

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт
(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»
(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(код и наименование направления подготовки / специальности)

Психология и педагогика начального образования
(направленность (профиль) / специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Развитие памяти у младших школьников во внеурочной деятельности

Обучающийся

А.В. Борисова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. пед. наук Т.А. Гудалина

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2023

Аннотация

Данная бакалаврская работа рассматривает решение актуальной проблемы – развитие памяти у младших школьников во внеурочной деятельности.

Цель работы – повысить уровень развития памяти у обучающихся младшего школьного возраста посредством реализации во внеурочной деятельности комплекса специально разработанных упражнений.

В ходе работы решены следующие задачи: изучить научную литературу по теме исследования; уточнить содержание понятия памяти и ее видов; описать особенности развития памяти у младших школьников; выявить уровень развития памяти у детей младшего школьного возраста; провести экспериментальное исследование и анализ полученных результатов.

Бакалаврская работа имеет новизну и практическую значимость.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, список используемой литературы (20 источников). Текст работы иллюстрирован 10 таблицами, 8 рисунками. Основной текст работы изложен на 53 страницах.

Оглавление

| | |
|--|----|
| Введение..... | 4 |
| Глава 1 Теоретические аспекты изучения развития памяти у детей младшего школьного возраста..... | 7 |
| 1.1 Память: понятие, виды..... | 7 |
| 1.2 Особенности развития памяти у детей младшего школьного возраста..... | 20 |
| Глава 2 Экспериментальная работа по изучению развития памяти у младших школьников во внеурочной деятельности..... | 28 |
| 2.1 Выявление уровня развития памяти у детей младшего школьного возраста..... | 28 |
| 2.2 Проведение эксперимента с использованием упражнений по развитию памяти обучающихся..... | 35 |
| 2.3 Выявление динамики в развитии памяти у детей младшего школьного возраста..... | 41 |
| Заключение..... | 49 |
| Список используемой литературы..... | 52 |

Введение

Актуальность исследования. Память – форма психического отражения, которая заключается в сборе, сохранении и воспроизведении ранее изученной информации. Память является важнейшей функцией в человеческом организме, она помогает человеку создавать новые изобретения, изучать новые языки, решать сложные интеллектуальные задачи, обучаться новым навыкам и умениям, развиваться.

Тема развития памяти является одной из наиболее обсуждаемых в научных кругах. Первым исследовать память начал немецкий ученый Г. Эббингауз. Он проводит эксперименты по заучиванию не связанных по смыслу слов и предложений. С.Г. Бархатова, Л.С. Выготский, П.И. Зинченко, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, В.И. Самохвалова и другие отечественные ученые изучали вопросы развития памяти.

Младшему школьному возрасту принадлежит очень важная роль в общем развитии памяти. Важнейшей особенностью данного возраста является становление новой системы психических функций, в центре которой стоит память. Мыслить для младшего школьника, значит вспомнить, опираться на свой прежний опыт или видоизменить его.

Эффективное обучение в школе напрямую зависит от уровня развития памяти школьников. Поэтому важно находить новые способы улучшения процесса запоминания, в том числе искать эффективные методики повышения уровня развития памяти.

Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования позволил выделить противоречие между необходимостью развития памяти младших школьников и недостаточным использованием различных методик развития памяти в условиях общеобразовательного учреждения.

В связи с выявленным противоречием возникает проблема исследования: как повысить уровень развития памяти у детей младшего

школьного возраста?

Исходя из актуальности и проблемы, определена тема выпускной квалификационной работы «Развитие памяти у младших школьников во внеурочной деятельности».

Объект исследования – внеурочная деятельность в начальной школе.

Предметом исследования является процесс развития памяти у младших школьников.

Цель исследования – повысить уровень развития памяти у обучающихся младшего школьного возраста посредством реализации во внеурочной деятельности комплекса специально разработанных упражнений.

Гипотеза исследования заключается в том, что развитие памяти у детей младшего школьного возраста будет эффективно если:

- раскрыть содержание понятия «памяти»;
- реализовать во внеурочной деятельности комплекс упражнений, разработанных с учетом возрастных особенностей;
- выделить критерии и уровни развития памяти, осуществить диагностическое отслеживание их динамики.

Для осуществления поставленной цели нужно решить следующие задачи.

1. Изучить научную литературу по теме исследования.
2. Уточнить содержание понятия памяти и ее видов.
3. Описать особенности развития памяти обучающихся младшего школьного возраста.
4. Выявить уровень развития памяти у детей младшего школьного возраста.
5. Провести экспериментальное исследование и анализ полученных результатов.

Методы исследования: теоретические (анализ методической, педагогической, психологической научной литературы, обобщение и

сравнение); эмпирические (педагогический эксперимент, тестирование, анкетирование).

База исследования: государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 2086» (ГБОУ Школа № 2086), 2 «А» класс и 2 «Б» класс.

Новизна исследования заключается в выявлении критериев и уровней развития памяти.

Практическая значимость данного исследования обуславливается тем, что результаты исследования могут использоваться педагогами-психологами, учителями начальных классов, педагогами дополнительного образования при организации работы с детьми младшего школьного возраста во внеурочной деятельности.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, содержит 8 рисунков и 10 таблиц, список используемой литературы (20 источников), без приложения. Основной текст работы изложен на 53 страницах без учета приложения.

Глава 1 Теоретические аспекты изучения развития памяти у детей младшего школьного возраста

1.1 Память: понятие, виды

Память – это способность человека к сохранению полученной информации и ее повторном воспроизведению. Это важная часть нашей психической составляющей в организме.

Важной спецификой использования памяти у человека является ее применение в повседневной жизни. Благодаря памяти мы можем: получать новый жизненный опыт, использовать созданный опыт в настоящем и будущем времени.

Использование физиологических процессов памяти помогает в построении личности человека, в освоении новых навыков и знаний. Многие ученые на протяжении всей истории исследования памяти, изучали данные процессы в теоретическом плане, но в современном обществе изучение памяти перешло на новый уровень: стали производиться практические исследования и эксперименты над процессом запоминания. Память стала определяется как: психологические и физиологические процессы в организме, исполняющие у человека функцию запоминания информации, ее сохранения и повторное воспроизведения нужных информационных данных.

В своем трактате «О памяти и воспоминании» Аристотель писал, что память присуща всем живым организмам, но только люди могут иметь осознанные воспоминания. Люди могут воспроизводить, запоминать, хранить и забывать получаемую из окружающего мира информацию.

Воспроизведение воспоминаний – это один из четырех важных процессов памяти, который характеризуется воспроизведением данных в сознании человека и использование их в разных видах деятельности.

Запоминание – «обобщенное название активных процессов,

обеспечивающих удержание материала в памяти» [4, с. 118].

Хранение – это процесс памяти, посредством которого происходит удержания информации в исходном виде, и выдача информации по первому требованию.

Забывание – это один из процессов в системе памяти, проявляющийся в невозможности (неспособности) припомнить или узнать, либо в ошибочном припоминании и узнавании [13, с. 143]. Тем не менее «забывается конкретная, «фактическая» форма материала, в то время как его существенное, устойчиво значимое содержание включается в соответствующие знания и формы поведения и воспроизводится в этих формах поведения в интегрированном виде» [18, с. 309].

Все данные, которые человек получает в процессе своей жизнедеятельности – будут называться «прижизненной памятью». А данные, полученные при рождении – «генетической памятью». При работе «прижизненной памяти»: у человека строится и формируется индивидуальность личности. Человек получает жизненный опыт, усваивает нормы и правила работы окружающего его мира. Для сбора информации в памяти, используются различные источники: органы чувств (зрение, слух и другие), мысли человека, его действия. «Объем, быстрота, точность, длительность и готовность памяти в совокупности проявления своих особенностей характеризуют эффективность памяти в целом и конкретного человека в частности» [9, с. 104].

Существуют различные теории изучения работы памяти. Например, в XVIII-XIX веке была популярна ассоциативная теория памяти, по которой запоминание информации было связано с ассоциациями, впечатлениями и образами человека. Первым исследовать эту теорию начал немецкий ученый Г. Эббингауз. Он проводил эксперименты по заучиванию не связанных по смыслу слов и предложений. Ученый предполагал, что «забывание информации особенно интенсивно протекает сразу после заучивания, а затем

замедляется» [1, с. 247]. Результатом его экспериментов стал закон: «Кривая забывания». Суть этого закона в том, что после изучения бессвязных слов у испытуемых, начинается процессы забывания информации. После прохождения часа времени – половина информации забывается, а через неделю – девяносто процентов изученной информации утеряно. Ученый утверждал, что память всех людей работает схожим образом, и объем запоминаемой информации одинаков для всех людей.

Немецкий психолог Г.Э. Мюллер в своем труде «К анализу памяти и представлений» исследовал закрепление информации в памяти при помощи направленной ассоциации. Это немного отличалось от представлений ученого Г. Эббингауза, который придерживался теории механического повторения заученной информации. Р.С. Немов считал, что «понятие ассоциации становится центральным в понимании основных психических процессов, начиная от восприятия и заканчивая мышлением» [14, с. 19]. В лаборатории Г.Э. Мюллера был создан метод «парных ассоциаций». Этот метод заключается в том, что распознавание информации ведется по методу узнавания, при котором первая часть является «стимулом», а вторая «ответом». Так же вместе с методом «парных ассоциаций» в опытах Г.Э. Мюллера использовался метод «антиципации» Г. Эббингауза (недостающая часть или забытая подсказывалась при помощи внешнего воздействия, что давало наилучший результат в проведении эксперимента, так как испытуемые часто вспоминали правильный ответ).

В конце XIX века на смену ассоциативной теории памяти пришла гештальт-теория. Гештальт – это единица сознания, целостная образная структура. Предметом изучения для гештальт-психологии является сознание человека, которое формируется посредством целостности организма. Объединение всех факторов, рассказывающих об значимости структуризации соединения информации в процессе запоминания, была принята за основу в гештальтпсихологии. Представители гештальт-психологии (В. Келер,

К. Коффка, М. Вертгеймер, К. Левин) утверждали, что в сути создания ассоциаций находится целостность, что она не сводится к сумме ее частей, а является ее изначальным видом. А главным ее принципом является организация запоминаемой информации. В. Келер в своей работе «О природе ассоциаций» описывал: «Организация является действительно определяющим условием ассоциирования; смежность во времени (и пространстве) имеет значение для ассоциирования постольку, поскольку облегчает организацию». Соответственно, по его предположению, близкие по смыслу слова запоминались лучше, чем разнородные и не объединенные в систему. А бессмысленные слова не структурированные по схожести и не имеющие системы организации – не смогут запомниться в памяти. Поэтому В. Келер считал, что запоминание бессвязной информации нужно было организовывать в единую структуру.

Хедвиг фон Ресторфф проводила экспериментальные исследования с использованием пяти разных материальных составляющих: слогов, геометрические фигур, чисел, букв, цветов. По итогу исследований, ученая вывела, что схожие по природе элементы – числа, вписывались в элементы слогов лучше и запоминались чаще, чем включенные туда же слоги, так как они создают целостную структуру и отгораживают на задний план все остальные материалы (эффект Ресторфф).

Очень близкая к ассоциативной теории памяти была теория бихевиоризма. У этого направления было стремление к научному обоснованию функционирования памяти. Советский ученый И.П. Павлов благодаря своему эксперименту на собаках показал работу памяти, которая не зависит от сферы деятельности человека. Так же основоположником бихевиоризма стал психолог Д.Б. Уотсон. В его теории важную роль играл стимул, к которому человек стремился. А так же подкрепление информации спустя время. Так же ученым было установлено, что негативная информация запоминается лучше, чем позитивная. К концу XIX века был выведен закон

«Рибо». Французский психолог Теодюль Рибо описывал стадии забывания информации, ее очередность и закономерность.

