

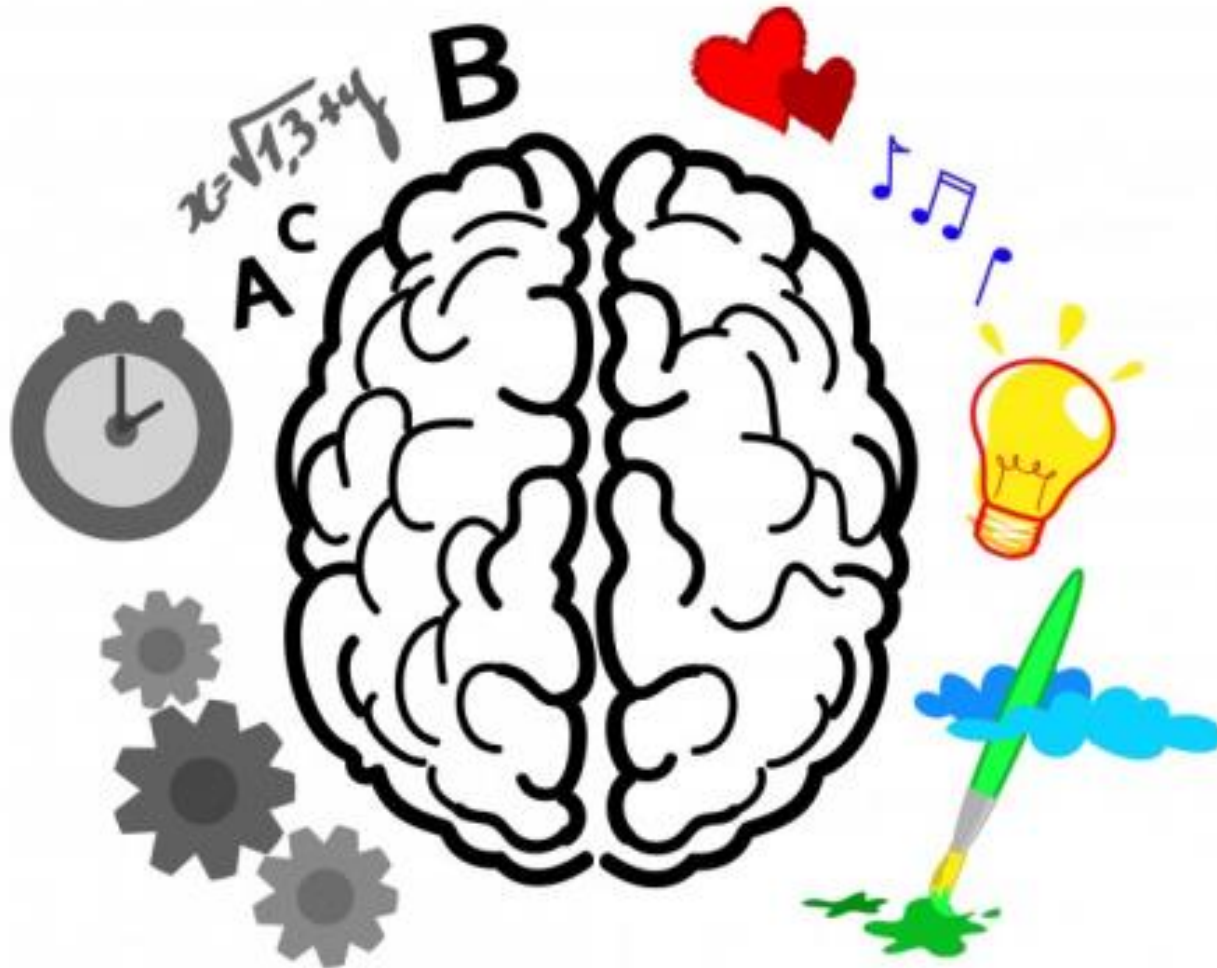
Światowy Tydzień Mózgu



15-21
MARCA
2021



Poznajmy tajemnice naszego mózgu.



