SilverMind Imię: _____ Data: _____

Zeszyt: 12 gier dla seniorów do druku, dużymi literami

Dwanaście kart z dużymi literami na kilka spokojnych minut dziennie: słowa, liczby, pamięć i uwaga. W dowolnej kolejności, we własnym tempie.

W tym zeszycie

1. Wykreślanka z dużymi literami: w ogrodzie
2. Wykreślanka z dużymi literami: w kuchni
3. Wykreślanka z dużymi literami: na targu
4. Pomieszane litery
5. Proszę dokończyć przysłowie
6. Jaka liczba będzie następna? Ciągi liczb
7. Codzienne rachunki: zakupy
8. Proszę znaleźć intruza
9. Lista do zapamiętania: patrzę, zaginam, przypominam
10. Proszę znaleźć 5 różnic
11. Proszę połączyć liczby od 1 do 25
12. Proszę połączyć liczby i litery: 1-A-2-B

Odpowiedzi do wszystkich kart są na końcu.

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Wykreślanka z dużymi literami: w ogrodzie

Proszę znaleźć każde słowo i je otoczyć kółkiem. Słowa czyta się od lewej do prawej, z góry na dół lub ukośnie w dół. Żadne nie jest zapisane od tyłu.

D I A P A H E Ż S E K
Ę I E Ł O P A T A T W
J Ą P O O B O B E Y P
R Ó Ż A H E M Z R Ł S
M A R G A R E T K A Z
H I G R Z Ą D K A T C
S U Ą K R Z A K R S Z
I T D T U L I P A N O
T R L A W E N D A M Ł
K O N E W K A B Ż Y A
Y O G N A S I O N O K

Słowa do znalezienia

- ☐ **MARGARETKA**
- ☐ **KONEWKA**
- ☐ **LAWENDA**
- ☐ **GRZĄDKA**
- ☐ **PSZCZOŁA**
- ☐ **TULIPAN**
- ☐ **NASIONO**
- ☐ **ŁOPATA**
- ☐ **RÓŻA**
- ☐ **KRZAK**

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Wykreślanka z dużymi literami: w kuchni

Proszę znaleźć każde słowo i je otoczyć kółkiem. Słowa czyta się od lewej do prawej, z góry na dół lub ukośnie w dół. Żadne nie jest zapisane od tyłu.

K D K K G C U K I E R
W J Y F A R T U C H P
M A A O R E W J R N Ż
A L H B N K I W A B E
S E D A E I D Ł D P I
Ł I L M K P E Y Ś R I
O Ś Ł Ą G J L Ż R Z O
Ż I Ę K I I E K O E O
A Ż R A U P C A Ó P S
U O P I O M B U I I Ó
T P A T E L N I A S L

Słowa do znalezienia

- [ ] WIDELEC
- [ ] GARNEK
- [ ] ŁYŻKA
- [ ] PATELNIA
- [ ] FARTUCH
- [ ] PRZEPIS
- [ ] MĄKA
- [ ] MASŁO
- [ ] CUKIER
- [ ] SÓL

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Wykreślanka z dużymi literami: na targu

Proszę znaleźć każde słowo i je otoczyć kółkiem. Słowa czyta się od lewej do prawej, z góry na dół lub ukośnie w dół. Żadne nie jest zapisane od tyłu.

G C H L E B W Ś K M E
R T E C C K I L Ę O K
U M R H G C Ś I H B D
S M I U G Ę N W Ó Ó O
Z A J N S G I K O M A
K L A M L K A A S E R
A I B O I Ą A M W H B
U N Ł R Ś A S W R L U
N A K E A Ó Ż E K I Z
E T O L Z J U H B A O
W I T A Z D W M I S W

Słowa do znalezienia

- ☐ **JABŁKO**
- ☐ **TRUSKAWKA**
- ☐ **WIŚNIA**
- ☐ **MORELA**
- ☐ **ŚLIWKA**
- ☐ **GRUSZKA**
- ☐ **ARBUZ**
- ☐ **CHLEB**
- ☐ **MALINA**
- ☐ **SER**

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Pomieszane litery

Litery każdego słowa są pomieszane. Proszę przeczytać podpowiedź i zapisać słowo na linii.