Изучением психоанализа памяти занимался Зигмунд Фрейд. Он писал в своих трудах: «Мы предполагаем, что забывание есть спонтанный процесс, который можно считать протекающим на протяжении известного времени. Мы подчеркиваем, что при забывании происходит известный отбор имеющихся впечатлений, равно как и отдельных элементов каждого данного впечатления или переживания» [20, с. 258]. Ученый предполагал, что запоминание происходит на бессознательном уровне, и особую роль в нем играют эмоции, и впечатления человека.

Смысловая теория памяти появилась в начале XX века. Главными учеными в этом направлении были А. Бине и К. Бюлер. Они утверждали, что процесс запоминания располагается в прямой зависимости от смысловых связей. На переднее место встает смысл текста, его содержание. А механическое запоминание действует по другим правилам, нежели осмысленное. Предполагалось, что запоминается не сам текст, а мысли, связанные с текстом.

С.Л. Рубинштейн проводил эксперименты с использованием смысловых связей в процессе запоминания информации. Подводя итог сравнению бессмысленных слогов и слов со смыслом, ученый сделал вывод о положительных результатах запоминания, наполненных смысловыми связями информации, объединяющие запоминаемый текст в единые смысловые структуры.

Теория «деятельности» в исследовании памяти была популярна среди ученых А.Н. Леонтьев, П.И. Зинченко, А.А. Смирнов. Она основывалась на смеси теоретических и практических методах исследования памяти. Советские ученые А.А. Смирнов и П.И. Зинченко в своих экспериментах исследовали произвольную память человека. Произвольная память является сложной темой для изучения, так как она обширна в своем

использовании и составляет большую часть запоминаемой информации. Ученые проводили эксперименты, где произвольная память, либо является основной в эксперименте, либо участвует на фоне другого эксперимента. Результатами их исследований стали описание различных форм запоминания информации, так же они выделили взаимозависимость запоминания информации от конкретных действий человека и испытанных им эмоций.

А.А. Смирнов описал исследование по психологии памяти, и вывел различные теории: что произвольная память неразрывно связана с целью, которую хочет достигнуть испытуемый; чем больше проявляется мозговая активность человека – тем лучше запоминается информация; в произвольном запоминании очень важен возраст испытуемого. Ученый так же высказал теорию о «двойной детерминации» (социальная; природная) при совершенствовании процессов памяти у индивидуальной личности. В процессе исследований памяти ученый выделял такие критерии как скорость работы памяти, точность сбора информации, устойчивость собранных данных в памяти – обосновано, подводя все критерии под определение «мнемических способностей». Вместе с этим, А.А. Смирнов подчеркивал важность мотивации при запоминании информации. Изучая проблему осмысленного запоминания, он рассматривал мыслительные процессы как основу для лучшего запоминания.

Основоположниками культурно-исторической теории были Л.С. Выготский и А.Р. Лурия. Они занимались изучением и систематизацией знаний о памяти. Л.С. Выготский вывел теорию о том, что память – это высшая форма психологической деятельности, связанная с социальным окружением. Переход от чисто-биологической работы памяти до высшей-психологической и есть – сложный процесс культурно-исторического развития. Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев доказали, что главный принцип построения памяти является чередование запоминания и забывания. Только человек обладает возможностью организовывать устройство своей памяти

при помощи специальных приемов. Во-первых, высшие приемы памяти преобразуются во внешнее проявление, такие как письменность, во-вторых, внешние проявления способствуют переходу во внутренние – высшего логического развития памяти. Историческое развитие памяти связано с социокультурной жизнью людей, с использованием искусственной памяти (письменности), и исторически-сложившимся культурными традициями окружающего мира.

Память имеет свою сложную классификацию, разделяющуюся на множество разных видов и подвидов памяти, которые различаются по своим свойствам: по продолжительности сохранения информации (сенсорная, долговременная, кратковременная и рабочая); по способу реализации волевых намерений (произвольная и произвольная); по способу действия психики (эмоциональная, двигательная, словесно-логическая память, образная); по способу запоминания (механическая память, осмысление). Процессы, которые образуются при работе памяти: запоминание информации, сохранение данных, воспроизведение изученного, забывание информации.

Продолжительность сохранения информации в отделах мозга различна, и варьируется по разным временным промежуткам. Самый короткий из них это сенсорная память, затем по продолжительности кратковременная память, рабочая память, потом долговременная память. Они так же подразделяются на подвиды.

Сенсорная память – подсистема памяти, обеспечивающая удержание информации, поступающей от органов чувств в течении очень короткого времени [15, с. 10]. Сохраняется такие данные 1-2 секунды, затем забываются. Поэтому сенсорную память называют - мгновенной. Сенсорные данные невозможно сохранить или повторить.

Кратковременная память – это память, которая хранит малое количество информации и используется для поддержания процессов

внимания, мыслительного процесса, для составления речи и в процессе обучения. Срок хранения информации в кратковременной памяти составляет от пары секунд до нескольких минут. Процесс кратковременной памяти связан с работой сенсорной и долговременной памяти и применяется в мыслительной работе человека. При частом воспроизведении информации в кратковременной памяти – есть вероятность перенесения информации в долговременную память, поэтому эти два вида памяти неразрывно связаны между собой. Американский ученый Д. Миллер пришел к выводу, что объем кратковременной памяти в максимуме равен 7 (плюс-минус две единицы) единицам в определенном промежутке времени. Это тот объем информации, который может осилить человек при запоминании, и не важно, какая информация была сохранена. Так же кратковременная память бывает разных подвидов: звуковая память (запоминание при помощи прослушивания звуков и их повторения; зрительная память (запоминание при помощи органов зрения); тактильная память (запоминания при помощи прикосновений к предметам).

Рабочая (оперативная) память – это память, при помощи которой, человек сохраняет информацию на заданный срок для мыслительной работы. Данная память является золотой серединой между кратковременной памятью и долговременной, а так же обрабатывает информацию от сенсорной памяти.

Термин «рабочая память» был введен ученым Д. Миллером. Он выделял работу «рабочей памяти», как отдельный механизм функционирования. «Рабочая память» представляет собой сложный набор механизмов манипулирования информацией. Но некоторые ученые считают, что «рабочая память» включена в работу кратковременной памяти.

Долговременная память – это память, которая способна сохранять полученные знания на долгое время и вместить громадный объем информации.

Долговременная память является крайне важной составляющей мыслительного процесса. Без нее невозможно было бы выполнять обычные ежедневные дела. Долговременная память собирает данные об навыках человека, событиях в жизни, теоретических литературных знаниях. Поэтому любая травма человека в этой области мозга, может привести к потере важных навыков функционирования организма, воспоминаний из жизни или любых изученных знаний. Долговременная память разделяется на декларативную (эксплицитная) и недеklarативную (имплицитная) информацию.

Декларативная (эксплицитная) – это такая информация в памяти, которую можно выразить вербальным способом. Она делится на: эпизодическую (информация, связанная с личным опытом, воспоминания об каком-либо месте и его точное время. К примеру: поступление в первый класс. Данные знания сформировываются для собственной автобиографической базы и помогают сравнить себя с прошлым временем); семантическая (информация, связанная с внешним миром. Это такая информация как академические знания, информация о предметах, словарный запас слов и их значение. К примеру: мы знаем, что такое «груша», но не помним когда узнали).

Недекларативная (имплицитная) – это такая информация, которая находится в нашем сознании, которую мы не можем высказать. Она делится на: процедурная (такая информация, которая отвечает за знания о навыках, не требующих контроля или постоянного внимания со стороны человека: наши привычки, навыки, или информация, связанная с мышечной памятью. К примеру: играть музыку на пианино или кататься на самокате. Такая память получается при многочисленном повторе одного и того же действия и ее невозможно забыть); прайминг (информация, связанная с мысленными установками, упрощающие процесс воспроизведения воспоминаний. К примеру: если разговор был про туфли или кроссовки, то, как правило,

вспоминается дополнительное слово «обувь»; классическое обуславливание (связь между условным стимулом и безусловным. Например: при звуке флейты (условный стимул) на нас будет воздействовать безусловный стимул: свет от фонарика. Впоследствии сформируется связь: условный-безусловный (при звуке флейты человек начинает моргать, так как вспоминает об свете)).

Также память различается по способу реализации волевых намерений. Волевоe намерение объединяет в себе свободный выбор запоминаемой информации и ее целенаправленное изучение.

Произвольная память – это процесс памяти, направленный на волевоe запоминание информации, то есть, это усилия человека, которые он прикладывает для запоминания материала. Произвольная память начинает формироваться с 4 лет. Человек использует специальные приемы и техники направленные на произвольное запоминание информации.

Непроизвольная память – это запоминание и воспоминание, не сопровождаемые целенаправленным волевым актом, при которых отсутствует специальная цель запомнить или вспомнить [6, с. 9]. Непроизвольная память формируется с рождения и начинают запоминаться специфические данные: яркие раздражители (яркий свет, громкий звук и другие); неожиданные процессы (контрастные цвета, неожиданные действия, неожиданное прекращение процессов и другие); вызывающие эмоциональный отклик у человека (эмоциональный интерес, предпочтения, близкое или значимое для человека); активные рабочие действия (действия связанные с работой), целеполагающая информация (информация связана с достижением цели, задачи, намерений человека).

Работа памяти также может различаться по способу действия психики. Ее различие обуславливается способом выражения психических процессов в действии.

Эмоциональная память – это такая память, которая хранит в себе пережитые эмоции и чувства человека. Все переживания человека имеют

яркую эмоциональную окраску, тяжело забываются, и могут храниться на протяжении долгого времени. Эмоциональная память имеет сильное значение для построения личности человека, так как собирает в себе и хранит все чувства и эмоции человека. По мнению В.Н. Маркова: «эмоция является первичным основанием классификации соответствующих образов памяти» [12, с. 27]. Следовательно первичные эмоциональные впечатления раньше всех остальных психических функций фиксируются в памяти человека и являются его эмоциональной памятью.

Двигательная память – это такая память, которая связана с запоминанием движений, и их повторном воспроизведении. Люди с развитой двигательной памятью хороши в ручном труде, в спорте. Без двигательной памяти мы не смогли бы писать, ходить, ездить на велосипеде и иметь другие сохраненные в памяти практические навыки.

Образная память – это такая память, которая связана с представлениями различных чувств человека в качестве общей картины в голове: зрения, вкуса, слуха, обоняния, осязания. За образную память отвечает правое полушарие мозга, которое в свою очередь помогает развивать творческую направленность человека, его воображение.

Словесно-логическая память – это такая память, которая связывает между собой слова и логику. Эта память более сложная, чем эмоциональная, двигательная или образная, и представляет собой систему запоминания на основе сложных мыслительных процессов. За словесно-логическую память отвечает левое полушарие мозга, которое в свою очередь помогает развивать логическую направленность человека (запоминание чисел, слов, мыслительных процессов и связи между ними). Словесно-логическая память используется в современной образовательной системе для повышения качества знаний у детей. Изучением словесно-логической памяти занимался ученый Т.П. Зинченко [8]. Он считал, что словесно-логическая память главная над другими видами памяти.

Также можно выделить различные виды памяти по способу запоминания информации.

Механическая память – это способность запоминания информации в исходном виде, не изменяя материал. Требуется многократное повторение изучаемого материала для хорошего запоминания, так как «повторение – это мощный фактор запоминания, особенно если научиться повторять рационально» [16, с. 40].

Смысловая память – это память, которая основана на осмыслении текста, и которая выделяет важные стороны запоминаемой информации. Смысловая память работает от мыслительного процесса в голове, так как при соотнесении старой и новой информации выстраивается логическая связь, которая очень крепко закрепляется в памяти человека.

