

# БрейнЦентр Документация ( Версия от 10 Ноября 2025)

---

## Разделы

### 2) Документация по Версии для пользователя

- 2.01 [Авторизация пользователя](#)
- 2.02 [Стартовое когнитивное тестирование](#)
- 2.03 [Печать результатов когнитивного тестирования](#)
- 2.04 [Ежедневная тренировка](#)
- 2.05 [Статистика](#)
- 2.06 [Профиль пользователя](#)
- 2.07 [Каталог тренажеров](#)
- 2.08 [Описание интерфейса тренажера](#)
  - 2.08.1 [Статистика по тренажеру](#)
  - 2.08.2 [Информация по тренажеру](#)
- 2.09 [Раздел наука](#)

- 2.09.1 [Главный раздел](#)
- 2.09.2 [Дерево навыков](#)
- 2.09.3 [Просмотр навыка](#)
- 2.09.4 [Список научных теорий](#)
- 2.09.5 [Просмотр научных теорий](#)

## Документация по Версии для пользователя

### 2.01 Авторизация пользователя

Ссылка: <https://app.braincenter.ru/>

#### Описание раздела:

Страница предназначена для авторизации пользователей в системе "**БрейнЦентр**".

Если пользователь **не зарегистрирован**, он должен обратиться к **администратору центра** для получения учетных данных.

Для входа используется логин + уникальный пароль. При необходимости администратор может сменить пароль пользователя через панель управления и заново распечатать учетных данные.



**Заряжаем мозг каждый день**



**Войти**

Логин

Пароль

**Продолжить**

Еще не зарегистрированы в системе?  
Пожалуйста, обратитесь к  
администратору Вашего  
медицинского центра.

## 2.02 Стартовое когнитивное тестирование

**Ссылка:** Раздел открывается при первом входе пользователя в систему

**Описание раздела:**

Стартовое тестирование состоит из списка вопросов и игровой части, где пользователю предстоит последовательно пройти 6 игровых тренажеров, направленных на оценку следующих когнитивных функций:

1. **Память**
2. **Внимание**
3. **Мышление**

**Продолжительность:**

- Каждая игровая сессия длится **1,5 минуты**.
- Пропустить игровые тренажеры невозможно — пользователь должен завершить все три этапа для корректной оценки когнитивного уровня.

**Цель тестирования:**

- Определить текущий уровень развития когнитивных навыков пользователя.
- Сформировать персонализированную программу тренировок в соответствии с выявленными сильными и слабыми сторонами.

**Результаты тестирования:**

После завершения теста пользователю будет доступен подробный отчет с описанием уровня развития памяти, внимания и мышления.

- **Статус:** "Пройден" или "Не пройден".
- Возможность **распечатать результаты** с помощью кнопки на странице статистики.

**Рекомендации:**

Пользователю рекомендуется проходить стартовое тестирование в спокойной обстановке, чтобы получить наиболее объективные результаты.

## 2.03 Печать результатов когнитивного тестирования

Ссылка: Распечатать результаты когнитивного тестирования можно у администратора центра из профиля пользователя

Пол	<input checked="" type="radio"/> Мужчина
Преобладающая рука	<input checked="" type="radio"/> Левая рука
Стартовый тест	<input checked="" type="checkbox"/> Пройден <input checked="" type="checkbox"/> Распечатать результаты тестирования
Тренировок пройдено	<u>2</u>

### Описание раздела:

Функционал печати результатов когнитивного тестирования позволяет получить документированный отчет о результатах стартового тестирования, а также о прогрессе пользователя в ходе тренировок.

### Где найти:

- Раздел "**Статистика**" в профиле пользователя.
- Кнопка "**Распечатать результаты тестирования**" активна после успешного прохождения стартового теста.

### Содержимое отчета:

Отчет включает следующие данные:

### 1. Общие сведения о пользователе

- Имя, идентификатор пользователя (ID).
- Дата прохождения тестирования.

### 2. Результаты когнитивного тестирования

- **Память:** уровень развития навыка, сильные и слабые стороны.
- **Внимание:** уровень концентрации и устойчивости внимания.
- **Мышление:** уровень логического и абстрактного мышления.

### 3. Рекомендации

- Персонализированные рекомендации по дальнейшим тренировкам для улучшения когнитивных навыков.
- Рекомендованные тренажеры и оптимальная частота занятий.

---

## Инструкции для администратора:

1. Откройте профиль пользователя.
2. Перейдите во вкладку "**Статистика**".
3. Нажмите на кнопку "**Распечатать результаты тестирования**".
4. Убедитесь, что принтер подключен и работает корректно.
5. Передайте распечатанный отчет пользователю или его представителю.

---

## Примечания:

- Доступ к печати результатов есть только у администратора центра.
- Результаты тестирования обновляются автоматически после прохождения стартового теста.
- Рекомендуется использовать отчет для информирования пользователя о текущем состоянии когнитивных функций и возможных направлениях для их развития.

## 2.04 Ежедневная тренировка

Сегодня тренируем:

< Мышление > 



### Тренировка мышления

Скорость мышления – это навык, который можно постоянно совершенствовать и развивать.

Чем быстрее, неординарнее, но в то же время логичнее вы мыслите, тем проще будет находить решения многих повседневных и рабочих задач. Быстрое креативное мышление способствует быстрому достижению успеха.

**ПРОЙТИ ТРЕНИРОВКУ**

**Ссылка:** Доступна с рабочего стола пользователя после входа в систему. **Первую тренировку и стартовое тестирование нельзя проходить в один день.**

### Описание раздела:

В Раздел "**Ежедневная тренировка**" предоставляет пользователю доступ к ежедневным когнитивным упражнениям, направленным на развитие ключевых навыков мышления: памяти, внимания, мышления, скорости реакции и других функций.

**Цель раздела** — обеспечить регулярные и последовательные тренировки, которые способствуют устойчивому развитию когнитивных способностей.

---

### Структура интерфейса:

#### 1. Название текущей тренировки:

Отображается информация о том, какой навык тренируется сегодня. В примере — "**Память**". Направление занятий задается по результатам стартового тестирования и не меняется на протяжении всего курса.

#### 2. Индикатор прогресса:

В верхней части интерфейса находится прогресс-бар с несколькими круглыми маркерами, каждый из которых соответствует этапу тренировки. Заполненные маркеры обозначают завершённые тренировки.

#### 3. Описание тренировки:

Раздел включает краткое описание тренируемого навыка, его значимости и полезности для повседневной жизни. В примере текст акцентирует внимание на важности памяти и избавлении от дискомфорта, связанного с забыванием.

#### 4. Кнопка запуска:

Кнопка "**ПРОЙТИ ТРЕНИРОВКУ**" запускает тренировочную сессию. Она имеет яркий цвет и интуитивно понятна для пользователей любого уровня.

## Особенности работы раздела:

- **Ежедневные задачи:** каждый день пользователю предлагаются разные тренировки для комплексного развития когнитивных навыков.
- **Разнообразие тренажеров:** система чередует различные типы упражнений, чтобы избежать эффекта привыкания и поддерживать интерес к занятиям.
- **Непрерывный прогресс:** тренировки отображаются в виде последовательных шагов, что визуально мотивирует пользователя завершить весь цикл.

