

НОУ «Эйдетика Мектебі»

Жанданған белгілер

**Зейінді дамыту және жадты дамыту
үшін 15 ойын**



Тренажер өз бетінше кесуге немесе дайындауға болатын әртүрлі түсті таңбалармен 15 қызықты ойындардан тұрады. Ойын барысында көру, ассоциативті жады және шоғырлану дамиды, зейіннің көлемі артады (бір уақытта бірнеше тізбектерді есте сақтау).

1-ойын. Кімде көп

2-ойын. Ерекше хикая

3-ойын. Цицерон Көйлегі

4-ойын. Бөлме

5-ойын. Белгіні арманыңда жасыр

6-ойын. Белгіні балалық шағыңда жасыр

7-ойын. Белгіні әнде жасыр

8-ойын. Белгіні кинода жасыр

9-ойын. Дене қимылы

10-ойын. Ілгектер

11-ойын. Иістер, жанасулар, дыбыстар, іс-қимылдар

12-ойын. Лабиринт

13-ойын. Өзің жасап көр

14-ойын. Жанданған белгілер

15-ойын . Рекордтар кітабы

©Матюгин И.Ю.,
2000.

©“Эйдос”, Мәскеу,
2000.

ISBN 5-87921-030-8

Аударған: Мамбетова Перизат Мұратқызы

Мазмұны

1-ойын. Кімде көп

2-ойын. Ерекше хикая

3-ойын. Цицерон Көйлегі

4-ойын. Бөлме

5-ойын. Белгіні арманыңда жасыр

6-ойын. Белгіні балалық шағыңда жасыр

7-ойын. Белгіні әнде жасыр

8-ойын. Белгіні кинода жасыр

9-ойын. Дене қимылы

10-ойын. Ілгектер

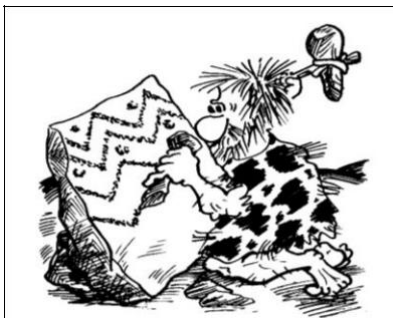
11-ойын. Иістер, жанасулар, дыбыстар, іс-қимылдар

12-ойын. Лабиринт

13-ойын. Өзің жасап көр

14-ойын. Жанданған белгілер

15-ойын . Рекордтар кітабы



1- ойын. Кімде көп

Қалай ойнау керек. Жүргізуші Карточкадағы белгілердің біреуін көрсетеді. Мысалы, (ойығы бар шеңбер) белгісі. Ойыншылар осы белгіні өздерінің неге ұқсататыны туралы айтады. Жауапқа 3-5 сек. беріледі. Егер ойнаушы неге ұқсататыны туралы айта алмаса ойыннан шығады. Басқалардың мысалдарын келтіруге немесе көңілге қонбайтын нәрселер айтуға болмайды. Мысалы осы біздің белгіні: АКУЛАНЫҢ АУЗЫ, СКАФАНДР, ГҮЛ, РАДАР ЭКРАНЫ, ЖАҒА, ОТ, ЖАСАНДЫ ШАШ, ҰЯ, ТЕСІГІ БАР ТІС, ЕСІК ТҮТҚАСЫ, СЫРҒА, КӨЙЛЕКТИҢ ОЙЫҒЫНА ұқсатуға болады. Ойын бір ғана ойыншы қалғанша жалғаса береді.

Игра 1. Кто больше

Как играть. Ведущий указывает на один из значков на карточке. Например, значок (круг с вырезом). Игроки по очереди называют свои ассоциации на этот значок: то, что он им напоминает. На ответ 3-5 сек. Если игрок не называет ассоциацию, то он выбывает. Повторять чужие примеры или приводить неубедительные нельзя. Например, на наш значок могут быть следующие ассоциации: ПАСТЬ АКУЛЫ, СКАФАНДР, ЦВЕТОК, ЭКРАН РАДАРА, ВОРОТНИК, ОГОНЬ, ПАРИК, ГНЕЗДО, ЗУБ С ДЫРКОЙ, ДВЕРНАЯ РУЧКА, СЕРЬГА, ВЫРЕЗ ПЛАТЯ и др.). Игра продолжается до тех пор, пока не останется один победитель.

4

2-ойын. Ерекше хикая

Қалай ойнау керек. Жүргізуші ойыншыларға 10 белгі көрсетеді. Ойыншылар осы белгілерден қандай да бір хикая (әңгіме) құрастырады, Дауыстап айтуға да болады. Содан кейін ойыншылар қандай ретте белгілерді ойларында сақтады сол ретпен айтып шығады (егер де суретпен көрсету қиын болса, сөздермен айтуға болады). Мысалы, белгілер келесі сюжетте болуы мүмкін: тоқтайтын МАШИНАНЫҢ ІЗІ, ластанған жел ӘЙНЕГІ, машинаның ШАНАҒЫНАН (КУЗОВЫНАН), түскен АПЕЛЬСИН... Жаңадан бастап жүргендерге кеңес.

Хикаяға деген ұсыныстар: 1. *Ерекшелік.* Егер хикая ерекше болса, ол тез есте қалады. 2. *Іс-әрекет.* Боевик (атыс-шабыс) кинолардағы сияқты. Белгілерді бір-бірімен қандай да бір нақты іс-әрекет болып жатқандай байланыстыру. Оқушылар сюжеті: атыс-шабыс, махаббат, қорқынышты, қиял-ғажайып, спорт тақырыбына болғанын ұнатады. 3. *Көріністің айқындылығы, ашықтылығы.* Ойдан шығарылғанды, экраннан кино қарап отырғандай елестету керек. Көзбен көргенді ұмыту қиынырақ болады.

Игра 2. Необычный рассказ

Как играть. Ведущий показывает 10 значков игрокам. Игроки придумывают рассказ из этих значков. Можно это делать вслух. После этого игроки воспроизводят значки в том же порядке, в котором запоминали (если, сложно нарисовать, можно описать словами). Например, на значки может быть следующий сюжет: СЛЕД тормозящей МАШИНЫ, заляпанное ветровое СТЕКЛО, АПЕЛЬСИНЫ, выкатившиеся из КУЗОВА машины... **Совет начинающим.** Пожелания к рассказу: 1. *Необычность.* Чем необычней рассказ, тем лучше он запоминается. 2. *Действие.* Как в фильмах - боевиках. Связывать значки в динамике, так, чтобы происходило настоящее действие. Ученики любят сюжеты на темы боевиков, любви, фантастики, ужасиков, спорта. 3. *Яркость картинки.* То, что придумалось, нужно представить, как фильм на экране. Что увидено, сложнее забыть.

3- ойын. Цицерон көйлегі

7-10 белгі аламыз да, оларды қатысушылардың киімдерінің көмегімен есте сақтаймыз: белгіні киім жағасына, түймелерге, белдікке, түстерге, матаның фактурасына және т.б. (Цицерон әдісі – орын әдісі).

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді қатысушылардың киімдеріне іліп қояды. Содан кейін жауап береді (ауызша немесе сурет салады). Белгіні тек қана есте сақтау емес, қай белгі қайсыдан соң болатын тәртіпті де еске түсіру өте маңызды. Оларды еске түсіру оңай болады өйткені ойыншыларға қараған уақытта көзіміз белгілерге түседі.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Белгілерді киімдерге байлаған кезде, мынадай тәртіпті сақтауға тырысыңыз: көзбен бірінші ойыншыдан соңғы ойыншыға дейін қарап шығу. Егер ойыншылар аз болса, бір ойыншыға көп белгілерді іліп қоюға болады, тек қана бағытты ұстаныңыз: солдан оңға қарай немесе жоғарыдан төмен қарай. Бұл есіңізге түсірген кезде реттіліктен қателеспеуге көмектеседі. Мысалы, (*кішкентай кеме*) белгісін ойша бірінші ойыншының көйлегінің ЖАҒАСЫНА ілеміз (көйлек жағасының бұрышы кеменің тұмсығына ұқсайды); (*шеңбердің бөліктерін*) келесі ойыншының ТҮЙМЕСІНЕ; (*скрипканы баптау белгісін*) ҚҰЛАҚҚА; (*квадрат*) ҚАЛТАҒА; (*машинканы*) САҒАТҚА немесе БЕЛДІККЕ және т.б.

Игра 3. Платье Цицерона

Берем 7-10 значков и запоминаем их с помощью одежды участников: привязываем значок к воротнику, пуговицам, ремню, цвету, фактуре ткани и др. (метод Цицерона - это метод места).

Как играть. Игроки раскладывают значки на одежде участников. Затем отвечают (устно или рисуют). Важно не только вспомнить значок, но и восстановить порядок: какой за каким следует. Их будет легко вспоминать, т. к. взгляд, пробегая по игрокам, будет наткаться на значки.

