

## ZADANIA PO TRZYNASTYM WARSZTACIE

Witajcie 😊

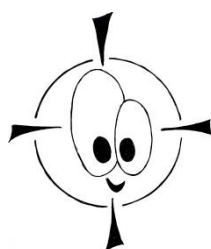
W poniższym zestawie ćwiczeń będziemy rozpracowywać wykorzystanie piktogramów w nauce geografii a weźmiemy na warsztat akrostychy i akronimy- liczę na Wasze otwarte głowy i pomysłowość.

**ZADANIE 1:** Odszukaj swoje piłeczki. Żonglerka to świetne ćwiczenie na koncentrację, ale i na podniesienie energii, dotlenienie mózgu i dobra zabawę.

Nastaw czas na 7 minut i baw się dobrze.



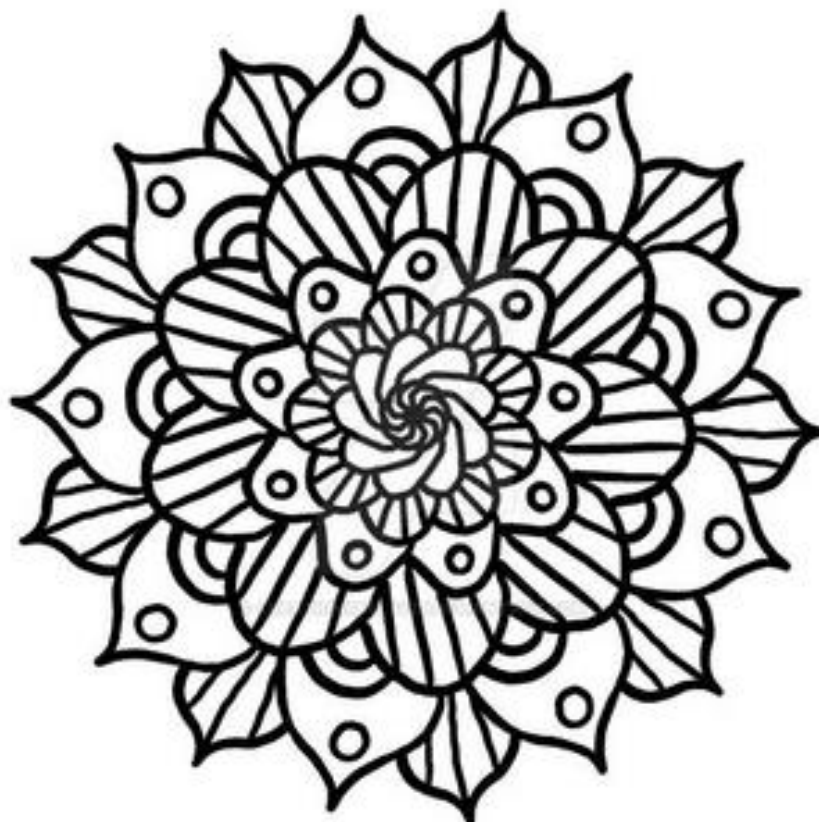
**ZADANIE 2:** Trening czytania.



**KONCENTRACJA : MAKSYMALNE SKUPIENIE!! Czas 2 minuty**

Mandala to rysunek na planie koła, technika plastyczna stosowana w pracy zarówno z dziećmi, jak i dorosłymi. Mandala wywodzi się z tradycji hinduskiej, a jej nazwa oznacza "koło życia, cały świat, święty krąg". Koło uważane jest za symbol harmonii i doskonałości.

