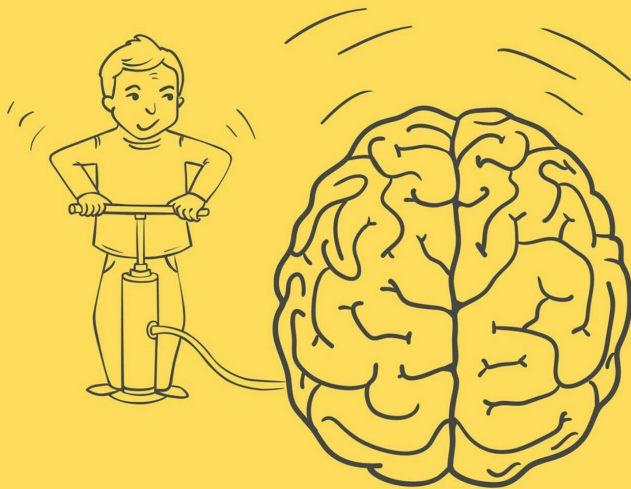


Полонейчик И.И.



10 жемчужин
РАЗВИТИЯ
МОЗГА

Иван Иванович Полонейчик

10 жемчужин развития мозга

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28059848

SelfPub; 2017

Аннотация

«Пользу от развития понимают все, и тут я не буду присоединять свой голос к хору педагогов, психологов и т.д. Лучше спою соло в том плане, что систем развития много, систем чудесных, прекрасных и эффективных, но систематически ими занимаются немногие.

Развивать мозг можно и без скучной, нудной обязаловки, а с интересом, со страстью, с громадной пользой, а главное – ничего кардинально в образе жизни не меняя, не привлекая какие-то диеты, не отказывая себе в развлечениях.»

Отрывок из книги: Полонейчик Иван Иванович. «10 жемчужин развития мозга».

Полонейчик Иван Иванович

10 ЖЕМЧУЖИН РАЗВИТИЯ МОЗГА

Это просто праздник какой-то!

Пользу от развития понимают все, и тут я не буду присоединять свой голос к хору педагогов, психологов и т.д. Лучше спою соло в том плане, что систем развития много, систем чудесных, прекрасных и эффективных, но систематически ими занимаются немногие.

Скажем, есть распрекрасная система развития. Но она требует ежедневных занятий минут по тридцать. Плюс ко всему она, как полезная еда. Да, полезно, но ужасно невкусно. В нашем случае – скучно. Начнёт человек заниматься, недельку на «надо, Федя, надо!» продержится, а потом потихоньку спускает всё на тормозах, время от времени подумывая о системе в лирических тонах и давая себе клятву «с понедельника займусь точно!», не уточняя, впрочем, с какого именно.

Это – новость не очень хорошая. Но по традиции следует теперь дать новость и хорошую.

Развивать мозг можно и без скучной, нудной обязаловки, а с интересом, со страстью, с громадной пользой, а главное – ничего кардинально в образе жизни не меняя, не привлекая какие-то диеты, не отказывая себе в развлечениях.

Тут сделаю оговорку. К развлечениям я отношу именно

развлечения:

кино,

театры,

чтение,

сериалы,

прогулки девушек с юношами, юношей с девушками,

танцы,

физкультура,

дружеские застолья,

и всё в этом духе.

К этому списку теперь можно будет присовокупить то, что предложу вам далее, начиная со следующей главы.

И время будете находить! Ведь находите вы время на развлечения.

Это – хорошая новость. Теперь, как полагается, очередь

за плохой.

К развлечениям не относятся:

игра в танчики и иже с ними,
сёрфинг в интернете,
заседания в соцсетях,
подглядывание в инстограмм,

бесконечное копание и тыкание пальцами в экраны гаджетов.

Тут уже не развиваться, тут лечиться надо от идиотизма на ранних стадиях. На поздних стадиях это лечится тяжело, шансов на успех мало. Примеры – уход больших денежных сумм на оснащение своего виртуального танка, сильная зависимость от соцсетей, когда человек, придя домой, бросается к ноуту посмотреть, кто чего накорябал на его странице в фейсбуке, бесконечное любование прелестями некой Ольги Бузовой.

Возможно, я выскажусь как-нибудь про лечение от этой фигни, есть что сказать, но сей вопрос не является основным в данной книге.

Всё, необходимая доза негатива высказана, можно переходить к позитиву. Хотя это был не совсем негатив, это было предупреждение.

Теперь следует сказать о том, откуда что берётся, то есть, как были выбраны те самые «10 жемчужин развития мозга», система, которой я и предлагаю дополнить список развлечений.

Материалы серьёзных исследований в области когнитивной психологии.

Самые разные статистические данные.

Данные социологии.

Данные моих наблюдений и исследований.