Совет начинающим. При привязывании значков к одежде, старайтесь соблюдать такой порядок: идти взглядом от первого игрока к последнему. Если игроков мало, то можно на одном располагать несколько значков, только соблюдайте маршрут: слева направо или сверху вниз. Это поможет не сбиться в последовательности при вспоминании. Например, значок (*кораблик*) мысленно привязываем к ВОРОТНИКУ рубашки первого игрока (угол воротника напоминает нос корабля); (*части круга*) привязываем к ПУГОВИЦЕ следующего игрока; (*скрипичный ключ*) к УХУ; (*квадрат*) к КАРМАНУ; (*машинку*) к ЧАСАМ или РЕМНЮ и т.д.

4- ойын. Бөлме

7-10 белгіні аламыз да оларды бөлмедегі заттардың көмегімен (үстелде, қабырғада, сөрелерде тұрған және т.б.) есте сақтаймыз.

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді заттармен байланыстырады. Содан кейін жауап береді (ауызша немесе сурет салады). Белгіні тек қана есте сақтау емес, қай белгі қайсыдан соң болатын тәртіпті де еске түсіру өте маңызды. Бөлмені көзбен шолып өткен кезде белгілерді байқаймыз сол кезде оларды еске түсіру оңай болады.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Белгілерді заттармен байланыстырған кезде, мынадай тәртіпті сақтауға тырысыңыз: көзбен бір бағытта ғана қарап шығыңыз: солдан оңға қарай немесе жоғарыдан төмен қарай. Бұл есіңізге түсірген кезде реттіліктен қателеспеуге көмектеседі. Егер заттар аз болса, бір затқа көп белгілерді байланыстырып қоюға болады. Мысалы, (*айқаршық*) *крестик* белгісін ойша ҚАЙШЫМЕН – ол сөреде жатыр; (*тіл*) *стрелка* ҚАЛАММЕН; (*машина*) КҮЛСАЛҒЫШПЕН (машина сияқты түтіндеп); (*қыз*) ТЕЛЕФОНМЕН (телефонмен көп сөйлеседі); (*тіктөртбұрыш*) – ЕСІКПЕН байланыстырамыз.

Игра 4. Комната

Берем 7-10 значков и запоминаем их с помощью предметов в комнате (которые расположены на столе, на стенах, на полках и т.д.)

Как играть. Игроки привязывают значки к предметам. Затем отвечают (устно или рисуют). Важно не только вспомнить значок, но и восстановить порядок: какой за каким следует. Их будет легко вспоминать, пробегая взглядом по обстановке в комнате и натываясь на значки.

Совет начинающим

При привязывании значков к предметам старайтесь соблюдать такой порядок, идти взглядом в одном направлении: слева направо или сверху вниз. Это поможет не сбиться в последовательности при вспоминании. Если предметов мало, то можно на одном располагать несколько значков. Например, значок (*крестик*) - мысленно привязываем к НОЖНИЦАМ - они лежат на полке; (*стрелка*) - привязываем к РУЧКЕ; (*машина*) - к ПЕПЕЛЬНИЦЕ (дымит окурками, как машина); (*девочка*) - к ТЕЛЕФОНУ (много говорит по телефону); (*прямоуг.*) - к ДВЕРИ..

5- ойын. Белгіні арманында жасыр

Ең бірінші әр ойыншы өзінің жуық арада немесе болашақта нені армандайтыны туралы айтып береді. Содан кейін 7-10 белгіні алып, айтылған армандардағы жайғдайлармен немесе заттармен байланыстыра отырып, есте сақтаймыз.

Қалай ойнау керек. Бұны дауыстап айтуға да болады, өйткені кей кездері қандай да бір белгіні болашақпен қалай «байланыстыру» керек екендігін бірден ойлау қиынырақ болады. Содан кейін жауап береді (ауызша немесе сурет салады). Белгіні тек қана есте сақтау емес, қай белгі қайсыдан соң болатын тәртіпті де еске түсіру өте маңызды.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Егер армандар абстрактылы болса («бақытты болғым келеді», «барлығына жақсылық жасағым келеді»), онда оларды нақтырақ жазу керек (бақытты болу – жақсы достың болуы, компьютерде ойнау, Макдональдске бару және т.б.). Сол кезде белгілерді заттармен байланыстыру, алдыңғы ойындағылардағы сияқты, оңай болады. Мысалы, Катя (12 жас) жақсы күйеу туралы армандайды, онымен бірге ТЕҢІЗДЕ дем алатын болады, күйеуі көп АҚША табатын болады және Катяның анасына МАШИНА сыйлайды... Бұл сөздермен келесі белгілер өте жеңіл байланыстырылады (*жұлдыз*) – «КҮЙЕУІ атақты адам болады», (*доға*) – «ТЕҢІЗ ТОЛҚЫНЫ», (*тіл*) *стрелка* – «АҚША қай жерде жатқанын көрсетеді», (*қол*) – «МАШИНАНЫ қолмен жуады»...

Игра 5. Спрячь значок в мечтах

Сначала каждый игрок рассказывает о чем он мечтает в ближайшем или далеком будущем. Затем берем 7-10 значков и запоминаем, привязывая к тем предметам или событиям, о которых только что поведали.

Как играть. Можно вслух обсуждать это, т.к. не все гладко получается, иногда приходится поломать голову прежде чем придумаешь, как данный значок “привязать” к будущему. Затем (устно или рисуют) отвечают. Важно не только вспомнить значок, но и восстановить порядок, какой за каким следует.

Совет начинающим. Если мечты абстрактны (“хочу быть счастливым”, “делать всем добро”), то их желательно конкретизировать (быть счастливым, это - иметь друга, играть на компьютере, ходить в Макдональдс и т.д.). Тогда значки будет легко размещать на предметах, как в предыдущих играх. Например, Катя (12 лет) мечтает о хорошем МУЖЕ, с которым она будет отдыхать на МОРЕ, он будет зарабатывать хорошие ДЕНЬГИ и подарит ее маме МАШИНУ... К этим словам легко привязались значки: (*звезда*) - “МУЖ будет знаменитостью”; (*дуга*) - “похожа на МОРСКУЮ ВОЛНУ”; (*стрелка*) - “показывает, где ДЕНЬГИ лежат”; (*рука*) - “рука моет МАШИНУ”...

7

6 -ойын. Белгіні балалық шағында жасыр

7-10 белгіні аламыз және де өз өміріңіздің жақсы бір есіңізде қалған қандай да бір күнін немесе қандай да бір оқиғаны аламыз. Балалар өз туған күндерін немесе алғаш рет балық аулауға барғандарын немесе спорттық оқиға туралы еске алғанды жақсы көреді.

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді өз естеліктерімен байланыстырады. Бұны дауыстап айтуға да болады, өйткені барлық ойыншыда бірден ойдағыдай шықпауы мүмкін. Содан кейін тексереді (ауызша немесе сурет салады). Белгіні тек қана есте сақтау емес, қай белгі қайсыдан соң болатын тәртіпті де еске түсіру өте маңызды.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Белгілерді байланыстырған кезде кейбір ұсақ-түйекке көңіл аудармай, тек қана қолайлы жағдайларды таңдау. Мысалы, Катя (12 жас) саяжайда өткізген шілде айын белгілерді есте сақтау үшін пайдаланды: - (*үшбұрыш*) белгісін велосипедпен түсіп келе жатқан ТАУМЕН, (*шеңбер*) ол суға түскен үрлемелі БАССЕЙНМЕН, (*қол*) - қолына кірген ТІКЕНМЕН, (*жұлдыз*) – джинсы шалбарындағы ТҮЙМЕМЕН, (*қанат белгісі*) *галочка* – әкесі екеуі шапқан ШӨППЕН ойша баланыстырды.

Игра 6. Спрячь значок в детстве

Берем 7-10 значков и какой-нибудь день, или даже эпизод из своей жизни, который хорошо помним. Дети любят вспоминать дни рождений или как первый раз оказались на рыбалке или спортивные приключения и т.д.

Как играть. Игроки привязывают значки к своим воспоминаниям. Можно вслух обсуждать это, т.к. не у всех может сразу получиться. Затем проверяют (устно или рисуют). Важно не только вспомнить значок, но и восстановить порядок, какой за каким следует.

Совет начинающим. При привязывании значков можно некоторые подробности пропускать и выбирать только подходящие события. Например, Катя (12 лет) использовала для запоминания значков июль-месяц, проведенный на даче: - Значок (*треугольник*) мысленно привязала к ГОРЕ, с которой съезжала на велосипеде; (*круги*) с надувным БАССЕЙНОМ, в котором купалась; (*рука*) - с ЗАНОЗОЙ, которую получила; (*звезда*) - есть у нее на ПУГОВИЦЕ джинсов; (*галочки*) - ТРАВА, которую она с папой косила.

