

کودکان بیش فعال و کم توجه

(۵۰ فعالیت و بازی)

۱۳۱۸ .. ۴
—————
۶۹ / ۵ / ۲۸

گردآوری

پاتریشیا کوپین و جودیت اشتون

ترجمه :

رؤیا نبی زاده - مهرو فرمند



Patricia O. Quinn

کوئین، پاتریشیا

کودکان بیش فعال و کم توجه (۵۰ فعالیت و بازی) / ویراستاران: پاتریشیا کوئین و جودیت اشترن؛ ترجمه: رؤیا نبی زاده - مهر و فرمند.
تهران: نشر روان، ۱۳۹۹.

شش، ۸۶ ص: مصور.

شابک:

ISBN : 978 - 964 - 8345 - 65 - 0

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیپا

عنوان اصلی:

50 Activities and Games for Kids with ADHD, c2000

موضوع: کم توجهی در کودکان پر تحرک -- آموزش و پرورش -- ادبیات نوجوانان -- کودکان پر تحرک -- تفریح

رده بندی کنگره: RJ ۵۰۶ ۱۳۹۰ ۸۶۵ ک ۷۷ /

رده دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۵۸۹

شماره کتابشناسی ملی: ۲۴۴۲۰۱۹

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

مخاطب عزیز، خواننده گرام! این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزانی، بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری غیرقانونی، و غیرشرعی است. پیامد این عمل ناصواب موجب بی اعتمادی در فضای نشر و فروش کتاب می شود و می تواند زحمات ساز و بایستی ناسالم جهت بی ارزش کردن زحمات دست اندرکاران فعالیت های فرهنگی و اقتصادی در جامعه شود که در نهایت، به زیان شما نیز منتهی خواهد شد.

سایت

www.Ravabook.com

پست الکترونیکی

ravan_shams@yahoo.com

☐ کودکان بیش فعال و کم توجه (۵۰ فعالیت و بازی)

☐ ویراستاران: پاتریشیا کوئین و جودیت اشترن

☐ ترجمه: رؤیا نبی زاده و مهر و فرمند

☐ ناشر: نشر روان

☐ نوبت چاپ: چهار، تابستان ۱۳۹۹

☐ لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طیف نگار

☐ شمارگان: ۵۵۰ جلد

☐ تعداد صفحات: ۹۲ صفحه

☐ قیمت: ۲۰۰،۰۰۰ ریال

ISBN: 978 - 964 - 8345 - 65 - 0

☐ شابک: ۹۷۸ - ۹۶۴ - ۸۳۴۵ - ۶۵ - ۰

مرکز پخش: تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان پنجم و ششم، پلاک ۶۳

تلفن: ۸۸۹۷۳۳۵۸ - ۹ ۸۸۹۶۷۷۰۴ ۸۸۹۶۵۲۲۸ تلفکس: ۸۸۹۶۲۷۰۷

فهرست

پیش گفتار پنج

بخش اول : افزایش پیشرفت تحصیلی

۲	رازهایی برای موفقیت تحصیلی
۲	طرح ریزی اهداف و راهکارها
۲	فعالیت های آغازین
۳	مهارت های مدیریت زمان
۴	واژه پنهان چیست؟
۵	ادامه دادن
۶	منظم تر شدن
۷	ماز روزهای مدرسه
۸	چگونه دقت را مرتب می کنی؟
۹	تهیه فهرست مفید است
۱۰	آیا برای رفتن به مدرسه آماده ای؟
۱۱	چگونه می توانی مهارت های خواندن ات را بهبود ببخشی
۱۲	همه جا خواندنی هست!
۱۳	راه حل هایی برای مشکلات تحصیلی رایج دانش آموزان مدرسه
۱۳	مطالعه برای آزمون ها
۱۵	آیا آشنا به نظر می رسد؟
۱۶	در این تصویر چه چیزهایی اشتباه است؟
۱۷	بازی جور کردن کوله پشتی
۱۸	چیره شدن بر دشواری های تکالیف خانه
۱۹	چه چیزهایی فرق دارد؟
۲۰	لوازم مدرسه
۲۱	مشکلاتی دیگر درباره تکلیف مدرسه
۲۲	آزمون امروز فصل ۲

