

<<教出专心的孩子>>

图书基本信息

书名：<<教出专心的孩子>>

13位ISBN编号：9787505422520

10位ISBN编号：7505422529

出版时间：2010-1

出版时间：朝华

作者：凌秀娟//候世倩//唐文婷

页数：250

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>

<<教出专心的孩子>>

前言

马克思曾说：“天才就是集中注意力！

”欣赏美丽的花朵，首先要注意到它；聆听优美的音乐，首先要注意到它；记住重要的资料，首先还是要注意到它。

当我们有意识地观察一事物、思考一个问题时，都需要先注意到它。

在我们的学习过程中，注意力是打开我们心灵的门户。

门开得越大，我们学到的东西就越多。

而一旦注意力涣散了或无法集中，心灵的门户就关闭了，一切有用的知识信息都无法进入。

正因为如此，法国生物学家乔治·居维叶说：“天才，首先是注意力。

”考察各种类型的神童，其稳定而集中的注意力可以说是一个普遍的特征。

据说居里夫人幼年时注意力就令人吃惊，在她阅读书籍之际，就是别的孩子跟她开玩笑，故意发出各种使人不堪忍受的声音，也丝毫不能把她的心思从书本上吸引过来。

法国大作家巴尔扎克一次写作时朋友来访，他很长时间也没有发现。

中午仆人送来饭菜，客人以为是给自己准备的，就把饭菜吃了，后来客人发现巴尔扎克还是那么忙就独自离开了。

天黑了，巴尔扎克觉得该吃午饭了就来端碗端盘。

看到饭菜已被吃光，他责备自己说：“真是饭桶，吃完还要吃。

”