7- ойын. Белгіні әнде жасыр

7-10 белгіні аламыз және оларды әннің көмегімен есте сақтаймыз: белгіні ойыншылар таңдаған кез-келген әнмен байланыстырамыз (әр адам өз әнін таңдауға немесе барлығы бір әнді алуға болады).

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді әннің сөздерімен байланыстырады. Бұны дауыстап айтуға да болады. Содан кейін тексереді (ауызша немесе сурет салады).

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Белгілерді әннің сөздерімен байланыстырған кезде зат есіммен бірге, басқа да сөз таптарын алуға болады. Әрине әннің сөзін лақтырып тастай алмайсың, бірақ біздің жағдайымызда батылдық артық болмайды – өзімізге кейбір сөздерді айтпай тек қана қажет сөздерді алғанға. Мысалы, ойыншы шатырда тұратын Карлсон туралы әннің қайырмасын алды *«Күлдіргі аласа бойлы адам шатырда өмір сүреді, Күлдіргі аласа бойлы адам тәттіні жақсы көреді»* (*сынық сызықпен сызылған шеңбер*) ойша КҮЛДІРГІ сөзімен байланыстырды, өйткені бұл белгі күліп тұрған адамның ерніне ұқсауы мүмкін; (*саусақты биылай*) АЛАСА БОЙЛЫ АДАМ сөзімен; (*тік төртбұрыш*) ШАТЫР сөзімен; (*ортасында таңбасы бар шеңбер*) ӨМІР СҮРЕДІ сөзімен, яғни жарғақ құлағы жастыққа тимей қимылдайды; (*торланған шеңбер*) ТӘТТІ сөзімен, шайналған тәттіге ұқсайды және т.б.

Игра 7. Спрячь значок в песне

Берем 7-10 значков и запоминаем их с помощью песни: привязываем значок к словам любой песни, которую выберут игроки (каждый может взять свою или можно напевать общую).

Как играть. Игроки привязывают значки к словам песни. Можно вслух обсуждать это. Затем проверяют (устно или рисуют).

Совет начинающим. При привязывании значков к словам песни можно брать как существительные, так и другие части речи. Слов, конечно, из песни не выкинешь, но в нашем случае смелость не помешает - разрешаем себе некоторые слова пропускать и выбирать только подходящие. Например, игрок взял припев песенки про Карлсона, который живет на крыше: *“Смешной человечек на крыше живет, смешной человечек ириски жует...”* Значок (*круг с ломаной линией*) мысленно привязал к слову СМЕШНОЙ, т.к. значок может напоминать губы смеющегося человека; (*перчатку*) привязал к слову

ЧЕЛОВЕЧЕК; (*прямоуг.*) привязал к слову КРЫША; (*круг с пятном*) к слову ЖИВЕТ, т.е. крутиться, как белка в колесе; (*круг в сетку*) к слову ИРИСКИ, похож на разжеванную ириску и т.д.

8- ойын. Белгіні кинода жасыр

7-10 белгіні аламыз және оларды киноның көмегімен есте сақтаймыз. Ол ойда жақсы сақталатын кез келген кино болуы мүмкін: комедия, атыс-шабыс, мелодрама, қызықты оқиғалар, фантастика.

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді киноның оқиғаларымен байланыстырады. Бұны дауыстап айтуға да болады. Содан кейін тексереді (ауызша немесе сурет салады). Киноны көз алдына елестетіп отырып, еске түсіруге болады.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Мысалы, Паша (10 жас) «Ниньдзя тасбақалар» мультфильмін есіне түсірді. (*Шеңбердің жартысы*) белгісін тасбақалар жақсы көретін – ПИЦЦАМЕН, (*тор*) – тасбақалар ШАХМАТ ойнауда; (*шеңбер*) – тасбақалардың жауы Кренгтің БАСЫ; (*тіл*) *стрелка* – тасбақалардың біреуінің ҚЫЛЫШЫМЕН; (*торланған шеңбер*) – тасбақалар тығылатын канализациялық ҚАҚПАҚПЕН байланыстырылады.

Игра 8. Спрячь значок в фильме

Берем 7-10 значков и запоминаем их с помощью фильма. Фильм может быть любой из тех, который хорошо помнится: комедия, боевик, мелодрама, приключение, фантастика.

Как играть. Игроки привязывают значки к событиям в фильме. Можно вслух обсуждать это. Затем проверяют (устно или рисуют). Их будет легко восстановить, вспоминая фильм. **Совет начинающим.** Например, Паата (10 лет) вспомнил мультфильм “Черепашки ниньдзя”. Значок (*половинка круга*) - привязал к ПИЦЦЕ, которую любят черепашки; (*сетка*) - черепашки играют в ШАХМАТЫ; (*круг*) - ГОЛОВА Кренга, врага черепашек; (*стрелка*) - МЕЧ одной из черепашек; (*круг в сетку*) - канализационный ЛЮК, в который они прячутся и т.д.

9- ойын. Дене қимылы

7-10 белгіні аламыз және оларды дене қимылының көмегімен есте сақтаймыз.

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді дене қимылымен (ыммен) көрсетеді. Мысалы, (*гүл*) белгісі – ойыншы оны қалай иіскегенін немесе гүлсауытқа қойғанын көрсетеді; (*тік төртбұрыш*) белгісі – бассейнде суға түсіп жүр... Содан кейін ойыншылар дене қимылдарын естеріне түсіріп, белгілерді көрсетеді.

Игра 9. Жесты

Берем 7-10 значков и запоминаем их с помощью жестов.

Как играть. Игроки иллюстрируют значки жестами. Например, значок (*цветок*) - игрок показывает, как нюхает его или как ставит в вазу; значок (*прямоуг.*) - плавает в бассейне... Затем вспоминая жесты, игроки воспроизводят значки.

10- ойын. Ілгектер

7-10 белгіні аламыз және оларды ілгектердің көмегімен есте сақтаймыз. Бұл ілгектер алдын-ала дайын болып тұруы керек.

Қалай ойнау керек. Ойыншылар белгілерді ілгектерге іледі. Бұны дауыстап айтуға да болады. Содан кейін тексереді (ауызша немесе сурет салады). Белгілерді басынан бастап та, аяғынан бастап та, ортасынан бастап та айтуға болады. Мысалы, жүргізуші қай белгі жетінші, екінші, бесінші болды деп сұрауы мүмкін. Оны айту үшін әр ілмекті есіңізге түсірсеңіз қиынға соқпайды.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Келесі сөздер ілгектер болуы мүмкін: 1. КІРПІК 2. ҚАЗ 3. ТЕҢІЗ 4. ОРЫНДЫҚ 5. ВЕЛОСИПЕД 6. ҚАП 7. ШАЛҒЫ 8. ӘЙЕЛ 9. МАЙМЫЛ 10. НЫСАНА. Мысалы. (*саусақ*) белгісін бірінші ілгекке ілеміз – *кірпік*, саусақпен кірпікті жөндегенімізді елестетеміз; (*үшбұрышты*) қаздың үстіне ілеміз, қаздың табанының ізі болады; (*тіктөртбұрыш*) – *теңізге*, теңіз суы бар бассейн болды; (*ойығы бар шеңбер*) – *орындыққа*, орындықтың отыратын жеріне ұқсайды; (*жұлдызша*) – *велосипедке*, бұл велосипедтің бір бөлшегі; (*шеңберлер*) – *қапқа*, қаптың үстінен қараған сияқты; (*ромб*) – *шалғы*, шабылған шөпке ұқсайды; (*айқаршық*) *крестик* – *әйелге*, оның мойнында айқаршық тәрізді әшекей бар, немесе ол таңғы жаттығу жасауда; (*тілімдерден жасалған шеңбер*) – *маймылға*, ол апельсин жеп отырған сияқты; (*тіл*) *стрелка* – *нысанаға*, жебе нысанаға ұшып бара жатқанын елестетеміз. Енді сізге кез-келген жерден жауап беру оңай болады, мысалы сізден қай белгі төртінші болған еді деп сұраса? Сіз төртінші белгі – ол орындық және онда орындықтың отыратын жері «ілінген», яғни *ойығы бар шеңбер* екендігін еске түсіретін боласыз.

Игра 10. Крючки

Берем 7-10 значков и запоминаем их с помощью крючков. Эти крючки должны быть готовы заранее.

Как играть Игроки вешают на крючки значки. Можно вслух обсуждать это. Затем проверяют (устно или рисуют). Воспроизводят значки и с начала и с конца, и с середины. Например, ведущий может спросить, какой значок был седьмым, вторым, пятым и т.д. Это нетрудно будет сделать, перебирая в памяти крючки.

