

Ćwiczenia rozwijające procesy pamięci

Karty pracy do wydruku

Przygotowała:
Barbara Czuchta – psycholog

Na podstawie:

1. Kassjanowicz D. (red.)(2019). Trening umysłu. Jak ćwiczyć pamięć. Wyd. Olesiejuk.
2. Sedivy K. (2011). Ćwiczenia pamięci, wyd. Arson.
3. Sosin I. (2014). ADHD i nieśmiałość. Ćwiczenia i karty pracy do zajęć korekcyjno – kompensacyjnych. Wyd. Raabe.

1. Przeczytaj poniższe opowiadanie, postaraj się zapamiętać jak najwięcej szczegółów, następnie opowiedz historię rodzicom.

Kuba rankiem wyszedł na podwórko. Po deszczu rozkwitły czerwone i żółte róże. Kuba przyglądał się, jak kot Puszek chodzi koło klombu, kąpie się w kałuży. Po lewej stronie na ogrodowej ławce przysiadły babcia i sąsiadki, szepcząc najnowsze ploteczki o krowie gospodarza. Obok mały Pawełek bawił się dmuchawcami. Kuba spojrzał jeszcze w stronę lasu majaczącego na horyzoncie i poszedł po swoją ulubioną piłkę do gry.

Od strony ganku nadeszła Elka, dołączył do niej Pawełek, ciągnący gumowy wąż. Powolutku razem podeszli do niewielkiego płotka. Nie ruszając się, obserwowali świerszcza. Drogą biegnącą od lasu majestatycznie szedł wysoki mężczyzna w niebieskim kubraku, pod pachą trzymał paczkę. Wyglądał jak osamotniony turysta, kiedy podeszedł bliżej, poznali w nim listonosza.

2. Z liter tworzących słowo **SERNIK** ulóż jak najwięcej nowych wyrazów

S	E	R	N	I	K
sak	ekran	rak	nic	ikona	kot

3. Dziecko ma za zadanie przyglądać się obrazkowi przez ok 30 sek – 1 min. Następnie rodzic zabiera obrazek i zadaje pytania dotyczące obrazka.

Przykładowe pytania, obrazek nr 1:

Gdzie siedzi lalka?

Co stoi na stoliku?

Jakiego koloru są zasłony?

Ile kwiatów jest w pokoju?

Jakie zabawki widziałeś/widziałaś na obrazku?

Przykładowe pytania, obrazek nr 2:

Ile było samochodów, jakie miały kolory?

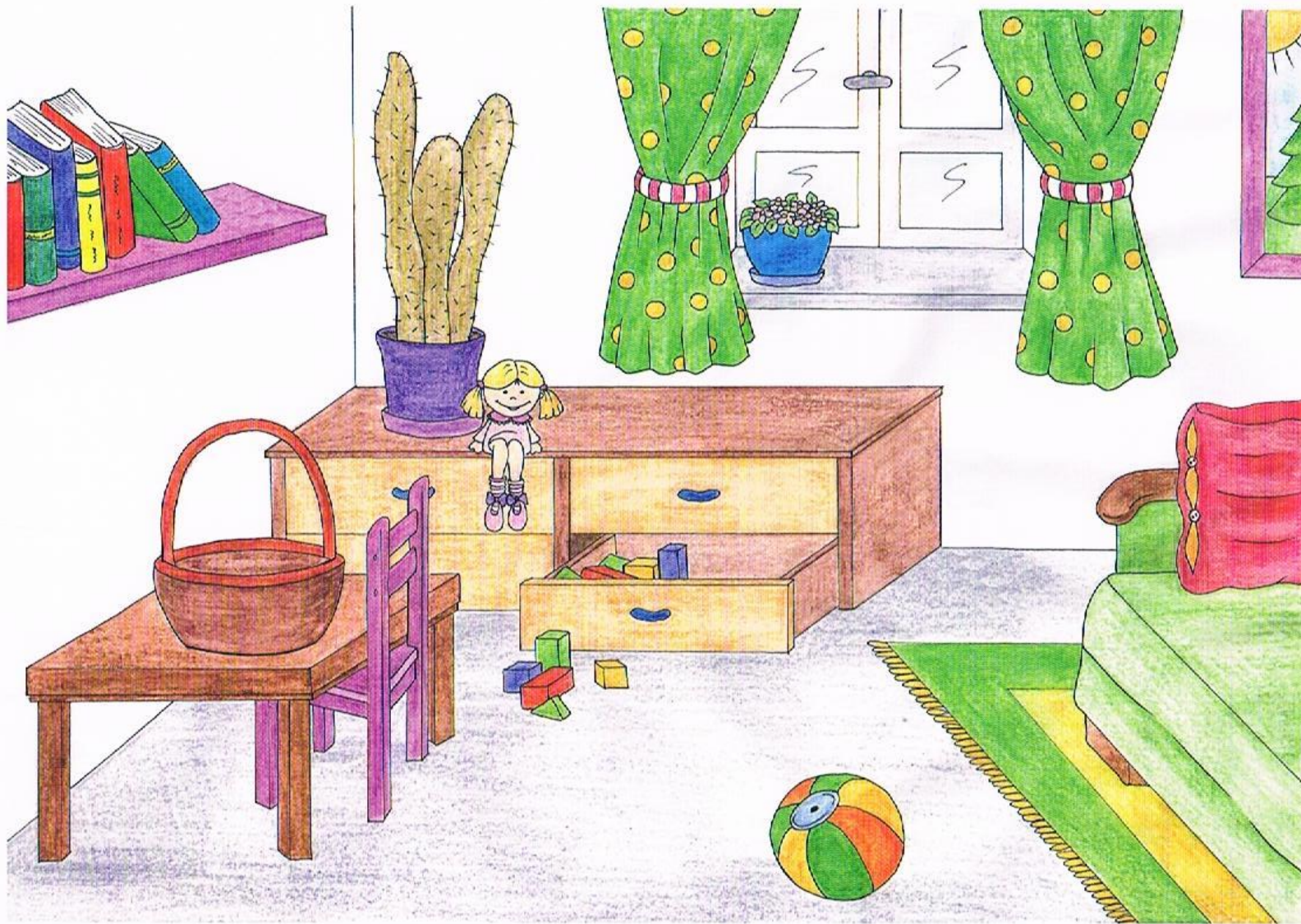
Jakie widziałeś/widziałaś zwierzęta na obrazku?

