Η επίδραση της γνωστικής εκπαίδευσης στην ποιότητα ζωής

Τι είναι οι γνωστικές λειτουργίες;

Πώς χρησιμοποιούμε τις γνωστικές λειτουργίες;

Τι είναι οι γνωστικές λειτουργίες;

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Οι γνωστικές λειτουργίες είναι
ένα σύνολο από δεξιότητες
που αναπτύσσουμε
κατά τη διάρκεια της ζωής μας
και τις χρησιμοποιούμε
καθημερινά.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Μερικές από τις γνωστικές λειτουργίες είναι:

- Η χρήση της γλώσσας
- Οι πράξεις με αριθμούς
- Η **επίλυση προβλημάτων**
- Η μνήμη
- Η προσοχή σε λεπτομέρειες
- Η αντίληψη της θέσης στο χώρο
- Οι κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Πώς χρησιμοποιούμε τις γνωστικές λειτουργίες;

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Παρακάτω θα βρείτε μερικά παραδείγματα σχετικά με το πώς χρησιμοποιούμε τις γνωστικές λειτουργίες στην καθημερινή ζωή:

- Χρησιμοποιούμε τη γλώσσα για να δώσουμε και να πάρουμε πληροφορίες.
- Κάνουμε πράξεις για να καταλάβουμε και να διαχειριστούμε αριθμούς.
- Χρησιμοποιούμε την επίλυση προβλημάτων όταν βρίσκουμε λύσεις σε ένα πρόβλημα.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

- Χρησιμοποιούμε τη μνήμη μας όταν θέλουμε να θυμηθούμε κάποια γεγονότα από το παρελθόν.

- Χρησιμοποιούμε την προσοχή σε λεπτομέρειες όταν συγκεντρωνόμαστε σε κάτι συγκεκριμένο.

- Η αίσθηση της θέσης στο χώρο είναι η ικανότητα να γνωρίζω τι κάνει το σώμα μου και που βρίσκομαι.

- Χρησιμοποιούμε κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες για να επικοινωνήσουμε με άλλους ανθρώπους.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Λεξικό

Βρείτε εδώ τις επεξηγήσεις των όρων που γράφονται με **έντονα** γράμματα.

<u>Επίλυση προβλημάτων</u>

Όταν βρίσκουμε λύση σε δύσκολες ή πολύπλοκες καταστάσεις.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union