

به نام خدا

دقت و تمرکز

www.setab.ir

دکتر هادی کمشی



انتشارات
۳۶۰

سرشناسه	:	کمشي، هادي، ۱۳۶۴
عنوان و نام پديدآور	:	دقت و تمرکز / هادي کمشي
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات ۳۶۰ [سيصد و شصت] درجه، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهري	:	۷۲ ص: ۲۹×۲۲ س.م.
شابک	:	۵۰۰۰۰ ريال ۹-۲۸-۸۳۲۰-۶۰۰-۹۷۸
وضعيت فهرست‌نويسي	:	فيا
موضوع	:	آزمون‌هاي هوش
موضوع	:	Intelligence tests
موضوع	:	کودکان -- هوش آزمائي
موضوع	:	Children -- Intelligence testing
رده‌بندي کنگره	:	BF ۴۳۱/۳/ک۸۵۷ ۱۳۹۷
رده‌بندي ديويي	:	۱۵۳/۹۲
شماره‌ي کتابشناسي ملي	:	۴۷۷۳۳۴۶

اولياء محترم:

با مراجعه به سايت 360edu.ir و ثبت نتايج حاصل از انجام آزمون‌هاي کتاب جاياگاه فرزند خود را در جامعه آماري شرکت‌کننده اين آزمون پديد، کنيد.

ناشر: ۳۶۰ درجه

صفحه آرائي: مهدي اميديگانه

طراح جلد: آرمين رنگاني

نوبت چاپ: اول - ۹۷

پيرا: ۷۰۰ جلد

قيمت: ۵۰,۰۰۰ ريال

دفتر نشر

www.360edu.ir

آدرس سايت:

(۱۰ خط) ۶۶۹۸۹۵۱۰

تلفن:

360pub

اينستاگرام:

آدرس صندوق پستي: ۱۳۱۴۵-۵۸۷

مقدمه

امروزه خیلی از والدین با مراجعه به روان‌شناسان و روان‌پزشکان گلایه دارند که کودکان‌شان به خصوص برای درس خواندن دقت و تمرکز کافی را ندارند و یا در انجام وظایف خود کند هستند؛ بعضی از والدین هم از این نگران هستند که علت تمرکز نداشتن فرزندانشان، بیش‌فعالی باشد.

در واقع باید گفت هر بی‌دقتی یا کم‌تمرکزی، بیش‌فعالی نیست. عوامل مختلفی می‌تواند بر توانایی کودکان در تمرکز کردن اثرگذار باشد. گاهی هم محیط زندگی کودک عامل برهم خوردن تمرکزش می‌شود. گاهی مشکلات پزشکی شایع در کودک مانند اختلالات تروئید یا کم‌خونی باعث می‌شوند. می‌توان گفت به علت کمال‌گرا بودن انسان، انتظارات بعضی والدین از کودک در خانواده‌ها بالا و غیرواقع حتی نظارت بیش از حد بر رفتار کودکان باعث ناتوانی‌اش در تمرکز کردن می‌شوند. می‌توان گفت به علت کمال‌گرا بودن انسان، انتظارات بعضی والدین از کودک در خانواده‌ها بالا و غیرواقع بینانه است و او نمی‌تواند این انتظارات را برآورده کند، در نتیجه اضطراب می‌شود و این اضطراب، سبب عدم تمرکز و ایجاد حواس‌پرتی در او می‌شود.

این روزها بخش زیادی از وقت کودکان با انجام بازی‌های کامپیوتری و سرگرم شدن با گوشی تلفن همراه و تبلت‌ها سپری می‌شود. آموزش بازی فکری و انجام آن با کودکان موجب تقویت توانایی ذهنی کودک شده و روابط کودک و والد و همچنین مهارت‌های ارتباطی کودک را بهبود می‌بخشد.

در این کتاب بر اساس مطالعات داخل و خارج از کشور، بازی‌ها و تمرین‌ها دهنی متناسب با رده سنی ۶ تا ۸ سال انتخاب کردیم که مشتمل بر ماز، پیدا کردن الگوها، پیدا کردن تفاوت‌ها، پیدا کردن تصویرهای پنهان است. این تمرین‌ها و بازی‌ها بر اساس سطح دشواری، ابتدا از آسان‌ترین تا سخت‌ترین کتاب مرتب شده‌اند تا به تدریج توانایی و مهارت کودک افزایش یابد و در عین حال خسته کننده و تکراری نباشند. در سایر کشورها هم آزمون‌ها و تمرین‌های مشابهی همچون «آزمون هوش سلسله‌ای»، «آزمون‌های ماز پروتئوس» و ... صورت می‌گیرد.

انجام این تمرین‌ها نه تنها باعث تقویت مهارت دیداری، حرکتی می‌شود، بلکه سبب افزایش هماهنگی بین دو نیمکره مغز، چشم‌ها، دست‌ها می‌شود که جهت پیشگیری و رفع خستگی و دل‌زدگی کودکان از نوشتن تکالیف موثر است. توصیه می‌کنیم در طی انجام این تمرین‌ها کودکان را همراهی نمایید و امتیازدهی و ثبت زمان هر تمرین را به دقت انجام دهید. پس از ثبت امتیازات در کتاب آن‌ها را در سامانه 360edu.ir نیز وارد کنید تا نتایج حاصل دانش‌آموزان را با نتایج سایر دانش‌آموزان مقایسه کمی و کیفی کنید.

بخشی از فواید این بازی‌ها و تمرین‌ها که در کودکان مشاهده شده به شرح زیر است:

۱. کاهش حواس‌پرتی
۲. شناسایی و تقویت جهت‌یابی
۳. یک نوع بازی فکری لذت بخش
۴. تقویت حافظه فعال و کوتاه مدت
۵. تقویت مهارت‌های حرکتی و ریز و درشت دست
۶. بهبود مشکلات نارسا نویسی و کند نویسی در کودکان
۷. یک سرگرمی خوب جهت ساماندهی اوقات فراغت کودک
۸. روشی درمانی برای کودکانی که در توجه و تمرکز مشکل دارند.
۹. افزایش سرعت عمل کودک (با محاسبه‌ی زمان و دادن امتیاز به کودک)
۱۰. تقویت و پرورش مهارت دیداری، حرکتی در کودکان؛ هماهنگی چشم و دست؛ یکپارچه سازی دیداری - حرکتی
۱۱. تقویت سرعت برداشتن، برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری و اقدام در کودکان
۱۲. تقویت مهارت‌های فوق کودک در یادگیری مواد درسی و مهارت املانویسی، خواندن و ریاضی رشد خواهد یافت.

دکتر هادی کمشی