



ЗАПОМНИ ВСЁ

ТОП-10 Приложений Для Тренировки Мозга и Интеллекта Для iOS и Android





Приветствую Вас!

Меня зовут Станислав Матвеев.

Я - эксперт по развитию памяти и эффективному обучению.

Рекордсмен 2011 года по запоминанию, воспроизвел по памяти 8332 цифры в числе «ПИ».

Автор бестселлера «Феноменальная память» издательства Альпина-Паблишер. На 2017 год продано около 20.000 экземпляров.

В данном отчете представлены ТОП-10 приложений для развития мозга, которые пользуются наибольшей популярностью.

Как вы понимаете подобных приложений сотни, но я отобрал только те, которые представляют наибольшую ценность именно для разностороннего развития мозговой деятельности.

В конце я даю рекомендации, как лучше это всё использовать.

Желаю успехов в изучении!

Lumosity

В создании игр Lumosity принимали участие более 100 ученых из разных стран. Его пользователи отмечают, что оно тренирует ум гораздо лучше, чем, например, кроссворды.

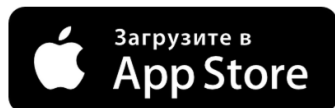
При регистрации новому пользователю предлагают сыграть в три игры, благодаря чему оценивается его память, скорость принятия решений и внимание. По окончании теста новый пользователь видит его результаты, а также может сравнить их с показателями других людей в своей возрастной группе. Таким образом человек узнает на тренировку каких когнитивных способностей ему нужно обратить больше внимания.

Ежедневно Lumosity напоминает пользователю об окончании «тренировки» мозга. Кстати, каждая ежедневная тренировка состоит из трех мини-игр, фокусирующихся на тех или иных когнитивных функциях. У премиальной версии таких мини-игр пять.

Одна из игр называется Train of Thought. Вы должны изменить направление движения поездов, имеющих разные цвета, таким образом, чтобы направить их в правильный по цвету вокзал. Эта игра действительно заставляет человека хорошо сконцентрироваться, хотя иногда мелькание разноцветных поездов немного раздражает.

В этом приложении много игр, которые понравятся не только взрослым, но и детям. Например, детям рекомендуем обратить внимание на Highway Hazards.

Официальный сайт: <https://www.elevateapp.com/>



Elevate

У мобильного приложения Elevate «всего» 10 млн. пользователей, т.е. гораздо меньше, чем у Lumosity. Однако, три года назад Elevate стало лучшим приложением для iPhone. Так что же в нем есть такого интересного?

В нем есть более 40 мини-игр, предназначенных для тренировки многих когнитивных функций, начиная от памяти, внимания, и заканчивая логическим мышлением и скоростью принятия решений.

«Чем больше вы тренируетесь с Elevate, тем больше вы будете развивать в себе полезные качества, которые обязательно пригодятся вам в реальной жизни», - утверждают создатели Elevate.

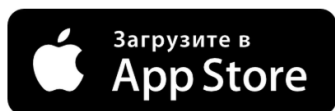
Elevate, как и Lumosity, тоже поощряет ежедневную тренировку ума. Для этого приложение предлагает ежедневно три мини-игры. У версии «PRO» таких игр пять.

У **Elevate мини-игры** более серьезные, чем у других приложений. Они меньше внимания уделяют ярким картинкам, а предпочтение отдается текстам. В каждой игре есть краткое

описание ее цели. Нас заинтересовала игра Error Avoidance, в которой нужно за определенное время поменять или убрать в предложении два «неправильных» или лишних слова. В общем, это настоящее приложение для взрослых пользователей.

Пользователям Elevate дается ежедневный, еженедельный и ежемесячный отчет о состоянии их когнитивных способностей, благодаря чему можно наглядно видеть прогресс (если, конечно, он есть). Свои когнитивные способности можно сравнить с показателями пользователей такой же возрастной группы.

