Ментальная карта как способ визуализации мышления

Что такое ментальная карта? Зачем нужна ментальная карта?

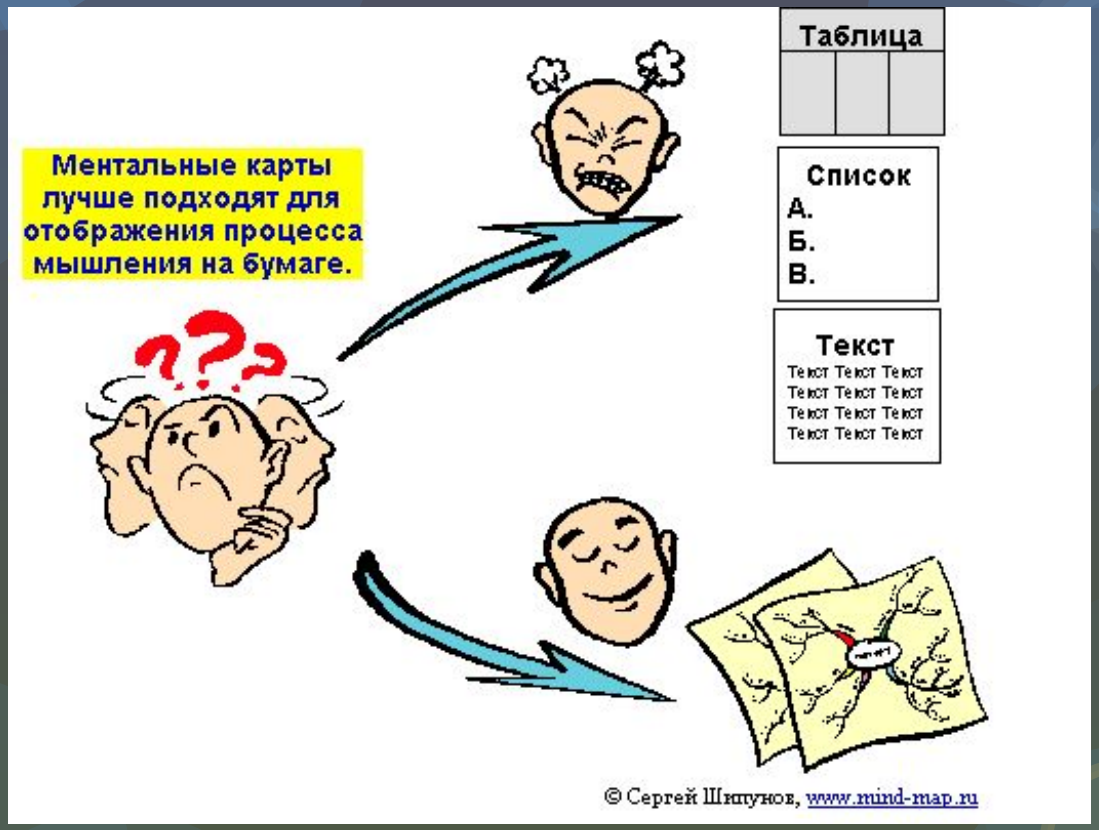
Mind-maps (термин может переводиться как «интеллект карты», «карты ума», «карты мыслей», «карты мышления», «ментальные карты», «карта памяти» или «карты разума») – информация, изображаемая в графическом виде на большом листе бумаги. Она отражает связи (смысловые, причинно-следственные, ассоциативные и т.д.) между понятиями, частями и составляющими рассматриваемой области.

Интеллект-карта – это графическое выражение процесса радиантного мышления и поэтому является естественным продуктом деятельности человеческого мозга.

Тони Бьюзен - известный писатель, лектор и консультант по вопросам интеллекта, психологии обучения и проблем мышления.

- Разработал правила и принципы конструкции ментальных карт;
- Систематизировал использование ментальных карт;
- Приложил массу усилий для популяризации и распространения данной технологии;
- Создал собственное программное обеспечение для поддержки создания ментальных карт под названием iMindMap в декабре 2006 года

Отражает естественный способ мышления человеческого мозга



Помогает навести порядок в голове,
получить целостную картину и отыскать новые ассоциации

Преимущества
Пишем
с удовольствием
быстро
мало
Легко научиться
Запоминаем
сразу
много
качественно
Видно
взаимосвязи
структуру
логику
Задействуем
творчество
весь потенциал
Развиваем
мышление
творческое
логическое
память
воображение

Область применения

Правила составления ментальных карт (Тони Бьюзен)

Используйте эмфазу

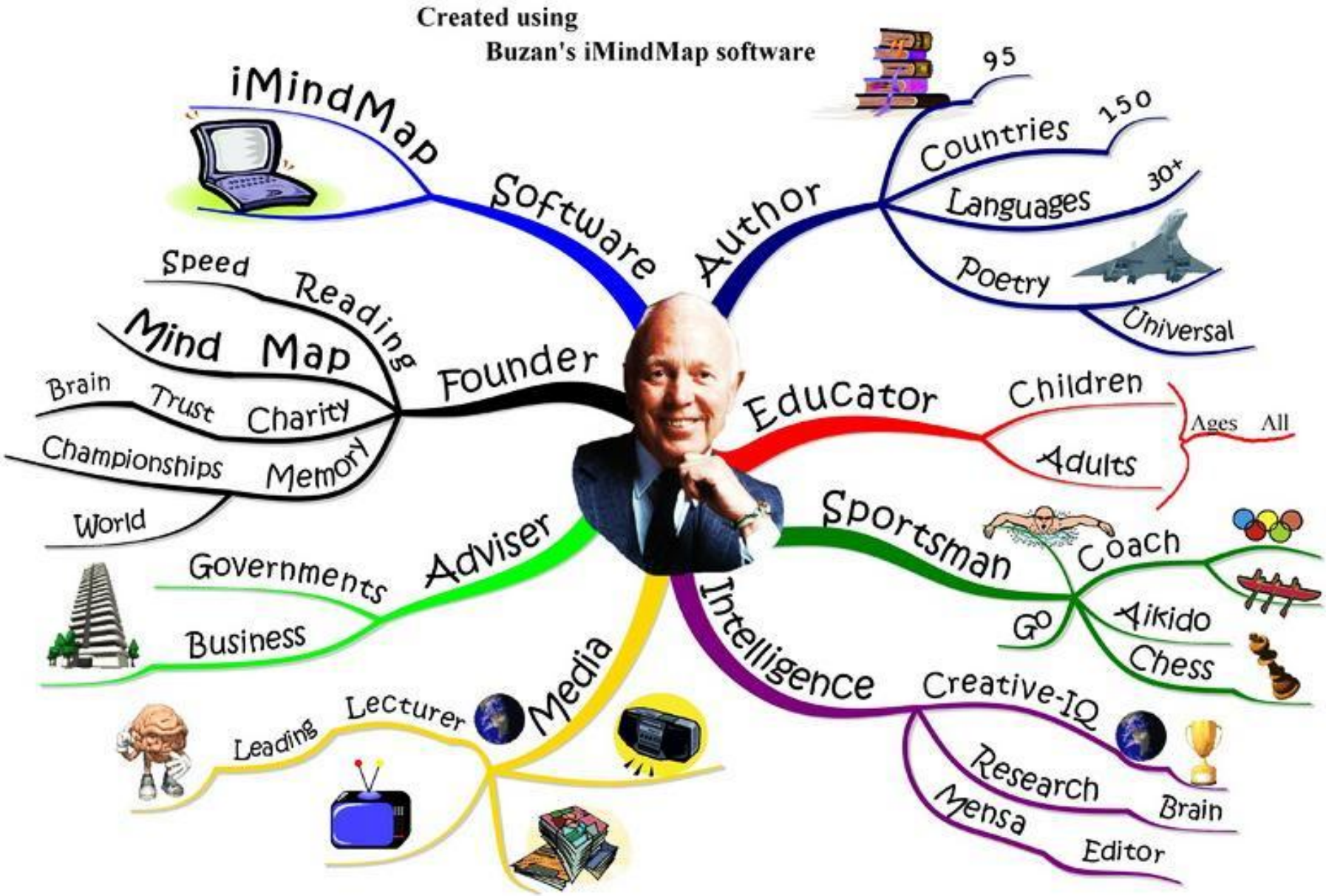
- Всегда используйте центральный образ.
- Для центрального образа используйте три и более цветов.
- Как можно чаще используйте графические образы.
- Чаще придавайте изображению объем, а также используйте выпуклые буквы
- Пользуйтесь синестезией (комбинированием всех видов эмоционально-чувственного восприятия).
- Варьируйте размеры букв, толщину линий и масштаб графики.
- Стремитесь к тому, чтобы расстояние между элементами интеллект карты было соответствующим.

Ассоциируйте

- Используйте стрелки, когда необходимо показать связи между элементами ментальных карт.
- Используйте цвета.
- Используйте кодирование информации.

Стремитесь к ясности в выражении мыслей

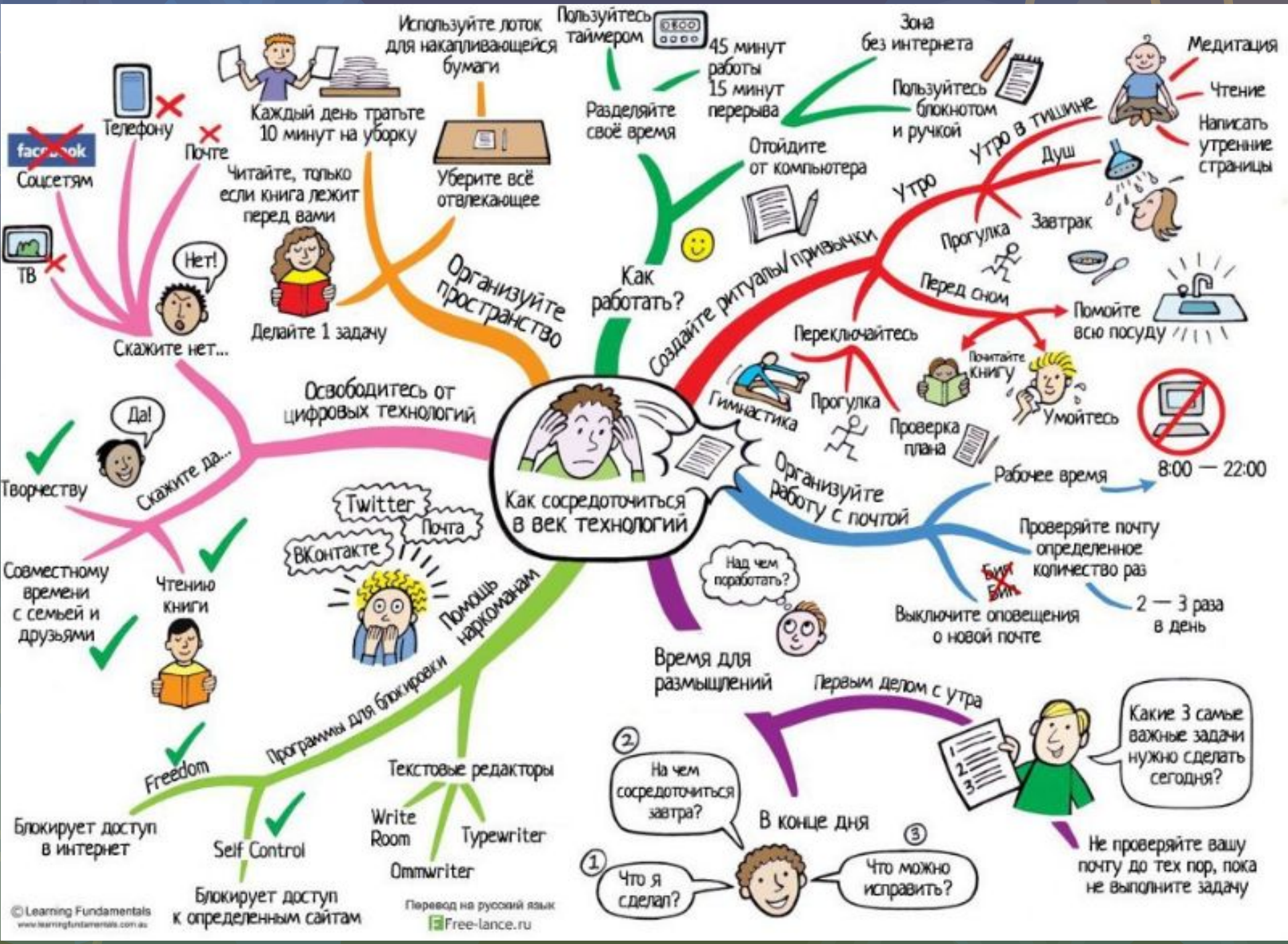
- Придерживайтесь принципа: по одному ключевому слову на каждую линию.
- Используйте печатные буквы.
- Размещайте ключевые слова над соответствующими линиями.
- Следите за тем, чтобы длина линии примерно равнялась длине соответствующего ключевого слова.
- Соединяйте линии с другими линиями и следите за тем, чтобы главные ветви карты соединялись с центральным образом.
- Делайте главные линии плавными и более жирными.
- Отграничивайте блоки важной информации с помощью линий.
- Следите за тем, чтобы ваши рисунки (образы) были предельно ясными.
- Держите бумагу горизонтально перед собой, предпочтительно в положении «ландшафт».
- Старайтесь все слова располагать горизонтально.

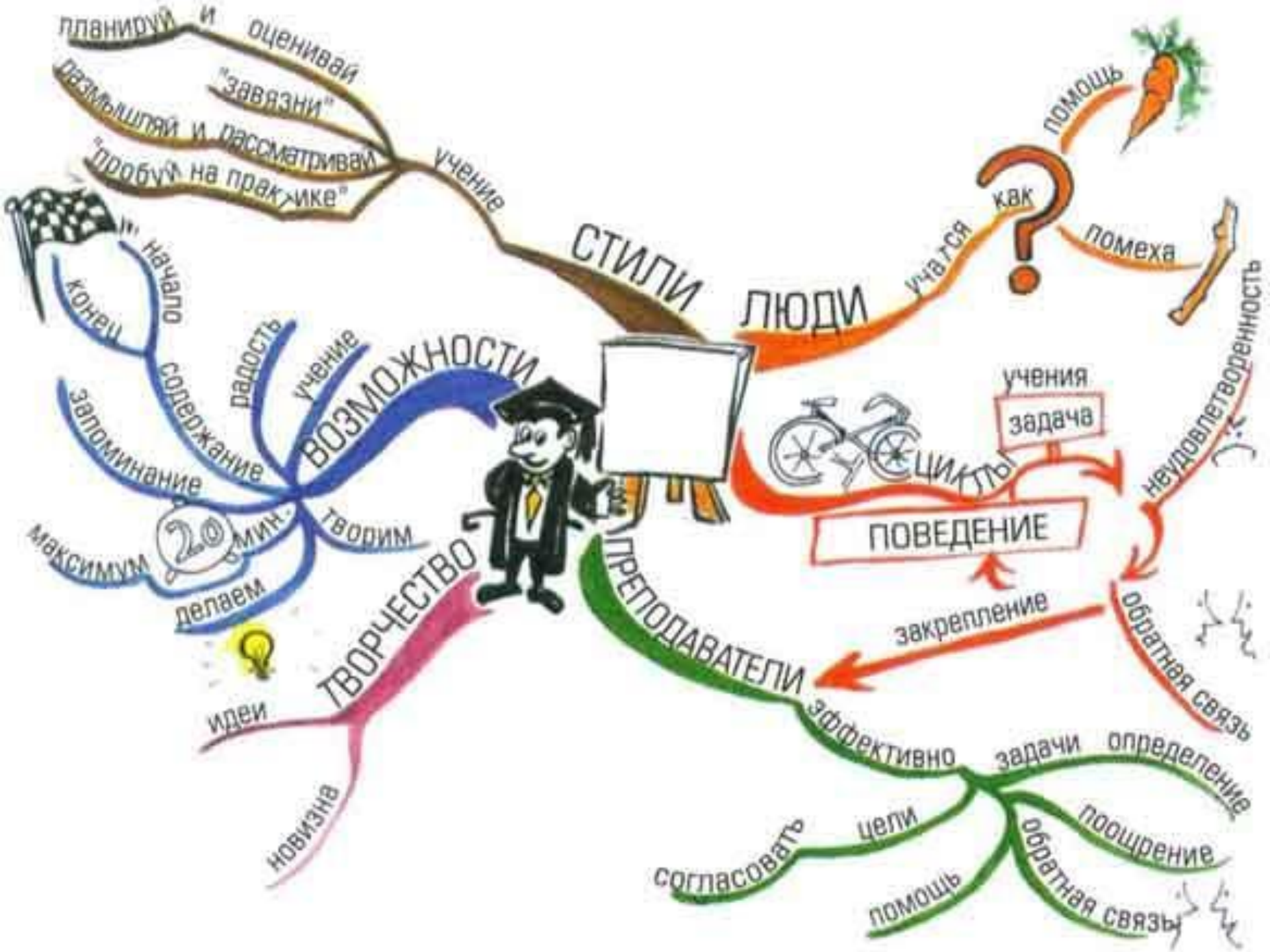

Created using
Buzan's iMindMap software
iMindMap
Software
Author
95
Countries
150
Languages
30+
Poetry
Universal
Speed
Reading
Mind Map
Founder
Brain
Trust
Charity
Championships
Memory
World
Educator
Children
Adults
Ages All
Sportsman
Coach
Go
Aikido
Chess
Adviser
Governments
Business
Intelligence
Creative-IQ
Research
Brain
Mensa
Editor
Media
Lecturer
Leading

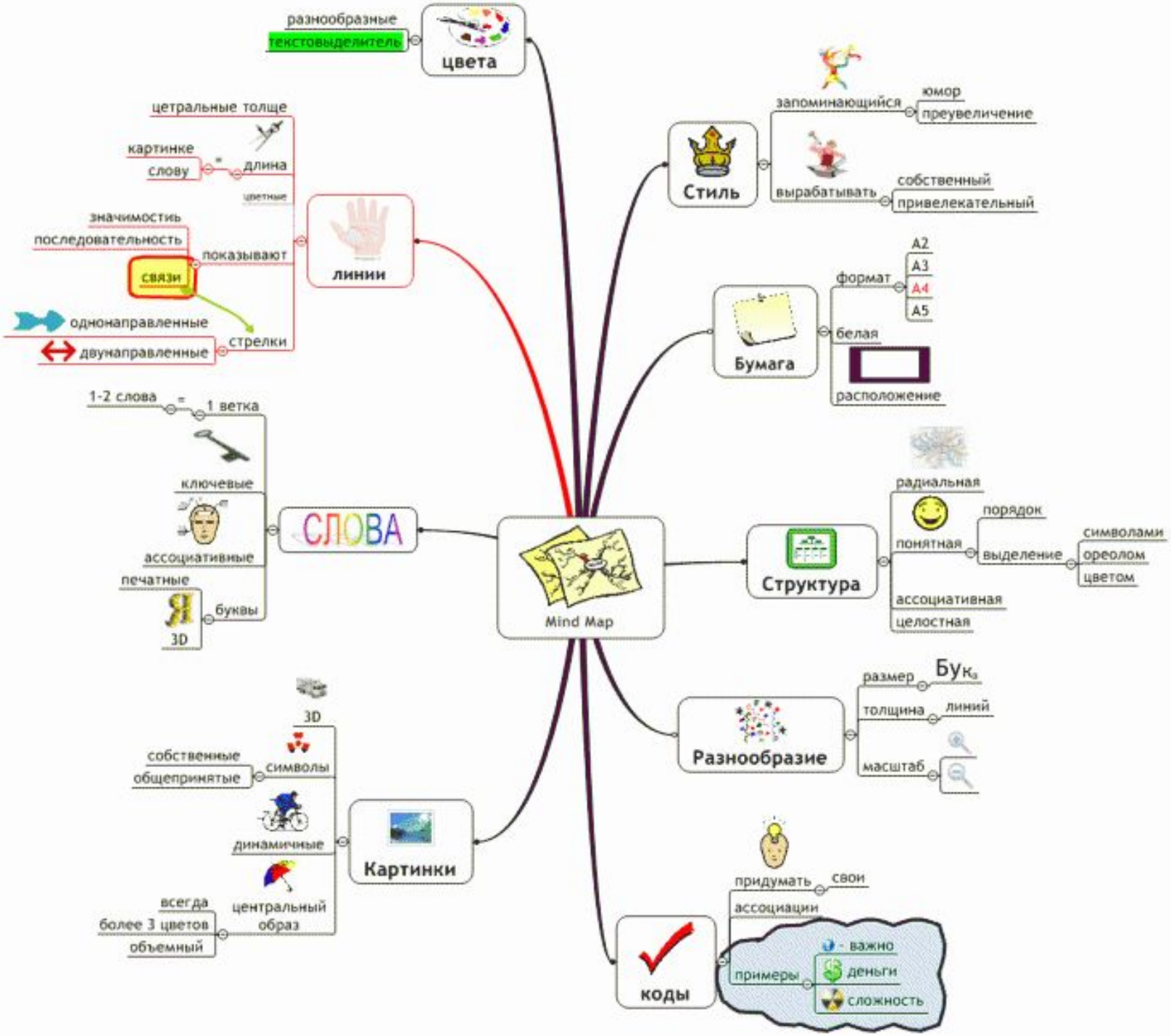
mind map для учителя

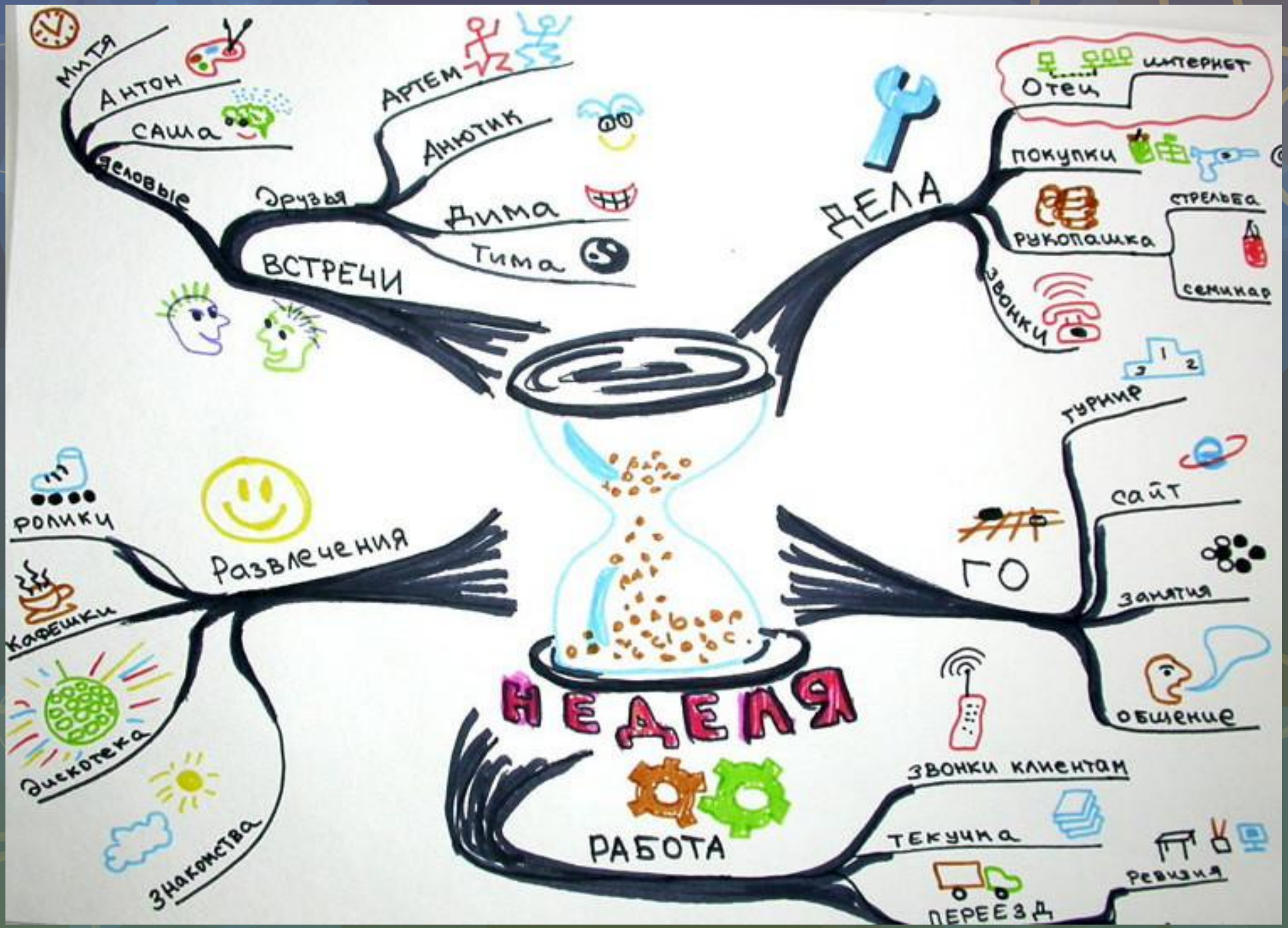
- написание статьи
  - введение
    - тема
      - идея 1
      - идея 2
      - идея 3
  - основная часть
    - абзац 1
      - идея
      - идея
      - идея
    - абзац 2
    - абзац 3
  - заключение
- метод разработка
  - цели/назначение
  - пояснительная записка
  - основное содержание
  - тематич план
  - оборудование
  - контрольн материалы
- составление отчета
  - тема
  - задачи
  - план
  - критерии
  - реализация
  - анализ
  - рефлексия
- планирование
  - тематический план
  - план воспитательной работы
    - направления
    - сроки
    - исполнители
    - комментарии
  - план урока
    - цели/задачи
      - обучающие
      - воспитательные
      - развивающие
    - структура урока
      - этапы в завис от типа урока
    - задания для разных уровн
      - минимальный
      - общий
      - продвинутый
    - оснащение урока
      - тех оборудование
      - раздат материал
      - основной материал
      - реквизит и пр
- конспект
  - образоват объекты
  - характеристики
  - выводы
  - источники
- самообразование
  - что и зучить
  - где
  - когда
- портфолио
  - курсы
  - творческие работы
  - достижения
  - публикации
  - метод разработки

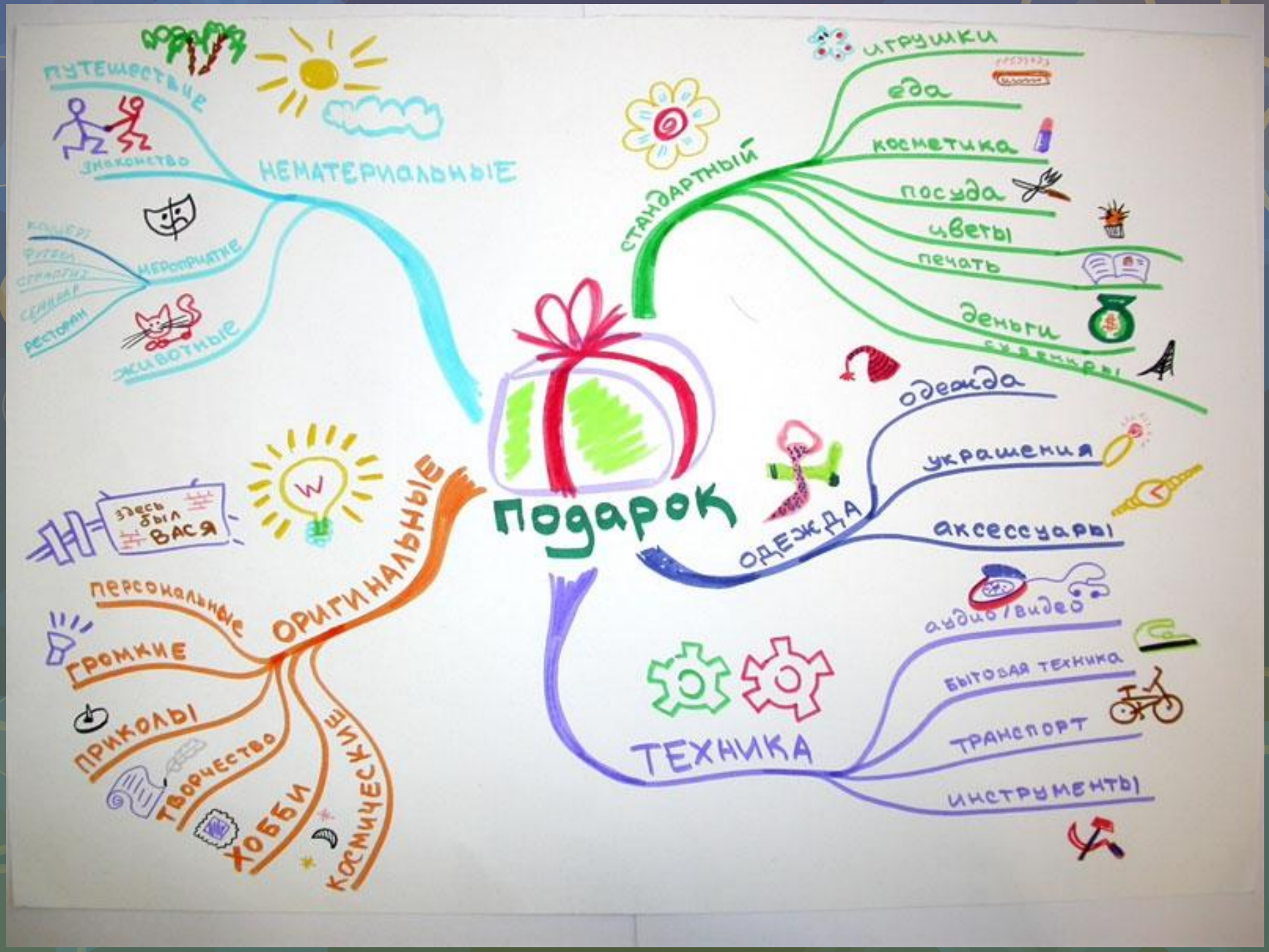
This Mind Map was created with iMindMap Trial
Download your free copy from www.ThinkBuzan.com


Как сосредоточиться в век технологий
Как работать?
Разделяйте своё время
Пользуйтесь таймером
45 минут работы 15 минут перерыва
Зона без интернета
Пользуйтесь блокнотом и ручкой
Отойдите от компьютера
Организуйте пространство
Используйте лоток для накапливающейся бумаги
Каждый день тратьте 10 минут на уборку
Уберите всё отвлекающее
Читайте, только если книга лежит перед вами
Делайте 1 задачу
Освободитесь от цифровых технологий
Телефону
Почте
Соцсетям
ТВ
Нет!
Скажите нет...
Скажите да...
Да!
Творчеству
Совместному времени с семьей и друзьями
Чтению книги
Помощь наркоманам
Twitter
Почта
ВКонтакте
Программы для блокировки
Freedom
Блокирует доступ в интернет
Self Control
Блокирует доступ к определенным сайтам
Текстовые редакторы
Write Room
Typewriter
Ommwriter
Создайте ритуалы/привычки
Утро
Утро в тишине
Медитация
Чтение
Написать утренние страницы
Душ
Завтрак
Прогулка
Перед сном
Помойте всю посуду
Почитайте книгу
Умойтесь
Переключайтесь
Гимнастика
Прогулка
Проверка плана
Организуйте работу с почтой
Рабочее время
8:00 — 22:00
Проверяйте почту определенное количество раз
2 — 3 раза в день
Выключите оповещения о новой почте
Время для размышлений
Над чем поработать?
Первым делом с утра
Какие 3 самые важные задачи нужно сделать сегодня?
Не проверяйте вашу почту до тех пор, пока не выполните задачу
В конце дня
1 Что я сделал?
2 На чем сосредоточиться завтра?
3 Что можно исправить?
© Learning Fundamentals
www.learningfundamentals.com.au
Перевод на русский язык
Free-lance.ru


планируй и оценивай
"завязни"
размышляй и рассматривай
"пробуй на практике"
учение
СТИЛИ
ЛЮДИ
учатся
как
помощь
помеха
начало
конец
содержание
запоминание
радость
учение
ВОЗМОЖНОСТИ
20 мин.
максимум
делаем
творим
ТВОРЧЕСТВО
идеи
новизна
ПРЕПОДАВАТЕЛИ
учения
задача
ЦИКЛЫ
ПОВЕДЕНИЕ
неудовлетворенность
обратная связь
закрепление
эффективно
задачи
определение
поощрение
обратная связь
помощь
цели
согласовать

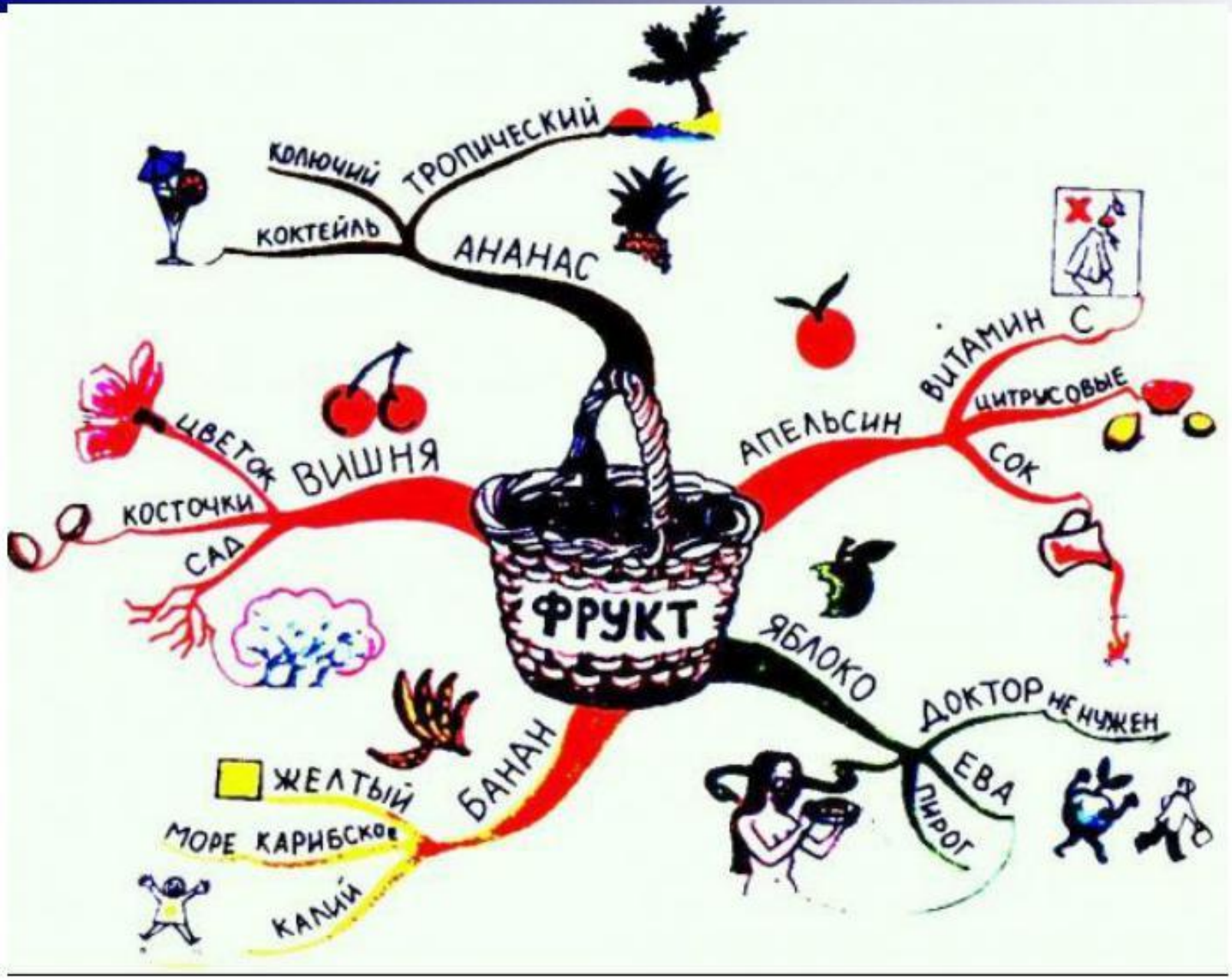

Mind Map
цвета
разнообразные
текстовыделитель
Стиль
запоминающийся
юмор
преувеличение
вырабатывать
собственный
привелекательный
Бумага
формат
А2
А3
А4
А5
белая
расположение
Структура
радиальная
понятная
порядок
выделение
символами
ореолом
цветом
ассоциативная
целостная
Разнообразие
размер
Бук
толщина
линий
масштаб
коды
придумать
свои
ассоциации
примеры
важно
деньги
сложность
Картинки
3D
собственные
общепринятые
символы
динамичные
центральный
образ
всегда
более 3 цветов
объемный
СЛОВА
1-2 слова
1 ветка
ключевые
ассоциативные
печатные
буквы
3D
линии
цетральные толще
картинке
слову
длина
цветные
значимость
последовательность
показывают
связи
однонаправленные
двунаправленные
стрелки

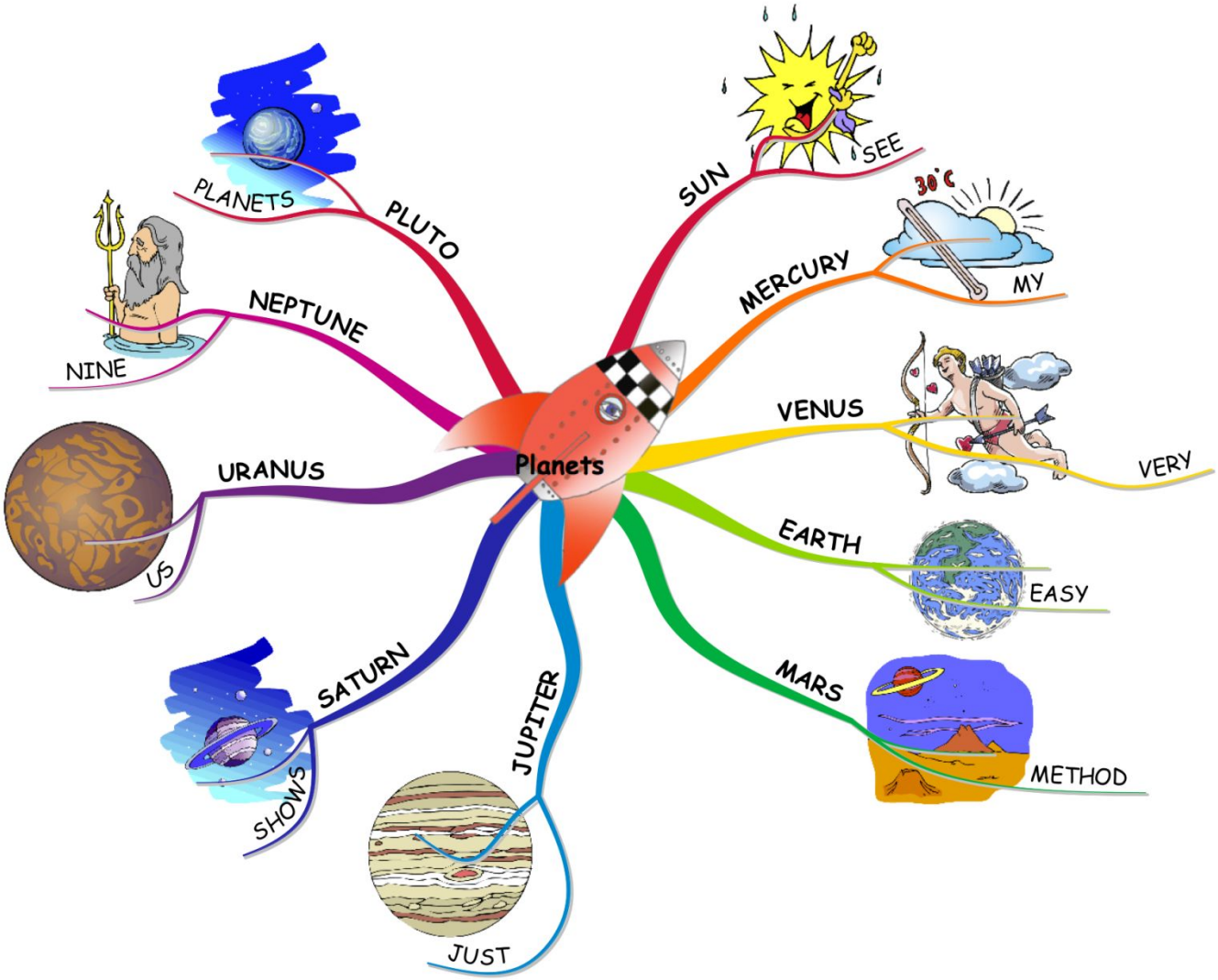

НЕДЕЛЯ
ВСТРЕЧИ
Деловые
Друзья
Митя
Антон
Саша
Артем
Анютик
Дима
Тима
ДЕЛА
Отец
интернет
покупки
рукопашка
стрельба
семинар
звонки
ГО
турнир
сайт
занятия
общение
РАБОТА
звонки клиентам
текучка
переезд
ревизия
Развлечения
ролики
кафешки
дискотека
знакомства

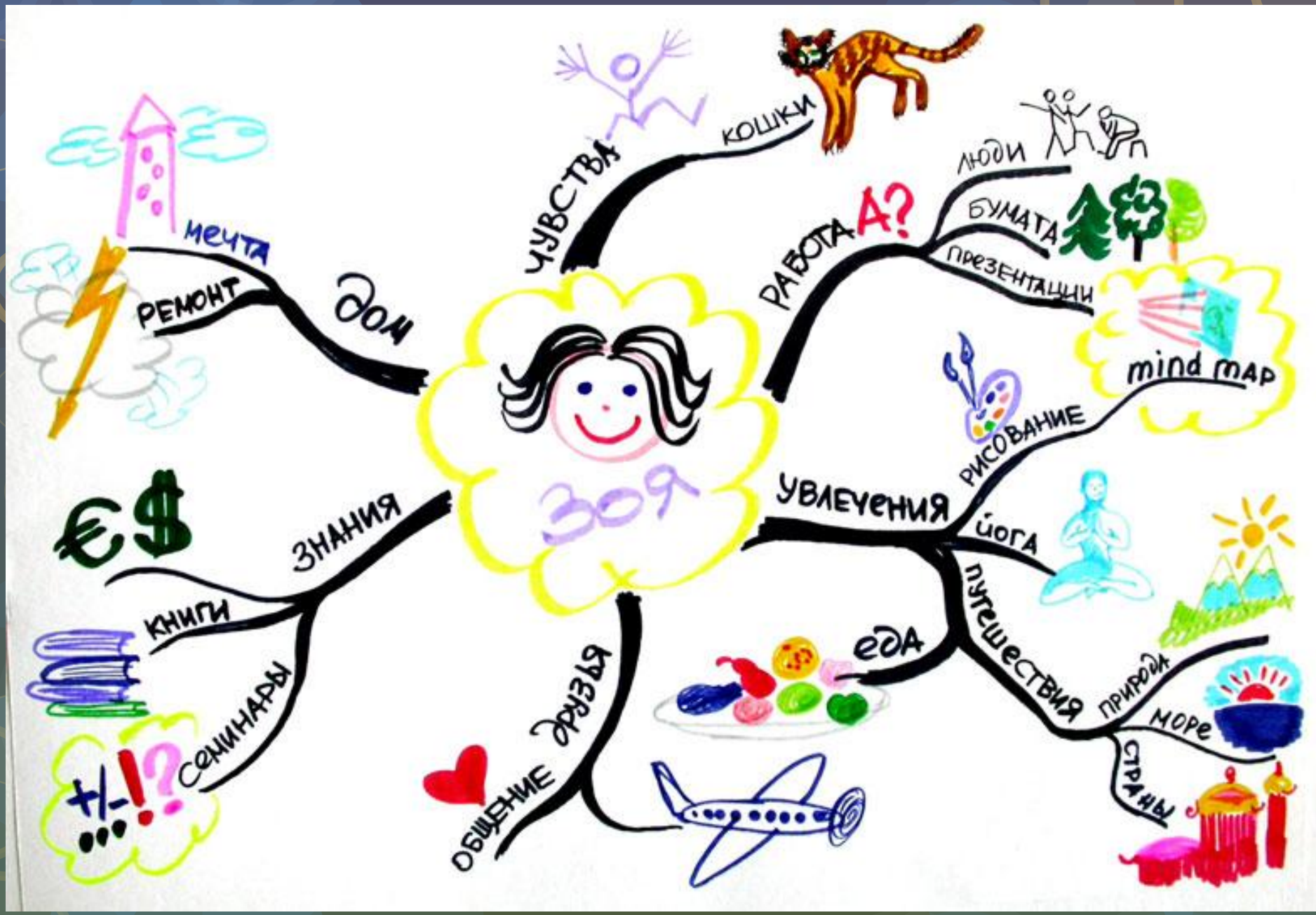

Подарок
нематериальные
путешествие
знакомство
развлечение
концерт
фильм
спектакль
семинар
ресторан
животные
стандартный
игрушки
еда
косметика
посуда
цветы
печать
деньги
сувениры
одежда
одежда
украшения
аксессуары
техника
аудио/видео
бытовая техника
транспорт
инструменты
оригинальные
персональные
громкие
приколы
творчество
хобби
космические
здесь был вася

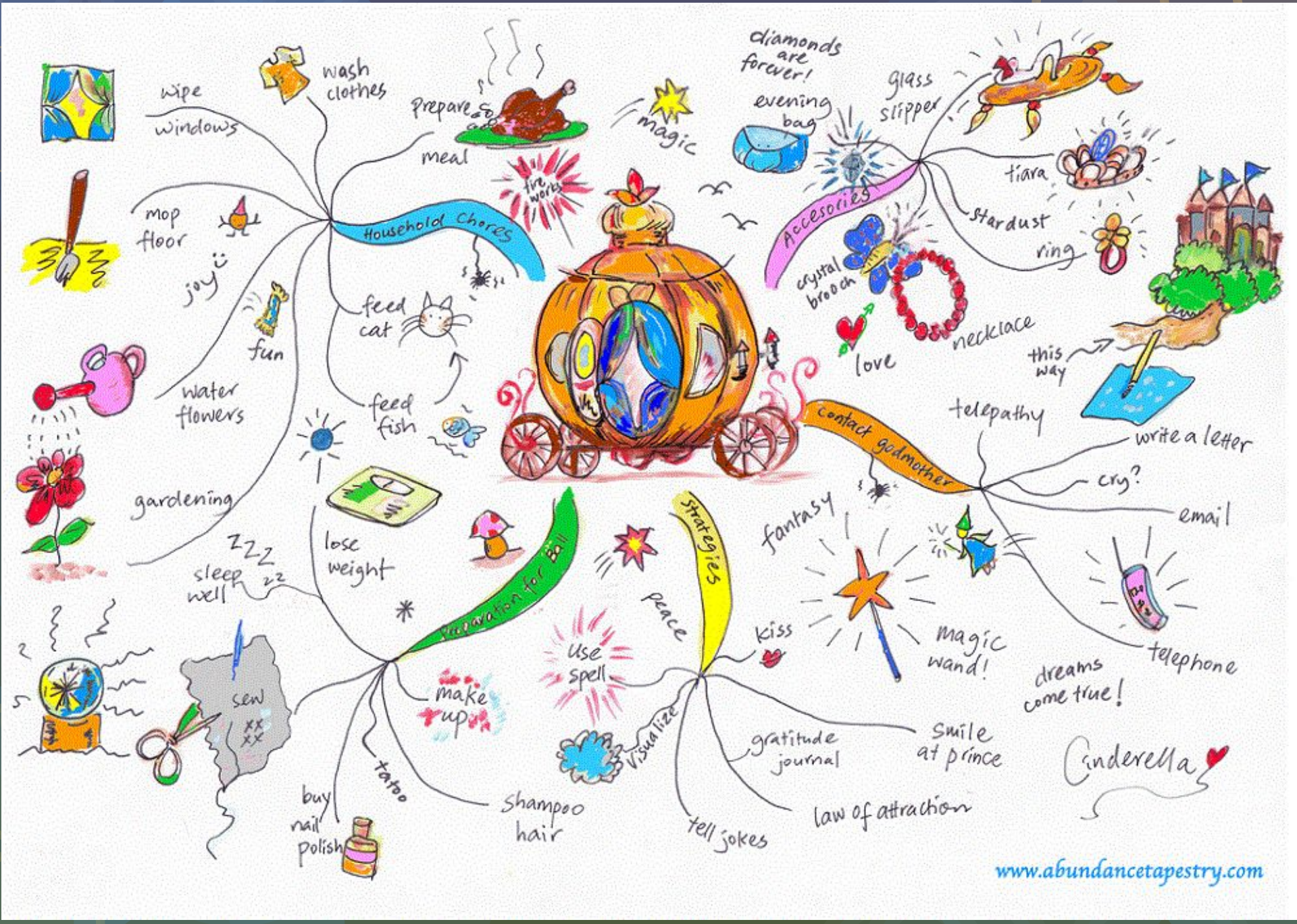
Я люблю тебя
6
ЗДОРОВЬЕ
ДУШЕВНЫЙ КОМФОРТ
ПОЛЕЗНАЯ
КРАСИВЫЙ
ЛЕГКИЙ И
ПРИЯТНЫЙ
СПОСОБ
ЗАРАБАТЫВАТЬ
ДЕНЬГИ
УДОВОЛЬСТВИЕ
КАЙФ
ПОМОЩЬ
ЗАБОТА
ДРУЗЬЯ
ЗНАКОМЫЕ
РАЗНООБРАЗИЕ
ВОДТОРГ
ИНТЕРЕС
ОБАЯНИЕ
ПОКЛОННИКИ
ТАЛАНТЫ
НАДЕЖНОСТЬ
КОМФОРТ
ОБЩЕНИЕ
НУЖНОСТЬ
ИЗРАИЛЬ
СПОКОЙСТВИЕ
Я как мне хочется
зарабатывать деньги?
Я каким нашу мне
для себя способом я могу
и я хочу их зарабатывать

МЕНТАЛЬНЫЕ КАРТЫ В ДОУ

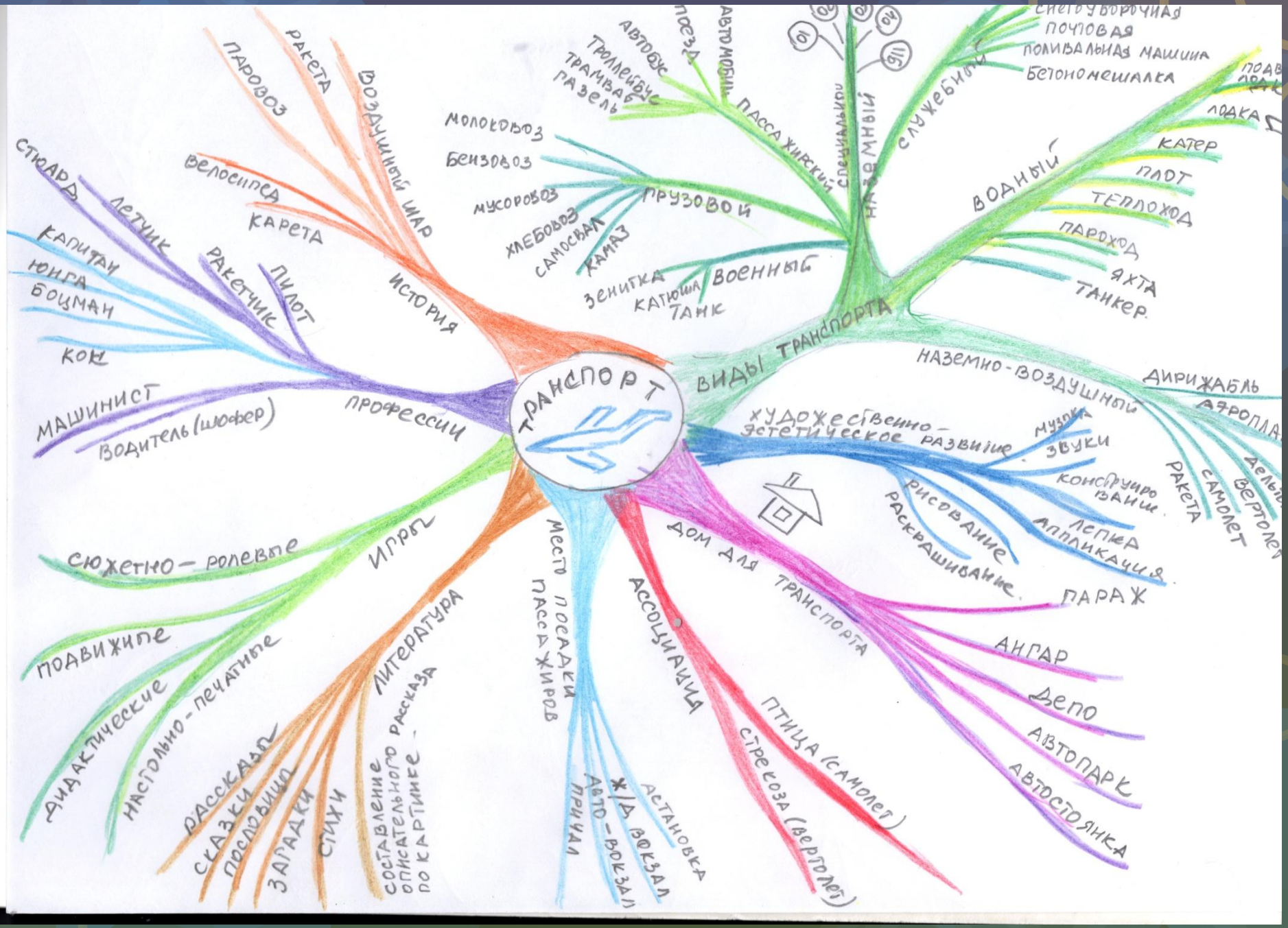

ФРУКТ
АНАНАС
ТРОПИЧЕСКИЙ
КОЛЮЧИЙ
КОКТЕЙЛЬ
ВИШНЯ
ЦВЕТОК
КОСТОЧКИ
САД
АПЕЛЬСИН
ВИТАМИН С
ЦИТРУСОВЫЕ
СОК
БАНАН
ЖЕЛТЫЙ
МОРЕ КАРИБСКОЕ
КАЛИЙ
ЯБЛОКО
ДОКТОР НЕ НУЖЕН
ЕВА
ПИРОГ

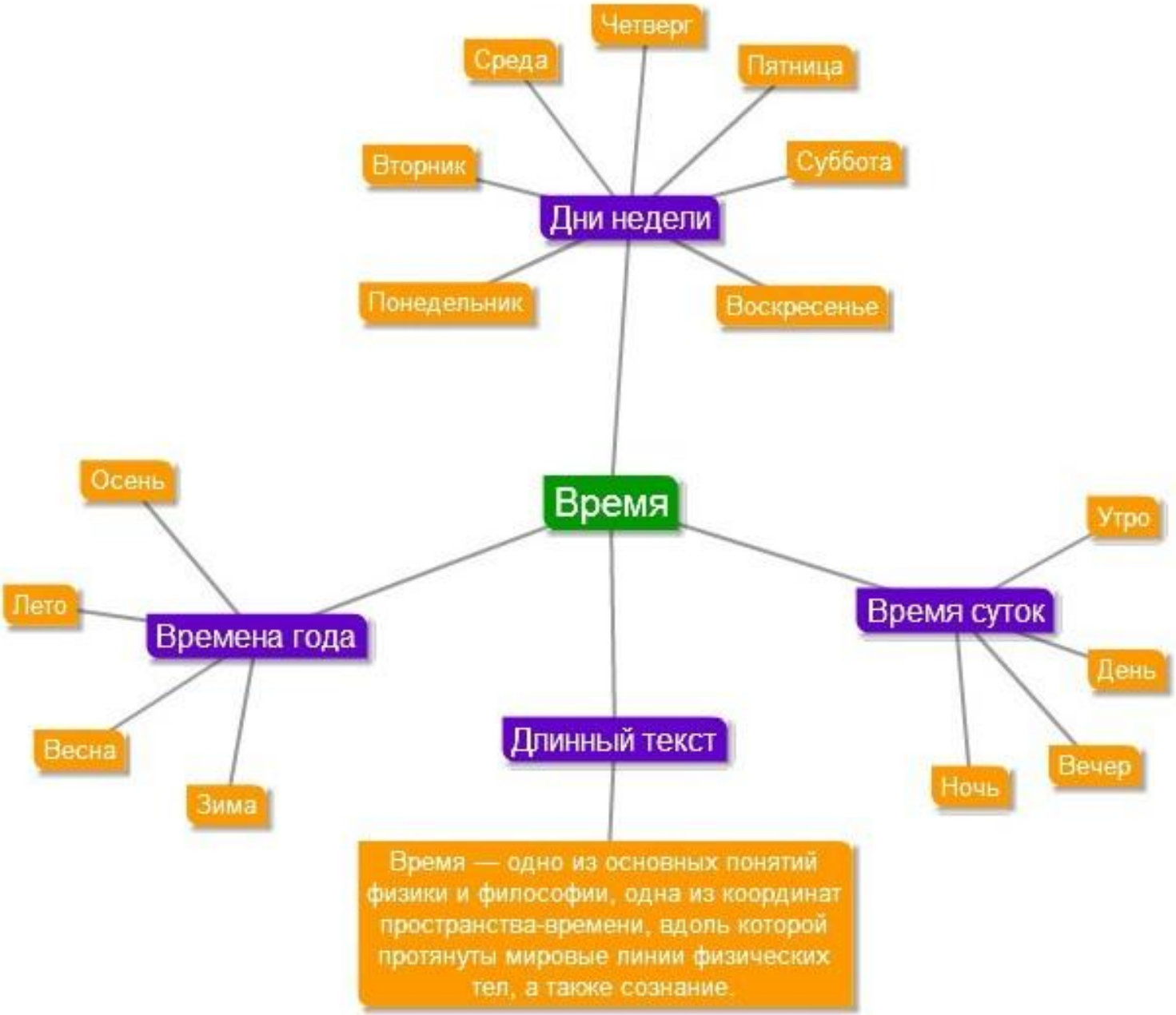

Planets
PLUTO
PLANETS
NEPTUNE
NINE
URANUS
US
SATURN
SHOWS
JUPITER
JUST
SUN
SEE
MERCURY
30°C
MY
VENUS
VERY
EARTH
EASY
MARS
METHOD

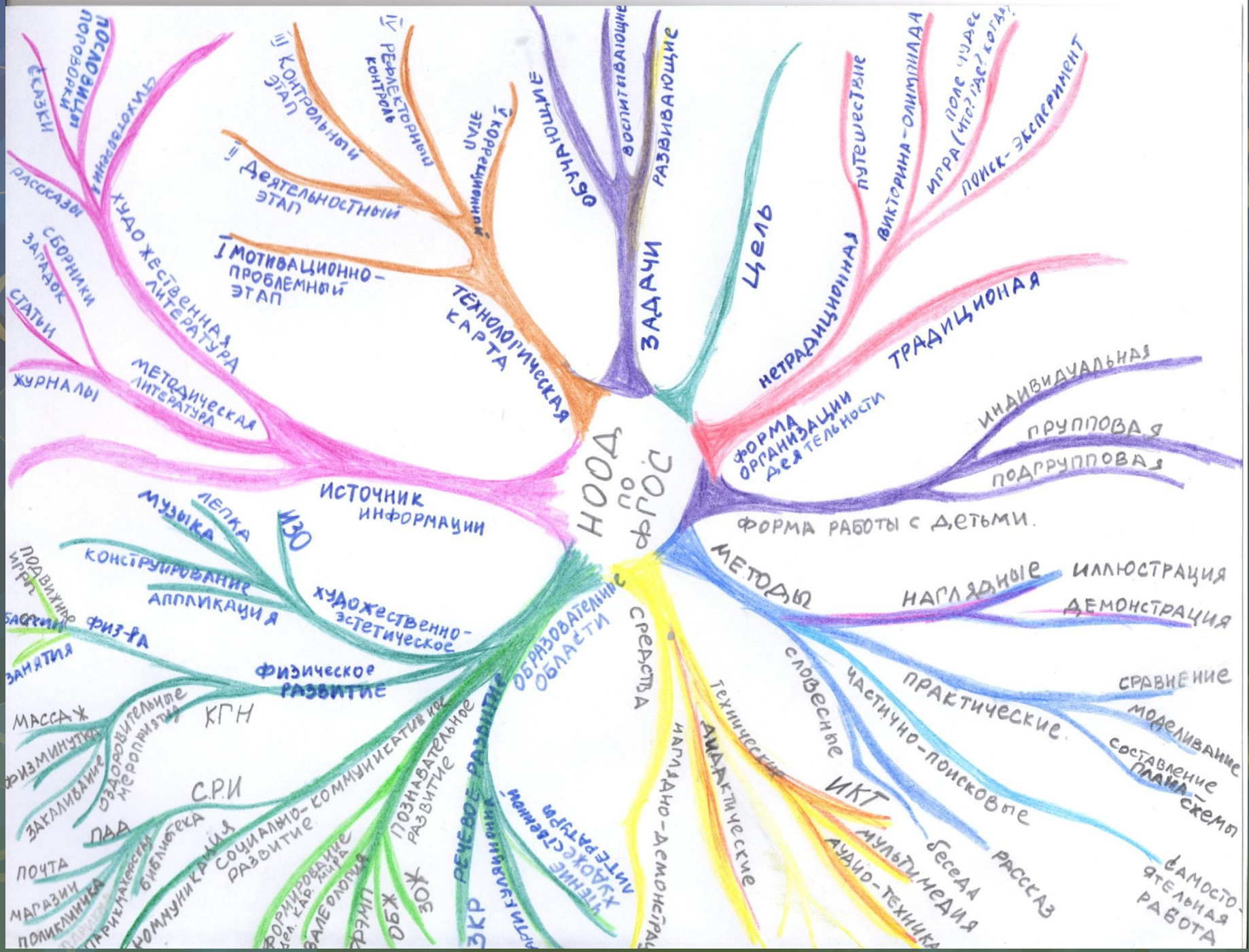

Зоя
Дом
мечта
ремонт
Чувства
кошки
Работа А?
люди
бумага
презентации
mind map
Увлечения
рисование
йога
путешествия
природа
море
страны
еда
Общение
друзья
Знания
книги
семинары


Household Chores
wipe windows
wash clothes
prepare meal
mop floor
joy
fun
water flowers
gardening
feed cat
feed fish
lose weight
sleep well
sew
buy nail polish
tattoo
make up
shampoo hair
Preparation for Ball
fire works
magic
Strategies
peace
use spell
visualize
kiss
gratitude journal
tell jokes
law of attraction
smile at prince
Accesories
diamonds are forever!
evening bag
glass slipper
tiara
stardust
ring
crystal brooch
necklace
love
Contact godmother
this way
telepathy
write a letter
cry?
email
fantasy
magic wand!
telephone
dreams come true!
Cinderella
www.abundancetapestry.com

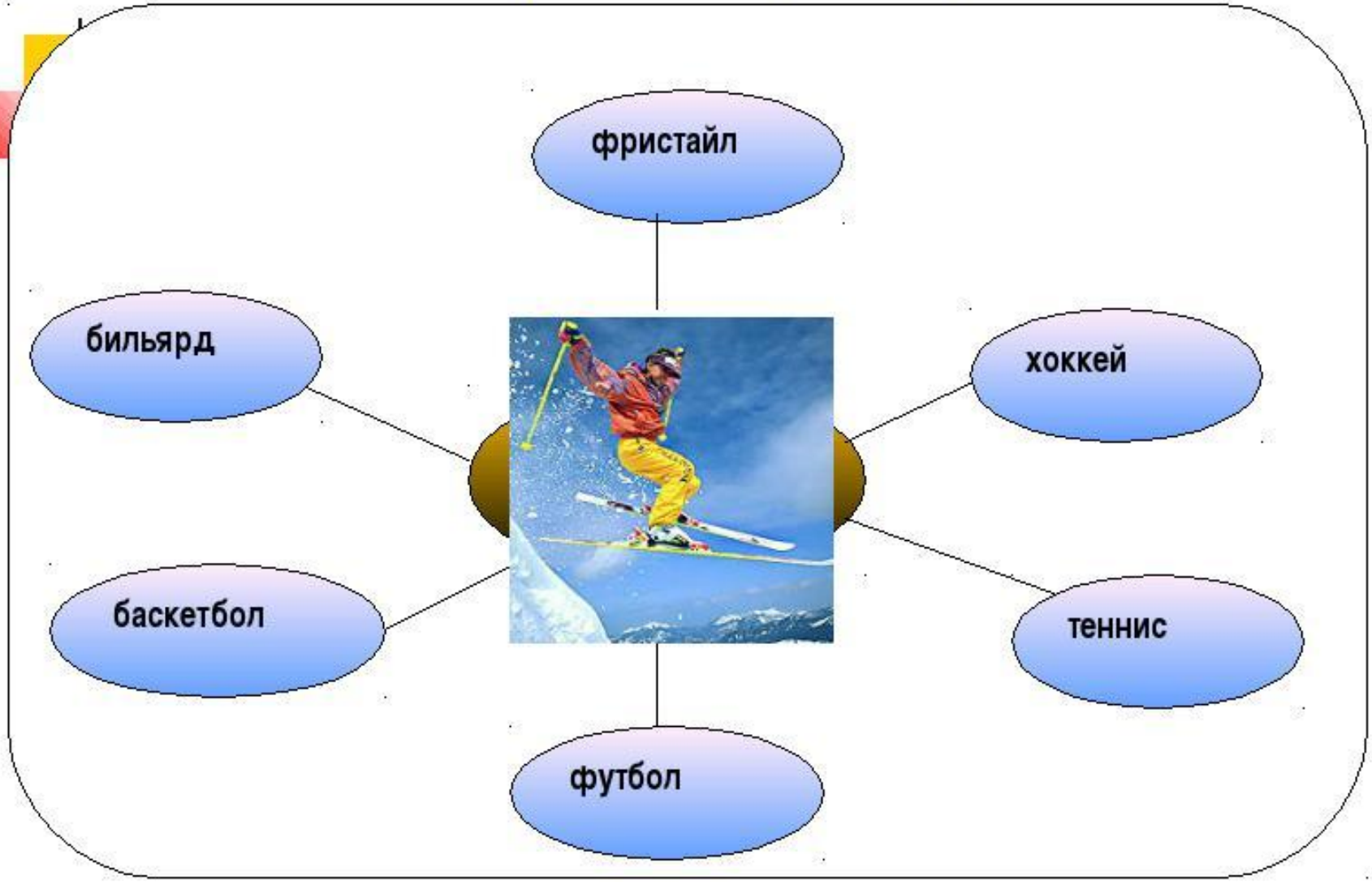
ТРАНСПОРТ


ТРАНСПОРТ
ИСТОРИЯ
ПАРОВОЗ
РАКЕТА
ВОЗДУШНЫЙ ШАР
ВЕЛОСИПЕД
КАРЕТА
ПРОФЕССИИ
СТЮАРД
ЛЕТЧИК
КАПИТАН
ЮНГА
БОЦМАН
КОК
РАКЕТЧИК
ПИЛОТ
МАШИНИСТ
ВОДИТЕЛЬ (ШОФЕР)
ВИДЫ ТРАНСПОРТА
НАЗЕМНЫЙ
ПАССАЖИРСКИЙ
АВТОБУС
ПОЕЗД
АВТОМОБИЛЬ
ТРОЛЛЕЙБУС
ТРАМВАЙ
ГАЗЕЛЬ
СПЕЦИАЛЬНЫЙ
СЛУЖЕБНЫЙ
СНЕГОУБОРОЧНАЯ
ПОЧТОВАЯ
ПОЛИВАЛЬНАЯ МАШИНА
БЕТОНОМЕШАЛКА
ГРУЗОВОЙ
МОЛОКОВОЗ
БЕНЗОВОЗ
МУСОРОВОЗ
ХЛЕБОВОЗ
САМОСВАЛ
КАМАЗ
ВОЕННЫЙ
ЗЕНИТКА
КАТЮША
ТАНК
ВОДНЫЙ
ЛОДКА
КАТЕР
ПЛОТ
ТЕПЛОХОД
ПАРОХОД
ЯХТА
ТАНКЕР
НАЗЕМНО-ВОЗДУШНЫЙ
ДИРИЖАБЛЬ
АЭРОПЛАН
ДЕЛЬТА
ВЕРТОЛЕТ
САМОЛЕТ
РАКЕТА
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
МУЗЫКА
ЗВУКИ
КОНСТРУИРОВАНИЕ
ЛЕПКА
АППЛИКАЦИЯ
РИСОВАНИЕ
РАСКРАШИВАНИЕ
ДОМ ДЛЯ ТРАНСПОРТА
ГАРАЖ
АНГАР
ДЕПО
АВТОПАРК
АВТОСТОЯНКА
АССОЦИАЦИЯ
ПТИЦА (САМОЛЕТ)
СТРЕКОЗА (ВЕРТОЛЕТ)
МЕСТО ПОСАДКИ ПАССАЖИРОВ
АСТАНОВКА
Ж/Д ВОКЗАЛ
АВТО-ВОКЗАЛ
ПРИЧАЛ
ИГРЫ
СЮЖЕТНО-РОЛЕВЫЕ
ПОДВИЖНЫЕ
ДИДАКТИЧЕСКИЕ
НАСТОЛЬНО-ПЕЧАТНЫЕ
ЛИТЕРАТУРА
РАССКАЗЫ
СКАЗКИ
ПРОСЛОВИЦЫ
ЗАГАДКИ
СТИХИ
СОСТАВЛЕНИЕ ОПИСАТЕЛЬНОГО РАССКАЗА ПО КАРТИНЕ


Четверг
Среда
Пятница
Вторник
Суббота
Дни недели
Понедельник
Воскресенье
Осень
Время
Утро
Лето
Времена года
Время суток
День
Длинный текст
Весна
Вечер
Ночь
Зима
Время — одно из основных понятий физики и философии, одна из координат пространства-времени, вдоль которой протянуты мировые линии физических тел, а также сознание.


НООД по ФГОС
ЗАДАЧИ
ОБУЧАЮЩИЕ
ВОСПИТЫВАЮЩИЕ
РАЗВИВАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
I МОТИВАЦИОННО-ПРОБЛЕМНЫЙ ЭТАП
II Деятельностный этап
III Контрольный этап
IV Рефлекторный контроль
Коррекционный этап
ИСТОЧНИК ИНФОРМАЦИИ
ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТЕРАТУРА
МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА
ЖУРНАЛЫ
СТАТЬИ
СБОРНИКИ ЗАГАДОК
РАССКАЗЫ
СКАЗКИ
ПОСЛОВИЦЫ ПОГОВОРКИ
ЦЕЛЬ
ТРАДИЦИОННАЯ
НЕТРАДИЦИОННАЯ
ПУТЕШЕСТВИЕ
ВИКТОРИНА-ОЛИМПИАДА
ИГРА (что? где? когда?)
ПОИСК-ЭКСПЕРИМЕНТ
ФОРМА ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ИНДИВИДУАЛЬНАЯ
ГРУППОВАЯ
ПОДГРУППОВАЯ
ФОРМА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ
МЕТОДЫ
НАГЛЯДНЫЕ
ИЛЛЮСТРАЦИЯ
ДЕМОНСТРАЦИЯ
ПРАКТИЧЕСКИЕ
СРАВНЕНИЕ
МОДЕЛИРОВАНИЕ
СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНА-СХЕМЫ
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА
СЛОВЕСНЫЕ
ЧАСТИЧНО-ПОИСКОВЫЕ
БЕСЕДА
РАССКАЗ
СРЕДСТВА
ТЕХНИЧЕСКИЕ
ИКТ
МУЛЬТИМЕДИЯ
АУДИО-ТЕХНИКА
ДИДАКТИЧЕСКИЕ
НАГЛЯДНО-ДЕМОНСТРАЦ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОБЛАСТИ
ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ
ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ
ЭКР
ЭОС
ФЭМП
ЭОЖ
ФОРМИРОВАНИЕ ОБЕЛ. КАР. МИРА
ВАЛЕОЛОГИЯ
СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ
КОММУНИКАЦИЯ
БИБЛИОТЕКА
ПАРИКМАХЕРСКАЯ
ПОЛИКЛИНИКА
МАГАЗИН
ПОЧТА
ПДД
СРИ
ЗАКАЛИВАНИЕ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ
ФИЗМИНУТКИ
МАССАЖ
КГН
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
ФИЗ-РА
ЗАНЯТИЯ
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ
АППЛИКАЦИЯ
КОНСТРУИРОВАНИЕ
ИЗО
ЛЕПКА
МУЗЫКА

Ментальная карта на тему «Спорт»



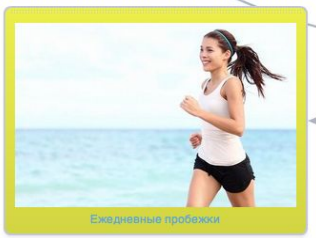
Спорт

Занятия медитацией и йогой

Выполнение зарядки по утрам

Здоровый сон

Основные элементы здорового образа жизни



Ежедневные пробежки

Отказ от вредных привычек

Правильное питание

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Что же это такое?

Это такой образ жизни человека, который направлен на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Фрукты

Овощи

Спасибо за внимание!