

Тренируем память

Невозможно получить хорошую память не тренируя её.

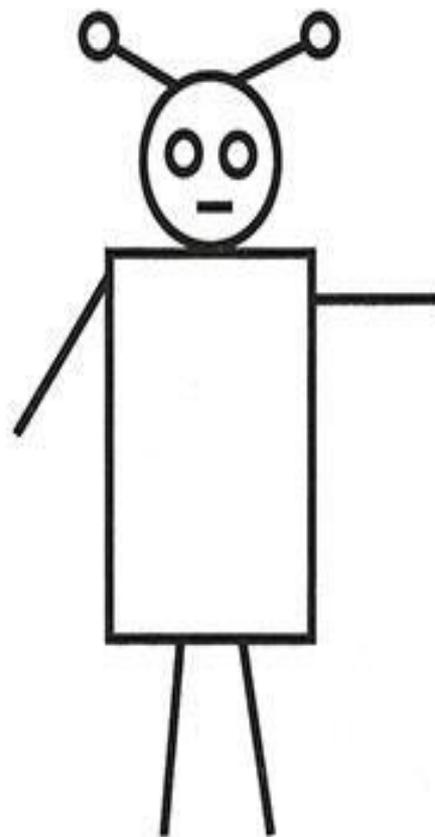
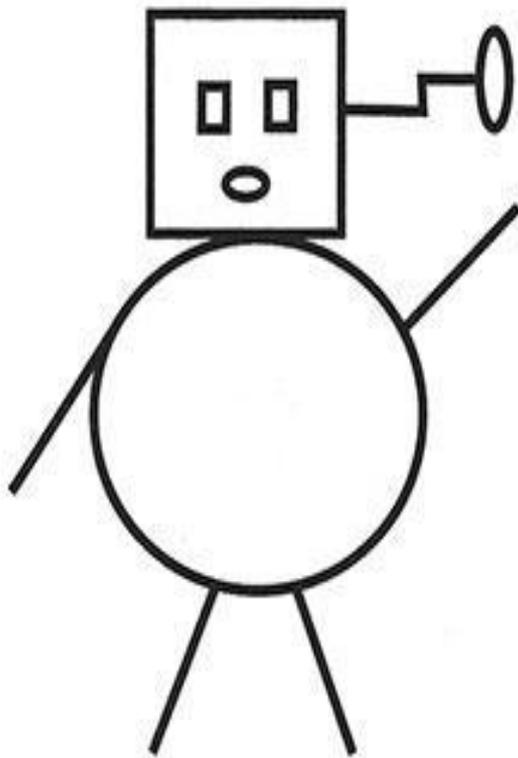
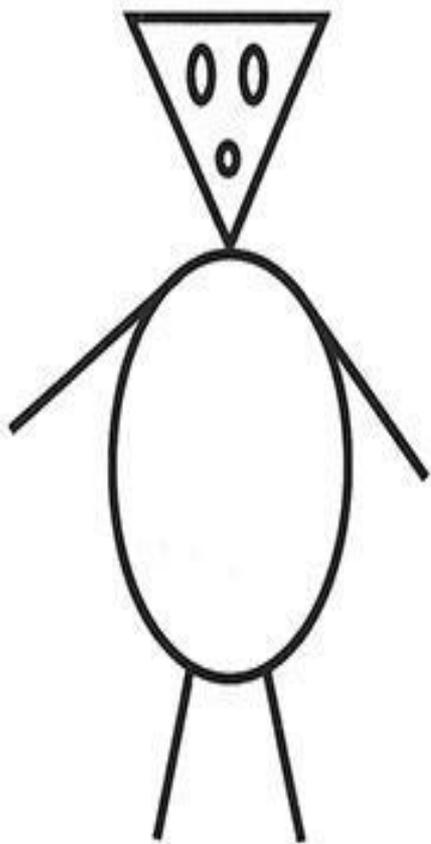
Существует большое количество упражнений, выполнение которых позволит улучшить возможности памяти в запоминании.

1. В течение **10** секунд внимательно посмотрите и запомните последовательность цветов.

