

Gimnastyka umysłu

Gimnastykę umysłu najlepiej prowadzić regularnie. Nie musisz tego robić codziennie, ale warto systematycznie np. 2-3 razy w tygodniu. Im częściej powtarzasz zadania, tym lepsze efekty uzyskasz.

TO SĄ PRZYKŁADY ZADAŃ, KTÓRE MOŻESZ WYKONYWAĆ. NA ICH BAZIE TWÓRZ WŁASNE. UWOLNIJ SWOJĄ WYOBRAŹNIĘ, TO TEŻ DOBRE ĆWICZENIE :)

1. PRZERYSUJ FIGURĘ. POSTARAJ SIĘ ZROBIĆ TO JAK NAJDOKŁADNIEJ, NIE SPIESZ SIĘ. MOŻESZ RYSOWAĆ JEDNĄ ALBO KILKA FIGUR DZIENNIE. WYBÓR NALEŻY DO CIEBIE.



2. NAPISZ SŁOWNIE DATY.

12.04.1871 21.03.1290
03.01.2001 22.07.1945
31.08.1410 09.11.1738

3. WYMYŚL SYNONIMY LUB WYRAZY BLISKOZNACZNE DO SŁÓW:

- działanie
.....
- element
.....
- tworzyć
.....
- wiedza
.....

4. NAPISZ SŁOWA ZACZYNAJĄCE SIĘ OD SYLAB. IM WIĘCEJ WYRAZÓW NAPISZESZ TYM LEPIEJ.

TY- RA-
LO- KO-
MU- BI-
SE- BU-
CI- FE-

5. DOKOŃCZ ZDANIA. WYMIENIAJ PO KILKA RZECZY, KTÓRE PRZYJDĄ CI DO GŁOWY.

Szybki jak... ..

Zielony jak... ..

Mądry jak... ..

6. ZAKREŚL WSZYSTKIE LITERY B I CYFRY 8.

O7PA1KA63RE82GJY1Q61KW8R9CBAY6E28Q19CM7SJ8NCKD2PAN07CB
WUS3BLUA62E801MAF51MD83N1SNWB18TCLWP831KUEY74J7NT5ST
51BYB8OS6W9LIA87MDY3M6M1I9A0B2BTARW538K012MYBU7EYA84
O2PONB78AOW762MFYC87NBXTAFPE8NZW6B2JAI9LCNYRW5AP
L2NX19JSBCT63KCMS9SZLALNCHYW872KMZOJNCJS63E88CN06SLA
N198DPALMX1NCY974G42OXNCND8KSOAO4QIDHC8W8JK3747RNB7
32HDNXN62VBCVS8SGPRIAK982KDU781KNC0937FBSKA846NOA
BANS739101MXHABX73NXBZJ732MXXC8SNCBO81CM81CBAQOXM839
E01CMHSA712JDN29NCN8VBXN6KAOQ729DJCNU7WYE927DQ464CP
AMBA8QNX72NOACNA64MXNPA827CNA72BCISHZX91

7. KTÓRE PRZEDMIOTY SĄ...? POSTARAJ SIĘ NAPISAĆ JAK NAJWIĘCEJ PRZYKŁADÓW.

Duże -

Lekkie -

Latające -

Miękkie -

9. WYMIENŃ 6 SŁÓW ZWIĄZANYCH Z ZAWODEM:

Pisarz -

Murarz -

Suchy jak... ..

Mokry jak... ..

Wesoły jak... ..

Alfarydyna
suplement diety



**Unikalne połączenie
KWASU ALFA-LIPONOWEGO
I MONOFOSFORANU URYDYNY**



8. NAPISZ 10 SŁÓW, KTÓRE KOJARZĄ CI SIĘ Z GÓRAMI/ MORZEM.

Góry -

Morze -

Drwal -

Nauczyciel -

suplement diety