

Тренировка внимания.



Запомните:

- * внимание занимает 80% всего объема сознания и памяти;
- * высокая концентрация внимания, как правило, помогает принять верное решение;
- * внимание концентрируется только в том случае, если мозг находится в состоянии безмолвия и ничем другим не занят;
- * чем меньше дел мы делаем одновременно, тем лучшего результата мы можем достичь;
- * обладая умением сосредотачивать внимание и концентрироваться, можно всегда найти выход из безвыходной ситуации.

Назови цвет

Посмотрите на список и назовите ЦВЕТ каждого слова, главное назвать цвет, а не слово!

жёлтый синий оранжевый

чёрный красный зелёный

фиолетовый жёлтый красный

оранжевый зелёный чёрный

синий красный фиолетовый

зелёный синий оранжевый

Прочитай запись

Это задание потребует от вас не только внимания, но и смекалки и сообразительности. Посмотрите на эту запись, и если сможете, то прочитайте ее.

М	Н	И	Т
Ь	Е	Н	А
С	И	В	Р
И	Н	Е	Б
П	А	Т	О

Обратите внимание на письмо.

*В этом тексте спрятались девять названий птиц.
Отыщи их.*

Ох, уж эти звонки!

Недавно поставил мой дядя телефон. И забыл обо всем. Уж очень он любит поговорить. И теперь у него в стакане стынет чай, каша пригорает на плите. Главное – телефонный разговор. Он аккуратно звонит мне по утрам, даже забывает, что его ждут в университете. Ревниво следит за стрелкой часов – не слишком ли быстро бежит она. И вообще голос его так и звучит у меня в ушах. Может быть, это для него игра, чтобы посмеяться надо мной. Сегодня я мыл пол. Зазвонил телефон. Я кинулся к нему, споткнулся о ведро, здорово расшибся. Конечно я разозлился, упав. Линейка, тетрадь и карандаши оказались в луже. Вот беда! И не стал я снимать по утрам трубку: от дядиных звонков берегусь.

Ох, уж эти звонки!

Недавно поставил мой дядя телефон. И забыл обо всем. Уж очень он любит поговорить. И теперь у него в стакане стынет чай, каша пригорает на плите. Главное – телефонный разговор. Он аккуратно звонит мне по утрам, даже забывает, что его ждут в университете. Ревниво следит за стрелкой часов – не слишком ли быстро бежит она. И вообще голос его так и звучит у меня в ушах. Может быть, это для него игра, чтобы посмеяться надо мной. Сегодня я мыл пол. Зазвонил телефон. Я кинулся к нему, споткнулся о ведро, здорово расшибся. Конечно я разозлился, упав. Линейка, тетрадь и карандаши оказались в луже. Вот беда! И не стал я снимать по утрам трубку: от дядиных звонков берегусь.

Чтобы собраться с мыслями в нужный момент, нужно использовать специальный комплекс упражнений

Правую руку положите на стол ладонью вверх. Сожмите пальцы в кулак таким образом, чтобы большой палец закрывал указательный. Медленно отогните большой палец, а затем поочередно разогните все пальчики на руке. После этого сделайте упражнение наоборот, то есть, загните пальцы в кулак, начиная с мизинца. Сделайте упражнение с левой рукой.

Сядьте на стул, плечи отогните назад. Голову поднимите вверх, выставляя вперед подбородок. Правую руку вытяните в сторону, чтобы она встала на одну линию с плечом. Чтобы вам было проще выполнить упражнение, поверните ладонь вниз. Голову поверните в сторону руки, посмотрите на кончики пальцев. Повторите упражнение на другую руку.

Этот несложный комплекс должен войти в привычку. Когда у вас появляется свободное время, не упускайте его зря. Очень скоро вы почувствуете, что концентрироваться на важных вещах и сосредотачиваться на одном деле вам стало намного проще.

Найди 10 отличий





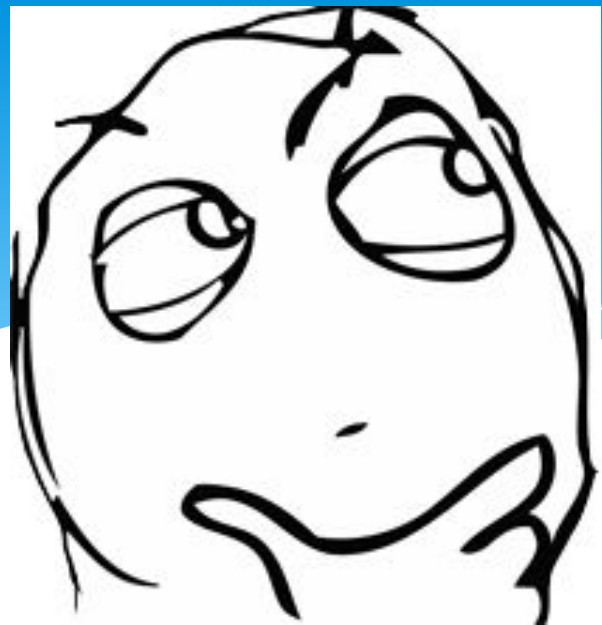




У украинцев довольно мелодичные фамилии. Например, у Сидоренко их аж три.

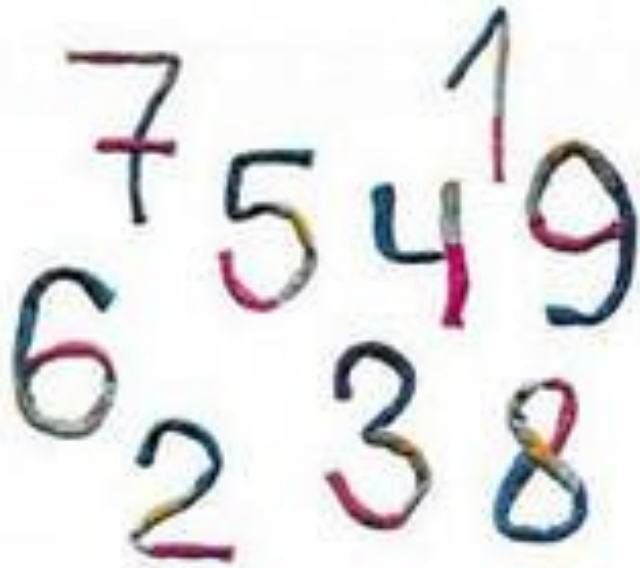


Си^дор^ен^ко



Два по 11, четыре по 7 и
еще 5, а всего в итоге 6.0
чем речь?

- * понедельник 11 букв
- * вторник 7 букв
- * среда 5 букв
- * четверг 7 букв
- * пятница 7 букв
- * суббота 7 букв
- * воскресенье 11 букв
- * _____
- * получаем неделя - 6 букв



$$8\ 7\ 6\ 5\ 4\ 3\ 2\ 1 = 3$$

Расставьте знаки "-" так, чтобы выполнялось равенство.

$$*87 - 6 - 54 - 3 - 21 = 3$$

- Ручаюсь,- сказал продавец в зоомагазине, - что этот попугай будет повторять любое услышанное слово.

Обрадованный покупатель приобрёл птицу, но вскоре обнаружил, что попугай ничего не говорит. Однако продавец говорил правду.



Попугай был глухим! (Он должен был повторять каждое услышанное слово.)

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

