

Gareth Moore

90 TESTŮ, HER A CVIČENÍ PRO ROZVOJ MYŠLENÍ, PAMĚŤ A KONCENTRACI



Gareth Moore

**90 TESTŮ,
HER A CVIČENÍ
PRO ROZVOJ MYŠLENÍ,
PAMĚŤ
A KONCENTRACI**



Grada Publishing

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Dr. Gareth Moore

90 testů, her a cvičení pro rozvoj myšlení, paměť a koncentraci

Přeloženo z anglického originálu knihy *Fast Brain Workouts – Exercises, Tests & Puzzles to Keep Your Brain Super-Fit*, vydaného nakladatelstvím Michael O'Mara Books Limited, Londýn, Velká Británie, 2014.

First published in Great Britain in 2014 by Michael O'Mara Books Limited, 9 Lion Yard, Tremadoc Road, London, Great Britain, 2014.

Copyright © Michael O'Mara Books Limited 2014

Puzzles and solutions copyright © Gareth Moore 2014

All rights reserved

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400

www.grada.cz

jako svou 6155. publikaci

Překlad Lenka Vlčková

Odpovědná redaktorka Zuzana Böhmová

Grafická úprava a sazba Štěpán Böhm

Návrh a zpracování obálky Eva Hradiláková

Obrázky v knize Gareth Moore

Ilustrace na obálce Zuzana Böhmová

Počet stran 136

První vydání, Praha 2016

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

Czech Edition © Grada Publishing, a.s., 2016

ISBN 978-80-271-9098-0 (ePub)

ISBN 978-80-271-9097-3 (pdf)

ISBN 978-80-271-0046-0 (print)

OBSAH

O autorovi	6
Úvod	7
Úroveň 1	8
Úroveň 2	27
Úroveň 3	45
Úroveň 4	64
Úroveň 5	82
Výsledky	100

O AUTOROVI

Dr. Gareth Moore je tvůrcem internetových stránek **BrainedUp.com**, na nichž je možné si každý den procvičovat mozek, a autorem mnoha knih pro děti i dospělé, které obsahují nejrůznější metody procvičování myšlení a hlavolamy (např. *The Brain Workout* a *Train the Brain*).

Dr. Gareth Moore získal doktorát na Univerzitě Cambridge, kde se zabýval automatickým rozpoznáváním řeči.

ÚVOD

RYCHLÁ CVIČENÍ PRO ROZVOJ MYŠLENÍ

Pečovat o vlastní mozek je stejně důležité jako pečovat o zbývající části svého těla. Hříčky a hlavolamy obsažené v této knize představují různé typy prostředků k mentální stimulaci, které vám pomohou udržovat se v kondici.

Váš mozek se velice rád učí nové vzorce a spojení, které používá k tomu, abyste byli chytřejší. Tyto nové myšlenkové procesy mohou dokonce eliminovat některé z přirozených důsledků stárnutí. Hry sloužící k rozvíjení myšlení, které najdete v této knize, budou pro váš mozek pobídnutím k tomu, aby přemýšlel nově a jinak.

Každé z mentálních cvičení je uvozeno stručnými pokyny. Než se pustíte do plnění úkolu, přečtěte si tyto instrukce. Součástí některých z nich je i příklad řešení, který je uveden vpravo od pokynů a díky němuž vám bude úkol jasnější.

Zkuste plnit úkoly v této knížce popořadě. Hlavolamy jsou uspořádány tak, aby jejich obtížnost postupně rostla a aby se s jejich vyřešením prohlubovaly vaše schopnosti. Nepřeskakujte žádný z úkolů, které se vám možná budou zdát obtížné nebo dokonce matoucí – právě díky nim totiž můžete posílit své mentální dovednosti nejvíce!

Pokud s některou hádkou nebudete moci vůbec hnout, klidně se podívejte na řešení, jež jsou uvedena na konci knihy a která vám napoví, jak postupovat. Nebo si jen tak tipněte – i když se nakonec ukáže, že váš pokus nebyl správný, naučíte se přesto něco, co vás posune dál. Váš mozek si v takovém učení přímo libuje.

