информация, которая будет храниться.

*Второй* - это хранение информации и связывание с той, которая уже есть в памяти.

*Третий* этап-это узнавание и воспроизведение хранящейся информации; без него мы никогда не могли бы знать, что именно мы действительно запомнили.

*Запоминание*

Первоначальная форма запоминания - так называемое не преднамеренное или непроизвольное запоминание, запоминание без заранее поставленной цели, без использования каких-либо приемов. Непроизвольно запоминается многое из того, с чем человек встречается в жизни: окружающие предметы, явления, события повседневной жизни, поступки людей и т.п., хотя не все они запоминаются одинаково хорошо. Лучше всего запоминается то, что имеет важное значение для человека: все, что связано с его интересами и потребностями, с целями и задачами его деятельности.

От непроизвольного напоминания надо отличать произвольное (преднамеренное) запоминание, характеризующееся тем, что человек ставит перед собой цель - запомнить то, что намечено.

Произвольное запоминание представляет собой сложную умственную деятельность, подчиненную задаче запомнить. В процессе обучения преднамеренное запоминание нередко принимает форму заучивания, т.е. повторения учебного материала. Так заучиваются стихи, определения, законы, формулы, исторические даты и т.д. Поставленная цель - запомнить - играет важную роль, определяя собой всю деятельность запоминания. [14]

Многое из*,* того, что воспринимается в жизни большое число раз, не запоминается нами, если не стоит задача запомнить. И в то же время, если доставить перед собой эту задачу и выполнить все необходимые для ее реализации действия, запоминание протекает с большим успехом и оказывается достаточно прочным. Большое значение имеет постановка не только общей задачи (запомнить то, что воспринимается), но более частных, специальных задач. В одних случаях, ставится задача запомнить только основное, главные мысли, наиболее существенные факты, в других - запомнить дословно, в-третьих, - точно запомнить последовательность фактов и т.д.

*Механическое и осмысленное запоминание*

Успех запоминания зависит также от того, в какой степени материал осмысливается человеком. При механическом запоминании слова*,* предметы, события, движения запоминаются точно в таком порядке, в каком они воспринимались, без каких-либо преобразований. Механическое запоминание опирается на пространственную и временную близость объектов запоминания. Оно опирается главным образом на обобщенные связи второй сигнальной системы. Доказано, что осмысленное запоминание во много раз продуктивнее механического. Механическое запоминание неэкономно, требует многих повторений; механически заученное человек не всегда может припомнить к месту и ко времени. Осмысленное запоминание требует от человека значительно меньше усилий и времени и более действенно. [13]

*Узнавание и воспроизведение.*

Эффективность извлечения информации тесно связана с тем, насколько хорошо организован материал в памяти. Действительно, информация всегда воспроизводится на основе той структуры, и составе, которой она запоминалась. Идет ли речь о том, чтобы назвать пятый месяц года, вспомнить, кто такой Фрейд или что такое теория относительности, - в каждом из этих случаев приходится обращаться к тому контексту, в который «встроен» извлекаемый из памяти элемент. Так, первом случае, очевидно, потребуется пересчитать все месяцы, начиная с января (или, наоборот, в обратном порядке - с июня, если мы знаем, что это шестой месяц); во втором случае надо будет вспомнить эпоху и родину ученого и ту область, в которой он работал, а в третьем - вспомнить особенности именно той из множества теорий, о которой требуется рассказать.

На все это наслаивается содержимое эпизодической памяти, в которой хранятся те события, что происходили в момент кодирования искомых элементов, или те воспоминания о прошлом, которые в то время возникали.

Потому, что в извлечении информации из памяти столь важную роль играет контекст, нам всегда легче *узнать* какой-то элемент среди других, чем *вспомнить* что-то без каких-либо опорных точек или объектов для сравнения. Поэтому тесты на выбор правильных ответов вернее отражают уровень знаний, чем прямые вопросы, при которых подчас можно отделаться простым повторением заученных слов из лекции или учебника.

Воспроизведение отличается от восприятия тем, что оно осуществляется после него, вне его. Воспроизведение образа объекта труднее, чем узнавание. Так, человеку легче узнать текст книги при повторном его чтении, чем воспроизвести, припомнить содержание текста при закрытой книге. Воспроизведение может проходить в виде последовательного припоминания, это - активный волевой процесс. Припоминания что-либо, мы как бы перебираем в памяти факты, связанные с предметом воспроизведения. Припоминание у человека происходит по законам ассоциации, сокращенно. Припоминанию материала помогают вопросы. Вопросы вызывают промежуточные ассоциации, подводящие людей все ближе к цели. Однако вопросы могут и мешать припоминанию, если они заданы неумело и порождают побочные ассоциации. Припоминание требует сосредоточенности внимания, оно совершается иногда с большим трудом. Воспроизведение может быть произвольным и непроизвольным. Припоминание - это произвольное преднамеренное воспроизведение: человек заранее имеет цель вспомнить и для этого применяет усилия мысли и воли. Непроизвольное воспроизведение происходит как бы само собой. Различают воспроизведение непосредственное и опосредованное. Непосредственное воспроизведение протекает без промежуточных ассоциаций (так воспроизводится, например, заученная таблица умножения). При опосредованном воспроизведении человек опирается на промежуточные ассоциации - слова, образы, чувства, действия, с которыми связан объект воспроизведения.