Совет начинающим. Крючками могут служить следующие слова: 1. РЕСНИЦА 2. ГУСЬ 3. МОРЕ 4. СТУЛ 5. ВЕЛОСИПЕД 6. МЕШОК 7. КОСА 8. ЖЕНЩИНА 9. ОБЕЗЬЯНА 10. МИШЕНЬ. Например, значок (*палец*) вешаем на первый крючок - *ресница*, представляем, как пальцем поправляем ресницы; (*треугольник*) вешаем на *гуся*, получается след от лапы гуся; (*прямоуг.*) - на *море*, получился бассейн с морской водой; (*кругс вырезом*) - на *стул*, 11. похож на сиденье стула; (*звездочка*) - на *велосипед*, это деталь велосипеда; (*круги*) - на *мешок*, можно представить, что смотрим на мешок сверху; (*ромбик*) - на *косу*, получилось скошенное поле; (*крестик*) - на *женщину*, на шее у нее украшение в виде крестика, или она делает зарядку, (*круг из кусочков*) - на *обезьяну*, можно представить, что она ест апельсин; (*стрелка*) - на *мишень*, представляем, что стрела летит в мишень. Теперь вам легко будет отвечать выборочно, допустим вас спросили, какой значок был четвертым? Вы вспоминаете четвертый крючок - это *стул* и что на нем “висит” - сиденье, т.е. *кругс вырезом*.

11- ойын. Иістер, жанасулар, дыбыстар іс-қимылдар

Қалай ойнау керек. 7-10 белгіні аламыз және олардың неге ұқсайтынын көзімізге елестетеміз. Суретті тек қана көру бейнесі емес, сонымен бірге іс-қимылдар, дауыстар, иістер сезілетіндей елестетуге тырысамыз. Мысалы иістер жақсы сезілуі мүмкін, іс-қимылдар нашар сезілуі мүмкін. Қай жағы жақсы сезілсе сол жақты елестетіңіз. Белгілер қалай есте сақталды соны тексеріңіз.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Бұны Ира қалай жасайды соны қараңыз: - Мен белгіге қараймын да найзағайды елестетемін, күннің қалай күркірегенін естимін, жауынның әйнекті қалай ұрғанын естимін. Келесі белгіге қараймын да жіпте ілініп тұрған жуылған киімдерді көремін, аяздан алып келген жуылған киімдердің иісін сеземін. Үшінші белгі – таудан шанамен сырғанап келе жатқанымды елестетемін, шанамен тез түсіп келе жатқандықтан біраз тынысым тарылғандай сезім болады. Келесі белгі – телефонды көремін және қолымда теп-тегіс телефон тұтқасын ұстап тұрғанымды сеземін.

Игра 11. Запахи, прикосновения, звуки, движения

Как играть. Берем 7-10 значков и представляем, на что они похожи. Стараемся представить картинку так, что бы возник не только зрительный образ, но и почувствовалось бы движение, голоса, звуки, запахи. Что-то может получиться лучше, например запахи, что-то хуже, например движения. Представляйте то, что лучше выходит. Проверьте, как запомнились значки.

Совет начинающим. Посмотрите, как это делает Ира: - Я смотрю на значок и представляю грозу, слышу гром, слышу, как дождь барабанит по стеклу. Смотрю на следующий значок и вижу белье на веревке, чувствую запах белья с мороза. Третий значок - представляю горку, еду на санках и дух захватывает от быстрого спуска. Следующий значок - вижу телефон и чувствую в руках гладкую телефонную трубку.

11

12- ойын. Лабиринт

Қалай ойнау керек. 4x4 торкөзді алаң сызамыз. 7-10 белгі аламыз. Жүргізуші жүрістерді айтып отырады (торкөздердің ішіндегі қозғалыс) және осы торкөздерді толтыратын белгілерді айтады. Ойынның соңында бағытты елестетіп, қай белгі қай торкөзде «орналасқанын» айтып (суреттеп) жауап беру керек.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Белгілерді қандай да бір әңгіменің көмегімен есте сақтауға болады, ал қозғалыстың қалай қарай болғаны өздігінен есте қалады, Цицерон әдісін пайдалануға болады, мысалы жақсы білетін өз бөлмеңізді аласыз және де белгілерді сол бөлменің ішінде көзіңізге түскен заттармен байланыстырып жылжып отырасыз. Бұны Ира қалай жасайды соны қараңыз: - Мен жуынатын бөлмені тандап алдым, өйткені ол жерде заттар көп және белгілерді жайғастыру оңай болады. Бірінші жүріс, бір торкөз оңға қарай, (тіктөртбұрыш) «белгісі». Оң жағымда сүлгі ілініп тұр, сүлгіні осы белгімен байланыстырамын. Бұдан әрі, бір торкөз төмен, (ойығы бар шеңбер) белгісі – оны едендегі үй шәркейімен байланыстырамын. Келесі жүріс – екі торкөз солға қарай, (таяқшасы бар шеңбер) белгісі, оны кранның суық су ағатын тұтқасымен байланыстырамын, - ұқсайды ғой. Оң жақтағы және есеп бойынша екінші тұрған (біріншісі – ыстық сумен)... Содан кейін жуынатын бөлмені көзбен шолған кезде жүрістерді және қандай белгілер болғанын жеңіл еске түсіремін.

Игра 12. Лабиринт

Как играть. Рисуем клеточное поле 4x4. Берем 7-10 значков. Ведущий диктует ходы (передвижение по клеткам) и называет значки, которые будут заполнять эти клетки.

В конце игры надо восстановить маршрут и ответить (нарисовать), в какой клетке какой значок “поселился”.

Совет начинающим. Можно значки запоминать с помощью рассказа, а передвижение запомнится само по себе, произвольно, а можно использовать метод Цицерона, например, взять свою комнату, которую хорошо знаете, и представлять как передвигаетесь по ней и прикрепляете значки к тем предметам, которые попадают на глаза. Посмотрите, как это делает Ира: - Я выбрала ванную комнату, потому что там много предметов и легче размещать значки. Первый ход, одна клетка вправо, значок (прямоуг.) Справа у меня висит полотенце, привязываю к нему этот значок. Далее, одна клетка вниз, значок (круг с вырезом) - его можно связать с тапком на полу. Следующий ход - влево две клетки, значок (круг с крестом), его размещаю на ручке крана холодной воды, - похож. Кран справа и второй по счету (первый - с горячей водой)... Затем вспоминая свои перемещения по ванной комнате, я легко вспомню и ходы и какие были значки.

13- ойын. Өзің жасап көр

Қалай ойнау керек. Өзіміз белгілермен кесте (таблица) жасап, олармен басқа қатысушыларды ойнауға шақыруға болады. Тек қана неше түрлі заттарды, жануарлар мен өсімдіктерді елестетіп соларға белгілер ойлап табу керек. Содан кейін кесте жасау керек.

Игра 13. Сделай сам

Как играть. Можно самим составить таблицу со значками и предложить поиграть в них другим участникам. Надо только представить различные предметы, животных, растения и придумать к ним значки. Затем составить таблицу.

12

14-ойын. Жанданған белгілер

Қалай ойнау керек. Жүргізуші 7-10 белгі көрсетеді. Барлық қатысушыларға ыңғайланып отырып, көздерін жұмып, денелерін бос ұстап, барлық бөтен ойлардан «арылып», тек қана белгілерге зейін қоюды ұсынады. Сіз өзіңізді кинотеатрда отырғандай сезініңіз, сіздің алдыңызда экран және сол экранда белгілер пайда болады. Олар неше түрлі заттарға айналады, жанданады, содан кейін сіз осы белгілерден жасалған кино көресіз: шытырман оқиға, комедия немесе фантастика. Егер тыныш жағымды әуен болса жақсы болады (арнайы немесе классикалық). Ойынның соңында өздерінің әсерлерімен бөліседі.

Жаңадан бастап жүргендерге кеңес. Түрлі түсті суреттерді барлық адамдар елестете алады, өйткені біз өңіміздегідей ақ-қара түсті немесе түрлі түсті, жарқыраған түстер көре аламыз. Кей кездері көзбен көре алатын бейнелерден басқа иістер, дыбыстар, жанасулар, кинестетикалық қобалжулар да (сезінулер) болады. Бұл жерде маңыздысы оқиғаны ойдан шығару емес, өз логикаңызды «босату», арнайы бірдемені көру үшін қандай да күш салмау.

Тыныш әуен өзіңізді бос ұстау әсерін күшейтеді, нақты бір жарқын бейнелер тез пайда болады. Егер де бірден киноны елестету қиынырақ болса, аутогендік жаттығу жүйесін пайдаланып көріңіз.