Když si budete přát své myšlení rozvinout ještě více, pokuste se hledat možnosti, jak nabourat svůj každodenní stereotyp, a je-li to možné, navštivte nová místa nebo rovnou jezděte do cizích zemí. Novost má zásadní význam, proto se snažte vyhýbat všemu, co můžete dělat bez vědomého soustředění. Pokud se vám nedostává času, možná pro vás bude vhodné využít internetových stránek, kde můžete svůj mozek posilovat každý den, jako jsou mé stránky BrainedUp.com.

Dr. Gareth Moore

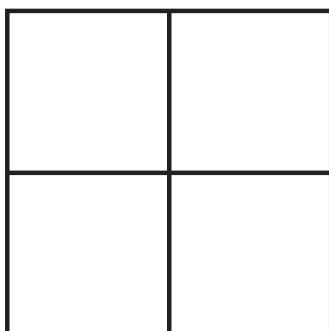
1. HLAVOLAM S KARTAMI

ÚROVEŇ 1

Umístěte čtyři karty uvedené níže do mřížky, do každého okénka po jedné kartě tak, aby byly splněny následující podmínky:

- Karty v obou sloupcích dávají dohromady stejnou celkovou hodnotu.
- Součet řádků se liší o dvě.
- Součet spodního řádku je vyšší než součet horního řádku.
- Kárová osmička je v levém sloupci.

3 ♥ 4 ♠ 7 ♣ 8 ♦



2. ČTYŘI V ŘADĚ

ÚROVEŇ 1

Doplňte do každého volného čtverečku **x** nebo **o** tak, aby v žádném řádku, sloupci a diagonále nebyla vedle sebe více než tři **x** nebo **o**.

x	x	o	o	x	x	x	o
x	x	x	o	o	o	x	o
x	o	x	x	x	o	o	x
o	x	o	o	o	x	x	x
o	x	x	x	o	o	o	x
o	x	x	o	x	o	o	o
x	o	x	x	o	x	x	x
x	o	o	x	o	o	o	x

	x	x			o	o	
		x	x			x	o
o				o	o		o
o	x						o
		o		o			
	x		x	x		o	o
x	o		x	o		o	o
	o				x	x	

4. POČETNÍ ŘETĚZCE

ÚROVEŇ 1

Pokuste se vyřešit následující početní řetězce pouze v duchu, bez toho, že byste si dělali písemné poznámky.

Začněte u tučně napsané číslice a poté proveďte postupně všechny operace směrem zleva doprava. Dosaženou hodnotu запиšte do políčka VÝSLEDEK.

41	→	-30	→	×4	→	+4	→	×1/2	→	+13	→	VÝSLEDEK
-----------	---	-----	---	----	---	----	---	------	---	-----	---	----------

36	→	÷4	→	+6	→	×1/3	→	+50	→	-43	→	VÝSLEDEK
-----------	---	----	---	----	---	------	---	-----	---	-----	---	----------

5	→	×8	→	÷4	→	+24	→	×1/2	→	+48	→	VÝSLEDEK
----------	---	----	---	----	---	-----	---	------	---	-----	---	----------

14	→	×1/2	→	+34	→	-11	→	+50%	→	÷9	→	VÝSLEDEK
-----------	---	------	---	-----	---	-----	---	------	---	----	---	----------

