

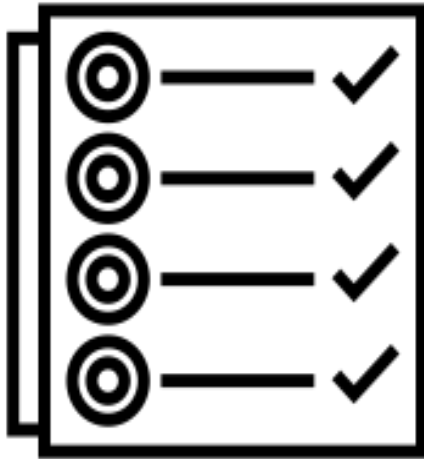
Brain training



Help everyone to *learn faster*

Fast-ℓ
CENTER

Tujuan pembelajaran:



- memahami apa itu neuroplastisitas
- jelajahi pelatihan otak
- latihan pelatihan otak

apa itu neuroplastisitas?

plastisitas otak alias neuroplastisitas mengacu pada kemampuan otak untuk berubah dan berkembang berdasarkan pengalaman hidup.



Neuroplasticity



Help everyone to *learn faster*

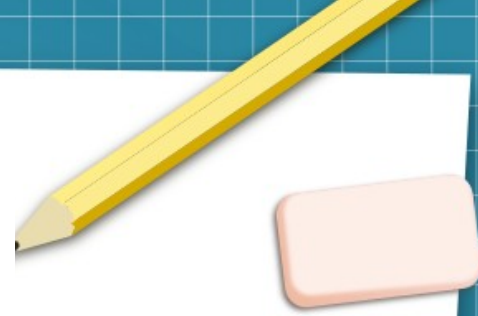
Fast-ℓ
CENTER

Latihan otak

Pelatihan otak adalah salah satu cara untuk memperkuat keterampilan kognitif dengan meningkatkan koneksi saraf di otak sehingga menangkap dan memproses informasi yang masuk dengan lebih baik



Jigsaw puzzle



Help everyone to *learn faster*

Fast-ℓ
CENTER

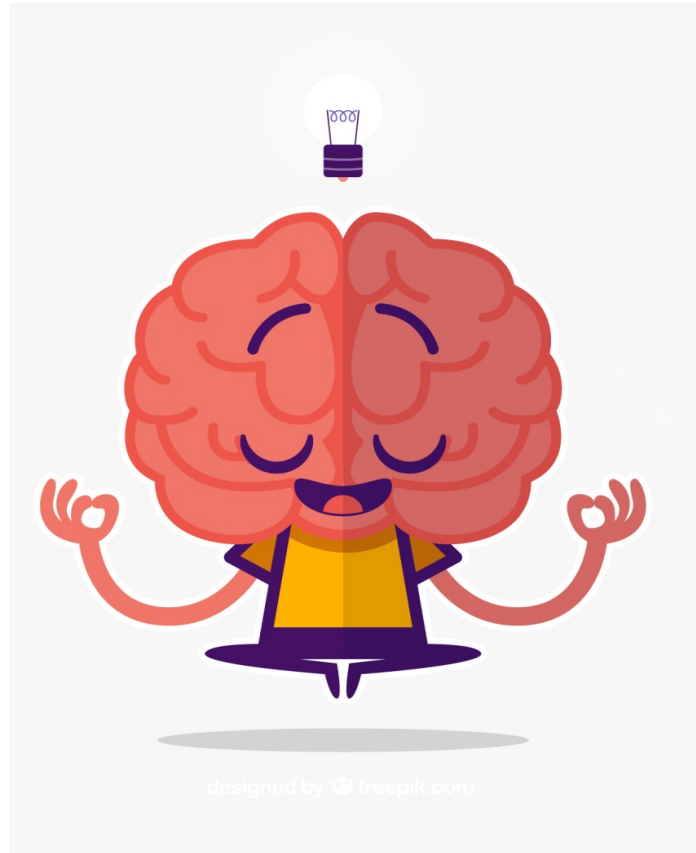
Use all your senses



Help everyone to *learn faster*

Fast-ℓ
CENTER

Meditasi



Help everyone to *learn faster*

Fast-ℓ
CENTER

Mendengarkan musik



Help everyone to *learn faster*

Fast-ℓ
CENTER

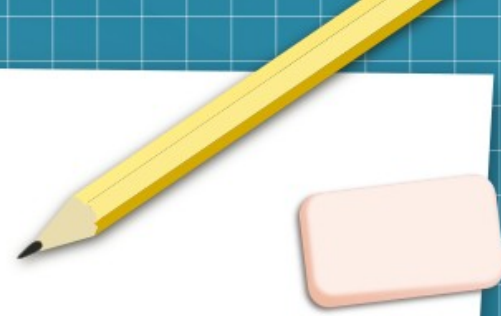
Latihan mental



Help everyone to *learn faster*

Fast-ℓ
CENTER

Menilai kekuatan ingatan Anda

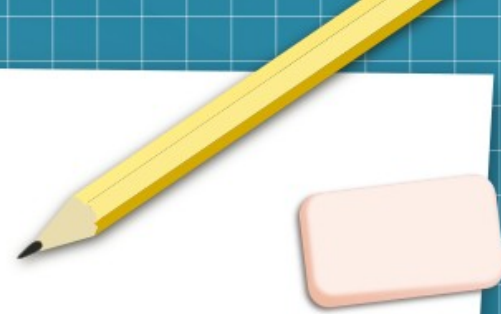
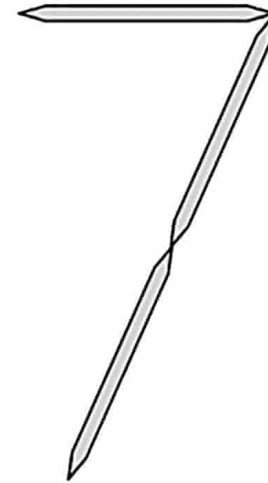


di bawah ini adalah daftar delapan kata yang tidak berhubungan.
gunakan stopwatch selama satu menit untuk mempelajari atau menghafal kata-kata.
kemudian lakukan aktivitas bebas lain, selama 10 menit. Setelah 10 menit,
kemudian tuliskan sebanyak mungkin kata yang Anda ingat,
Untuk mengetahui seberapa kuat memori dasar Anda:

- kuda
- badut
- pohon
- dokter
- pipa
- gitar
- jeruk
- kursi

right brain: numbering toothpicks

Susunlah tiga tusuk gigi menjadi angka 9
(tanpa mematahkan atau membengkokkannya)





Fast- ℓ CENTER