

Ćwiczenia na koncentrację – przykładowe gry i zabawy

Zabawy umysłowe:

-  Gry planszowe, memory, puzzle – rozwijają koncentrację oraz pamięć,
-  Bierki – wpływają na spostrzegawczość i motorykę,
-  Gry słowne - możemy się bawić w podawanie przeciwieństw: pierwsza osoba mówi zima, a druga osoba lato, pierwsza osoba mówi czarny, a druga osoba mówi biały itd.,
-  Zabawa w kolory - wymieniacie kolejne kolory na przemian. Nie mogą się one powtarzać, tzn. Każdy uczestnik musi wymyślić nowy kolor,
-  Zabawa w słówka - każda kolejna osoba podaje wyraz rozpoczynający się na ostatnią literę wyrazu wypowiedzianego przez poprzednią osobę, np. Autobus – słowo - owal - lalka itp.,
-  Gra w państwa miasta – na kartce zapisuje się nazwy państw, miast, miejscowości itp., na określonej literę,
-  Słuchanie lub czytanie ze zrozumieniem - po wysłuchaniu lub przeczytaniu fragmentu bajki lub tekstu możesz zapytać dziecko, jak sądzi, co teraz się wydarzy, co zrobi główny bohater lub przeanalizować przeczytany fragment jak na lekcji języka polskiego itp.,
-  Łamigłówki umysłowe, polegające np. na odnajdywaniu różnic między dwoma obrazkami, kopiowaniu wzorów, łączeniu kropek.

Zabawy ruchowe:

-  Pajacyki - jednoczesne ruchy rąk i nóg oraz podskoki,
-  Zabawa w ciepło zimno - musisz odnaleźć ukryty przedmiot słuchając instrukcji ciepło – zimno, wypowiedzaną przez drugą osobę,
-  Zajęcia ruchowe typu balet, taniec współczesny, judo, karate.

Zabawy manualne:

-  Budowanie z klocków,
-  Lepienie z plasteliny, modeliny, ciastoliny,
-  Robienie figurek z kasztanów, papieru czy masy solnej,
-  Nawlekanie koralików na sznurek,
-  Rysowanie i malowanie w obrębie konturów.