В 1972 году ученый С. Лейтнер разработал методику «интервального повторения» и доказал эффективность данной методики в экспериментах с запоминанием информации. В этой методике, запоминаемый материал повторялся испытуемыми спустя определенные промежутки времени. Ученый проводил опыты с помощью карточек, которые при усвоении материала помещались в специальную коробку до следующего временного интервала. Так же выяснились промежутки времени с максимальной эффективностью запоминания информации (интервальное повторение): после завершения изучения; через 20 минут после усвоения первого изучения; через 8 часов от второго; через сутки после последнего повторения вновь заучить; через три дня; через неделю; через три недели; через три месяца; через полгода; через год.

По результатам многочисленных исследований ученых было установлено, что информация лучше запоминается после пробуждения от сна и перед засыпанием. Первая половина дня является более продуктивной для работы процессов памяти. Приемы и мнемонические техники развивают память, это не подлежит сомнению, но есть и другие внешние факторы,

влияющие на ее состояние, к примеру:

- рацион в еде (продукты богатые содержанием омега-3 кислот, полезные жиры и антиоксиданты, витамины, йод, орехи, рыба, куриные яйца, горький шоколад и другие полезные продукты);
- прогулки на свежем воздухе (насыщение тела кислородом, способствует улучшению работы мыслительного процесса в голове, а так же улучшает функционирование памяти);
- спортивная нагрузка (физическая активность тела дает стимулирование работы обменных веществ в организме, улучшает кровоток, снимает стресс, разминает физическое тело от долгого сидения за партой в школе, тем самым улучшает работу памяти);
- здоровый сон (стабильный 8 часовой сон способствует восстановлению работы мозга и тела, так как при отсутствие сна страдает в первую очередь память);
- эмоциональная составляющая (наличие здоровой психики помогает сосредоточиться на обучении и развитии памяти, но в ситуациях стресса память может давать сбои и некорректно работать).

Таким образом, на основе изученной литературы, мы можем представить память как способность человека к сохранению полученной информации и ее сохранению и воспроизведению. А изучая исследования ученых в истории, мы можем сделать вывод о том, что память делится на различные виды и подвиды, такие как продолжительность сохранения информации, способ реализации волевых намерений, способ действия психики, по способ запоминания.

Следовательно процессы: запоминание информации, сохранение данных, воспроизведение изученного, забывание информации – являются одними из главных в работе памяти. И при развитии данных процессов, память становится более устойчивой и крепкой, увеличивается объем запоминаемой информации, качество и количество запоминаемого

материала. Чтобы память работала эффективно, то надо развивать память начиная с детского возраста, используя детские особенности в развитии памяти и большой потенциал к обучению.

1.2 Особенности развития памяти у детей младшего школьного возраста

В возрасте 6-7 лет дети поступают в школу и для них открывается новый мир, со своими правилами, особенностями и сложностями. И.Ю. Кулагина писала, что «в младшем школьном возрасте учебная деятельность становится ведущей» [10, с. 97]. На учебных занятиях от школьников требуется формировать различные новые навыки, одним из которых является запоминание большого количества информации. Чтобы информация лучше усваивалась в памяти ребенка, то нужно использовать различные способы эффективного запоминания материала. Но дети младшего школьного возраста еще не умеют находить эффективные мнемонические приемы запоминания, поскольку их память находится в стадии развития и недостаточно произвольна. Детям требуется мотивация к запоминанию, так как она помогает добиться желаемого результата при помощи стимула, следовательно запомнить нужную для обучения информацию и развить свои мнемические навыки. В первом классе мотивацией для детей становится все новое и неизученное. Школьники с радостью приступают к изучению нового материала, новых правил, адаптируются к новым условиям существования. Ближе к концу младшего школьного возраста мотивация строится на оценках и мнении окружающих людей. И для ребенка становится важно повышать уровень обучения в школе и запоминать новый материал. Чтобы замотивировать младшего школьника, преподавателю нужно найти индивидуальный подход к каждому школьнику,

тщательно разрабатывать методику преподавания, в последствии дети будут готовы к изучению познавательного и интересного для них мира.

Немаловажным фактором в детском возрасте является интерес ребенка к информации, которую надо запомнить, чем эмоциональней и насыщенной будет материал для изучения, тем лучше он усвоится в памяти ребенка и сохранится на продолжительный промежуток времени. Так же на процесс запоминания влияет деятельность, в которой принимает участие ребенок, она должна быть интересной и увлекательной, вызывать положительные и яркие эмоции, быть простой в понимании и конкретной по своей сути.

В процессе взросления ребенка, у него формируется произвольная память. Ребенок начинает сам контролировать какой материал надо запомнить, сколько времени на это потребуется, когда нужно воспроизвести информацию повторно, когда проверить выученное. Непроизвольная память уходит на второй план и становится частью пассивного навыка запоминания. П.И. Зинченко писал, что деление «процессов памяти на произвольные и произвольные должно выступить в качестве основного, определяющего. Это деление должно выступить в качестве ведущего и в характеристике развития памяти. Непроизвольное и произвольное запоминание, воспроизведение являются двумя последовательными ступенями в развитии памяти детей» [5, с. 456]. Ученый считал, что первоклассники имеют преимущество в изучении арифметических чисел при помощи произвольной памяти.

Б.С. Волков писал: «С течением времени учебная нагрузка возрастает, но если от ученика не требуется познавательная самостоятельность, он не видит реальных успехов своей работы» [2, с. 17]. Поэтому для ребенка важно формирование таких процессов в обучении как самоконтроль и самообучение. При сочетании произвольной памяти и самоконтроля происходит формирование навыка активных учебных действий и дает высокий результат в запоминании сложного материала. Контролируя свое обучение и поведение – школьник учится выбирать свой жизненный путь и

строить социальные отношения с одноклассниками. Поэтому в школе обучение строится на сочетании коллективного обучения с поддержкой учителя и самостоятельной подготовке заданий дома. Сочетание этих двух типов обучения помогают школьнику лучше развить свои мнемические способности памяти и развить способность функционирования произвольной памяти.

Особенностью памяти младшего школьника является переход от додеятельностной памяти к формирующейся мнемической деятельности. Соответственно ребенок в процессе обучения показывает свои мнемические способности. Мнемические способности – это средства запоминания, при помощи которых происходит сохранение, воспроизведение и запоминание материала в памяти. А.А. Смирнов ввел данный термин в отечественную литературу, который описывал данный процесс как индивидуальную работу части мозга каждого человека в специфической манере и с его особенностями и тонкостями, то есть его «индивидуальные различия в скорости, точности и прочности запоминания» [7, с. 103]. Поэтому совершая переход от додеятельностной памяти к мнемической деятельности, у ребенка развиваются точность и прочность запоминаемой информации.

Современное обучение строится на сложном обширном материале, и не всегда ребенок понимает для чего ему нужно запоминать много сложной информации, поэтому произвольной памяти становится недостаточно для хорошего обучения. В работе памяти у ребенка происходит: «утрата способности к спонтанной организации мышления мы возмещаем использованием специфических способов извлечения информации из памяти» [11, с. 23]. Поэтому усовершенствование произвольной памяти при помощи различных способов и методик, укрепит развитие памяти детей младшего школьного возраста, поможет в развитии концентрации и внимания на уроках в школе. Но сами школьники, без специальной подготовки, не могут правильно подобрать методики развития памяти.

Задача учителя – научить детей самостоятельно строить свое обучение, выбирать для себя приоритеты в самообразовании, помочь в подборе различных мнемонических техник и методов запоминания информации.

В школе с каждым новым учебным годом происходят различные изменения, появляются много новых критериев оценивания качества обучения, усложняется сам процесс обучения. От младшего школьника требуется выполнять большое количество мнемических задач, а так же необходимо качественное и эффективное их исполнение, так как требования в школе возросли по сравнению с дошкольным обучением. В нынешнее время ребенок решает в школе такие задачи как: заучивание текста буквально по словам, пересказ прочитанного собственными словами, не отходя от смысла повествования, по прошествии долгого времени воспроизвести заученное в точности как было написано. Если ребенок не в состоянии запомнить материал, то это влияет на его обучение: ухудшаются оценки, ухудшаются отношения с одноклассниками и учителем. Сам ребенок теряет мотивацию к обучению.

Другой особенностью памяти у младших школьников является появление опосредованного запоминание информации, характеризуемое применением учениками различных способов и приемов усвоения информации в памяти. В своих исследованиях Л.С. Выготского особое внимание уделил изучению опосредованного и непосредственного запоминания. Он писал: «Ребенок в 3 года, который легче усваивает иностранные языки, не может усваивать систематизированных знаний из области географии, а школьник в 9 лет, с трудом усваивающий иностранные языки, с легкостью усваивает географию, взрослый же превосходит ребенка в запоминании систематизированных знаний» [3, с. 28]. Соответственно, Л.С. Выготского считал, что ребенок, запоминающий информацию в раннем возрасте, полагается на непосредственное запоминание (запоминает информацию целиком, без каких-либо мнемотехнических средств), а с 7 лет

ребенок вынужден придумывать разные приемы и способы, которые помогут ему легче запомнить информацию, что является опосредованным запоминанием. А.Н. Леонтьев занимался практическими исследованиями вместе с Л.С. Выготским. В своей книге «Развитие памяти: Экспериментальное исследование высших психологических функций», ученый подробно описывал свои исследования по развитию опосредованной памяти у детей, функционировании механической и логической памяти у человека. Результаты его исследований на детях показали, что в 4-6 лет дети отлично запоминают информацию с карточек, а дети с 7 до 12 лет хуже справляются с поставленной задачей на запоминание, так как темп развития памяти ниже, чем с группой детей младшего возраста. Из этих сведений он построил «параллелограмм запоминания», в котором заключался переход от непосредственных способов запоминания к опосредованным. Следовательно школьники при своем развитии и взрослении приобретают различные приемы и методы опосредованного запоминания информации, которые связывают изученный материал в единый осмысленный текст.

Младшие школьники, в силу своего возраста, не владеющие мнемоническими техниками запоминания, используют на практике механическое заучивание информации («повторение»), но по мере взросления данный способ идет в ущерб школьникам, так как объем и сложность информации увеличивается, и ребенок не справляется механическим заучиванием. Поэтому требуется искать другие способы и приемы запоминания материала. К.Д. Ушинский писал: «Воспитатель, понимающий природу памяти, будет беспрестанно прибегать к повторениям не для того, чтобы починить развалившееся, но для того, чтобы укрепить здание и вывести на нем новый этаж. Понимая, что всякий след памяти есть не только след протекшего ощущения, но в то же время и сила для приобретения нового, воспитатель будет беспрестанно заботиться о сохранении этих сил, так как в них лежит залог для приобретения новых

сведений» [19, с. 425]. Первое упоминание метода «повторения» в обучении было у А. Мейса. Но на практике методику стал использовать педагог Пол Пимслер. Как правило, использование лишь одной методики не всегда является гарантией хорошего результата запоминания у школьников, поэтому нужно применять разнообразные методики и техники, направленные на повышение уровня развития памяти у детей. Требуется убедить ребенка в важности работы с учебным материалом: использовать разные методики совершенствования памяти, научить делать самостоятельные выводы по прочитанной литературе и использовать активный пересказ прочитанного текста – это все будет улучшать и развивать работу памяти.

Так же для младших школьников вызывает трудность разбиение цельного текста по смысловым частям, поэтому они делят текст по его размеру. Это в корне не верно, так как осмысление текста является одним из эффективных способов правильного запоминания информации. Л.С. Выготский писал: «Всякий учитель знает, что есть материал, который требует заучивания и повторений, и есть материал, который запоминается сразу; ведь нигде никто никогда не пытался заучивать решения арифметических задач. Достаточно один раз понять ход решения, для того чтобы в дальнейшем иметь возможность эту задачу решить» [3, с. 26]. Осмысление текста является функционированием логической памяти у детей и направлено оно на активную работу аналитических мыслительных процессов в мозгу. Использование процессов памяти и мышления подталкивает детей к усвоению, сортировке, осмыслению информации, делая процессы функционирования памяти более совершенными и психически устойчивыми к разным отвлекающим раздражителям.

