

Нейрофизиологическая схема работы с уроками

Рекомендации родителям

Основные закономерности работы мозга:

1 цикл: каждые 20 минут изменяется зона активности коры головного мозга. Ребенок делает уроки. Через 20 минут – необходимо посмотреть и повторить материал.

2 цикл. Если материал не подкреплён в течение первых суток – 50% информации стирается. Следующие сутки – 50% от оставшегося стирается. И так далее. Через неделю у ребенка остается в памяти очень мало информации, если ее своевременно не подкреплять.

Главное правило: ребенок должен делать уроки каждый день

3 цикл: 2 - 2,5 дня. Здесь происходит переструктурирование информации. Все, кто писал серьезные доклады, статьи, знают: написанное переосмысливается и кажется, что нужно по-другому. Это переосмысление. Причем не нужно тратить много времени – это происходит само собой, если ты думал о теме 20-40 минут в день.

И еще нужно учитывать внутренние ритмы переключения мозга:

каждые 1,5 часа происходит переключение работы правого-левого полушарий коры головного мозга. Необходимо учитывать эти ритмы и давать ребенку подвигаться, переключиться, вкусненькое приготовить.

Вывод:

1. **Каждые 20 минут просматривать информацию, с которой ребенок работал**
2. **Отдых и "вкусности" через 1,5 часа (этим закрепим интерес, это награда)**
3. **Делать уроки, которые были заданы сегодня**
4. **Перед сном просмотреть информацию, чтобы она отложилась. Во сне происходит закрепление и уточнение.**