

Ćwiczenia rozwijające koncentrację uwagi i pamięć

Zaproponowanymi, przykładowymi ćwiczeniami warto się bawić razem z dzieckiem. Najlepsze efekty przynoszą stosowane systematycznie, jednak w krótkim czasie, jak również realizowane na różnorodnym materiale. Trening pamięci i koncentracji uwagi nie może być nudny i męczący 😊

Przykłady ćwiczeń:

- wyszukiwanie braków lub różnic na obrazkach,
- układanie różnego rodzaju układanek wg wzoru i bez niego,
- wyszukiwanie w najbliższym otoczeniu rzeczy na określoną literę lub posiadających określoną cechę np. „znajdź to co jest metalowe, miękkie” itp.,
- zapamiętywanie wyeksponowanych przedmiotów lub ich reprezentacji na obrazkach,
- wyszukiwanie na wieloelementowym obrazku szczegółów np. na określoną literę,
- powtarzanie cyfr, słów niepowiązanych logicznie, zdań,
- budowanie zdań, od najprostszego, poprzez naprzemienne dodawanie po jednym słowie np. od „Kot pije” do „Mały, puszysty, zmęczony zabawą kot pije ciepłe, pachnące mleczko z kolorowej, metalowej miski stojącej na czyściutkiej, drewnianej podłodze”.
- Zapamiętywanie szeregu słów w odpowiedniej kolejności, poprzez wizualizowanie opowieści np. kot, samolot, kubek, paczka, bałwan, parasol, but, wiewiórka, leżak, dom – kot, który leci samolotem wyrzuca z góry kubek, paczka z kubkiem trafia do bałwana, który stoi pod parasolem w jednym bucie. Wszystko obserwuje wiewiórka leżąca na leżaku przed domem. Im bardziej śmieszna, absurdalna opowieść, tym łatwiej zapamiętać słowa we właściwej kolejności,
- budowanie opowieści, poprzez naprzemienne dodawanie zdań przez uczestników zabawy,
- tworzenie zaszyfrowanych listów – literom alfabetu przyporządkujemy wymyślone przez siebie znaki, następnie korzystając ze wzoru piszemy i odczytujemy listy do i od siebie,
- wyszukiwanie błędów w tekście,
- wyszukiwanie słowa, które nie pasuje do pozostałych w ciągu, np. kasza, chleb, rzeka, zupa, pomidor,
- tworzenie wielu wyrazów z liter wyrazów przykładowych np. CZERWONY SAMOLOT – mole, most, moc, noc, wrony itp.,
- wysłuchiwanie i powtarzanie wystukiwanych lub wyklaskiwanych rytmów,
- odtwarzanie ze szczegółami (położenie elementów, ich liczba itp.) rysunku zaproponowanego przez rodzica (i odwrotnie),
- odtwarzanie zaproponowanej sekwencji ruchów.

To tylko kilka przykładowych ćwiczeń, na ich podstawie można tworzyć własne zabawy stymulujące uwagę i pamięć.

Miłej i efektywnej zabawy!

Opracowała:

Milena Spychalska-Czech