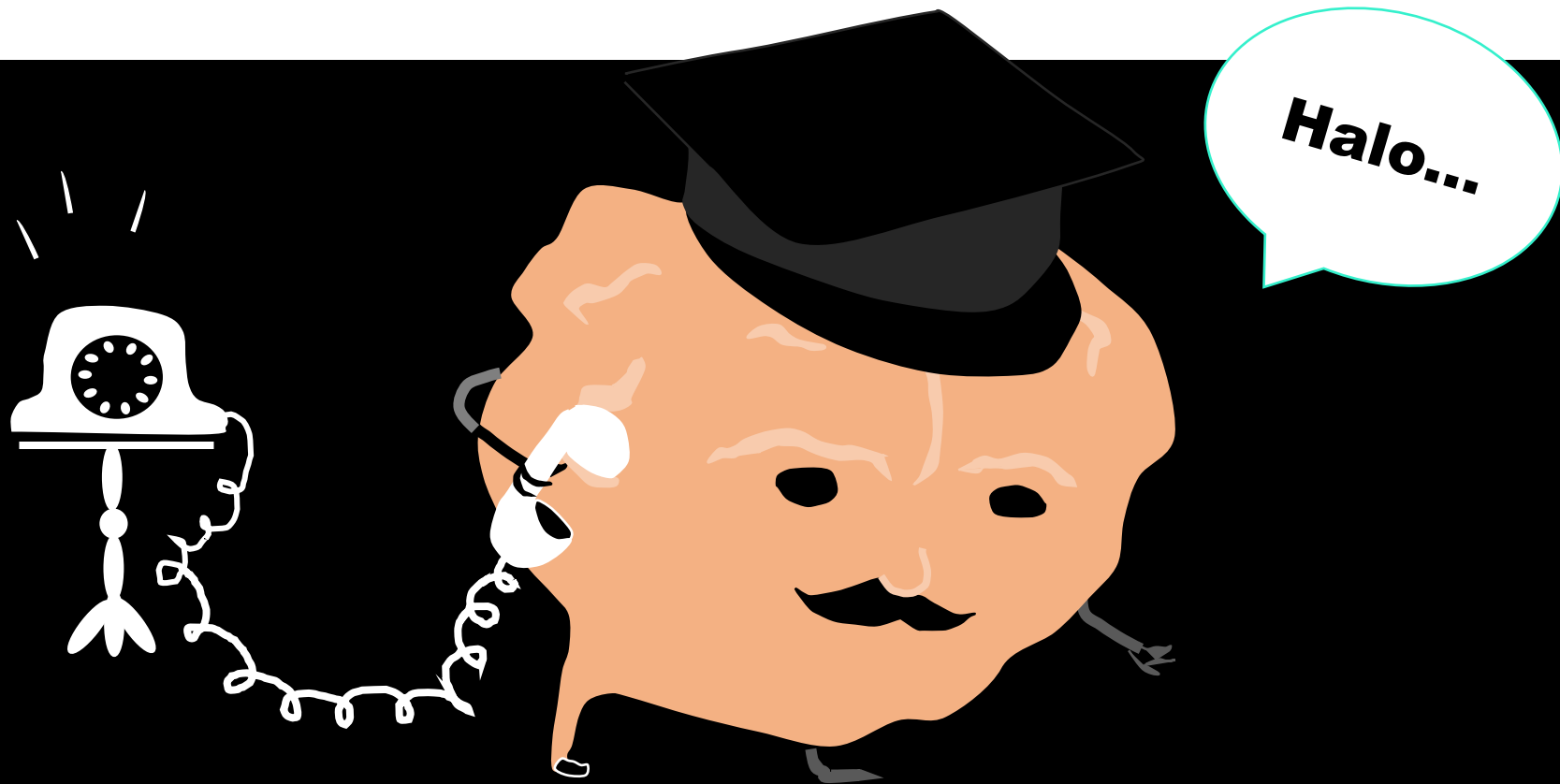