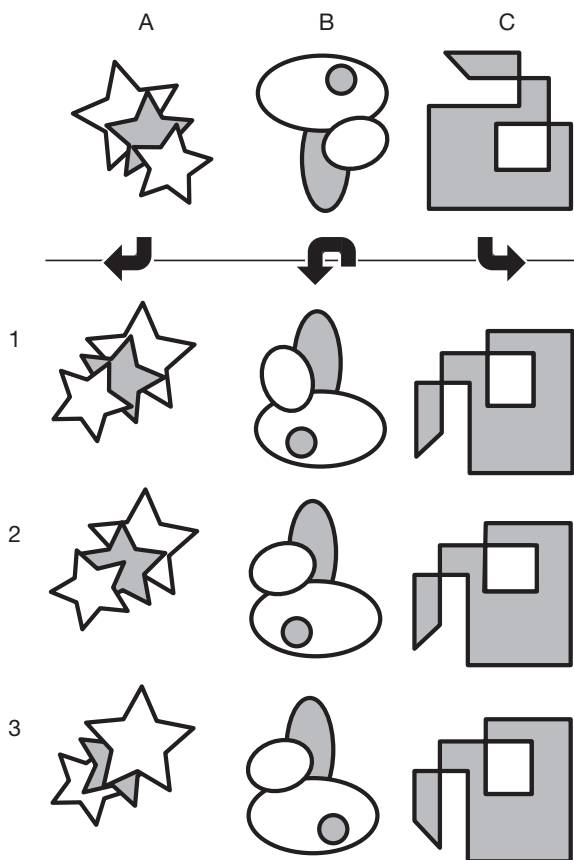
7	→	×6	→	+50%	→	÷7	→	×1/3	→	×12	→	VÝSLEDEK
----------	---	----	---	------	---	----	---	------	---	-----	---	----------

32	→	+5	→	-13	→	÷6	→	√	→	+50%	→	VÝSLEDEK
-----------	---	----	---	-----	---	----	---	---	---	------	---	----------

5. OTÁČENÍ

ÚROVEŇ 1

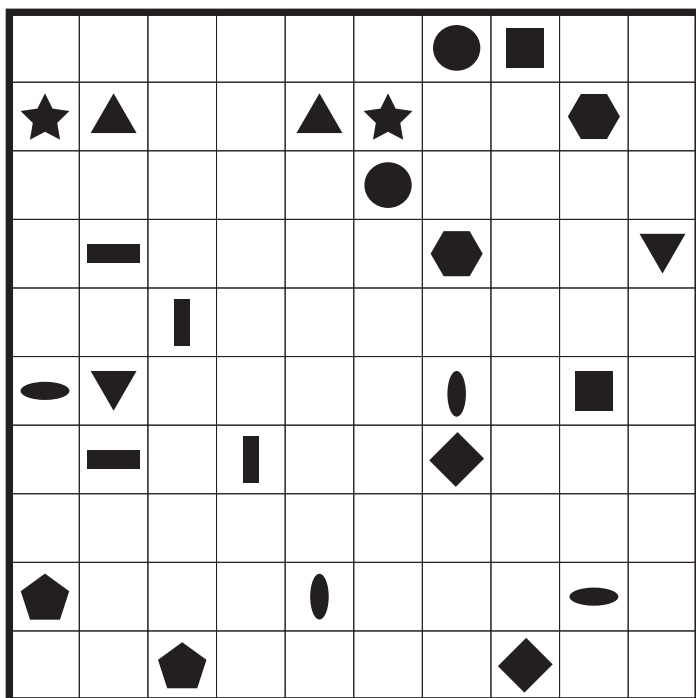
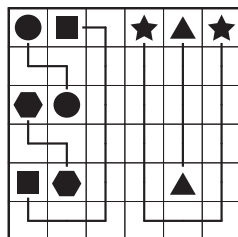
Kdyby se každý z obrázků v horní části sloupce otočil ve směru, jaký naznačuje šipka pod ním – o čtvrt otočky po směru hodinových ručiček, o půl otočky proti směru a o čtvrt otočky proti směru hodinových ručiček – která ze tří možností by pak v jednotlivých případech znázorňovala správný výsledný stav?



