



کتابخانه ملی و اسنادخانه

مؤلف: آرزیتا محمودپور

رنگهای تقویت دقت و توجه



به همراه فعالیت‌های کاربردی





سرشناسنامه: محمودپور، آزیتا، ۱۳۴۸-
 عنوان و نام پدیدآور: تقویت دقت و توجه
 مولف: آزیتا محمودپور.
 مشخصات نشر: تهران، گامی تا فرزندان، ۱۳۹۸.
 مشخصات ظاهری: ۱۵۲ص: مصور (رنگی)، جدول، نمودار.
 شابک: ۹۷۸۶۰۰۸۵۶۴۳۴۸
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
 موضوع آموزش پیش‌دبستانی -- ایران -- راهنمای آموزشی
 موضوع Education, Preschool -- Iran -- Study and teaching
 مرجموع: حث در کودکان
 موضوع: Attention in children
 رده‌بندی کنگره ۱۴۰/۲۸
 رده‌بندی دیویی ۵۸۸
 شماره کتابشناسی ملی ۵۷' ۸۱

راه‌های تقویت دقت و توجه

WWW.KETAB

مؤلف: آزیتا محمودپور

گرافیکست و صفحه‌آرا: فاطمه طاهر

طراح جلد: علیرضا جوادی

نشر: گامی تا فرزندان

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۹۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۶۴-۳۴-۸



فرید آنلاین از طریق سایت: farzaneganbook.ir



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان ژاندارمری، نرسیده به فخر رازی، پلاک ۹۶

خطی ویژه معلمان و دبیران: ۶۶۹۵۴۰۲۰
 ۶۶۹۶۱۰۱۳



کلی تا فرزندان



فهرست مطالب

۵	■ ■	مقدمه
۶	■ ■	توجه
۶	■ ■	انواع توجه از لحاظ موضوع
۶	■ ■	انواع توجه از لحاظ الگوهای مختلف
۶	■ ■	توجه متمرکز
۸	■ ■	توجه پایدار
۱۱	■ ■	توجه انتخابی
۱۳	■ ■	توجه متناوب
۱۵	■ ■	توجه تقسیم شده
۱۷	■ ■	عوامل مؤثر بر توجه
۱۷	■ ■	عوامل درونی
۱۷	■ ■	عوامل بیرونی
۱۸	■ ■	عوامل محیطی
۱۸	■ ■	عوامل مرتبط به زمان و مکان
۱۸	■ ■	ویژگی‌های عمومی کودکان دارای کمبود توجه
۱۹	■ ■	ویژگی‌های تشخیصی کودکان دارای کمبود دقت و توجه
۲۰	■ ■	مشکلات کودکان دارای کمبود توجه در خانه
۲۰	■ ■	مشکلات کودکان دارای کمبود توجه در مدرسه
۲۱	■ ■	روش‌های بهبود رفتار «توجه کردن»
۲۳	■ ■	تمرینات پیشنهادی جهت تقویت دقت و توجه
۲۵	■ ■	فعالیت‌ها و تمرینات



سخن مؤلف

در شرایط کنونی زندگی، آموزش و یادگیری بسیاری از مهارت‌ها، از ضرورت و اهمیت خاصی برخوردار است به طوری که در صورت عدم دریافت و به کارگیری آن، هیچ فردی به بالاترین سطوح کارکردی نخواهد رسید. یکی از آن مهارت‌های پایه و ضروری که مسیر یادگیری از آن شروع می‌شود «توجه» است.

«توجه» یکی از مهارت‌های پیچیده‌ی شناختی است که نقش بسیار مهمی در زندگی هر فرد ایفا می‌کند.

این مهارت، توانایی دریافت اطلاعات مناسب را از بین اطلاعات ورودی و حذف یا فیلتر اطلاعات نامناسب را از محیط پیرامون امکان‌پذیر می‌سازد. مهارت «توجه» به سهولت بر سایر مهارت‌های یادگیری تأثیر مثبت یا منفی می‌گذارد، به طوری که حواس‌پرتی، فقدان توجه و تمرکز به صورت مستقیم بر حافظه اثر گذاشته و عوامل ذخیره، بازیابی و بازشناسی اطلاعات دریافتی را تحت شعاع قرار می‌دهد. کودکان نسبت به سایر گروه‌های سنی، از مدت زمان توجه و تمرکز کمتری برخوردارند، زیرا تحرک و فعالیت، بخش جدا نشدنی از کودک است و از دیدگاه علمی، این حالت به جهت این که ذهن کودکان با سرعت بیشتری در حال فعالیت است، ایجاد می‌شود و به همین خاطر آن‌ها اغلب در حال یادگیری موضوعات مختلف از محیط پیرامون فرد هستند. در این شرایط هر موضوعی که در کانون توجه و علاقه کودک باشد بهتر آموخته می‌شود و یادگیری تسهیل می‌گردد.

از آن جایی که کودکان پیش‌دستان غالباً منبع تحرک و انرژی هستند و با برنامه‌ریزی مناسب و دقیق در حوزه‌های مهارتی و فرایندی، امکان رشد و ارتقای آنان فراهم می‌گردد، بدین سبب فعالیت‌های این کتاب بر پایه توانایی و ویژگی‌های رشدی تنظیم گردیده و به آن‌ها در جهت ارتقای سطح توجه و بهبود و پرورش مهارت‌های وابسته به آن کمک می‌نماید. لازم به ذکر است در صورتی که مداخله بهنگام در این زمینه صورت نگیرد امکان بروز اختلال و مشکل در حوزه‌های تحصیلی در سال‌های آتی و در مقاطع ابتدایی ایجاد می‌گردد. مشکلاتی که کودکان در پایه‌های دبستان در زمینه دقت و توجه و تمرکز با آن مواجه هستند عبارتند از:

- جابجایی نقطه‌ی کلمات

- کاهش یا افزایش تعداد نقطه‌ی هر کلمه

- جا اندازی نقطه در کلمه

- کاهش یا افزایش تعداد دندان‌های یک حرف در کلمه

- جا اندازی تشدید (ت) در کلماتی که حروف مشدد دارند

- جا اندازی سرکش یا سرکج کلمات مانند: گرگ ← کرگ

- جا انداختن عدد

- انجام عملیات ریاضی بدون توجه به علامت هر عملیات (+ - × ÷)

- جابه‌جا کردن اعداد

- عدم رعایت زیر هم نویسی عدد

- عدم مقایسه بین تصاویر، اشکال، کلمات و اعداد

- عدم توجه به تفاوت‌ها

- فقدان مهارت نگاه کردن

- فقدان مهارت مقایسه کردن

- و...

در کتاب پیش‌روی سعی شده است با ارائه تمرین‌ها و فعالیت‌های عملی، سطوح مختلف توجه را در قالب بازی و فعالیت سرگرم‌کننده که مورد علاقه کودکان است پیاده‌سازی نماید. امید است این مجموعه راهگشای والدین پیگیر، معلمان دلسوز، دانشجویان پرتلاش و علاقمندان حوزه روانشناسی محسوب گردد.

تابستان ۱۳۹۸

آزیتا محمودپور

دکترای تخصصی روانشناسی کودکان استثنایی