зеленый	зеленый	желтый
черный	красный	черный
красный	черный	зеленый
синий	синий	красный
желтый	желтый	синий

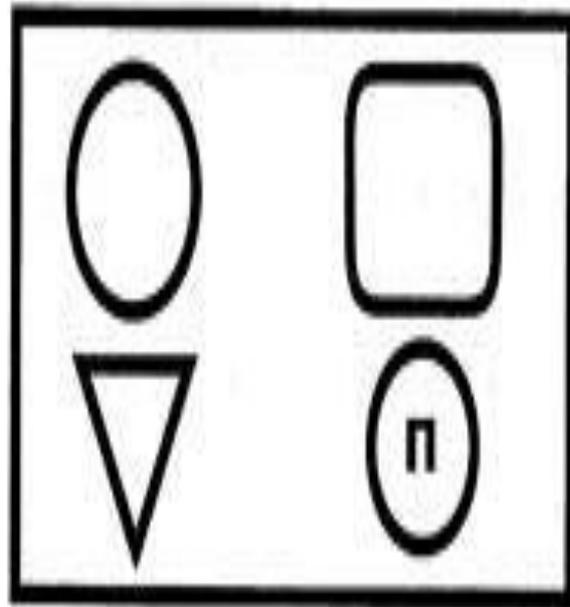
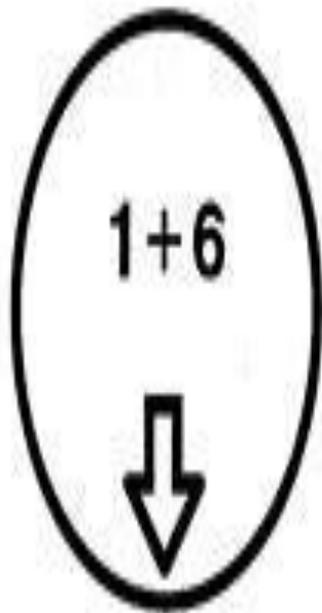
**А теперь перечислите, как располагались
цвета друг за другом.**

2. В город прилетели **3** инопланетянина и необходимо внимательно изучить их портреты, запомнив все детали внешнего вида гостей. На запоминание даётся **30** секунд.



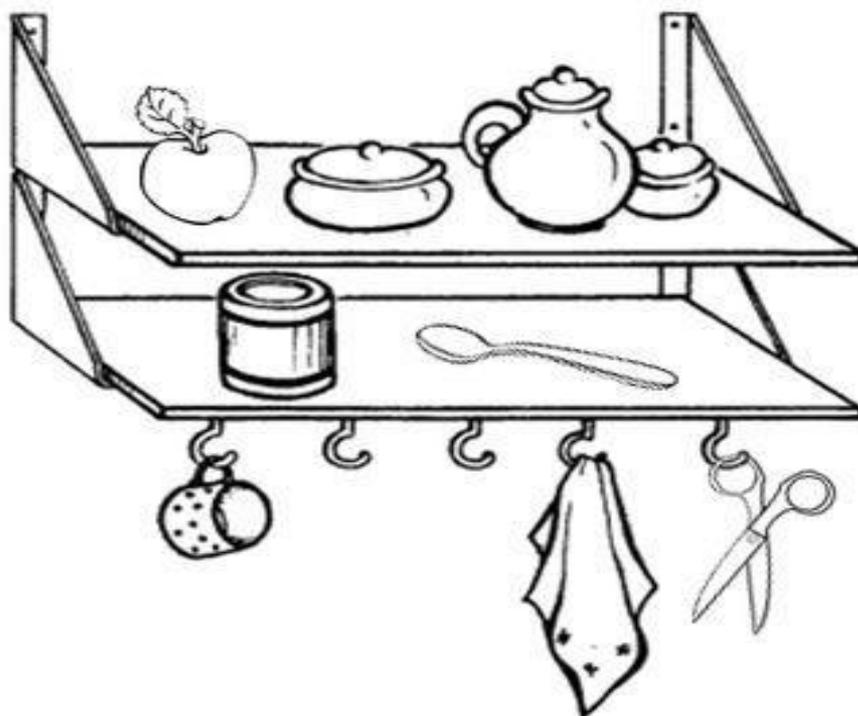
К нам в гости спешит второй инопланетянин. Закройте глаза, представь его внешний вид и точно нарисуйте портрет второго по счету инопланетянина.

4. Внимательно рассмотрите и запомните комбинации всех фигур. На запоминание отводится **30 секунд.**



**Закройте глаза. Мысленно восстановите
рисунок. Нарисуйте в тетради всё, что
запомнили.**

4. Рассмотрите предметы на полке.



А теперь вспомните, какие предметы лежали на полке.

