

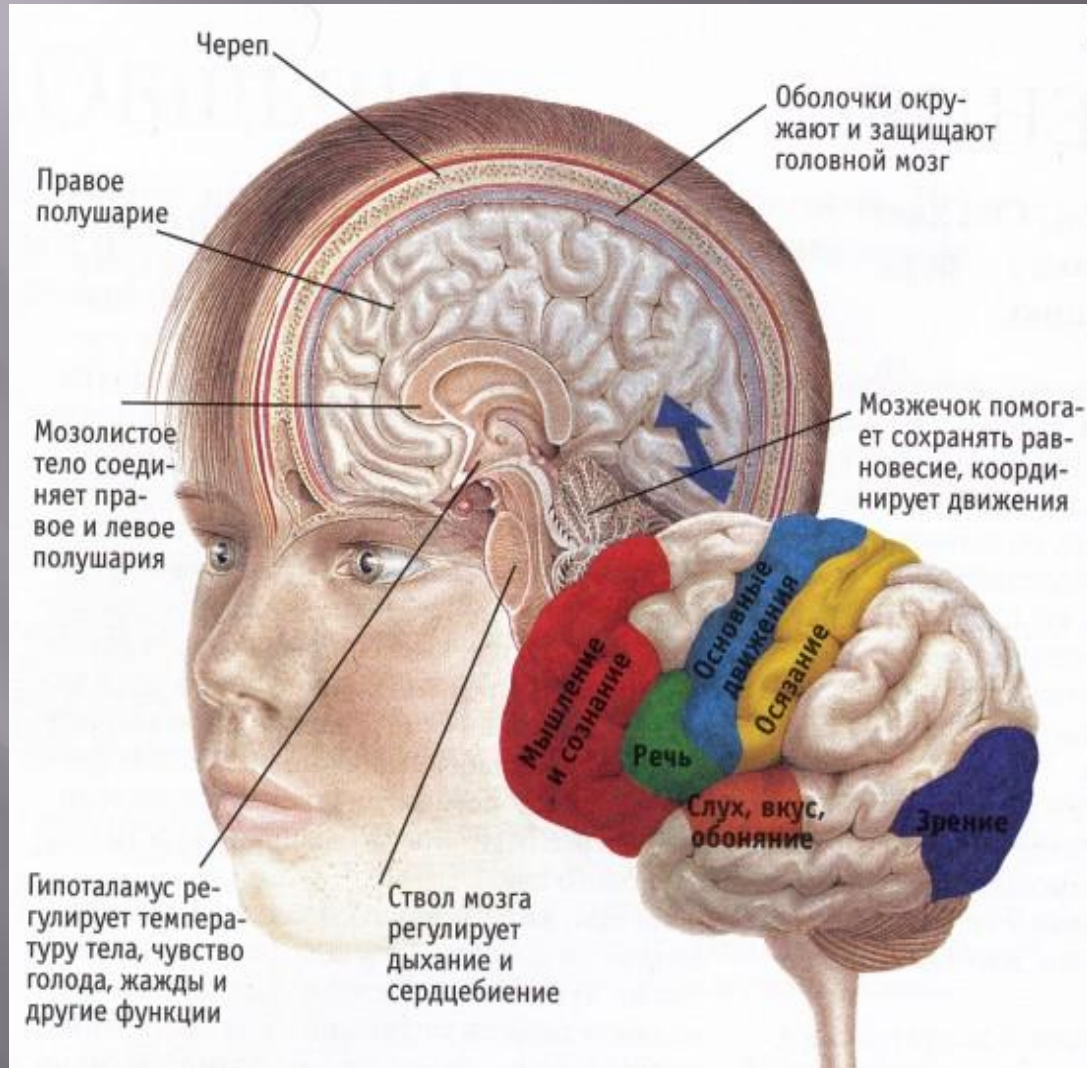
# Презентация по внеурочной деятельности по теме: «Мозг»

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.



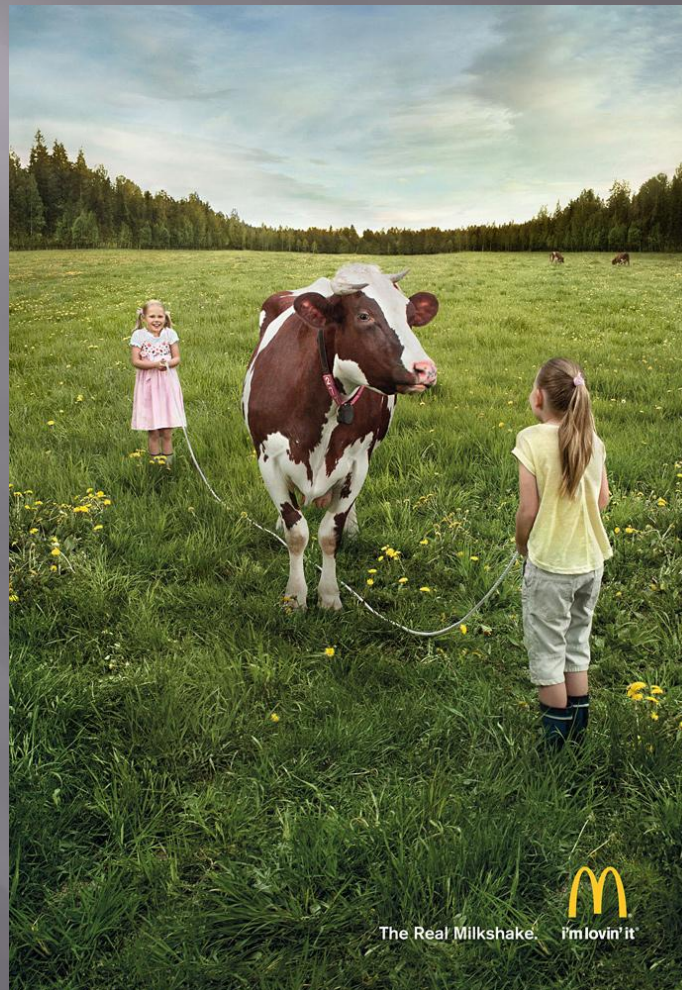
У лошади – 500 граммов.



У гориллы – 430 граммов.



У коровы – 350 граммов.





У собаки – 100 граммов.



©2007 Veissmann

**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

Выполняйте 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



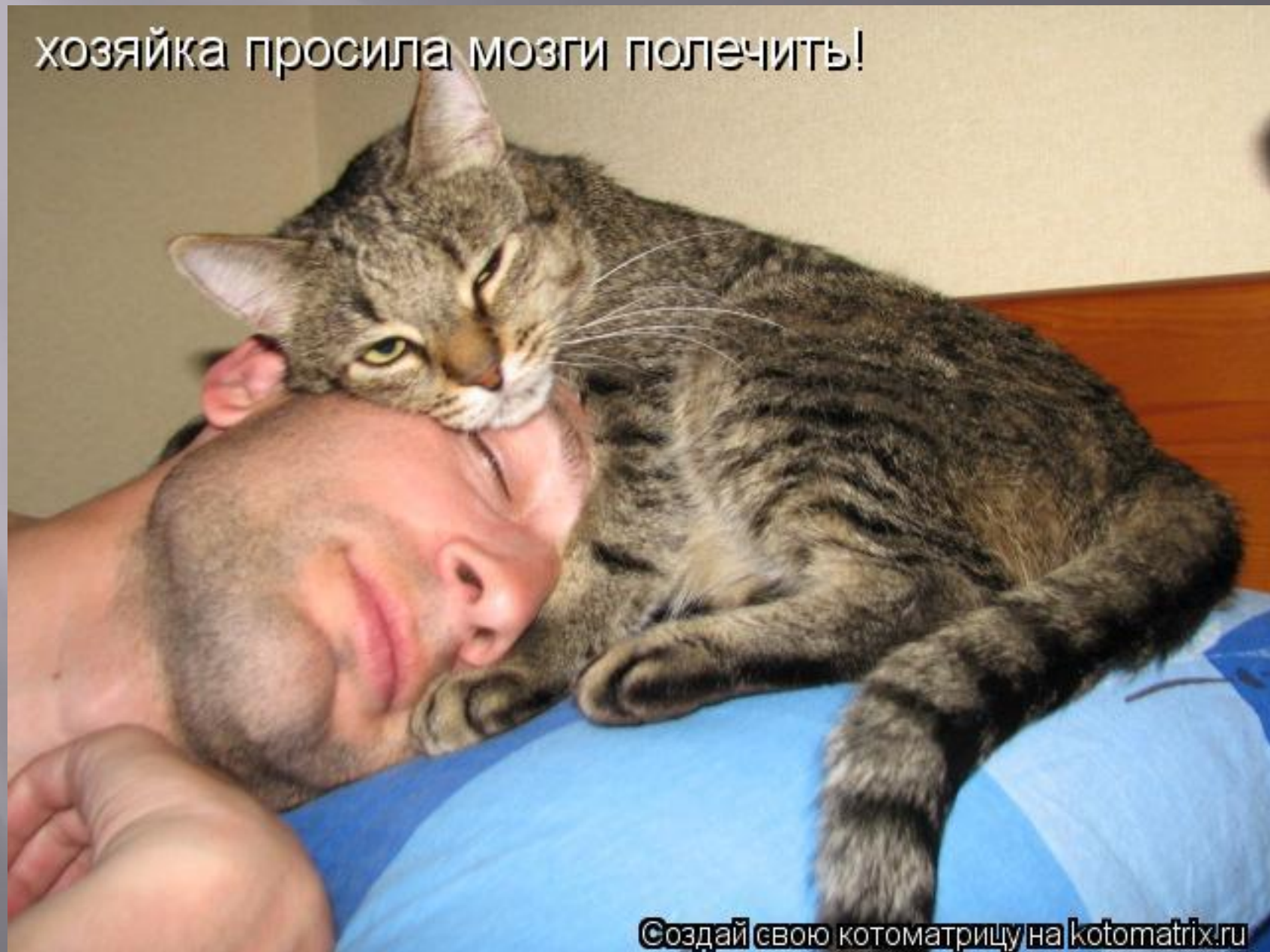
В тихую погоду  
Нет нас нигде,  
А ветер подует -  
Бежим по воде.



ПОМОЩНИК ПОДСКАЗКИ

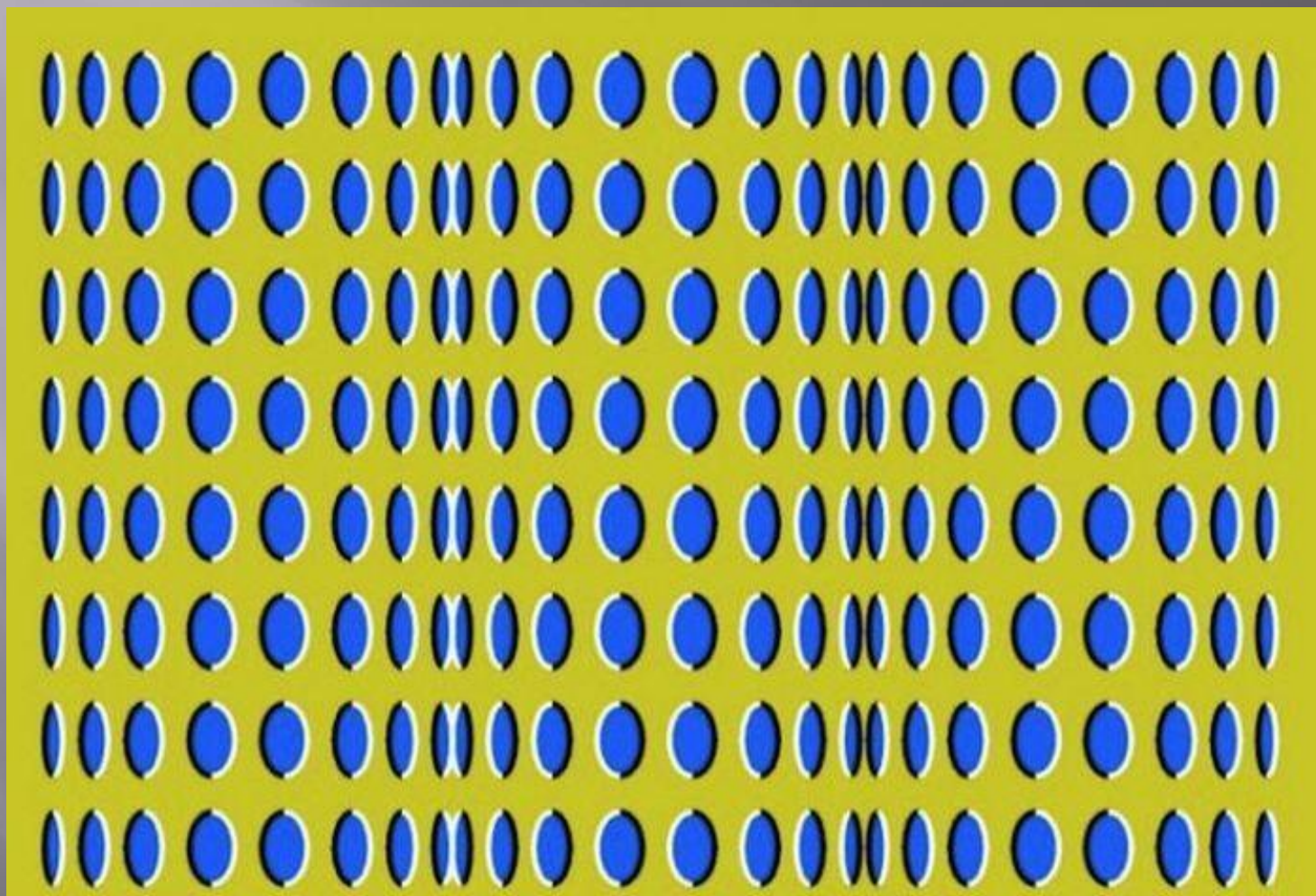
www.No722.ru

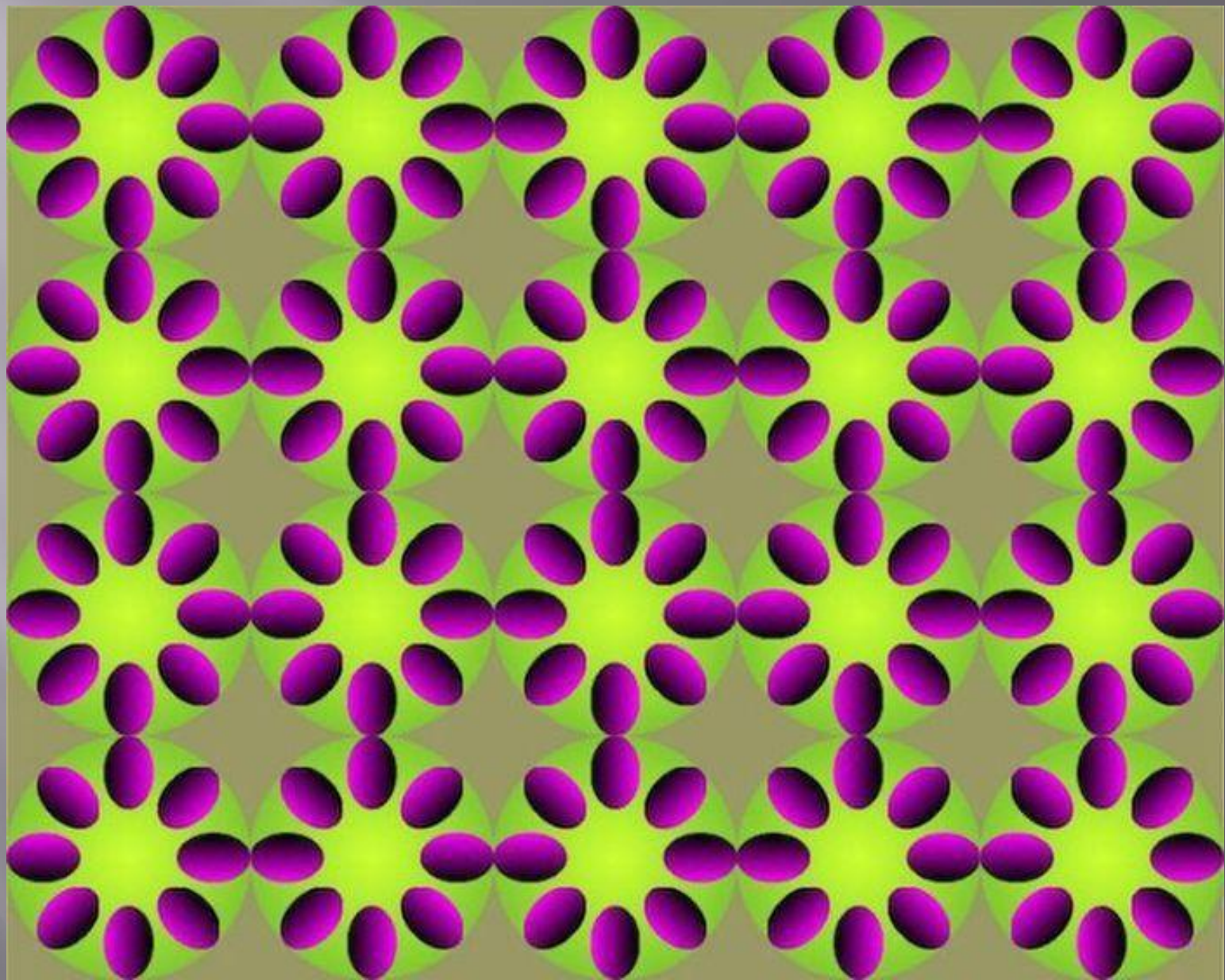
хозяйка просила мозги полечить!

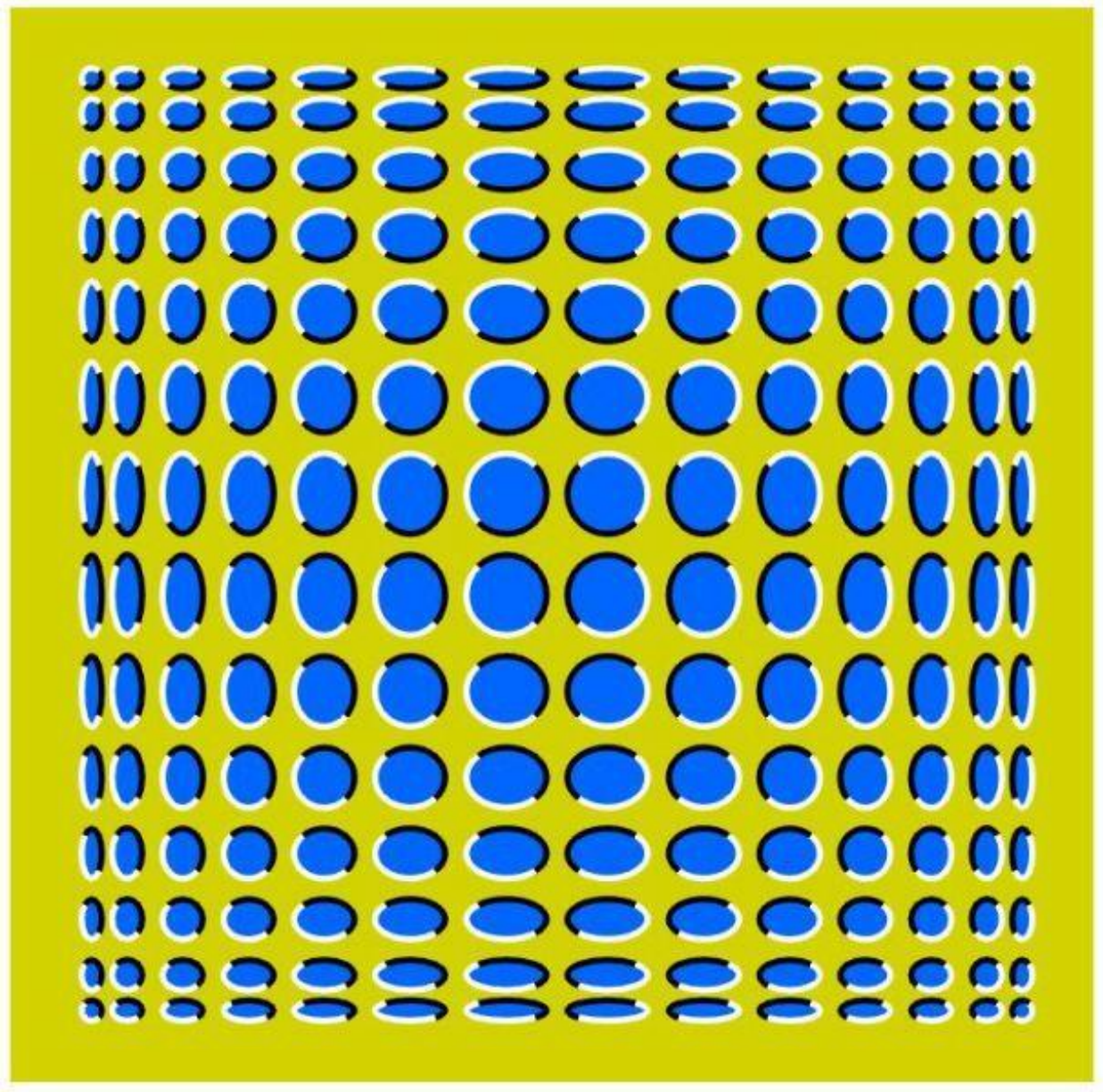


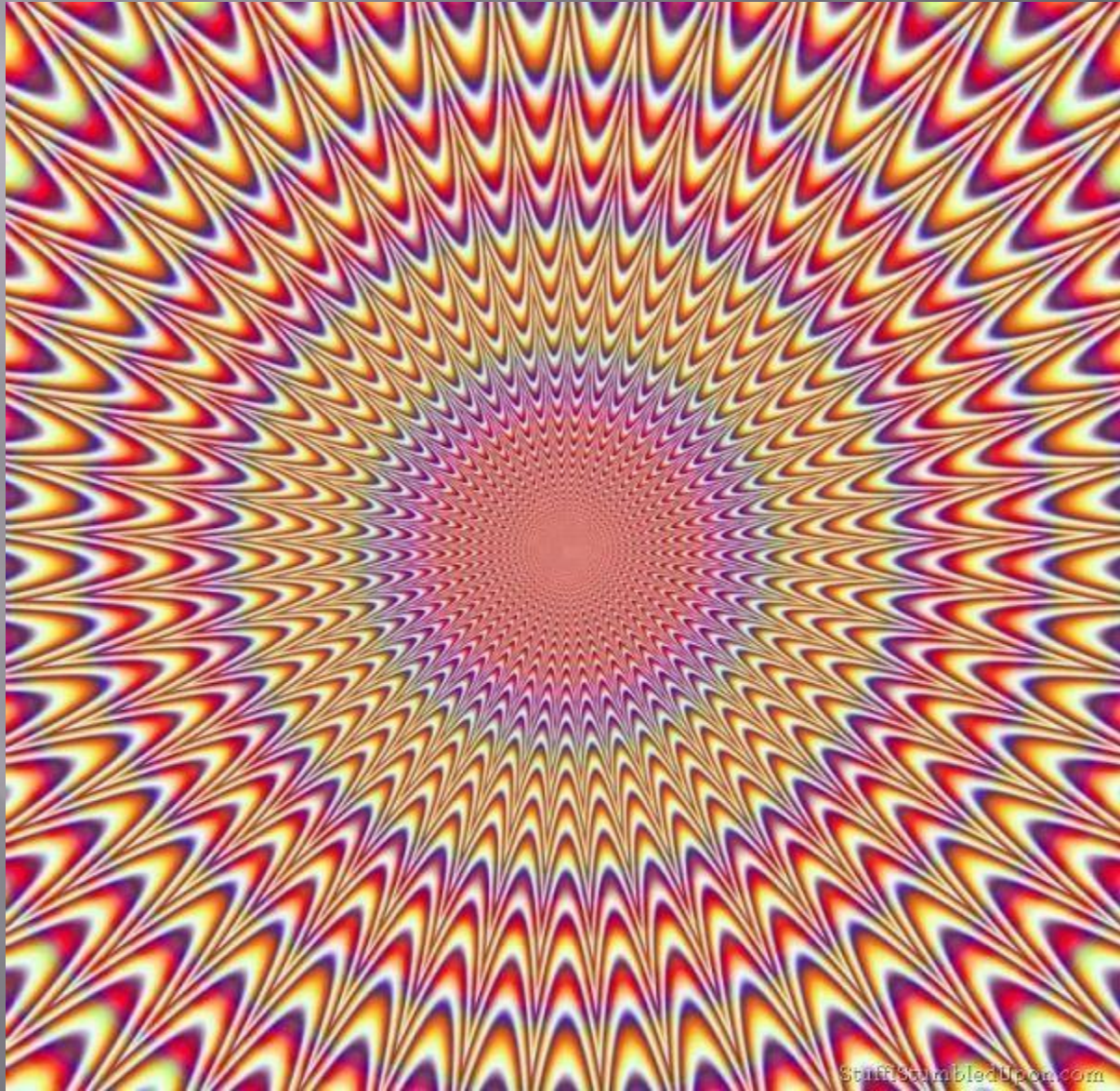
Создай свою котоматрицу на [kotomatrix.ru](http://kotomatrix.ru)

# Зрительные иллюзии.

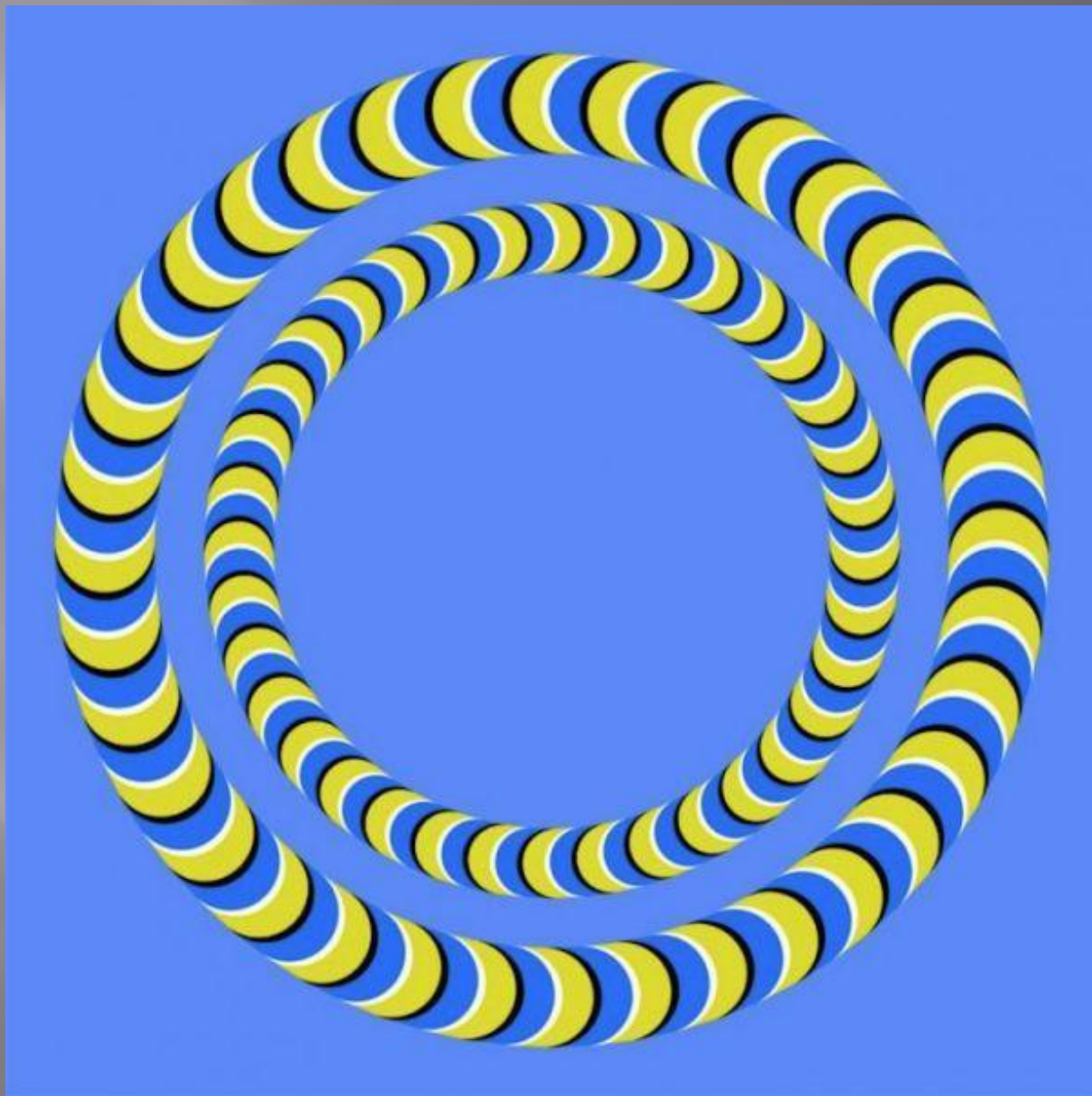












## Используемые материалы:

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