

Zestaw 2



Zakreśl te dwie cyfry obok siebie, które łącznie dają sumę 9.

340912779801458721143665637813263954565812790981
1245893028190532832745382456382990182543726392
38154692790872097054901859038106543672481590482
3659027605478272518450965187902594508490183630
96391538245638299018254395904598637250909063136



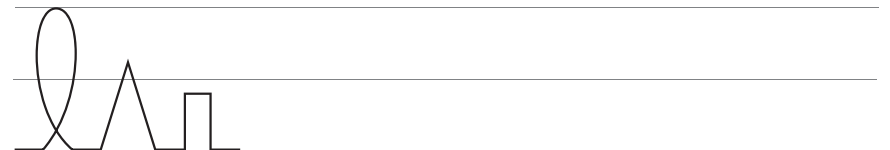
Zapamiętaj słowo, zamknij oczy i przeliteruj je w pamięci.

PRZYKŁAD : pies → P • I • E • S

klomb	lista	wizyta
praczka	generał	analogia
oset	stolik	Polska



Dokończ poniższy wzór do końca strony.





Narysuj z pamięci wzór z poprzedniej strony (cała linia).



Zapisz ciąg 10 słów rozpoczynając od ostatniej litery słowa poprzedzającego. Wykonując to ćwiczenie kolejny raz pamiętaj o użyciu innych wyrazów.

PRZYKŁAD

auto → ogórek → klawisze → ekran → natura → arbuz → zwitek →
kapitan → nurek → kaloryfer → rower

plan →	→	→	→	→
→	→	→	→	→
jabłko →	→	→	→	→
→	→	→	→	→
opos →	→	→	→	→
→	→	→	→	→
piłka →	→	→	→	→
→	→	→	→	→

MIEJSCE NA TWOJE PRZYKŁADY:

	→	→	→	→	→
→	→	→	→	→	→

Zakreśl te dwie cyfry obok siebie, które łącznie dają sumę 15.

84783850384875964025983269210178457869306987904947
38771290785309583784629869786948209485729643873694
69107869869436587872378096991604359528787043878609
692728396565747807930487388796691901037201694306596
016107869584378707269782964397869482098978412096568

Dopasuj słowa w kolumnach w pary.

pies
wędrówka
pasta
zeszyt
lampka
karta płatnicza
słoik
katalizator
trawa
zatyczki
żyto
komputer

żarówka
zakrętka
samochód
hałas
szlak
ogród
szkoła
mąka
klawiatura
szczoteczka
bankomat
szczekać

W zadaniu na poprzedniej stronie (str. 19) należało połączyć słowa w kolumnach w pary. Sprawdź, czy pamiętasz brakujące słowo z pary. Ile par zapamiętałeś/łaś prawidłowo? Nie podglądaj!

pies	szczekać	✓
.....	żarówka	
pasta	
.....	samochód	
zeszyt	
.....	szlak	
słoik	
.....	siać	
trawa	
.....	klawiatura	
zatycki	
.....	bankomat	

MÓJ WYNIK:

Jakich monet i banknotów użyjesz, aby zapłacić w sklepie:

7 zł	5 zł i 2 zł
12 zł
16 zł 45 gr
23 zł 43 gr
75 zł 44 gr
101 zł 55 gr
175 zł 90 gr
281 zł 87 gr

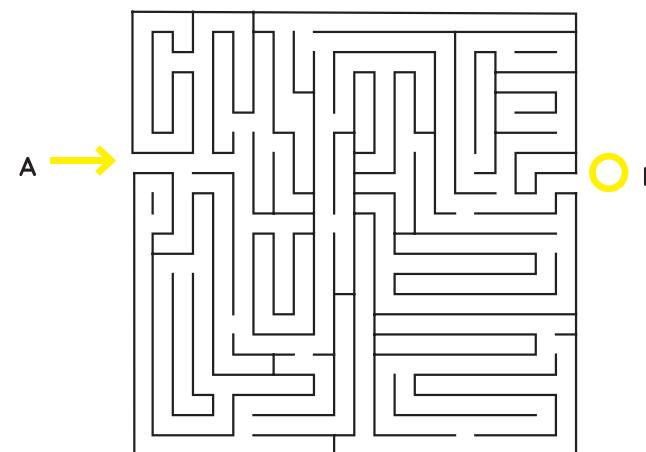


Wskaż w kolejności litery w alfabecie, użyj stopera. W jakim czasie wykonałeś / wykonałaś to zadanie?

a	O	j	p
w	b	C	ł
l	s	u	k
R	e	m	y
z	d	i	h
F	n	t	g

MÓJ CZAS:

Znajdź drogę z punktu A do punktu B.

