

AKO JEDNODUCHO A ZÁBAVNE SI VYTRÉNOVAŤ DOBRÚ PAMÄŤ, cibriť si všímavosť a skoncentrovať pozornosť

Ach, mať tak super pamäť....

Aj Vaše deti ju môžu mať!

Ak ju ešte nemajú, stačí ju trošku hravo pocvičiť a ešte sa pri tom aj pekne zabaviť.

Čítajte ďalej ako na to:

Hry na rozvoj sluchovej pamäte

- Básničky, pesničky, riekanky, príslovia, porekadlá – dieťa sa má denne naučiť 2 riadky básničky al. jedno príslovie a pod., druhý deň predchádzajúce verše zopakujeme a učíme sa ďalšie..
- Pre lepšie a ľahšie zapamätanie si môžeme básničky sprevádzať jednoduchým príznačným pohybom, môžeme ich graficky znázorniť, zakresliť pomocou jednoduchých obrázkov.
- Dieťa napodobuje hlasy zvierat.. Má zopakovať na vyzvanie 2 za sebou, postupne viac.
- Dieťa vykonáva úlohy: Choď ku dverám, vráť sa, sadni si na stoličku. Vstaň zo stoličky, vezmi loptu z police a odnes ju do izby.
- Dospelý predvedie nejaké 2 – 3 činnosti so zvukovým efektom, dieťa ich v rovnakom poradí opakuje.
- Dospelý niekoľkokrát zatlieska, dieťa má položiť na stôl rovnaké množstvo gombíkov.
- Obmenou je klopkanie na stôl ceruzkou a dieťa zapisuje čiarami počet klopnutí – dôležité pre vnímanie rytmu.
- Dieťa opakuje za dospelým rad čísel: 3, 2, 5,...1, 5, 2, 3...
- Slovné hry typu: „Prišla teta z Ameriky“ a priniesla opicu, dieťa pridá ďalšie slovo (opicu a slona), druhý hráč zopakuje a pridá nové slovo...
- „Keď pôjdem na severný pól“, vezmem si so sebou.... – podobne ako v prvej hre,
- „Mám ťažkú tašku, lebo je v nej hroch...“ – druhý hráč zopakuje vetu a pridáva do tašky ďalšie slová.
- „Išla babka na trh a kúpila tam...“ (hrušku – hrušku a jablko – hrušku, jablko a slivky...). Obmeny: V obchode predávajú..., V záhrade na záhone rastie..., Keď mi je zima, oblečiem si..., Mama varí polievku a dá do nej....,
- Zahráme si „ovocie“, „zeleninu, zvieratká, hračky, oblečenie...“ : menujeme 3/ 4/ 5/ 6 slov z danej oblasti, dieťa si ich má zapamätat' a zopakovať (napr. hruška, jablko, slivka, čerešňa, malina – zopakuj,).
- Opakovanie rady slov – poviem ti 3/ 4/ 5/ 6... rôznych slov, čísel, zapamätáš si ich a zopakuješ (napr. vrečko, kniha, auto, pes, komín),
- Opakovanie dlhších viet, inštrukcií.

- Rozvíjanie viet – napr. Tomáš pije. Dieťa pridá ďalšie slovo – Tomáš pije vodu, spoluhráč ďalej rozvíja vetu.
- Vymýšľame rozprávku – Medved' ide po lese./ Medved' ide po lese. Stretne veveričku./ Medved' ide po lese. Stretne veveričku. Veverička nesie oriešok. /...Dobré je, ak si zapamätá 5 viet.
- Vyhľadávanie obrázkov so slovami, ktoré dieťa počulo – rozložíme viacero kartičiek s obrázkami (alebo reálne predmety), povieme niekoľko názvov predmetov (spočiatku 3, 4), dieťa má za úlohu počuté názvy obrázkov/ predmetov vybrať v správnom poradí.
- Vyslovím slová (mám kartičky s obrázkami daných slov aj takých, ktoré som nevyslovila), dieťa si zapamätá počuté slová, následne ukladá kartičky s danými obrázkami presne podľa poradia vyslovených slov.
- Položte pred dieťa 3-4 predmetov (podľa obtiažnosti 5-6) a zadajte inštrukcie typu: „Zelenú kocku daj do krabice a žltú kocku polož pod stôl“.
- Zapamätávanie si telefónnych čísel kamarátov, známych, príbuzných.
- Dieťa má vykonať činnosť presne podľa niekoľkých inštrukcií: „Z detskej izby zober autíčko, prines ho do obývačky a polož ho pod stolík“. Podľa úspešnosti zvyšujte počet inštrukcií, ktoré si má zapamätať (zober..., vlož do..., odnes do..., polož..., postav sa.....a pod.).
- Prerozprávanie počutej krátkej rozprávky, príbehu. Rozprávku môže dieťa počúvať z magnetofónu alebo ju bude čítať rodič.
- Všimni si slová: - dieťa si má zapamätať 3 slová (napr. dom, strom, rieka). Dospelý rozpráva dieťaťu radu slov, medzi ktorými sú zadané slová. Dieťa má určiť, či vyslovené slovo je medzi tými, ktoré si zapamätalo. Obtiažnosť sa zvyšuje počtom zapamätaných slov, aj počtom vyslovovaných slov.