В старшем дошкольном возрасте начинается переход от образно-наглядной памяти к словесно-логической. Школьник начиная с 6-7 лет может свободно строить смысловые связи в предложениях, свободно применяет устную речь в разговоре, так же структурирует и классифицирует слова по

логической структуре. Следовательно, повышается объем запоминаемой информации, улучшаются процессы мышления, восприятия, строится конструктивная речь. Память становится продуктивной и структурированной. П.И. Зинченко считал, что формирование словесно-логической памяти является основной и первостепенной в развитии детском памяти.

У детей младшего школьного возраста очень сильно развита наглядно-образная память, так как зрение является основной способностью человека к восприятию мира. Поэтому обучаясь на уроках в школе, большое количество материала подается с учетом визуальной составляющей и наглядно-образной памяти: это опора на большие и понятные иллюстрации, звуковое сопровождение, видео сопровождение, таблицы и диаграммы, текст объясняющий материал, сведение из ранее изученного материала – все это помогает детям в запоминании нового материала. Так школьники легче понимают информацию, и соответственно, эффективнее запоминают. Так же наглядные материалы должны быть конкретизированы и не иметь абстрактной составляющей, поскольку ребенку в младшем школьном возрасте сложно усвоить и запомнить информацию с непонятным и абстрактным содержанием. Так же для ребенка все еще актуальна роль игры в обучении, с разницей в том, что «при переходе от дошкольного к младшему школьному возрасту возрастает значение игры с достижением известного результата» [17, с. 350]. Поэтому для хорошего запоминания информации можно использовать игровые методы обучения.

Таким образом в возрасте 6-7 лет у детей начинает меняться все процессы в организме, включая память. Она изменяется, становится произвольной и опосредованной. Постепенно ребенок учится контролировать все процессы в организме, и процесс запоминания совершенствуется, становится все более сложным и систематизированным. В первом классе мотивацией для детей становится все новое и неизученное. Школьники с

радостью приступают к изучению нового материала, новых правил, адаптируются к новым условиям существования. Младшие школьники, в силу своего возраста, не владеющие мнемоническими техниками запоминания, используют на практике механическое заучивание информации («повторение»), но по мере взросления данный способ идет в ущерб школьникам, так как объем и сложность информации увеличивается, и ребенок не справляется механическим заучиванием. Поэтому требуется искать другие способы и приемы запоминания материала. Так же на процесс запоминания влияет деятельность, в которой принимает участие ребенок, она должна быть интересной и увлекательной, вызывать положительные и яркие эмоции, быть простой в понимании и конкретной по своей сути. У детей младшего школьного возраста очень сильно развита наглядно-образная память, так как зрение является основной способностью человека к восприятию мира. Поэтому обучаясь на уроках в школе, большое количество материала подается с учетом визуальной составляющей и наглядно-образной памяти. В старшем дошкольном возрасте начинается переход от образно-наглядной памяти к словесно-логической, следовательно школьники могут свободно строить смысловые связи в предложениях, свободно применяют устную речь в разговоре, так же структурируют и классифицируют слова по логической структуре. Поэтому задача учителя – сформировать у детей навыки отличного запоминания информации при помощи использования различных мнемонических техник и приемов. Как итог ребенок будет лучше понимать текст и с легкостью вспомнит его содержание. Опираясь при работе с детьми надо на конкретные, наглядно-образные примеры, исключая все абстрактные и непонятные термины, которые могут вызвать сложности в восприятии материала и его дальнейшему запоминанию.

Глава 2 Экспериментальная работа по изучению развития памяти у младших школьников во внеурочной деятельности

2.1 Выявление уровня развития памяти у детей младшего школьного возраста

Цель констатирующего этапа экспериментальной работы – выявление уровня развития памяти у младших школьников

Экспериментальная база исследования: Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 2086». В исследовании приняли участие 28 человек из 2 «А» класса – экспериментальная группа и 28 человек из 2 «Б» класса – контрольная группа. Возрастная группа 8-9 лет

Работа с детьми проводилась по схеме:

- установление со школьником визуальный контакт;
- подробное разъяснение инструкции по работе с заданиями;
- проведение процесса наблюдения за экспериментом.

Критерии и показатели, а также диагностические задания были подобраны с опорой на исследования Э.Я. Джекобсона, А.Н. Леонтьева и А.Р. Лурия, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования

| Критерий | Показатель | Диагностическая методика |
|------------------------|--|---|
| Кратковременная память | Выяснить объем кратковременной памяти школьника | Диагностическая методика 1 «Выявление объема кратковременной памяти» (Э.Я. Джекобсон) |
| Опосредованная память | Выявить уровень развития опосредованного запоминания | Диагностическая методика 2 «Опосредованное запоминание» (А.Н. Леонтьев) |
| Оперативная память | Выявить объем оперативной памяти | Диагностическая методика 3 «10 слов» (А.Р. Лурия) |

Диагностическая 1 методика Э.Я. Джекобсона нацелена на выяснение объема кратковременной памяти школьника.

Результат на констатирующем этапе экспериментальной группы среди 28 человек по методике Э.Я. Джекобсона показал, что большинство детей в классе хорошо запоминают информацию, что является средним показателем уровня запоминания в классе – это 16 человек со средним показателем 7 баллов за тест, 57 % от значений всего класса. Пять школьников отлично справились с данной задачей на запоминание чисел и у них выявляется 8-9 баллов за прохождение тестирования, что является (18 %) от всего класса, поэтому у них наилучший потенциал к развитию памяти. У семи детей наблюдается отставание в развитие памяти, так как их результаты варьируются в значении 5-6 баллов (плохо запоминали числа, постоянно отвлекались), что в сравнении по классу это 25 %. Таким детям требуется усиленные занятия с преподавателем и дома. В контрольной группе средним показателем является 17 человек (61 %). Высокий уровень памяти обнаружился у 6 человек из контрольной группы (21 %), а низкий уровень памяти у 5 учащихся (18 %). По диаграмме 1 видно, что класс 2 «Б» (контрольная группа) имеет лучшие результаты, чем класс 2 «А» (экспериментальная группа) на констатирующем этапе.

Проводя констатирующий эксперимент с экспериментальным классом 2 «А» и контрольным классом 2 «Б» были получены данные, которые представлены в таблице 2 и на рисунке 1.

Таблица 2 – Общие результаты по методике Э.Я. Джекобсона

| Экспериментальная группа | Результат | Контрольная группа | Результат |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------|
| 5 (18 %) | высокий | 6 (21 %) | высокий |
| 16 (57 %) | средний | 17 (61 %) | средний |
| 7 (25 %) | низкий | 5 (18 %) | низкий |

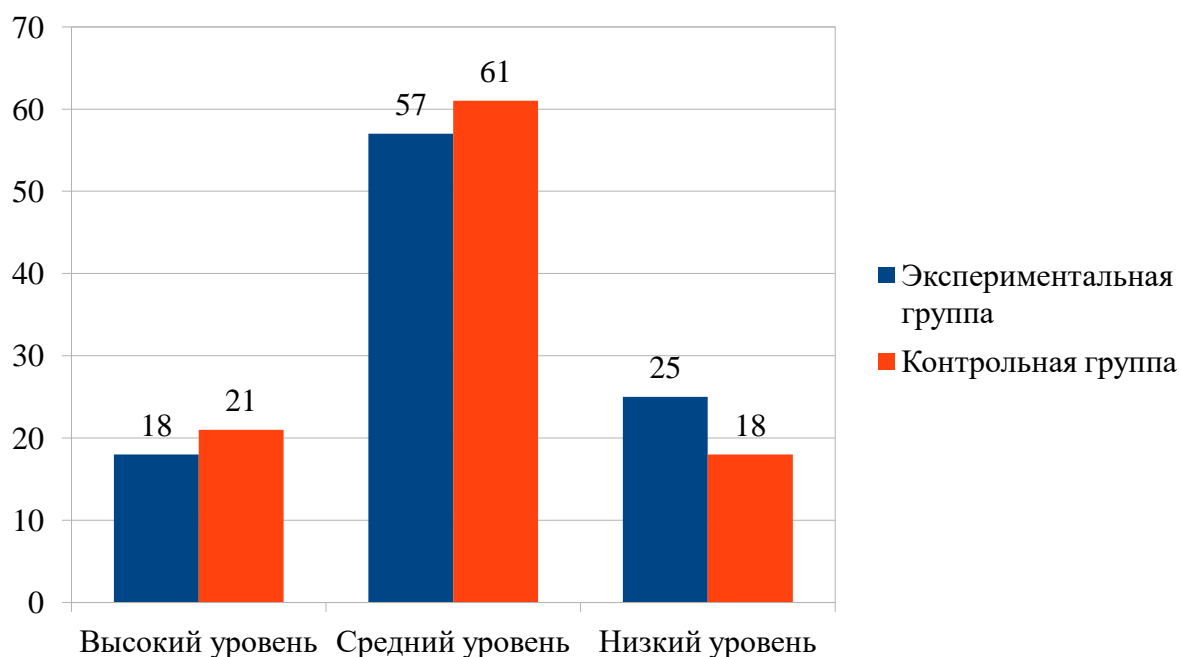


Рисунок 1 – Общие результаты по методике Э.Я. Джекобсона

Диагностическая 2 методика А.Н. Леонтьева «Опосредованное запоминание» направлена на выявление уровня развития опосредованного запоминания.

Результат на констатирующем этапе экспериментальной группы среди 28 человек по методике А.Н. Леонтьева показал, что большинство детей в классе хорошо запоминают информацию, что является средним показателем уровня запоминания в классе – это 15 человек со средним показателем 6-8 баллов за тест, 54 % от значений всего класса. Пять школьников отлично справились с данной задачей на воспроизведение слов по карточкам и у них выявляется 9-10 баллов за прохождение тестирования (18 % от общего числа класса), поэтому с ними можно тренировать более усиленную программу. У восьми детей наблюдается отставание в развитии (плохо строят ассоциации между карточками и словами) и недостаточно хорошо запоминают информацию, так как их результаты варьируются в значении 0-5 баллов, что в сравнении по классу это 28 %. Таким детям требуется усиленные занятия с преподавателем и дома. В контрольной группе средним показателем является

16 человек (58 %). Высокий уровень памяти обнаружился у 6 человек из контрольной группы (21 %), а низкий уровень памяти у 6 учащихся (21 %). По диаграмме 2 видно, что класс 2 «Б» (контрольная группа) имеет лучшие результаты, чем класс 2 «А» (экспериментальная группа) на констатирующем этапе.

Проводя констатирующий эксперимент с экспериментальным классом 2 «А» и контрольным классом 2 «Б» были получены данные, которые представлены в таблице 3 и на рисунке 2.

