

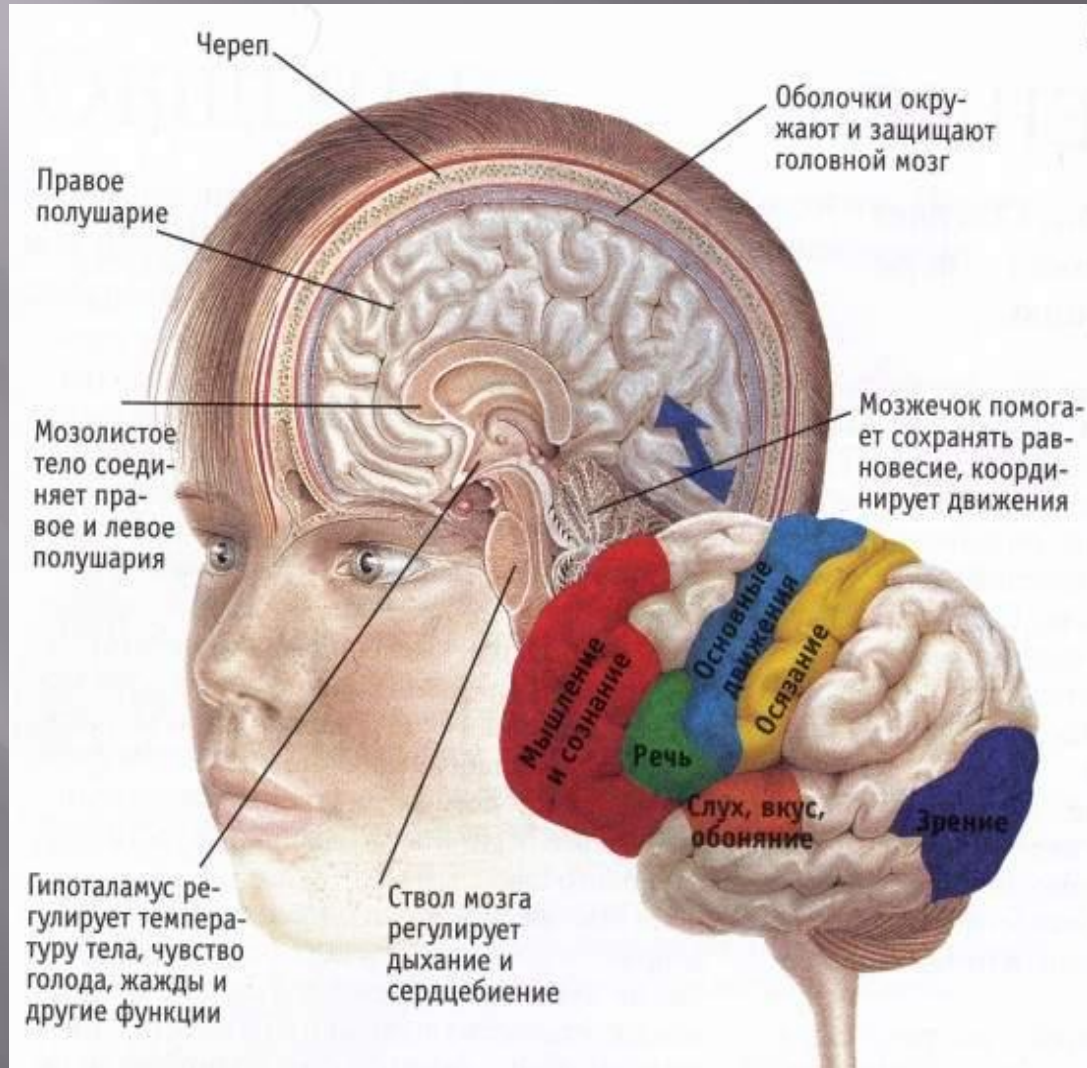
Презентация по внеурочной деятельности по теме: «Мозг»

классов:

Составила учитель начальных

Давыдова Елена Трофимовна.

РАСПОЛОЖЕНИЕ МОЗГА.



Самый большой головной мозг у финвала (сельдяного кита), его масса составляет 6–7 килограммов.



