**Тренируем память**

 Память является одним из основных свойств личности. Древние греки считали богиню памяти Мнемозину матерью девяти муз, покровительницей всех известных наук и искусств. Человек, лишённый памяти, по сути дела перестаёт быть человеком. Но следует знать и о том, что хорошая память не всегда гарантирует её обладателю хороший интеллект. Психолог Т. Рибо описал слабоумного мальчика, способного легко запомнить ряды чисел. И всё-таки память – это одно из необходимых условий для развития интеллектуальных способностей.

**Выделяют три типа памяти:**

- **наглядно-образная**, которая помогает хорошо запомнить лица, звуки, цвет предметов и т.д.;

- **словесно-логическая**, при которой преимущественно запоминаются формулы, схемы, термины;

- **эмоциональная**, при которой лучше всего сохраняются пережитые чувства.

Кроме того, существует ещё разделение памяти на два вида в зависимости от длительности хранения информации:

- **кратковременная память**, когда материал запоминается быстро, но ненадолго;

- **долговременная память**, требующая больших усилий, но позволяющую сохранить информацию на многие годы.

Скорость заучивания у людей также разная. Есть быстро заучивающие и медленно заучивающие предлагаемый материал. Второй группе людей для запоминания такого же объёма информации потребуется втрое больше времени, но помнят они значительно дольше.

Память разделяется ещё на **механическую** и **смысловую**. Часть людей склонна к механическому заучиванию (зубрёжке). А другая часть – к осмысленному запоминанию. Иногда без всякого усилия, порой даже против воли человека, тот или иной материал «всплывает» в памяти.

Возникает какой-то мотив песни, оживает картина какой-то автомобильной катастрофы. Такая память носит название **непроизвольной**. **Произвольная память** имеет место тогда, когда человек прилагает усилия для запоминания или припоминания воспринятого, т.е. направляет свою активность на достижение поставленной цели.

Люди различаются и тем, какой материал они лучше запоминают. Так, музыкант успешно запоминает музыку, у него развита слуховая память. Художник имеет высокоразвитую зрительную память, А у спортсменов развита память на движения (двигательная).

 Различными бывают и основные свойства каждого вида памяти: объём (сколько информации человек может сохранить), прочность и точность памяти (насколько долго человек сохраняет воспринятое и насколько правильно его воспроизводит).

Основным видом деятельности является игра. Поэтому предлагаю развивать и тренировать память в игровой форме, что поможет поддержать его интерес к выполнению заданий. Если с ребёнком проводить специальные занятия, то формирование произвольности запоминания происходить быстрее. Используя различные вспомогательные средства для запоминания: картинки, опорные слова, вопросы, а также классификацию и группировку предметов, - можно развивать опосредованную память, увеличить скорость и объём запоминания.

**«Каскад слов»**

**Цель:** развитие объёма кратковременной слуховой памяти.

**Содержание:** Взрослый просит ребёнка повторять слова.

Начинать нужно с одного слова, затем назвать два. Ребёнок должен повторить их в той же последовательности. Затем взрослый называет три слова и т.д. Если ребёнок не справляется со словесным рядом, нужно повторить ряд ещё 2-3 раза:

1. огонь;

2. дом, молоко;

3. конь, гриб, игла;

4. петух, солнце, асфальт, тетрадь;

5. крыша, пень, вода, свеча, школа;

 6. карандаш, машина, брат, мел, птица хлеб;

 7. орёл, игра, дуб, стакан, телефон, пальто, сын; 8. гора, вороны, часы, стол, снег, картина, сосна, мел.

**«Каскад цифр»**

**Цель:** развивать кратковременную зрительную память.

**Инструкция:** «Посмотри внимательно на цифровой ряд и повтори его в той же последовательности (вначале две цифры, затем три, четыре и . п.) 6 2 2 8 3 1 7 4 3 6 3 5 9 1 4 6 8 2

**«У оленя дом большой»**

**Цель:** развитие умение использовать мнемонические приёмы для запоминания текста.

**Содержание:** Взрослый, проговаривает текст игры, сопровождает его движениями. У оленя Дом большой, Он глядит в свое окошко: Заяц по лесу бежит, В дверь к нему стучит. Стук, стук. Дверь открой! Там в лесу охотник злой! Заяц, заяц, забегай! Лапу подавай! Скрещивают руки над головой, Изображают крышу. Руки перед лицом изображают окно. Производят движения руками, как при беге. Кулаками имитируют стук в дверь. Большим пальцем через плечо, показывают, что сзади охотник. Дети вытягивают руки вперёд. Усложнение: постепенное увеличение темпа проговаривание текста.

**«Запомни картинки»**

**Цель:** развитие зрительной памяти.

**Содержание:** Ребёнок рассматривает пять (знакомых) предметных картинок и запоминает, что на них нарисовано. Затем картинки переворачивают. Взрослый показывает на перевёрнутую картинку, а ребёнок должен вспомнить и назвать предмет, изображенный на ней.

 **Усложнение:** увеличить количество картинок, уменьшить время запоминания.

 **«Кто не на месте?»**

**Цель:** развитие целенаправленного запоминания и припоминания.

**Содержание:** Десять игрушек выставляются перед ребёнком на столе в один ряд. Взрослый предлагает запомнить, какая игрушка, на каком месте находится. Затем ребёнок отворачивается, а взрослый меняет местами игрушки. После чего ребёнок должен повернуться и расставить игрушки по местам. Игра проводится до 5-6 раз.

**«Запомни рассказ»**

**Цель:** развивать словесно - логическую память. Чтобы ребёнок обладал хорошей памятью, её необходимо постоянно тренировать. Вы можете это делать, запоминая ежедневно стихи, песенки, рассказы.

**Инструкция:** «Внимательно слушай и запоминай рассказ». Кто как одет. Дни стали ненастные, ночи холодеют. На огородах стали овощи убирать, чтобы не попортились, не помёрзли. Сначала убрали огурцы – голыши. Потом лук в бумажных рубашках. Потом бобы в шерстяных чулочках. Убрали репу, морковку, свеклу и разную петрушку. Одна капуста осталась. Её позже всех убирают. У неё, у капусты, семьдесят одёжек, она холода не боится! Если ребёнок затрудняется воспроизвести текст, следует задать ему вопросы. Вопросы: Когда убирают овощи? Какие овощи убрали с огорода? Что осталось в огороде? У капусты семьдесят одежек. Почему так говорят?

 **«Запомни фразы»**

**Цель:** развивать смысловую память.

**Инструкция:** «Я назову по очереди пять фраз, а ты должен запомнить и назвать:

1. Мальчик устал. 2. Девочка плачет. 3. Папа отдыхает. 4. Мама готовит. 5. Бабушка читает.