

به نام خدا

فعالیت‌هایی برای

پرورش حافظه

ویژه دانش آموزان دوره ابتدایی

باربارا آلمن

مترجم:

مریم نوزرآدان

فهرست مطالب

۴	مقدمه
۵ _ ۱۱	پرورش حافظه با حرکت
۱۲ _ ۱۸	پرورش حافظه دیداری
۱۹ _ ۲۶	پرورش حافظه شنیداری
۲۷ _ ۳۰	بازیها و ترفندهای حافظه
		پرورش حافظه برای ...
۳۱ _ ۳۸	ادبیات
۳۹ _ ۴۵	ریاضی
۴۶ _ ۵۰	علوم
۵۱ _ ۵۴	تعلیمات اجتماعی

مقدمه

مهارت‌های حافظهٔ کودکان، در دوران کودکی رشد و تحول می‌یابد. کودکان، طی بزرگ شدن، همواره در ضبط و بازیابی اطلاعات، بیشتر و بیشتر ورزیده می‌شوند. در دورهٔ ابتدایی، مهارت زبانی و توانایی شناختی کودکان، به‌منظور به‌کارگیری روش‌هایی که یادگیری و نگهداری مطالب را سیستماتیک و منظم‌تر می‌سازد، تحول خواهد یافت. پس از آن، آنان قادر خواهند بود از این روشها و راهبردهای حافظه، برای یادگیری بهتر استفاده کنند. حافظه، کلیدی است که ”در“ یادگیری را باز می‌کند. حفظ کردن و به‌یاد آوردن اطلاعات، برای به‌کارگیری و استفاده از آموخته‌ها، امری ضروری و اساسی است.

یکی از بهترین راهها، برای اطمینان حاصل کردن از بهترین روش نگهداری اطلاعات در دانش‌آموزان، خوشایند و جذاب بودن شکل یادگیری یا ”اطلاعات“ است. آموزگاران به‌خوبی می‌دانند که روش یادگیری و به‌خاطر آوردن، می‌تواند در هر دانش‌آموز بسیار متفاوت از دیگری باشد. آموزش موفق در دورهٔ ابتدایی، آموزشی است که بچه‌ها را در استفاده از شکل‌های متعدد ممکن، مانند بدنی (حرکت)، شنیداری و دیداری درگیر سازد. بازی، شعر، سرود، تصویر، قافیه (آوا)، ضرباهنگ (ریتم) و حرکات موزون می‌توانند به‌عنوان وسایل کمکی حافظه، در دانش‌آموزان عمل کنند. در واقع، اغلب ترفندها و بازیهای حافظه، به بزرگسالان می‌آموزند که باید بچه‌ها را با چیزهایی که دوست دارند، مانند اغراق، تخیل، تجسم و حرکت درگیر کرد. راهبردهای حافظه مانند بازی بچه‌ها به‌نظر می‌آیند و هستند! این کتاب برای یاری شما والدین، مربیان و معلمان عزیز، در آموزش انواع روشها و تکنیک‌های مفید و قابل استفاده حافظه، طراحی شده است.

فعالیت‌های این کتاب، فکر و ذهن دانش‌آموزان را به چالش و تمرین خواهد کشید و به آنان کمک خواهد کرد تا هر آنچه را یاد گرفته‌اند، به‌خاطر بسپارند. این فعالیتها، شامل ایده‌هایی برای استفاده از حرکت بدنی، گسترش حافظهٔ دیداری و پرورش حافظهٔ شنیداری است. همچنین شامل فعالیت‌هایی است برای آموزش مباحثی از دروس ادبیات، ریاضی، علوم و تعلیمات اجتماعی که با استفاده از تکنیک‌های خاص حافظه با این مواد درسی هماهنگ شده است.

این راهبردهای حافظه بدین منظور طراحی شده است که دانش‌آموزان در زمان یادگیری و به‌یاد سپردن اطلاعات، بتوانند از هر فرصت ممکن، استفاده کنند. بنا کردن این مهارت‌های ارزشمند، به موفقیت دانش‌آموزان در کلاس درس و خارج از آن، کمک شایانی خواهد کرد.



جست و خیز کردن با هولاهوپ

با این فعالیت، از دانش آموز بخواهید سعی کند ترتیب انجام چند حرکت را به خاطر آورد. چند حلقه هولاهوپ را روی زمین بگذارید. برای هر حلقه، حرکت مشخصی را تعیین کنید و آن حرکت را به دانش آموز نشان دهید. برای مثال، "داخل حلقه اول بایستید و دستهایتان را بالا ببرید. سپس داخل حلقه دوم ببرید و آن را دور کمر خود بچرخانید. عقب عقب وارد حلقه سوم شوید و یک دور بچرخید. آنگاه داخل حلقه چهارم ببرید و بنشینید." پس از گفتن و نمایش نوع حرکت هر حلقه، از دانش آموز بخواهید به ترتیب آن حرکات را انجام دهد؛ می‌توانید ابتدا با حلقه‌های کمتری شروع کنید.