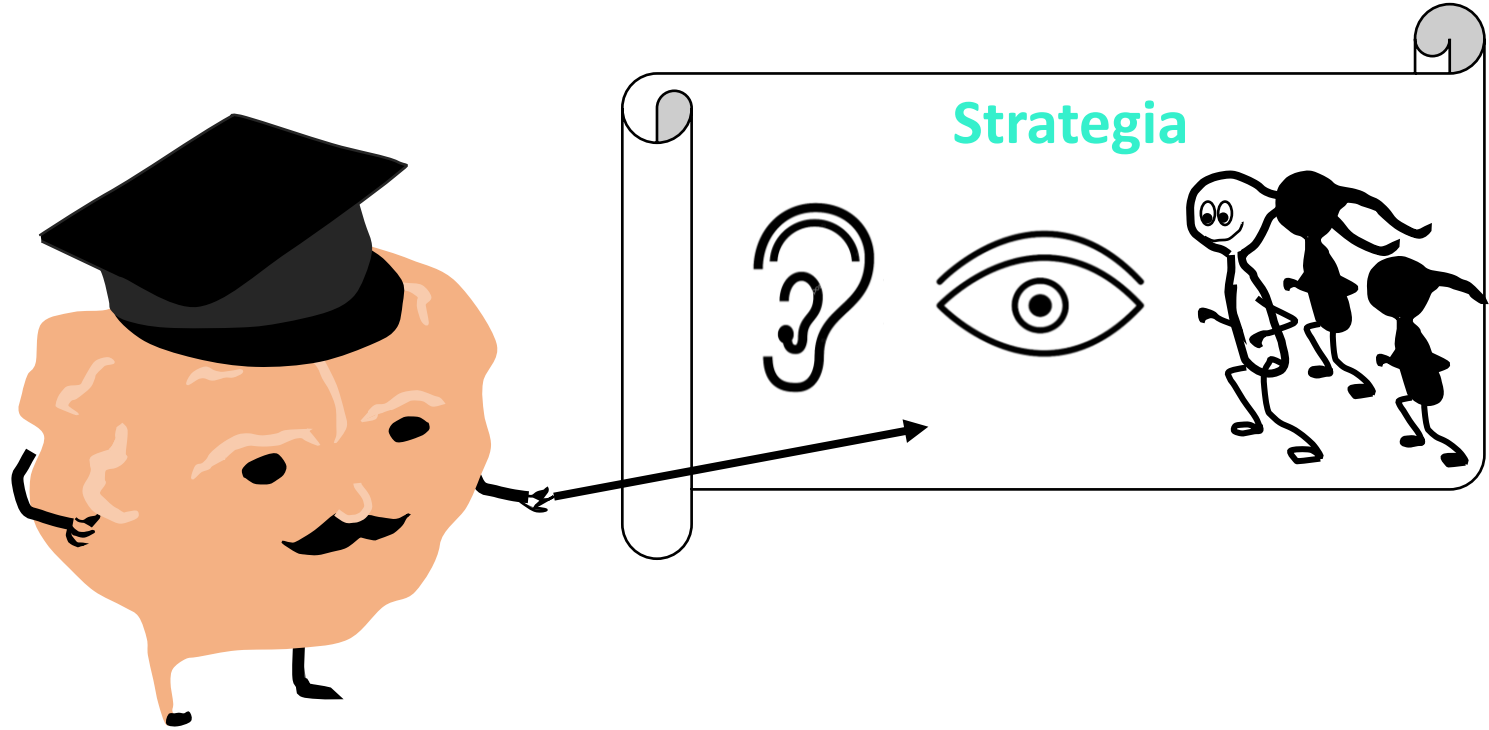


