**Trenujemy pamięć i koncentrację!**

Poprzez stosowanie odpowiednich ćwiczeń, metod i technik zapamiętywania, dzieci mogą rozwijać pamięć, uwagę i koncentrację oraz wyobraźnię.

**KONCENTRACJA** to umiejętność skupienia i utrzymywania uwagi na ściśle określonych zadaniach czy zagadnieniach. Umiejętność ta rozwija się stopniowo w toku życia dziecka. Dziecko w wieku 2- 4 lat potrafi skupić uwagę na okres 5 - 15 minut, w wieku 5 - 6 lat na około 20 - 30 minut, w momencie rozpoczęcia nauki okres ten stopniowo się wydłuża.

Propozycje ćwiczeń:

**• Zabawy wprowadzające sekwencje:**
- głuchy telefon (dziecko ma dokładnie powtórzyć zdanie, które usłyszało);
- jedziemy na wycieczkę: zabawę zaczynamy mówiąc „jedziemy na wycieczkę i zabieramy...”. Wymyślamy i wymieniamy na zmianę z dzieckiem rzeczy, jakie zabieramy na wycieczkę powtarzając przy tym już te wcześniej wymienione, np.
mama: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak”
dziecko: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak i namiot”
mama: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak, namiot i piłkę”
dziecko: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak, namiot, piłkę i koc” itd.

Tę zabawę możemy modyfikować, wprowadzając inny początek, np. „Jesteśmy w sklepie i kupujemy...”

- pokazujemy dziecku sekwencje ruchów, np. ręce na bok, 2 klaśnięcia i prosimy żeby dziecko to odtworzyło.

**• Porównywanie (znajdź różnice)** – należy odnaleźć różnice dzielące dwa obrazki. Można też bawić się w wyszukiwanie różnic w ciągach cyfr, liter lub słów.

**• Podaj kolejność** - za parawanem układamy w rzędzie kilka przedmiotów, odsłaniamy, dziecko przygląda się przedmiotom zapamiętując ich kolejność. Ponownie zasłaniamy parawan, a zadaniem dziecka jest wymienienie przedmiotów w kolejności.

**• Memory** - gra polega na łączeniu w pary i zapamiętywaniu, gdzie ukryte są takie same obrazki. Najlepiej by obrazki przedstawiały zwierzęta, pojazdy, zabawki, rzeczy bliskie dziecku. Najprostsze wersje przeznaczone są już dla 3 latków. Starsze dzieci doskonale poradzą sobie z większą ilością obrazków.

**• Słuchanie odgłosów otoczenia** - Dziecko zamyka oczy. Prosimy, aby skoncentrowało się na dźwiękach dochodzących z otoczenia. Dajemy mu czas na wsłuchanie się. Następnie pytamy, co słyszało, jaki dźwięk przypadł mu do gustu, co go drażniło. Jaki jest najbliższy dźwięk, który słyszysz? Jaki jest najgłośniejszy? Jaki najcichszy? Jaki najdalszy?

**• Rysunek na plecach** - Dziecko siedzi na podłodze. Zamyka oczy. Druga osoba rysuje mu na plecach np. domek, słońce, kwiat itp. Dla starszych dzieci mogą to być litery, cyfry. Następnie pytamy je, co zostało narysowane. Jeśli dziecko nie potrafi odpowiedzieć na pytanie - czynność powtarzamy.

**• Gry planszowe** - wspomagają rozwój intelektualny dziecka, uczą poprzez zabawę. Gry takie jak warcaby uczą rozważania różnych opcji rozgrywki, rozwijają umiejętność zapamiętywania poszczególnych sytuacji oraz poprawiają zdolność logicznego myślenia.

**• Skojarzenia** – gra w skojarzenia rozwija pamięć, koncentrację, spostrzegawczość dziecka. Polega na dobieraniu w pary obrazków, które do siebie pasują, lub wyszukiwaniu w zbiorze tego obrazka, który nie pasuje do pozostałych.
- Inną wersją gry w skojarzenia może być zabawa polegająca na rzucaniu do siebie piłką, gdzie każdy kolejny rzut to wymienienie słowa kojarzącego się z poprzedzającym, np. rozpoczynamy od słowa: stół (rzut piłką do dziecka), dziecko odpowiada nam rzutem piłką oraz skojarzeniem do słowa stół, np. krzesło itd. (np. kuchnia – lodówka – lody…).

**• Pytania do ilustracji** - pokazujemy dziecku ilustrację i prosimy by przez 30 sekund uważnie jej się przyglądało. Następnie zabieramy rysunek i prosimy o odpowiedzenie na różne pytania dotyczące tego co znajdowało się na obrazku.

**• Powtórz rytm** – wyklaskiwanie, wytupywanie rytmu. Rozwija pamięć słuchową.

**• Rymowanki** – nauka krótkich, rymowanych wierszyków.

**• Ogólne ćwiczenia na koncentrację**, takie jak: rysowanie po śladzie, połącz kropki, odwzorowywanie symboli, wycinanki, kolorowanki itp.

W/w ćwiczenia są propozycją pracy z dzieckiem. Rozkładamy je w czasie, nie wykonujemy wszystkich w jednym dniu. Życzę miłej zabawy z dzieckiem oraz zdrowia i wytrwałości