<<教出专心的孩子>>

内容概要

注意力是心灵的天窗，只有打开注意力这扇窗户，智慧的阳光才能洒满心田。

孩子的注意力有哪些特点？

他们的注意力受哪些因素的影响？

如何引导叛逆期的孩子？

如何培养和训练孩子的注意力？

《教出专心的孩子》将带您走进孩子注意力的世界。

在一个个精彩的个案辅导中，您也许就会找到一把智慧的钥匙，打开孩子的那扇注意力之门。

关注孩子，从关注孩子的注意力开始！

相信您也能培养出一个专心致志的优秀孩子！

<<教出专心的孩子>>

作者简介

凌秀娟，女，江苏常州人，从事教育一：作多年，全国中小学心理健康教育专业委员会会员和中国艺术家协会会员。

一直致力于青少年心理健康的研究，撰写的教育类论文多次获奖并发表。

曾获全国“优秀辅导老师”、省“艺术教育先进个人”、市区“优秀教育工作者”等荣誉称号。

候世倩，女，江苏金坛人，从事教育工作多年，拥有国家心理咨询师资格证书，兼任学校心理辅导老师。

领衔市级立项课题《初中语文学困生辅导和转化策略的研究》。

唐文婷，女，江苏常州人，任教以来潜心研究儿童行为习惯的养成教育，且卓有成效。

始终保持一颗孩子般纯真的心，快乐工作，并坚信：倾注心血的爱能使孩子们早日蓓蕾绽放！

<<教出专心的孩子>>

书籍目录

第一章 走进注意力的世界 / 1 第一节 您了解注意与注意力吗 / 3 我的孩子怎么了 / 3 了解注意 / 4 什么是注意力 / 10 第二节 注意力是一切学习活动的基石 / 11 肇注意力决定学习效率 / 11 肇注意力主导知识的掌握 / 13 注意力体现在整个学习过程中 / 14 良好的注意习惯与能力是孩子一生享用不尽的财富 / 15 第三节 注意力不集中的主要表现及对孩子的影响 / 17 注意力不集中的主要表现 / 17 注意力不集中对孩子的影响 / 19 第四节 走出注意力认识上的几个误区 / 21 误区一：注意力不集中是学习态度问题 / 21 误区二：孩子学习不好和智商有关 / 21 误区三：孩子注意力不集中，长大了就好了 / 22 误区四：注意力是由兴趣决定的 / 22 误区五：父母陪孩子读书效果会好点 / 22 第五节 帮您测测孩子的注意力 / 24 高品质注意力的判断标准 / 24 测测孩子的注意力 / 25 附：趣味注意力测评 / 25 第二章 培养孩子的注意力从您开始 第一节 积极营造一个和谐的家庭氛围 / 33 家庭是孩子成长的第一环境 / 33 怎样为孩子布置好一个小书房 / 34 不要让孩子处于矛盾之中 / 35 给您的十条建议 / 37 第二节 精心为孩子准备一日三餐 / 39 “豆芽菜”和“小胖墩” / 39 怎样的膳食适合孩子 / 40 一日三餐巧安排 / 41 饮食上的几个误区 / 43 巧妙引导挑食的孩子 / 44 附：影响孩子健康的食品 / 45 第三节 激发孩子浓厚的学习兴趣 / 49 兴趣是走向成功的动力 / 49 点燃孩子学习兴趣的火种 / 50 引领孩子快乐学习 / 52 第四节 从容面对孩子个性的转折期 / 56 逆反源于好奇 / 56 家有孩子转折期 / 58 青春期的烦恼 / 60 第五节 城市孩子的“时髦病” / 65 帮您了解“感觉统合失调” / 65 感觉统合失调的具体表现 / 66 造成感觉统合失调的原因及影响 / 67 迈出前进的步伐 / 68 附：“感觉统合失调”鉴别测量表 / 71 第三章 关爱多动症儿童 / 75 第一节 一个令人头痛的孩子 / 77 第二节 您了解多动症吗 / 80 多动行为问题的三种不同概念 / 80 认识好动与多动 / 81 多动症的五大特征 / 83 多动症有哪些危害 / 86 对多动症的认识误区 / 86 附：ADHD(多动症)的诊断标准 / 89 第三节 个案辅导方案的制订 / 91 个案辅导方案总目标的确定 / 91 制订个案辅导方案的基本原则 / 92 制订个案辅导方案的注意要点 / 93 实施辅导方案的基本原则 / 94 第四节 每天进步一点点 / 96 个案一：灿烂的微笑 / 96 个案二：心灵的“契约” / 101 个案三：“开心日志”的秘密 / 104 个案四：绿意盎然的绽放 / 109 个案五：噙在眼里的泪花 / 112 您如何理性地对待多动症的孩子 / 117 第五节 天生我材必有用 / 119 名人成才故事 / 119 第四章 把孩子领进注意的大门 / 123 个案一：缺乏条理的东东 / 125 个案二：“吃橡皮”的晨晨 / 127 个案三：陷入学习困境的涛涛 / 129 个案四：被逼无奈的琪琪 / 132 个案五：时间观念淡薄的楠楠 / 133 个案六：粗心大意的强强 / 135 个案七：默默不语的阳阳 / 137 个案八：爱做小动作的芳芳 / 139 父母常举的三类“红牌” / 141 成功贵于坚持 / 142 第六章 为孩子的学习导航 / 185 第一节 让孩子学会全神贯注地倾听 / 187 练就“听”的能力 / 188 掌握听讲的小窍门 / 190 巧问知“听”的效果 / 192 帮孩子算一笔账 / 193 父母学着耐心听孩子说 / 193 给孩子的建议 / 196 第二节 在阅读中培养孩子的注意力 / 198 坚持每天必读，营造安静的阅读环境 / 198 制订阅读计划，培养良好的阅读卫生习惯 / 199 指导孩子阅读方法，培养专心阅读的习惯 / 200 阅读时多动脑，培养读书动笔的习惯 / 201 和孩子一起阅读，培养边读边思的习惯 / 201 阅读时要用心，培养孩子使用工具书的习惯 / 202 第三节 认真指导孩子做好课堂笔记 / 203 好记性不如烂笔头 / 203 笔记本上记什么 / 204 附一：根特的集中注意训练法 / 206 附二：防止上课走神的22个方法 / 208 第七章 注意力训练趣味游戏 / 211 游戏一：闭目端坐 / 213 游戏二：火眼金睛找不同 / 214 游戏三：快速查找数字 / 214 游戏四：寻找错别字 / 216 游戏五：在规定时间内背诵 / 217 游戏六：挑棒游戏 / 218 游戏七：乒乓球静止游戏 / 218 游戏八：乒乓球动态游戏 / 219 游戏九：悄悄话 / 220 游戏十：大声朗读 / 220 游戏十一：快速数数 / 222 游戏十二：你追我逃 / 222 游戏十三：听指令夹弹珠 / 223 游戏十四：猜字游戏 / 224 游戏十五：垫上游戏 / 225 游戏十六：手指穴位按摩 / 226 游戏十七：闭目单脚直立 / 226 游戏十八：走直线 / 227 游戏十九：系鞋带 / 228 游戏二十：寻找“心理两可图” / 228 游戏二十一：我说你做 / 229 游戏二十二：猜纸牌 / 230 游戏二十三：圈数字 / 231 游戏二十四：走迷宫 / 232 游戏二十五：临摹字帖 / 233 游戏二十六：连连看 / 234 游戏二十七：实物重现 / 235 游戏二十八：折青蛙 / 236 您要有良好的心态 / 237 您感到无能为力时怎么办 / 238 附录一：儿童心理教育博士对父母的一些建议 / 240 附录二：给父母的几封信 / 242 参考文献 / 250