**Generał Mózg i kolejna akcja edukacja**



- **Tak, przy telefonie...**
- **Dziś 1 września; szykuje się kolejna akcja-edukacja...**
- **Słyszałem o tym. Będziemy GOTOWI. Zaraz wydam stosowne dyspozycje...**

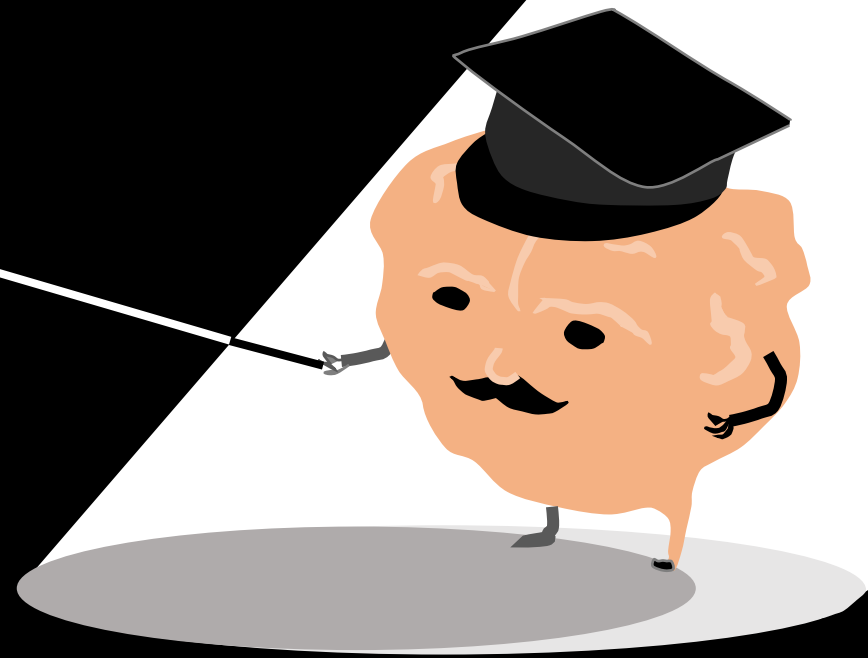
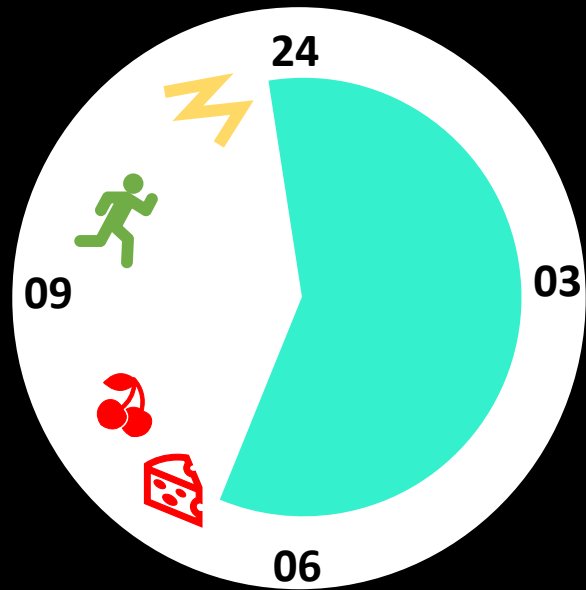


**Porucznik Ucho zajmie się nasłuchem.**

**Porucznik Oko zadba o zwiad zewnętrzny: synchronizację pracy gałek ocznych, odpowiednią fiksację obrazu i widzenie barwne.**

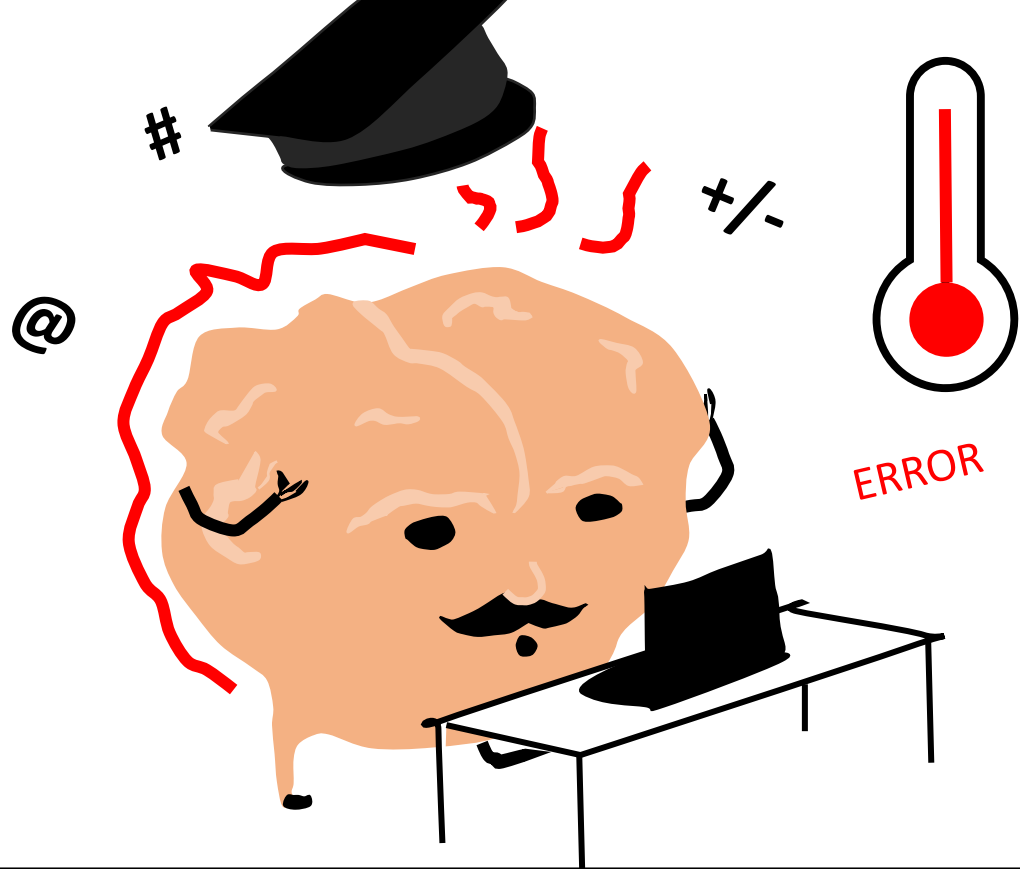
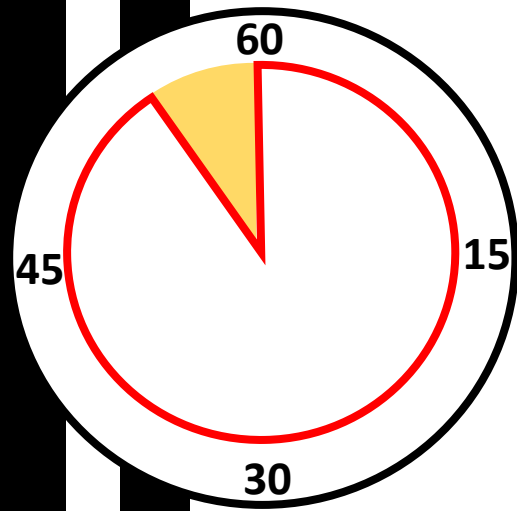
**Moja Armia Neuronków będzie odpowiedzialna za szybki transfer informacji do Centrali.**

**A tam wszystkim zajmę się już JA...**



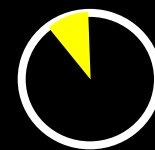
**Skoro to ja jestem tu najważniejszy i mam zadbać o zapamiętywanie i efektywną PRACĘ i NAUKĘ, czyli o sukces tej całej Operacji, to domagam się właściwego traktowania i odpowiednich warunków. Ustalam kryptonim S.O.D.A.**

**S.O.D.A= Sen i Odpoczynek + Dieta + Aktywność fizyczna**



Lubię przetwarzać, a **NAUKA** lub **PRACA** to dla mnie doskonale ćwiczenie.

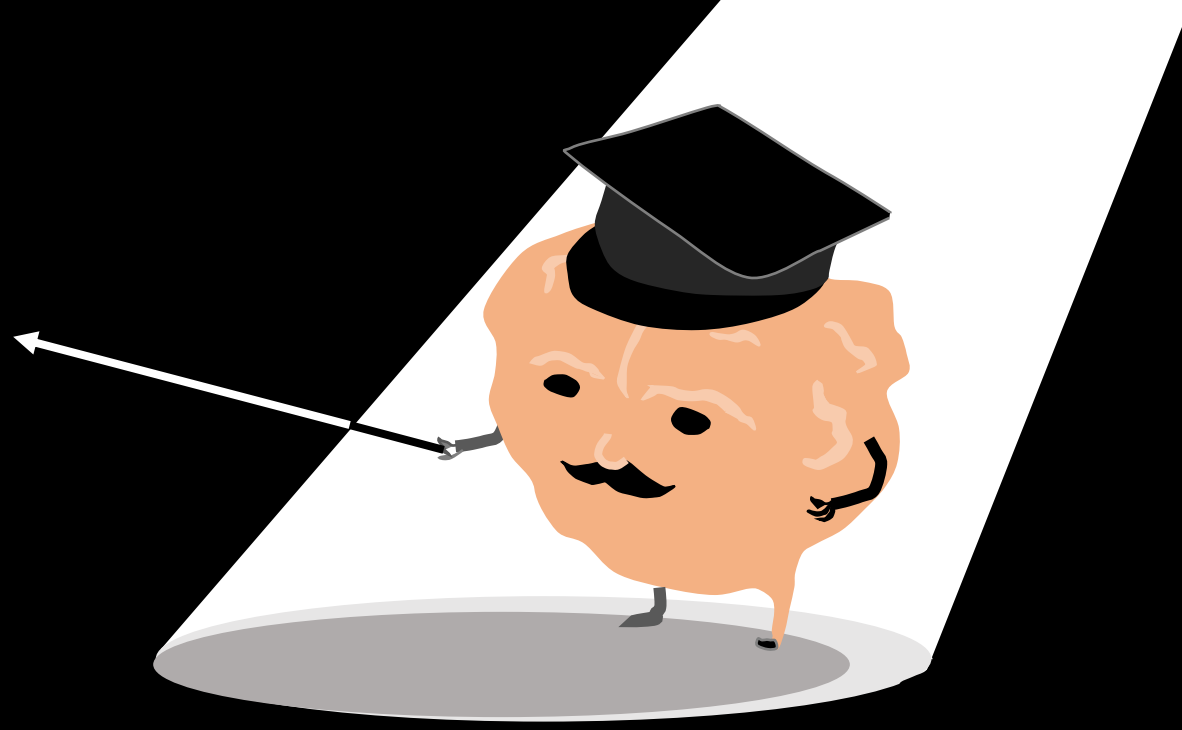
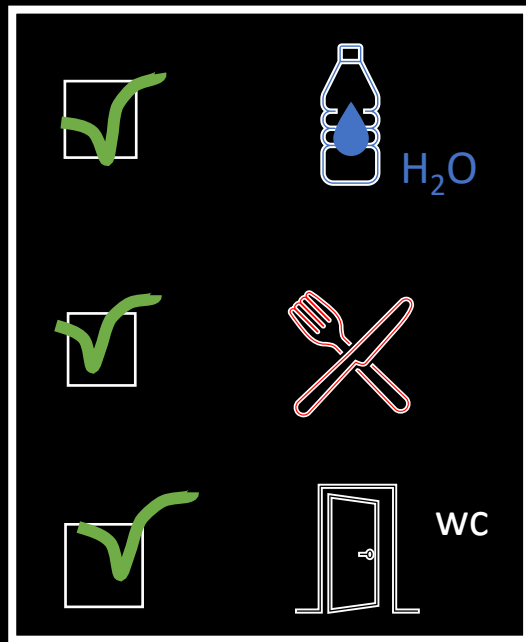
Ale żeby uporządkować zdobytą wiedzę i nie doprowadzić do przegrzania, tak, jak Twój komputer potrzebuję **RESETu** czyli chwili przerwy...



**UFF...**



**CISZA...**

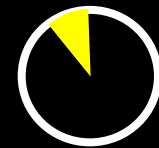


Po wielu minutach pracy umysłowej w szkole, **a zwłaszcza przed monitorem**, najlepiej robi mi **BLACK BREAKE'** czyli taka przerwa, w czasie której mogę zwolnić Porucznika Ucho i Porucznika Oko z prowadzenia wyczerpujących działań operacyjnych.

Proszę, najlepiej odejść wtedy na chwilę od monitora i zadbaj o **NASZE** potrzeby. **ODPOCZNIJ**

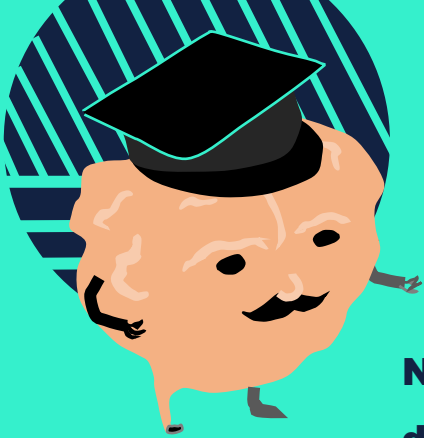


**TO TERAZ  
ZDRADZĘ CI  
MÓJ  
SEKRET...**



# Mam własny zegar! A najlepiej uczę się RANO





# A jak pogoda może wpływać na moją naukę?

**No cóż...młody układ nerwowy potrzebuje treningu, zanim zacznie działać optymalnie. Może reagować na bodźce ze środowiska silniej niż u dorosłego, a czasem nawet nadmiernie...**