**Масса головного мозга индийского
слона 4–5 килограммов.**



У человека – 1,4 килограмма.



У лошади – 500 граммов.



У гориллы – 430 граммов.



У коровы – 350 граммов.



У собаки – 100 граммов.



©2007 Vassmann

У мартышки – 40 граммов.



У домашней кошки – 30 граммов.



У ежа – 3,5 грамма.



Самый большой мозг у рыбы —
Мормирус (рыба-слон). Масса мозга к
массе тела достигает от 1:38 до 1:50,
то есть такое же как и у человека.



**Животное с самым большим мозгом
по отношению к телу — муравей.**



Как же работает мозг?



Тренировка мозга.

Для тела – аэробика, а для мозгов – нейробика

Выполняйте **привычные действия левой рукой (левши - правой)**. Это укрепит связи между обоими полушариями мозга

Выполните привычные действия с **закрытыми глазами** (прием пищи, душ). Мозгу придется заниматься обработкой информации, полученной через органы чувств

Привнесите в повседневную рутину **элемент новизны** (например, делайте ежедневную работу в другом порядке, чем обычно)

Не пренебрегайте «**пищей для ума**» (включите в пищевой рацион антиоксиданты, которые присутствуют в ягодах, чае и зелени)

Нейробика – гимнастика для ума.

Ученые установили, что люди вполне самостоятельно могут помешать разрушительной работе времени, тренируя свой мозг так же, как свое тело

Играйте в настольные игры (необходимость просчитывать ходы и продумывать различные игровые ситуации не позволит мозгам «заржаветь»)

Мозг – суперкомпьютер. Как же его загружать?

Мозг — это суперкомпьютер. Это центр команд и контроля, управляющий жизнью. Он связан абсолютно со всеми вашими действиями. Мозг определяет мысли, чувства, отношения с другими людьми, даже устанавливает характер вашей личности.

Мозг в центре всего, что вы делаете, чувствуете и думаете. Он как суперкомпьютер, который управляет вашей сложной жизнью. Независимо от возраста, умственная тренировка очень важна. Вот 22 способа, которые помогут вам повысить умственные способности.

1. Развивайте серые клетки!

Это означает, что, занимаясь спортом с удовольствием, вы становитесь более остроумными и счастливыми.

2. Тренируйте своё мышление!

Пробуйте новые вкусы и запахи. Пробуйте делать что-нибудь левой рукой (если вы правша, и наоборот) Путешествуйте по новым местам. Занимайтесь искусством. Прочитайте новую книгу.

3. Спросите «Почему?»

Наш мозг предрасположен к любопытству. Позвольте и себе быть любопытным! Лучший способ развивать наше любопытство — все время задавать вопрос “Почему?” Пусть это будет новой привычкой (по крайней мере, 10 раз в день). Вы будете поражены тем, сколько возможностей откроется перед вами в жизни и работе.

4. Больше смеха!

Ученые говорят, что смех полезен для нашего здоровья. Таким образом, смех может заряжать наш мозг.

5. Развивайте память

Мозг — это машина памяти. Возьмите старый фотоальбом или школьный дневник. Проведите время со своими воспоминаниями. Позвольте разуму размышлять

6. Разгадайте загадку!

7. Некоторые из нас любят мозаики, некоторые кроссворды, а кто-то логические загадки. Все это очень хороший способ активизировать ваш мозг и поддерживать его активность. Разгадайте загадку ради забавы, но, делая это, знайте: вы тренируете свой мозг.

8. Играйте

Если у вас есть свободное время, поиграйте. Выделите время на игры. Играйте в видеоигры. Играйте в настольные игры. Да поиграйте в перетягивание каната, в конце концов! Не имеет значения, во что вы играете. Просто играйте! Это научит ваш мозг думать стратегически. Играйте!

9. Отдыхайте .

Во время работы всегда делайте перерывы. Это поможет снять напряжение, которое появляется из-за того, что вы слишком долго сидите на одном месте. Отдыхая всего лишь 10-15 минут каждый час, вы сможете повысить трудоспособность. Короткий отдых поможет вашему мозгу расслабиться.