Воспроизведение учебного материала может осуществляться после заучивания и в процессе, с целью самоконтроля. Опыт говорит о том, что заучивание, сопровождаемое многократным воспроизведением, эффективнее, чем многократное чтение учебного материала без самоконтроля. [26]

Таким образом, развитие памяти происходит через развитие запоминания с помощью внешних знаков - стимулов. Затем эти стимулы интерпритируються и становятся внутренними средствами, пользуясь которыми, человек начинает управлять своей памятью. Она превращается в сложноорганизованную активность, необходимую в процессе познания. Не подкрепленная тренировкой, хорошая природная память существенно не влияет на успехи.

* 1. **Влияние различных видов деятельности на запоминание**

Все люди по способности запоминать подразделяются на два типа: быстро и медленно запоминающие материал. Экспериментально доказано что люди, быстро заучивающие способны с 1-го раза воспроизвести 7 элементов, в то время как медленно заучивающие, помнят только 3. Если добавить к характеристике названных групп ещё и то, что быстро заучивающие быстро и забывают, а медленно заучивающие забывают медленно, то станет ясно, что для оценки качества памяти в целом, применять какой либо один показатель нельзя. Поэтому необходимо отметить, что память людей различается по нескольким параметрам: скорости, прочности, длительности, точности, объему заполнения. Все эти количественные характеристики памяти по существу и качественным различиям.

Т.е. говоря о людях с хорошей или плохой памятью, имея в виду общую недифференцированную характеристику памяти можно выделить также уровень развития у каждого человека по ее видам.

Так, например, словесно - логическая память легко запоминает слова идеи, логические конструкции. Запоминаемый материал часто не вызывает зрительных ассоциаций, такой человек легко запоминает фамилии, имена и отчества. Но образная идентификация модели осуществляется с большими усилиями. Словесно-логический вид памяти связан со складом ума человека, склонного к философским обобщениям и теоретическим рассуждениям.

Говоря об образной памяти на представление необходимо также подчеркнуть, что её уровень развития неодинаков также для различных модальностей, т. е доминирование отдельных видов памяти зрительной, слуховой, эмоциональной, двигательной и других не одинаково, также как и их функционирование.

По этой причине в положении о совпадении свойств быстрого заучивания и быстрого забывания, а медленного заучивания и медленного забывания следует внести оговорку. Т.к. среди прочих есть и также, которые медленно заучивают и быстро забывают, и одаренные с очень хорошей памятью, быстро заучивают и медленно забывают.

Иногда одному человеку, для того чтобы лучше запомнить материал необходимо его прочесть, т. к. при запоминании и воспроизведении ему легче опираться на зрительную память то другому легче опираться на слуховую память и акустические образы. Третьему легче запоминать и воспроизводить движение и ему можно рекомендовать записывать материал или сопровождать его запоминание какими-либо движениями.

Чистые виды памяти в смысле безусловного доминирования одного из перечисленных крайне редки. Чаще всего можно столкнуться c различными сочетаниями зрительной, слуховой, двигательной памяти. Типичными их смешениями является: зрительно-двигательная, зрительно-слуховая, слуховая - двигательная. Однако у большинства людей все же доминирующей выступает зрительная память.

Наибольшее развитие у человека обычно достигают те виды памяти, которые чаще всего используются. Большой отпечаток на этот процесс накладывает профессиональная деятельность. Например: у учёных отмечается очень хорошая смысловая и логическая память, но сравнительно слабая механическая память. У актёров и врачей хорошо развита память на лица.

Процессы памяти тесно связаны с особенностями личности человека, его эмоциональном настроем, интересами, потребностями. Они определяют то, что и как человек запоминает, хранит и припоминает. Запоминание также зависит от отношения личности к запоминаемому материалу. Отношение определяет избирательный характер памяти. Мы обычно запоминаем то, что нам интересно и эмоционально значимо. Существенную роль в запоминании может играть общее состояние личности в момент запечатления, а также её физическое состояние в целом, доказательством этому служит болезненное нарушение памяти. В таких случаях происходит характерное расстройство памяти, которое в своих особенностях отражает расстройства личности больного. Известный исследователь расстройства памяти Т. Рибо писал по этому поводу, что наша более или менее представление о себе в каждый данный момент времени поддерживается памятью, и питается его, и стоит памяти прийти в состояние расстройства, как тотчас же меняется представление человека о самом себе. Существует, не очень заметная, но похожая на заметное расстройство человеческой памяти, которое мы не замечаем так же, как акцентуации характера. Также расстройства в жизни встречаются очень часто, поэтому важно иметь представление о таких типичных нарушениях.

Далее говоря о памяти, возникает вопрос, является ли память признаком большого интеллекта. В действительности же есть огромное количество людей, которые отличаются феноменальной памятью, но не отличаются глубоким интеллектом, т.к. феноменальная память не всегда служит истинным критерием ума.

Справедливо и другое утверждение совсем не обязательно быть человеком средних или ниже средних способностей, чтобы обладать феноменальной памятью, так например, поистине великие математики как А.М.Ампер, Джон Уоллес, Карл Фридрих Гаусс, также обладали феноменальной памятью. Но память, помогая им в работе, отнюдь не была причиной их гениальности. [27]

И все же нужно сказать, что память и интеллект тесно взаимосвязаны, т.к. чем одарённей человек умственно, тем лучше у него память. Так, например, запас слов человека является довольно хорошим показателем, как памяти, так и ума. Известно, что люди с бедным опытом тяготеют к механическому запоминанию.

