

Можно ли развить мозг до гениальности?

«Я исследователь»

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка – детский сад № 33»

г. Находка 2022 год

Выполнили: Климова Раиса- старшая группа

Тарбеева Галина Валентиновна - воспитатель

Цель: доказать, что, несмотря на одинаковое строение, мозг каждого человека развит и работает по-разному, и человек может управлять его работой.

Задача: - выяснить, какие факты помогают улучшить работу мозга



Гипотеза: Мозг человека можно тренировать



Интересные факты о человеческом мозге:

Факт 1. Занятие спортом улучшают работу мозга.

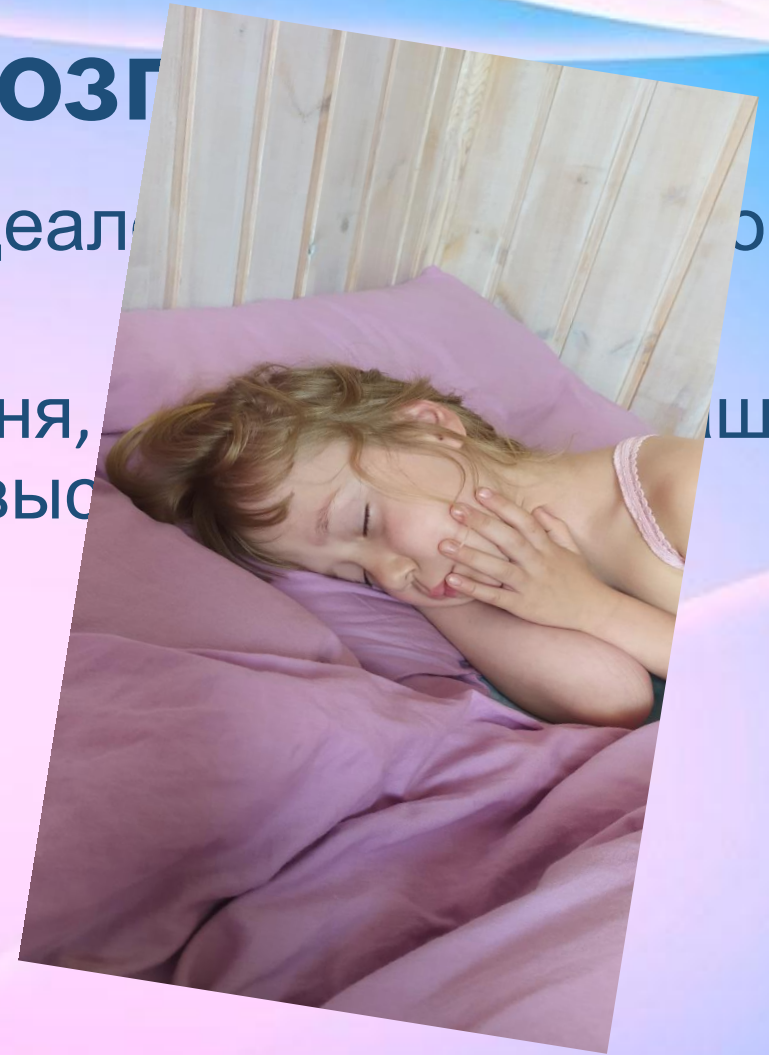
Регулярные занятия спортом благотворно влияют на развитие памяти, логического мышления и внимания.



Факт 2. Сон важен для мозга

Человеку необходим здоровый сон. В идеале продолжительность сна должна быть 8 часов.

Если чувствуете усталость в середине дня, мозг хочет вздремнуть. Короткий сон повышает эффективность.



Факт 3. Строение мозга индивидуально.

Даже у близнецов, строение мозга разное. Объясняется это различиями в восприятии поступающей информации.

Например, если вы с кем-то вместе смотрите фильм — воспоминания о нем у вас будут различные.



Факт 4. Эффект Пруста.

Определенные виды памяти восприимчивы к запахам. Запах обладает свойством воскрешать воспоминания. Этот феномен называется эффектом Пруста.

