

Luneta

Proste narzędzie do uatrakcyjnienia ćwiczeń w domu, możliwe do wykonania przez rodzica lub dziecko. Można je wykorzystywać do ćwiczeń pamięci oraz koncentracji uwagi.

Potrzebne są:

2 rolki po papierze toaletowym

2 kawałki plasteliny

Kolorowy papier (opcjonalnie)

Jeżeli chcemy mieć kolorowe lunety, to należy okleić je kolorowym papierem. Kawałek plasteliny formujemy w wałek. Oklejamy plasteliną jedną stronę otworu w rolce po papierze toaletowym tak, aby plastelina znajdowała się na krawędziach rolki (środek otworu musi pozostać wolny). To samo powtarzamy z drugą rolką papieru.



Przed każdym użyciem lunetki warto na nowo umieścić wcześniej uformowaną plastelinę na końcu rolki. Dobrze jest rozgrzać w dłoniach plastelinę, dzięki temu będzie ona lepiej przyklejała się do kartki.

Propozycje ćwiczeń

1. Lustrzane słowa

Ćwiczy:

- pamięć operacyjną,
- koncentrację uwagi,
- wyobraźnię przestrzenną

Potrzebne są:

Luneta

2 szablony z zapisanymi słowami w lustrzanym odbiciu – jeden szablon rozcinamy na części, tak aby na każde słowo było na osobnej małej kartce. Drugi szablon pozostaje w całości.

Małe karteczki z zapisanymi słowami układamy drukiem do dołu. Dziecko przy pomocy lunetki (naciskając na kartkę stroną z plasteliną) podnosi karteczkę, przez otwór odczytuje zapisane słowo i zapamiętuje je. Czynność powtarza i zapamiętuje kolejne 4-5 słów (w wersji trudniejszej zwiększamy ilość słów). Następnie dziecko odszukuje zapamiętane słowa na szablonie ze słowami wydrukowanymi w lustrzanym odbiciu.

2. Słowa – cyfry

Ćwiczy:

- przerzutność uwagi,
- pamięć operacyjną,
- integracja międzypółkulowa mózgu

Potrzebne są:

2 lunety

szablony z zapisanymi słowami w lustrzanym odbiciu –szablon rozcinamy na części tak, aby każde słowo było na osobnej małej kartce.

szablony z zapisanymi cyframi w lustrzanym odbiciu – szablon rozcinamy na części tak, aby każda cyfra była na osobnej małej kartce.

Małe karteczki z zapisanymi słowami układamy drukiem do dołu po jednej stronie biurka. Po drugiej stronie (drukiem do dołu) układamy karteczkami z zapisanymi cyframi w lustrzanym odbiciu.

Dziecko trzyma jedną lunetę w jednej ręce, drugą w drugiej. Przy pomocy lunety podnosi kartkę z cyfrą i ją odczytuje, następnie drugą ręką podnosi kartkę ze słowem i również ją odczytuje. Prawą rękę kieruje do prawego oka, lewą rękę do lewego oka. Wykonuje ćwiczenie na przemian – kartka z cyfrą, karta ze słowem. Odczytane cyfry i słowa zapamiętuje. Po sprawdzeniu 3-4 par (cyfra, słowo) dziecko powtarza zapamiętane elementy. Trudność ćwiczenia wzrasta wraz z ilością par do zapamiętania.

3. Liczenie

Ćwiczy:

- umiejętność liczenia w pamięci,
- skupienie uwagi,
- pamięć operacyjną.

Potrzebne są:

2 lunety

szablony z zapisanymi cyframi w lustrzanym odbiciu – szablon rozcinamy na części, tak aby na każda cyfra była na osobnej małej kartce.

Kartki układamy drukiem do dołu. Dziecko na przemian prawą i lewą ręką podnosi kartki z cyframi i je odczytuje. Następnie dokonuje obliczeń. Może dodawać dwie liczby lub wykonać mnożenie.

W wersji trudniejszej dziecko podnosi kolejne kartki, a do sumy poprzednich cyfr dodaje kolejne odczytane. W ten sposób sumuje wszystkie cyfry odczytane z podniesionych kartek.

Lunetki można wykorzystać również do ćwiczeń czytania – używając np. szablonów z sylabami oraz do ćwiczeń logopedycznych np. wykorzystując materiał obrazkowy.

Pomysłodawca narzędzia oraz zaproponowanych ćwiczeń:

Aleksandra Włodzimierska

Psycholog

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna nr 6 w Łodzi