Игра 14. Ожившие значки

Как играть. Ведущий показывает 7-10 значков. Предлагает всем участникам сесть поудобнее, закрыть глаза, расслабить тело, “отпустить” все посторонние мысли и сосредоточиться на значках. Представьте, что вы сидите в кинотеатре, перед вами экран и

на нем появляются значки. Они трансформируются в различные предметы, оживают и вы видите фильм из этих значков: приключение, комедию или фантастику. Хорошо, если будет звучать тихая музыка (специальная или классическая). В конце игры обмениваются впечатлениями.

Совет начинающим. Представлять яркие картинки умеют все, поскольку мы видим сны и сновидения, иногда черно-белые, а иногда цветные и яркие, как наяву. Бывает и так, что кроме зрительных образов появляются запахи, звуки, прикосновения, кинестетические переживания (соощущения). Здесь важно не придумывать сюжет, а “отпустить” свою логику, не делать видимых усилий, не стараться увидеть что-либо специально. Спокойная музыка усилит эффект расслабления, и яркие образы возникнут быстрее. Если не получается сразу представить фильм, воспользуйтесь системой аутогенной тренировки.

15-ойын. Рекордтар кітабы

13

Қалай ойнау керек. Ойынның мақсаты – дербес жеке рекордтар орнату. 50 белгіден екі карточка алыңыз, барлығы 100 белгі болады. Тіпті ерекше, бірегей есте сақтау қабылеті бар, бірақ та мнемотехника (жаттау техникасы) мен эйдотехника әдістерін меңгермеген адамның өзі осыншама белгіні есте сақтай алмайды! Оған қоса кез келген жерден, кез келген ретте белгілерді айтып беру деген өте қиын. Біздің ұсынып отырған жүйеміз осыған қол жеткізуге мүмкіндік береді. Жақсы бір нәтиже алу үшін аралас техниканы қолдануды ұсынамыз: мысалы бірінші 1-2 қатарды Тізбекті байланыстар көмегімен (әңгіме), екінші екі қатарды – Ілгектер көмегімен, келесілерді – Мнемобөлмелердің көмегімен (Мнемобөлмелер 10 дана, яғни 100 белгіні есте сақтауға болады). Соңғы қатарларды Цифрлы Әріптік Код (мысалы: 9 қатар, 1 белгі «гүл». 91 – АШ. Сөздерді тандаймыз: Аш, АШа, АқШа... ГҮЛ мен АҚШАНЫ байланыстырып оқиға жасаймыз. Бұдан әрі 92 – Асу, 93 – АС – АСық... солай тізбектеліп кете береді, белгілерді цифрлардың кодын өзгерту арқылы шыққан сөздермен байланыстыра береміз. ЦБК нұсқасын сіздер біздің Жұмыс дәптерлерімізден немесе кітаптардан табасыздар. Есте сақтау қабылетін жақсарту және жаттау техникасын ұштау үшін өте тамаша тренажер шығады.

Игра 15. Книга рекордов

Как играть. Цель игры – установление личных рекордов. Возьмите две карточки по 50 значков, итого будет 100 зн. Даже человек с уникальной памятью, но не владеющий приемами мнемотехники и эйдотехники не сможет запомнить столько! А уже тем более

ответить выборочно, с любого ряда и с любого места назвать значок. Предлагаемая нами система позволяет это сделать. Для получения хорошего результата рекомендуем использовать смешанные техники: например первые 1-2 ряда запоминаем с помощью Последовательных ассоциаций (рассказа), вторые два ряда – с помощью Крючков, следующие – с помощью Мнемокомнат (Мнемокомнат 10 шт, значит уже можно запомнить 100 зн). Последние ряды – с помощью Цифро Буквенного Кода (например: берем 9 ряд, 1 значок «цветок». 91 это – ДН. Подбираем слова: Дно, ДеНь, ДеНьги... Связываем ЦВЕТОК и ДЕНЬГИ в сюжет. Далее 92 – Дверь, 93 – ДР – ДыРа.. и так последовательно значки связываем со словами, получившимися от перекодировки цифр. Вариант ЦБК вы найдете в наших Рабочих тетрадях или книгах). Получится хороший тренажер и для памяти и для внимания и для оттачивания мнемотехник.











