**1. Чем раньше, тем лучше**

С рождения в человеке начинает работать таинственный механизм, под названием «память». И чтобы этот механизм продолжил отлажено работать на всю свою мощность за ним нужно ухаживать, давать энергию.

Для самых маленьких:

Потешки и прибаутки. Одни и те же. Ласково и с любовью. Ребенок прислушивается, нежится в родном голосе и непроизвольно запоминает ритм, мелодию, слова.Разные сенсорные стимулы – трогаем ручками лицо мамы и папы и запоминаем ощущения.

Для малышей, которые уже вошли в режим дня – отличный тренажер памяти – ритм дня. За ночью наступает утро. Утром есть какие-то важные дела: пописать, массаж, водные процедуры, покушать… и можно сладко вздремнуть.

У каждой семьи есть свой ритм. Выработанный ритм прекрасный помощник памяти.

**2. Вода и камень точит**

Заботиться о памяти нужно регулярно. Есть множество способов, вариантов и вариаций. От эскиза в одну минуту до часового занятия. Память любит регулярность и повторение.

**3. Игры памяти по дороге**

Играйте в игры, которые тренируют память. Например:

3.1. Что ты видел

Пройдя очередной участок пути можно сказать – я видел два кота, а сколько собак выдела ты? Видеть можно что угодно – фонарный столб, лужу, синюю машину, березку или двух дедушек у подъезда.

3.2. Снежный ком

Первый вариант игры – придумывание по очереди длинных предложений.

Сосна.

Зелёная сосна.

Вечнозелёная сосна.

Стояла вечнозеленая сосна.

На морозе стояла вечнозеленая сосна.

Второй вариант игры – повторение слов, на определенную тему, по очереди . Представляем, будто мы нанизываем слова на шпажки.

Слон.

Слон, жираф.

Слон, жираф, антилопа.

Слон, жираф, антилопа, зебра…

**4. Тело, как инструмент развития памяти**

Моторная память – это фундамент любой другой. Также память тела – помощник в развитии других видов памяти.

Время от времени обязательно играйте с ребенком в игру «Обезьянки». Вы показываете серию движений – ребенок повторяет. Потом – наоборот. Постепенно количество и сложность движений можно увеличивать.

**5. Стихи – тренажер для развития памяти**

Учите стихи самостоятельно, «для себя», и декламируйте их вслух, чтобы дети видели, что это «дело обычное». Читайте стихотворения детям. Учите стихи вместе с ними.

Выбирайте самые разнообразные стихотворения – от стихов с простым и понятным сюжетом, до великой классики. Выбрать хорошие книги со стихами вам может помочь обзор на форуме.

**6. Эмоциональное запоминание**

Если вам нужно что-то запомнить надолго – подключайте эмоции. Рисуйте в уме образные картинки, и окрашивайте их эмоциональные оттенки.

**7. Играйте в настольные игры на развитие памяти**

Настольные игры – отличное семейное времяпрепровождение. И если частьиз них нацелена на использование в процессе игры резервов памяти – это хорошая тренировка, как вам, так и вашим детям.

*С уважением педагог-психолог Журавлева М.В.*