JAKA JEST TAJEMNICA NASZEGO MÓZGU?

1. Mózg jest najważniejszym organem naszego ciała, pełni on ważną funkcję potrzebną w rozwoju gatunku ludzkiego.
2. Mózg składa się w 75 proc z wody.
3. Nasz mózg jest jak mini miasto – nawet podczas fazy czuwania zużywa od 10 – 25 watów. Taka moc spokojnie może wystarczyć do rozświetlenia żarówki.
4. Mózg waży tylko 2,5 proc. masy ciała, a zużywa aż 20 proc. energii produkowanej przez organizm i otrzymuje 30 proc. krwi.

5. Informacje docierają do mózgu z prędkością 100 megabajtów na sekundę.
6. W mózgu nie ma receptorów bólowych, dlatego mózg nie może odczuwać bólu.
7. Mózg składa się ze 100 miliardów neuronów.
8. Każdego dnia w naszej głowie pojawia się aż 70 000 myśli.

Mamy dwie półkule mózgu.

Każda półkula odpowiada

za coś innego



DRAPEAU Christian:
*Jak uczyć się szybko
i skutecznie. Warszawa:
Klub dla Ciebie 2002.
Halo lewa... tu prawa!,
s. 34*



Półkule kontrolują nasze ciało „na krzyż”:

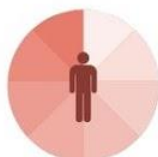
prawa decyduje o czynnościach **lewej strony ciała**, a **lewa** – **strony prawej**.



ANALIZA



LICZENIE



STRATEGIA



JĘZYK



LOGIKA



WNIOSKOWANIE



EMOCJE



SZTUKA



MUZYKA



PRZESTRZEŃ



INTUICJA



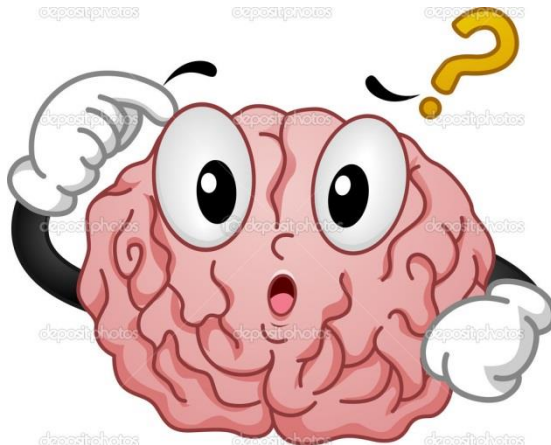
WYOBRAŹNIA

Obie półkule mózgu łączy
SPOIDŁO WIELKIE.

Dzięki niemu komunikują się ze sobą
i wiedza, czego chcą.

Jak działa mózg ?

[Link do filmu](#)



**Najczęściej uczymy się wykorzystując lewą
półkulę, ale informacje i zdarzenia
zapamiętywane z pomocą naszej prawej półkuli
są zapamiętywane w sposób dużo łatwiejszy i
na pewno na dłuższy czas.**

Jak mózg zapamiętuje informacje ?