О последнем пункте – особо. Я уже лет пятнадцать занимаюсь вопросами развития памяти, интеллекта, мышления, овладения иностранными языками. Провёл массу тренингов, семинаров и курсов, которые прошло более пяти тысяч человек (цифра приблизительная, возможно, она гораздо больше).

И вот что я заметил.

Первое. Интеллектуальный уровень народа падает катастрофически. Об этом всюду трубят уважаемая мною, равно как и обожаемая, Татьяна Владимировна Черниговская.

Раньше думал, что Татьяна Владимировна пугает, описы-

вает хоть и мрачные, но не совсем близкие перспективы. Присмотрелся – да не прогнозы она даёт, а ситуацию описывает!

Второе. Я эти «жемчужины» даю ученикам довольно давно, и убедился, что на самом деле нет ничего более полезного и эффективного.

Надо сказать, что эти «10 жемчужин» – результат отбора, ибо на самом деле я давал материала гораздо больше. Время внесло коррективы. И остались те самые «10 жемчужин».

Третье. Пусть и прозвучит самонадеянно, но я уверен, что эти «10 жемчужин» – самое надёжное и эффективное средство развитие мозга в современных условиях. Это не от авторского самомнения, это результаты сравнений и наблюдений. Те люди, которые применяли «10 жемчужин», достигли немало, и результаты тестирования самые обнадеживающие.

Четвёртое. Отдельно скажу о детях. В наше время полной деградации системы образования «10 жемчужин» – самое верное средство школьнику не деградировать вместе с системой, а выйти в мир умным, мыслящим, творческим человеком, вопреки усилиям школьной программы.

Ну что же, пора переходить к системе. Для сохранения интриги я не стану сразу их перечислять, а приглашаю к обстоятельному и не очень спешному знакомству с системой.

Порядок изложение – не расстановка жемчужин по степени их важности. Просто такой порядок, который пришёл

в голову при написании книги, и продиктован более авторским вдохновением, нежели соображениями эффективности. Но свои соображения в этом плане я по ходу повествования всё же выскажу. Можете к ним прислушаться, но это мягкие рекомендации, а не жёсткие условия.

Кроме того, необходимо добавить, что даже применение не всех из них, а только самых понравившихся, тоже даст отменный результат. Тут, кстати, ещё раз мягко намекаю на мои рекомендации. В них есть резон.

Итак, вперёд! Вынырнем из океана современного дебилизма, аки настоящие ловцы жемчуга, с драгоценной системой «10 жемчужин развития мозга»!





Жемчужина «Стратегические игры»

Я специально не написал что-то вроде номера жемчужины, дабы у вас не сложилось превратное мнение, что первая

жемчужина в повествовании самая важная и имеет первое место. Вроде я об этом писал, но напомнить не помешает.

И, прежде чем раскрыть суть, маленькая история, практически притча.

...В Голландии есть национальный герой. Его знаю все голландцы (и не только голландцы, просто все культурные люди). Он – выдающийся математик. Но все больше знают его как пятого чемпиона Мира по шахматам. Макс Эйве.

Он прекрасно понимал, какое влияние могут оказать на человека занятия шахматами. И поставил эксперимент – открыл класс в школе, где основным предметом были шахматы. Эйве рассчитывал на выходе получить 15 гениев. По числу учеников. Специального отбора по способностям не проводилось.

15 гениев не получилось, тут Эйве немного ошибся. Всё же гений – это категория особая. Зато все выпускники класса стали очень успешными людьми, достигшими в жизни очень многого. Известные учёные, президенты компаний, финансисты...

В чём Эйве не ошибся – так это в том, что шахматы дают просто замечательное развитие человеку...

Итак, жемчужина «Стратегические игры» – это шахматы, го и нарды.

К ним не относятся компьютерные забавы, которые для придания важности пустому времяпрепровождению гордо называются «стратегические игры». Вынесем их за скобки.

Расписывать пользу шахмат я не буду, об этом писано-переписано, и вы наверняка об этом читали. Лучше приведу я рассуждения, которых вы не найдёте, набрав в поисковике «польза шахмат». И намерен написать интересно, чтобы увлечь вас такими играми, или хотя бы чад начать обучать шахматам.

Почему шахматам? Потому что самое доступное. Секции в каждом городе, масса учебной литературы, много квалифицированных преподавателей. По этой же причине в дальнейшем я буду вести речь именно о них.

Но озаботимся сначала терминологией, дабы перевести беседу в русло конкретики.

Итак, стратегическое мышление как качество личности — это:

- способность системно, программно подходить к достижению целей;

- принимать правильное решение в любой ситуации;

- умение анализировать и предвидеть возможные сценарии её развития;

- способность прогнозировать результаты и последствия действий (своих и чужих) на много шагов вперед.

Берём шахматную партию.

Способность системно, программно подходить к достижению целей. Шахматная партия имеет глобальную цель – поставить мат неприятельскому королю. И по ходу нужно ставить стратегические цели, верно определить стратегию достижения главной цели – на каком фланге играть, как развивать фигуры, как овладеть центром, какие линии использовать и так далее.

