

TRÆN DIN HJERNE

Mål: At I prøver forskellige bud på, hvordan man kan træne sin hjerne
Omfang: Ca. 20 minutter
Materialer: 2 stykker papir



For at holde din hjerne i gang skal den bevæges, bruges og udfordres. Det kan I fx ved at lave disse øvelser. Aktiviteterne forebygger ikke i sig selv et stroke, men er med til udfordre din hjerne.

Kast med papirkugler

Krøl to stykker papir sammen til to kugler.
 Stil dig 2 meter fra papirkurven og se, om du kan ramme.

De kagespisende børn

Prøv at finde svaret på:
 Hvis 1½ barn kan spise 1½ kage på 1½ minut, hvor mange børn skal der så til for at spise 60 kager på 30 minutter?

Lav to ting på én gang

Prøv om du kan fx slå en takt på bordet med den ene hånd, mens du laver cirkler på maven med den anden hånd.

Lær et nyt sprog

Du kan træne hjernen ved at lære et nyt sprog. Er der nogen i klassen, der taler andre sprog end dansk, så kan I prøve at lære hinanden nogle sætninger på et andet sprog.

Husk talrækker

Prøv at huske så mange decimaler som muligt af pi. I kan også prøve at lære telefonnumre udenad, måske endda bagfra.

$\pi = 3,141592653589793238462643383279502884197169399375$
 1058209749445923078164062862089986280348253421170679...