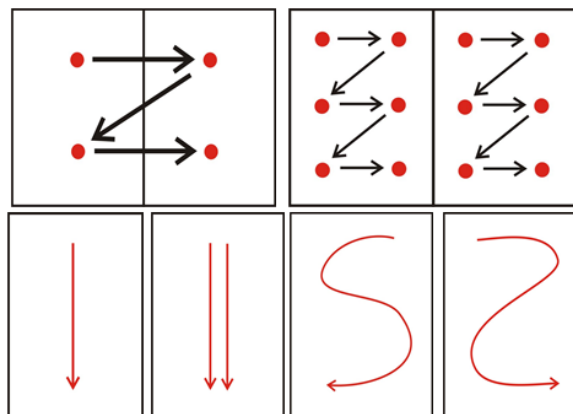
Postaraj się pokolorować obrazek zgodnie z własnym uznaniem. Staraj się kolorować dokładnie. Jeśli nie zdążysz w 2 minuty możesz wykonywać ten obrazek również podczas kolejnych koncentracji.





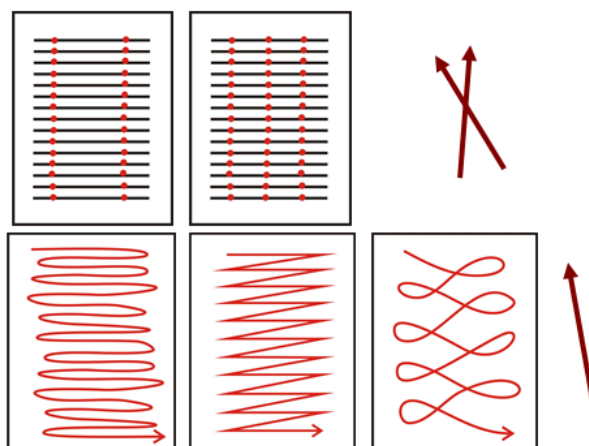
## ROZGRZEWKĄ – MAKSYMALNA PRĘDKOŚĆ!!

Przygotuj sobie telefon z dostępem do youtube. Nastaw sobie muzykę, której tempo jest szybkie i żwawe. Polecam rock and roll ☺ Przypominam również, że na tym etapie wskaźnik pozostaje zamknięty, a Ty masz do wyboru jedną z sześciu już metod rozgrzewki oka.



## TECHNIKI - MAKSYMALNA PRĘDKOŚĆ. długość trwania ćwiczenia 10 minut.

Zamknij wskaźnik/looka. Dziś na, na tym etapie pracy, będziesz ćwiczył/a z lookiem zamkniętym przesuując patyczkami w szybkim tempie po tekście według poniższego wzoru. Wybierz ta technikę, która jest dla Ciebie najwygodniejsza i dzięki której widzisz najwięcej tekstu.



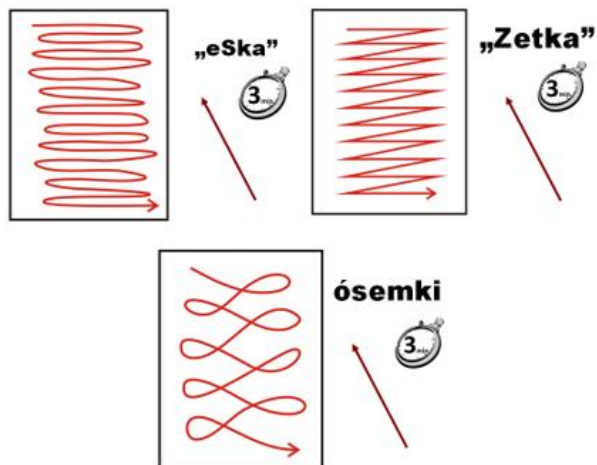
## CZYTANIE W MAKSYMALNYM TEMPIE – ROZUMIENIE NA POZIOMIE 80 – 100 %!! PRZY ZACHOWANIU BARDZO SZYBKIEGO TEMPRA.

Poznałeś/aś już wszystkie metody z zakresu szybkiego czytania. Na zajęciach z trenerem zapewne zdecydowałeś/ aś jaka technika daje Ci największe rozumienie czytanego tekstu.

