

Czytam więc jestem

O korzyściach z czytania



*Czytanie książek
to najpiękniejsza zabawa,
jaką sobie
ludzkość wymyśliła.*

Wisława Szymborska



DLACZEGO WARTO CZYTAĆ?

Czytanie rozwija wyobraźnię i uczy koncentracji

Pomaga rozwiązywać problemy

Odpręża, uspokaja i relaksuje

Wzbogaca słownictwo, uczy ortografii

POMAGA ODNIEŚĆ SUKCES W SZKOLE

CZYTANIE POMAGA ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH

Biblioteka SP4 Białobrunie

ZALETY CZYTANIA KSIĄŻEK

„Książka
jest niczym ogród,
który można włożyć
do kieszeni.”
(chińskie przysłowie)

gimnastyka dla mózgu

i dostarcza wiedzy
i informacji

książki są
dobrym tematem
do rozmów

poprawia humor
i odświeża

rozwija umiejętności
pisarskie

świetna i niedroga
rozrywka

ćwiczy
koncentrację
i skupienie

wzbogaca język i słownictwo

turkawka
dekadencja
skonfundowany
prokrastynacja
korelacja
ambivalencja
konfabulacja
hermeneutyka
czalians

pobudza
kreatywność

książki stawiają
pytania
pobudzające
do dalszych
przemyśleń

dobrze
wpływa
na pamięć

książki
są oknem
na świat

rozwija uczucia
i zdolność
do empatii

wprowadza do nieznanego,
fantastycznego świata

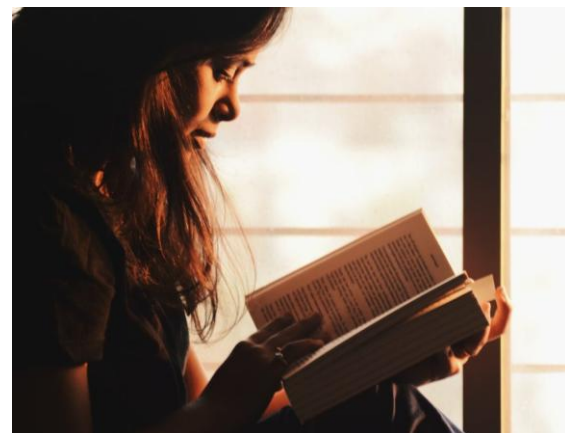
Pomysł i wykonanie: gosiarysuj.pl

WĄCHAMKSIĄŻKI.PL

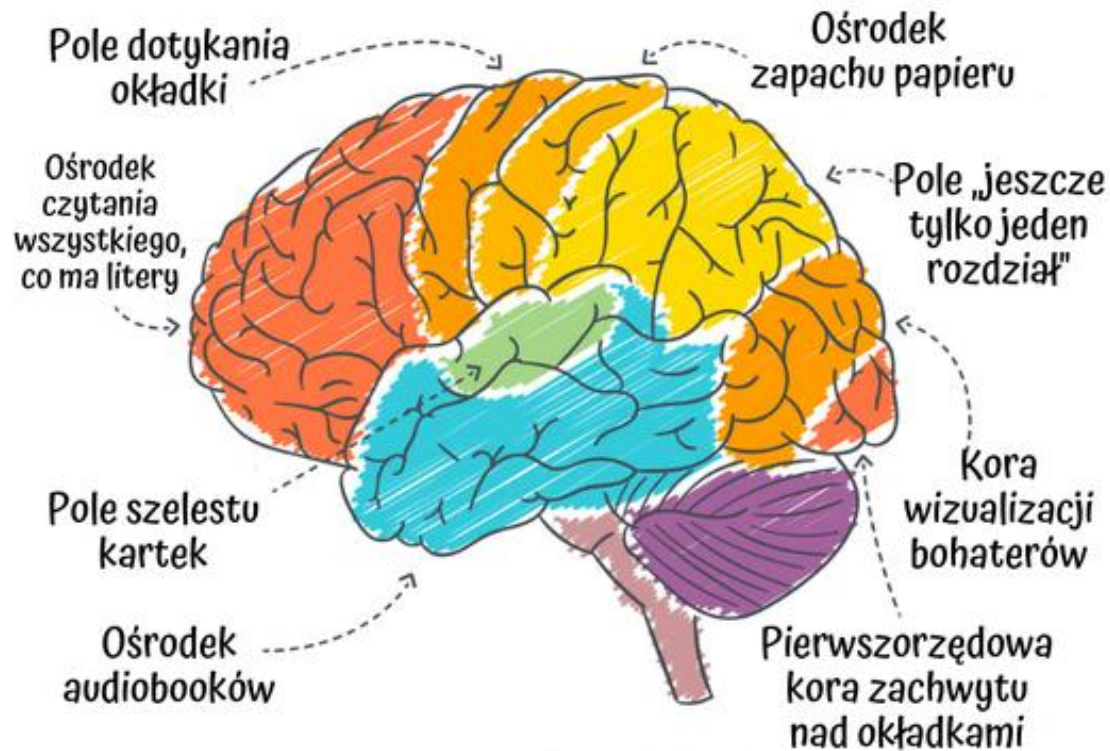
Dlaczego warto czytać książki

Czytanie książek od wielu lat jest popularną i pożyteczną formą spędzania czasu, którą trudno przecenić, dlatego warto przypominać o zaletach obcowania z książką.

