

تمرین به خاطر سپردن

ناتوانی در حافظه کودکان یکی از دلایل ناکامی تحصیلی است . . .

برخی از والدین از پائین بودن نمرات درسی فرزندان خود شکایت دارند، با توجه به این که فرزندانشان از نظر هوشی، بینایی و شنیداری هیچ مشکلی ندارند و حتی ممکن است جزو کودکان باهوش باشند. شاید یکی از دلایل ناتوانی این کودکان در دریافت نمره ای قابل قبول، مطابق با ضریب هوشی شان ناتوانی در حافظه آنان باشد. اما می توان با انجام برخی تمرینات ساده حافظه این کودکان را تقویت کرد. اما قبل از انجام هر تمرین باید ظرفیت حافظه در هر کودک مشخص شود.



● فراخوانی حافظه دیداری

۲ کارت از اشکال هندسی یا تصاویر یا کلمات یا اعداد آشنا را به صورت جداگانه به کودک می دهیم و به ازای هر شکل یا کلمه یک ثانیه وقت به کودک می دهیم.

پس از مشاهده از کودک می خواهیم هر چیزی را که دیده است، بیان کند. اگر بعد از حذف کارت ها، سه کارت را به خاطر آورد، مراحل بالا را با اضافه کردن یک کارت دیگر تکرار می کنیم. در غیر این صورت حافظه کودک به سه واحد نرسیده است و باید تمرینات را با دو واحد (اشکال، تصاویر، کلمات و یا اعداد) شروع کنیم.

● فراخوانی حافظه شنیداری

سه عدد یا کلمه آشنا را به صورت واضح و با فاصله یک ثانیه از یکدیگر برای کودک می خوانیم و از کودک می خواهیم خوب گوش دهد و پس از شنیدن همه اعداد یا کلمات، آنها را تکرار کند.

● تقویت ظرفیت حافظه دیداری کودکان

تمرینات ارائه شده نه تنها برای کودکان با ناتوانی های یادگیری، بلکه برای تمام کودکان با مشکلات حافظه و حتی برای بزرگسالان قابل استفاده است.

۱) با استفاده از چند شیء مانند (ماشین های بازی کودکان) از کودک می خواهیم پس از مشاهده دقیق، اشیای دیده شده را نام ببرد. با توجه به ظرفیت حافظه تعداد وسایل را تعیین می کنیم. به تدریج با پیشرفت و تثبیت در هر مرحله بر تعداد وسایل یا اشیای می افزاییم.

۲) تمرینات بالا را با استفاده از تصاویر می توان انجام داد.

۳) با مکعب های رنگی شکل های ساده ای به عنوان الگو می سازیم و از کودک می خواهیم پس از مشاهده مانند ما بسازد و

در مراحل بعدی پس از ساختن شکل مورد نظر، روی آن را می پوشانیم و از کودک می خواهیم مانند ما بسازد. در مراحل بعدی از الگوهای پیچیده تر استفاده می کنیم.

۴) با نشان دادن تصاویر ساده ای از مزرعه و باغ وحش به مدت چند ثانیه، از کودک می خواهیم تا به سؤالات ما درباره آن تصاویر پاسخ دهد. در مراحل بعدی از تصاویر پیچیده تر استفاده می کنیم.

۵) استفاده از اشکال کامل و ناقص: از کودک می خواهیم به مدت چند ثانیه شکل کامل را مشاهده کند، سپس شکل ناقصی را در اختیارش قرار می دهیم و از او می خواهیم مانند شکل کامل آن را تکمیل نماید، در مراحل اولیه با حضور شکل کامل و سپس با حذف آن در مراحل بعدی از اشکال پیچیده تر استفاده می کنیم و قسمت های ناقص را هم بیشتر می کنیم.

۶) چند تصویر ساده را در مقابل کودک می چینیم. پس از مشاهده به مدت چند ثانیه، ترتیب تصاویر را بر هم می زنیم و از کودک می خواهیم تصاویر را به همان ترتیبی که دیده است، بچیند. این تمرین را با اشیا هم می توان انجام داد.

۷) به خاطر آوردن وسایل داخل یک فروشگاه، ویتترین مغازه، کمد شخصی کودک و... پس از چند ثانیه مشاهده می تواند باعث تقویت دقت و حافظه کودک شود.

۸) پس از بازگشت از یک میهمانی، سؤالاتی درباره افراد شرکت کننده در آن میهمانی، نوع لباس، رنگ لباس و... از کودک بپرسیم و یا حتی در مورد غذایی که در آن میهمانی صرف شده است.