90%

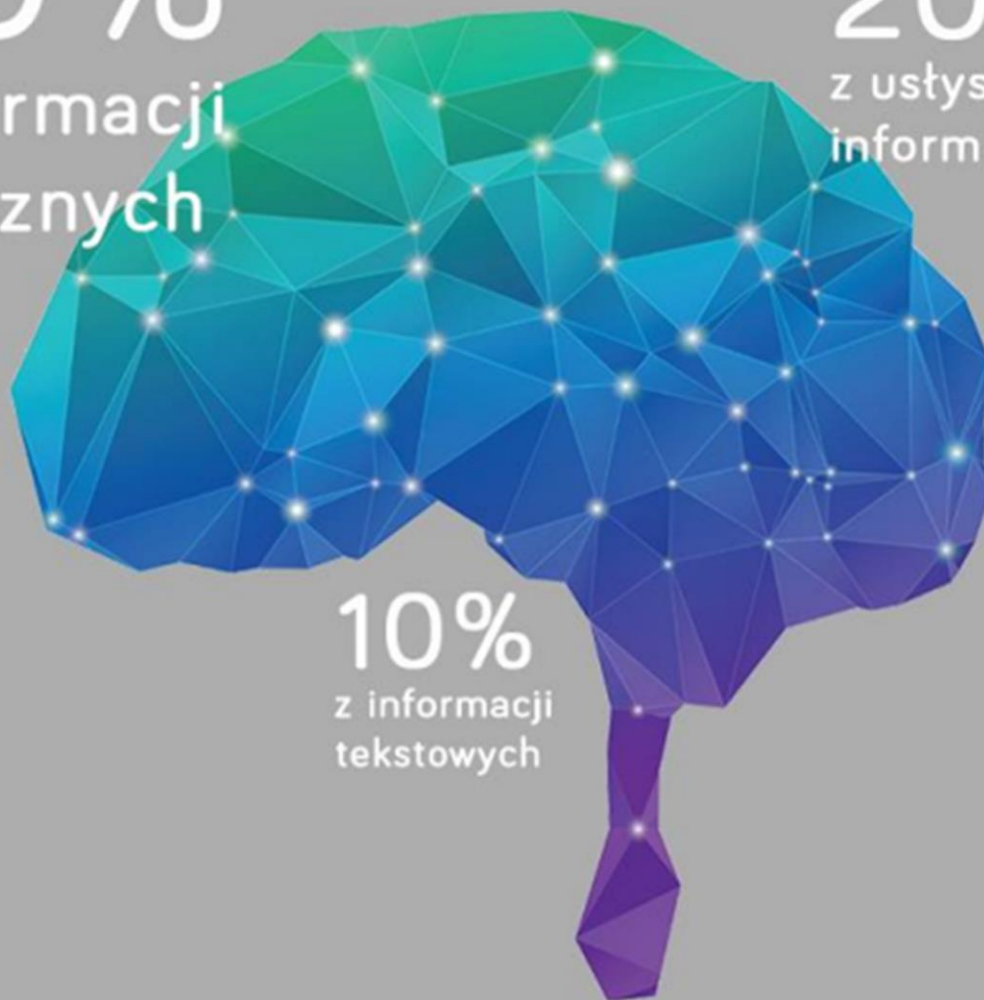
z informacji
graficznych

20%

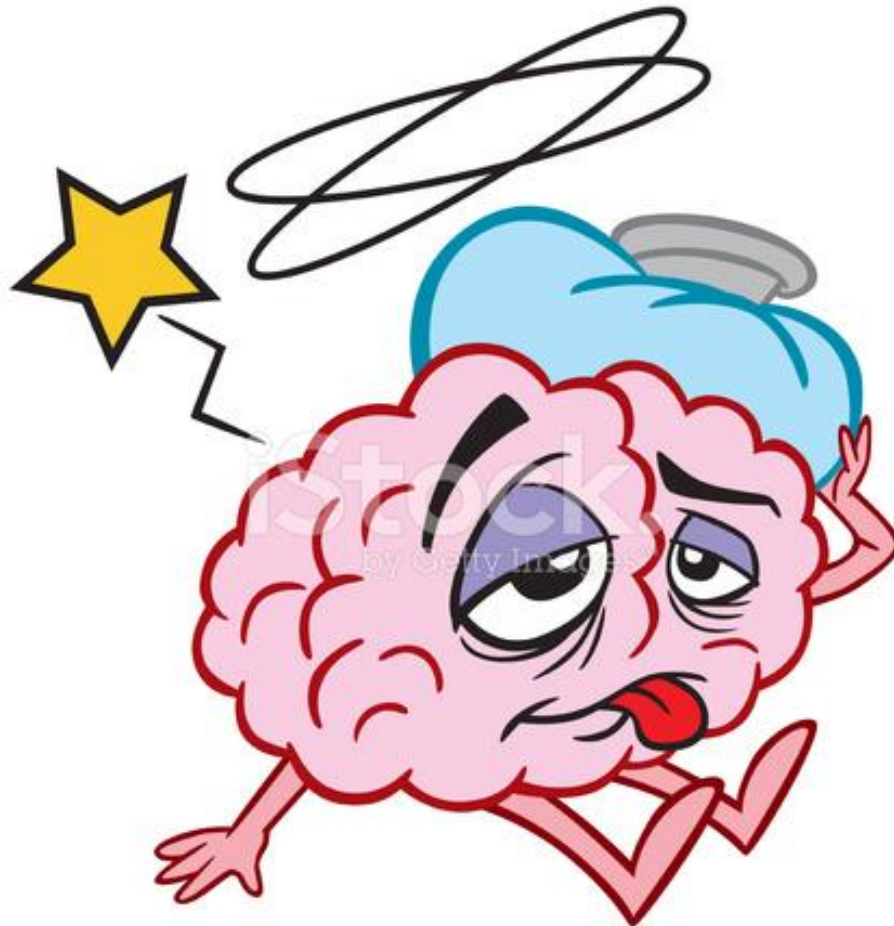