## Ограничения:

- Первую тренировку невозможно пройти в один день со стартовым тестированием. Это сделано для предотвращения когнитивного перенапряжения.
- Пользователь может пройти только одну основную тренировку в день.

## Рекомендации:

- Регулярно заходить в раздел и выполнять тренировки, чтобы добиться максимальных результатов.
- Выполнять упражнения в спокойной обстановке, чтобы достичь высокой концентрации.
- Использовать индикатор прогресса как дополнительный мотиватор для достижения цели.

Раздел **"Ежедневная тренировка"** — это важный инструмент для поддержания и улучшения когнитивных функций, который обеспечивает доступ к интересным и эффективным упражнениям каждый день.

## 2.05 Статистика

Ссылка: <https://app.braincenter.ru/statistic>

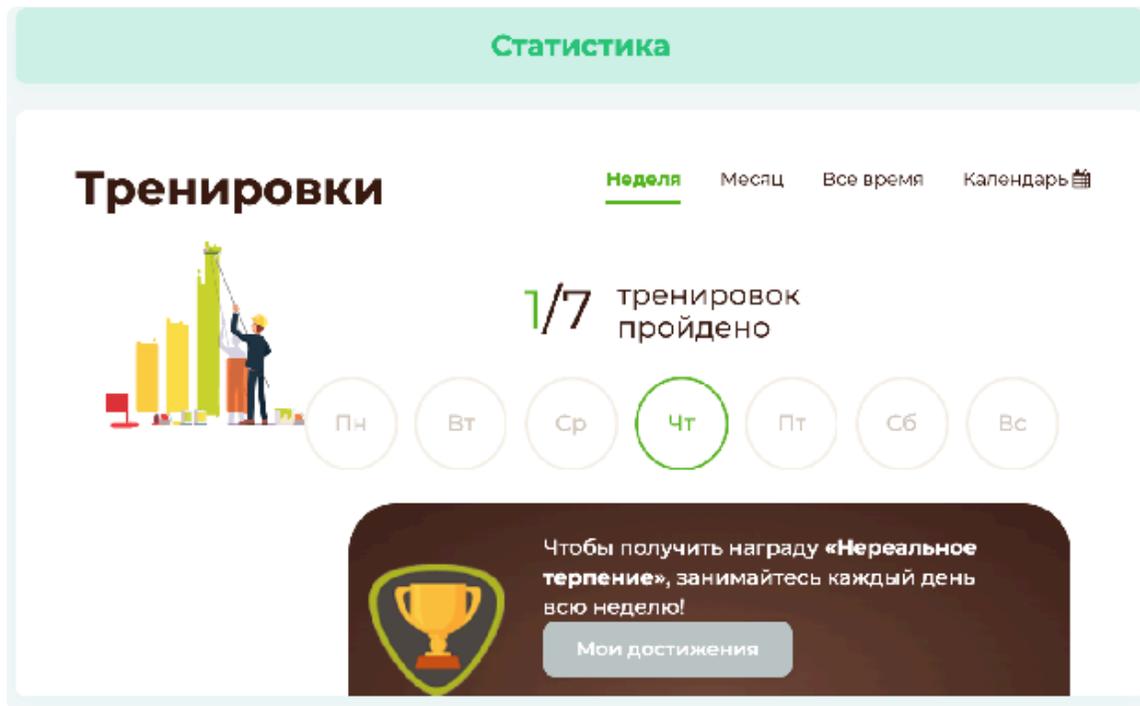
### Описание раздела:

Раздел **"Статистика"** предоставляет пользователю наглядное представление о прогрессе в когнитивных тренировках. Здесь отображаются ключевые показатели эффективности, динамика развития навыков и общие результаты тренировочной активности за различные периоды времени.

### Основные блоки раздела:

#### 1. Тренировки

- Отображает количество пройденных тренировок за неделю, месяц, всё время или в календарном формате.
- В верхней части экрана представлен прогресс-бар с кругами, обозначающими дни недели. Заполненные круги означают завершённые тренировки.
- **Мотивационная часть:**  
В этом блоке пользователь видит награды, например **"Продуктивная неделя"** за занятия 3 раза в течение недели.



## Навыки

- **Индекс производительности мозга:** отображается текущий результат (например, **505 из 3600**).
- Рядом представлен **график навыков** в виде диаграммы, которая иллюстрирует уровень развития следующих когнитивных функций:
  - Память
  - Внимание
  - Мышление
- **Объяснение расчёта:**

Пользователь может ознакомиться с тем, как вычисляется индекс, нажав на ссылку "**Что это такое?**".

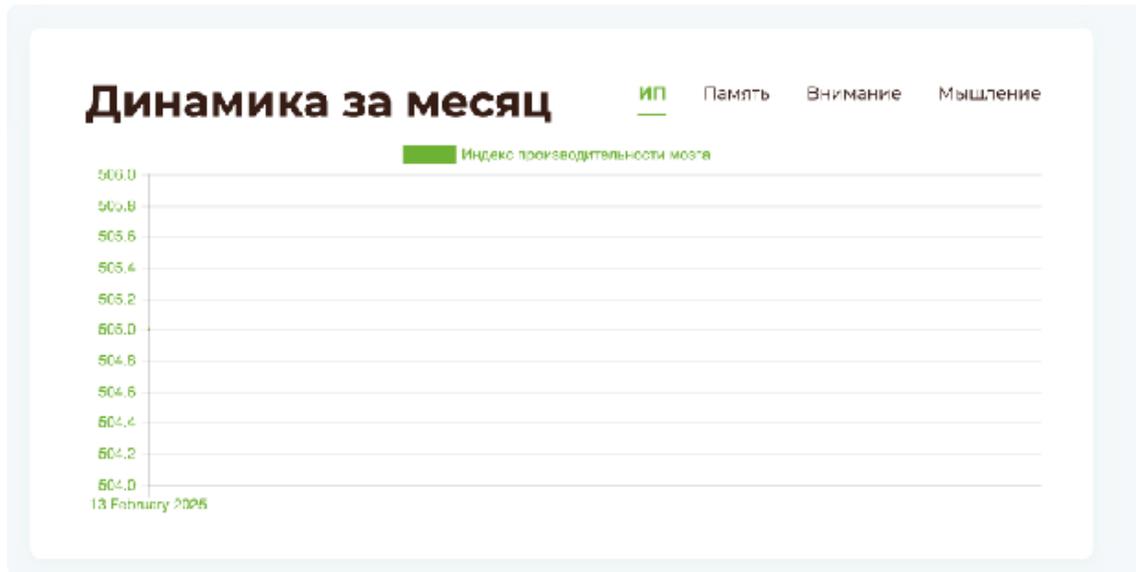
- Регулярные тренировки помогают улучшить показатели и сбалансировать развитие всех навыков.



