

راه های تقویت هوش دقت و تمرکز کودکان

www.ketab.ir

مولفان:

دکتر محسن طاهری - نرگس سهیلی

انتشارات پیک آذر سحر

سرشناسه : طاهری، محسن، ۱۳۶۰-

عنوان و نام پدیدآور : راه‌های تقویت هوش دقت و تمرکز کودکان / مولفان محسن طاهری، نرگس سهیلی ؛ ویراستار رحیم عیوضی.

مشخصات نشر : تبریز : پیک آذر سحر ، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری : ۷۴ ص. : ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.

شابک : ۹۰۰۰۰۰ ریا ۹۷۸-۶۲۲-۵۳۵۴-۷۴-۶

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : کتابنامه: ص. [۷۴].

موضوع : کودکان -- هوش آزمایی، Children -- Intelligence testing

دقت در کودکان، Attention in children

سرگرمی‌ها، Amusements

شناسه افزوده : سهیلی، نرگس ، ۱۳۶۶ -، پدیدآور

رده بندی کنگره : ۳/۴۳۱BF

رده بندی دیویی : ۹۳/۲۵۳

شماره کتابشناسی ملی : ۹۸۶۸۱۷۹

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا



انتشارات پیک آذر سحر

عنوان : راه های تقویت هوش دقت و تمرکز کودکان

مؤلفان : دکتر محسن طاهری- نرگس سهیلی

ویراستار : رحیم عیوضی

ناشر : انتشارات پیک آذر سحر

تصویرگر : پریسا جوانعلی آذر

نوبت چاپ : اول ۱۴۰۲- پانصد جلد

قیمت : ۹۰۰۰۰ تومان

شابک : ۶-۷۴-۵۳۵۴-۶۲۲-۹۷۸

حق چاپ محفوظ

دفتر پخش: تبریز- خیابان شریعتی، روبروی بازار موبایل گریستال

انتشارات پیک آذر سحر تلفن: ۰۹۱۴۴۰۰۲۷۵۲ - ۰۳۵۵۶۸۸۱۶ - ۰۴۱

www.peikazarsahar.ir

@peikazarsahar

مقدمه:

نداشتن تمرکز یکی از بزرگترین مشکلات رایج بین ما آدم‌هاست. افراد زیادی آن را در دوران کودکی خود تجربه کرده‌اند و برخی از ما در دوران تحصیل و بزرگسالی خود با این مشکل رو به رو بوده‌ایم.

تمرکز به طور کلی به توانایی توجه کامل و آگاهانه یک فرد به یک مسئله خاص گفته می‌شود. در واقع زمانی که شما توانایی کنترل توجه خود را داشته باشید یعنی تمرکز دارید.

اگر شما تمرکز بالایی را تجربه کنید؛ بدون این که حواستان به چیزی پرت شود به یک چیز توجه می‌کنید و نتیجه بهتری از تلاش‌های خود می‌گیرید. با افزایش تمرکز می‌توانیم از پریدن ذهن به مسائل نامربوط جلوگیری کنیم و تمام انرژی‌مان را بر روی کار دلخواهمان بگذاریم.

فهرست مطالب

۶	هوش چیست؟
۱۲	بهترین راه های بالا بردن تمرکز در کودکان
۲۲	راه های تقویت حافظه و هوش
۲۵	تمرین های تمرکزی
۳۴	تمرین ذهنی برای افزایش تمرکز
۴۰	تمرین ها، برای پرورش قدرت مغز و حافظه خود
۴۹	نکاتی برای تمرکز حواس در هنگام مطالعه
۴۳	روش های تقویت تمرکز حواس
۶۶	دلایل عدم تمرکز
۷۱	نکات مهم برای افزایش هوش
۷۴	منابع و مأخذ