Hry na rozvoj zrakovej pamäte

- Dospelý predvedie pohyby a dieťa ich má v rovnakom slede opakovať (dvihne ruky nad hlavu a zatlieska, kľak-stoj-otočka okolo osi...).
- Dospelý prejde po miestnosti, dieťa najprv sleduje a opakuje rovnakú trasu.
- Pred očami dieťaťa schovajte niekoľko predmetov, má ich nájsť. Predmety pridávame, postupne hľadá v poradí, v akom boli schovávané.
- Pomenujte 3 veci (okno-dvere-stôl) a dieťa má určenú trasu na chôdzu – ku oknu, ku dverám, ku stolu (má dodržať poradie ako boli veci menované).
- Dospelý ukáže istý počet prstov, ruku schová a dieťa má ukázať rovnaký počet (do 5).
- Dospelý si oblečie rôzne kusy odevu, pridá ozdoby, dieťa ho pozoruje. Potom odíde a jednu vec vyzlečie, alebo zloží doplnok – dieťa označí chýbajúci kus.
- V inej miestnosti menujeme a opisujeme predmety v detskej izbe – farba stien, čo je na policičke, aký obrázok je na stene...

- Dieťa si prezerá 2 stránky knihy, neskôr má povedať, čo videlo na prvej stránke knihy (vľavo), potom čo na druhej stránke knihy.
- Zo špiliek a gombíkov dospelý vytvorí obrázok, dieťa ho má napodobniť. Obmenou sú kresby rôznych tvarov, alebo tlačené písmená, čísla a pod.
- **Pexeso inak 1.:** vyberieme 5 dvojíc (podľa úspešnosti menej alebo neskôr viac), jednu sadu uložíme do radu pred dieťa, druhú sadu dostane dieťa do ruky. Zapamätá si obrázky (nemá si ich hovoriť nahlas, najlepšie je dať jazyk medzi zúbky), tie zakryjeme, resp. otočíme naopak, dieťa prikladá svoju sadu obrázkov pod uložené (mali by byť v presnom poradí),
- **Pexeso inak 2.:** vyberieme 5 dvojíc (menej alebo viac), jednu sadu uložíme do radu pred dieťa, zapamätá si ju. Obrázky otočíme. Poukladáme druhú sadu pod prvú v nesprávnom poradí. Dieťa určuje, čo je uložené zle, následne samo opraví.
- **Pexeso inak 3.:** vyberieme 5 dvojíc (menej alebo viac), obrázky ukladáme v rôznom priestorovom usporiadaní – napr. 3 vedľa seba, 2 pod vrchnými a pod. Dieťa si obrázky zapamätá, kartičky otočíme naopak, dieťa ukladá svoju sadu vedľa v rovnakom priestorovom usporiadaní.
- „Čo sa zmenilo?“ – v miestnosti, na oblečení, na stole, na tabuli.
- „Čo zmizlo zo stola?“ – použiť najviac 8 bežných predmetov (hračky v izbe – kocka, lego, farbička, loptička, autíčko...), ak robí chyby, dať menej predmetov.
- „Čo na obrázku pribudlo?“ – postupne maľujeme jednoduchý obrázok, dieťa určuje, čo pribudlo, kým sa nepozeralo, môžeme naraz prikresliť aj viac detailov.
- Uloženie 3/ 4/ 5/ 6/ ..obrázkov do radu, dieťa si ich chvíľu prezerá, po ich zakrytí ich menuje v správnom poradí,
- obmenou je určovanie, ktorý obrázok bol vymenený, vynechaný, pridaný.
- Na stôl uložíme rôzne predmety v nepravidelnom usporiadaní (6, 7, 8 a viac, resp. menej podľa obtiažnosti). Dieťa si ich poprezerá a zapamätá, zakryjeme ich a pýtame sa: Bol tam tanier? Bola tam lyžička? Bola tam bábika?...Môžeme sa pýtať aj na veci, ktoré na stole uložené nie sú.

Z množstva ponúknutých nápadov si vyberte zopár hier (môžete aj všetky), ktoré sa Vám najviac zapáčili a pri ktorých sa najviac bavíte a tie zaraďte do svojho hrového repertoáru čo najčastejšie.

Sami na sebe vyskúšajte, ako rýchlo budete musieť zvyšovať obtiažnosť hier!

Veľa zábavy!