1. **E R N I B A K D O** _____
   Podpowiedź: Czerwony owad w czarne kropki

2. **O R A L A S P** _____
   Podpowiedź: Chroni przed deszczem

3. **L R I Ó K K** _____
   Podpowiedź: Ma długie uszy i lubi marchewkę

4. **K U O Z A P D S** _____
   Podpowiedź: Kładzie się na niej głowę na noc

5. **E R R W O** _____
   Podpowiedź: Dwa koła i pedały

6. **I O K K M E N** _____
   Podpowiedź: W zimowy wieczór płonie w nim ogień

7. **I Y D A N** _____
   Podpowiedź: Duże pomarańczowe warzywo jesieni

8. **W R H M C A E** _____
   Podpowiedź: Pomarańczowe warzywo

9. **Z O D A E L K A C** _____
   Podpowiedź: Słodycz w tabliczce

10. **N K O D G R O I** _____
    Podpowiedź: Zajmuje się roślinami

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Proszę dokończyć przysłowie

Każde przysłowie jest przełamane na pół. Obok każdego początku proszę wpisać literę właściwego zakończenia.

1. ☐ Fortuna kołem ...

2. ☐ Bez pracy ...

3. ☐ Lepiej późno ...

4. ☐ Gdyby kózka nie skakała, ...

5. ☐ Co kraj, ...

6. ☐ Kto pyta, ...

7. ☐ Apetyt rośnie ...

8. ☐ Nie chwal dnia ...

9. ☐ Pańskie oko ...

10. ☐ Darowanemu koniowi ...

A ... przed zachodem słońca

B ... w zęby się nie zagląda

C ... to obyczaj

D ... się toczy

E ... nie błądzi

F ... konia tuczy

G ... to by nóżki nie złamała

H ... w miarę jedzenia

I ... nie ma kołaczy

J ... niż wcale

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Jaka liczba będzie następna? Ciągi liczb

Każdy wiersz podlega prostej regule, na przykład za każdym razem dodajemy tę samą liczbę. Następną liczbę proszę wpisać w ramkę.

1.	2	4	6	8	10	
2.	5	10	15	20	25	
3.	30	40	50	60	70	
4.	3	6	9	12	15	
5.	60	55	50	45	40	
6.	1	2	4	8	16	
7.	4	8	12	16	20	
8.	30	27	24	21	18	
9.	22	33	44	55	66	
10.	25	50	75	100	125	

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Codzienne rachunki: zakupy

Proszę użyć cennika i zsumować każdy koszyk. W ostatnich czterech zadaniach proszę też obliczyć resztę.

Cennik

Chleb	**4,80 zł**	Mleko	**3,50 zł**
Jajka	**11,00 zł**	Jabłka	**5,90 zł**
Kawa	**18,00 zł**	Ser	**12,50 zł**
Masło	**8,90 zł**	Drożdżówka	**3,90 zł**

1. Masło + Chleb = _____

2. Jabłka + Chleb = _____

3. Jajka + Ser = _____

4. Jajka + Mleko + Kawa = _____

5. Kawa + Ser + Chleb = _____

6. Masło + Chleb + Jabłka = _____

7. Drożdżówka + Masło = _____

Płaci się banknotem 50 zł. Reszta wynosi: _____

8. Jajka + Mleko = _____

Płaci się banknotem 50 zł. Reszta wynosi: _____

9. Jajka + Ser = _____

Płaci się banknotem 100 zł. Reszta wynosi: _____

10. Jajka + Jabłka = _____

Płaci się banknotem 50 zł. Reszta wynosi: _____

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Proszę znaleźć intruza

W każdym wierszu trzy słowa do siebie pasują, a tylko jedno jest inne. Proszę otoczyć kółkiem intruza.

1.	śliwka	jabłko	marchewka	gruszka
2.	wróbel	sikorka	pstrąg	kos
3.	fortepian	trąbka	skrzypce	młotek
4.	kwiecień	niedziela	piątek	poniedziałek
5.	płaszcz	koszula	skarpeta	łyżka
6.	Warszawa	Gdańsk	Kraków	Niemcy
7.	zielony	niebieski	kwadrat	czerwony
8.	chleb	rogalik	bułka	widelec
9.	stokrotka	róża	tulipan	dąb
10.	siedem	fioletowy	dwanaście	dziewięć

Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Lista do zapamiętania: patrzę, zaginam, przypominam

Proszę spokojnie przeczytać dwanaście słów, przez około dwie minuty. Pomaga wyobrażenie sobie każdego przedmiotu.

klucz	**parasol**	**chleb**
świeca	**jabłko**	**królik**
pianino	**szalik**	**cytryna**
zegar	**list**	**guzik**

Zagiąć tutaj

Teraz proszę zagiąć kartkę, żeby zasłonić listę. Proszę zapisać wszystkie słowa, które się pamięta, w dowolnej kolejności.

1. _____ 2. _____

3. _____ 4. _____

5. _____ 6. _____

7. _____ 8. _____

9. _____ 10. _____

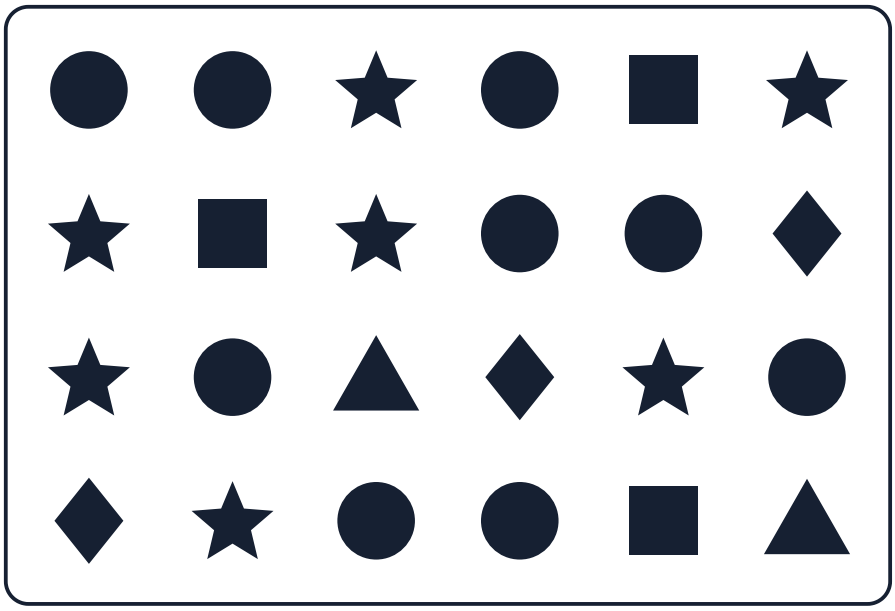
11. _____ 12. _____

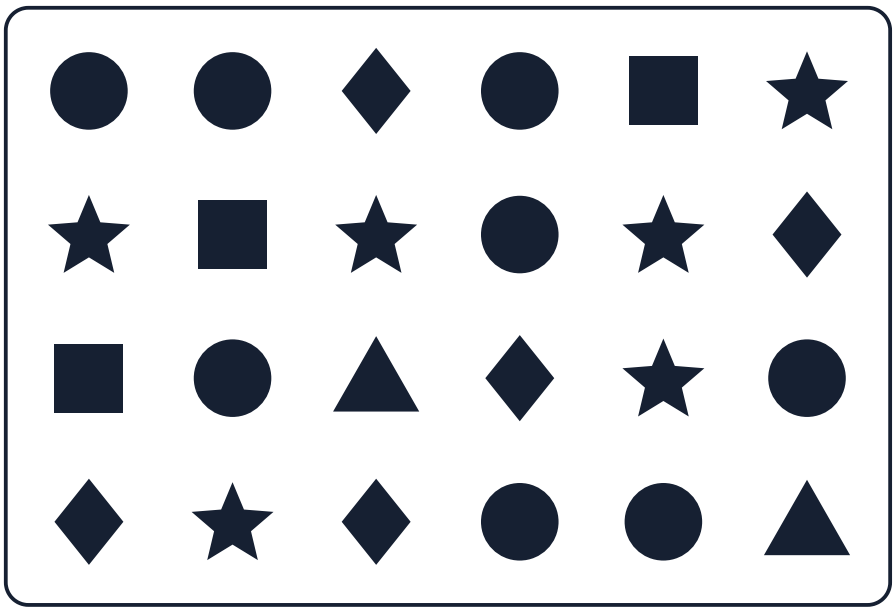
Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Proszę znaleźć 5 różnic

Obie siatki wyglądają podobnie, ale pięć kształtów w dolnej siatce jest innych. Proszę je otoczyć kółkiem.