10. Развивайте зрительную память

Каждый день составляйте список необходимых дел. Попробуйте мысленно нарисовать фигуру, в каждом углу которой будет находиться по одному делу. Например, треугольник или квадрат. Такой способ помогает более ясно усваивать нужную информацию.

Загадки - Природа



*В тихую погоду
Нет нас нигде,
А ветер подует -
Бежим по воде.*



ВЫХОД

www.NoT3D.ru

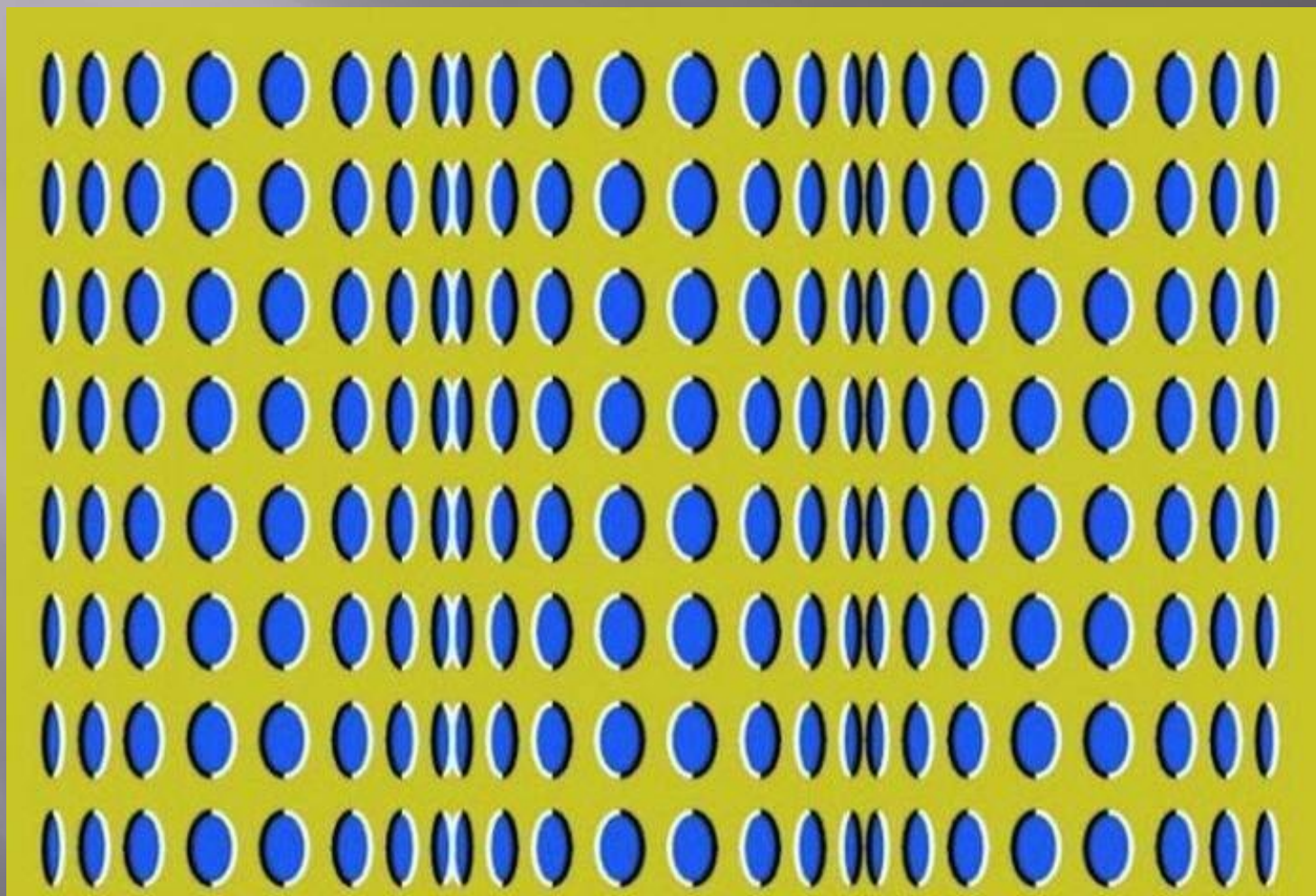
ПОМОЩНИК ПОДСКАЗКИ

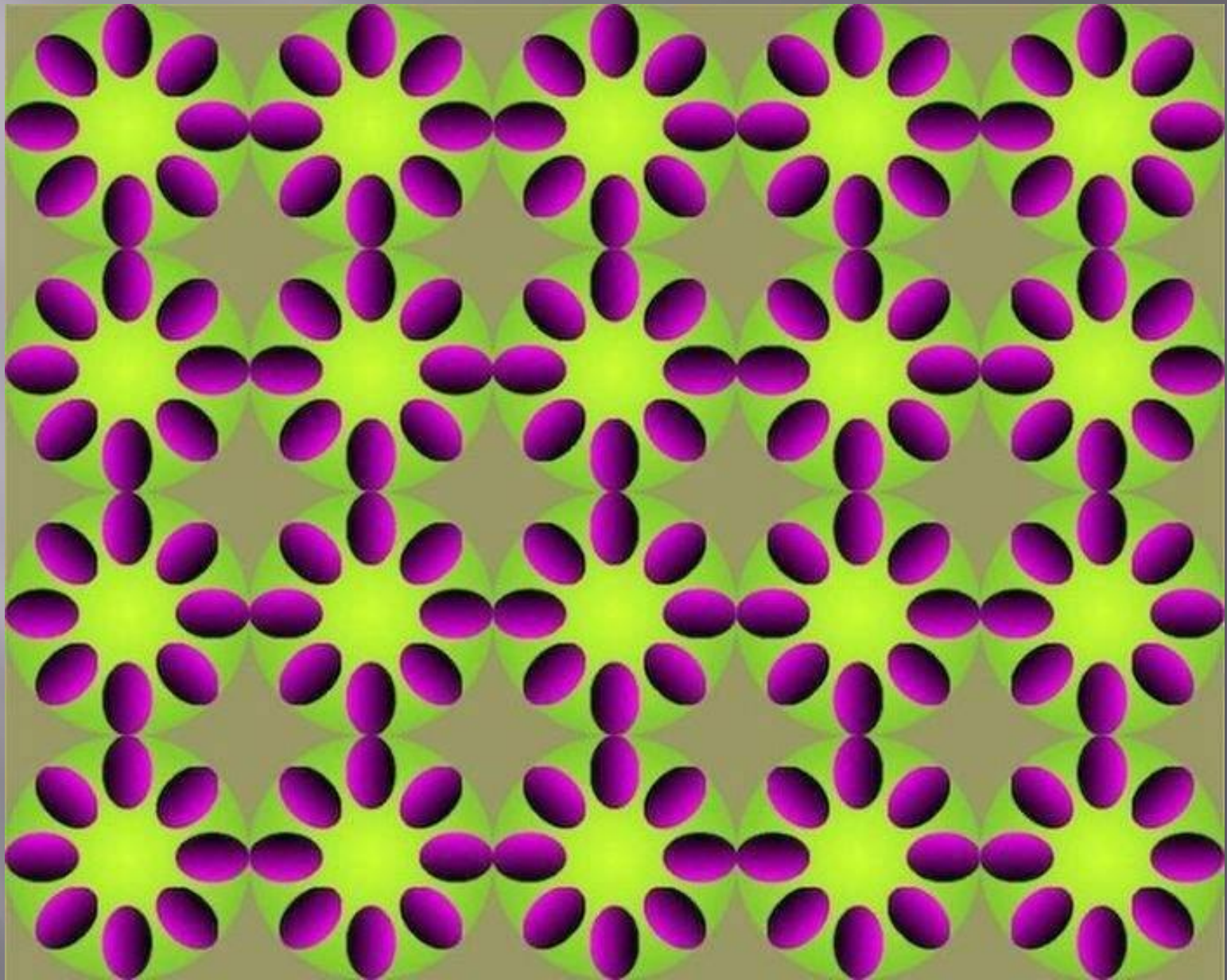
хозяйка просила мозги полечить!

