

# Træn arbejdshukommelsen med leg og aktiviteter

Inspireret af bogen *Hjernesmart pædagogik* af Anette Prehn © Dafolo 2015

## Ordlege

Lege med ordremser er med til at træne arbejdshukommelsen. Prøv f.eks. legen 'Jeg tog på ferie ...'. En person siger sætningen "Jeg tog på ferie, og i min kuffert havde jeg ..." hvorefter man siger en ting. Den næste person i legen gentager hele sætningen og tilføjer selv en ting til sætningen. Efterhånden som man skiftes til at tilføje ting til ordrækken bliver det sværere at huske. Hvor langt kan I komme?



Prøv også at sige dem bagfra, eller se hvor mange I kan huske næste dag eller ugen efter.

## Kimsleg

Et barn (eller en gruppe børn) skal kigge på nogle forskellige ting i et bestemt tidsrum, hvorefter tingene dækkes til eller fjernes og barnet/gruppen skal huske så mange af tingene som muligt.

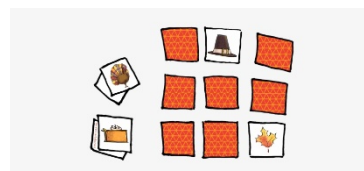
### Variation af Kimsleg

Et barn (eller en gruppe børn) får lov til at kigge på nogle forskellige ting i et bestemt tidsrum, hvorefter den voksne fjerner nogle ting. Barnet eller gruppen skal forsøge at huske, hvad der er blevet fjernet.



## Vendespil

Almindelige vendespil er med til at træne hukommelsen, fordi man bruger arbejdshukommelsen til at huske, hvor de forskellige kort ligger.



## Fortælling

Lad barnet genfortælle f.eks. en oplevelse eller en historie I har læst.

## Stroop-test

Børnene laver en stroop-test, som går ud på at sige ordenes farve højt, kolonne for kolonne. Det er ikke selve ordet, der læses højt, men ordets farve! Det kræver, at barnet bevarer instruktionen i arbejdshukommelsen, fordi det ellers vil være tilbøjeligt til at læse ordet op (i stedet for farven).

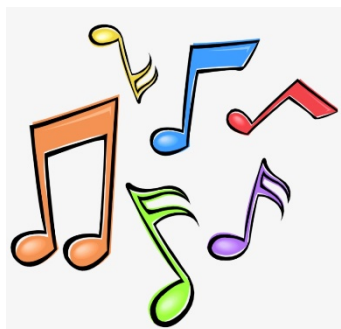
Leg legen flere gange og prøv om I kan komme lidt længere for hver dag.

yellow	blue	green	blue
yellow	red	blue	red
green	red	yellow	yellow
blue	yellow	yellow	green
blue	green	green	red
blue	red	blue	yellow

\* Vær opmærksom på, om barnet er farveblind, før legen igangsættes.

## Gå på indkøb

Bed barnet om at hente varer til dig, når I er på indkøb sammen. Giv gerne barnet flere beskeder på en gang (tilpasset barnets formåen). Eksempel: Vil du hente 2 liter mælk, 1 pakke pasta og 1 leverpostej til mig? På den måde skal barnet både huske hvad det skal hente og hvor mange af hver.



## Musik

Spil en tone, kort melodi eller rytme. Lad barnet huske og gentage den. Det kan være på instrumenter, hvis I har det, men man kan også bruge en ske eller spisepind til at tromme rytmer på spande, æsker og glas. Rasleæg, klap og tramp kan også lave rytmer.

Korte danserutiner eller hoppemønstre har samme funktion. At bruge kroppen og lyde kan være en hjælp for nogle børn.

## Apps

Der findes forskellige spil til iPad og mobil, som træner børns hukommelse. Prøv f.eks. apps med vendespil (søg på 'vendespil' eller 'memory'). Her er nogle forslag til gratis apps, som træner hukommelsen:

*Brainandmemory:* Husk 5 ikoner og udpeg dem.

*Memory Match:* Husk hvilke felter, som lyser op.

*iSays:* Husk i hvilken rækkefølge lamperne lyser. Lamperne har både en farve og en tone.

*Matching King:* Vendespil i forskellige versioner og mulighed for at spille flere personer mod hinanden.

*Memorama:* Vendespil med dyr og 25 forskellige sværhedsgrader.

