**Gry i zabawy usprawniające uwagę i pamięć**

Masz trudności z zapamiętywaniem, trudności z koncentracją uwagi. Poćwicz i zabaw się w domu:

1. Imieninowe prezenty:

Przebieg: Umawiamy się, że jedna osoba obchodzi imieniny. Kolejno podchodzą do niego uczestnicy zabawy, składają życzenia i mówią, jaki przynieśli prezent. Solenizant musi w dowolnej kolejności powtórzyć zestaw otrzymanych prezentów.

1. Odkryj zmianę:

Przebieg: zabawa polega na tym, że jedna osoba wychodzi z pokoju, a pozostali uczestnicy zmieniają coś w wystroju miejsca, np. przesuwają doniczki kwiatków, chowają fotografie do szuflady itp. Można dokonać kilku zmian. Osoba powraca i ma odkryć to, co uległo zmianie.

1. Prawidłowa kolejność;

Przebieg: na początku układa się kilka przedmiotów z domu jeden obok drugiego, a następnie zakrywa wszystko jakimiś parawanem, np. ręcznikiem, kocem. Potem odkrywa się na kilka sekund przedmioty i prosi o zapamiętanie prawidłowej kolejności.