**РАЗВИВАЕМ ПАМЯТЬ**

Человеческая память обеспечивает накопление впечатлений об окружающем мире, служит основой приобретения знаний, навыков, умений и их последующего использования.

Виды памяти:

**Кратковременная** - удерживает информацию в течение короткого времени. Самое нужное и важное сохраняется в долговременной памяти.

**Оперативная** память обеспечивает кратковременное запоминание информации, необходимой для выполнения какого-либо действия или операции. Решая задачу, мы удерживаем в уме промежуточные результаты, которые при получении решения, забываются. Запоминаемый материал может быть разным.

**Двигательная** память позволяет нам не учиться каждое утро ходить заново. Особенно хорошо она развита у танцоров, спортсменов.

Способность чувствовать и сопереживать другому человеку основана на **эмоциональной** памяти. Пережитые чувства выступают как сигналы, которые побуждают к действию или удерживают от него.

**Образная** память обеспечивает запоминание наглядного материала - лица, звуки, запахи, цвета, формы предмета.

**Вербальная** память (словесно-логическая) существует только у человека, ее содержание - мысли. Усвоение знаний школьной программы строится в основном с опорой на этот вид памяти.

У ребенка очень хорошо развита **непроизвольная** память - когда без специальной цели и усилий человек запоминает что-нибудь интересное, важное, захватывающее. Сложнее с произвольной памятью - необходимо усилие воли и специальные техники для того, чтобы материал надолго остался в доступности сознания.

Память в детском возрасте - одна из центральных психических функций, которая во многом определяет мышление. В дошкольном возрасте у детей преобладает механическое запоминание, т.е. зубрежка - использование простого повторения, а не понимание информации. Сознательное запоминание становится возможным к 5-6 годам. В 6-7 лет ребенок должен использовать логические связи материала для запоминания.

Чтобы помочь маленькому человеку научиться запоминать необходимое, следует знать СЕКРЕТЫ памяти:

1. Информация должна быть интересной и значимой для ребенка (не для Вас, а для ребенка).

2. У ребенка должна быть сильная мотивация к запоминанию информации.

3. Память реагирует в первую очередь на яркие впечатления.

4. Ребенок быстрее запоминает информацию, которая имеет отношение к его жизни и деятельности, применяется на практике.

5. Заучиваемый материал должен быть понятен ребенку.

6. Середина материала запоминается хуже, чем начало.

7. Нельзя запоминать один материал сразу же за другим. Поэтому после подготовки уроков нельзя играть в компьютер, смотреть телевизор и читать. Лучше всего подышать свежим воздухом и подвигаться.

8. Необходимо научить ребенка организовывать заучиваемый материал, группировать изучаемую информацию и находить связи между элементами того, что он учит. Важно научить составлять план заучиваемого материала, так он приобретает четкую, упорядоченную форму.

9. Диета. В рационе ребенка должно быть достаточно витаминов и веществ, которые улучшают кровоснабжение мозга. Это орехи, сыр, жирная рыба, гречневая крупа, фрукты и овощи. "Быстрые сахара", содержащиеся в сахаре, конфетах плохо усваиваются в организме и могут вызвать ухудшение памяти.

10. Физическая нагрузка, спорт, прогулки на свежем воздухе, крепкий сон - главные составляющие физиологической основы для продуктивной работы мозга.

11. Развивать недостаточно сформированные функции нужно с опорой на сильные звенья.

12. Используйте игровую форму заданий для тренировки.

Возможные игры

**Строитель**

Цель - увеличение объема зрительной памяти.

Для игры понадобятся счетные палочки или спички, листы бумаги и монетки.

У игроков имеется по 10 палочек и 10 монеток. Один из игроков строит из палочек фигуру на столе и накрывает ее листом бумаги. Затем показывает другому игроку полученную фигуру. Тот закрывает глаза, старается создать образ фигуры и мысленно посчитать количество палочек, придумать, на что она похожа. Затем открывает глаза и выкладывает ее из своих палочек. За каждые 3 правильно скопированных элемента дается одно очко. За каждый пропущенный или лишний элемент игрок, копировавший фигуру должен отдать по одному своему очку. Затем меняются ролями.

**Почтальон**

Цель - развитие слухоречевой памяти с опорой на пространственные представления

Ребенку предлагается представить свою комнату и в воображении разместить в этом пространстве предметы, которые вы называете. Задача ребенка - представить месторасположение каждого слова. Например, слово "петух" - петуха я представляю на люстре в середине комнаты, пусть сидит та, слово "макароны" - макароны я разложу на подоконнике, пусть они там смешно свисают из окна. Затем ребенок должен назвать все предъявлявшиеся слова, представляя свою картину и собирая разложенные предметы.

**Картинная галерея**

Цель - развитие внимания, увеличение объема зрительного запоминания.

Предложите ребенку посмотреть на картинку (это может быть картина художника), а затем попросите по памяти ответить на вопросы по картине. Хорошо, если вы будете с ребенком меняться и соревноваться с набранных баллах за правильные ответы.

**12 квартир**

Цель - развитие внимания, зрительной памяти, пространственных представлений и функций контроля.

Вам понадобятся карточки с цифрами. (из простого картона 12 карточек размером 4 на 4 см. с цифрами от 1 до 12). Карточки перемешиваются и раскладываются тыльной стороной по 4 карточки в каждом ряду. Игроки по очереди открывают квартиры. Задача - открыть по порядку квартиры с 1 по 12. Например, первый игрок открывает карточку номер 5. так как это не 1, он теряет ход и переворачивает карточку обратно. Ход переходит к следующему игроку и так до тех пор, пока не откроют цифру 1. в процессе открытия игроки запоминают месторасположение цифр, чтобы в дальнейшем за наименьшее число попыток открыть все по порядку.

Придумывайте игры сами и вместе с детьми!