

# ТРЕНИРУЕМ ПАМЯТЬ

## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ ПАМЯТИ (5-7 ЛЕТ)

### Зрительная память:

1. Несколько секунд показываем ребёнку ряд знакомых предметов или игрушек (6-10). Затем закрываем их и просим вспомнить.
2. Другой вариант – убираем 1 предмет (игрушку). Чего не хватает?
3. Две картинки с различиями (от 3 до 10, в зависимости от возраста ребёнка). Ребёнок внимательно рассматривает первую (15-20 секунд), затем находит отличия на второй.

### Слуховая память:

1. Произносим ребёнку ряд знакомых слов (6-10) с интервалом 4-6 секунд и просим повторить (по примеру зрительной). Заучивание стихотворений, пословиц, прибауток согласно возрасту.
2. Опосредованное запоминание.  
На каждое произнесенное слово выбираем картинку, которое поможет вспомнить это слово (гриб – к слову «лес», лампа – «свет», молоток – «труд»...). Далее ребёнок берет картинку и вспоминает к ней слово.

### Тактильная память:

Мы запоминаем ощущения от прикосновения к различным предметам

1. Готовим до 10 дощечек с разной шероховатостью (мех, наждачка, фланель, воск, клеенка, бархатная бумага, веревка, спички, шелк, вельвет). Закрываем глаза и, не торопясь, ощупываем поверхность каждой дощечки по порядку. Перемешиваем дощечки, пробуем на ощупь, разложить дощечки в прежнем порядке. Чем младше ребёнок, тем меньше дощечек ему предлагается (от 3-ех до 6). Если ребёнок справляется с заданием, увеличиваем количество дощечек до 10.
2. Другой вариант: Щупаем каждую дощечку – «Что тебе напоминает ее поверхность?».

3. Вспомним вещи, до которых ты дотрагивался в течение дня. Представь, что ты опять трогаешь их руками. Что ты чувствуешь?
4. «Чудесный мешочек». В темный мешочек складываются разные мелкие игрушки от 3 до 10, в зависимости от возраста.
5. Ребенок на ощупь определяет, какая игрушка (предмет) ему попала в руку в мешке.

**Двигательная память:**

1. Вспомни, какие ты совершил действия, когда проснулся:
  - встал с постели,
  - умылся,
  - ел,
  - причесался,
  - шел по лестнице,
  - открывал двери и т. д.
2. Обводим пальцем по контуру геометрические фигуры на бумаге. Через несколько секунд вспомнили, какие фигуры обвели и воспроизвели на поверхности стола или в воздухе.