**Рекомендации родителю по развитию памяти, ее тренировке**

Чтобы память была хорошей, детям необходимо:

* Выполнять упражнения по развитию памяти.
* Учить стихотворения, иностранные слова.
* Быть здоровым, правильно питаться. Организму должно хватать витаминов и минералов для учебы и активной жизни.
* Учиться запоминать разными способами. Использовать специальные техники.
* Достаточно спать.
* Отдыхать. Выделяйте в графике ребенка время на отдых. Это может быть поход в музей, театр, кинотеатр, встреча с друзьями, и много того, что любит ваш ребенок.

**Варианты упражнений**

Упражнения для развития слуховой памяти

1. *Упражнение «Повтори слова»*

Очень простая и увлекательная игра «Повтори слова». Правила этой игры просты:

* + Вы проговариваете слова для ребенка
  + Ребенок слушает
  + Задача ребенка назвать эти слова вслух, можно без определенной последовательности.

1. *Упражнение «Распутай слово»*

Ваша задача подготовить для ребенка предложения. Затем - проговорить их в разбросанном порядке. Задача игрока - произнести в первоначальном виде (например, «Мама пошла в магазин» - «пошла, магазин, мама, в; «Степа не любит кашу по утрам» - не, кашу, утрам, любит, Степа, по)

Упражнения, направленные на развитие зрительной памяти

* Упражнение «Слово и образ»
  1. Выпишите себе 10 слов.
  2. Положите перед ребёнком листок бумаги и ручку.
  3. Ваша задача читать слово. Ребёнок на несколько секунд должен зарисовать то, что ассоциируется у него с этим словом.
  4. Когда вы всё продиктовали, а ребенок зарисовал, то попросите его назвать как можно больше слов по своим картинкам.

Упражнение «Чего не стало?»

1. Вы берете любые предметы.
2. Раскладываете на столе (или другой поверхности) выбранные предметы в определённой последовательности.
3. Задача ребенка запомнить последовательность.
4. Потом вы, пока ребенок не видит, должны убрать какой-либо предмет или же поменять последовательность.
5. Задача ребенка вспомнить, как было.

Сайт с играми и упражнениями по развитию и тренировке памяти:

https://www.razumeykin.ru/zadaniya/dlya-detej-9-10-let/razvitie-pamyat