Zabawy i ćwiczenia wspomagające koncentrację uwagi [1]

- **Zapamiętywanie kolejności obrazków**

Obrazki przedstawiające pojedyncze przedmioty układamy obok siebie. Zaczynamy od 3 obrazków. Dziecko przygląda im się i stara się zapamiętać ich kolejność. Po chwili odwracamy je na drugą stronę, a dziecko odtwarza z pamięci ich kolejność. Gdy próba jest udana, dokładamy kolejny obrazek. Jeśli nie, ćwiczymy dalej z tą samą ilością obrazków.

- **Co zniknęło?**

Można wykorzystać obrazki z poprzedniego zadania lub realne przedmioty (np. klucz, długopis, kubek, piłeczka itp.) – ustawiamy je obok siebie. Dziecko przygląda się, po chwili zamyka oczy, w tym czasie chowamy jeden z przedmiotów a dziecko odgaduje, co zniknęło.

- **Zapamiętywanie kolejności słów**

zabawę zaczynamy mówiąc „jedziemy na wycieczkę i zabieramy…”. Wymyślamy i wymieniamy na zmianę z dzieckiem rzeczy, jakie zabieramy na wycieczkę powtarzając przy tym już te wcześniej wymienione, np.

tata: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak”

dziecko: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak i namiot”

tata: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak, namiot i piłkę”

dziecko: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak, namiot, piłkę i koc” itd.

Można wprowadzać różne odmiany tej zabawy poprzez zmianę początkowych zdań, np. „Jesteśmy w sklepie i kupujemy…”, „Na urodziny Paweł dostał…”

- **Co się działo na obrazku**

Potrzebne są obrazki, ilustracje przedstawiające różne sytuacje – mogą być ilustracje z bajek. Dziecko przygląda się, po chwili chowamy obrazek i zadajemy pytania dotyczące obrazka (np. co robił chłopiec?, jakie zwierzątka tam były?)

- **Co się działo w opowiadaniu**

Opowiadamy dziecku krótką wymyśloną historyjkę lub czytamy krótkie opowiadanie. Następnie zadajemy pytania na jego temat – podobnie jak w poprzednim zadaniu

- **„słuchaj uważnie”**

Ustalamy z dzieckiem hasło, na które musi zareagować, może to być dowolne słowo. Następnie wymieniamy ciągiem różne słowa, a gdy dziecko usłyszy umówione hasło, ma klasnąć w dłonie.

- **Powtarzanie rytmu**

Wyklaskujemy dowolny rytm, można też użyć instrumentów muzycznych, np. bębenka. Zadaniem dziecka jest powtórzyć ten rytm

Zabaw tych nigdy nie traktujemy jak zadań szkolnych. Gdy dziecko przejawia trudności, nie krytykujemy, nie oceniamy, zamiast tego staramy się zachęcać je do dalszych prób i pozytywne odnosimy się do jego prób i sukcesów.

Część tych zabaw można stosować np. w trakcie spaceru, podróży samochodem.

Małgorzata Tomera

psycholog

Source URL: https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/en/node/738

Links:
[1] https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/en/node/738