z usłyszanych
informacji

10%

z informacji
tekstowych

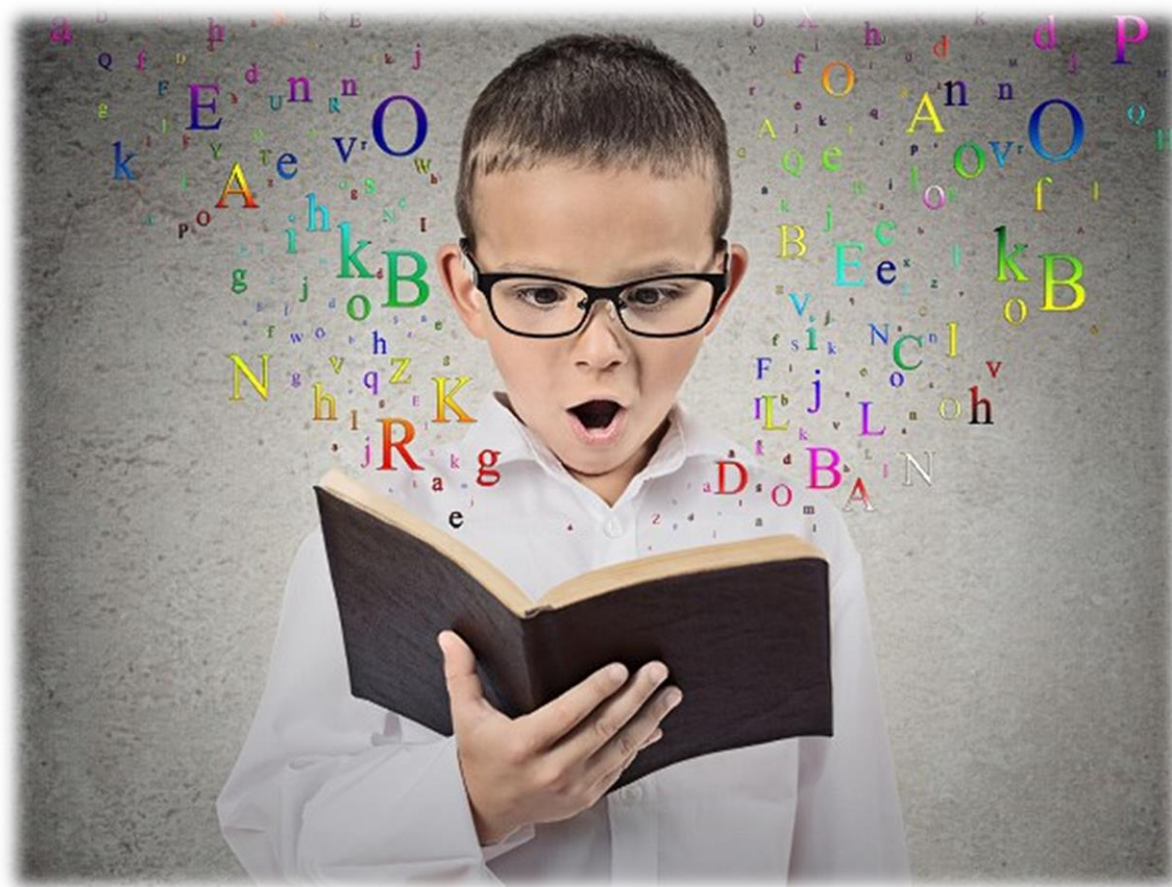


**No to jak się