## Динамика за месяц

- График, демонстрирующий изменения индекса производительности мозга на протяжении месяца.
- Переключение вкладок позволяет просматривать динамику не только по общему индексу, но и по отдельным навыкам:
  - Память
  - Внимание
  - Мышление

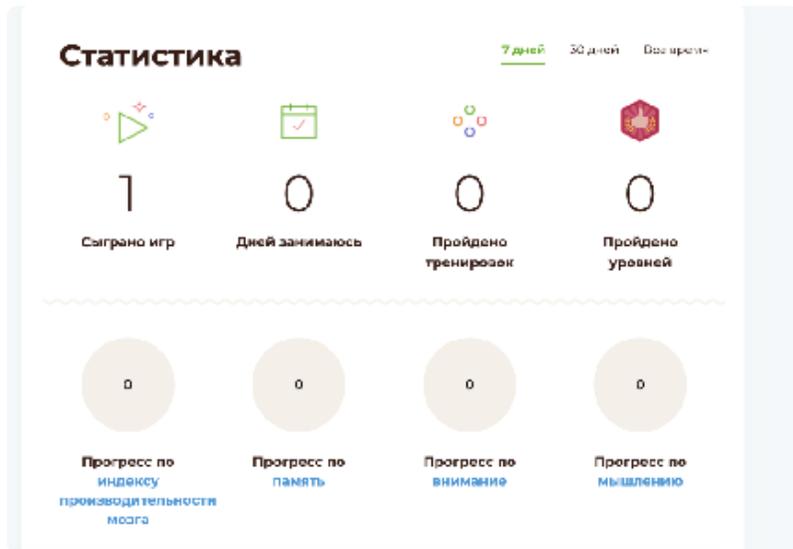
- Позволяет пользователю увидеть, как регулярные тренировки влияют на развитие когнитивных функций.



## Общая статистика

- Отображает результаты за последние **7 дней**, **30 дней** или за **всё время**.
- Ключевые показатели:
  - Количество сыгранных игр
  - Количество дней занятий
  - Количество пройденных тренировок
  - Количество завершённых уровней
- Также представлены диаграммы, отражающие прогресс по каждому из направлений:

- **Индекс производительности мозга**
- **Память**
- **Внимание**
- **Мышление**



## Функциональные особенности:

- Гибкое переключение между временными интервалами для анализа прогресса.
- Возможность отслеживания индивидуальных показателей и сравнения их с предыдущими результатами.
- Мотивационные элементы в виде наград помогают поддерживать интерес к регулярным тренировкам.

## Рекомендации:

- Регулярно посещать раздел "**Статистика**" для оценки своего прогресса.
- Использовать динамику навыков для корректировки тренировочной программы.
- Ставить перед собой достижимые цели, например, получение награды за ежедневные занятия.

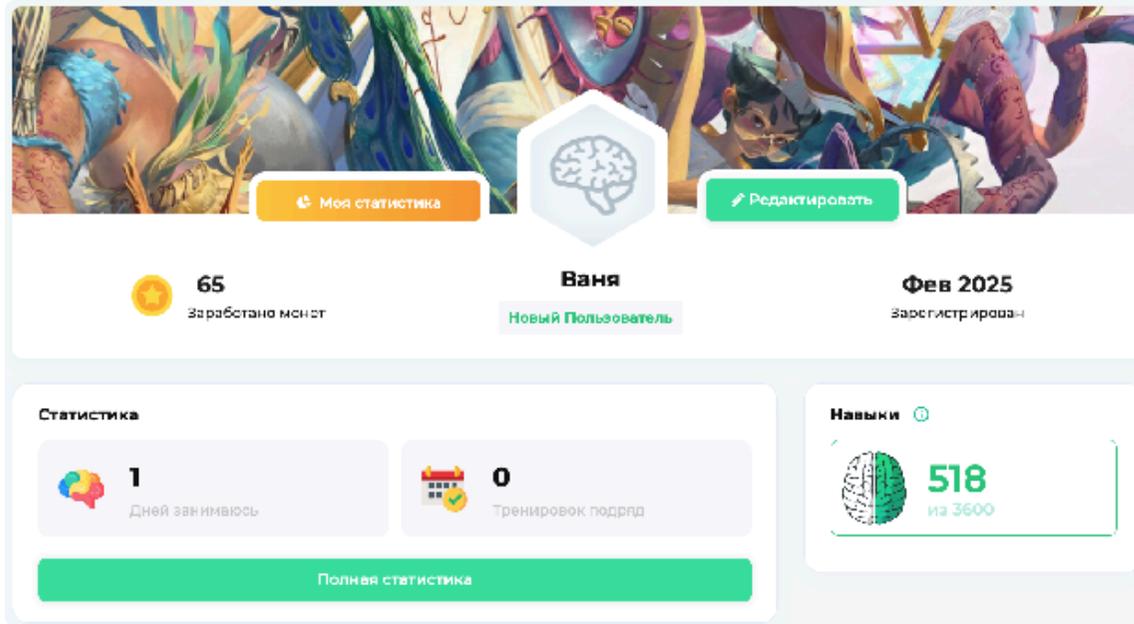
Раздел "**Статистика**" — это удобный инструмент для анализа результатов когнитивных тренировок, который помогает сохранять мотивацию и видеть реальные результаты своих усилий.

## 2.06 Профиль пользователя

**Ссылка:** Для каждого пользователя используется отдельная ссылка

### Описание раздела:

Раздел "**Профиль пользователя**" предоставляет возможность отслеживания ключевой информации о пользователе, его активности, достижениях и прогрессе в когнитивных тренировках. Вся информация структурирована для удобства восприятия и быстрой оценки результатов.



## Основные блоки интерфейса:

### 1. Основная информация

- **Имя пользователя:** отображается в центральной части профиля.
- **Статус:** новый пользователь или опытный участник системы.
- **Дата регистрации:** указана в формате "Месяц Год" (например, **Фев 2025**).
- **Кнопка "Редактировать":** позволяет изменять персональные данные при необходимости.

### 2. Активность

- **Количество дней занятий:** показывает, сколько дней пользователь занимался в системе.
  - **Тренировки подряд:** отображает количество последовательных дней, в которые пользователь выполнял тренировки без пропусков.
- 

### 3. Заработанные монеты

- В этом блоке указывается количество монет, накопленных пользователем за участие в упражнениях, достижение целей и активность в системе.
  - Монеты можно использовать для разблокировки дополнительных функций или получения наград.
- 

### 4. Прогресс в навыках

- Отображает текущий **Индекс производительности мозга** — показатель эффективности когнитивных навыков (например, **505 из 3600**).
  - Индекс рассчитывается на основе результатов тренировок, учитывая показатели по памяти, вниманию и мышлению.
- 

### 5. Мои достижения

- Список текущих достижений пользователя с прогрессом выполнения.
  - Пример: достижение "**Нереальное терпение**" — для его получения необходимо заниматься каждый день в течение недели.
  - Прогресс отображается в формате: **0/7**, где первая цифра — количество завершённых дней, вторая — необходимое количество.
-

## 6. Кнопки управления

- **"Моя статистика"**: переход к детальному анализу активности пользователя.
  - **"Смотреть все"**: отображает полный список достижений и их текущий прогресс.
  - **"Полная статистика"**: открывает расширенный раздел с подробным анализом активности, навыков и достижений.
- 

## Функциональные особенности:

- **Интуитивно понятный интерфейс**: все ключевые показатели структурированы в логические блоки.
  - **Мотивационная система достижений**: помогает пользователю сохранять интерес к тренировкам.
  - **Награды за активность**: наличие целей, таких как набор монет или ежедневные тренировки, стимулирует регулярные занятия.
- 

## Рекомендации по использованию:

- Регулярно проверять раздел для отслеживания своего прогресса.
- Использовать мотивационные достижения для поддержания интереса к тренировкам.
- При необходимости корректировать профиль, например, изменять имя или загружать аватар.