Таблица 3 – Общий результат по методике А.Н. Леонтьева

| Экспериментальная группа | Результат | Контрольная группа | Результат |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------|
| 5 (18 %) | высокий | 6 (21 %) | высокий |
| 15 (54 %) | средний | 16 (58 %) | средний |
| 8 (28 %) | низкий | 6 (21 %) | низкий |

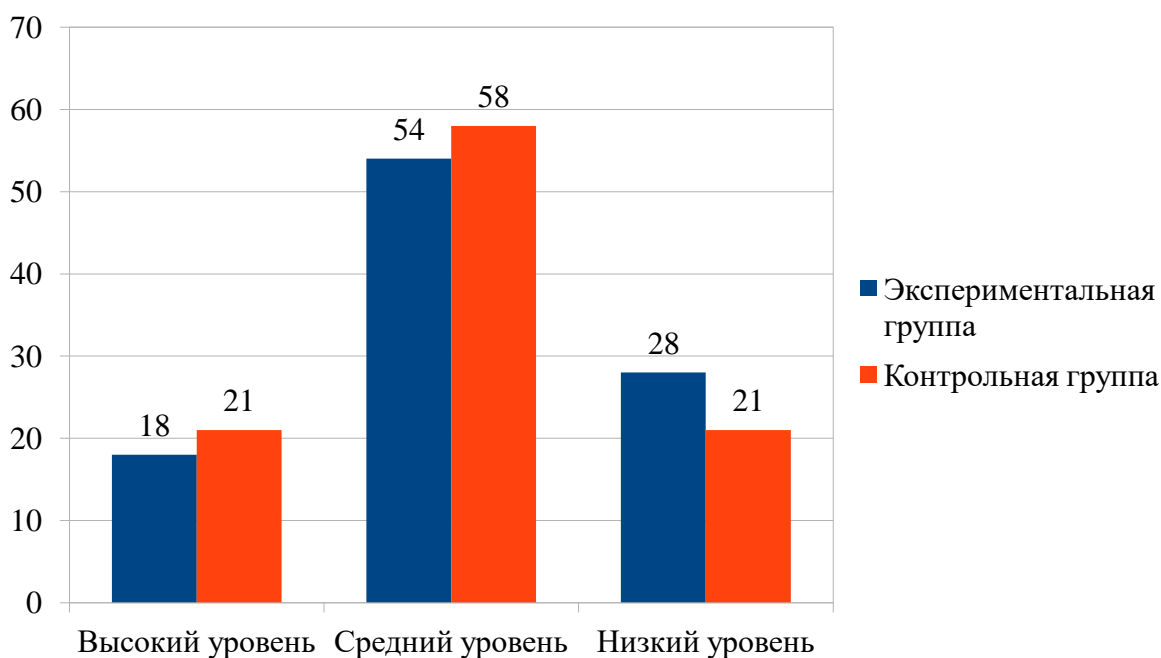


Рисунок 2 – Общий результат по методике А.Н. Леонтьева

Диагностическая 2 методика А.Р. Лурия «10 слов» направлена на выявление объема оперативной памяти.

Результат на констатирующем этапе экспериментальной группы среди 28 человек по методике А.Р. Лурия показал, что большинство детей в классе хорошо запоминают информацию, что является средним показателем уровня запоминания в классе – это 16 человек со средним показателем 6-8 слов за 5 повторений текста, 57 % от значений всего класса. Четыре школьника отлично справились с данной задачей на запоминание слов, так как они запомнили от 9 до 10 слов за 5 повторений текста (14 % от общего числа класса), поэтому с ними можно тренировать более усиленную программу. У восьми детей наблюдаются низкие результаты по тесту, так как их результаты варьируются в значении от 3 до 5 слов за 5 повторений текста, что в сравнении по классу это 29 %. Таким детям требуется усиленные занятия с преподавателем и дома. В контрольной группе средним показателем является 17 человек (61 %). Высокий уровень памяти обнаружился у 5 человек из контрольной группы (18 %), а низкий уровень памяти у 6 учащихся (21 %). По диаграмме 3 видно, что класс 2 «Б» (контрольная группа) имеет лучшие результаты, чем класс 2 «А» (экспериментальная группа) на констатирующем этапе.

Проводя констатирующий эксперимент с экспериментальным классом 2 «А» и контрольным классом 2 «Б» были получены данные, которые представлены в таблице 4 и на рисунке 3.

Таблица 4 – Общий результат по методике А.Р. Лурия

| Экспериментальная группа | Результат | Контрольная группа | Результат |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------|
| 4 (14 %) | высокий | 5 (18 %) | высокий |
| 16 (57 %) | средний | 17 (61 %) | средний |
| 8 (29 %) | низкий | 6 (21 %) | низкий |

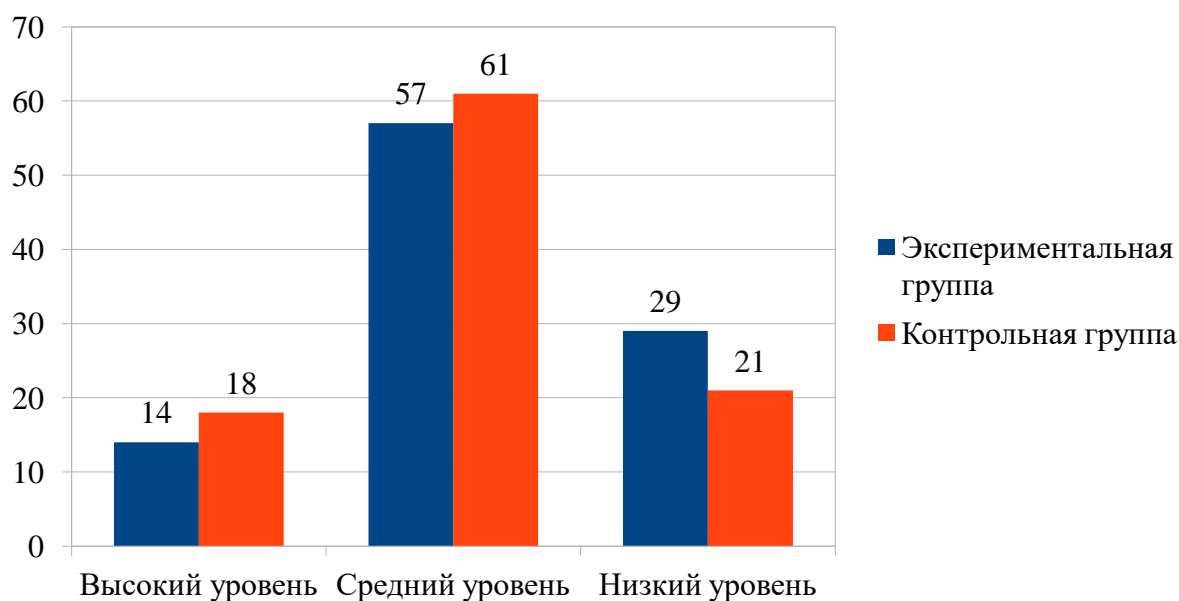


Рисунок 3 – Общий результат по методике А.Р. Лурия

После проведения всех диагностических методик на констатирующем этапе исследования было выделено три уровня развития памяти у младших школьников: низкий, средний, высокий

Низкий уровень – не имеет навык использования мыслительных процессов как логическое и смысловое запоминание. Ребенок буквально воспроизводит ту информацию, которую запомнил. Школьник не имеет возможность включить в работу причинную и следственную связь. Не имеет развитую самостоятельную регуляцию процесса и требуется постоянная помощь взрослых людей. Недостаточно развитая произвольность процессов в психическом состоянии ребенка.

Средний уровень – школьник освоил правила логического построения связей в процессах мышления. Младшие школьники могут справиться с задачами на сложное запоминание материала, соотнесение двух частей в единую смысловую связку, разделение на осмысленные части произведение. Выявляется развитие самостоятельной регуляции. Усовершенствуется произвольность процессов в психическом состоянии ребенка.

Высокий уровень – школьник показывает высокие логического построения связей в процессах мышления. Младшие школьники могут справиться с задачами на сложное запоминание материала, соотнесение двух частей в единую смысловую связку, разделение на осмысленные части произведения. Выявляется развитие самостоятельной регуляции. Произвольность процессов в психическом состоянии ребенка на высоком уровне.

Далее были подведены итоги констатирующего этапа исследования, которые отображены в таблице 5, а также на рисунке 4

Таблица 5 – Сравнение количественных результатов состояния предмета исследования по всем диагностическим методикам в обеих группах

| Уровень памяти | Констатирующий эксперимент | |
|----------------|----------------------------|--------------------|
| | Экспериментальная группа | Контрольная группа |
| Высокий | 5 (18 %) | 6 (21 %) |
| Средний | 16 (57 %) | 17 (61 %) |
| Низкий | 7 (25 %) | 5 (18 %) |

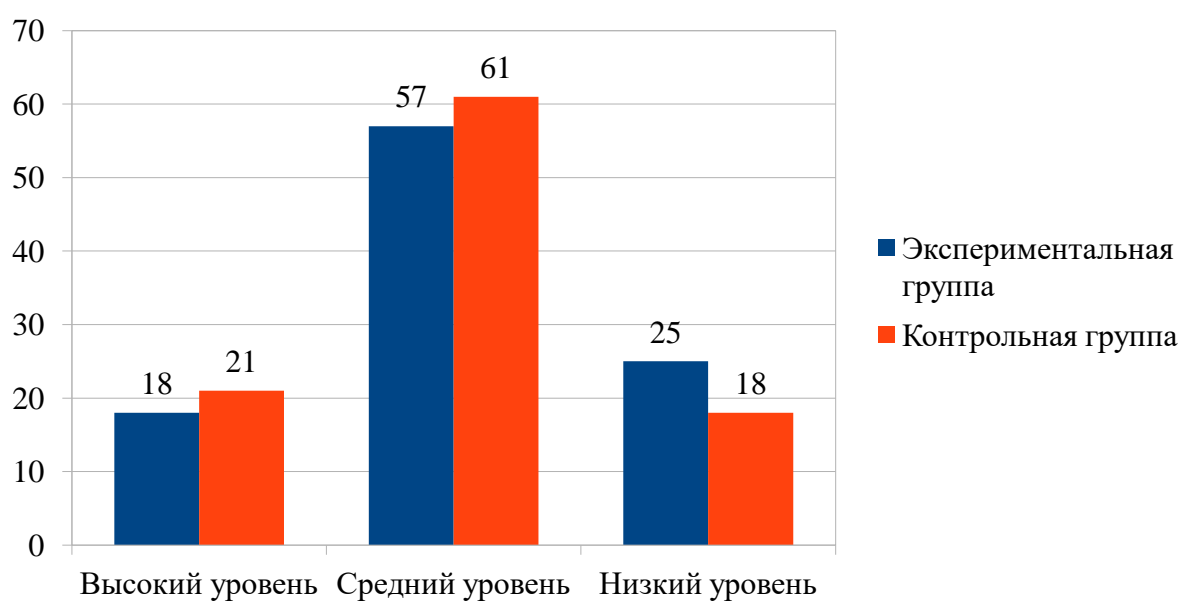


Рисунок 4 – Сравнение количественных результатов состояния предмета исследования по всем диагностическим методикам в обеих группах

Таким образом, нами был проведен констатирующий эксперимент с 3 разными методиками (Э.Я. Джекобсона, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия). Большинство школьников в классе 2 «А» (экспериментальная группа) имеют средний уровень развития памяти при проведении теста. Это 15-16 школьников (54 %-57 %) от общего числа класса. Есть ученики, которые выделились отличными результатами в эксперименте, их количество в классе было от 4 до 5, что является (14 %-18 %) от общего числа класса. Некоторые школьники показали низкие результаты за тестирования, в классе их насчитывается от 7 до 8 учеников, что является (25 %-29 %) от общего числа класса. Большинство школьников в классе 2 «Б» (контрольная группа) имеют средний уровень развития памяти 16-17 человек (58 %-61 %). Высокий уровень развития имеют 5-6 школьников (18 %-21 %). Низкий уровень имеют 5-6 учеников (18 %-21 %).

2.2 Проведение эксперимента с использованием упражнений по развитию памяти обучающихся

После выполнения констатирующего этапа эксперимента был проведен формирующий эксперимент с целью развития памяти младших школьников во внеурочной деятельности. Были выведены данные задачи:

- создать комплекс упражнений, которые помогут развить память у школьников экспериментальной группы;
- при помощи комплекса упражнений развить у школьников разные виды памяти, такие как зрительную, слуховую, долговременную и двигательную память; увеличить концентрацию внимания и объем запоминаемого материала;
- реализовать внеурочную деятельность в школе так, чтобы был исполнен полностью запланированный комплекс упражнений.