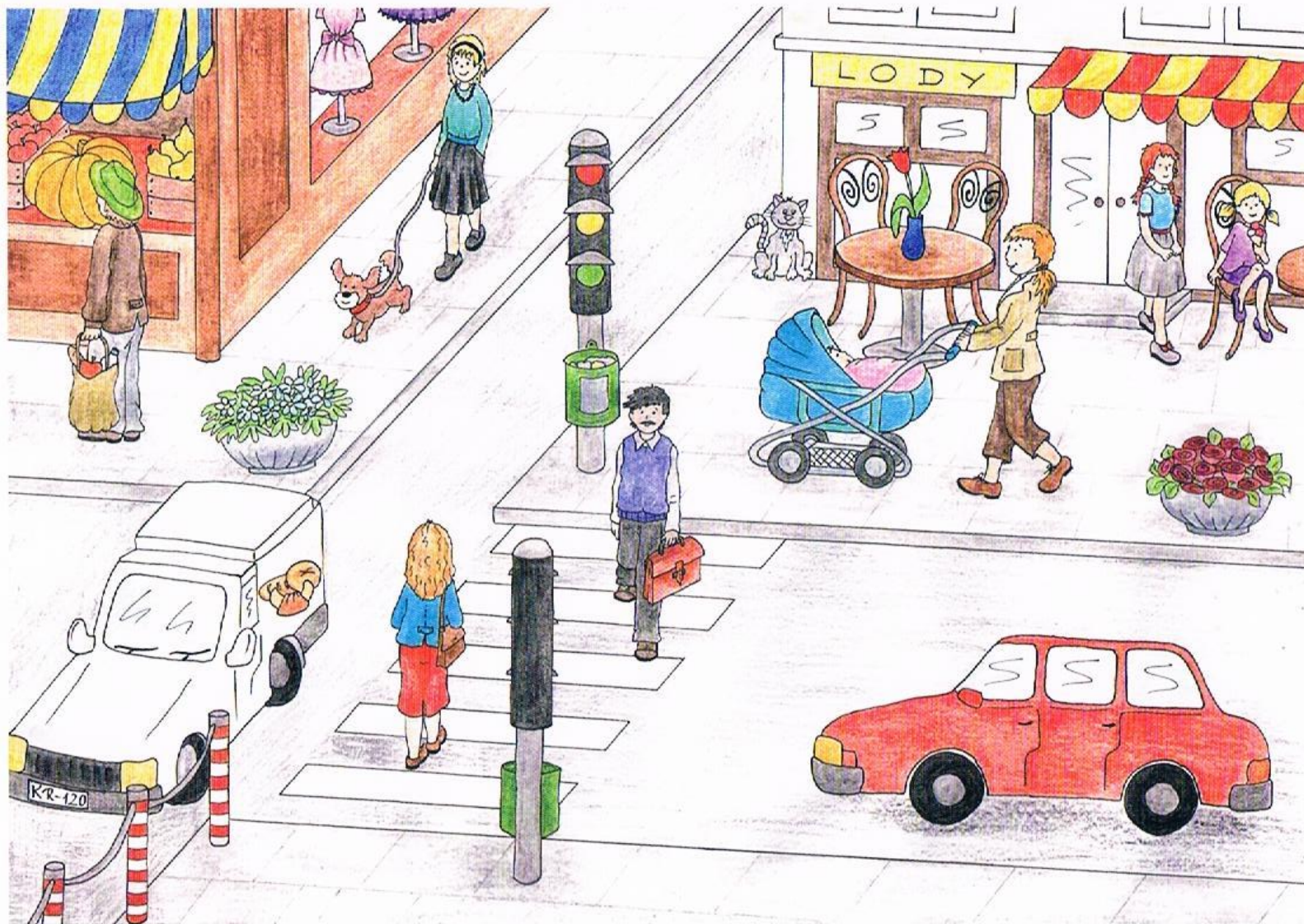
Co można kupić na tej ulicy?