راهی به سوی ستاره‌ها

این فعالیت را در یک فضای باز بزرگ انجام دهید. برای دانش آموز شرح دهید که چندین ستاره، در گوشه دوری از این فضای بازی، قرار دارند. به او بگویید تصور کند که پاهای شما در رنگ درخشانی فرو رفته بوده و جای پای برای او، برای پیدا کردن راه در شب، باقی گذاشته‌اند. از او بخواهید راهی را که شما با جای پای خود برای رسیدن به آن ستاره‌ها ساخته‌اید، تماشا و دنبال کند. سپس با راه رفتن به شکل مستقیم، پیچ در پیچ، زیگزاگ و پیچ و تاب، راهی را درست کنید. می‌توانید برای بار اول از دانش آموز بخواهید به شکلی که راه می‌روید، شما را دنبال کند. فعالیت را هر بار با یکی از شکل‌های بالا (مستقیم، پیچ در پیچ و...) تکرار کنید. در خاتمه، یک ورق کاغذ به دانش آموز بدهید و بگویید این کاغذ فضای بازی ما را نشان می‌دهد. از او بخواهید سعی کند، دوباره آن راههایی را که شما ساخته بودید، به خاطر بیاورد و سپس یک یک آنها را روی کاغذ بکشد. می‌تواند راه را با کشیدن چند ستاره در پایان آن، تمام کند.

حرکات موزون

انجام حرکات موزون، نه تنها ماهیچه‌ها را تقویت می‌کند، بلکه به دلیل به خاطر سپردن حرکات و ترتیب قدم به قدم آنها، حافظه را نیز پرورش می‌دهد. برای فایده بردن از حرکات موزون، احتیاج به یک آموزش رسمی نیست. شما خود می‌توانید چند حرکت موزون ساده را به دانش آموز نشان دهید و او را تشویق به انجام دقیق آن حرکات کنید. یا از کسی بخواهید این کار را برای شما انجام دهد؛ و یا از فیلمی که چند حرکت خوشایند و ساده را به دنبال هم نشان می‌دهد، استفاده کنید.



حرکت با آوا

از دانش آموز بخواهید عبارتهای آوایی زیر را از حفظ بخواند و به همراه آنها حرکات خواسته شده را نمایش دهد. عبارتها را روی یک صفحه مقوایی بنویسید و بر دیوار نصب کنید تا در هر زمان ممکن، برای تمرین و حفظ کردن قابل دسترس باشد. هرگاه دانش آموز قافیه و آوا را به خوبی به خاطر سپرد، از او بخواهید سعی کند با سرعت بیشتری فعالیت را انجام دهد.



دستا رو شانه

دستا رو زانو، دستا به بالا، دستا به پایین؛

دستا رو شانه

دستا رو بینی، دستا رو موها، دستا رو گوش؛

دستا رو شانه

دستا به بالا، دستا به پهلو، دستا به پشت؛

دستا به بالا

دستا به بالا

دست بزنید، دست بزنید، یک، دو، سه، چهار!

گردش در اتاق

حافظه دانش آموز را در مورد محیط اطرافش، از طریق گردش در اتاق با چشمان بسته، به چالش بکشید. دانش آموز را "گردشگر" و خود را "راهنما" بنامید. ابتدا چشمان دانش آموز را ببندید و او را چند مرتبه در اتاق بچرخانید تا جهت و مسیر خود را گم کند. سپس فعالیت را آغاز کنید و به عنوان راهنما، او را برای گردش در اتاق راهنمایی کنید. ضمن گردش، گاهی اوقات بایستید و چیزی از وسایل اتاق را به او بدهید تا با لمس کردن، بویدن یا صدا، آن را شناسایی کند و نامش را بگوید. می توانید برای



هر دور چرخیدن در اتاق، به تعداد جوابهای درست به او امتیاز دهید.

بجزم

ساختن حروف

این فعالیت به دانش آموز، به خصوص دانش آموزی که حس جنبشی قوی ای دارد، کمک زیادی می کند تا بتواند حروف و املاهای کلمات مشکل را به خاطر بسپارد. از دانش آموز بخواهید سعی کند بدن خود را به "شکل" یکی از حروف الفبا درآورد. به او یادآور شوید که برای نشان دادن یک حرف، از تمام بدن خود استفاده کند. سپس بازی "حدس بزن" را با یکدیگر انجام دهید. از دانش آموز بخواهید کلمه ای را انتخاب کند و حروف آن را یک به یک با حرکت بدن خود نشان دهد و شما کلمه را حدس بزنید. یک بار هم شما کلمه ای را با حرکت بدن خود بسازید و دانش آموز کلمه را حدس بزند.