Любая работа научного характера способствует улучшению памяти, т.к. обогащает новыми категориями, точками зрения, исходя из которых можно, классифицируя запоминать факты и явления. Таким образом, память нельзя оторвать от других психических процессов, в том числе и от мышления, с которым она тесно связана, т. к. в большинстве случаев при хорошем интеллекте мы имеем хорошую память. При прочих равных обстоятельствах память является ценным качеством. Этот параллелизм, однако, не обязателен. Приводится ряд исследований, в том числе известного психолога Оффнера, который доказал меньший объём запоминания, более низкий темп запоминания и меньшую точность воспроизведения у слабоумных. Память у слабоумных носит чисто механический характер, без включения в этот процесс какой-либо интеллектуальной проработки полученной информации. Память слабоумных почти не отражает специфические особенности человеческой памяти, ее опосредованный характер и наиболее существенные её качества заключаются в том, что человек своими знаниями владеет и может ими пользоваться. Механическая память наблюдается у умственно отсталых людей и не несёт в себе высших проявлений памяти и не может быть разумно использована. Эксперименты, проводимые с детьми школьниками, Х.Эббенгаузом в Бреснавской гимназии показали, что элементы памяти заключённые в немедленном воспроизведении ряда простых относительных впечатлений в среднем не лучше чем у одарённых детей. Правда есть ряд других исследований, которые устанавливают лучшую память у более одарённых детей. Исследования, проведённые во Франции, показали, одарённые ученики имели более сильную память, успех в школьных занятиях у учеников сильно расходился между собой. Так как у некоторых хороших учеников обнаружилась неудовлетворительная память, а у некоторых средне одарённых, память оказалась очень хорошей. [28]

Если верно то, что одарённость и память идут не параллельно, то и одна одарённость без памяти являлась бы по образному выражению, полководцем без войска или живописцем без красок. Поэтому на вопрос о том, почему у одного человека память лучше другого, или почему один человек бывает умнее другого. Можно сказать, что это пока физиологическая тайна.

Возможно, в исключительных случаях мозг может иметь такое строение, что определенный вид долговременной памяти, например, на числа возникает с особой лёгкостью и поэтому есть люди, которые помнят имена и не помнят лица. И наоборот рассеянные учёные помнят до мельчайших подробностей аспекты своего предмета, но с трудом вспоминают свой домашний адрес.

Таким образом, следует отметить, что возможности памяти только отчасти отражают врожденные свойства человеческого мозга. В значительной степени память можно развить путём систематической тренировки и об этом свидетельствуют многие приводимые примеры. Несомненное значение, особенно для высших проявлений памяти, имеет и общий уровень эрудиции человека, позволяющий связывать каждый новый факт с имеющимися знаниями.

**Вывод по 1 главе**

Изучив и проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы выяснили, что память - основа психической деятельности. Без нее невозможно понять основы формирования поведения мышления, сознания, подсознания. Память лежит в основе способностей человека, является условием научения, приобретения знаний, формирования умений и навыков. Мы рассмотрели основные теории памяти и выяснили, что единой и законченной теории памяти нет.

Далее проанализировав основные процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание и забывание, мы выявили, что главным процессом памяти является запоминание. Все упомянутые нами виды памяти не существуют изолированно друг от друга. Они неотделимы один от другого. Но тот или иной вид памяти может преобладать над другими, определяя их тип памяти. А также выяснили, что память во всех ее формах очень важна для любой стадии онтогенеза, однако особо значимую роль играет она в начале жизни ребенка.

Так же, как ощущение и восприятие память является процессом отражения, причем отражается не только то, что действует непосредственно на органы чувств, но и то, что имело место в прошлом.

Память – это запоминание, сохранение и последующее воспроизведение того, что мы раньше воспринимали, переживали или делали. Иными словами память - это отражение опыта человека путем его запоминания, сохранения и воспроизведения. То, что нами ощущается и воспринимается, не исчезает бесследно, все запоминается в той или иной степени.

Не все люди быстро запоминают материал, длительно помнят и точно воспроизводят или вспоминают именно в тот самый момент, когда это нужно. Да и проявляется это различно, по отношению к разному материалу, в зависимости от интересов человека, его профессии, личностных особенностей. Кто-то хорошо запоминает лица, но плохо помнит математический материал, у других хорошая музыкальная память, но плохая на литературные тексты. У школьников запоминание материала часто зависит не от плохой памяти, а от плохого внимания, от отсутствия интереса к данному предмету.

Ни одна другая психическая функция не может быть осуществлена без участия памяти, и сама память не мыслима вне других психических процессов. И.М. Сеченов отмечал, что «без памяти, наши ощущения и восприятия исчезая бесследно по мере возникновения, оставляли бы человека вечно в положении новорожденного».

Память – сложнейший психический процесс, поэтому, несмотря на многочисленные её исследование, все еще не создано единой теории механизмов памяти. Новые научные данные показывают, что процессы памяти связаны со сложными электрическими и химическими изменениями мозга.