Za każdym razem, gdy sięgniesz po książkę niezależnie czy jest to, kryminał, lektura szkolna, komiks lub literatura obcojęzyczna odnosisz wiele korzyści.



Mózg czytelnika



A young woman with short brown hair and black-rimmed glasses is sitting at a desk in a library. She is wearing a yellow and white checkered shirt. Her right hand is raised to her forehead, and she has a thoughtful or questioning expression. In front of her are several open books. The background shows blurred bookshelves filled with books.

**Czy czytanie
rozwija mózg?**

Sięgając po książkę wspieramy pracę naszego mózgu

Czytanie książek poprawia pamięć, koncentrację, rozwija umiejętności poznawcze oraz analityczne, a zatem wpływa korzystnie na logiczne myślenie i rozumowanie.

Podczas czytania ćwiczymy mózg, który niczym mięsień atlety staje się coraz silniejszy, sprawniejszy i jest lepiej przygotowany do nauki i pracy. W efekcie potrafimy skupić się na trudnych zagadnieniach, łatwiej chłonimy wiedzę i rozumiemy otaczający nas świat.

Jak książki wpływają na mózg?



Aktywują różne obszary mózgu, takie jak te odpowiedzialne za język, emocje i myślenie przestrzenne.

Poprawiają pamięć i koncentrację.

Gdy czytasz o zapachach czy smakach, twój mózg aktywuje te same obszary, co podczas ich doświadczania w rzeczywistości.

Regularne czytanie może opóźnić rozwój chorób neurodegeneracyjnych, takich jak Alzheimer.

Książki rozwijają kreatywność i wyobraźnię

Kiedy czytamy książkę, tworzymy w naszej głowie świat przedstawiony przez autora. Nie ograniczają nas wizje innych, co ma miejsce na przykład, gdy oglądamy film. Na podstawie treści sami kreujemy to, jak wyglądają miejsca, bohaterowie, jak brzmią głosy, a nawet, jakie czujemy zapachy.

Nasza wyobraźnia pracuje podczas czytania książki, a my stajemy się coraz bardziej kreatywni również w życiu codziennym. Łatwiej wpadamy na nowe pomysły, rozwiązujemy problemy i lepiej wyrażamy siebie.

Czytanie książek zwiększa wiedzę i kształtuje poglądy

Książki są podstawowym źródłem wiedzy o świecie, historii, kulturze, nauce, sztuce i wielu innych dziedzinach. Pozwalają poznawać nam teorie, opinie innych oraz wyrabiać własne. Dzięki książkom czytany już od najmłodszych lat kształtujemy własne poglądy i budujemy system wartości. Czytanie książek daje nam nie tylko wiedzę, ale także uczy nas między innymi tolerancji i otwartości.





Bogate słownictwo i lepsza komunikacja

Czytanie książek zwiększa nasz zasób słownictwa i uczy poprawnej pisowni, gramatyki oraz interpunkcji dzięki pamięci wzrokowej, którą jednocześnie trenujemy. Im więcej czytamy, tym lepiej potrafimy pisać i ładniej się wysławiać.

Młodsze dzieci uczą się podstawowych słów takich jak nazwy kolorów, dorośli zaś doskonalą język abstrakcyjnych pojęć i fachowych określeń z różnych dziedzin.

Czytanie książek wpływa pozytywnie na emocje

Zdrowie psychiczne również czerpie korzyści z czytania książek. Redukuje ono stres, odpręża, poprawia nastrój i podnosi samoocenę. Czytanie książek może być także formą terapii, która pomaga radzić sobie z trudnymi emocjami i sytuacjami. Jeżeli sięgamy po książkę przed snem, wyciszamy nagromadzone w ciągu dnia emocje, dzięki czemu lepiej wypoczywamy.



Czytanie książek poprawia relacje z innymi

Niezależnie od tego, zyskujemy mnóstwo tematów do dyskusji z ludźmi, porównujemy różne punkty widzenia i prowadzimy emocjonujące rozmowy.

Czytanie książek daje nam także szansę na powiększenie kręgu znajomych i uczy empatii. Łatwiej budujemy relacje oparte na wzajemnym zrozumieniu oraz zainteresowaniach.



Czytanie książek wspiera naukę języków obcych

We współczesnym świecie znajomość języków obcych jest bardzo ważna, a nawet konieczna. Język angielski towarzyszy nam każdego dnia i swobodne władanie nim pozwala porozumiewać się ludziom niemal na całym świecie. Czytanie książek w języku angielskim oraz każdym języku obcym, jaki pragniemy poznać, jest idealnym uzupełnieniem szkolnej nauki.



Codziennie czytanie

Kształtuje nawyk czytania

Dotyka emocji

Wzbogaca słownictwo

Buduje więź

Uczy nazywania emocji

Wzmacnia poczucie bezpieczeństwa

Rozwija kreatywność

Uczy skupienia

Buduje obraz siebie

Rozbudza zainteresowania

Rozwija wyobraźnię

Kształtuje postawy moralne

56% Polaków
nie czyta
książek



Bądź wyjątkowy
BIBLIOTEKA ZAPRASZA