

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
государственное автономное
профессиональное учреждение Свердловской области
«Северный педагогический колледж»

**ДИДАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ДЕИЕЙ
С ПРАВОПОЛУШАРНЫМ МЫШЛЕНИЕМ**

Составитель:
Агафонова Софья
Сергеевна,
Студентка 141 группы,
Специальность: 49.02.01
«Физическая культура»

Серов
2024

1. Порассуждайте почему сон хорошо влияет на нашу с вами жизнь?

2. Выберите правильный вариант ответа:

- Известно, что в организме есть две системы – симпатическая и парасимпатическая. Симпатическая отвечает за бодрость и энергию, активность, парасимпатическая – за спокойствие, релаксация и торможение. В разное время суток одна из этих систем играет ведущую роль. Биологические часы есть у любого живого существа. Животным, например, биологические часы подсказывают время миграции или зимовки.
- Снижается внимание и скорость реакции. Вы же не дали мозгу отдохнуть! Откуда будет внимание? Увы, страдают еще и другие когнитивные функции – память, мышление. Все помнят, как от недосыпа начинают «тупить»?