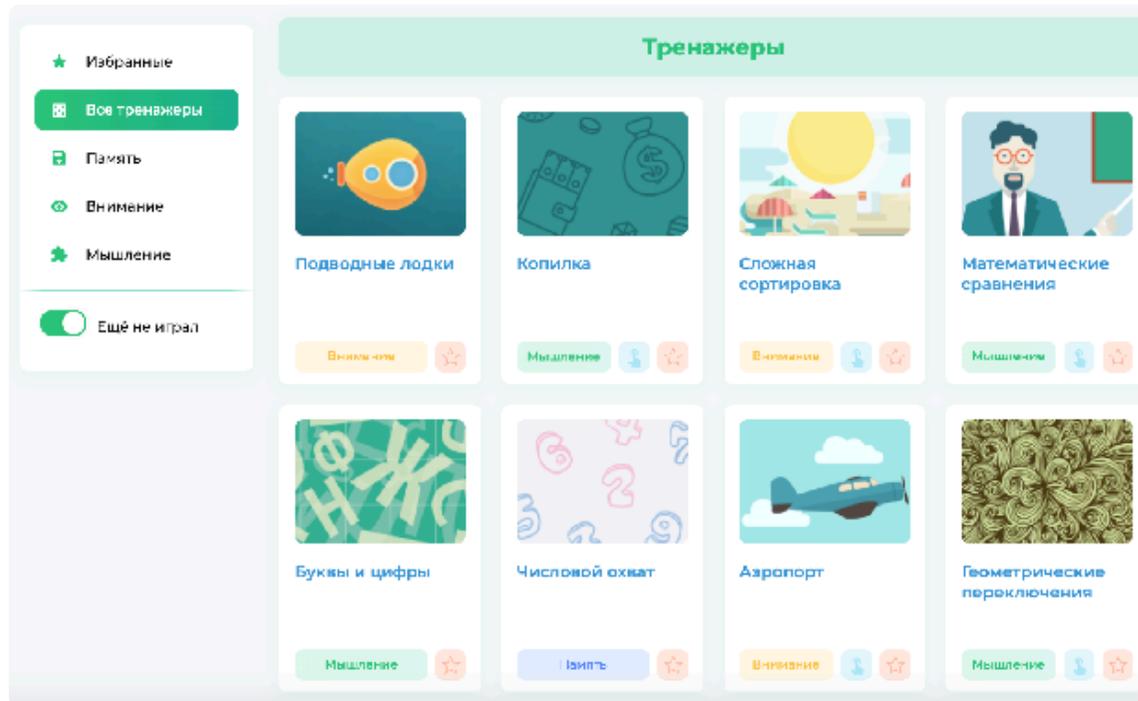
Раздел **"Профиль пользователя"** помогает эффективно отслеживать активность, мотивировать пользователя на регулярные тренировки и наглядно демонстрировать достигнутые результаты.

## 2.07 Каталог тренажеров

Ссылка: <https://app.braincenter.ru/games>

### Описание раздела:

Раздел "Каталог тренажеров" предоставляет пользователю доступ к разнообразным когнитивным тренажерам, предназначенным для развития различных навыков мышления. Все тренажеры классифицированы по группам в зависимости от типа когнитивной функции, на которую они направлены.



## Структура каталога:

Тренажеры разделены на три основные категории:

1. **Память**
2. **Внимание**
3. **Мышление**

Каждый тренажер имеет основную категорию, обозначающую, какой навык развивается в первую очередь. Однако тренажеры воздействуют комплексно и тренируют до 15 различных когнитивных навыков одновременно.

---

## Навигация по каталогу:

- **Фильтрация по категориям:**

Слева располагается меню с возможностью фильтрации тренажеров по категориям "**Память**", "**Внимание**", "**Мышление**" или отображения всех сразу ("**Все тренажеры**").

- **Фильтр "Ещё не играл":**

Позволяет быстро найти тренажеры, которые пользователь еще не запускал.

- **Вкладка "Избранное":**

Здесь отображаются тренажеры, которые пользователь отметил для быстрого доступа.

---

## Карточки тренажеров:

Каждый тренажер представлен в виде карточки с индивидуальной иконкой, названием и пометкой о развитии конкретного навыка.

### Примеры:

- **"Подводные лодки"** — Внимание
- **"Копилка"** — Мышление
- **"Числовой охват"** — Память

### Элементы карточки:

- **Название тренажера** — отображается под иконкой.
- **Основной навык** — цветная метка с названием навыка:
  - Оранжевый — Внимание
  - Синий — Память
  - Зеленый — Мышление
- **Звезда "Добавить в избранное"** — позволяет быстро добавить тренажер в список избранных.

---

### Особенности каталога:

- **Многофункциональное воздействие:**

Каждый тренажер ориентирован на основной когнитивный навык, но также активизирует дополнительные функции мозга. Всего в системе тренируется **15 когнитивных навыков**.

- **Интерактивный интерфейс:**

Пользователь может легко перемещаться между категориями, добавлять тренажеры в избранное и возвращаться к неиспользованным играм.

- **Постоянное обновление:**

Каталог может расширяться новыми тренажерами, направленными на развитие различных аспектов когнитивной деятельности.

---

## Рекомендации по использованию:

- Регулярно чередовать тренажеры из разных категорий для комплексного развития памяти, внимания и мышления.
- Использовать фильтр **"Ещё не играл"** для разнообразия тренировок.
- Добавлять любимые тренажеры в **"Избранное"** для быстрого доступа.

Раздел **"Каталог тренажеров"** — это гибкий инструмент для развития когнитивных навыков, который помогает эффективно тренировать мозг в увлекательной игровой форме.

## 2.08 Описание интерфейса тренажера

**Ссылка:** у каждого тренажера своя ссылка для запуска. Она доступна из каталога

### Описание раздела:

Интерфейс тренажера разработан с учетом простоты использования и высокой вовлеченности пользователя. Каждый тренажер сочетает игровой формат с когнитивными задачами, направленными на развитие памяти, внимания, мышления и других функций мозга.

Очки 0

 00:50Жизней: 

## Механики тренажеров:

В системе предусмотрено несколько вариантов игровых механик:

### 1. На время со счетчиком жизней:

- Пользователю необходимо выполнить задания за ограниченное время, сохранив при этом определённое количество жизней.
- Каждая ошибка приводит к потере одной жизни.
- Игра завершается, если:
  - Время истекло.
  - Закончились жизни.

### 2. На время с количеством раундов:

- Тренажер состоит из нескольких раундов, которые пользователь должен пройти за отведённое время.
- Для перехода на следующий уровень требуется успешно завершить все раунды.
- Игра заканчивается, если пользователь не успел пройти раунды до окончания времени.

**Пример:** В тренажере "**Подводные лодки**" пользователь должен за минуту найти и идентифицировать все объекты, при этом ошибки уменьшают количество жизней.