И это при том, что соперник стремится достичь того же, и у него есть своя стратегия, то есть ваша стратегия должна учитывать и это.

Ещё один момент, о котором мало пишут, но который имеет громадное значение. В шахматах есть такое понятие – план партии. Предположим, вы выбрали план, связанный с давлением на королевском фланге. И вы начали его воплощать.

А потом вам взбрело в голову, что план надо изменить, что есть план лучше. Я пока не имею в виду возможное изменение плана в виду задач, которые перед вами ставит соперник. И вы отказываетесь от первоначального плана, который вы выбирали, анализировали и т.д. в пользу нового плана. Всё, вы проиграли.

Сам, играя в турнирах самого разного уровня, в этом убеждался.

Надеюсь, мораль сего вам понятна, и разжёвывать тезис

не надо.

Принимать правильное решение в любой ситуации. А ситуаций в шахматной партии... И каждый раз нужно найти именно верное решение. Тем более, что часто оно не является очевидным.

Тут можем добавить ещё такое качество, как интуиция, развитию которой также способствуют занятия шахматами.

Сразу упрежу возможный вопрос. Шахматы – это игра. А какое отношение это может иметь к жизни?

Начнём от классического «весь мир – театр, а люди в нём...». Но, поскольку сие утверждение воспринимается, как метафора, то добавим, что алгоритмы поиска решений нашим мозгом одинаковы и в игре, и в реальной жизни. И если говорить об играх, то в этом плане шахматам нет равных.

Умение анализировать и предвидеть возможные сценарии развития ситуаций. Всё сказанное выше про алгоритмы можно отнести и к этому пункту, ибо рассуждения вроде «Так... Сейчас я навалюсь на f7, он подтянет коня, а я тогда переброшу ладью. А если он решит уйти королём, тогда я...» не что иное, как анализ ситуации и предвидение вариантов развития ситуации.

Теперь подумайте, как похожие на приведенные выше рассуждения у вас происходили в жизни. Наверняка найдёте аналогии.

И тут ещё один психологический момент. В пользу игры,

как обучающей системы.

В реальной жизни такая цепь анализа связана с ответственностью, ведь от верного анализа зависит очень многое. А в игре над человеком не довлеет эта самая ответственность, он проводит анализ спокойнее и точнее. И тем самым тренирует, вырабатывает алгоритмы, они становятся для него привычными, а потом в жизни всё происходит гораздо легче и точнее.

Способность прогнозировать результаты и последствия действий (своих и чужих) на много шагов вперед. А это уже просто про шахматы! Просчёт вариантов, анализ позиции, анализ развития ситуаций в зависимости от той или иной последовательности ходов (то есть, по сути, действий), от действий соперника – так ведь это происходит всё время в течение всей партии!

И для закрепления тезиса о пользе шахмат добавлю несколько иллюстраций.

Иллюстрация первая. Я как-то подсчитал, сколько у меня знакомых успешных бизнесменов и менеджеров высшего звена. Оказалось, одиннадцать человек. Для статистической достоверности маловато, но всё же выводы делать можно.

Оказалось, что восемь из них прилично играют в шахматы.

Например, один бизнесмен, у которого крупная автомобильная фирма. То, что он не вляпывается в разные аферы и не бросается на все выгодные предложения, принимает толь-

ко верные решения, он сам считает заслугой его увлечения шахматами и соответствующего развития мышления.

Более того, он часто верные решения принимает с опережением, поражая тем самым конкурентов. К нему как-то пришёл молодой парень с предложением развития бизнеса. До этого он побывал в четырёх фирмах и везде получил отказ.

А этот господин отреагировал сразу. Тут же подготовил все документы, подписал и бросил немалые средства и силы на реализацию проекта. И он стал ему приносить столько же, сколько и основной бизнес.

Он просто провёл такой же анализ, как и в шахматной партии. И увидел то, чего не увидели другие.

Я познакомился как-то с владельцем одной из фирм, отказавшимся от этого предложения. Побеседовали. Затронули и эту тему. Он недоумённо вопрошал:

– Как это Валера прочувствовал, ведь на первый взгляд ничего такого...

Я промолчал, но про себя сказал:

– Шахматами надо заниматься!

Я привёл цифру восемь из одиннадцати. А ещё трое? Тут я просто пока не выяснил у них насчёт шахмат.

Хорошо, это более-менее крупный бизнес. Тогда ещё пример.

На одной фирме есть несколько специалистов по продажам. И показатели одного менеджера на фоне остальных вы-

глядят впечатляюще. Он умудряется принимать такие интересные и выгодные решения, которые другим в голову не приходят. Добавлю. Он – кандидат в мастера по шахматам.

Ещё пример. Покер. Это поверхностный взгляд, что суть покера – в сохранении каменной физиономии, имея на руках двойку. На самом деле игра гораздо глубже.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.