

Techniki uczenia Klasy 1,2

Temat: Półkule w mózgu za co odpowiadają i jak można je ćwiczyć.

Cel:

- będę wiedział za co odpowiadają półkule mózgu oraz jak można je ćwiczyć.

MÓZG – to swego rodzaju centrum dowodzenia w naszym organizmie. W nim są przechowywane wszelkie informacje które zapamiętujemy.



Mózg przypomina wyluskany ze skorupki orzech włoski.

Mózg „pływa” w specjalnym płynie amortyzującym wstrząsy i chroniony jest przez twarde ściany czaszki.

Mózg dzieli się na dwie półkule:

Lewą i Prawą



Każda półkula ma swoje zadanie, odpowiada za coś.



LEWA PRAWA

PÓŁKULA PÓŁKULA mowa muzyka

liczenia obrazy

szeregowanie wyobraźnia kontroluje prawą stronę ciała kontroluje lewą stronę ciała zdolności matematyczne zdolności muzyczne, plastyczne.

Ty też możesz gimnastykować swój mózg o to kilka przykładów:

1. Czytając książki
2. Ucząc się języka obcego
3. Pisząc, rysując (na kartce papieru)
4. Rozwiązując łamigłówki np. sudoku, krzyżówki, rebusy, układając puzzle, zagadki
5. Układając klocki według wzoru
6. Grając w kalambury, naśladowując zwierzęta
7. Gra memory

Ćwiczenie na synchronizację półkul mózgu - leniwe ósemki

Wyciągnij przed siebie rękę i unieś kciuk do góry. Następnie porusz ręką i rysuj w powietrzu leniwą, rozciągniętą w poziomie ósemkę. Rysowanie ósemki rozpocznij od środka i kieruj kciuk w górę, w lewą stronę. Cały czas obserwuj ruch kciuka. Powtórz ćwiczenie drugą ręką.

9 ćwiczeń wzmacniających mózg

<https://www.youtube.com/watch?v=CHvG5O1SdTs>

Opracowała: Karolina Michalska

Źródła:

1. Dr Patricia Macnair, „*Wszystko co warto wiedzieć o ludzkim ciele*”, Wydawnictwo OLESIEJUK. s. 102.
2. Red. Aleksandra Górska, „*Encyklopedia polskiego ucznia*”, Wydawnictwo OLESIEJUK. s. 95.
3. <https://www.medme.pl/cogninet/artykuly/lewa-i-prawa-polkula-mozgu-funkcje-i-trening,67606.html> (dostęp., 21.04.2020)
4. <https://rosnijwsile.pl/8-latwych-stutecznych-sposobow-aby-cwiczyc-mozg/> (dostęp., 21.04.2020)
5. <https://genialne.pl/dominujaca-strona-mozgu/> (dostęp., 21.04.2020)
6. <https://dziecisawazne.pl/gimnastyka-dla-mozgu-czyli-zabawy-rozwijajace-pamiec-koncentracje-i-spostrzegawczosc/> (dostęp., 21.04.2020)