Przykładowe ćwiczenia wspomagające koncentrację uwagi:

Proponowane poniżej ćwiczenia, gry i zabawy wpływają korzystnie na rozwój sfery intelektualnej, emocjonalnej i społecznej dziecka, mają też zasadnicze znaczenie w rozwoju jego koncentracji: - składanie obrazka z części wg wzoru i bez wzoru - układanie patyczaków na wzorze, wg wzoru, bez wzoru - odtwarzanie prostych rytmów - obrysowywanie figur geometrycznych, zamalowywanie figur geometrycznych - łączenie punktów tworzących figurę - układanki geometryczne, płaskie wg wzoru (mozaiki) - zapamiętywanie kolejności prezentowanych obrazków - naśladowanie sekwencji ruchów - odszukiwanie w zestawie obrazków demonstrowanych w określonej kolejności - odtwarzanie układów figur geometrycznych - zapamiętywanie i odtwarzanie listy eksponowanych przedmiotów - wskazywanie brakujących przedmiotów wcześniej eksponowanych - dobieranie par jednakowych obrazków spośród wielu - odwzorowywanie prostych szlaczków z elementami literowymi - kalkowanie szlaczków - wyszukiwanie ze zbioru różnych figur dwóch takich samych (np. gra „Memory”)

- porównywanie obrazków – wyszukiwanie różnic i podobieństw - dorysowywanie brakujących elementów w obrazku - wyszukiwanie detali w ilustracjach - sytuowanie przedmiotów względem innego, np. „połóż klocek na stole, pod krzesłem, na krześle”, itp. - wyszukiwanie określonej litery, sylaby, cyfry czy liczby w zlepku różnych liter, sylab, cyfr lub liczb.

**PRZYKŁAD: Odszukaj w poniższym ciągu liter wyrazy trzyliterowe i zakreśl je. Zmierz czas.**

KJFKDLJOZEZJFKDGKDNKOWDNFBGHFKOKNFDMJFKHKOTNSMKHJKKOOKDPSPOREOK ORTRAJMXNCKJHMIŚFJDJFODDAJMHKQJUQOAJKOMÓJKDLJFGFJKLGNZNDKFGHJFKJG HNFKDJKNDNDKFGHJFKJDZWDNKGHNJNLNMNIPIDNMNKJSERNCKSJKWÓRJFKJRÓWN KJFHGFJFJOQJGSOKKĘSNCMVNKBJDPASNMCHVDKNOSVHBFJLDDALMSMNFLSNMDL AFJDKJFDKJHUKJFKLDJGFKLGALEFKLKJGLSPAWFNKDJFGKDGNVKNVBTUŻFJKDJFDSOS NVJHKGHKDSUMGJKJHKLOSNVKDJKFGHJFDJBAKCMHVJKKDHŁOŚVNJKLGNZNGHJFKJ DFNKDJFDKFKDNKOMGHJFKJMHGHJFKJDFNVJKKDWMKDKROKNVKDJFGFSATJKGJKDJ HKDKITVNDNBJĘKNCMIVNKCJBDKLĘKNMDNFFDKFKDNKOMGLMWMOQHJFKJMHGHJ FKJDFNVJKBGHFMWMOWWVCBVKDJBONONDKOWSMNOWANSKDOEPSOLKOLSHNA QNVJHKGHKDSUMGJKJHKLOSNVKDJKFGHJFDJBAKCMHVJKKDHŁOŚVNJKLGNZNGHJFKJ DFNKDJFDKFKDNKOMGHJFKJMHGHJFKJDFNVJKKDWMKDKROKNVKDJFGFSATJKGJKDJ HKDKITVNDNBJĘKNCMIVNKCJBDKLĘKNMDNFFDKFKDNKOMGLMWMOQHJFKJMHGHJ FKJDFNVJKBGHFMWMOWWVCBVKDJBONONDKOWSMNOWANSKDOEPSOLKOLSHNA QWMOUESQKOLORMOHDNEMNTOKLSOKMDNKEOKDFNSPOLSKDNSKDDMNSMDOO OWMKFGHJFKFJJKNDNDKFWGHJMHVJKKDMJGHNFKPALDFHGMFJFJJKNDNDKFNM

Czas:\_\_\_\_\_ Liczba znalezionych słów:\_\_\_\_\_

- ćwiczenia rozmachowe: • kreślenie pędzlem na dużych arkuszach • pogrubianie konturów, czyli obwodzenie po śladzie linii pojedynczych szerokim pędzlem, mazakiem, kredą - nawlekanie koralików - rysowanie linii w labiryncie, bez dotykania ścian

- rysowanie po śladzie, kalkowanie - wycinanie po linii

- wysłuchiwanie i różnicowanie dźwięków ze względu na natężenie (cicho – głośno, wysoko – nisko) - odnajdywanie ukrytych przedmiotów wydających dźwięki - wysłuchiwanie i odtwarzanie prostych rytmów - wyklaskiwanie rytmu

- układanie klocków wg słyszanego rytmu

- ćwiczenia pamięci słuchowej – powtarzanie zdania złożonego wypowiedzianego przez dorosłego - słuchanie bajek i odpowiadanie na pytania, zabawa prawda-fałsz - nauka krótkich wierszyków, wyliczanek, piosenek, rymowanek

- powtarzanie cyfr, liczb, słów, zdań - zabawa w kończenie słów dowolną sylabą, rebusowe loteryjki, tworzenie nowych wyrazów z liter innego wyrazu po ich przestawieniu - tworzenie słów z wypowiedzianych sylab (scalanie sylab wg kolejności lub po ich przestawieniu) - wysłuchiwanie ukrytego wyrazu w innym wyrazie

- lepienie z plasteliny, zabawy konstrukcyjne, majsterkowanie, układanie kompozycji według wzoru, nawlekanie koralików, malowanie pędzelkiem na szkle

- słuchanie „książek mówionych” lub tekstu czytanego głośno przez osobę dorosłą z jednoczesnym śledzeniem tekstu, po czym - opowiadanie treści lub układanie planu wydarzeń - leniwe ósemki „gimnastyka mózgu” Paula Dennisona.

- CZYTANIE OPOWIADANIA

• Czytamy opowiadanie lub bajkę, a dziecko ma za zadanie reagować na sygnały (np. umówione słowo „rycerz”) klaśnięciem;

• Czytamy /opowiadamy dziecku krótką historyjkę i prosimy o uważne przysłuchiwanie się.

**Przykład:**„Był piękny słoneczny dzień. Dzieci zbudowały zamek z piasku, zrobiły mu dwie bramy, trzy wieże, na jednej z nich powiewała chorągiew. Dzieci śmiały się, bawiły foremkami, lepiły kule z piasku. Aż mama zawołała je na obiad. Po południu, gdy Tomek wrócił do piaskownicy, zobaczył, że połowa konstrukcji jest zburzona. Bardzo się tym zmartwił i postanowił szybko odbudować zamek”. Po wysłuchaniu całego opowiadania prosimy dziecko o odpowiedzenie na kilka pytań(nie wszystkie pytania są zgodne z wysłuchaną treścią): - z ilu kul zrobiony był bałwan? - ile miał guzików? - z czego dzieci zrobiły nos bałwanka? - kto pierwszy zauważył, że bałwan zniknął? - dlaczego mama zawołała dzieci do domu? itp.