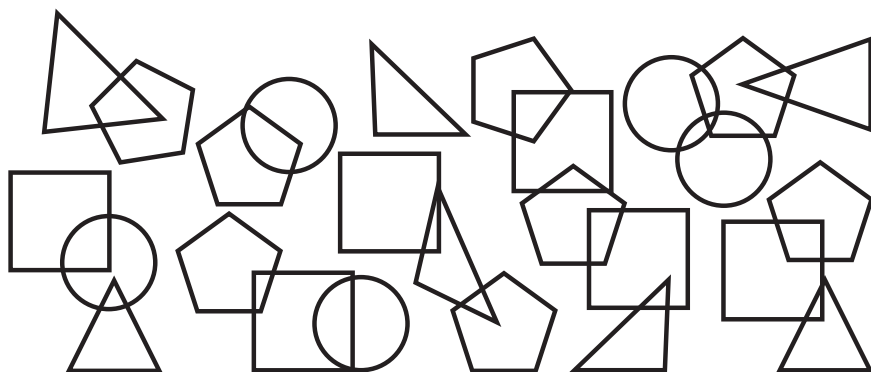


Odnajdź pary słów i połącz je linią. Pomijaj słowa bez pary.

płot — płot
 tótd
 mecz — mecz
 monstera — monstera
 ołówek — ołówek
 kotek — kotek
 burza — burza
 medal — medal
 mecz — mecz
 kotel — kotel
 busza — busza
 pada — pada
 metal — metal
 moneta — moneta
 para — para
 ołówek — ołówek
 męcz — męcz
 para — para
 kotek — kotek
 burza — burza
 medal — medal
 para — para
 ołówek — ołówek

Policz kwadraty, trójkąty, koła, pięciokąty.





Trening funkcji poznawczych

Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

www.ptsr.org.pl



Ułóż jak najwięcej nowych wyrazów z liter zawartych w podanym słowie. Wykonaj zadanie w ciągu 5 minut dla każdego przykładu. Jeśli chcesz, wydłuż czas ćwiczenia o 2 minuty.

PRZYKŁAD

lokomotywa

lok, kot, motyw, motyl, tykwa, ...

rozweselona

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

pokolorowany

.....

.....

.....

.....

.....

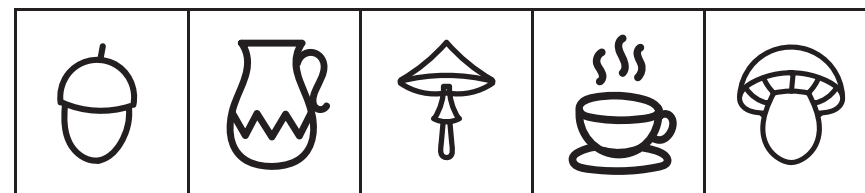
.....

.....

.....



Przez 60 sekund przyjrzyj się uważnie narysowanym przedmiotom.

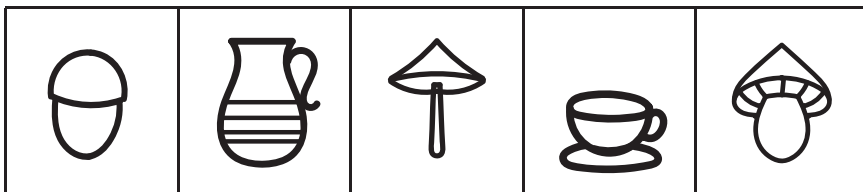


Trening funkcji poznawczych

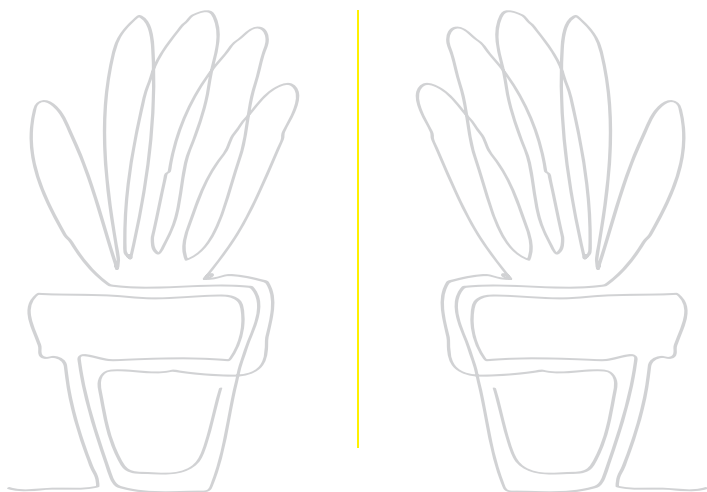
Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

www.ptsr.org.pl

Na poprzedniej stronie miałas / miałeś uważnie przyjrzeć się rysunkom. Zaznacz teraz na poniższych rysunkach elementy, które są inne, niż na wzorze.



Rysuj po liniach jednocześnie prawą i lewą ręką, w takim samym tempie, aby powstały dwa rysunki.



Znajdź słowa z tabeli w rozsypanych literach. Połącz je linią.

talent	✓	zielony	
komunikacja		kolejka	
wysokogórski		adnotacja	
poniedziałek			

MÓJ CZAS:

