

# ZRÓB PREZENT SWOJEMU MÓZGOWI- ZACZNIJ CZYTAĆ!

Październik jest miesiącem bibliotek szkolnych, dlatego w pierwszym numerze „Kaktusa” nie może zabraknąć tekstu zachęcającego do czytania książek. Nie wiem, czy wiecie, że:

*„Czytanie jest dla umysłu tym, czym gimnastyka dla ciała”.*

## OTO NIEKTÓRE ZALETY CZYTANIA KSIĄŻEK:

### ZWIĘKSZA INTELIGENCJĘ

Im więcej się czyta, tym więcej można się dowiedzieć. Lektura stanowi obszerne źródło wiedzy i już od najmłodszych poszerza nasze słownictwo dużo bardziej niż np. oglądanie telewizji. Naukowcy dowiedli, że obszerniejszy słownik pozwala z kolei lepiej wypadać nie tylko w czasie testu na czytanie ze zrozumieniem, ale także w teście na inteligencję.



### UŁATWIA ZASYPIANIE

Tworzenie określonych rytuałów przed pójściem do łóżka, da twojemu ciału sygnał, że pora przygotować się do snu. Jednym z nich może być właśnie sięgnięcie po książkę. Czytanie pozwala ciału zrelaksować się dużo lepiej niż np. ekran czytnika czy tabletu, które dłużej utrzymują mózg w stanie koncentracji, mogąc wpływać na sen niekorzystnie. Zasada ta dotyczy także dzieci. Najkorzystniej sięgnąć po tradycyjną książkę tuż przed wyłączeniem światła.



### ROZWIJA UMIĘJĘTNOŚĆ WYŚŁAWIANIA SIĘ

Czytanie jednocześnie wymaga zdolności językowych, jak i je rozwija, ponieważ jest nierozłącznie związane z mówieniem i pisanem. Warto do tego dodać także fakt, że przeprowadzone w Anglii badania ujawniły, że istnieje ścisła zależność pomiędzy godzinami spędzonymi przed ekranem a rozwojem słownictwa. Okazało się mianowicie, że prawie wszystkie tzw. „telewizyjne dzieci” mówią w wieku 3 lat na poziomie dzieci o rok młodszych.



## POBUDZA WYOBRAŹNIĘ

Telewizja nie pozwala nam na samodzielne myślenie. Niczego nie musimy sobie wyobrażać czy dochodzić do czegoś drogą naturalnej refleksji. Wszystko mamy podane: zarówno scenerię, mimikę, jak i ton głosu. Czytając mamy dużo więcej swobody. Sami obsadzamy role, obmyślamy tło i kierujemy akcją. Każdy szczegół wygląda tak, jak zechcemy. Dobra książka porusza i ożywia umysł.



## UCZY MYŚLENIA

Podstawowy kanon komunikacji międzyludzkiej oparty jest na słowie, gdyż to właśnie ono poprzez odwołanie się do świadomości jest podstawą naszego myślenia. W konfrontacji książki, opartej na słowie, z przekazem telewizyjnym, bazującym na obrazie, język okazuje się bardziej uniwersalny. Uczucia i myśli docierające do naszej świadomości za pomocą słów nie mają odpowiednika w prostych symbolach wizualnych.



## WYRABIA CIERPLIWOŚĆ

Czytanie wyrabia cierpliwość, ponieważ w trakcie tej aktywności dochodzi do przetwarzania informacji w naszej świadomości. Odwracając kartki, wchodzimy stopniowo w mechanizm narracji. Krok po kroku staramy się zrozumieć książkę. Do pewnych rzeczy można w każdej chwili wrócić, najistotniejsze można sobie zaznaczyć. Można powiedzieć, że czytanie jednocześnie wymaga oraz uczy cierpliwości.



*Nie wierzysz nam na słowo, przekonaj się sam! Biblioteka szkolna zaprasza.*