Формирующий эксперимент по развитию памяти младших школьников

был реализован соответствующим образом: организовано 8 внеурочных занятия, продолжительностью по 45 минут каждое занятие, в которых были применены специальные упражнения для разных видов памяти: зрительную, слуховую, долговременную и двигательную память. Так же были проработаны такие навыки работы с памятью как концентрация внимания и объем запоминаемого материала. Специальные упражнения разработаны и подобраны индивидуально под каждый из представленных видов памяти. Все занятия применялись с учетом учебного плана по регулярной внеурочной деятельности с направлением интеллектуальное развитие в программе «Юным умникам и умницам» для 1-4 классов.

Формирующий эксперимент был реализован в школе ГБОУ Школа № 2086. Участие в исследовании принимали 28 детей из 2 «А» класса (экспериментальная группа) и 26 детей из 2 «Б» класса (контрольная группа).

Тема исследования: Развитие памяти у младших школьников во внеурочной деятельности.

Цель – помочь детям развить память во время внеурочной деятельности.

Методы достижения цели: использование специальных упражнений на повышение уровня развития памяти у детей.

Образовательные задачи:

- обучить навыкам легкого запоминания большого объема информации;
- способствовать обучению разных техник запоминания.

Развивающие задачи:

- развить разные виды запоминания (зрительная, слуховая, двигательная);
- развить внимательность у школьников.

Воспитательные задачи:

- воспитать в ребенке инициативу к самообучению;

– помочь ребенку в повышении качества обучения в школе.

Тематическое планирование работы представлено в таблице 6.

Таблица 6 – Тематическое планирование

| Тема упражнения | Задачи | Методы и средства |
|--------------------------------|--|-------------------|
| «Придумай слова и запомни» | – увеличить объем памяти | Беседа |
| «Изображение» | – улучшить зрительную память | Рисунок |
| «Внимательно слушай» | – улучшить концентрацию и устойчивость – улучшить объем слуховой памяти | Диктант |
| «Что исчезло» | – улучшить концентрацию и устойчивость | Исследование |
| «Слова» | – увеличить объем памяти - улучшить долговременную память | Диктант |
| «Числа и ассоциации с ними» | – увеличить объем памяти | Беседа |
| «Таблица Шульте» | – улучшить зрительную память – улучшить концентрацию и устойчивость | Исследование |
| «Запоминание цветных карточек» | – улучшить зрительную память – улучшить концентрацию и устойчивость | Игра |
| «Повторение движений» | – улучшить двигательную память | Игра |
| «Запрещенное движение» | – улучшить двигательную память | Игра |

Каждое внеурочное занятие начиналось с упражнения «Слова», в котором учитель зачитывал 10 несвязных между собой по смыслу слов, а испытуемые должны были вспомнить эти слова через 5 минут и в конце занятия. Данное упражнение помогает развить долговременную память и увеличить объем запоминаемой информации. Списки слов на занятиях

менялись постоянно:

- Заяц, дрова, компот, волк, живот, солнце, дым, зеленый, лес, бегать;
- Ваза, гора, кино, лыжи, сыр, уши, мост, спорт, стул, ночь;
- Лиса, шаги, каша, диван, кукла, грибы, фея, машина, мох, лебедь;
- Огонь, жало, собака, мама, луна, огурец, дверь, пила, лодка, ванна;
- Овощи, сено, капуста, дым, мороз, лошадь, руки, маска, море;
- Сова, поезд, урок, кран, санки, змея, шишка, щека, шарф, город;
- Зуб, муха, цветок, нога, орел, тыква, путь, ведро, сабля, мак;
- Молоко, кит, волосы, жара, лапа, небо, книга, трава, орех, замок.

В этом упражнении развивалась концентрация внимания и слух у младших школьников, а так же была задействована долговременная память. У детей появлялась мотивация к данному упражнению, так как дети видели свои успехи и сравнивали результаты с предыдущими занятиями, поэтому старались все запомнить.

Затем детям предлагались упражнения на концентрацию внимания и развитию логики «Придумай слова и запомни» или «Числа и ассоциации с ними». В упражнении «Придумай слова и запомни» требовалось запомнить слова поочередно называемые. То есть первый ученик придумывает одно слово, второй ученик повторяет первое слово и придумывает второе слово, третий ученик повторяет первое и второе слово и придумывает третье слово и так далее. Игра длится до тех пор, пока предложение не станет достаточно длинным, чтобы его запомнить.

В упражнении «Числа и ассоциации с ними» требовалось написать на листочке числа от 0 до 9. К каждому числу испытуемый должен придумать ассоциацию. Например, число «0» – это солнце. Затем учитель диктует набор цифр, это может быть исторически-важная дата. Ребенку нужно составить рассказ из слов ассоциаций. Данное упражнение хорошо помогает запомнить важные даты. Оба упражнения являются творческими и требуют создания новой информации и использования сложных мыслительных процессов.

Дети с радостью работали над созданием новых слов и ассоциаций, использовали весь свой творческий потенциал.

Далее в занятии применялись упражнения «Запоминание цветных карточек» или «Изображение» или «Внимательно слушай».

Упражнение «Запоминание цветных карточек» заключалось в том, чтобы вспомнить карточку. На столе учителя располагаются 10 разноцветных карточек в произвольном порядке. Карточки показываются ученику на 10 секунд, затем закрываются. Задача ученика вспомнить какого цвета были карточки и в какой последовательности. Затем учитель меняет местами карточки и все повторяется. Развивается зрительная память.

В упражнении «Изображение» требовалось запомнить показанный рисунок и воспроизвести на своем листочке. Развивается зрительная память.

В упражнении «Внимательно слушай» требовалось запомнить слуховую информацию. В данном упражнении все дети закрывают глаза и сидят так, пока учитель не скажет открыть глаза. Учитель ходит по классу и активизирует различные звуки: скрип двери, звук мела на доске, звук касания батареи. Когда учитель заканчивает, то дети открывают глаза и на листочке записывают какие звуки слышали. Потом между собой сравнивают результат. Развивается слуховая память. Все эти три упражнения развивают концентрацию, внимание и устойчивость воспроизводимой информации. Детям сложно даются такие упражнения, так как требуется долго и монотонно воспроизводить полученную информацию, использовать слаборазвитую в данном возрасте концентрацию и внимание. Данное упражнение поможет детям меньше отвлекаться на уроках, соответственно увеличится объем запоминаемого материала.

Далее на занятии используются упражнения «Таблица Шульте», «Что исчезло». В упражнении «Таблица Шульте» требуется найти определенное число. Перед учеником лежит таблица с числами в произвольном порядке, его задача найти числа от 1 до 25.

В упражнении «Что исчезло» требуется найти предмет, который исчез. На столе у учителя лежат 10 предметов (шар, стакан, ручка, и так далее). В течении 10 секунд школьник пытается запомнить предметы на столе. Учитель просит ученика закрыть глаза. Затем учитель убирает один предмет и просит ученика открыть глаза. Задача ученика назвать предмет, который исчез и где он лежал на столе. Далее повторяется тоже самое, но исчезает другой предмет. Все эти два упражнения рассчитаны на поиск информации при помощи исследования. Они развивают концентрацию и внимание, а так же формируют исследовательские навыки у ребенка. Детям понравились данные упражнения, так как они представлены в игровом формате и имеют наглядно-образную форму.

Далее использовались упражнения «Повторение движений» или «Запрещенное движение». В упражнении «Повторение движений» требуется запоминать поочередно добавляющиеся движения и воспроизводить их.

В упражнении «Запрещенное движение» требуется повторять движения за учителем, за исключением одного движения. Все эти упражнения помогают тренировать двигательную память и физическую нагрузку. Упражнения стимулируют кровообращение в организме, что положительно сказывается на занятиях с памятью. Движения помогают детям выплеснуть лишнюю энергию и поднять настроение. Детям очень понравилось данное упражнение своей непосредственностью и активностью.

По прошествии всех упражнений, школьники вспоминали 10 слов из первого упражнения, тем самым развивая свою долговременную память.

Занятия проходили по всем правилам и распорядкам школы. Дети проявляли активность, задавали уточняющие вопросы, выполняли все упражнения, как этого требовалось в задании. Описанные выше упражнения использовались в комплексе и применялись по запланированному режиму работы внеурочной деятельности школы. Все это было сделано для выполнения цели эксперимента на развития памяти младшего школьника.

Формирующий эксперимент прошел успешно и для подтверждения результативности проведенной работы, далее был реализован контрольный эксперимент.

2.3 Выявление динамики в развитии памяти у детей младшего школьного возраста

Для проведения анализа данных, полученных в формирующем эксперименте по развитию памяти у младших школьников, были использованы такие же методики, как и в констатирующем этапе исследования (методика Э.Я. Джексона, методика А.Н. Леонтьева, методика А.Р. Лурия). Класс 2 «А» (экспериментальная группа) и класс 2 «Б» (контрольная группа) принимали участие в контрольном эксперименте в количестве 28 человек в каждой группе.

Результат на контрольном этапе экспериментальной группы среди 28 человек по методике Джексона показал, что большинство детей в классе улучшили свои результаты по запоминанию информации. Средним показателем уровня запоминания в классе стало – 19 человек со средним показателем 7 баллов за тест, 68 % от значений всего класса. Семь школьников отлично справились с данной задачей на запоминание чисел и у них выявляется 8-9 баллов за прохождение тестирования, что является (25 %) от всего класса. У двух детей наблюдается низкие результаты в развитие памяти – варьируются в значении 5-6 баллов, что в сравнении по классу это 7 %.

В контрольной группе средним показателем является 17 человек (61 %). Высокий уровень памяти обнаружился у 6 человек из контрольной группы (21 %), а низкий уровень памяти у 5 учащихся (18 %). По рисунку 5 видно, что класс 2 «А» (экспериментальная группа) на контрольном этапе улучшили свои результаты и стали выше, чем класс 2 «Б» (контрольная

группа).

Далее представлены результаты контрольного этапа эксперимента. По результатам методики Э.Я. Джекобсона, целью которой было: выявить сформированность навыков запоминания, были получены результаты, находящиеся в таблице 7 и в рисунке 5.

Таблица 7 – Общие результаты по методике Э.Я. Джекобсона

| Экспериментальная группа | Результат | Контрольная группа | Результат |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------|
| 7 (25 %) | высокий | 6 (21 %) | высокий |
| 19 (68 %) | средний | 17 (61 %) | средний |
| 2 (7 %) | низкий | 5 (18 %) | низкий |

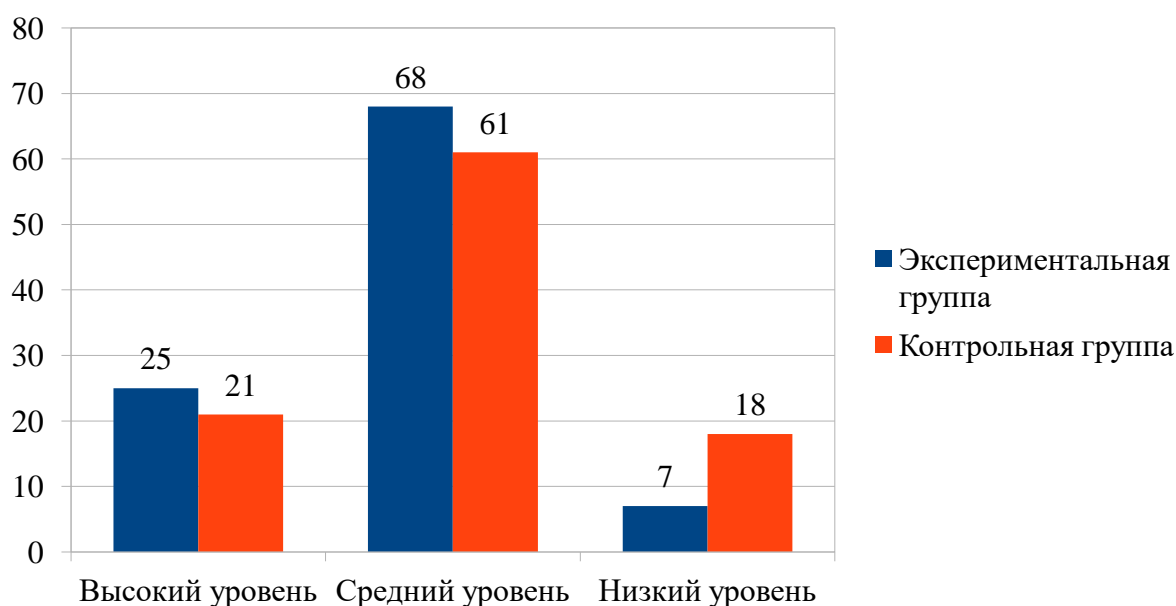


Рисунок 5 – Общие результаты по методике Э.Я. Джекобсона

Результат на контрольном этапе экспериментальной группы среди 28 человек по методике А.Н. Леонтьева показал, что большинство детей в классе улучшили свои результаты по запоминанию информации, средним показателем уровня запоминания в классе стало – 18 человек со средним

показателем 6-8 баллов за тест, 64 % от значений всего класса. Восемь школьников отлично справились с данной задачей на воспроизведение слов по карточкам и у них выявляется 9-10 баллов за прохождение тестирования (29 % от общего числа класса), поэтому с ними можно тренировать более усиленную программу. У двоих детей наблюдаются низкие результаты (плохо строят ассоциации между карточками и словами) и недостаточно хорошо запоминают информацию, так как их результаты варьируются в значении 0-5 баллов, что в сравнении по классу это 7 %.