Официальный сайт: <https://www.elevateapp.com/>



Peak

В 2016 году Google назвал Peak одним из лучших приложений для Android. В нем есть более 30 мини-игр. В их разработке принимали участие ученые из ведущих вузов, включая американский Йельский университет и британский Кембриджский университет.

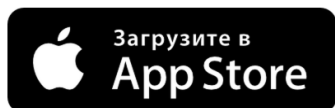
Это приложение, как и Lumosity, понравится и взрослым, и детям. Например, игра Turtle Traffic развивает ловкость – в ней пользователь должен на черепахе переплыть море и собрать при этом как можно больше медуз.

После тестов новому пользователю предлагается индивидуальный план тренировок, но можно им не ограничиваться. В версии «Pro» есть все игры, и в них можно играть в любое время суток.

Peak рекомендует тренировать мозг три дня в неделю. Очень хорошо, что пользователь сам может выбрать эти три дня, в зависимости от наличия у него свободного времени, и установить на них «напоминалку».

Показатели тренировок легко отслеживаются – приложение показывает самую полную статистику. Также можно сравнить свои показатели с данными других пользователей.

Официальный сайт: <http://www.peak.net/>



Fit Brains Trainer

Мобильное и онлайн приложение Fit Brains создано компанией Rosetta Stone, которая получила известность благодаря разработке программного обеспечения в области образования (языковые онлайн-курсы). В нем сейчас насчитывается более 60 мини-игр и более 500 персональных обучающих программ. В создании игр активное участие принимали нейрофизиологи, а они, конечно, лучше всех понимают, что нужно для улучшения когнитивных способностей мозга.

Чем отличается Fit Brains от других приложения для тренировки мозга? Прежде всего, тем, что оно фокусируется на интеллекте посредством игр с акцентом на социальном навыке и самоконтроле. Звучит занудно, но играть интересно.

После каждой игры результаты пользователя оцениваются по шкале в 200 баллов в каждой когнитивной функции мозга.

Это приложение имеет специальный «пакет» для школьников. Благодаря нему дети и подростки могут улучшить свои познавательные способности.

Официальный сайт: <http://www.fitbrains.com/>



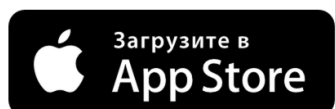
A Clock Work Brain

A Clockwork Brain Training - игра представляющая из себя огромный набор головоломок, причем при создании проекта разработчики использовали наработки науки и техники, как далекого прошлого так и вполне современные. Так что перед вами игра проходя которую вы будете задействовать абсолютно все участки мозга, а так же навыки, умения и знания. Такой подход позволит вам не только приятно провести время, разгадывая головоломки, но еще и помочь себе в развитии и приобретении новых навыков и знаний.

Ко всему прочему игра получила потрясающую стилизованную графику, которая позволит на каждом из уровней проникнуться соответствующей атмосферой.

Без сомнения A Clockwork Brain Training достойный проект который найдет своих почитателей.

Официальный сайт: <http://www.aclockworkbrain.com/>



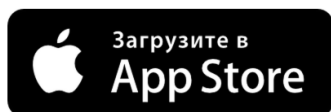
Brain Wars

30 уникальных головоломок направлены на развитие практически всех мозговых способностей. Регулярное выполнение предложенных упражнений поможет вам стать более внимательным и сосредоточенным, а на принятие важных решений у вас будет уходить значительно меньше времени.

В Brainwars предусмотрены несколько режимов. Режим соревнования, в котором случайным образом подбирается соперник из внушительной аудитории пользователей приложения. В таком противостоянии «двух умников» ваша главная задача – это максимально быстрое выполнение предложенных головоломок. Brainwars самостоятельно выбирает задание на каждый уровень. По результатам трех раундов определяется победитель. В режиме тренировки вы можете самостоятельно выбрать конкретное упражнение и отработать скорость его выполнения.