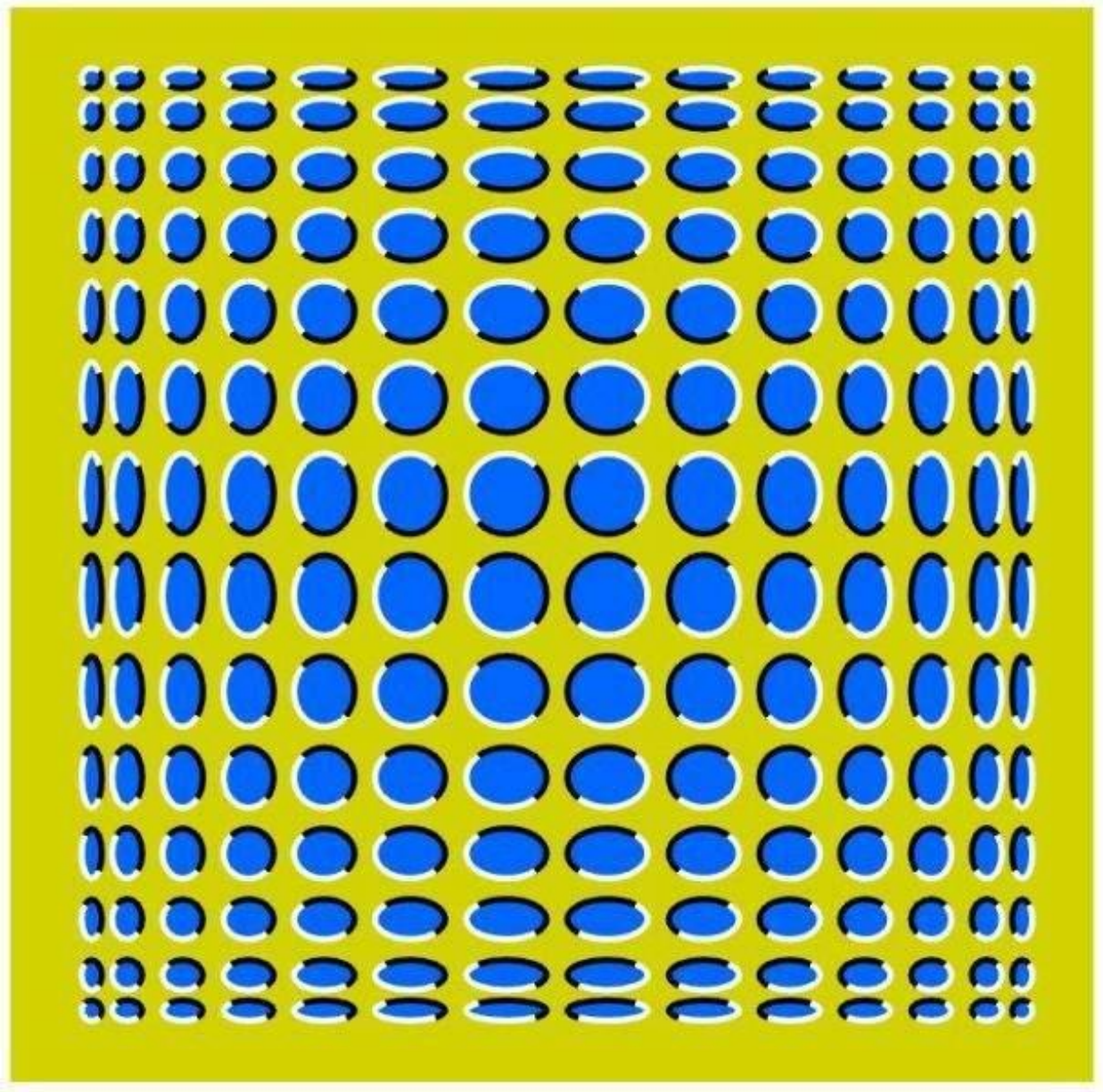