۹) تصاویری ناقص را (به صورت قرینه) در اختیار کودک قرار دهید تا کودک پس از مشاهده دقیق نیمه ناقص را بدون دیدن نیمه کامل، تکمیل کند. (تصاویر باید بسیار ساده باشد)

۱۰) پس از انجام تمرین شش می توانیم تصاویر یا اشیا چیده شده را یکی یکی حذف نماییم، در حالی که کودک تصویر و یا وسیله حذف شده را نمی بیند پس از حذف وسیله یا تصویر از کودک می خواهیم نام آن را بیان کند و این تمرین را تا حذف کامل تصاویر و یا وسایل ادامه می دهیم.

۱۱) با در اختیار گذاردن تصاویر و یا وسایل استفاده شده در تمرین قبل، از کودک می خواهیم آنها را مانند وقتی که اولین بار دیده است، بچیند و در مراحل بعدی به ترتیب حذف شدن آنها را بچیند و در مراحل پیشرفته تر بدون حضور تصاویر و یا اشکال فقط نام آنها و جای آنها و ترتیب حذف شدن آنها را بگوید.

۱۲) پس از پیشرفت و تثبیت حافظه اشیا و تصاویر وارد کار با اعداد و حروف و سپس کلمات می شویم. تمام تمرینات قبل را با اعداد و یا حروف و در نهایت به کارگیری کلمات ادامه می دهیم.

۱۳) استفاده از کلمات هم خانواده و صحبت در مورد شباهت های املایی آنها بسیار مؤثر و مفید خواهد بود. دانش آموز خواهد آموخت که کلمات از یک خانواده، به یک شکل نوشته می شوند.

۱۴) نوشتن کلمات به خاطر سپرده شده با روش های گفته شده و نوشتن آنها روی سینی شن و یا نوشتن با انگشت روی میز و یا با آبرنگ، نوشتن با انگشت در هوا با چشم باز و بسته همگی باعث تقویت حافظه در مراحل پیشرفته تر خواهد شد.

لازم به ذکر است انجام تمام این تمرینات مستلزم مداومت، تکرار و تمرین و انجام تمرینات از ساده به مشکل و با روش صحیح است و تا زمانی که ظرفیت حافظه در هر مرحله تثبیت نشده، وارد مرحله بعدی نشویم.

تمامی این تمرینات را تا رسیدن به حد مطلوب حافظه یعنی (۷+۲) واحد می توان ادامه داد.

همه این تمرینات به نوعی در تداعی ذهنی، تقویت توجه، تمرکز و دقت کودکان شما مفید و مؤثر خواهد بود.

• تقویت ظرفیت حافظه شنیداری کودکان

پس از مشخص شدن میزان ظرفیت حافظه شنیداری، تمرینات را شروع می کنیم.

۱) سه کلمه یا عدد را در حالی که با تصاویر همراه است به کودک می گوئیم و از او می خواهیم با دقت گوش دهد و همان تصاویر یا اعداد بازگو شده را از میان تصاویر و اعدادی که پیش رو دارد، بیابد.

۲) متناسب با تصاویر ارائه شده به کودک، جملاتی کوتاه و قابل فهم بیان می کنیم و از کودک می خواهیم تصویر متناسب با هر جمله شنیده شده را بیابد.

۳) سه کلمه و یا سه عدد را که دو تا از آنها مثل هم هستند به کودک می گوئیم و از او می خواهیم به ما بگوید کدام دو کلمه مثل هم بیان شد. (انار مادر انار) و در مراحل بعدی از کودک می خواهیم کلمه یا عدد متفاوت را بیان کند. با پیشرفت کودک بر تعداد کلمات و یا اعداد می افزاییم.

۴) استفاده از کلمات هم آغاز و هم پایان (آهو درخت آب)، (توت سوت توپ)، از کودک می خواهیم سه کلمه شنیده شده را بیان کند، سپس دو کلمه را که هم آغاز هستند و یا هم پایان هستند، بیان کند.

برای کلمات هم آغاز بهتر است از کلماتی که با مصوت های (آ آ | ا ا | او ای) شروع شده اند، استفاده شود. با پیشرفت کودک بر تعداد کلمات افزوده می شود.

۵) یادگیری اشعار ساده، مثل ها چیستان ها بازی های انگشتی (کلاغ پر) همگی در تقویت حافظه و دقت شنیداری مفید و مؤثرند.

پس از انجام این مرحله می توان سایر موارد قسمت قبلی را از شماره هفت به بعد به این مراحل اضافه کرد.