6. SPOJOVÁNÍ OBRAZCŮ

ÚROVEŇ 1

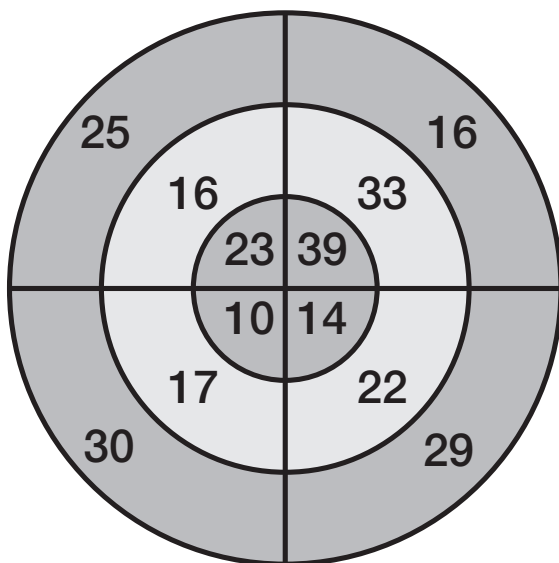
Nakreslete oddělené čáry, kterými spojíte vždy dvojici shodných tvarů, jak je naznačeno v příkladu vpravo. Žádným políčkem nesmí procházet více než jedna čára a čáry mezi políčky je možné kreslit pouze vodorovně nebo svisle.



7. ČÍSELNÉ ŠIPKY

ÚROVEŇ 1

Podarí se vám najít na terči tři čísla, jejichž součet bude mít hodnotu uvedenou tučně pod terčem? Z každé kružnice na terči vyberte vždy jen jedno číslo. Jakmile se doberete prvního výsledku, zopakujte postup a najděte součty rovnající se dalším dvěma tučně psaným hodnotám. Například hodnotu **51** získáte sečtením **10 + 16 + 25**.



66

76

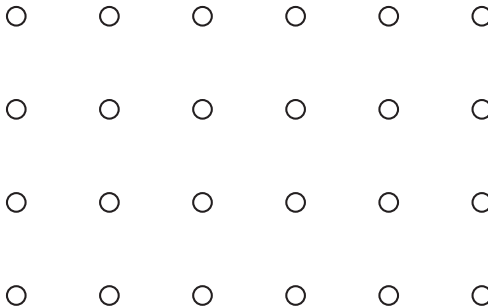
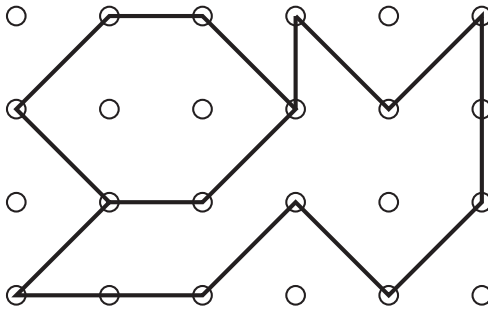
88

+

8. PŘEKRESLOVÁNÍ

ÚROVEŇ 1

Po dobu 30 vteřin si pozorně prohlížejte obrázek v horní části stránky. Potom obrázek zakryjte a překreslete ho co nejpřesněji do mřížky ve spodní části stránky. Jakmile budete mít obrázek nakreslený, porovnejte ho s originálem. Pokud není váš obrázek naprosto správný, znovu si do paměti uložte originál a překreslete jej. Vše opakujte tak dlouho, až se vám podaří obrázek zreprodukovat úplně přesně.



9. SUDOKU

ÚROVEŇ 1

Číslice od 1 do 9 umístěte tak, aby byla v každém řádku, v každém sloupci a v každé tučně orámované mřížce o velikosti 3×3 každá pouze jednou.

1	4	5	3	2	6	8	9	7
6	9	8	7	5	4	2	3	1
7	2	3	1	9	8	5	4	6
9	7	2	8	4	5	1	6	3
8	6	1	9	7	3	4	2	5
3	5	4	2	6	1	9	7	8
5	1	9	6	3	2	7	8	4
4	3	7	5	8	9	6	1	2
2	8	6	4	1	7	3	5	9

	8		2		4		6	
1			3		6			5
		5				3		
4	1			8			3	2
			1		7			
5	3			9			1	7
		9				6		
3			5		1			8
	5		8		9		2	

10. ČÍSELNÉ ANAGRAMY

ÚROVEŇ 1

Podaří se vám přeskládat tato čísla a matematické značky tak, aby výsledkem byla jedna z níže uvedených hodnot? Každé číslo a každá značka smějí být v každé rovnici použity pouze jednou a čísla lze kombinovat jedině s využitím značek. Můžete také libovolným způsobem použít závorky. Například **2, 5, 6, +, ×** lze přeskládat tak, aby výsledkem byla hodnota **22**, následovně: $(6 + 5) \times 2 = 22$.

