

Materiał w formie wrywanki, przeznaczony dla pacjenta, znajduje się wewnątrz bloczka.
Pozostałe strony są przeznaczone wyłącznie dla lekarza.

TRENING PAMIĘCI

Ćwiczenia pomagające utrzymać sprawność umysłową, część III



Zeskanuj
Pobierz, wydrukuj i trenuj pamięć

accord

Dołącz do nas!

 **accord
academy**
www.accordacademy.pl

**OPRACOWANIE
ĆWICZEŃ**

PIOTR ŁĄCKI

psycholog prowadzący portal edukacyjny psychologdlaseniora.pl,
popularyzator działań edukacyjnych dla osób starszych, autor
wielu publikacji dla osób 60+ z ćwiczeniami pozwalającymi
dłużej cieszyć się sprawnością umysłową

Trening pamięci

Ćwiczenie 1.

Uzupełnij środkowe pole w taki sposób, aby powstały dwa poprawne wyrazy.

Przykład:

POMI	DOR	ADA
PARA		ANKA
SZA		CHA
KWIA		ST

Ćwiczenie 2.

Przełóż jedną zapalniczkę, aby uzyskać prawidłowy rezultat równania.
„+” złożony jest z dwóch zapalniczek.

$$3 + 1 = 3$$

$$9 + 6 = 5$$

$$1 + 6 = 8$$



➡ Zeskanuj kod QR, pobierz kolejne ćwiczenia i trenuj pamięć.

Wszelkie prawa zastrzeżone © ITEM Publishing i Piotr Łącki. Opracowanie merytoryczne: Piotr Łącki, psycholog.
Więcej ćwiczeń dostępnych po zeskanowaniu kodu QR oraz na portalu edukacyjnym psychologdlaseniora.pl.

 **accord
academy**

2. **Odpowiedzi:** 1. parasol, solanka / szabl, blacha / kwiatek, tekst.
2. 3 = 1 + 2 6 = 9 + 3 6 = 8 + 1

Trening pamięci

Ćwiczenie 3.

Przeanalizuj równania i odszyfruj wartość figur.
Wpisz wynik ostatniego równania.

$$\bigcirc + \triangle + \triangle = 18$$

$$\bigcirc + \triangle = 14$$

$$\square \times \triangle = 12$$

$$\bigcirc + \square + \triangle = \dots$$

$$\triangle + \bullet = 9$$

$$\triangle - \bullet = 3$$

$$\square \div \bullet = 4$$

$$\triangle + \square + \bullet = \dots$$

Ćwiczenie 4.

Wskaż trzy brakujące liczby z przedziału od 31 do 60.

31 52 43 56 54 40 59
35 36 50 55 41
48 45 33 34 44 53
60 51 32 44
38 57 47 42 49 39



Zeskanuj kod QR, pobierz kolejne ćwiczenia i trenuj pamięć.

Wszelkie prawa zastrzeżone © ITEM Publishing i Piotr Łącki. Opracowanie merytoryczne: Piotr Łącki, psycholog.
Więcej ćwiczeń dostępnych po zeskanowaniu kodu QR oraz na portalu edukacyjnym psychologdla seniora.pl.