Встроенные покупки предусматривают возможность приобретения дополнительной внутриигровой валюты, необходимой для выбора любимых головоломок в режиме соревнования. Есть и оплата за отключение рекламы. Для участия в соревнованиях у вас есть 5 жизней, потратив которые вы будете вынуждены сделать паузу.

Сайт разработчиков: <http://translimit.co.jp/>



Memorado

Разработчики приложения **Memorado** назвали свое детище «полноценным тренажерным залом для мозга». И такое утверждение неоспоримо. Пользователю будут предложены около 600 разнохарактерных уровней и 19 головоломок на развитие различных участков головного мозга.

При создании серии заданий для Memorado проводились научные исследования, позволившие воздействовать на умственную активность человека не нейроуровне. Глубокий анализ каждого выбранного вами варианта ответа позволяет контролировать весь прогресс совершенствования.

Как и ряд подобных приложений, для снятия всех ограничений Memorado предлагает платную подписку.

Официальный сайт: <http://memorado.ru/>



NeuroNation

Это приложение является довольно популярным, рассматривает развитие умственных способностей в трёх направлениях: память, концентрация и интеллект. Для каждой категории предусмотрены несложные поначалу задания, но в процессе развития, задания усложняются.

В течение тренировки, по мере развития способностей составляется диаграмма в виде головы, показывающая достижения пользователя, тем самым стимулируя его на дальнейшее развитие.

Официальный сайт: <https://www.neuronation.ru/>



Mind Games Pro

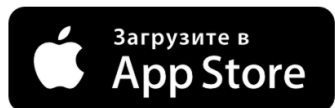
Испытайте свой мозг! "Игры ума» (Mind Games) – это собрание удивительных развивающих игр, разработанных с учетом принципов когнитивной психологии и направленных на развитие ваших умственных способностей.

В приложение входит более 30 обучающих игр (некоторые из них доступны в бесплатной версии только три раза).

Во всех играх ведется учет ваших успехов, с цифрами и графиками. На странице списка игр приводятся ваши лучшие результаты за все время и за текущий день. Все показатели оцениваются по общей шкале, и вы легко сможете увидеть, над какими именно навыками вам нужно работать.

Тренируйте концентрацию, скорость реакции, память, гибкость мышления и общие знания.

Официальный сайт: <http://mindgames.mindware.mobi/>



CogniFit Brain Fitness

CogniFit – это, видимо, самое передовое и серьезное приложение для тренировок мозга, которое мы протестировали. В нем тренируются более 20 разных когнитивных способностей, включая, например, кратковременную память.

Разработчики CogniFit говорят, что все их методы тренировок мозга одобрены специалистами, в том числе учеными из Вашингтонского университета. Отметим, что это приложение ученые могут использовать для изучения и оценки когнитивных способностей своих пациентов.

В целом же обычные пользователи оценят мини-игры CogniFit с точки зрения хорошего баланса между тренировкой мозга и веселым времяпрепровождением.

Официальный сайт: <https://www.cognifit.com/>



С чего начать?

Итак, вы узнали ТОП-10 самых популярных приложений для тренировки мозга.

Среди них отмечу 3 самых-самых, у которых лучшее отношение рейтинга и количества отзывов в App Store и Google Play.

Это приложения:

1. Elevate
2. NeuroNation
3. Peak

Рекомендую начать с них.

Не ставьте более 5 похожих приложений и постарайтесь не прыгать с одного приложения на другое.

Разнообразие и количества игр 3-х вышеперечисленных приложений вам хватит, чтобы сделать мощный рывок в развитии мозга.

Как сказал Брюс Ли: *«Я не боюсь того, кто изучает 10000 различных ударов. Я боюсь того, кто изучает один удар 10000 раз.»*

Это относится и к приложениям.

Желаю Вам успехов в развитии!

С уважением, Станислав Матвеев

[Подписывайтесь на Youtube-канал](#)

[Присоединяйтесь к группе ВКонтакте](#)