В контрольной группе средним показателем является 16 человек (58 %). Высокий уровень памяти обнаружился у 6 человек из контрольной группы (21 %), а низкий уровень памяти у 6 учащихся (21 %). По рисунку 6 видно, что класс 2 «А» (экспериментальная группа) на контрольном этапе улучшили свои результаты и стали выше, чем класс 2 «Б» (контрольная группа).

Проводя контрольный эксперимент с экспериментальным классом 2 «А» и контрольным классом 2 «Б» были получены данные, которые представлены в таблице 8 и на рисунке 6.

Таблица 8 – Общий результат по методике А.Н. Леонтьева

| Экспериментальная группа | Результат | Контрольная группа | Результат |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------|
| 8 (29 %) | высокий | 6 (21 %) | высокий |
| 18 (64 %) | средний | 16 (58 %) | средний |
| 2 (7 %) | низкий | 6 (21 %) | низкий |

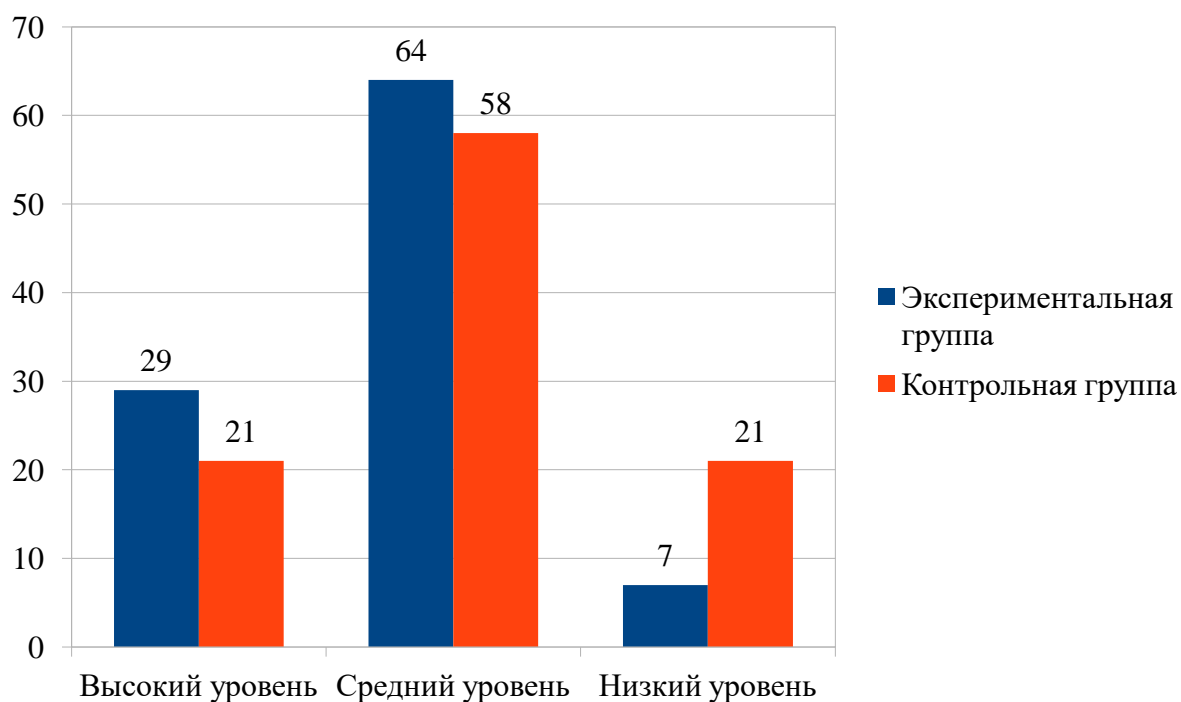


Рисунок 6 – Общий результат по методике А.Н. Леонтьева

Результат на контрольном этапе экспериментальной группы среди 28 человек по методике А.Р. Лурия показал, что большинство детей в классе улучшили результаты по запоминанию информации, средним показателем запоминания в классе стало – 19 человек со средним показателем 6-8 слов за 5 повторений текста, 68 % от значений всего класса. Семь школьников отлично справились с данной задачей на запоминание слов, так как они запомнили от 9 до 10 слов за 5 повторений текста (25 % от общего числа класса), поэтому с ними можно тренировать более усиленную программу. У двоих детей наблюдаются низкие результаты по тесту, так как их результаты варьируются в значении от 3 до 5 слов за 5 повторений текста, что в сравнении по классу это 7 %.

В контрольной группе средним показателем является 17 человек (61 %). Высокий уровень памяти обнаружился у 5 человек из контрольной группы (18 %), а низкий уровень памяти у 6 учащихся (21 %). По рисунку 7 видно, что класс 2 «А» (экспериментальная группа) на контрольном этапе улучшили свои результаты и стали выше, чем класс 2 «Б» (контрольная

группа).

На контрольном этапе эксперимента в результате проведения повторной диагностики обучающихся экспериментальной группы – 2 «А» класс – и младших школьников контрольной группы – 2 «Б» класс – были получены данные, которые наглядно представлены в таблице 9 и на рисунке 7 в виде диаграммы.

Таблица 9 – Общий результат по методике А.Р. Лурия

| Экспериментальная группа | Результат | Контрольная группа | Результат |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------|
| 7 (25 %) | высокий | 5 (18 %) | высокий |
| 19 (68 %) | средний | 17 (61 %) | средний |
| 2 (7 %) | низкий | 6 (21 %) | низкий |

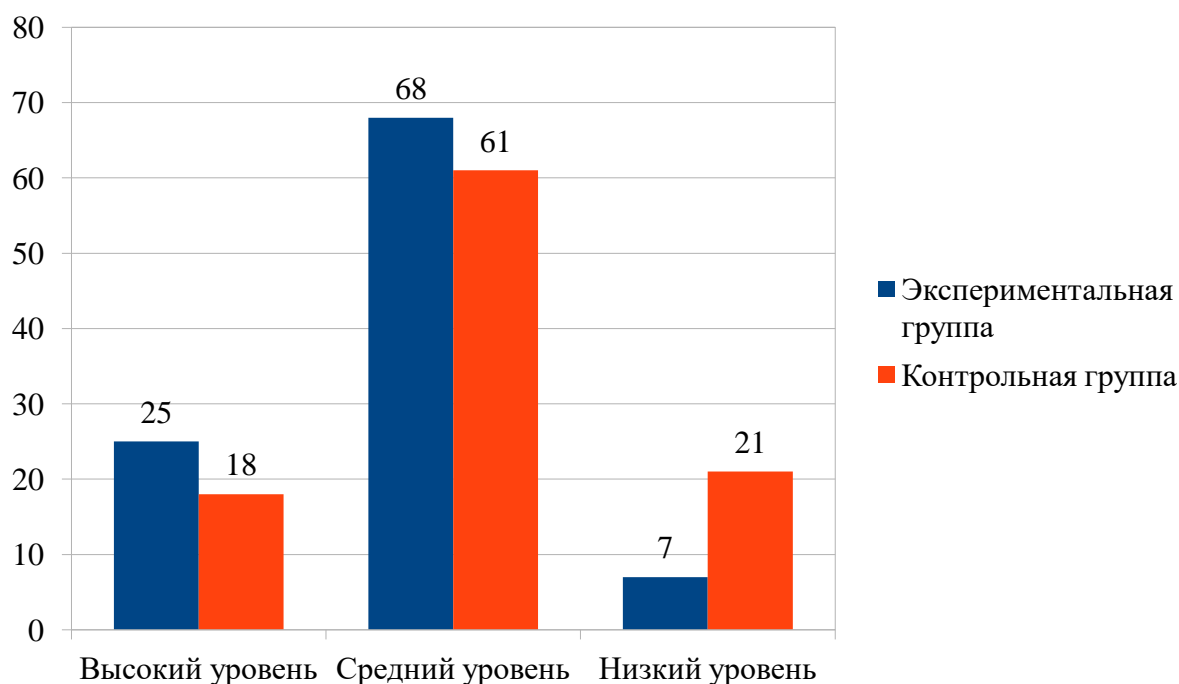


Рисунок 7 – Общий результат по методике А.Р. Лурия

Таким образом, был проведен контрольный эксперимент с 3 разными методиками (Э.Я. Джекобсона, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия) и он показал, что большинство школьников в классе 2 «А» (экспериментальная группа)

улучшили свои показатели. Средний уровень развития памяти стал у 18-19 школьников (64 %-68 %) от общего числа класса. Высокий уровень развития памяти стал у 7-8 школьников, что является (25 %-29 %) от общего числа класса. Некоторые школьники показали низкие результаты за тестирования, в классе их насчитывается 7 человек, что является (7 %) от общего числа класса. У учеников класса 2 «Б» (контрольная группа) результаты не изменились. Средний уровень развития памяти у 16-17 человек (58 %-61 %). Высокий уровень развития имеют 5-6 школьников (18 %-21 %). Низкий уровень имеют 5-6 учеников (18 %-21 %). Класс 2 «А» (экспериментальная группа) на контрольном этапе улучшили свои результаты и стали выше, чем класс 2 «Б» (контрольная группа).

На данном этапе был проведен контрольный эксперимент с целью понять – был ли формирующий эксперимент эффективен. Для этого мы сравним результаты констатирующего и контрольного эксперимента, а так же используем контрольную группу из другого класса для сравнения. Результаты представлены в таблице 10 и на рисунке 8.

