

Мастер-класс «Нейрокласс для вас!»

Чижова М.Ю.,
воспитатель МАУ СОШ №14 (структурное подразделение)

Слайд 1. Доброе утро, уважаемые коллеги, гости! Во время своего первого выступления, я поставила вопрос: Нейрофитнес -это очередной тренд или действительно полезная штука? Я надеюсь, что после проведения мастер класса «Нейрокласс для вас!», каждый из присутствующих сможет ответить на этот вопрос.

Слайд 2. Обратите пожалуйста внимание на слайд. Что Вы видите?

Слайд 3. Вы заметили, как две картинки похожи между собой. Если заглянуть с помощью мощнейших телескопов в глубину вселенной, и с помощью сильных микроскопов в глубину человеческого мозга, то увидим следующую картину, интересное совпадение, какое количество нейронов в нашем головном мозге. В головном мозге людей всех возрастов под влиянием определенных условий могут возникать новые межнейронные связи, появляться нейроны и кровеносные сосуды.

Слайд 4.

Нейрофитнес, или тренировка для мозга,-система упражнений для развития нейропластичности, т.е. способности нейронов и нейронных сетей в мозге изменять связи и поведение в ответ на новую информацию.

Слайд 5. Обычно у человека одно из полушарий является доминирующим. Предлагаю вам прямо сейчас убедиться, какое полушарие доминирует именно у вас. Просто посмотрите и скажите, в какую сторону вращается девушка? И так, если вам кажется что девушка вращается то в одну, то в другую можно сказать что у вас более развито правое полушарие мозга (воображение, интуиция, эмоциональность) если девушка вращается в одну сторону, не меняя направление-значит, левое полушарие, то есть вы рациональны, более преобладает логическое мышление. А теперь знайте, что заставить вращаться ее можно в любую сторону, нужно только немного напрячь мозг.

Слайд 6. Сейчас хочу познакомить вас с некоторыми упражнениями, которые тренируют оба полушария мозга, способствуют возбуждению определенного участка мозга.

Мы немного взбодрились, предлагаю взять вам листок и ручку и хочу предложить упражнения на внимательность, память.