- Gdy jest zbyt gorąco to moja zdolności i efektywność uczenia się wyraźnie obniżają się, a czas reakcji wydłuża,
- Gdy oświetlenie szybko się zmienia (np. gdy chmury kłębiaste szybko przemieszczają się po niebie) to oczy mogą się męczyć, a to utrudnia czytanie,
- Przy dużym zachmurzeniu, zwłaszcza rano, zamiast gotowości do nauki mogę odczuwać senność, bo bodźce świetlne będą zbyt słabe do pobudzenia mojej aktywności,
- Przy obniżonym ciśnieniu atmosferycznym i wagowej zawartości tlenu w powietrzu atmosferycznym mogę odczuwać problemy z koncentracją,
- W czasie burzy, ulewnych opadów, przy silnym wietrze czy występowaniu innych zjawisk w atmosferze miewam trudności ze skupieniem uwagi.

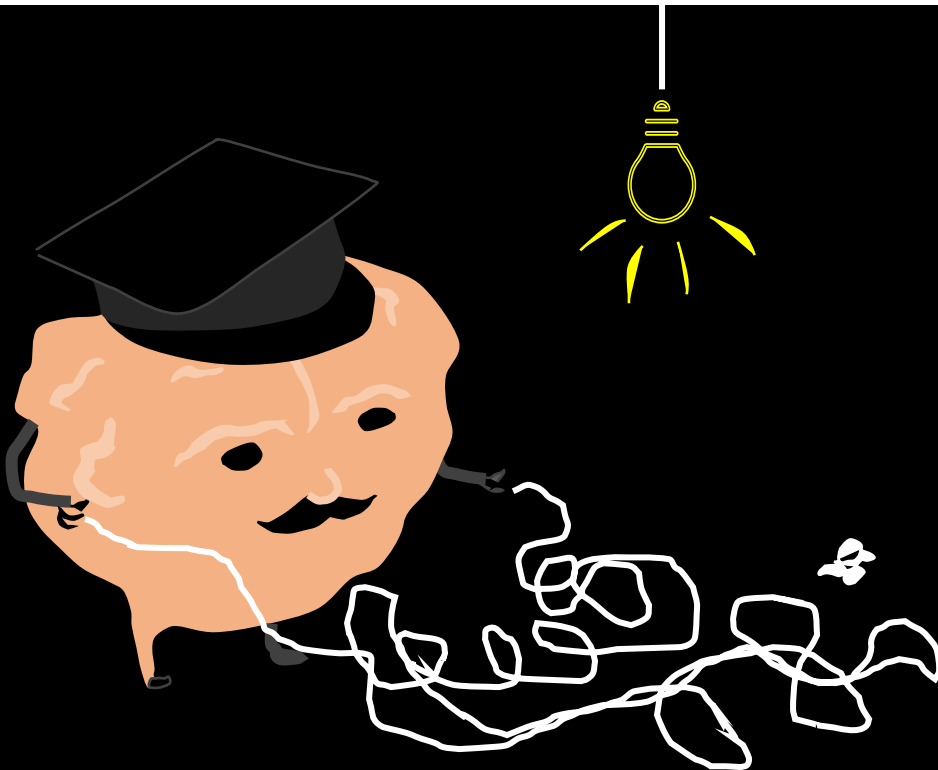
**Pamiętaj jednak o S.O.D.A, to  
zawsze będzie nam nieco łatwiej,  
nawet w niesprzyjających  
warunkach meteorologicznych...**



## **PSTRYK.** Myślałeś, że teraz JUŻ śpię?

**Teraz pora na nocną zmianę. Kiedy Ty śpisz, JA mam czas na przeglądanie, porządkowanie i zapisywanie, tego, czego Ty uczyłeś się lub przetwarzałeś w ciągu dnia.**

**Możesz mi podpowiedzieć, co jest warte zapamiętania, powtarzając te wiadomości przed snem.**



**A Ty, co  
zrobisz  
dla  
swojego  
MÓZGU?**



