

Spis treści

WSTĘP	9
1	
PAMIĘĆ	11
Zadanie 1.1. Opowiadanie do zapamiętania część I	11
Zadanie 1.2. Opowiadanie do zapamiętania część II	13
Zadanie 1.3. Opowiadanie do zapamiętania część III	15
Zadanie 1.4. Wykonujesz czynność – a co było wcześniej część I	17
Zadanie 1.5. Wykonujesz czynność – a co było wcześniej część II	18
Zadanie 1.6. Plan sanatorium część I – zapamiętaj	19
Zadanie 1.7. Plan poradni część II – zapamiętaj	21
Zadanie 1.8. Plan warzywniaka część III – zapamiętaj	23
Zadanie 1.9. Oś czasu – przypomnij sobie zdarzenia odległe	25
Zadanie 1.10. Składniki do spaghetti – wymyśl i zapamiętaj	26
Zadanie 1.11. Drzewo genealogiczne „Moi bliscy”	29
Zadanie 1.12. Zapamiętywanie słów metodą łańcuchową	30
Zadanie 1.13. Miejsca w kinie – zapamiętaj, na których miejscach siadają widzowie	33
Zadanie 1.14. Kształty do zapamiętania	35
Zadanie 1.15. Miejsca na szachownicy do zapamiętania	39
Zadanie 1.16. Wykonaj kolaż i zapamiętaj go	45
Zadanie 1.17. Obraz – wymyśl skojarzenia i zapamiętaj	46
Zadanie 1.18. Rozwiąż krzyżówki	47
Zadanie 1.19. Zapamiętaj zdjęcia	51
Zadanie 1.20. Zapamiętaj słowa	53
Zadanie 1.21. Elementy do zapamiętania	56

2

PROCESY UWAGOWE	58
Zadanie 2.1. Cytaty – wykreśl niepotrzebne znaki i odczytaj hasło	58
Zadanie 2.2. Przysłowia	61
Zadanie 2.3. Wykreśl wzory	63
Zadanie 2.4. Wykreśl cyfry	65
Zadanie 2.5. Porównaj kwadraty z cyframi i znajdź pary	69
Zadanie 2.6. Uszereguj – od największej do najmniejszej	70
Zadanie 2.7. Malowanie kamieni i praktyka uważności	71
Zadanie 2.8. Drugie życie przedmiotów	71
Zadanie 2.9. Rysowanie i kąpiel leśna	71
Zadanie 2.10. Stwórz własną mandalę	72

3

FUNKCJE WYKONAWCZE	73
Zadanie 3.1. Wiosna, wiosna, wiosna, ach, to ty... – zaplanuj działkę	73
Zadanie 3.2. Lato, lato, lato, ech że ty! – planowanie działki c.d	76
Zadanie 3.3. Impreza w plenerze – planowanie	78
Zadanie 3.4. Impreza tematyczna „Polne kwiaty”	80
Zadanie 3.5. Utwórz słowa – dokończ	82
Zadanie 3.6. Okiem detektywa – znajdź błędy	86
Zadanie 3.7. Utwórz obrazy lub sceny z kształtów	91
Zadanie 3.8. Ułóż słowa z podanych liter	95
Zadanie 3.9. Zaplanuj wizytę	96
Zadanie 3.10. Zaplanuj miejsce na zakupione produkty	98
Zadanie 3.11. Kolorowe sudoku	99
Zadanie 3.12. Raz prawa, raz lewa	102
Zadanie 3.13. Palcem po mapie	105

Odpowiedzi

Zadanie 1.10. Składniki do spaghetti	107
Zadanie 1.18. Rozwiązanie krzyżówek	107
Zadanie 1.21. Kształty do zapamiętania	108
Zadanie 2.1. Cytaty – odczytane hasła	108
Zadanie 2.2. Przystawia	108
Zadanie 3.6. Okiem detektywa – poprawne wyrażenia	108

Załączniki

Zadanie 1.1. Plansza do zakrywania tekstów/figur	109
Zadanie 1.6. Plan sanatorium	111
Zadanie 1.7. Plan poradni	113
Zadanie 1.8. Plan warzywniaka	115
Zadanie 1.11. Drzewo genealogiczne	117
Zadanie 1.14. Kształty do zapamiętania	119
Noty biograficzne	123