<<教出专心的孩子>>

章节摘录

插图：毛泽东主席青少年时代为了锻炼自己的注意力，常到繁华闹市去读书，久而久之，良好的注意习惯就逐步形成了。

毛主席六十多岁时还在攻读英语，在飞机上经常捧着书本学习。

有一回他从飞机起飞不久开始看书，直至下滑、着陆、地面滑行，一直到飞机停稳，他竟全然不知。

警卫员不忍心去打搅他，坐在旁边，静静地等待着。

半小时过去了，毛主席仍旧紧锁双眉，嘴唇不出声地动着，边看边读。

在场的人都惊叹，毛主席是何等的专心致志！

父母都希望自己的孩子能成为高效率的人，能出色地完成学习任务。

注意力的集中是一种特殊的素质和能力。

孩子从一生长下来，就有注意力集中的天性，他们对新鲜的事物会无比地关注，会全身心地去看自己感兴趣的事物。

这时，父母若能根据孩子的身心发展规律与特点，保护孩子的天性，为他创造良好的教育环境，给予适当的指导，有意识地培养孩子的注意力，就可以帮助孩子养成良好的注意习惯与能力。

2004年江苏省高考学生总均分居全省第一的如东奔茶中学，这所普通的农村中学以二流的生源，创出了一流的成绩，全校637人参加高考，学生平均总分达593.55分，600分以上有306人，几乎人人都达到一本的录取线。

是什么法宝让他们取得如此耀眼的成果？

原来，在学校的班级常规中，有一条是学生的“注目率”要为零。

所谓“注目率”就是老师在上课或自习课时从教室门前、窗下走过，学生转头和抬头的情况。

正是学校注重培养学生学习时专心致志的能力，才使得学生们取得如此辉煌的成绩。

<<教出专心的孩子>>

编辑推荐

《教出专心的孩子》：3个因素，区分孩子是多动还是好动；5大案例，带孩子彻底告别多动症；8个引导，让孩子的注意力显著提升；28个趣味游戏，寓教于乐，孩子成才不是梦！1、2、3、4，轻轻松松教出专心的孩子！马克思说：“天才就是集中注意力！”注意力差、容易分心，被列为儿童十大问题行为之首，调查显示，学生成绩的好坏，主要取决于注意力

<<教出专心的孩子>>

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>