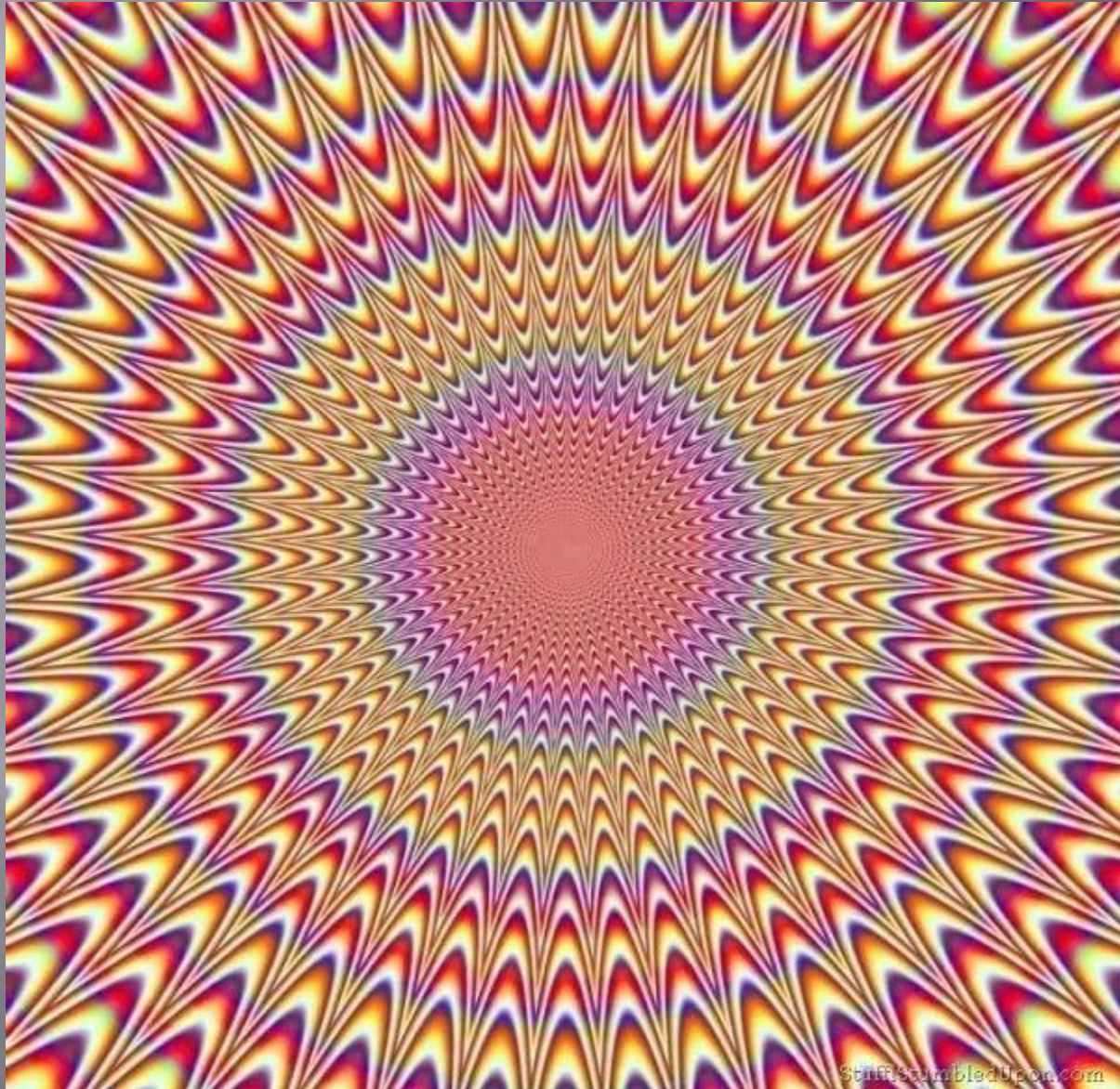
Создай свою котоматрицу на kotomatrix.ru

