

# Ασκήσεις Μνήμης\*

## Ασκήσεις μνήμης για παιδιά νηπιαγωγείου

α) Η επανάληψη εκ μέρους του μαθητή σειράς δισύλλαβων λέξεων με την ίδια σειρά εκφώνησής τους (πχ κότα, βρύση, δόντι, νερό). Η άσκηση αρχίζει με σειρά τριών λέξεων, οι οποίες θα εκφωνούνται με ρυθμό μια λέξη ανά ένα δευτερόλεπτο, και συνεχίζεται με σειρές περισσότερων λέξεων.

β) Η ίδια ακριβώς άσκηση μπορεί να γίνει με σειρές μονοψήφιων αριθμών (πχ 4,7,3,9). Η άσκηση αρχίζει με σειρά τριών ψηφίων, τα οποία θα εκφωνούνται με ρυθμό ένα ψηφίο ανά δευτερόλεπτο, και συνεχίζεται με σειρές μέχρι εννέα περίπου στοιχείων, γιατί είναι γνωστό ότι η βραχυπρόθεσμη μνήμη μπορεί να συγκρατήσει, σε μια δεδομένη χρονική στιγμή, περίπου  $7 \pm 2$  στοιχεία.

γ) Η ανάκληση των ονομάτων κάποιων συγκεκριμένων αντικειμένων. Η άσκηση αρχίζει με την εμφάνιση μερικών συγκεκριμένων αντικειμένων, τα οποία παραμένουν για λίγα δευτερόλεπτα για παρατήρηση από τους μαθητές. Στη συνέχεια, τα αντικείμενα αυτά καλύπτονται και καλούνται τα παιδιά να ανακαλέσουν τα ονόματα αυτών των αντικειμένων.

δ) Ο εντοπισμός μιας σειράς γεωμετρικών σχημάτων. Δείχνουμε στα παιδιά μια σειρά γεωμετρικών σχημάτων που είναι αποτυπωμένα σε μια κάρτα και ύστερα από παρατήρηση λίγων δευτερολέπτων την απομακρύνουμε. Στη συνέχεια τους δείχνουμε ένα φύλλο χαρτί με πολλές σειρές γεωμετρικών σχημάτων, ο αριθμός των οποίων σταδιακά αυξάνεται. Τα παιδιά καλούνται να εντοπίσουν τη σειρά που τους δείξαμε.

ε) Ο εντοπισμός του κύβου με το διαφορετικό χρώμα. Δείχνουμε στα παιδιά μια σειρά κύβων διαφορετικού χρώματος (ο αριθμός των κύβων σταδιακά αυξάνεται). Αφού βεβαιωθούμε ότι τα παιδιά γνωρίζουν τα χρώματα, κρύβουμε έναν ή δύο απ' αυτούς και καλούμε τα παιδιά να εντοπίσουν ποιων χρωμάτων οι κύβοι λείπουν. Η άσκηση αυτή μπορεί να γίνει και με αντικείμενα ίδιου χρώματος, αλλά διαφορετικά μεταξύ τους.

στ) Η αποτύπωση ενός ακανόνιστου σχήματος σε φύλλο χαρτί. Η άσκηση αρχίζει με την εμφάνιση ενός γραμμικού σχήματος, το οποίο παραμένει για λίγα δευτερόλεπτα για παρατήρηση από τους μαθητές. Στη συνέχεια το σχήμα απομακρύνεται και τα παιδιά καλούνται να το αποτυπώσουν σ' ένα φύλλο χαρτί.

ζ) Η εύρεση των χρωματισμένων τετραγώνων σ' έναν πίνακα διαστάσεων  $3 \times 3$ . Το πείραμα αρχίζει με την επίδειξη ενός πίνακα διαστάσεων  $3 \times 3$  στον οποίο έχουν χρωματισθεί τυχαία 2 ή 3 ή και 4 τετράγωνα. Ο πίνακας αυτός παραμένει για παρατήρηση λίγα δευτερόλεπτα από τους μαθητές. Στη συνέχεια ο πίνακας

απομακρύνεται και οι μαθητές προσπαθούν να σημειώσουν ποια τετράγωνα ήταν χρωματισμένα πάνω σ' έναν παρόμοιο λευκό πίνακα.

η) Η εύρεση της σωστής πορείας ενός αυτοκινήτου πάνω σ' ένα χάρτη μιας πόλης με οριζόντιους και κάθετους δρόμους. Η άσκηση αρχίζει με την παρουσίαση ενός τέτοιου χάρτη πάνω στον οποίο έχουν χαραχθεί με μαρκαδόρο η πορεία ενός αυτοκινήτου. Μετά την παρατήρηση του χάρτη από τους μαθητές και την απομάκρυνσή του, οι μαθητές καλούνται να αποτυπώσουν την πορεία του αυτοκινήτου πάνω σ' έναν όμοιο χάρτη της πόλης στον οποίο απεικονίζονται μόνο οι δρόμοι του.

### **Ασκήσεις για μεγαλύτερα παιδιά**

Εκφωνούνται από το δάσκαλο πέντε λέξεις που ανήκουν σημασιολογικά σε δύο κατηγορίες και οι μαθητές είναι υποχρεωμένοι να τις συγκρατήσουν προσωρινά και να τις ανακαλέσουν, στη συνέχεια, σε σημασιολογικές κατηγορίες (πχ οι μαθητές ακούν: ψαράς, κήπος, βάρκα, άνθη, κουπί και πρέπει να απαντήσουν: ψαράς, βάρκα, κουπί-κήπος, άνθη).

Άσκηση για την καλλιέργεια της προσοχής των μαθητών: οι μαθητές συζητούν κάποιο θέμα. Κάθε μαθητής, πριν εκφράσει τις απόψεις του, είναι υποχρεωμένος να επαναλάβει με λίγα λόγια τις θέσεις και τις απόψεις του άλλου.

Μια πολύ καλή άσκηση της μνήμης εργασίας είναι και η επίλυση απλών αριθμητικών προβλημάτων με νοερό τρόπο. Κατάλληλες ασκήσεις είναι οι προσθέσεις και αφαιρέσεις μονοψήφιων, διψήφιων ή και τριψήφιων αριθμών, όπου αρχικά οι μαθητές θα μπορούν να βλέπουν τους αριθμούς που θα προσθέσουν ή θα αφαιρέσουν, καθώς θα προσπαθούν να υπολογίσουν νοερά το άθροισμα ή το υπόλοιπο. Σ' ένα δεύτερο στάδιο οι αριθμοί αυτοί μπορούν να εκφωνούνται από το δάσκαλο και να συγκρατούνται προσωρινά στη βραχυπρόθεσμη μνήμη των μαθητών.

\* Αποσπάσματα από το βιβλίο "Τα Προβλήματα της Μνήμης των Παιδιών με Μαθησιακές Δυσκολίες στην Αριθμητική και την Ανάγνωση" του Ι.Δ. Καραντζή (εκδόσεις Τυπωθήτω 2004)