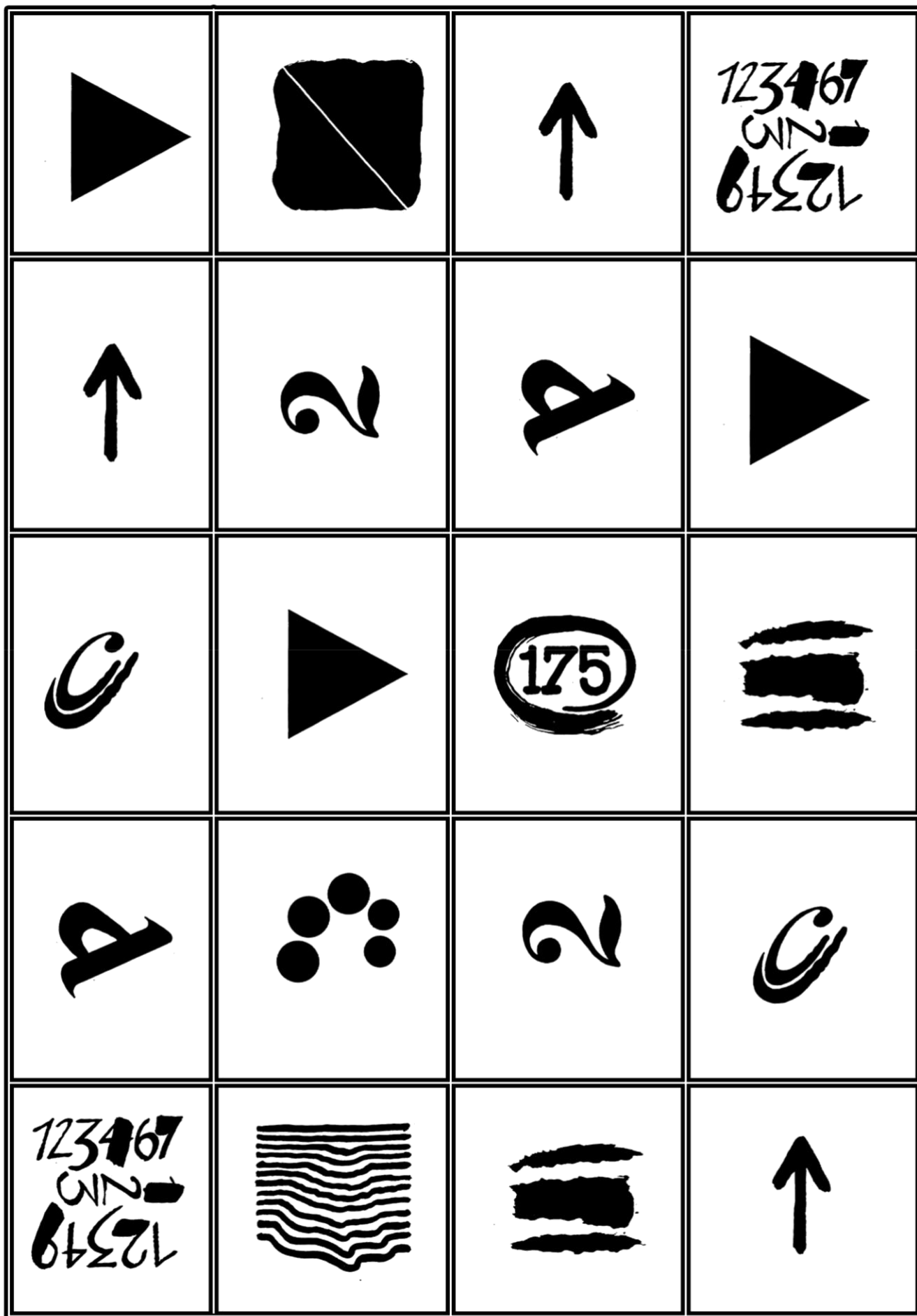


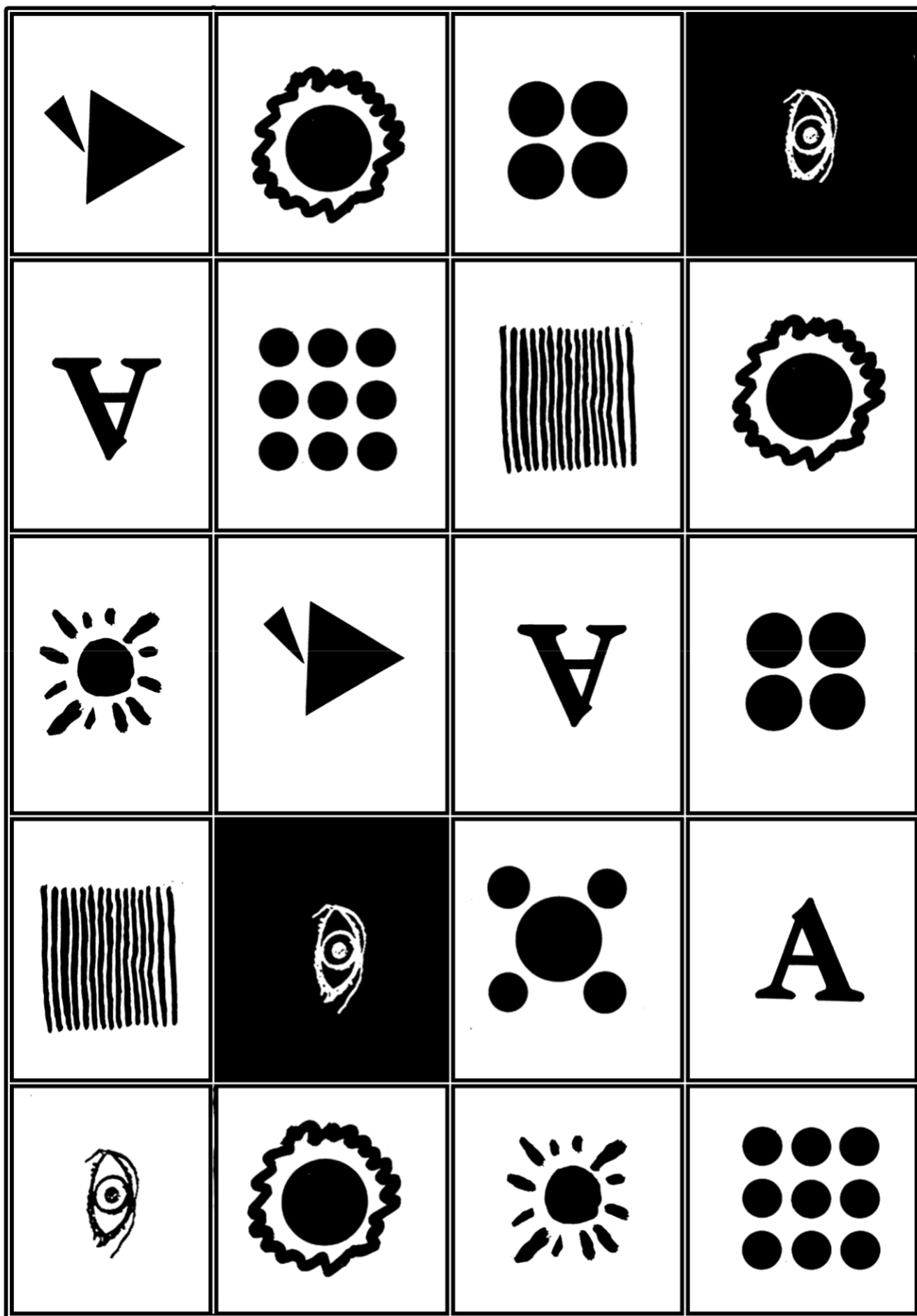


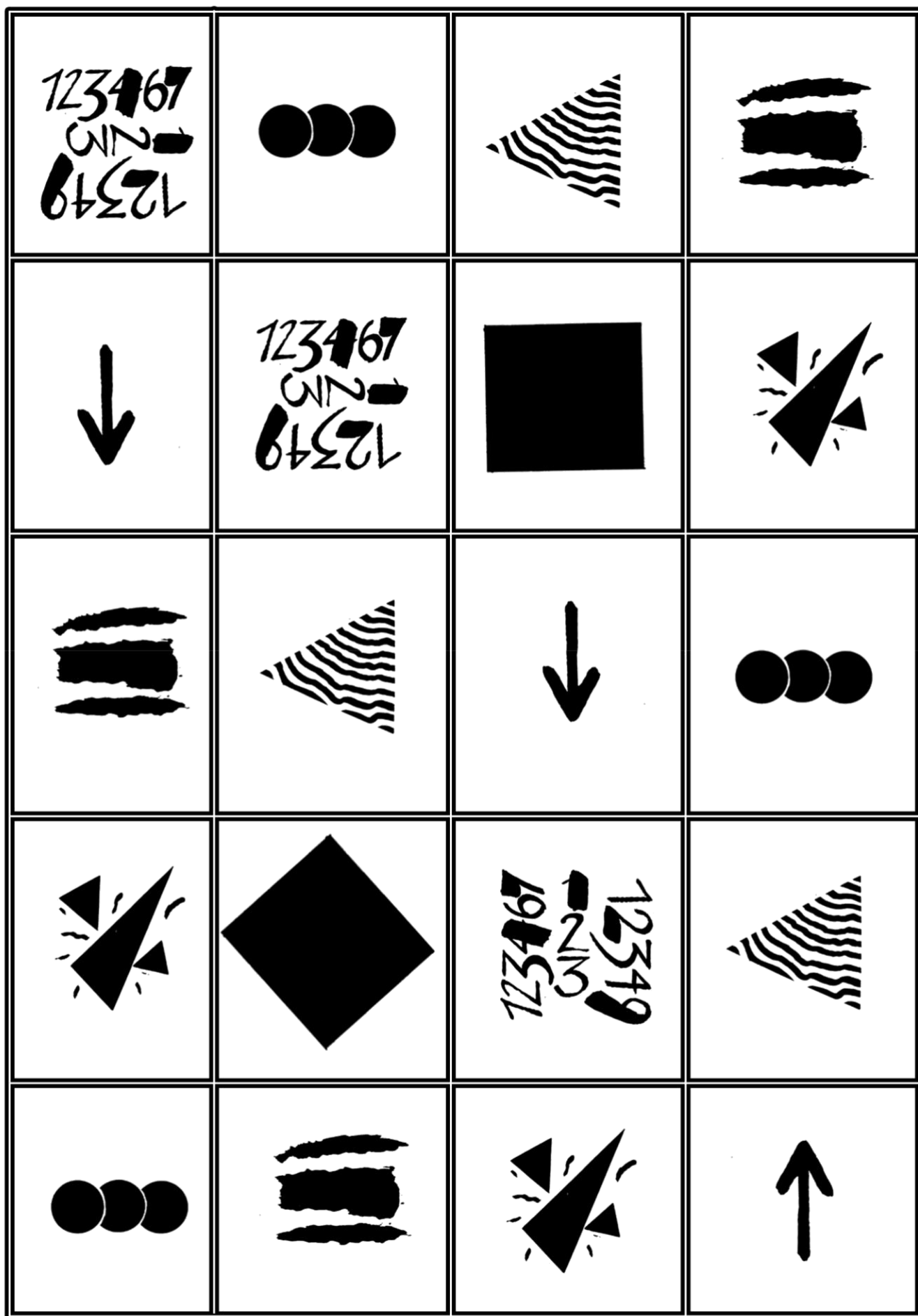


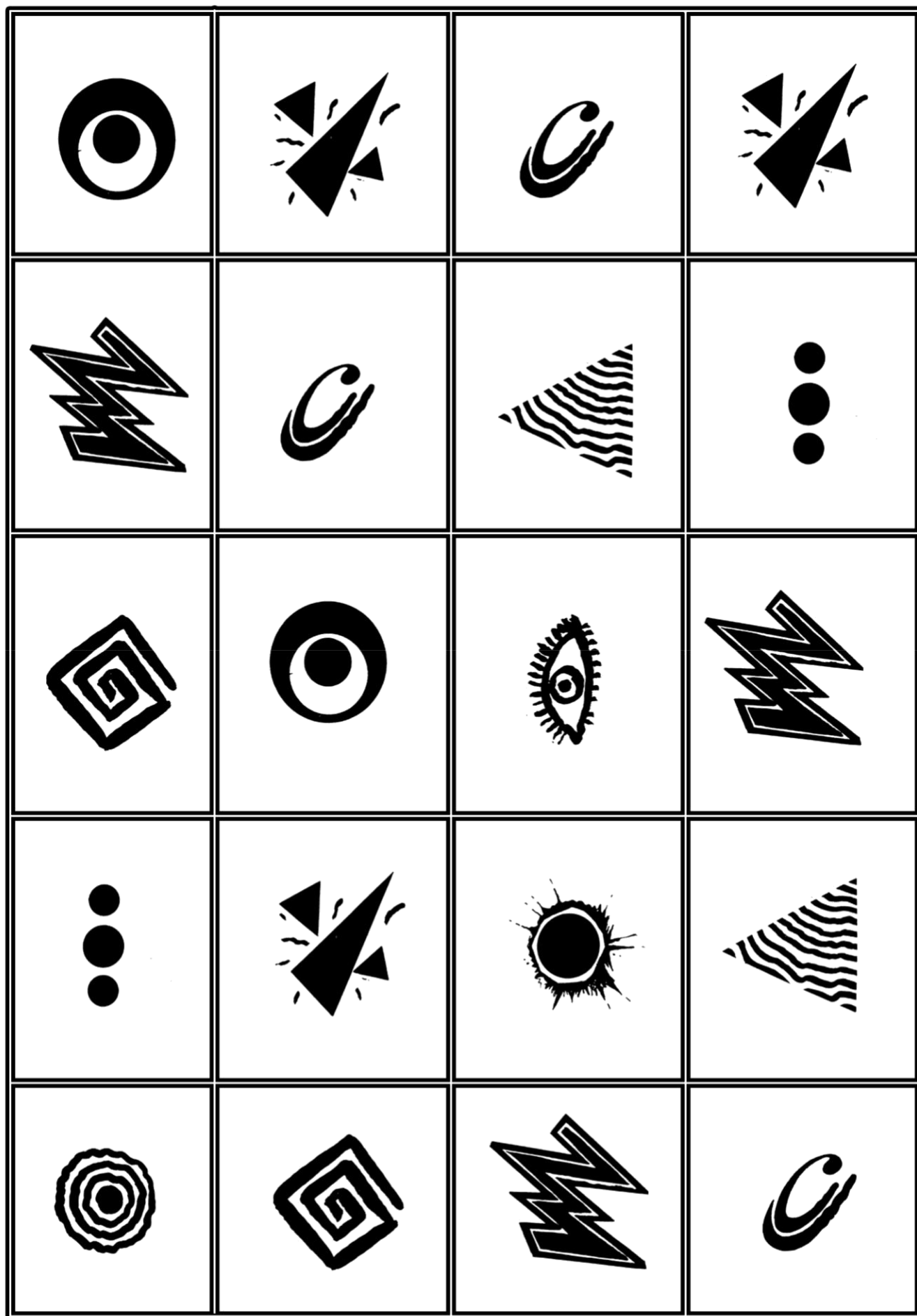


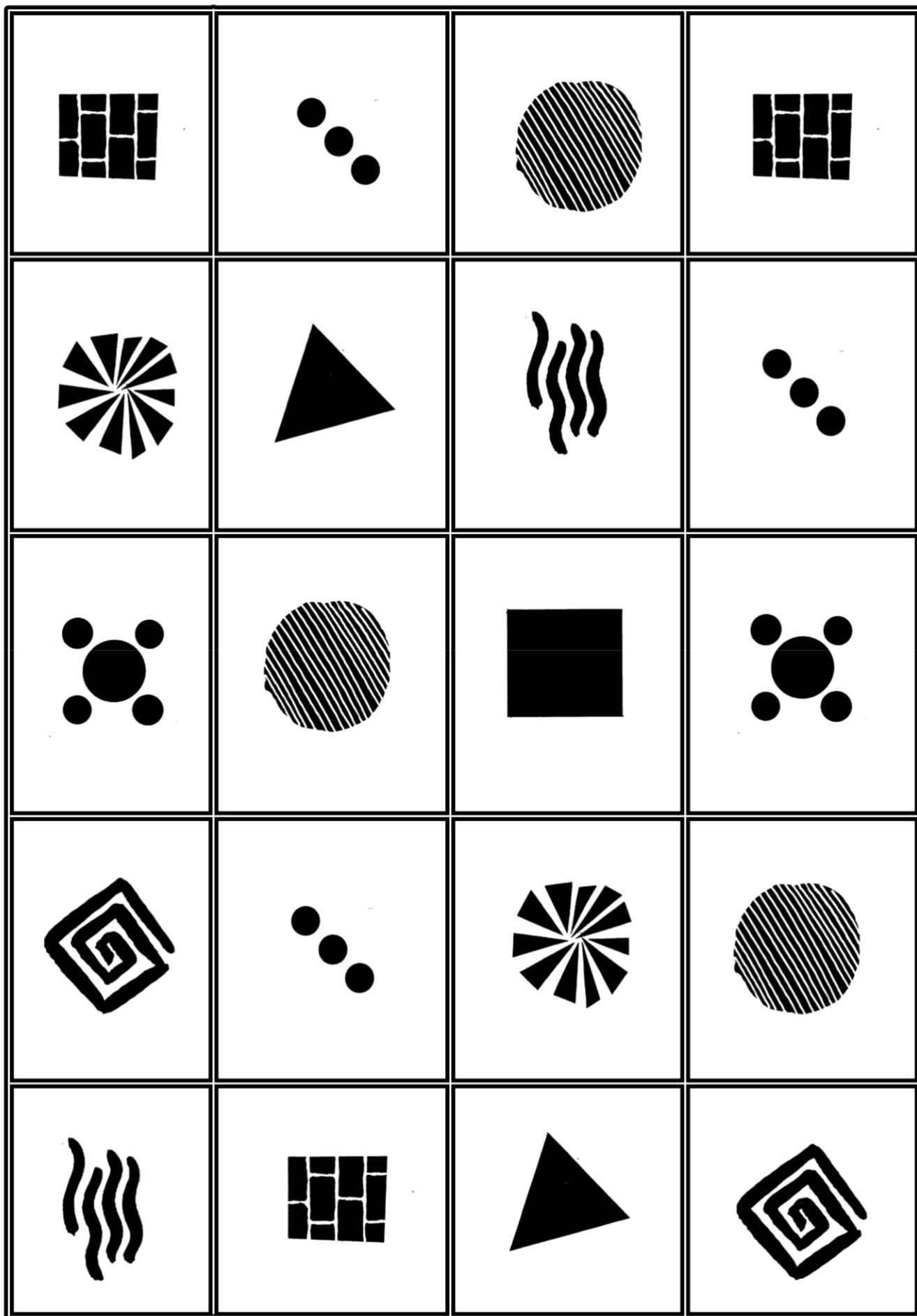