**Глава 2. РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

**2.1 Особенности развития и формирования памяти в младшем школьном возрасте**

В современной отечественной возрастной психологии принято младший школьный возраст относить к детям - от 7 до 10 лет. [9]  
 А.А. Смирнов отмечает, что все психические процессы, в том числе и память, в младшем школьном возрасте претерпевают существенные изменения. Младший школьный возраст характеризуется интенсивным *развитием способности к запоминанию и воспроизведению*. В самом деле, если нам трудно или почти невозможно припомнить что-либо из событий раннего детства, то младший школьный возраст уже оставляет много ярких воспоминаний.[25]  
 С точки зрения А.Н. Леонтьева, у младших школьников *более развита наглядно-образная память* (конкретные сведения, события, лица, предметы, факты). Вместе с тем в процессе обучения создаются благоприятные условия для развития более сложных форм словесно - логической памяти.[18]  
 Л.С.Выготский указывает на то, что у младших школьников увеличивается *объем памяти*. Но сам процесс развития памяти происходит неравномерно. [3]  
 Важнейшим вкладом в науку была разработка Г. Эббингауза и его последователей методов количественного изучения процессов памяти. Дальнейшие исследования памяти были не простым продолжением этих работ, а их переносом на новые области в исследовании памяти. Новым шагом в анализе особенностей развития и формирования памяти в младшем школьном возрасте явились сравнительные исследования непроизвольного и произвольного запоминания, наиболее полно развернутых в работах отечественных психологов П.И. Зинченко и А.А. Смирнова. [15]  
 По П.И. Зинченко память младшего школьника в основном носит *непроизвольный характер*. Это значит, что дети чаще всего не ставят перед собой осознанных целей что-либо запомнить. Запоминание и припоминание происходят независимо от их воли и сознания. Они осуществляются в деятельности и зависят от ее характера. Дети запоминают то, на что было обращено их внимание в деятельности, что произвело на них впечатление,.[18]  
 А.Н. Леонтьев отмечает, что качество непроизвольного запоминания предметов, картинок, слов зависит от того, на сколько активно дети действует по отношению к ним, в какой мере происходят их детальное восприятие и обдумывание в процессе действия. Например, при простом рассматривании картинок дети запоминают гораздо хуже, чем при случаях, когда им предлагают эти картинки разложить по своим местам (отложить отдельно изображения предметов для сада, кухни, детской комнаты, двора). Непроизвольное запоминание является косвенным, дополнительным результатом выполняемых детьми действий восприятия и мышления.  
 Если события этой поры детства имели эмоциональную значимость и произвели впечатление на ребенка, они могут сохраниться в памяти на всю оставшуюся жизнь. Непроизвольная память младшего школьника постепенно приобретает черты произвольности, становясь сознательно регулируемой и опосредствованной.[18]  
 С точки зрения А.А. Смирнова, к *произвольному* запоминанию и воспроизведению дети приходят в результате опыта припоминания, когда начинают осознавать, что если они не постараются запомнить, то потом не смогут воспроизвести необходимое. А также в тех случаях, когда в их деятельности возникают соответствующие задачи или когда этого требуют взрослые.  
 Особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Ребенок *начинает осознавать особую мнемическую задачу.* Он отделяет ее от всякой другой. Уже в первом классе у детей появляется необходимость что-то запомнить буквально, что-то выучить механически, что-то пересказать своими словами и т.п.  
 Мнемическая деятельность на протяжении младшего школьного возраста становится все более произвольной и осмысленной. Показателем осмысленности запоминания является овладение приемами и способами запоминания (группировка материала, осмысление связей различных его частей, составление плана, рассматривание и повторение материала при расчленении его на части и др.). [25]  
 Рассмотрев особенности развития и формирования памяти у младших школьников, мы выяснили, что память в этот период имеет ярко выраженный познавательный характер. В младшем школьном возрасте качественно меняется осознание мнемической задачи, а также формирование приемов запоминания. Непроизвольная память младшего школьника постепенно приобретает черты произвольности, становясь сознательно регулируемой и опосредствованной.

**2.2 Факторы, влияющие на развитие памяти в младшем школьном возрасте**

Когда информация трудна для запоминания, сложно организована, и ребенок ограничен во времени, на помощь приходят специальные приемы быстрого запоминания. Они позволяют избежать занудной зубрежки. Таких приемов существует много. Различные приемы и способы эффективны для каждого по-разному. *Самое главное* - не познакомиться с как можно большим количеством приемов и способов, а понять общие факторы, по которым все они построены. Освоив их, младший школьник сможет запоминать любую необходимую информацию самым эффективным именно для него способом.   
Т.Б. Никитина указывает на такие факторы, которые лежат в основе любого эффективного запоминания, как:   
*Фактор желания.* Для того чтобы запомнить информацию, нужно хотеть это сделать. Иметь четкое и осознанное намерение, ставить задачу запомнить. Как ни странно, огромный процент неудачного запоминания связан с тем, что ученик не ставил сознательную задачу-запомнить.   
*Фактор осознания*.   
 Кроме желания необходимо подумать над мотивом - для чего пригодится запоминаемая информация, как и когда, придется ее использовать. Хорошо, если ребенок сможет осознать и поставить цель предстоящего запоминания.   
Для того чтобы запомнить информацию, нужно установить связь с уже имеющимися у ребенка знаниями или опытом. Другими словами, каждую новую единицу информации нельзя оставить не сцепленной ни с чем - нужно обязательно связать ее с чем-то. Если никакой связи не установлено, то отыскать ее в недрах памяти будет очень сложно. Для того чтобы информация была усвоена, у ребенка есть два пути: или ее зубрить, или же установить связь или связи и ограничиться одним-двумя повторами. Причем чем больше связей между двумя мыслями или фактами будет установлено, тем выше вероятность вспомнить одну информацию при помощи другой. При установлении каждой новой связи, в свою очередь, устанавливаются новые нервные связи, и чем больше таких связей, тем сцепление между фактами лучше. Связи могут быть двух основных видов - логические (смысловые) и ассоциативные (образные, абстрактные).   
*Фактор ярких впечатлений***.**   
 Чтобы запоминание произошло быстрее, а следы хранились как можно дольше, необходимо помочь детской памяти трансформировать запоминаемую информацию в комфортный для нее вид. Другими словами, любую информацию нужно постараться сделать такой, чтобы она выглядела как яркое впечатление.   
*Фактор хорошего внимания***.**

Без внимания нет запоминания. Восемьдесят процентов неуспеха в запоминании имеют отношение к недостаточно хорошему вниманию. Поэтому надо, во-первых, выработать навыки концентрации внимания, а во-вторых, никогда не забывать его, вовремя подключать.   
 Применяя техники запоминания, необходимо помнить о следующем: техники - это не подмена собственно запоминания, а лишь средство для сокращения времени на запоминание. Природная память, данная с рождения, всегда участвует в работе. Техники - это помощь ей, их нельзя переоценивать и нужно подстраивать под природную (ее еще называют натуральной) память. [17]

**2.3 Упражнения для развития памяти**

Целесообразно сообщить младшим школьникам информацию о различных приемах и способах запоминания, и помочь в овладении теми из них, которые окажутся наиболее эффективными.