بخش دوم : داشتن تفریح! سرگرمی و ورزش

۲۵	ماز ساحل لاک پشت
۲۶	برای خودت سرگرمی هایی داشته باش!
۲۷	رفتن به اردو
۲۸	مرکز سرگرمی ام تی
۲۹	جدول واژه های متقاطع کتاب ها
۳۰	کسل شدن در خانه
۳۱	همه ساعت های آزاد را دوست دارند!!
۳۲	کاوش برای رفتن به اردو
۳۳	اخلاق ورزشکاری
۳۴	ماز پیمایی
۳۵	بردن داروها با خود
۳۶	۲۴ کار که می توان به جای تماشای تلویزیون انجام داد

- ۳۷ ۱۵ راه برای زیباتر کردن روزها.
- ۳۸ چگونه در تابستان خودمان را خنک نگه داریم.
- ۳۹ ورزش‌های خوب.
- ۴۰ ویژگی‌های تو.
- ۴۱ جدول ورزشی.

بخش سوم: پیدا کردن و نگه داشتن دوستان

- ۴۲ بازی قایم‌باشک.
- ۴۵ در مورد شوخی‌ها چه کنیم؟
- ۴۶ کارهایی که می‌توانیم همراه دوستانمان انجام بدهیم.
- ۴۶ بیرون از خانه.
- ۴۶ درون خانه.
- ۴۷ هیچ کس کامل نیست: حل مسئله ۱. دورتان.
- ۴۷ مسئله ۱.
- ۴۷ مسئله ۲.
- ۴۸ دوستان ویژگی‌های یکدیگر را می‌بینند!!
- ۴۹ ویژگی‌های یک دوست خوب.

بخش چهارم: شناخت احساسات

- ۵۲ چهره‌ها و احساسات.
- ۵۳ پیشامدهای اعصاب‌خردکن.
- ۵۴ چه احساسی داری؟
- ۵۵ جستجوی واژه‌های برتر.
- ۵۶ از چهره‌ها چه می‌فهمی؟
- ۵۷ احساس خشم.

بخش پنجم: تو و خانواده‌ات

- ۶۲ چه تفاوتی دارد؟
- ۶۳ راه‌کارهایی برای به یاد سپردن.
- ۶۴ حالا چه کار کنم؟
- ۶۵ راه حل خودت را پیدا کن.
- ۶۶ مشکلات خانوادگی.
- ۶۷ ریشه‌های خانوادگی من.
- ۶۸ پیدا کردن بستگان.
- ۶۹ سرگرمی‌های خانوادگی.
- ۷۰ افراد خانواده مناسب‌های ویژه را با هم جشن می‌گیرند.
- ۷۱ چگونه می‌توانم این کارها را به درستی انجام دهم؟
- ۷۲ پشتیبانی خانواده.
- ۷۳ از یک دانش‌آموز به دیگری.
- ۷۵ پاسخنامه.
- ۷۵ پاسخنامه ۵۰ فعالیت و بازی برای بچه‌های بیش‌فعال.

پیش‌گفتار

به ۵۰ فعالیت و بازی رای کودکان با اختلال بیش‌فعالی همراه با نارسایی توجه خوش آمدید! این کتاب گنجینه‌ای است از فعالیت‌ها و اطلاعات برای کودکان مبتلا به اختلالات توجه که بین سنین ۸ تا ۱۳ سال هستند و در اصل به عنوان بریکز چاپ شده بود، اما ما احساس کردیم که چنین اطلاعاتی سودمندتر از این هستند که آنها را تنها برای خودمان نگه داریم. این کتاب بیش از ۵۰ مقاله اطلاعاتی دسته‌بندی شده، بازی‌ها، معماها و نامه‌هایی از کودکان، پیشنهادها و راه‌حل‌هایی برای مشکلات روزمره شامل تکالیف کنار آمدن با دیگران و بهتر منظم شدن را معرفی می‌کند. از این صفحات هرطور که دوست دارید لذت ببرید. اگر در یک گروه یا با یک مشاور کار می‌کنید، شاید دوست داشته باشید که برخی از فعالیت‌ها را با هم انجام دهید. مهم نیست که چگونه از این کتاب استفاده می‌کنید، مهم این است که هم‌زمان با سرگرمی چیزهای زیادی درباره خودتان و چگونگی استفاده بهینه از استعدادها و تواناییهایتان را خواهید آموخت. امیدواریم ایده‌های نوی بسیار و سرخ‌های سودمندی پیدا کنید تا زمانی‌تان با آرامش بیشتری پیش برود.

پاتریشیا کوبین

جو دیت اشترن