## Интерфейс тренажера:

В каждом тренажере присутствуют следующие элементы:

### 1. Очки:

- Начисляются за правильные ходы или успешное выполнение заданий.
- Могут отображаться в режиме реального времени или суммироваться после завершения раунда.
- В некоторых тренажерах доступны множители очков за серию безошибочных действий.

### 2. Таймер:

- Показывает оставшееся время до завершения тренировки.
- Может отображаться как обратный отсчет или прогресс-бар.
- Таймер служит не только индикатором времени, но и дополнительным стимулом для выполнения заданий быстрее.

### 3. Жизни (попытки):

- Начальное количество жизней определяется сложностью тренажера.
- Каждая ошибка уменьшает количество жизней на 1.
- При обнулении попыток тренировка завершается.

---

## Дополнительные элементы интерфейса:

### • Подсказки (опционально):

В некоторых тренажерах доступен ограниченный набор подсказок, которые помогают при сложных задачах. Использование подсказок может снижать количество очков.

### • Прогресс-бар:

В ряде тренажеров отображается прогресс прохождения текущего уровня или количество оставшихся раундов.

- **Итоговый экран результатов:**

После завершения игры пользователь видит:

- Количество набранных очков.
  - Время, оставшееся на таймере.
  - Статистику ошибок и успешных действий.
  - Рекомендации для следующего шага (например, попробовать более сложный уровень).
- 

## **Правила начисления очков:**

- За каждый правильный ответ начисляются очки.
- За серию безошибочных ответов может быть предусмотрен бонус.
- Ошибки не только уменьшают жизни, но и могут снижать итоговый результат.

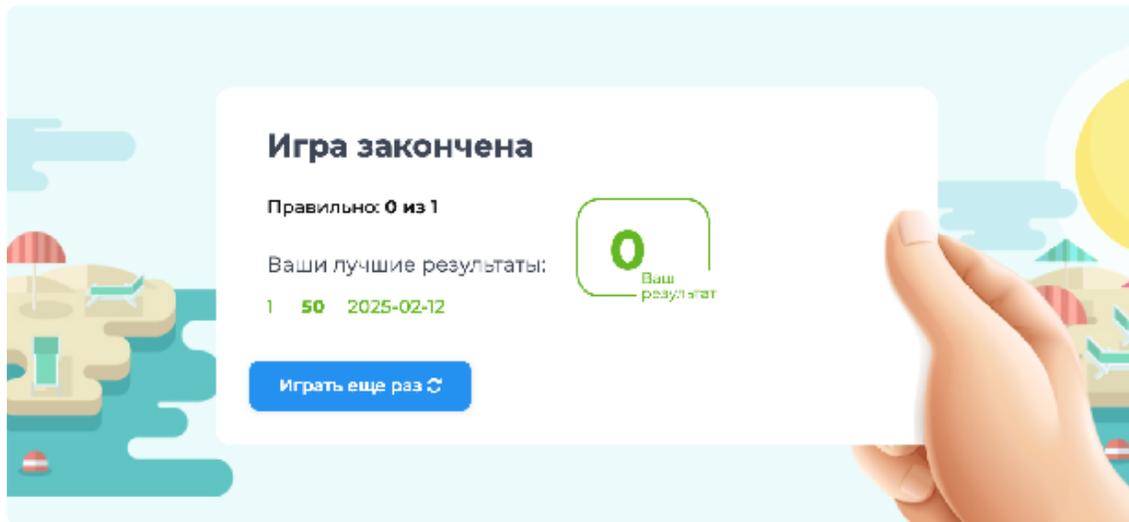
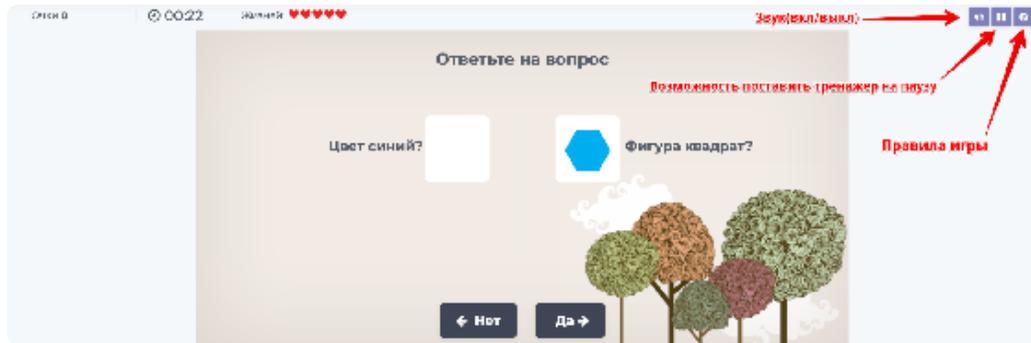
## **Пример:**

- Верный ответ — **+100 очков**.
  - Серия из 5 безошибочных ответов — **множитель 1.5x**.
  - Ошибка — **-50 очков** и **-1 жизнь**.
- 

## **Рекомендации по использованию:**

- Начинайте с тренажеров, где основная задача — развитие памяти, и постепенно переходите к более сложным задачам на внимание и мышление.
  - Следите за таймером и не торопитесь в ущерб качеству выполнения заданий.
  - Используйте игровые механики для регулярных занятий: ежедневно выполняйте хотя бы один тренажер, чтобы поддерживать когнитивные навыки в тонусе.
- 

Раздел "**Описание интерфейса тренажера**" позволяет понять логику работы каждого игрового упражнения и максимально эффективно использовать его для развития когнитивных функций.

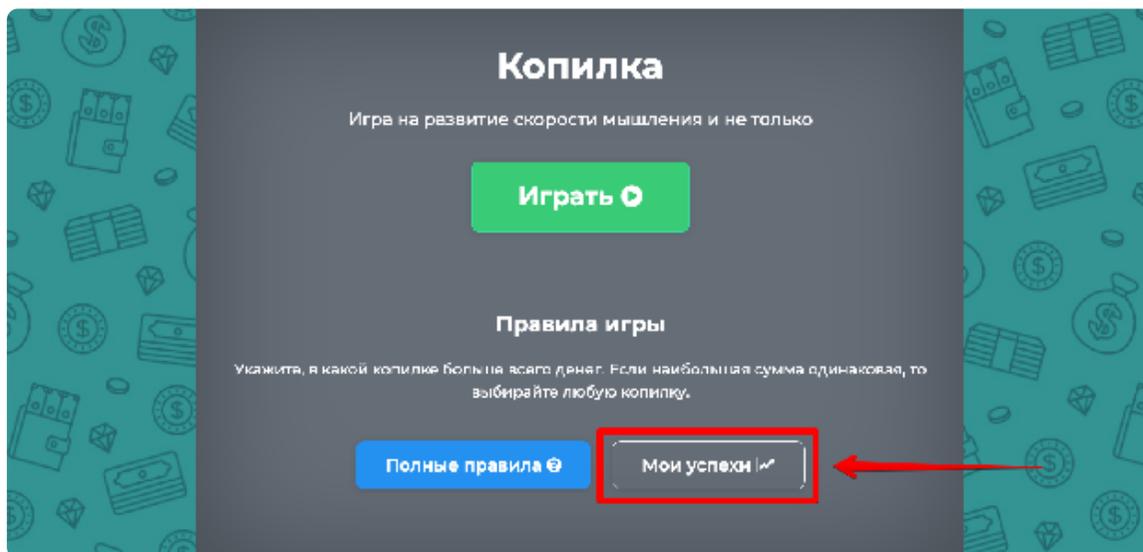


На странице завершения тренажёра отображается:

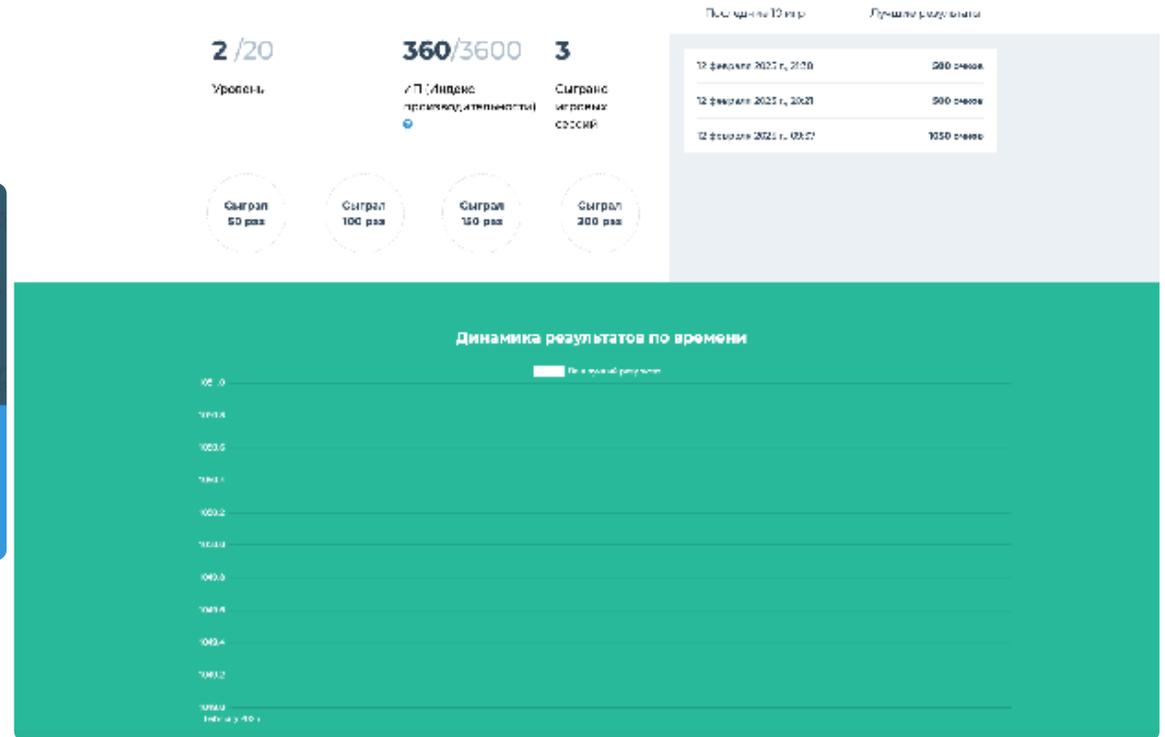
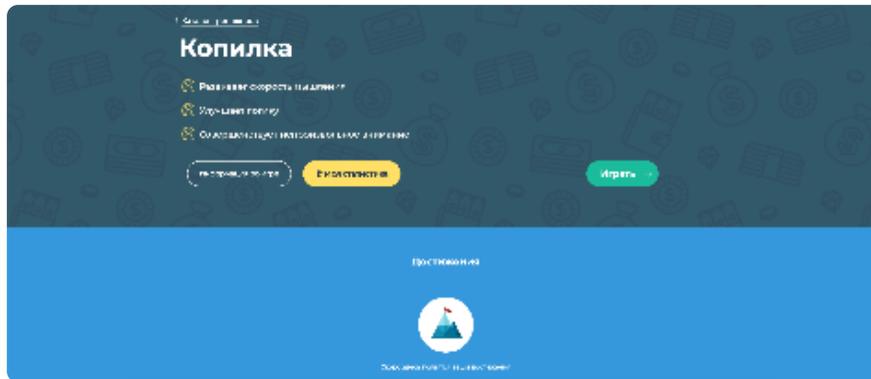
1. **Результаты** – количество правильных ответов из общего числа вопросов (например, "Правильно: 0 из 1").
2. **Лучшие результаты** – список с предыдущими достижениями, набранные очки и дату.
3. **Ваш результат** – текущее количество очков в зелёной рамке.

4. Кнопка "Играть ещё раз" – позволяет начать тренировку на тренажере заново.

## 2.08.1 Статистика по тренажеру Чтобы открыть статистику тренажера, нажмите на кнопку “Мои Успехи” перед началом игры



После нажатия на кнопку "**Мои успехи**" пользователь попадает в раздел статистики по конкретному тренажеру. В данном разделе собрана вся информация о прогрессе пользователя в выбранной игре, что позволяет отслеживать динамику развития навыков и достигнутые результаты.



## 1. Список полученных достижений

- В этом блоке отображаются награды, которые пользователь заработал во время выполнения заданий в тренажере.
- Достижения сопровождаются названием, описанием и текущим уровнем выполнения.
- Примеры достижений:
  - **"Снайпер внимания"** — за 10 раундов без ошибок.
  - **"Марафонец"** — за 30 дней подряд работы с тренажером.

## 2. Количество пройденных уровней

- Показывает, сколько уровней в тренажере было успешно завершено.
  - Разные уровни отличаются сложностью заданий, временем на выполнение и количеством элементов для запоминания или анализа.
  - В интерфейсе отображаются:
    - Текущий уровень пользователя.
    - Общее количество доступных уровней.
    - Прогресс в процентах.
- 

## 3. Число сыгранных сессий

- Отображает количество игровых сессий, которые пользователь провел в выбранном тренажере.
  - Каждая игровая сессия фиксируется, независимо от результата.
  - Дополнительно может отображаться статистика за неделю, месяц и всё время.
- 

## 4. Итоги последних 10 игр

- Представляет собой список последних 10 игровых сессий с ключевыми показателями:
    - Количество набранных очков.
    - Дата и время игры.
    - Количество ошибок и использованных подсказок.
  - Этот блок позволяет быстро оценить недавние результаты и выявить закономерности в успехах или сложностях.
-

## 5. График изменения результатов по игре

- График отображает динамику прогресса пользователя за определённый период.
- По оси **X** отображаются даты игр, а по оси **Y** — количество набранных очков или уровень навыка.
- Возможности управления графиком:
  - Изменение временного интервала (неделя, месяц, всё время).
  - Сравнение показателей разных когнитивных навыков, если тренажер развивает их одновременно.

**Пример:** В тренажере "**Числовой охват**" пользователь может видеть, как увеличивается максимальное количество запомненных чисел по мере прохождения тренировок.