По Л.Ф. Обуховой, в младшем школьном возрасте идет интенсивное формирование приемов запоминания. От наиболее примитивных приемов (повторение, внимательное длительное рассмотрение материала) в более старшем возрасте ребенок переходит к группировке, осмыслению связей разных частей материала.

З.М. Истомина в исследовании произвольного запоминания у младших школьников, выявила способы, с помощью которых дети осуществляют запоминание. Самый простой способ запоминания - повторение изученного вслед за взрослым. В дальнейшем повторение приобретает новую форму - дети повторяют поручение не в процессе выслушивания его, а после того, как оно выслушано. Переход к мысленному повторению превращает запоминание в процесс внутренний, делает возможным дальнейшее развитие процесса запоминания и его интеллектуализацию.

Е.О. Смирнова отмечает, что способом, облегчающим запоминание и последующее воспроизведение, является соотнесение того, что запоминается, с чем-либо известным или сопоставление отдельных частей, вопросов внутри запоминаемого материала. Развитие этого процесса идет от непосредственного запоминания с опорой на внешние вспомогательные средства (предметы и картины), а затем - на внутренние (составление плана, воспроизведение вслух или про себя, нахождение сходства между новым и старым). Эти вопросы исследовал А.Н. Леонтьев в эксперименте с детьми разного возраста.

С точки зрения Р.С. Немова, специальные исследования, направленные на изучение возможностей формирования этих приемов у младших школьников, показывают, что обучение мнемическому приему, в основе которого лежит умственное действие, должно включать два этапа: формирование самого умственного действия и использование его как мнемического приема, т.е. средства запоминания.

Показателем произвольности служат приемы запоминания. Сначала основным приемом является многократное прочитывание всего материала. Затем учащиеся начинают пользоваться более сложным приемом: чередуют прочитывание с воспроизведением.

Выдающийся психолог А.А. Смирнов выделил и обозначил следующие приемы для детей младшего школьного возраста, с помощью которых достигается лучшее понимание материала с целью его более прочного запоминания:

1) составление плана, включающее в себя разбивку материала на части, группировка мыслей и выделение смысловых опорных пунктов, содержащих в себе основное, существенное. Деление текста на смысловые части является важнейшим приемом осмысленного запоминания. Это деление требует сложной мыслительной деятельности, представляющее для младших школьников значительную трудность. Для овладения этим приемом нужна специальная организация работы учащихся.

2) соотнесение содержания текста с имеющимися знаниями, включение нового в систему знаний. А.А. Смирнов ввел три параметра соотнесения. Первый - это богатство знаний, всплывающих в осознании при соотнесении нового с уже известным. Второй - существенность связей, на которые можно опереться при соотнесении. Третий - степень осознанности отношений, устанавливаемых между новым и известным.

3) соотнесение содержания разных частей текста друг с другом;

4) использование образов или наглядных представлений;

5) перевод содержания текста на свой язык.

Рассматривая акты мышления в качестве основы активной мнемической деятельности, ученики и последователи А.А. Смирнова, А.Н. Леонтьева, П.И. Зинченко расширили и модифицировали выделенные ими приемы мнемической деятельности. На углубление понимания материала для его запоминания направлены такие приемы, как: классификация или логическая группировка материала, его систематизация, выделение главного в тексте, обобщение запоминаемых сведений.

Рассмотрим некоторые приемы и упражнения для развития памяти, облегчения запоминания.

1. Образование смысловых фраз из начальных букв запоминаемой информации («Каждый охотник желает знать, где сидит фазан» - о последовательности цветов в спектре: красный, оранжевый и т. д.).

2. Ритмизация - перевод информации в стихи, песенки, в строки, связанные определенным ритмом или рифмой.

3. Запоминание длинных терминов с помощью созвучных слов (например, для иностранных терминов ищут похожие по звучанию русские слова, чтобы запомнить медицинские термины, «супинация» и «пронация», используют созвучную и шуточную фразу «суп несла и пролила»).

4. Нужно находить яркие, необычные образы, картинки, которые по «методу связки» соединяют с информацией, которую надо запомнить. Например, нам надо запомнить набор слов: карандаш, очки, люстра, стул, звезда. Запомнить это будет легко, если вы вообразите их «персонажами» яркого, фантастического мультфильма, где стройный франт - «карандаш» в «очках» подходит к полной даме «люстре», на которую шаловливо влезает «стул», на обивке которого сверкают «звезды». Такой придуманный мультик забыть или перепутать трудно. Чтобы повысить эффективность запоминания по «методу связок», полезно сильно искажать пропорции (огромный «жук»); представлять предметы, в активном действии («карандаш» подходит); увеличивать количество предметов (сотни «звезд»); менять местами функции предметов («стул» на даме «люстре»).

