

Набор упражнений для развития памяти у подростков

Память, один из психических процессов, который можно развивать с наибольшей эффективностью. Ниже приводятся игры, задания, упражнения развивающие память подростков.

Процедура 1

Зачитываются слова. Испытуемые должны постараться запомнить их попарно. Затем читаются только первые слова каждой пары, а испытуемые записывают второе.

МАТЕРИАЛ:

1. курица — яйцо, ножницы — резать, лошадь — сено, книга — учить, бабочка — муха, щетка — зубы, барабан — пионер, снег — зима, петух — кричать, чернила — тетрадь, корова — молоко, паровоз — ехать, груша — компот, лампа — вечер.
2. жук — кресло, перо — вода, очки — ошибка, колокольчик — память, голубь — отец, лейка — трамвай, гребенка — ветер, сапоги — котел, замок — мать, спичка — овца, терка — море, салазки — завод, рыба — пожар, топор - кисель.

Процедура 2

«Закройте глаза и представьте соответствующие картинки, названия которых произнесут...»

1. Лев, нападающий на антилопу
2. Собака, виляющая хвостом
3. Муха в вашем супе
4. Миндальное печенье в коробке
5. Молния в темноте
6. Пятно на вашей любимой одежде
7. Бриллиант, сверкающий на солнце
8. Крик ужаса в ночи
9. Радость материнства
10. Друг ворующий деньги из вашего кошелька

«А теперь вспомните и запишите названия визуализированных картинок. Если вспомните более 8 образов, упражнение выполнено успешно.»

Процедура 3

«За 40 секунд постарайтесь запомнить 20 предлагаемых слов и их порядковые номера. Закройте текст, на листке бумаги напишите слова с их порядковыми номерами.»

1. Украинец 11. Масло
2. Экономика 12. Бумага
3. Каша 13. Пирожное
4. Татуировка 14. Логика
5. Нейтрон 15. Стандарт
6. Любовь 16. Глагол
7. Ножницы 17. Прорыв
8. Совесть 18. Дезертир
9. Глина 19. Свеча
10. Словарь 20. Вишня

Процедура 4

Повторение Процедуры 3, но с числами.

1. 43 6. 72 11. 37 16. 6
2. 57 7. 15 12. 18 17. 78
3. 12 8. 44 13. 87 18. 61
4. 33 9. 96 14. 56 19. 83
5. 81 10. 7 15. 47 20. 73

Процедура 5

Зачитывают 10 слов. Нужно запомнившиеся слова в том же порядке, как они были предъявлены. Слова: утро, серебро, ребенок, река, север, вверх, капуста, стакан, школа, ботинок.

Процедура 6

Зачитываются ряды чисел. Нужно записать запомнившиеся числа. После этого вновь прочитывают ряды чисел и неправильно воспроизведенные по порядку и величине числа зачеркивают. Пропуск числа в ряду не считается ошибкой. Числовые ряды:

- 37 48 95
24 73 58 49
89 65 17 59 78
53 27 87 91 23 47
16 51 38 43 87 14 92
72 84 11 85 41 68 27 58
47 32 61 18 92 34 52 76 84
69 15 93 72 38 45 96 26 58 83