Таблица 10 – Сравнение количественных результатов контрольного среза состояния предмета исследования по всем диагностическим заданиям в обеих группах

| Уровень памяти | Констатирующий эксперимент | | Контрольный эксперимент | |
|----------------|----------------------------|--------------------|--------------------------|--------------------|
| | Экспериментальная группа | Контрольная группа | Экспериментальная группа | Контрольная группа |
| Высокий | 5 (18 %) | 6 (21 %) | 7 (25 %) | 6 (21 %) |
| Средний | 16 (57 %) | 17 (61 %) | 19 (68 %) | 17 (61 %) |
| Низкий | 7 (25 %) | 5 (18 %) | 2 (7 %) | 5 (18 %) |

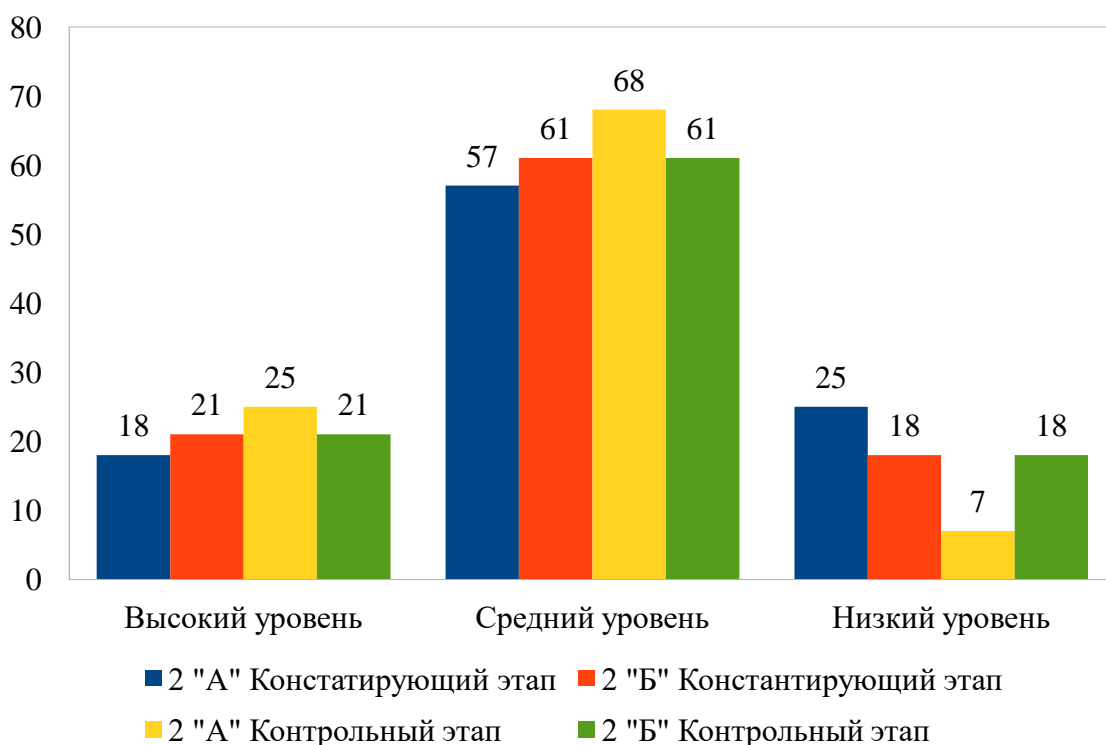


Рисунок 8 – Сравнение количественных результатов контрольного среза состояния предмета исследования по всем диагностическим заданиям в обеих группах

Сравнивая констатирующий эксперимент и контрольный эксперимент можно сделать вывод о том, что дети из класса 2 «А» (экспериментальная группа) после проведения комплекса упражнений на развитие уровня памяти улучшили свои результаты, так как средний уровень развития памяти повысился с 57 % до 68 %, высокий уровень памяти повысился с 18 % до 25 %, а низкий уровень памяти понизился с 25 % до 7 %. Так же сравнивая класс 2 «А» (экспериментальная группа) и класс 2 «Б» (контрольная группа), то видно, что у экспериментальной группы результаты улучшились и стали выше, чем у контрольной группы, а у контрольной группы результаты не изменились.

Таким образом, констатирующий эксперимент проведенный с использованием трех разных методик (Э.Я. Джекобсона, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия) показал нам, что в экспериментальной группе класса 2 «А» и

контрольной группе класса 2 «Б» имеют схожее количество младших школьников с высоким уровнем развития памяти, со средним и низким уровнем, и в двух группах большинство учеников имеют средний уровень развития памяти, где таких учеников больше половины.

При этом в двух группах обнаружено значительное количество с низким уровнем развития памяти, следовательно, в этих классах нужно провести специальную внеурочную работу по улучшению показателей уровня памяти, таким образом и была отобрана экспериментальная группа.

При реализации формирующего эксперимента был создан и применен во внеурочной деятельности комплекс упражнений, содействующий развитию памяти у детей младшего школьного возраста.

При организации и применении занятий использовались разные методы и техники по развитию долговременной, зрительной, слуховой, двигательной памяти, а так же по развитию таких универсальных навыков работы с памятью, как концентрация, внимание, вместе с тем проведена работа по увеличению объема и качества запоминаемой информации.

При проведении контрольного эксперимента показатели класса 2 «А» в экспериментальной группе повысились, а показатели класса 2 «Б» в контрольной группе остались не измененными по сравнению с контрольным экспериментом.

Проведя анализ динамики в развитии памяти у детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности, можно сделать вывод о том, что комплекс упражнений, который был использован в процессе эксперимента был эффективен и дал положительный результат на развитие уровня памяти у школьников.

Иными словами, произошедшие в развитии памяти изменения не вызваны случайным стечением обстоятельств, являются следствием организованной и осуществляемой целенаправленной и специальной опытно-экспериментальной работы.

Заключение

Исследование, которое мы провели, позволило нам сделать вывод, о том, что изучаемая проблема актуальна, так как в современном обществе важно, чтобы человек мог запомнить большое количество информации и по прошествии определенного времени смог воспользоваться усвоенными данными.

Проведя анализ теоретической литературы на тему развития памяти, мы выяснили что память – форма психического отражения, которая заключается в сборе, сохранении и воспроизведении ранее изученной информации. Многие ученые на протяжении всей истории исследования памяти, изучали данные процессы в теоретическом плане, но в современном обществе изучение памяти перешло на новый уровень: стали производиться практические исследования и эксперименты над процессом запоминания. У младших школьников процессы памяти с возрастом меняются, становятся произвольными и опосредованными. Постепенно ребенок учится контролировать свой организм, и процесс запоминания совершенствуется, становится все более сложным и систематизированным.

Было проведено опытно-экспериментальное исследование на базе Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 2086», участвовали 28 учеников из 2 «А» класса и 28 учеников из 2 «Б» класса. Данное исследование предназначено: развить уровень памяти школьников с помощью внеурочных занятий. Для этого были реализованы три этапа исследования:

- первый – констатирующий;
- второй – формирующей;
- третий – контрольный.

На констатирующем этапе эксперимента с использованием трех разных методик (Э.Я. Джекобсона, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия), было выявлено, что

школьники имеют недостаточно развитую память. Подробнее, мы выявили, что у 25 % детей из экспериментальной группы и 18 % детей из контрольной группы низкие результаты развития памяти. Дети плохо справляются с заданиями, отвлекаются во время урока и не слушают преподавателя – это все влияет на процесс учебы в школе и школьную жизнь в целом. Таким детям трудно будет проходить обучение в школе и требуются дополнительные занятия, чтобы догнать одноклассников в учебе.

Большинство детей было со средним уровнем развитием памяти 57 % – у экспериментальной группы и 61 % – у контрольной группы, развитие проходит более плавно. Они прекрасно справляются с задачами на запоминание, с небольшими ошибками и неточностями в воспроизведении информации.

Также небольшая группа учеников имела на констатирующем этапе отлично развитую память и составляла 18 % от класса в экспериментальной группе и 21 % от класса в контрольной группе.

Опираясь на результаты констатирующего этапа, мы разработали и использовали во внеурочной деятельности комплекс специально разработанных упражнений, чтобы развить и улучшить память у учеников младшего школьного возраста.

Были проведены 8 занятий с помощью специально разработанного комплекса упражнений на улучшение процессов запоминания у детей. Упражнения проводились на уроках по внеурочной деятельности и затрагивали разные сферы работы памяти (концентрации, устойчивости, объем памяти; уровень слуховой и зрительной памяти; долговременную и двигательную память).

Контрольный этап показал нам, что в экспериментальной группе уровень развития памяти у младших школьников значительно вырос. Если на констатирующем этапе низкий уровень был зафиксирован у 25 %, то на контрольном этапе доля учащихся, обладающих низким уровнем,

уменьшилась до 7 %, что говорит об улучшении развития памяти. Доля учеников со средним уровнем развития памяти возросла с 57 % до 68 %, а доля школьников с высоким уровнем – с 18 % до 25 %.

Результаты диагностики младших школьников контрольной группы в сравнении с констатирующим этапом не изменились. Иными словами, результаты диагностики на контрольном этапе свидетельствуют о положительных изменениях в развитии памяти младших школьников. Следовательно, формирующий этап исследования показал высокую эффективность при проведении эксперимента.

Результаты, которые мы получили в ходе исследования, доказывают, что регулярные занятия, направленные на развитие уровня памяти младшего школьника во внеурочной деятельности, помогают в усовершенствовании его процессов запоминания и усвоения информации.

Гипотеза исследования доказана, цель достигнута, задачи исследования решены.

Список используемой литературы

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология: учеб. пособие для студентов педвузов. 4-е изд. М. : Издательский центр «Академия», 1999. 672 с.
2. Волков Б. С. Психология детей младшего школьного возраста: учеб. Пособие. 7-е изд. перераб. и доп. М. : КНОРУС, 2023. 348 с.
3. Выготский Л. С. Память и ее развитие в детском возрасте //Лекции по психологии. СПб. : Союз, 1997. 144 с.
4. Головин С. Ю. Словарь психолога-практика. 2-е изд. перераб. и доп. Минск : АСТ, 2001. 976 с.
5. Зинченко П. И. Непроизвольное запоминание / Акад. пед. наук РСФСР. О-во психологов. М. : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1961. 562 с.
6. Иванов М. М. Техника эффективного запоминания в бизнесе, учебе, деловом общении и повседневной жизни. 2-е изд. доп. М. : АО «МЕНАТЕП – ИНФОРМ», 1996. 224 с.
7. Изюмова С. А. Смирнов А. А. и его школа исследования памяти // Психологический журнал. 2008. № 1. С. 100-109.
8. Ким А. А. Особенности развития памяти у младших школьников // Вестник науки. 2019. №1 (10). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-pamyati-u-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 27.09.2023).
9. Крысько В. Г. Психология и педагогика: схемы и комментарии. М. : Владос – пресс, 2001. 368 с.
10. Кулагина И. Ю. Возрастная психология // Полный жизненный цикл развития человека / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. М. : ТЦ "Сфера", 2001. 464 с.
11. Лапп Э. Д. Искусство помнить и забывать. СПб. : Питер, 1995. 215 с.

12. Марков В. Н. Память как основа единства: многоуровневая модель памяти // Научно-методический журнал «Мир психологии». 2016. № 5. С. 22-35.
13. Мещерякова Б. Г. Большой энциклопедический словарь. / Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. 3-е изд. доп. и перераб. СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. 672 с.
14. Немов Р. С. Психология : учебник для бакалавров / Р. С. Немов. М. : Издательство Юрайт, 2014. 639 с.
15. Никитина Т. Б. Как развить суперпамять, или Запоминаем быстро и легко. М. : АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2006. 320 с.
16. Никитина Т. Б. Самоучитель по развитию памяти // Техника скоростного запоминания. М. : Международное агентство «А.Д.Т.». 1999. 296 с.
17. Обухова Л. Ф. Возрастная психология: учебник для бакалавров/ Л.Ф. Обухова М. : Издательство Юрайт, 2013. 460 с.
18. Петровский А. В. Общая психология: учеб. пособие для студентов педвузов./ Под ред. А. В. Петровского. 2-е изд. доп. и перераб. М., 1976. 479 с.
19. Ушинский К. Д. Материалы к 3-му тому «Педагогической антропологии» // Собр. соч. М. Л.: Изд-во АПН РСФСР, 1950. 10 т. 669 с.
20. Фрейд З. Ш. Психология бессознательного: Сб. произведений / Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М. Г. Ярошевский. М. : Просвещение, 1990. 448 с.