5. Метод Цицерона. Представьте, что обходите свою комнату, где вам все хорошо знакомо. Информацию, которую вам надо запомнить, расставьте мысленно по ходу вашей прогулки по комнате. Вспомнить информацию вы сможете опять, представив себе свою комнату, - все будет на тех местах, где вы их расположили при предыдущем «обходе».

6. При запоминании цифр, чисел можно использовать приемы: а) выявить арифметическую зависимость между группами цифр в числе, например, номер телефона 386472 разбить на 38-64-72; б) выделить знакомые числа -например, в числе 859314 выделить 85 -год рождения брата, 314 - первые цифры числа «пи» и т. д.; в) «метод зацепок» - замена цифр образами. Например, 0 - круг, 1 - карандаш, 2 - очки, 3 - люстра, 4- стул и т. д.

7. Запоминание слов связыванием их в рассказ.

Исходные положения:

образы должны быть яркими, четкими, необычными. Вы должны видеть их в воображении;

они должны быть в движении;

связка между ними может быть в виде накладывания друг на друга, перекатывания, на основе "похожести".

Пример запоминания логически не связанных слов(дерево, стол, река, корзина, расческа, мыло, ежик, резинка, книга, трактор, дождь, солнце, часы, лампа, скрепка, дом, самолет, тетрадь, носки, воздух).

Мы видим зеленое красивое ДЕРЕВО. Из него начинает расти в сторону доска, из доски вниз опускается ножка, получается СТОЛ. Приближаем свой взгляд к столу и видим на нем лужу, которая стекает вниз, превращаясь в целую РЕКУ. Посередине реки образуется воронка, которая превращается в КОРЗИНУ, которая вылетает из реки на берег. Вы подходите и отламываете у нее один край - получается РАСЧЕСКА. Вы берете ее и начинаете расчесывать волосы до тех пор, пока из головы не начинает выделяться МЫЛО. Оно стекает и остается волос, торчащий ЕЖИКОМ. Вам очень неудобно и Вы берете РЕЗИНКУ и стягиваете ею волосы. Но она не выдерживает и лопается. Когда она падает вниз - разворачивается по прямой линии, а затем превращается в КНИГУ. Вы пытаетесь ее поднять - не получается. Тогда, открываете ее и из не прямо на Вас выезжает, ТРАКТОР, который светит в глаза мощным лучом, словно СОЛНЦЕ. Становится очень жарко, и с Вас льется пот. Очень хочется, чтобы пошел ДОЖДЬ. И он начинает идти. Вы поднимаете голову и видите над собой ЧАСЫ, из которых льется вода. Вам становится холодно от дождя, хочется, чтобы он прекратился. Вы подпрыгиваете, хватаетесь за стрелку часов и вырываете ее. Опустившись на землю, Вы рассматриваете ее и замечаете у основания стрелки прикрепленную огромную ЛАМПУ. Вы забираете стрелку в виде СКРЕПКИ и прикрепляете на нагрудный карман. Только прикрепили стрелку, как от лампы начали откалываться и падать на ноги, превращаясь в кирпичи, кусочки стекла. Вы отпрыгиваете от него в сторону, сбросив с себя лампу со скрепкой. Постепенно из кирпичей, которые падают из лампы, появляется целый ДОМ. Вы подходите к нему, касаясь рукой стрелки, но он вдруг взлетает на воздух, словно САМОЛЕТ. И у Вас в руках остается кирпич, который превращается в ТЕТРАДЬ. Вы вырываете из нее листы и делаете из них себе НОСКИ (помня, что они дефицит) и идете в них по земле, как по ВОЗДУХУ.

8. Прочтите с доски первый ряд слов и запишите по памяти.

То же самое проделывается с каждым последующим рядом.

Слова записаны на доске мелом, то есть учащиеся воспринимают «слабоконтрастные» графические знаки.

паук, часы, волк, лиса

книга, белка, щенок, слива

грибок, ворона, килька, фартук

8. Зрительные диктанты.

На доске заранее сделала запись из двух или трех строк, временно закрытая. Когда запись откроется, вы должны прочесть первую строку два раза: первое чтение — знакомство, второе — выделение «опасных» мест в словах. Как только запись опять закроется, вы должны сразу же закрыть глаза и представить зрительно все: и предложение, и слова, и каждую букву, в них входящую.

В этот момент зрительная память очень поможет вам, так как один из секретов кратковременного запоминания — повторить материал в первые же секунды.

Следующее действие — запись в тетрадь.

План зрительного диктанта:

а) читаю первую строку два раза;

б) представляю ее зрительно;

в) записываю в тетрадь.

Тоже со второй строкой и т. д.

По окончании работы весь материал будет открыт для самопроверки.

9. Слуховые диктанты. При слуховых диктантах, школьники воспринимают предложения на слух. Вам надо многое «услышать» от учителя: и порядок слов в предложении, и знаки препинания, и написание незнакомых слов. Можно ли «услышать» запятую? вопросительный или восклицательный знак?

Благодаря этому приему вы сможете запомнить предложения из 6, 7, 8, 9, 10 слов, т. е. научитесь увеличивать объем запоминаемого материала.

План слухового диктанта:

а) слушаю очень внимательно;

б) повторяю предложение про себя;

в) пишу в тетрадь.

То же самое со вторым предложением и т. д.

По окончании диктанта не забудьте оценить слуховую память.

10. Запоминание текстовой информации посредством выделения ключевых слов и установления связей между ними.

1. Возьмите два карандаша (красный и синий). Прочитывая текст, подчеркните красным карандашом ключевые слова, т.е. слова, по которым можно воспроизвести предложение.