uczyć, żeby się
nauczyć ???**

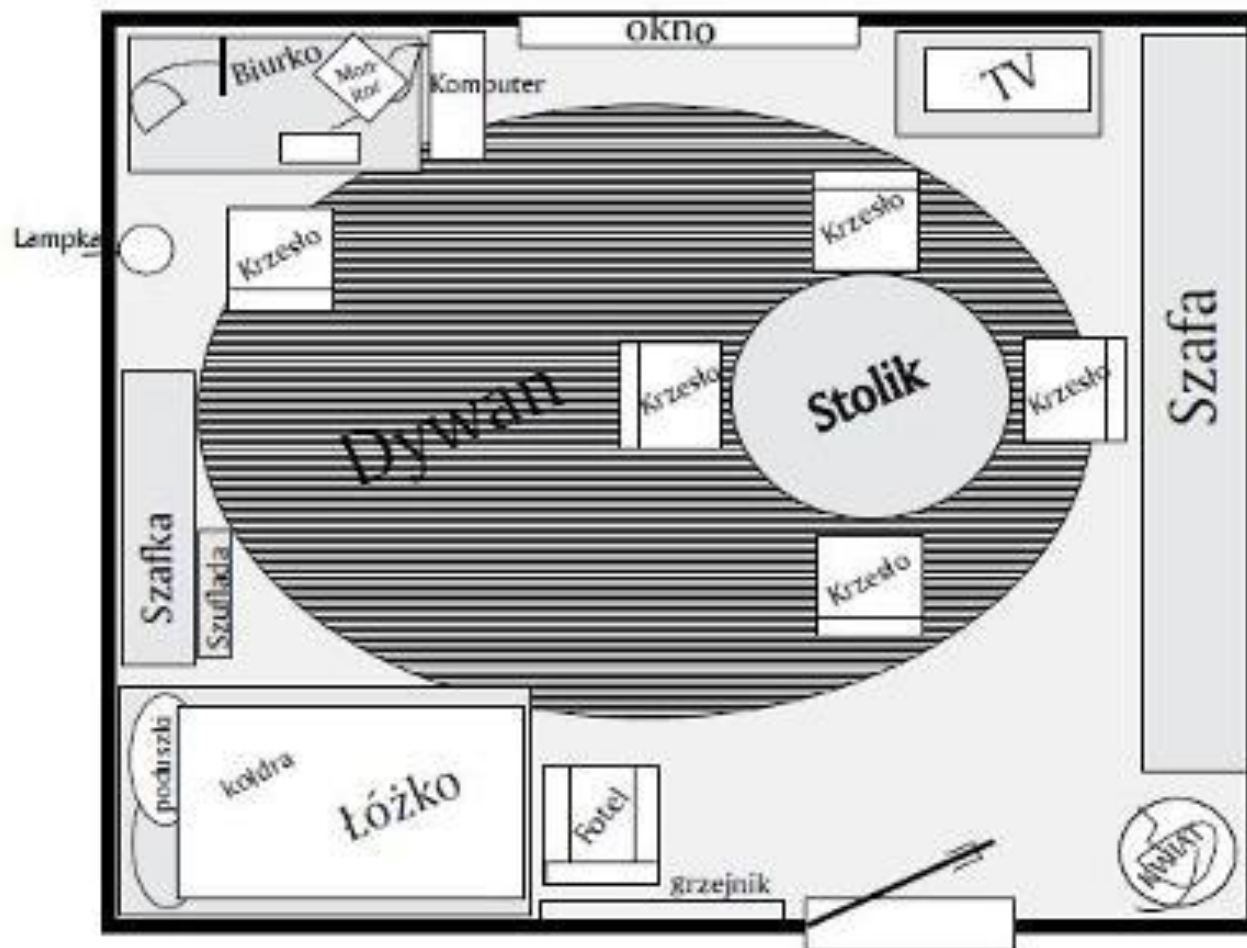


**Najważniejsze to
ćwiczyć pamięć i