---

## Дополнительные элементы интерфейса:

- **Фильтры:** позволяют выбрать конкретный тип данных для анализа (например, количество ошибок или скорость выполнения заданий).
  - **Интерактивные подсказки:** при наведении на точку на графике отображается подробная информация об игровой сессии.
  - **Мотивационные сообщения:** при достижении новых результатов система может выводить уведомления с поздравлениями.
- 

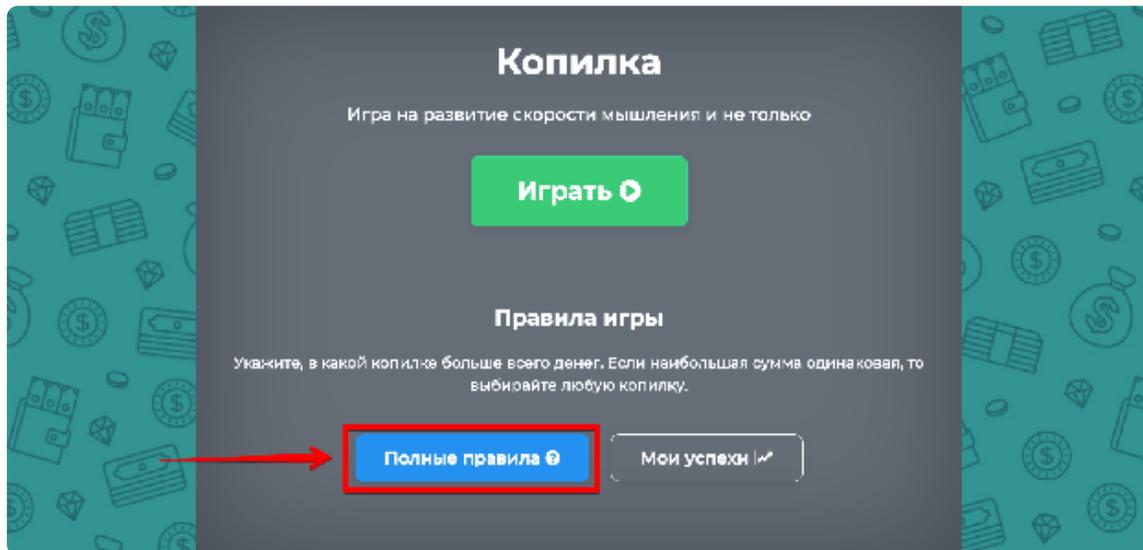
## Как использовать раздел "Мои успехи":

1. Откройте интересующий тренажер и нажмите кнопку "**Мои успехи**".
2. Ознакомьтесь с динамикой своих результатов, обратив внимание на последние 10 игр.
3. Используйте график для выявления сильных и слабых сторон.
4. Ставьте перед собой цель улучшить показатели в следующей сессии.

## Польза раздела:

- Визуализация прогресса повышает мотивацию к регулярным занятиям.
- Возможность анализа последних игр помогает корректировать стратегию выполнения заданий.
- Механика достижений создаёт дополнительный интерес к прохождению тренажеров.

## 2.08.2 Правила тренажера



Чтобы открыть правила о тренажере, нажмите на кнопку **“Полные правила”** перед началом игры

### Правила игры



В какой копилке больше всего денег?

Укажите, в какой копилке больше всего денег.

Начать игру ▶

### Правила игры



Игра продолжается, пока не закончатся игровые раунды, или не истечет игровое время.

Начать игру ▶

#### Описание раздела:

Здесь вы можете прочитать правила конкретного тренажера.

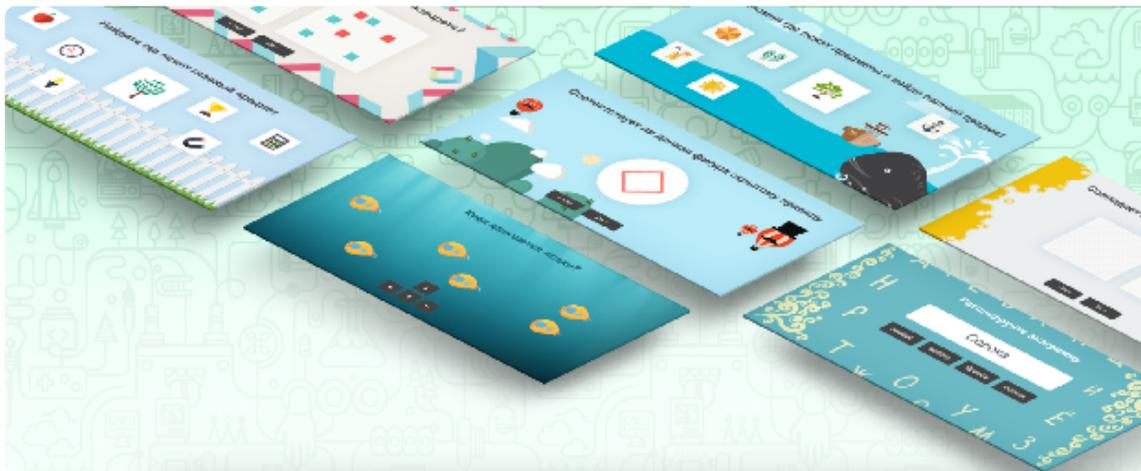
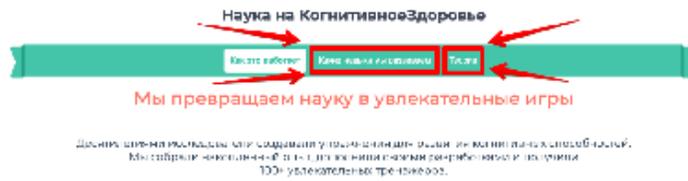
## 2.09 Раздел наука

Ссылка: <http://app.braincenter.ru/science>

### Описание раздела:

Данный раздел предоставляет пользователям возможность самостоятельно изучить виды когнитивных навыков и ознакомиться с научными теориями, на которых основаны тренажеры . Раздел носит информационный характер и служит справочным материалом для углубленного понимания работы мозга и принципов тренировок.данном разделе пользователи могут самостоятельно разобраться с видами когнитивных навыков. Это информационный раздел.

### 2.09.1 Главный раздел



Ссылка: <https://app.braincenter.ru/science>

#### Описание раздела:

Этот раздел предназначен для пользователей, которые хотят понять, как работают тренажеры и какие когнитивные навыки они помогают развивать.