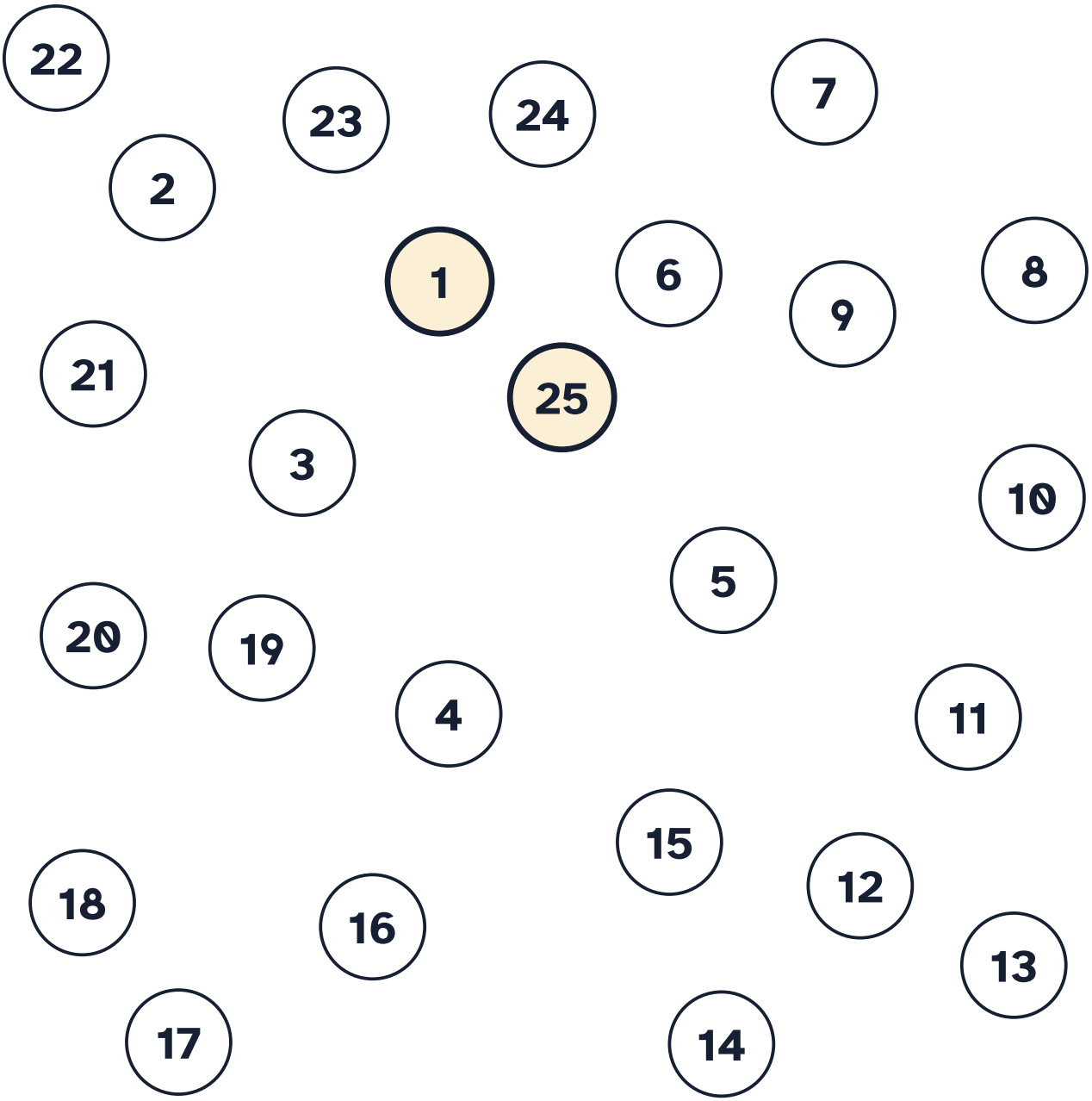




SilverMind Imię: _____ Data: _____

Proszę połączyć liczby od 1 do 25

Proszę zacząć od 1. Linią połączyć 2, potem 3, i tak dalej aż do 25. Nie trzeba się spieszyć.

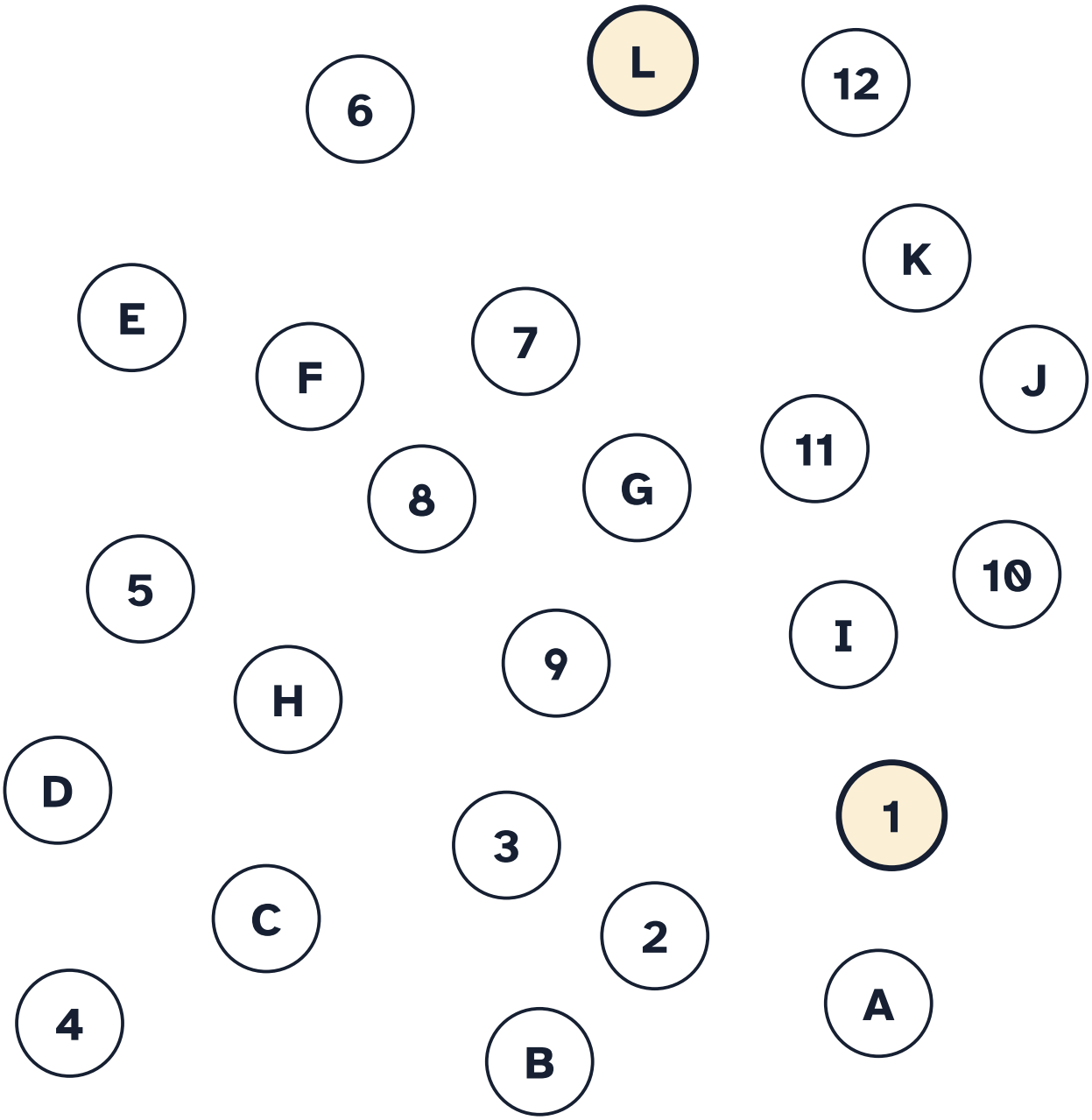


Więcej spokojnych ćwiczeń każdego dnia: aplikacja SilverMind na iPhone i iPad · **silvermind.app**
apps.apple.com/app/id6758357317

SilverMind Imię: _____ Data: _____

Proszę połączyć liczby i litery: 1-A-2-B

Proszę zacząć od 1. Linią połączyć A, potem 2, potem B, na przemian aż do 12 i L.



Podobało się?

SilverMind codziennie daje trzy nowe ćwiczenia, z dużymi literami i bez pośpiechu, na iPhone i iPad.

Proszę zeskanować kod aparatem iPhone'a albo wejść na:
apps.apple.com/app/id6758357317

Ćwiczenia w aplikacji podobne do tego:

Wykreślanka **Dokończ powiedzenie** **Lista zakupów**

Na początek bezpłatnie, bez reklam. Odpowiedzi są na następnej stronie.

SilverMind

Odpowiedzi: Wykreślanka z dużymi literami: w ogrodzie



SilverMind

Odpowiedzi: Wykreślanka z dużymi literami: w kuchni



SilverMind

Odpowiedzi: Wykreślanka z dużymi literami: na targu



SilverMind

Odpowiedzi: Pomieszane litery

1. ERNIBAKDO → **BIEDRONKA**
2. ORALASP → **PARASOL**
3. LRIÓKK → **KRÓLIK**
4. KUOZAPDS → **PODUSZKA**
5. ERRWO → **ROWER**
6. IOKKMEN → **KOMINEK**
7. IYDAN → **DYNIA**
8. WRHMCAE → **MARCHEW**
9. ZODAELKAC → **CZEKOLADA**
10. NKODGROI → **OGRODNIK**

SilverMind

Odpowiedzi: Proszę dokończyć przysłowie

1. **D** · Fortuna kołem się toczy
2. **I** · Bez pracy nie ma kołaczy
3. **J** · Lepiej późno niż wcale
4. **G** · Gdyby kózka nie skakała, to by nóżki nie złamała
5. **C** · Co kraj, to obyczaj
6. **E** · Kto pyta, nie błądzi
7. **H** · Apetyt rośnie w miarę jedzenia
8. **A** · Nie chwal dnia przed zachodem słońca
9. **F** · Pańskie oko konia tuczy
10. **B** · Darowanemu koniowi w zęby się nie zagląda

SilverMind

Odpowiedzi: Jaka liczba będzie następna? Ciągi liczb

1. 2, 4, 6, 8, 10, **12** (Za każdym razem dodajemy 2)
2. 5, 10, 15, 20, 25, **30** (Za każdym razem dodajemy 5)
3. 30, 40, 50, 60, 70, **80** (Za każdym razem dodajemy 10)
4. 3, 6, 9, 12, 15, **18** (Za każdym razem dodajemy 3)
5. 60, 55, 50, 45, 40, **35** (Za każdym razem odejmujemy 5)
6. 1, 2, 4, 8, 16, **32** (Za każdym razem podwajamy)
7. 4, 8, 12, 16, 20, **24** (Za każdym razem dodajemy 4)
8. 30, 27, 24, 21, 18, **15** (Za każdym razem odejmujemy 3)
9. 22, 33, 44, 55, 66, **77** (Za każdym razem dodajemy 11)
10. 25, 50, 75, 100, 125, **150** (Za każdym razem dodajemy 25)

SilverMind

Odpowiedzi: Codzienne rachunki: zakupy

1. Masło + Chleb = **13,70 zł**
2. Jabłka + Chleb = **10,70 zł**
3. Jajka + Ser = **23,50 zł**
4. Jajka + Mleko + Kawa = **32,50 zł**
5. Kawa + Ser + Chleb = **35,30 zł**
6. Masło + Chleb + Jabłka = **19,60 zł**
7. Drożdżówka + Masło = **12,80 zł** · 50 zł − 12,80 zł = **37,20 zł**
8. Jajka + Mleko = **14,50 zł** · 50 zł − 14,50 zł = **35,50 zł**
9. Jajka + Ser = **23,50 zł** · 100 zł − 23,50 zł = **76,50 zł**
10. Jajka + Jabłka = **16,90 zł** · 50 zł − 16,90 zł = **33,10 zł**

SilverMind

Odpowiedzi: Proszę znaleźć intruza

1. **marchewka** (to warzywo; pozostałe to owoce)
2. **pstrąg** (to ryba; pozostałe to ptaki)
3. **młotek** (to narzędzie; pozostałe to instrumenty)
4. **kwiecień** (to miesiąc; pozostałe to dni tygodnia)
5. **łyżka** (to nie jest część ubrania)
6. **Niemcy** (to kraj; pozostałe to miasta)
7. **kwadrat** (to kształt; pozostałe to kolory)
8. **widelec** (tego się nie je)
9. **dąb** (to drzewo; pozostałe to kwiaty)
10. **fioletowy** (to kolor; pozostałe to liczby)

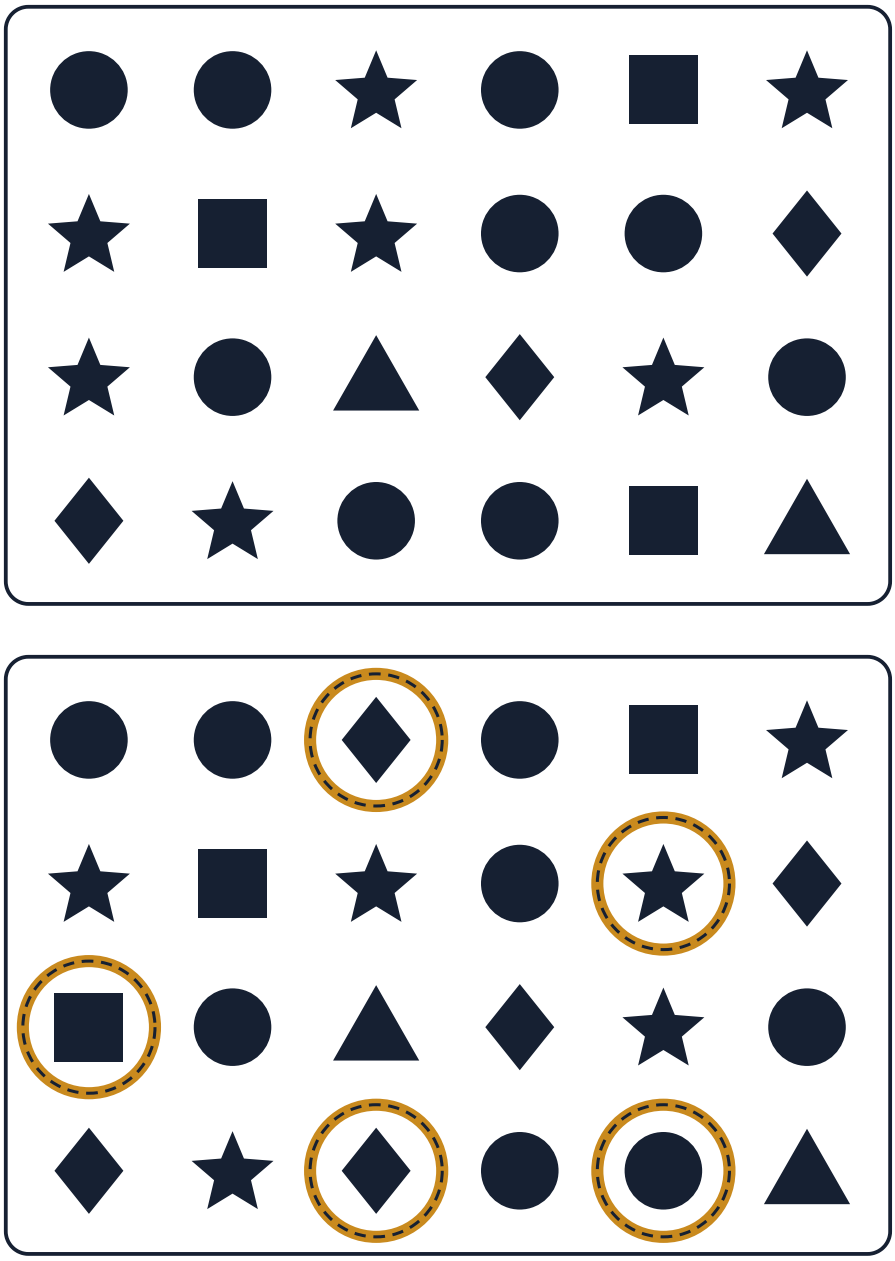
SilverMind

Odpowiedzi: Lista do zapamiętania: patrzę, zaginam, przypominam

1. **klucz**
2. **parasol**
3. **chleb**
4. **świeca**
5. **jabłko**
6. **królik**
7. **pianino**
8. **szalik**
9. **cytryna**
10. **zegar**
11. **list**
12. **guzik**

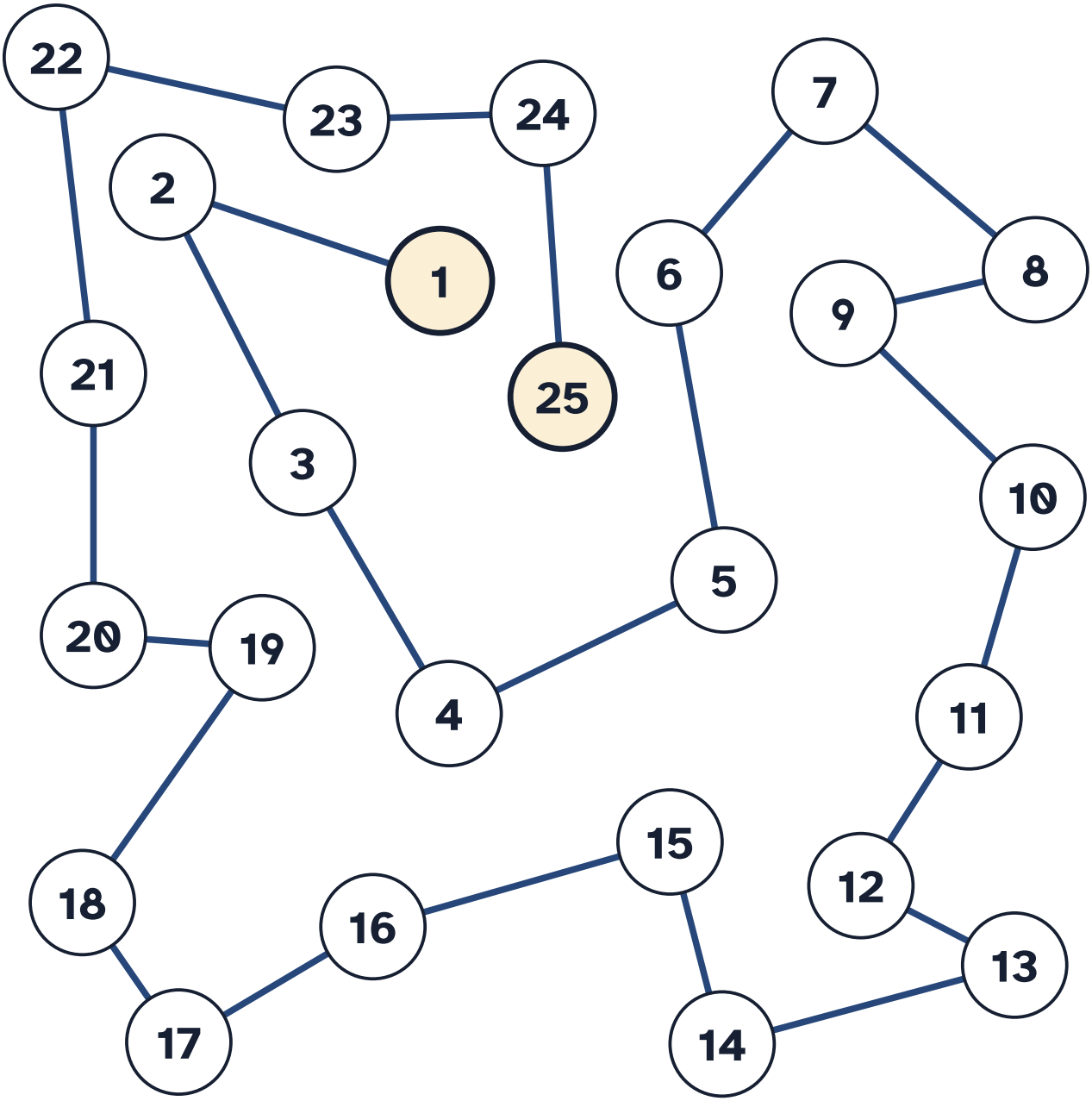
SilverMind

Odpowiedzi: Proszę znaleźć 5 różnic



SilverMind

Odpowiedzi: Proszę połączyć liczby od 1 do 25



SilverMind

Odpowiedzi: Proszę połączyć liczby i litery: 1-A-2-B