Możesz teraz wybrać taki sposób, który daje Ci możliwość zobaczenia jak największej ilości słów.

Jeśli zdecydowałeś/ aś się na pracę fiksacjami to pamiętaj, że look pozostaje otwarty.

Jeśli zdecydowałeś się na pracę „eską”, „zetką” lub „pentelką” pracuj z lookiem zamkniętym lub z długopisem.



**ZAKOŃCZENIE TRENINGU** : Daj oczom odpocząć. Zapewne Twój wzrok jest teraz zmęczony i masz wrażenie, że bołą Cię oczy. Zamknij je na chwilę i przy zamkniętych powiekach narysuj koło, trójkąt, kwadrat.

Następnie zamrugaj kilka razy bardzo szybko. Dzięki temu nawilżysz zmęczone i wysuszone treningiem spojówki.

**ZAZNACZ WYKONANY TRENING w zeszycie ćwiczeń na drabinie str. 55**

**ZADANIE 3:** Wykonaj pomiar tempa czytania na tekście „Maciek”, ale tym razem chciałabym abyś wykonał/a pomiar odwrotnie niż dotąd.

Najpierw przeczytaj pytania do tekstu oraz proponowane odpowiedzi. Zaznacz kolorowym pisakiem, w każdym pytaniu, słowa kluczowe, które będą Ci podpowiadać na co zwrócić uwagę podczas czytania.

Następnie przeczytaj tekst i zmierz swoje tempo pracy.

Po przeczytaniu tekstu odpowiedz na pytania i oblicz tempo swojego czytania zgodnie ze wzorem:

$$311 * 60 / \text{sekundy} = \underline{\hspace{2cm}}$$

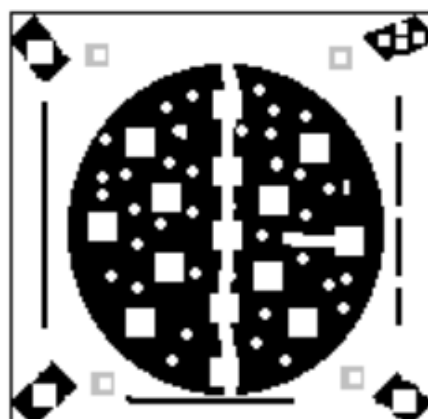
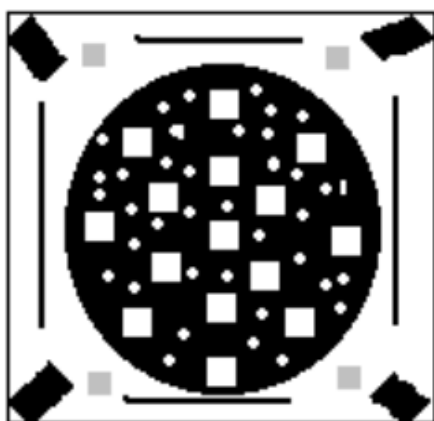
Sprawdź teraz swoje odpowiedzi i wpisz swoje wyniki w tabelę umieszczoną w zeszycie ćwiczeń na okładce. Pamiętaj, aby zaznaczyć również % zrozumienia tekstu.

**ZADANIE 4:** Ćwiczenie pamięci. Odmiany dyni jadalnej. Zapamiętaj gatunki i nazwy dyni jadalnej. Poświęć na to 10 minut.

Uwaga: możesz stosować kilka technik jednocześnie np. do zapamiętania gatunków możesz wykorzystać haki a do zapamiętania nazw łańcuch i spinacze.

