第一图书网, tushu007.com

<<5分钟玩出专注力>>

图书基本信息

书名：<<5分钟玩出专注力>>

13位ISBN编号：9787564053864

10位ISBN编号：7564053860

出版时间：2012-1

出版时间：北京理工大学出版社

作者：格林图书 编

页数：62

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

内容概要

0-6岁是大脑发育非常旺盛的时期，“集中注意力”对于很多处于这个年龄的孩子来说是一个比较难以实现的目标。

对于孩子来说，新鲜事物很多，这些事物无时无刻不吸引着好奇心重的孩子，引起他们的极大关注。因此，我们可以充分利用孩子的好奇心来培养专注力。
专注力并不是简单的身体不移动，能够适时保持持久而良好的注意力，这也是大脑进行感知、记忆、思维等认识活动的基础。
所以，引导孩子主动地将注意力保持在正在进行中的事物上很重要。
通过循序渐进的方法对孩子进行专注力的训练，是保证孩子以后养成良好的学习、生活习惯的关键。
为此，我们从观察、语言、认知、运笔、数学、推理、创造这七个方面入手，将游戏和日常生活中的知识、常识相结合，锻炼孩子的专注力，同时进行一些基础的知识学习，让孩子能够真正了解身边的世界，进而研究它们，提高自己的专注力。

●环境很重要。
孩子越小，周围环境的变化对孩子的影响越大。
开始训练时，为了能够让孩子更容易集中注意力，建议家长尽量保持周边环境的安静。

●设定目标。
家长可以根据孩子平时对不同事物的注意力估算解题时间，每当孩子主动延长解题时间，家长应给予鼓励。

●仔细看分类。
每道题目都有相应的训练重点，在对孩子进行训练时，家长可以通过细节分类的提示，让孩子能够就地取材地进行进一步的同类型训练。

●留心小提示。
下方提示中，编者对题目分类意图以及训练的重点做了适当讲解，家长可以根据提示为孩子设计一些参与性更强的游戏。

家长在和孩子一起进行专注力训练时要注意：不要太过束缚孩子的行动。
基本的专注力训练主要是帮助孩子在短时间内将注意力集中在某一事物上。
为此，本书中的题目在大类别的训练方向中还提示了相应的可供发展的注意方向，就是为了尽可能在同一个题目中体现不同的注意点，让孩子能够将注意力保持在一个点上。

其次，尽量不要打断孩子。
在孩子专注于题目中时，只要孩子是在靠自己的努力认真思考，家长就应该尽可能地让孩子依靠自己的思维思索，而不是急于解题，因为思考正体现了孩子在调动他们的专注力。

编辑推荐

每天5分钟成就大未来　　让孩子在游戏中学习专注，奠定未来成功学习的基础

第一图书网, tushu007.com

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