



Słuchaj swojego ciała

Noni
Angie and Upesh
polski:
Gabriela Zarzecka



Rodzinna matematyka
od najmłodszych lat

Early
Family
Math



Interaktywna przygoda

Dorośli czytelnicy

3 poziomy rozmowy Wybierz poziom odpowiedni dla swojego dziecka. Kiedy zadajesz pytania lub coś komentujesz, daj dziecku czas na zastanowienie się i odpowiedź. Jeśli dziecko ma trudności z odpowiedzią, pomóż mu. Kiedy odpowie, zadawaj kolejne pytania lub dodawaj komentarze, które nawiązują do jego odpowiedzi i pomagają mu rozwinąć myśl.

Poziom 1 Zadawaj proste i konkretne pytania. Pytaj o to, co widzicie na stronie, i wskazuj poszczególne elementy. Na przykład: „Gdzie jest zabawka?”, „Co oni robią?”, „Jak nazywa się ta rzecz?”, „Jakiego jest koloru?”, „Ile jest piłek?”

Poziom 2 Zadawaj bardziej ogólne lub otwarte pytania dotyczące tego, co dzieje się w danym momencie historii. Na przykład: „Co widzisz na tej stronie?”, „Co to za grupa przedmiotów?”

Poziom 3 Pytaj o przebieg historii i zachęcaj dziecko do przewidywania, co wydarzy się dalej. Na przykład: „Co się wydarzyło?”, „Co wydarzy się dalej?”, „Czy zdarzyło Ci się coś podobnego?”, „Czy masz podobne doświadczenia?”, „Jak myślisz, co czuje ta osoba?”.

Matematyka i nowe słowa W tej historii pojawia się liczenie do dziesięciu oraz porównywanie. Ćwiczone słownictwo: więcej, mniej, różnica i liczenie co 2.

Czytaj, rozmawiaj i baw się! Podane pytania i komentarze to dopiero początek.

Dla pierwszego poziomu podczas czytania korzystaj z czerwonych pytań i komentarzy.

Dla drugiego poziomu podczas czytania korzystaj z niebieskich pytań i komentarzy.

Dla trzeciego poziomu podczas czytania korzystaj z zielonych pytań i komentarzy.

Następnie podążaj za zainteresowaniami dziecka. Pozwól, żeby rozmowa rozwijała się w ciekawy i kreatywny sposób.



Dzisiaj nie idę do
szkoły.

Jest święto.

1. Jak myślisz, co
dziewczynka będzie robić
w dzień wolny od szkoły?

2. Dlaczego cieszy się, że
nie musi iść do szkoły?

3. Jak myślisz, czy
będzie tęsknić za
kolegami, koleżankami
i nauczycielami ze szkoły?



Dzisiaj nie będę oglądać telewizji.

Zresztą i tak nie ma prądu.

1. Dlaczego dziewczynka nie będzie oglądać telewizji?

2. Jak wyglądałby Twój wyjątkowy dzień?

3. Co robisz, kiedy nie ma prądu? Czy masz jakieś ulubione zajęcia na takie chwile?

Co będę robić?

Dzisiaj będę
słuchać swojego
ciała!

1. Jej dłonie mają tylko po
cztery palce! Czy zdarzyło
Ci się kiedyś zobaczyć
kogoś, kto ma cztery palce
u jednej dłoni?

2. To rzadkie, ale niektórzy
ludzie rodzą się z
sześcioma palcami u jednej
dłoni. O ile więcej palców
to sześć w porównaniu z
tym, ile ma ona?

3. Jak myślisz, czy można
kupić rękawiczki dla kogoś,
kto ma sześć palców?





Najpierw muszę być
bardzo cicho.

Żeby móc wsłuchać
się w swoje ciało.

1. Czy zdarzyło Ci się
kiedyś wsłuchiwać w
odgłosy, które wydaje
Twoje ciało? Jakże to mogą
być odgłosy?

2. Czy zdarzyło Ci się
słyszeć, jak burczy Ci w
brzuchu?

3. Czy po intensywnym
biegu zdarzyło Ci się
słyszeć pulsowanie w
uszach?

Tak, teraz słyszę
swój oddech.

Wdycham i
wydycham,
wdycham i
wydycham.

1. Czy kiedy zatrzymasz
się na chwilę i wsłuchasz
się w swój oddech,
usłyszysz, jak oddychasz?

2. Czy najczęściej
oddychasz przez usta czy
przez nos?

3. Przez pół minuty licz
swoje oddechy. Ile ich
naliczysz?





I mogę też głośniej
oddychać.

Ssssssssssss!

I ciszej.

Mmmmmmmm.

1. Dziewczynka wprawia
swoją zabawkę w ruch,
mocno na nią dmuchając.
Kiedy zdarzyło Ci się
mocno na coś dmuchać?

2. Czy zdarzyło Ci się
zdmuchiwać świece na
torcie urodzinowym albo
dmuchać na ogień, by
mocniej się palił?

3. Kiedy były Twoje
ostatnie urodziny? Ile
świeczek było na torcie?



Teraz słyszę bicie
swojego serca!