GATUNEK	NAZWA
<i>Dynia olbrzymia</i>	'Melonowa Żółta', 'Bambino', 'Ambar', 'Karowita', 'Amazonka', 'Justynka', 'Jarrahdale', 'Lakota', 'Tom Fox', 'Gomez', 'Rouge Vif d'Etampes', 'Aga F1', 'Lumina'
<i>Dynia zwyczajna</i>	'Danka Polka'
<i>Cukinia</i>	'Astra', 'Soraya', 'Nimba', 'Atena'
<i>Kabaczek</i>	'Krzaczasty Bezrożogowy', 'Złoty Cepelin'
<i>Patison</i>	'Polo', 'Sunny Delight', 'Disco', 'Gagał', 'Toscana'
<i>Dynia makaronowa</i>	'Polka', 'Pyza'
<i>Dynia bezłupinowa</i>	'Junona', 'Miranda'

**ZADANIE 5:** Przyjrzyj się zamieszczonym poniżej obrazkom. Czym się różnią ?



**ZADANIE 6:** Pamiętasz co to są akronimy? Najprościej mówiąc to skróty, które powstają z pierwszych liter słów składających się na wyrażenie np. akronim od wyrażenia Szkoła Podstawowa to SP

Przyjrzyj się poniższym akrostychom i postaraj je rozwinąć do pełnej nazwy.

AKRONIM	ROZWIINIĘCIE
SP	Szkoła Podstawowa
NBP	
PAN	
ZUS	
OSP	
GOPR	
UFO –to skrót angielski. Sprawdź jaka jest jego pełna wersja.	

**ZADANIE 7:** Na warsztatach z trenerem pracowaliście z mapą województw lub z mapą Stanów Zjednoczonych. Poniżej przedstawiam Ci mapę Afryki wraz z nazwami państw.

Na kolejnej stronie umieściłam konturową mapę Afryki, na której będziesz pracował/a .



Twoim zadaniem jest w miejscu odpowiednich państw narysować symbol danego państwa lub spinacz ułatwiający zapamiętanie jego nazwy. Popatrz na przykład poniżej. Do dzieła. Używaj własnych skojarzeń a jeśli nie zmieścisz swojego piktogramu w konturze państwa, narysuj go na niebieskim tle.



**ZADANIE 8:** Akrostychy . Przypomnij sobie czym są akrostychy. Jeśli nie jesteś pewny/a zachęcam Cię do przeczytania zestawu 4 w podręczniku engramu.

Czasem się zdarza, że mamy jakąś wiedzę, ale jest ona nieuporządkowana a właśnie ten porządek ma duże znaczenie. Znasz epoki literackie?

W poniższej tabeli wymyśl historyjkę, która będzie ułatwiać Ci zapamiętanie kolejnych epok. Ćwiczenie wykonaj tak jak wykonałeś zadanie domowe w podręczniku dotyczące się zapamiętani kolejnych planet w układzie słonecznym.

NAZWA EPOKI	PIERWSZA LITERA	TWÓJ POMYSŁ
ANTYKŚREDNIOWIECZE	<b>A</b>	
RENEANS	<b>R</b>	
BAROK	<b>B</b>	
OŚWIECENIE	<b>O</b>	
ROMANTYZM	<b>R</b>	
POZYTYWIZM	<b>P</b>	
MŁODA POLSKA	<b>M</b>	
DWUDZIESTOLECIE MIĘDZYWOJENNE	<b>D</b>	
WSPÓŁCZESNOŚĆ	<b>W</b>	

**ZADANIE 9:** Dynie. Wpisz brakujące gatunki lub nazwy do tabeli, a sprawdź ile informacji udało Ci się zapamiętać właściwie.

GATUNEK	NAZWA
<i>Dynia olbrzymia</i>	
	'Danka Polka'
<i>Cukinia</i>	
<i>Kabaczek</i>	
<i>Patison</i>	
	'Polka', 'Pyza'
<i>Dynia bezłupinowa</i>	



**ZADANIE 10:** Inteligencja wizualna i werbalna. Spójrz na poniższy kleks. Zastanów się co przedstawia obrazek. Może to jakaś postać?, a może przedmiot?.

Opisz co dostrzegłeś/aś na obrazku w 6 zdaniach.



- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.