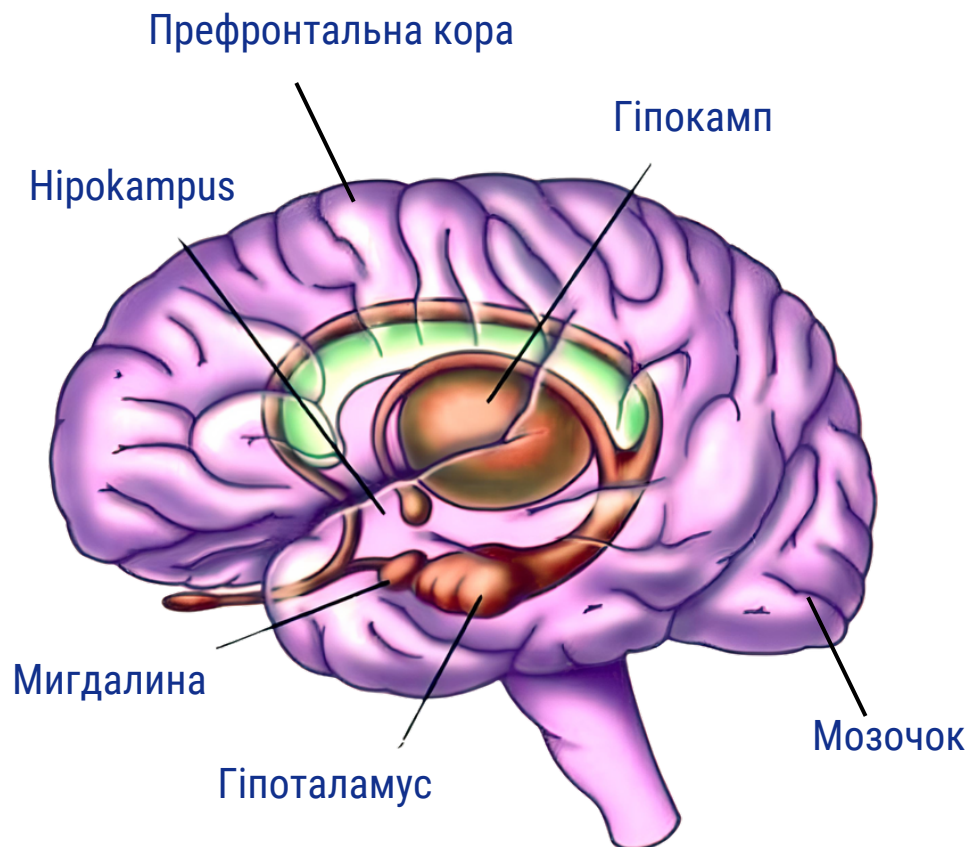


ЯК ПРАЦЮЄ МОЗОК

Базові знання про нервову систему, її складові та функції можуть дозволити вам як учителям відкрити нові перспективи у навчанні своїх учнів.

Запропонований матеріал доповнить ваші знання про функції різних частин мозку, які мають значний вплив на поведінку та переживання як ваших учнів, так і вас самих:





Лімбічна система - це сукупність структур, які розташовані глибоко в мозку. Це одна з еволюційно найдавніших частин мозку, яка бере участь зокрема в емоційних і мотиваційних процесах, пов'язаних з виживанням. До складу лімбічної системи входять мигдалина, гіпокамп і гіпоталамус.



Мигдалина грає важливу роль у контролі емоцій та допомагає виявляти небезпеку - вона може взяти контроль над підкірковими частинами мозку, коли це необхідно, дозволяючи нам діяти швидко та інстинктивно.



Гіпокамп допомагає швидкому засвоєнню нової інформації. Серед іншого, він зберігає довготривалі спогади, пов'язує їх між собою та встановлює зв'язки, наприклад, між нюховими подразниками, спогадами та емоціями.



Гіпоталамус є основною сполучною ланкою між нервовою та ендокринною системами, він забезпечує в нашому організмі гомеостаз - властивість організму підтримувати стабільне середовище, яке сприяє його функціонуванню.



Мозочок - важлива частина мозку, яка контролює координацію рухів, моторику і відповідає за рівновагу та поставу.



Префронтальна кора відіграє важливу роль у вищих когнітивних функціях, таких як абстрактне мислення, координація, організація та спрямування думок і уваги. Вона також відповідає за регуляцію поведінки та емоцій. Ця частина досягає повного розвитку в останню чергу, що пояснює, чому діти та підлітки часто демонструють незрілість у поведінці та саморегуляції.



Розвиток мозку людини відбувається приблизно до 25 років, а це означає, що зв'язки між окремими ділянками мозку дітей і підлітків ще не повністю сформовані. Саме тому часто трапляється так, що учні "діють раніше, ніж думають".

Тому, працюючи з класом, важливо пам'ятати, що діти та підлітки все ще вчаться емоційній саморегуляції, а їхні когнітивні функції, такі як увага чи організація дій, все ще розвиваються. Коли підлітки опиняються в емоційно стресових ситуаціях, вони схильні реагувати імпульсивно і ризиковано, оскільки їхня префронтальна кора головного мозку, яка відповідає, зокрема, за мислення, ще не повністю дозріла. Тому ми, дорослі, повинні завжди пам'ятати про це, аби не звинувачувати учнів у тому, що вони не можуть впоратися з повсякденними ситуаціями і завданнями так, як це роблять дорослі.