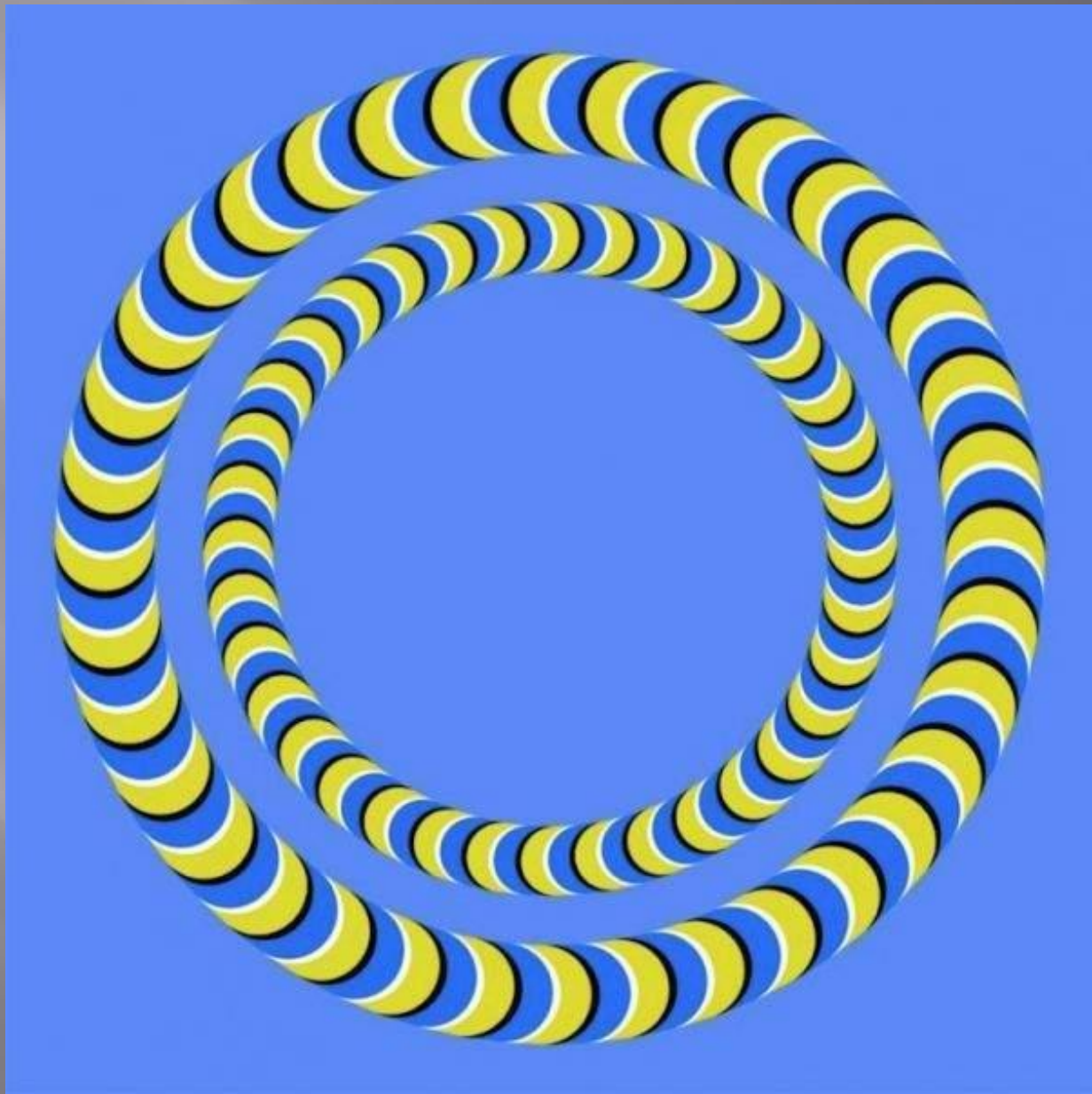
Зрительные иллюзии.











Используемые материалы:

- Иллюстрации из ресурсов интернета на тему «Мозг»
- ru.wikipedia.org/wiki/Головной_мозг..
- coolreferat.com/Головной_мозг_челов.
- medical.odaily.info/articles/Mozg-r.
- bolshoyvopros.ru/questions/86692-u-...
- uniport.pro/30508/blogs/22119
- nauka-prosto.ru/page/u-kogo-samyj-b...
- samogo.net/articles.php?id=1227
- brainden.com/golovolomki/eye-illusi..
- scorcher.ru/neuro/neuro_sys/illusio...
- illuzi.ru/node/633