2. Проверьте, связаны ли логическим переходом эти слова-опоры. Например: кран-стол. Мы понимаем, что идет описание кухни. Допустим: самолет-клубника. Ясно видно, что связи нет, поэтому выделите в таких местах дополнительные опоры синим карандашом.

3. Выпишите слова на отдельный лист и подчеркните опоры, выделенные красным цветом (выписываются подряд слова, подчеркнутые красным и синим цветом).

4. Составьте с ним рассказ и воспроизведите слова на другом листке.

5. Сверьте с контрольным листом, исправьте ошибки (в воображении).

6. Теперь вызывайте слово за словом в воображении и по ним воспроизводите текст. После отработки, таким образом, 30-60 страниц текста процесс начинает выполняться непроизвольно, т.е. уже не нужно будет проделывать это письменно.

Таким образом, можно сделать вывод что младшему школьнику необходимо прибегать не только к приемам и способам запоминания учебного материала, но и к рассмотренным нами факторам эффективного запоминания, в основе которых лежит: желание, осознание, яркие впечатления, хорошее внимание. Освоив их, младший школьник сможет запоминать абсолютно любую необходимую информацию самым эффективным именно для него способом.

**Вывод по 2 главе**

Рассмотрев особенности развития и формирования памяти у младших школьников, мы выяснили, что память в этот период имеет ярко выраженный познавательный характер.

В младшем школьном возрасте качественно меняется осознание мнемической задачи, а также формирование приемов запоминания (от повторения до ориентации на смысл и связь вещей).

Выяснили, что в основе любого эффективного запоминания лежит: желание, осознание, яркие впечатления, хорошее внимание.

Память является важным компонентом эффективного обучения в младшем школьном возрасте и поэтому целенаправленная развивающая работа по овладеванию мнемической деятельностью является в этот период наиболее эффективной. Мы рассмотрели упражнения для развития памяти детей младшего школьного возраста, а также то, что в этом возрасте наблюдается переход от простых приемов к более сложным.

После специального обучения младшие школьники начинают с успехом применять рациональные приемы заучивания наизусть, используют комбинированный или целостный прием запоминания, повторения распределяют во времени.

Возрастные особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Усиливается роль словесно-логического, смыслового запоминания и развивается возможность сознательно управлять своей памятью и регулировать её проявления. В связи с возрастным относительным преобладанием деятельности первой сигнальной системы у младших школьников более развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая. Они лучше, быстрее запоминают и прочнее сохраняют в памяти конкретные сведения, события, лица, предметы, факты, чем определения, описания, объяснения. Младшие школьники склонны к механическому запоминанию без осознания смысловых связей внутри запоминаемого материала.

**Заключение**

Память играет в жизни человека большую роль. Она лежит в основе любого психологического явления, связывает прошлое человека с его настоящим. Память - это процесс запечатления, сохранения и воспроизведения прошлого опыта. У младших школьников, память, считают ведущим психическим процессом. В этом возрасте запоминание происходит главным образом непроизвольно, что обусловлено недостаточно развитой способностью к осмыслению материала, меньшей возможностью использования ассоциаций и недостаточным опытом и незнакомством с приемами запоминания. Если события имели эмоциональную значимость для ребенка и произвели на него впечатление, непроизвольное запоминание отличается особой точностью и устойчивостью. Известно, что дети младшего школьного возраста легко запоминают бессмысленный материал (например, считалки) или объективно осмысленные, но недостаточно понятные им слова, фразы, стихотворения. В качестве причин, называют, особое эмоциональное отношение, включение в игровую деятельность. Кроме того, сама непонятность информации может стимулировать любознательность ребенка и привлекать к ней особое внимание. Основным направлением развития памяти в младшем школьном возрасте является стимулирование запоминания.

Память во многом облегчает обучение, поэтому нужно заметить, что хорошая память сама по себе является интеллектуальной способностью человека, то память и интеллект идут параллельно т.к. например словарный запас человека является хорошим показателем высокого интеллекта, поэтому память всё же неотрывна от психических процессов и в том числе от мышления. Поэтому можно чётко выявить индивидуальные особенности памяти каждого испытуемого, у одного она лучше другого, но это преимущество во многом определяется тем, по каким видам деятельности занимается данный человек. Один хорошо играет на фортепьяно, т.е. учится музыке другой любит рисовать. Поэтому всё же в значительной степени память можно развивать путём систематических тренировок. Для этого и предлагают следующие рекомендации, которые помогут улучшить тот вид памяти, который является менее развитым. Для того чтобы улучшить память необходимо выполнять и помнить следующее, что в подростковом возрасте проходят важные процессы, связанные с перестройкой памяти. Активно начинает развиваться логическая память и скоро достигает такого уровня, что человек переходит к преимущественному использования этого вида памяти, а так же к произвольной и опосредованной памяти. Как реакция на более частое практическое употребление в жизни логической памяти замедляется развитие механической памяти. Жалобы на память в этом возрасте встречаются чаще чем у младших школьников. Наряду с этим появляется интерес, как улучшить запоминание.

А.Н.Леонтьев показал, что с увеличением возраста идет постепенное улучшение непосредственного запоминания, причём быстрее, чем опосредственного и ближе к подростковому и юношескому возрасту. Прирост продуктивности непосредственного запоминания замедляется и за одно с этим увеличивается продуктивность опосредованного запоминания.

С возрастом отношения между памятью и мышлением меняются. Мышление в этом возрасте тесно связано с памятью, мыслить, значит вспоминать, т.е. запоминание сводится к мышлению, к установлению логических отношений внутри запоминаемого материала, а припоминание заключается в восстановлении материала по этим отношениям.

