**Ćwiczenie koncentracji uwagi kluczem do sukcesu**

Drodzy rodzice i uczniowie

Ludzki mózg to genialny instrument pozwalający na odbieranie, przetwarzanie i generowanie bodźców. Aby utrzymać go w dobrej kondycji potrzebuje treningu.

Dla zainteresowanych proponujemy dzisiaj dwa ćwiczenia na koncentrację uwagi – życzę udanej zabawy:

1. Instrukcję do pierwszego ćwiczenia z paczką zapałek znajdziecie na

/www.youtube.com/watch?v=SzG36nf3\_ds

1. Instrukcję do ćwiczenia nr 2 - poniżej

Ćwiczenie 2 (opis)

• Przygotuj: czystą kartkę i kredki;

• Przeczytaj historię tajemniczego domu;

• Tylko jeden raz –jeśli oszukasz

i przeczytasz kilka razy, oszukasz sam siebie;

Ćwiczenie 2 (opis)

Historia tajemniczego domu.

Na skraju lasu stoi dwupiętrowy dom. Na parterze po środku znajdują się drewniane drzwi. Po obu stronach drzwi są małe okienka z żółtymi firankami. Na pierwszym piętrze są trzy pojedyncze okna. W każdym z nich stoi kolorowy wazon z czerwonymi różami. Na drugim piętrze są tylko dwa okna. Jedno z nich, dwuskrzydłowe, zasłonięte jest czarnymi zasłonami. Przy drugim oknie stoi chłopiec i spogląda na budę znajdującą się obok domu. Przy budzie stoi czarny pies w białe łatki. Dom i buda mają spadziste dachy. Dach domu jest czerwony, dach budy brązowy. Nad oknem zasłoniętym czarnymi zasłonami znajduje się komin, z którego wydobywa się dym. Wiatr zawiewa dym w kierunku budy dla psa.

Ćwiczenie 2 (opis)

Zadanie: Teraz zakryj przeczytany tekst i najdokładniej jak potrafisz odtwórz

-narysuj to co przeczytałaś/ -eś.

Ćwiczenie 2 (opis)

Odpowiedz teraz na pytania:

•Gdzie stoi dom?

•Ile pięter ma dom ?

•Ile okien jest w domu?

•Ile okien jest na każdym poziomie domu?

•W ilu oknach są firanki lub zasłony ?

•Co stoi w oknach?

•Gdzie znajduje się komin?

•Jakiego koloru jest dach domu?

•Co jeszcze jest obok domu i jakiego koloru to ma dach?

•Czy w domu są ludzie ? Jeśli tak, to kto i gdzie kieruje swój wzrok?

•Jak wiele szczegółów zapamiętałaś/ -eś ?

Opracowała Iwona Dec