Ilu ludzi przechodziło przez pasy?

Kto wyszedł z psem na spacer?

Można poprosić dziecko o ułożenie i opowiedzenie historyjki na podstawie każdego obrazka.





4. Zapamiętaj, a następnie na osobnej kartce wypisz wszystkie przedmioty, które znajdują się poniżej.



5. Uzupełnij tabelę

ROŚLINY				
.....	Kwiaty		Ssaki	
jabłoń		wróbel		śledź
				flądra
brzoza				
		kura		
			kot	

6. Połącz nazwy świąt z odpowiadającymi im terminami.

Nowy Rok	31 grudnia
Dzień Babci	3 maja
Dzień Kobiet	24 grudnia
Święto Konstytucji 3 Maja	1 stycznia
Święto Pracy	6 grudnia
Święto Wszystkich Świętych	1 maja
Narodowe Święto Niepodległości	21 stycznia
Mikołajki	8 marca
Wigilia Bożego Narodzenia	1 listopada
Sylwester	11 listopada
Dzień Dziecka	1 czerwca

7. Obok przedmiotu zapisz surowiec, z jakiego on powstał. Dla ułatwienia możesz wybrać surowce z ramki.

CHLEB -

CUKIER -

KRZESŁO -

SZKŁO -

WAZA -

TORY -

MONETY -

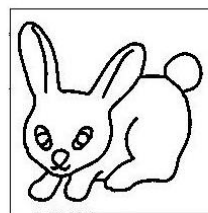
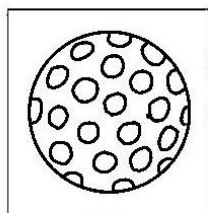
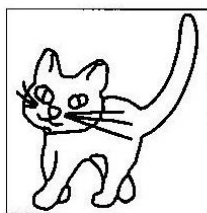
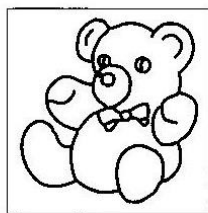
BIŻUTERIA -

SWETER -

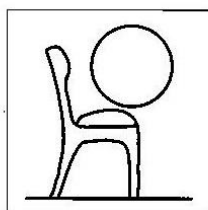
PODKOSZULEK -

**żelazo, piasek, wełna, drewno,
mąka, bawełna, miedź, porcelana,
złoto, buraki cukrowe**

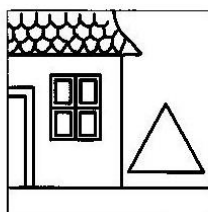
8. Pod rysunkami umieszczone są znaki. Zapamiętaj który znak „zastępuje” misia, kota, piłkę i królika.



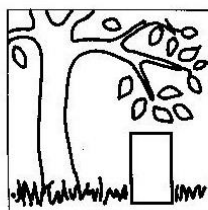
A teraz powiedz:



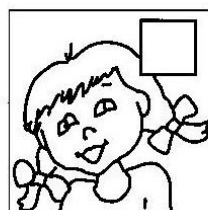
Na krześle siedzi



Koło domu stoi



Pod drzewem skubie trawę



Dziewczynka myśli o

9. Połącz obrazki w pary, następnie na osobnej kartce wypisz wszystkie pary, które udało Ci się zapamiętać.

