

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Gra na instrumencie pozytywnie wpływa na mózg



Włoscy naukowcy udowodnili, że praktyczne ćwiczenia muzyczne poprawiają koordynację obu rąk i sprawiają, że prawa i lewa półkula mózgu funkcjonują w bardziej harmonijny sposób.

Badacze przeprowadzili dwa eksperymenty, w ramach których osoby badane uczestniczyły w dziesięciodniowym treningu gry na elektrycznym pianinie, po około 30 minut dziennie. Badani nie mieli wcześniej styczności z tego typu aktywnością muzyczną.

Pierwsze badanie polegało jedynie na nauce gry na instrumencie. W drugim osoby badane były podzielone na trzy grupy, a każda z nich przechodziła trening o zróżnicowanym stopniu trudności (z towarzyszeniem metronomu, bądź muzyki w tym samym lub zupełnie innym tempie).

Przed rozpoczęciem każdego eksperymentu i po jego zakończeniu eksperci mierzyli aktywność mózgu u uczestników badania. Okazało się, że już tak krótka praktyka gry na instrumencie pozytywnie wpływa na mózg, stymulując zmiany w istocie szarej, polepszając koordynację obu rąk i poprawiając przepływ impulsów nerwowych w palcach dłoni. Największe efekty widoczne były u osób, które przechodziły najbardziej skomplikowany trening.

Wyniki badania zostały zaprezentowane na 22. spotkaniu Europejskiego Towarzystwa Neurologicznego (European Neurological Society), które odbyło się w dniach 9-12 czerwca w Pradze.

Za wszystko odpowiedzialna jest zdolność mózgu do przebudowy połączeń nerwowych, zwana neuroplastycznością. Często używane obszary kory mózgowej są lepiej unerwione, np. fragment odpowiedzialny za koordynację ruchową u muzyków. Reorganizacja połączeń synaptycznych mózgu odbywa się jednakże kosztem innych obszarów, rzadziej wykorzystywanych.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/13641.html>



07-11-2024

PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy