



W serii **Szkoła i ja:**

- Idziemy do pierwszej klasy
- Budujemy poczucie własnej wartości
- Ćwiczymy koncentrację
- Uczymy się planować
- Uczymy się wszystkimi zmysłami

Kolejne tomy w przygotowaniu.



Text © Copyright by Agnieszka Łubkowska, 2025

Illustrations © Copyright by Paulina Radziejewska, 2025

© Copyright for this edition by Wydawnictwo „Nasza Księgarnia”,
Warszawa 2025

Projekt layoutu okładki Natalia Jabłońska



Nasza Księgarnia

Poprawa koncentracji przez dotyk



Tak! To pomaga
kojarzyć informacje.

Dotykając różnych przedmiotów, takich
jak plastelina, zabawka sensoryczna czy gniotki,
lepiej się skupiamy. Zajęte ręce uspokajają ciało
i pomagają mózgowi skoncentrować się
na zadaniu.

Czyli podczas nauki powinniśmy ugniatać
jakąś masę albo ścisnąć piłeczki?



Lepienie z plasteliny pomaga mi zrozumieć figury.
Po prostu „widzę” je dzięki dotykowi!



ZIEMIA

JOWISZ

SATURN

WENUS

MARS

URAN

NEPTUN

A ja lepiej rozumiem opowieści o kosmosie!
Gdy sam robię planety z jakiejś masy, łatwiej
mi je zapamiętać. To magia!

Dotyk pomaga naszemu mózgowi zapamiętywać informacje,
bo angażujemy wtedy różne zmysły. To jak szukanie skarbów – im więcej
wskazówek, tym łatwiej o rozwiązanie!

Czy jesteś kinestetykiem?

Odpowiedz na poniższe pytania, aby sprawdzić, czy najlepiej uczysz się przez ruch i działanie.

1. Czy lubisz odkrywać, jak coś działa, dotykając tego i składając to z elementów?
2. Czy łatwo było ci nauczyć się jeździć na rowerze?
3. Czy wolisz zajęcia w ruchu, jak WF, taniec, teatr?
4. Czy słuchając muzyki, masz ochotę tańczyć?
5. Czy wolisz gry wymagające ruchu niż te, w trakcie których się siedzi?
6. Czy zapamiętując nowe rzeczy, tworzysz rysunki, modele lub używasz gestów?
7. Czy lepiej myślisz, gdy możesz się poruszać?
8. Czy bieganie pomaga ci się uspokoić?
9. Czy używasz gestów podczas opowiadania historii?
10. Czy nauka w grupie, kiedy możecie się poruszać, sprawia ci więcej radości?

Jeśli odpowiedziałeś/odpowiedziałaś „tak” na więcej niż 6 pytań, prawdopodobnie jesteś kinestetykiem. Najlepiej uczysz się przez ruch i działanie.

Jak się uczyć jako kinestetyk?

1. Bądź w ruchu! Podczas nauki nie siedź za długo. Czytaj, chodząc po pokoju, albo podskakuj, wykonując działania matematyczne. Postaw na sport.

2. Ucz się przez dotyk. Twórz z plasteliny litery, modele roślin czy zwierząt. Ruch rąk i dotyk pomagają zapamiętywać.

3. Twórz projekty. Buduj modele z plasteliny czy papieru, aby lepiej zrozumieć temat.

4. Graj w gry edukacyjne. Wybieraj gry wymagające ruchu, jak kalambury, żeby móc się swobodnie poruszać.

Eksperymentuj z różnymi metodami, aby znaleźć najlepszy dla siebie sposób nauki!

Uczymy się wielozmysłowo

Macie wyniki testów, więc wiecie, który zmysł najbardziej pomaga wam w nauce. Ale część z was korzysta z wielu zmysłów, jak prawdziwi odkrywcy. Kto nie pasuje do jednej kategorii?

Ja! Nie mam więcej niż 6 punktów w żadnym teście...

To twoja supermoc, Leno. Możesz używać wzroku, słuchu i ruchu w tym samym czasie. Na przykład czytając o zwierzętach, możesz patrzeć na zdjęcia, słuchać dźwięków, udawać, jak zwierzęta się poruszają, i opowiadać o nich.

A czy kinestetyk też może to robić?

Oczywiście!



W klasie będziemy używać wszystkich zmysłów. Na przykład ucząc się o roślinach, możecie ich delikatnie dotykać i je oglądać, tworzyć modele z plasteliny lub rysować. Potem spróbujecie opowiedzieć koleżce, jak są zbudowane.



A jeśli zajmiemy się historią, możemy przeczytać tekst, posłuchać opowieści i odegrać scenkę?

Właśnie! Używając więcej niż jednego zmysłu, lepiej zapamiętujemy. Poza tym zawsze warto mieć w sobie ciekawość i otwartość na różne sposoby nauki.