4 5 6 10
+ × ÷

Pokuste se dojít k následujícím výsledkům:

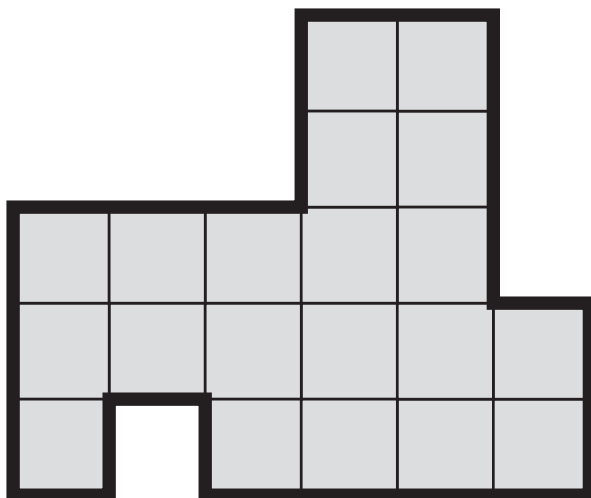
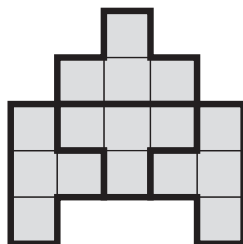
20

32

11. SKLÁDAČKA

ÚROVEŇ 1

Pomocí tučných čar rozdělte tento tvar na čtyři shodné díly skládačky tak, aby žádné políčko nezůstalo nevyužito. Díly k sobě mohou být vzájemně natočeny, ale nesmí být vůči sobě v zrcadlové poloze.



12. ZAPAMATOVÁNÍ TEXTU

ÚROVEŇ 1

Následující text si přečtete pouze jednou, ovšem tak pomalu, jak vám bude vyhovovat. Pak odpovězte na následující otázky **bez toho, že byste se vrátili k textu**. Kolik otázek se vám podařilo zodpovědět? Jakmile projdete všechny otázky a zjistíte, že jste si u některých nebyli odpovědi jisti, přečtete si úryvek ještě jednou a vyzkoušejte, jestli se vám podaří na otázky odpovědět na druhý pokus, opět bez toho, že byste hledali přímo v textu.

„V úterý ráda nakupuji potraviny. Dělán to tak každý týden. Do supermarketu chodím v 9 hodin večer, když už tam není tolik lidí, a vždycky procházím obchodem stejnou trasou. Moje cesta prodejnou se podobá tanci od ovoce a zeleniny u vchodu k pečivu ve vzdálenějším rohu obchodu. Já sama ji vnímám jako propracovanou taneční choreografii, která nemá daleko ke vzrušujícímu baletu.

Dám si foxtrot k ovoci, pak přejdu v mambo směrem k mléku a k toaletním potřebám mě nesou kroky tanga. S kankánem se vydám ke sterilovanému hrášku a bossa nova mě přenese k chlebu. S čačou se dostanu ke swingujícím pokladnám a polkovým krokem přecházím k parkovišti. Jak říkám, nic zvláštního, dělám to tak každý týden.“

Aniž byste se znovu dívali do textu, odpovězte nyní na tyto otázky:

- V kolik hodin chodívá slečna z článku do supermarketu?
- Jaké potraviny se prodávají nejbliže vchodu do prodejny?
- Který den chodí ráda nakupovat potraviny?
- K čemu přirovnává svou taneční choreografii?
- Jakým tanečním krokem se blíží k chlebu?
- A jaký tanec ji přenese k ovoci?