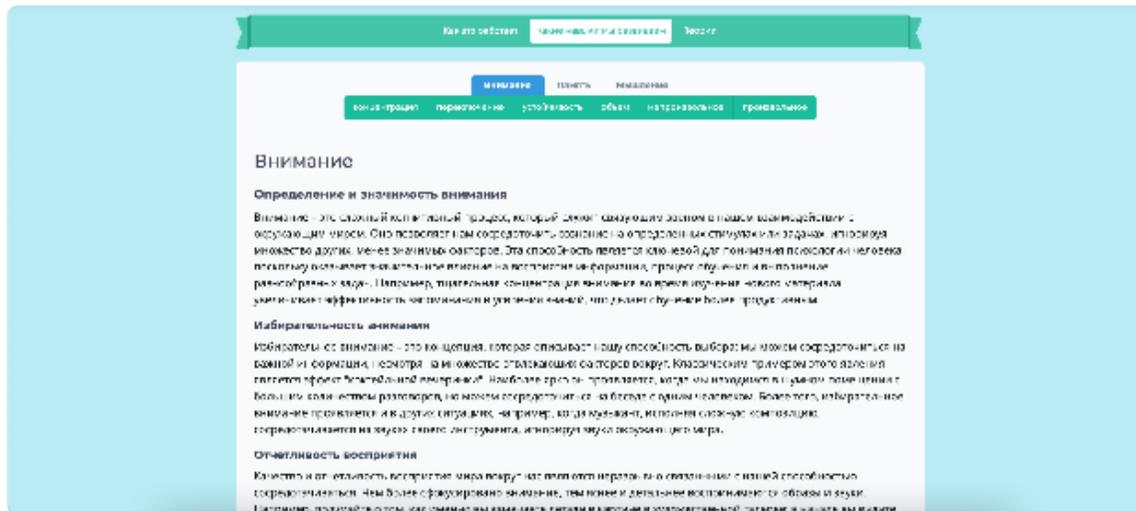


**Ссылка:** <https://app.braincenter.ru/tree>

1) **Описание раздела:** Раздел "**Древо когнитивных навыков**" представляет собой наглядное интерактивное дерево, демонстрирующее структуру когнитивных навыков, которые развиваются с помощью тренажеров в системе BrainApps.

Здесь пользователь может ознакомиться с описанием каждого навыка, узнать его значение для когнитивной деятельности и понять, какие тренажеры помогают его развивать.

## 2.09.3 Просмотр навыка



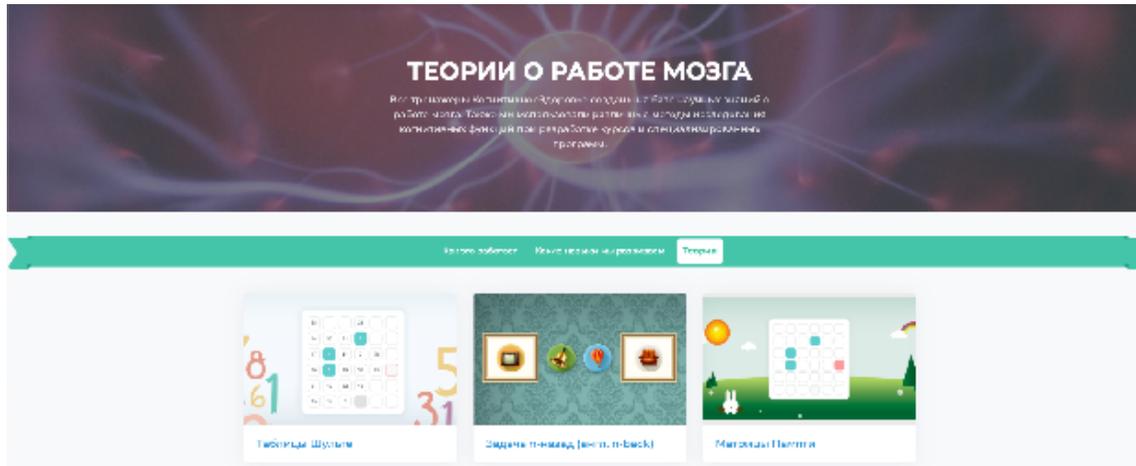
**Ссылка:** Каждый навык имеет свою индивидуальную ссылку.

**Описание раздела:**

На данной странице вы найдете подробные описания различных когнитивных навыков, их влияния на повседневную деятельность и

преимущества, которые можно получить при их развитии. В разделе представлены не только теоретические аспекты, но и практические рекомендации для успешного изучения и применения каждого навыка в жизни и работе.

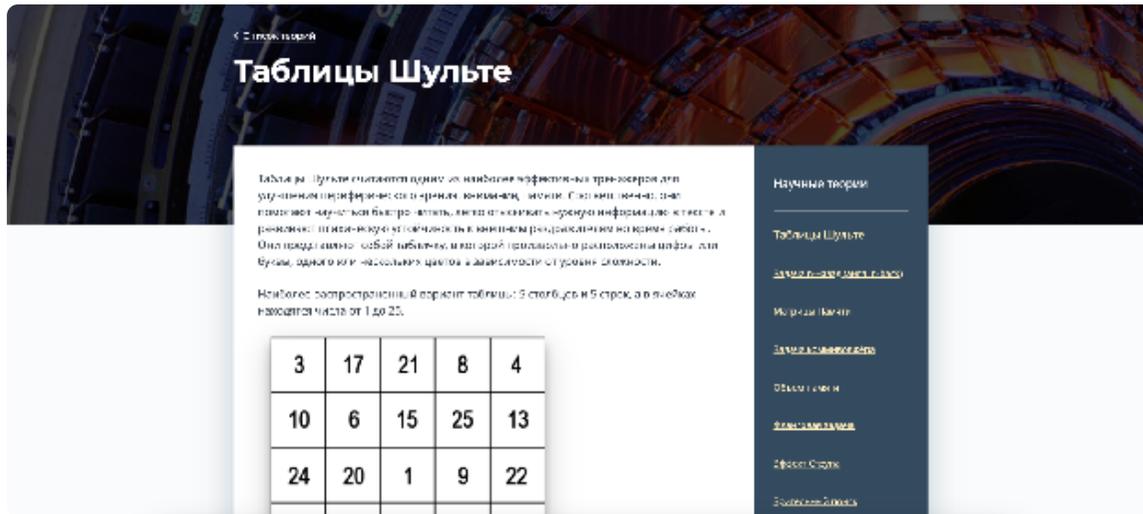
## 2.09.4 Список научных теорий



**Ссылка:** <https://app.braincenter.ru/science/tasks>

**Описание раздела:** В этом разделе представлен список научных теорий, каждая из которых фокусируется на изучении различных когнитивных процессов. Теории помогают глубже понять, как задачи и упражнения влияют на развитие памяти, концентрации и других навыков.

## 2.09.5 Просмотр научных теорий



Таблицы Шульте являются одним из наиболее эффективных инструментов для улучшения периферического зрения, внимания, памяти. Каждая таблица представляет собой набор цифр, которые необходимо найти и отметить крестиком в определенном порядке. Они помогают улучшить навыки визуального поиска, концентрации и скорости реакции. Для более подробной информации о таблицах Шульте и их применении в диагностике и лечении нарушений зрения, памяти и внимания, пожалуйста, посетите страницу «Таблицы Шульте».

Наиболее распространенный вариант таблицы: 5 столбцов и 5 строк, в ячейке находится число от 1 до 25.

3	17	21	8	4
10	6	15	25	13
24	20	1	9	22

Научные теории

- Таблицы Шульте
- Диагностика зрения
- Исследования
- Диагностика памяти
- Обучение
- Анализ данных
- Эффект Шульте
- Эффект Шульте

**Ссылка:** Каждая теория имеет свою индивидуальную ссылку.

**Описание раздела:** В этом разделе вы можете ознакомиться с различными научными теориями, которые исследуют когнитивные процессы.

Мы представляем теории, которые помогают понять, как работают память, внимание и другие аспекты мышления.