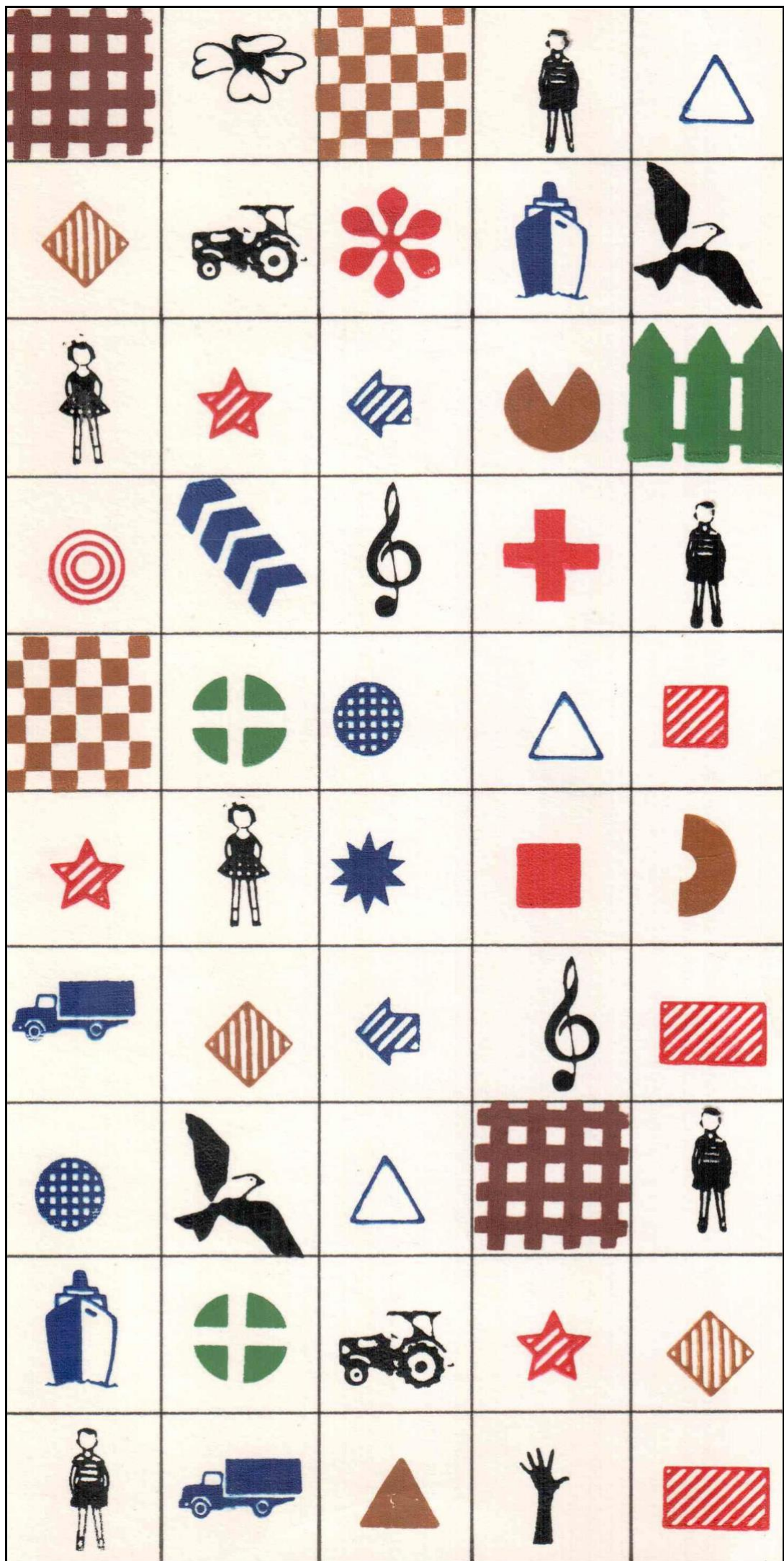














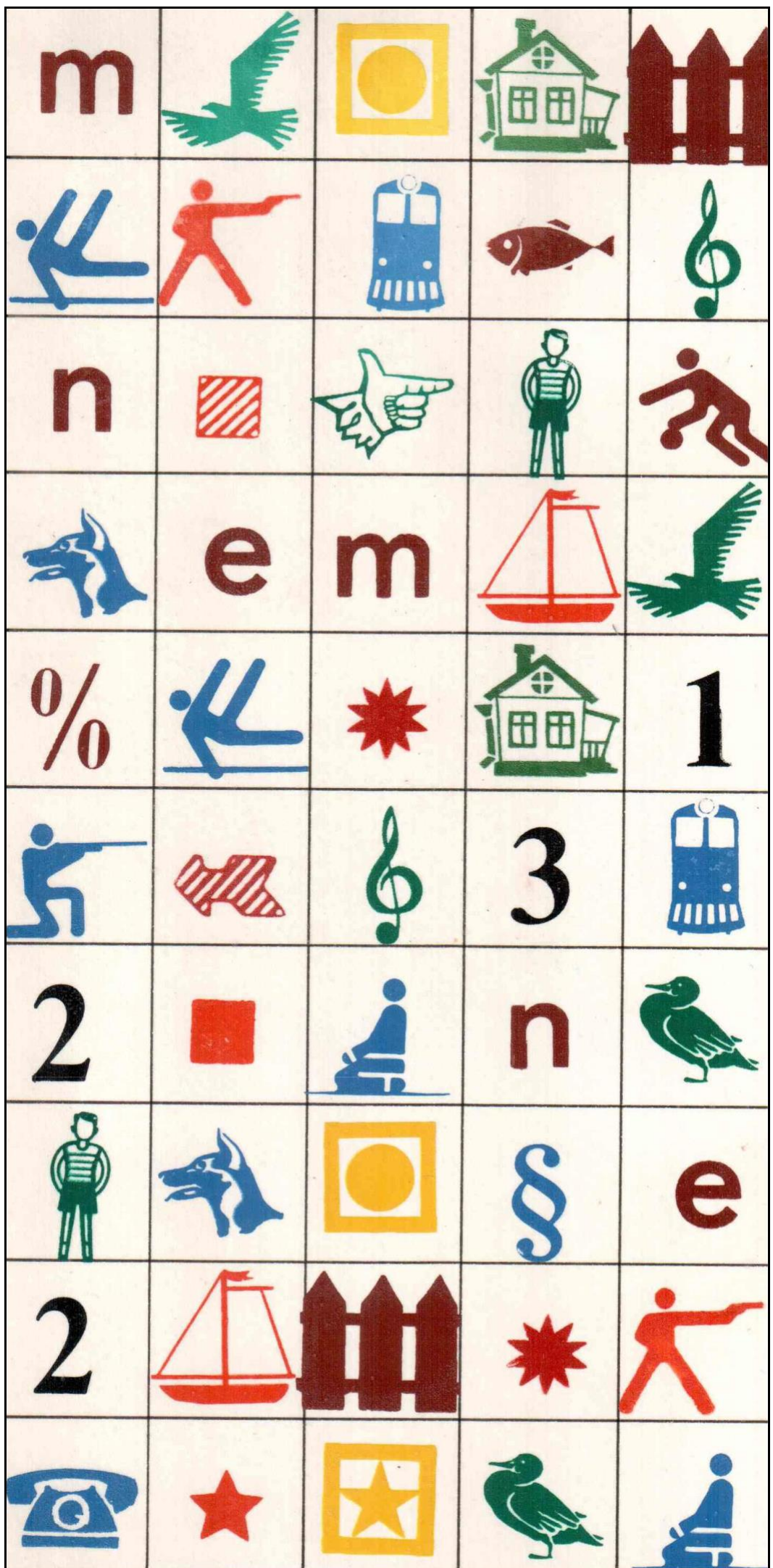


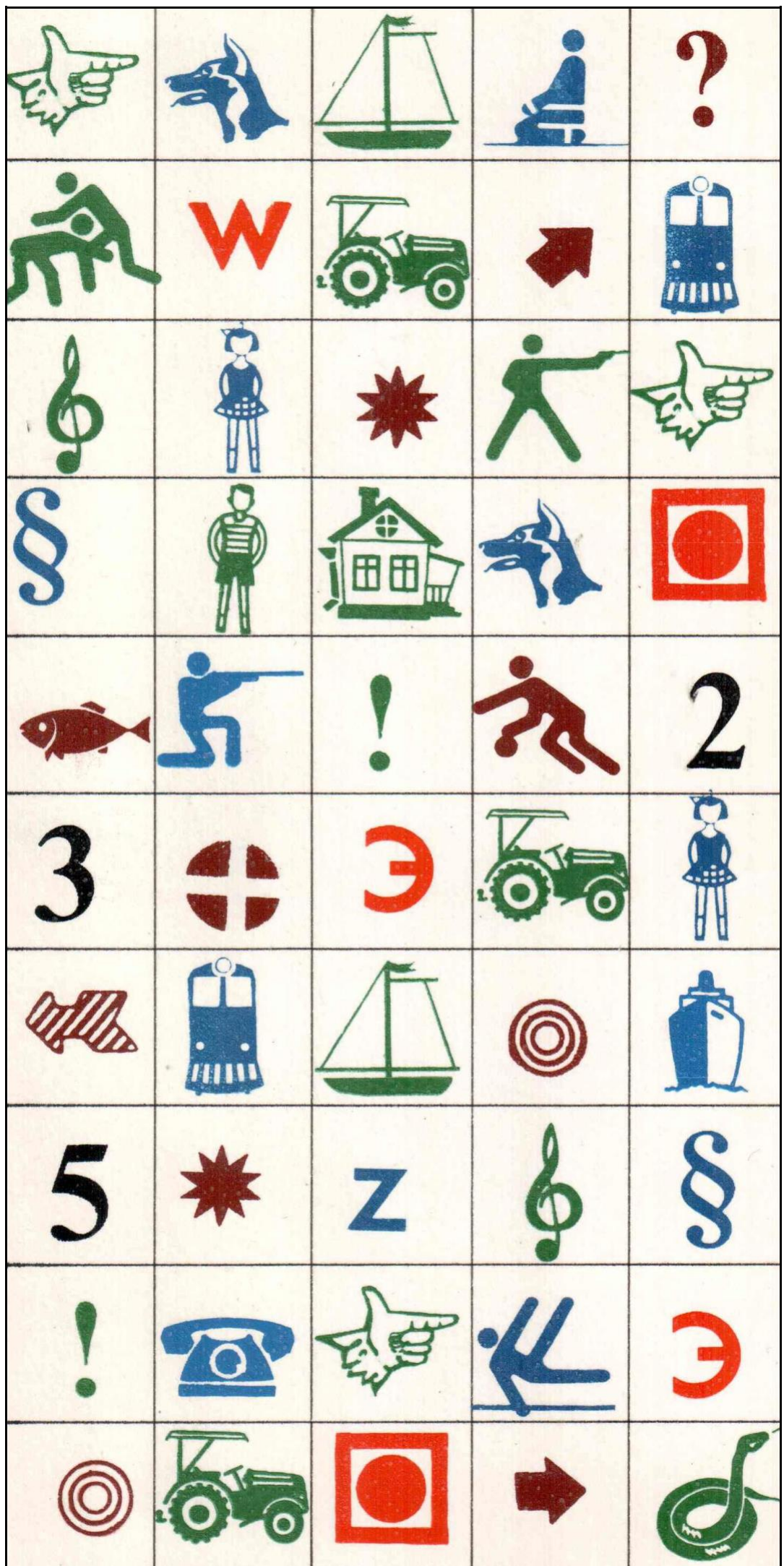












Тренажер состоит из описания 15 занимательных игр с разноцветными значками, которые можно вырезать или изготовить самостоятельно. В процессе игр развивается зрительная, ассоциативная память и концентрация, увеличивается объем внимания (запоминание нескольких последовательностей одновременно).

© Матюгин И.Ю., 2000

© Дизайн, Матюгина А., Стуенко П. 2018.

