

Obsah

Předmluva, nebo spíš úvod od kolegy, který už překonal osmdesátku (Radkin Honzák)	5
Trocha teorie na úvod (Petra Hirtlová)	12
Kognitivní trénink (Petra Hirtlová)	13
Formy a podoby kognitivního tréninku (Petra Hirtlová) ..	17
Trénování paměti v praxi (Danuše Steinová)	20
Mnemotechnické pomůcky (Danuše Steinová)	25
Příklady mnemotechnických pomůcek (Danuše Steinová)	26
Mnemotechnika LOCI (LOCUS- místo, lat.) (Danuše Steinová)	26
Disciplíny desetiboje podle Loci (Jana Vejsadová)	28
Mnemotechnika akrostikum (Danuše Steinová)	29
Mnemotechnika kalendář (Petra Steinová)	30
Cvičení (Petra Hirtlová)	35
Pozornost a koncentrace (Petra Hirtlová)	35
<i>Ztracené řeky</i> (Eva Outratová)	36
<i>Plavala ryba</i> (Anna Kratochvílová)	36
<i>Slovní druhy</i> (Eva Outratová)	36
<i>Kombinace znaků</i> (Petra Hirtlová)	38
<i>Kolik čtverců je na obrázku?</i> (Petra Hirtlová)	38
<i>Pozornost a realita</i> (Petra Hirtlová)	39
Slovní obratnost (Petra Hirtlová)	40
<i>Shodná písmena i počet</i> (Hana Strejčková)	40
<i>Vývojová řada slov</i> (Hana Strejčková)	40

<i>Přesmyčky s tajenkou</i> (Anna Kratochvílová)	41
Sémantická paměť (Petra Hirtlová)	43
<i>Proč se říká...?</i> (Jana Vejsadová)	43
<i>Změna jmen</i> (Zdeněk Gloz)	44
<i>V hlavní roli rostlina</i> (Zdeněk Gloz)	44
<i>Shakespearovy komedie</i> (Hana Strejčková)	45
<i>Příslaví a pořekadla bez souhlásek</i> (Zdeněk Gloz)	46
Asociativní myšlení (Petra Hirtlová)	47
<i>Ta naše písnička česká aneb</i> <i>zeměpisně národopisný kviz</i> (Eva Outratová)	47
<i>Kam se ztratila babička?</i> (Zdeněk Gloz)	48
<i>Slova z názvu komedie</i> (Hana Strejčková)	48
<i>Pojmové asociace</i> (Petra Hirtlová)	49
<i>Smyslové asociace</i> (Petra Hirtlová)	50
<i>Můj rok</i> (Petra Hirtlová)	50
Rezervní mozková kapacita (Petra Hirtlová)	52
<i>Pojďme si trochu zacvičit</i> (Silvia Valovičová)	52
<i>Tleskat a mrkat je paráda!</i> (Petra Hirtlová)	53
<i>Jedna minuta</i> (Petra Hirtlová)	54
Kreativní myšlení (Petra Hirtlová)	55
<i>Přikázaná písmena</i> (Petra Steinová)	55
<i>Zakázaná písmena</i> (Anna Kratochvílová)	56
<i>Ať promluví symboly</i> (Petra Hirtlová)	56
<i>Tři oříšky pro Popelku</i> (Petra Hirtlová)	56
<i>Tvořivost v paměťových pomůckách –</i> <i>Shakespearovy pohádky</i> (Hana Strejčková)	57
<i>Strom života</i> (Eva Vyškovská)	58
Aktivity pro více osob (Petra Hirtlová)	61
<i>Jsem na světě rád/a, protože...</i> (Ester Fišerová)	61

<i>Kdybych byl/a slavná...</i> (Ester Fišerová)	61
<i>Šňůra pochval</i> (Ester Fišerová)	62
<i>„Fujtajxl“</i> (Ester Fišerová)	62
<i>Dialogy v pasti abecedy</i> (Hana Strejčková)	63
Použité zdroje v kapitole Trocha teorie na úvod (Petra Hirtlová)	64
<i>Printové zdroje</i> (Petra Hirtlová)	64
<i>Elektronické zdroje</i> (Petra Hirtlová)	65
Klíč k cvičením (Petra Hirtlová)	66
Pozornost a koncentrace	66
<i>Ztracené řeky</i> (viz str. 36)	66
<i>Plavala ryba</i> (viz str. 36)	66
<i>Slovní druhy</i> (viz str. 36)	66
<i>Kombinace znaků</i> (viz str. 38)	66
<i>Kolik čtverců je na obrázku?</i> (viz str. 38)	67
Slovní obratnost	67
<i>Shodná písmena i počet</i> (viz str. 40)	67
<i>Vývojová řada slov</i> (viz str. 40)	67
<i>Přesmyčky s tajenkou</i> (viz str. 41)	68
Sémantická paměť	68
<i>Proč se říká?</i> (viz str. 43)	68
<i>Změna jmen</i> (viz str. 44)	68
<i>V hlavní roli rostlina</i> (viz str. 44)	69
<i>Shakespearovy komedie</i> (viz str. 45)	69
<i>Přísloví a pořekadla bez souhlásek</i> (viz str. 46)	69
Asociativní myšlení	70
<i>Ta naše písnička česká aneb zeměpisně národopisný kviz</i> (viz str. 47)	70
<i>Kam se ztratila babička?</i> (viz str. 48)	70
Kreativní myšlení	70
<i>Přikázaná písmena</i> (viz str. 55)	70
<i>Zakázaná písmena</i> (viz str. 56)	71