



## **„Twórcza rozgrzewka”**

*Cotygodniowy trening rozwijający koncentrację uwagi,  
pamięć i kreatywność.*



### ***Dzień dobry!***

Ponownie mamy dla **Ciebie** propozycję udziału w naszym cotygodniowym treningu. Celem naszych zadań jest ćwiczenie koncentracji uwagi, pamięci i kreatywności. Wystarczy kilkanaście minut. Nasze propozycje potraktuj jako rozgrzewkę przed nauką lub sposób na nudę. Każdy tydzień to nowe wyzwanie, propozycje ćwiczeń i zadań do wykonania.

Zachęcamy Cię do udziału i życzymy powodzenia.

***Jesteś gotowy? To zaczynamy!!!***

*Psycholog, pedagog szkolny.*

### **ZADANIE 1**

Wyciągnij prawą rękę  przed siebie

- ✓ **Narysuj w powietrzu** kilkakrotnie **leżącą ósemkę**.
- ✓ **Powtórz** ćwiczenie lewą ręką.
- ✓ Teraz spleć dłonie przed sobą
- ✓ **Powtórz ćwiczenie jeszcze raz.**



## ZADANIE 2

Poszukujemy wyrazów z określoną literą.

- ✓ **Napisz** dowolnie wybrany przez siebie wyraz w **pozycji pionowej**.
- ✓ Spróbuj **dopisać** poziomo takie litery aby powstały **nowe wyrazy**.

Przykład: wybrany wyraz- **KASIA**

**K** o t

m **A** m a

**S** o w a

**I** g ł a

f a s o l **A**

## ZADANIE 3

Wyobraź sobie, że **jesteś detektywem**. **Popatrz uważnie** na zapisane poniżej słowa. Spróbuj **odszukać i zapisać** wyrazy, które się w nich ukryły. Zaczynamy.

**GOŚĆ-**

**KAWAŁEK-**

**TULIPAN**  -

**HODOWCA** -

**GŁUCHO-**

**DO ZOBACZENIA)**