Воспитанию положительных свойств памяти в значительной степени содействует рационализация умственной и практической работы человека: порядок на рабочем месте, планирование, самоконтроль, использование разумных способов запоминания, соединение умственной работы с практической, критическое отношение к своей деятельности, умение отказаться от неэффективных приемов работы и заимствовать у других людей приемы эффективные и т.п. Некоторые индивидуальные различия в памяти тесно связаны со специальными механизмами, защищающими мозг от лишней информации. Степень активности указанных механизмов y разных людей различна. Защитой мозга от ненужной информации объясняется, в частности, явление гипнопедии, т.e. обучение во сне. В состоянии сна некоторые механизмы, защищающие мозг от избыточной информации, выключаются, поэтому запоминание происходит быстрее.

Поэтому будет правильно, если сказать, что не бывает плохой памяти, если это не связано с патологией. Память можно улучшить с помощью специальных упражнений, улучшить память можно благодаря постоянному заучиванию стихотворений.

Активное развитие памяти происходит в результате чтения, письменной речи, выступления, чтения монолога вслух и тогда не будет необходимости носить с собой записные книжки.

Таким образом, задачи, поставленные в начале работы, были решены, цель исследования достигнута, гипотеза подтверждена.

**Литература**

1. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе /М.Р.Битянова, Т.В.Азарова, Е.И.Афанасьева, Н.Л.Васильева. - М.: Совершенство, 1998. - 467 с.
2. Блюм Д. Психоаналитические теории личности, М.,1999.
3. Выготский, Л.С. Психология /Л.С.Выготский. - М.: Эксмо-пресс, серия "Мир психологии", 2002. -108 с.
4. Давыдов, В.В. Предметная деятельность и онтогенез познания /В.В.Давыдов, В.П.Зинченко // Вопросы психологии, 2002, №5. - с.
5. Даниел Лапп “Улучшение памяти в любом возрасте” Мир 1993 г.
6. Зеньковский, В.В. Психология детства /В.В.Зеньковский. - Екатеринбург: Деловая книга, 1995. - 350 с.
7. Краткий психологический словарь/Ред.-сост. Л.А. Карпенко: Под общ.ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. - Ростов-на-Дону: Издательство "Феникс", 1998. - 347 с.
8. Корсакова, Н.К. Неуспевающие дети: нейропсихологическая диагностика трудностей в обучении младших школьников /Н.К.Корсакова, Ю.В.Микадзе, Е.Ю.Балашова. - М.: Педагогика, 2001.
9. Кулагина И.Ю. Возрастная психология; Полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.: ТЦ "Сфера", 2001. - 464 с.
10. Леонтьев, А.А. Л.С. Выготский / А.А.Леонтьев. - М.: Просвещение, 1990. – 237 с.
11. Леонтьев, А.Н. Развитие высших форм запоминания / А.Н.Леонтьев// Хрестоматия по общей психологии: Психология памяти. - М.: просвещение, 1979. - 672 с.
12. Леонтьев, А.Н. Избранные психологические произведения /А.Н.Леонтьев. - М.: Наука, 1983. - 219 с.
13. Лурия А.Р. “Маленькая книжка о большой памяти” М 1989 г.
14. Лядиус А.Р. “Память в процессе развития” М 1990 г.
15. Мещерякова Б.Г. Большой энциклопедический словарь. / Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. - 3-е изд., доп. и перераб. - СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. - 672 с.
16. Мухина, В.С. Детская психология/Под ред. Венгера Л.А./В.С.Мухина. - М.: Просвещение, 1985. - 271 с.
17. Никитина Т.Б. Как развить хорошую память. - М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2006. - 320 с.
18. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высш. пед учеб. заведений: В 3 кн. - Кн 2. Психология образования. - 3-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. - 608 с.
19. Пиаже, Ж. Речь и мышление ребенка/Ж.Пиаже. - М.: Педагогика-Пресс, 1999. - 528 с.
20. Пиаже, Ж. Суждение и рассуждение ребенка /Ж.Пиаже.- СПб: СОЮЗ, 1997.- 187 с.
21. Практическая психология образования. Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: ТЦ "Сфера", 1998. - 327 с.
22. Психическое развитие младших школьников / Под ред. В. В. Давыдова. - М.: Юнити-Дана, 1990.- 84 с.
23. Психологический словарь. Под общ ред. Неймера Ю. Л. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 352 с.
24. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. Т. I. М., 1989.
25. Смирнов А.А. Возрастные и индивидуальные различия памяти. - М.: АПН, 1999. - 221 с.
26. Хванливин М.М. “Функциональная и структурная организация памяти в норме и патологии” М 1999 г.
27. Шаталов В.В. Память и возможности ее развития, Киев 1997, Флорес Ц. Хрестоматия по общей психологии // Психология памяти МГУ, 1979
28. Хрестоматия по общей психологии. Психология памяти / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. М.: Изд-во МГУ, 1980.
29. Фридман, Л.М. Психология детей и подростков: Справочник для учителей и воспитателей /Л.М.Фридман. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 480 с.
30. Цукерман, Г.А. Что развивает и чего не развивает учебная деятельность младших школьников /Г.А.Цукерман // Вопросы психологии.- 2002.- №5. - с. 15-21.
31. Черемошкина, Л.В. Развитие памяти детей/Л.В.Черемошкина. - Ярославль: Академия развития, 1997. - 317 с.
32. Чуприкова, Н.И. Умственное развитие и обучение / Н.И. Чуприкова. - М.: АО "Столетие", 1994. - 192с.