koncentrację uwagi.**

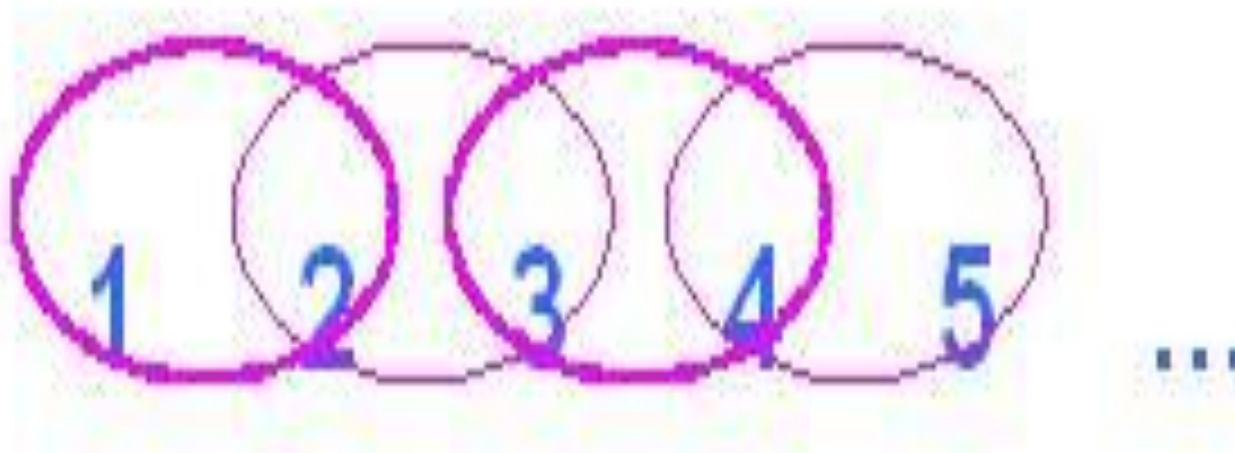
Oto kilka technik doskonalących koncentrację uwagi i pamięć.



Rzymski pokój



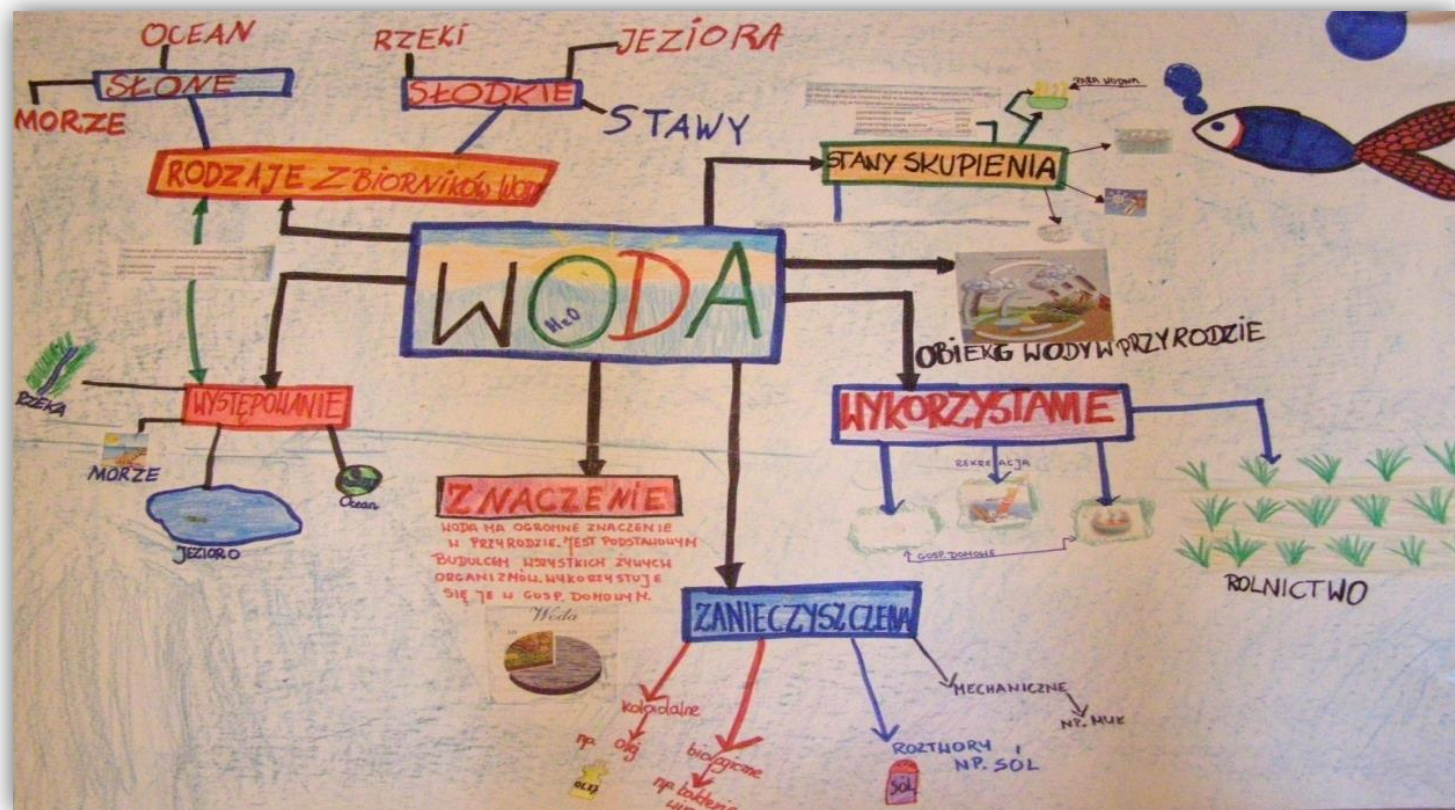
Metoda łańcuchowa



Metoda haków pamięciowych



Tworzenie mapy pamięci



➤ **Metoda pierwszych liter**

Moja Wiecznie **Z**apracowana **M**ama **J**utro **S**ama
Upiecze **N**am **P**lacek

(Merkury, Wenus, Ziemia, Mars, Jowisz, Saturn,
Uran, Neptun, Pluton)

➤ **Rymowanki**

➤ **Wierszyki**

➤ **Rebusy**

➤ **Krzyżówki**

➤ **Labirynty**

➤ **Gry planszowe**

➤ **Akronimy**

**Dzięki takim i innym ćwiczeniom
będziecie zapamiętywać znacznie
szybciej rozumiejąc więcej niż do
tej pory, szkolne lekcje staną się
łatwiejsze, a nauka przyjemna...**

Trening czyni mistrza!