Doodom, doodoom,
dooo dooom.

1. Niełatwo jest usłyszeć
bicie własnego serca. Czy
słyszysz bicie swojego?

2. Przyłóż ucho do czyjejś
klatki piersiowej i posłuchaj
bicia serca.

3. Jak myślisz, czy
Twoje serce kiedykolwiek
przestaje bić? Większość
mięśni może się zmęczyć,
ale mięsień sercowy nigdy
się nie męczy!



Czy mogę sprawić,
żeby moje serce
biło szybciej lub
mocniej?

Tak, skacząc
dwadzieścia razy.

1. Potrafisz policzyć 20
skoków?

2. Jeśli nie potrafisz
jeszcze policzyć do 20,
policz do 10, a potem od
razu jeszcze raz do 10. To
będzie tyle samo.

3. Czy kiedy biegasz
i zaczynasz mocniej
oddychać, czujesz
czasami, jak bije Ci serce?

Widzisz? Teraz
moje serce bije
szybciej.

1. Czy zdarzyło Ci się
kiedyś zobaczyć, jak bije
Twoje serce? Czy w ogóle
można je zobaczyć?

2. Autor opowieści i
ilustrator trochę ubarwili tę
historię. Czy zdarzyło Ci
się kiedyś trochę ubarwić
jakąś opowieść, żeby była
ciekawsza?

3. Jej zabawka zasłania
uszy, bo serce bije tak
głośno. Czy można z
daleka usłyszeć bicie
czyjegoś serca?





Jeśli przyłożę palce
do nadgarstka,
mogę wyczuć swój
puls!

1. Czy potrafisz wyczuć
puls na swoim nadgarstku?
Niektórzy wolą sprawdzać
puls na szyi albo na głowie.
Spróbuj!

2. Policz swój puls przez
dziesięć sekund. Czy udało
Ci się naliczyć od 7 do 20
uderzeń?

3. Poproś kogoś, żeby
zrobił to samo, a potem
porównajcie wyniki. U kogo
było więcej uderzeń, a u
kogo mniej?



Słyszę, jak się
śmieję.

Haha, haha, haaah,
haaa!



1. Bardzo wyraźnie
pokazuje swoje emocje,
więc pewnie śmieje się
bardzo głośno. Czy można
śmiać się cicho? Potrafisz
tak?

2. Ludzie często lubią
śmiać się razem. Czy
kiedy się śmiejesz, inni też
zaczynają się śmiać?

3. Nawet kiedy nic
śmiesznego się nie dzieje,
czasami sam głośny
śmiech może sprawić, że
poczujesz się lepiej.



Słyszę, jak płaczę.
Buuuu, huuu!

1. Jak myślisz, czy ona
naprawdę płacze, czy tylko
udaje?

2. Czy zdarza Ci się
udawać płacz, żeby ktoś
Ci współczuł?

3. Niektórzy czują
się znacznie lepiej po
wypłakaniu się. Czy po
płaczu też czujesz się
lepiej?



Słyszę, jak
klaszcze.

Klask, klask, klask.

1. Wymyśl własny układ
klaskania i tupania.

2. Czy Twój układ był
skomplikowany, czy prosty,
na przykład: klask, klask,
tup, klask, klask, tup?

3. Taniec często składa
się z powtarzających się
ruchów rąk i nóg. Lubisz
tańczyć?



Słyszę, jak burczy
mi w brzuchu!

Guddu, guddu,
guddu.

1. Co czuje Twoje
ciało, kiedy burczy Ci w
brzuchu?
2. Czy zdarza się, że
burczy Ci w brzuchu, kiedy
coś Ci zaszkodzi albo kiedy
źle się czujesz?
3. Patrząc na jej twarz, jak
myślisz, co teraz czuje?

Mój brzuch mówi:
„Nakarm mnie!”

1. Czy zdarzyło Ci się
kiedyś poczuć tak silny
głód, że trzeba było od
razu iść coś zjeść?

2. Jak myślisz, czy
jej brzuch naprawdę
popycha ją, żeby poszła po
jedzenie?

3. Za każdym razem, gdy
robi dwa kroki do przodu,
możesz liczyć je co 2: 2,
4, 6, 8, ...





Mój nos czuje
zapach ciasteczek
piekących się w
kuchni mamy.

A teraz chcę
usłyszeć, jak moje
szczęki przeżuwiają
te ciasteczka!

1. Jak myślisz, ile
ciasteczek zje?

2. Ile najwięcej ciasteczek
albo innych przekąsek
udało Ci się zjeść za
jednym razem?

3. W tej historii pojawiło się
wiele różnych odgłosów,
które wydaje nasze ciało.
Ile z nich pamiętasz?

Listen to my body

Author -- Noni

Illustration -- Angieand Upesh

Language -- English

Level -- Firstsentences

© Pratham Books 2014

Creative Commons: Attribution 4.0

Source www.africanstorybook.org

Original source www.prathambooks.org

