

ZABAWY I ĆWICZENIA POPRAWIAJĄCE KONCENTRACJĘ UWAGI

Do wykorzystania podczas zabawy w domu z rodzicami, z rodzeństwem, do samodzielnej pracy.

Przeznaczone dla dzieci w wieku przedszkolnym oraz uczniów klas I-III

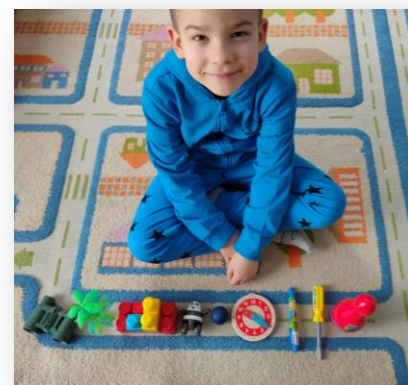


1. **CO TO ZA PRZEDMIOT?** - Zawiązujemy dziecku oczy. Następnie prosimy, aby wysunęło dłonie do przodu. Podajemy mu do ręki przedmiot z otoczenia. Dajemy mu chwilę na poznanie tego przedmiotu. Następnie pytamy z jakiego materiału jest zrobione, czy jest ciepły czy zimny, do czego może służyć i czy dziecko wie, co to jest.

2. **JAK DZIŚ JESTEM UBRANA/UBRANY?** - Usiądź z mamą, tatą, babcią lub ciocią – plecami do siebie. Teraz kolejno, raz jedna osoba, raz druga, opiszcie jak najdokładniej, jak jest ubrana osoba za waszymi plecami. Teraz odwróćcie się i sprawdźcie, jak wam poszło.



3. **CZEGO TU BRAKUJE/PODAJ KOLEJNOŚĆ PRZEDMIOTÓW** - Rozkładamy przed dzieckiem, w jednej linii, kilka przedmiotów np.: auto, klocek, długopis itd. Dajemy mu chwilę na dokładne przyjrzenie się kolejności ich ułożenia. Dziecko odwraca się a my chowamy jakiś przedmiot. Zadaniem dziecka będzie odgadnąć, który przedmiot został zabrany. Można również zmienić kolejność przedmiotów (zaczynamy od 3-4 stopniowo zwiększając ich ilość).



4. **TELEFON** - powtórz numer telefonu (zaczynamy od 3 cyfr, a następnie zwiększamy ilość)



361... 3619... 36190... 361902....

5. **LISTA ZAKUPÓW**: zabawę zaczynamy mówiąc „idziemy na zakupy i musimy kupić...”. Wymyślamy i wymieniamy na zmianę z dzieckiem produkty spożywcze, które są nam potrzebne, powtarzając przy tym już wcześniej wymienione.

Idziemy na zakupy, musimy kupić: chleb

Idziemy na zakupy, musimy kupić: chleb, masło

Idziemy na zakupy, musimy kupić: chleb, masło, marchewkę

Idziemy na zakupy, musimy kupić: chleb, masło, marchewkę, kalafior....



6. **UPIECZEMY PIZZĘ** – zabawę zaczynamy mówiąc „upieczemy pizzę, pizzę i zrobimy sos, a dodatki to:...”. Wymyślamy i wymieniamy na zmianę z dzieckiem dodatki, które chcemy dodać do pizzy, powtarzając przy tym już wcześniej wymienione.

Upieczemy pizzę, pizzę i zrobimy sos, a dodatki to: ser

Upieczemy pizzę, pizzę i zrobimy sos, a dodatki to: ser, ketchup,

Upieczemy pizzę, pizzę i zrobimy sos, a dodatki to: ser, ketchup, pieczarki...



7. **PYTANIA DO ILUSTRACJI** - pokazujemy dziecku obrazek i prosimy, aby mu się uważnie przyglądało. Następnie zakrywamy obrazek i zadajemy dziecku różne pytania.



8. **RYSOWANIE OBURĄCZ** - Zadaniem dziecka jest równoczesne rysowanie obiema rękami w lustrzanym odbiciu np. koło, kwiatek, samochód, żabkę, choinkę itd.



9. **LINA Z SUPEŁKAMI** – na linie zawiązujemy w nierównych odstępach supełki. Łączymy oba końce linki. Uczestnicy ustawiają się w kręgu i przesuwają między palcami linkę. Podczas przesuwania liny każdy reaguje dźwiękowo np.
- zabawa w pociąg – na gładkim odcinku *ciuch ciuch*, na supełku *uuuu*
 - zabawa w auta – na gładkim odcinku *wrrrrr*, na supełku *pi pi*

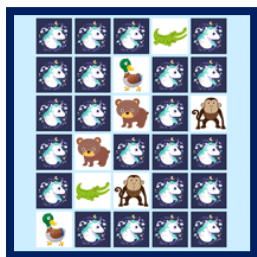


10. Kulki –gra internetowa

http://brainmax.pl/game/free-game/gam_id/16/referer/my-profile



11. Memory – gra online



<https://pamiec.imasz.net/memory-kategoria.php?relaks=1&poziom=3>

<https://pisupisu.pl/klasa3/odkrywamy-jedzenie-30>

12. Znajdź różnicę – gra online



<https://pisupisu.pl/klasa3/znajdz-roznice-krol-i-pszczolka-poziom-trudny>

<https://pisupisu.pl/klasa3/znajdz-roznice-hubus>

13. Sudoku obrazkowe:



https://www.matzoo.pl/lamiglowki/obrazkowe-minisudoku-poziom-1_65_398

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/obrazkowe-minisudoku-poziom-2_65_399

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/obrazkowe-sudoku-poziom-4_65_397

14. Sudoku matematyczne:

6	7	1				2	4	9
8			7		2			1
2				6				3
	5		6		3		2	
		8				7		
	1		8		4		6	
9				1				6
1			5		9			7
5	8	7				9	1	2

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/sudoku-poziom-1-rozgrzewka_39_296

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/sudoku-poziom-2-latwiutki_39_297

15. Matematyczne puzzle (dodawanie, odejmowanie, mnożenie, dzielenie):

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/dodawanie-w-zakresie-30-puzzle-24_67_478

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/odejmowanie-w-zakresie-30-puzzle-24_67_479

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/tabliczka-mnozenia-puzzle-48_67_473

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/dzielenie-puzzle-48_67_477



16. Łamigłówki matematyczne z zapalkami:

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/zapalki-poziom-2-trzeba-pomyslec_40_255

https://www.matzoo.pl/lamiglowki/zapalki-poziom-3-dla-odwaznych_40_256.html#task



Opracowała: Justyna Pacuła - terapeuta pedagogiczny