

<<卓越注意力开发与培养>>

图书基本信息

书名：<<卓越注意力开发与培养>>

13位ISBN编号：9787549912711

10位ISBN编号：7549912718

出版时间：2012-4

出版时间：江苏教育出版社

作者：本书编写组

页数：251

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<卓越注意力开发与培养>>

内容概要

本书的重点就是调动孩子的非智力因素，从这个出发点开始，对孩子的智力进行一场革命，从而达到对孩子进行智力开发和培养的目的。

本丛书最突出的特色就是：运用大量生动有趣的图片，采用新颖活泼的编排形式，让同学们在愉快的训练题和游戏中认识和学习，并获得深刻的体验和新的认识，在游戏和思维训练中不知不觉地获得智力的提升，并让大脑得到有益的开发。

<<卓越注意力开发与培养>>

书籍目录

赢在注意力，赢得成功

认识注意力

注意力是心灵的天窗

专注，让你受益一生

注意力决定学习效率

学会掌控注意力

如何集中你的注意力

跨越注意力的障碍

青少年自主提升注意力最佳途径

测测你的注意力水平

注意力水平测试

注意力及格测试

卓越注意力训练

方法一：阅读训练法

方法二：凝神训练法

方法三：橱窗训练法

方法四：鹰眼训练法

方法五：乒乓球训练法

方法六：舒尔特表训练法

方法七：多米诺骨牌训练法

注意力开发训练趣味游戏

卓越注意力开发培养个案

注意力强化培养与提升方法

附一：德国注意力缺失 / 多动症 (ADHD) 专家训练手册

附二：中小学生学习注意力测试卡

<<卓越注意力开发与培养>>

章节摘录

在城市当中，我们周围布满了漂亮的橱窗，如果把这些橱窗开发成与孩子一起玩的注意力游戏，那将是丰富生活的不错选择。

即使没有橱窗，依然可以借鉴这种方法。

如“猜物游戏”：把孩子喜欢的玩具或者学习用品摆出来，积木、汽车、娃娃、削笔刀等等，让孩子观察几秒钟，等孩子闭上眼睛后悄悄将其中一件或几件物品偷偷藏起来，让孩子睁开眼睛后说出哪些东西不见了。

这个游戏要求孩子在观察时，能够迅速地注意到多个物品，从而锻炼孩子注意的广度，进而提高注意力。

家长们需要注意的是，玩这个游戏要根据孩子的年龄及个体差异来掌握呈现物品的多少、观察时间的长短和拿走物品的多少，年龄大的孩子可以提高难度，小一些的孩子则适当降低难度，以保证他们游戏的积极性。

此外，家长要鼓励孩子多参加一些能够提高注意广度的活动，例如： 第一，3人以上运动。

足球，11人或5人足球都可以；篮球，3-5人团队的对抗篮球运动较好。

在多人参加的运动项目中，对参加者全局把握能力有一定的要求，因此对孩子注意广度的提升有所帮助。

而1人或2人进行的运动，对注意广度的提高则收效甚微。

第二，益智类游戏。

如“连连看”和“打地鼠”这样的小游戏，对孩子注意力广度训练也能起一定的作用。

所以，对于喜欢玩游戏的孩子，家长不要简单粗暴地一票否决，只要施以正确的引导，游戏不但不会妨碍孩子学习，还会提升孩子的学习效率。

现在，很多年轻的父母非常依赖所谓的“专业训练”，送孩子去昂贵的训练班跟老师学习，或者购买国外昂贵的训练教具，这种对专业的依赖性从另一个侧面体现了家长的懒惰心理和创造性的欠缺。

要知道，真正爱孩子的父母并不是大把砸钱的家长，而是路过一个橱窗也可以跟孩子玩出花样的家长。

。

.....

<<卓越注意力开发与培养>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>