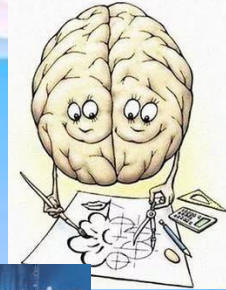


Факт 5. Занятие незнакомым, непривычным делом является лучшим способом развития мозга.



Факт 6. Левое анализирует, правое творит.

Мозг разделен на две части. Хотя они и взаимодействуют, левое полушарие мозга занимается более рациональными задачами – им мы решаем сложные задачки, продумываем план действий, анализируем происходящее. А правая отвечает за нашу фантазию, творчество.



Факт 7. Вправо, влево...

Левая сторона нашего мозга управляет правой стороной тела. А правая сторона мозга контролирует левую сторону тела.

Именно поэтому крайне важно развивать межполушарное взаимодействие, самый простой и хороший способ - рисовать двумя руками одновременно.





Работа в группе







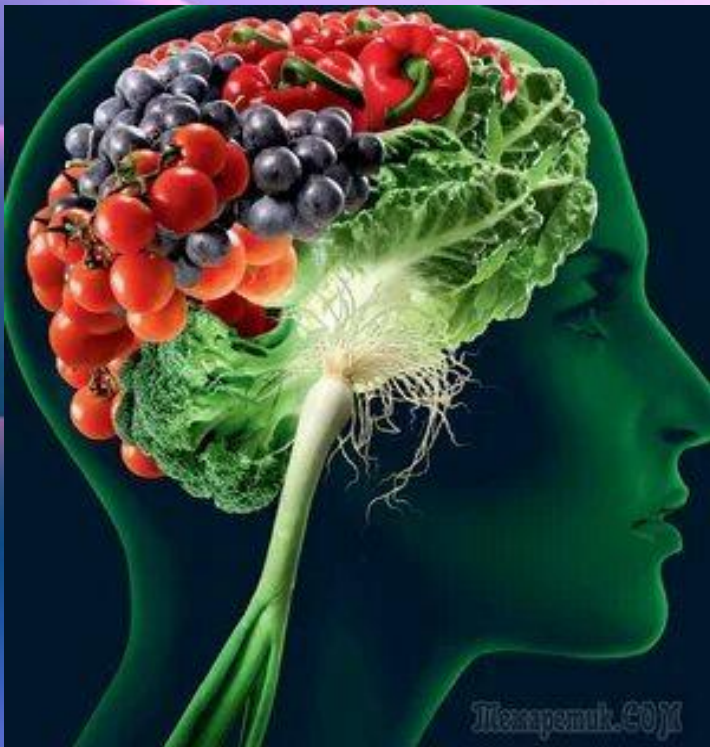
Факт 8. Мозгу необходим кислород.

20 процентов кислорода, который мы вдыхаем, используется для работы мозга. Именно по этой причине так важно каждый день гулять на улице и проветривать комнату несколько раз в день.

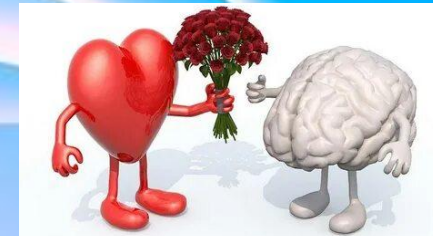


Факт 9. Мозг любит вкусно поесть.

Очень полезны для развития интеллекта ягоды (клюква, черника, виноград), овощи (капуста и свекла) и рыба (лосось, тунец и жирная сельдь), белок (мясо и орехи). Шоколад повышает интеллектуальную активность. Так что важно питаться разнообразно.



Факт 10. Дружба это здорово!



Мозг человека такой большой именно потому, что люди научились дружить.



Факт 11. Мечтать не вредно!

Не бойтесь мечтать о чем-то невероятном. Любая мечта станет реальностью через 10 000 часов, если идти к ней каждый день и с каждым днём развиваться и становиться лучше, чем вчера.

Так что можно смело сказать, что наши мечты нас развивают.



Благодарю за внимание!

