

باشگاه مغز کودکان ۲

آموزش و تمرین و سرگرمی

فهرست مطالب

۱. **پله** توجه و حافظه کاری ۳
۲. **پله** سرعت و هماهنگی حرکات دست و چشم ۱۱
۳. **پله** مهارت پاسخ و انتعاف پذیری ۱۸
۴. **پله** پردازش دیداری فضایی و منطقی ۲۵
۵. **پله** توجه و حافظه کاری ۳۲
۶. **پله** سرعت و هماهنگی حرکات دست و چشم ۴۰
۷. **پله** مهارت پاسخ و انتعاف پذیری ۴۷
۸. **پله** پردازش دیداری فضایی و منطقی ۵۴
- ✓ **پاسخ نامه** ۶۱

سرشناسه: رضایور، تارا - عنوان و نام پدیدآور: باشگاه مغز کودکان ۲: آموزش، تمرین، سرگرمی/مؤلفان تارا رضایور، حامد اختیاری، مشخصات نشر: تهران: مهرسا: مهرماه نو، ۱۳۹۹. مشخصات ظاهری: ۶۷ ص: مصور (رنگی). ۲۹×۲۲ سم. فروست: مجموعه کتابهای باشگاه مغز. شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۹۰-۹۴-۱ وضعیت فهرست نویسی: بیا: رده بندی دیویی: ۵۳۷/۴ شماره کتابشناسی ملی: ۶۲۴۶۹۵۸

- ◀ ناشر: مهرسا
- ◀ ناشر همکار: مهرماه نو
- ◀ مؤلفان: دکتر تارا رضایور، دکتر حامد اختیاری
- ◀ ویراستار: سمیه حیدری
- ◀ مدیر تولید: معصومه گرشاسبی
- ◀ مدیر هنری: محسن فرهادی
- ◀ طراح گرافیک: تایماز کاویانی
- ◀ تصویرگر: سمیرا مختاری
- ◀ تصویرگر جلد: حمید خلوتی
- ◀ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۹۰-۹۴-۱
- ◀ نوبت و سال چاپ: اول - ۱۳۹۹
- ◀ شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه
- ◀ قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

- 📍 مرکز پخش: خیابان انقلاب، خیابان دوازدهم فروردین، کوچه مینا، پلاک ۳۴، طبقه ۱
- 📞 واحد فروش: ۶۶۴۸۱۹۸۹ (۰۲۱)
- 📠 واحد تولید: ۶۶۴۸۲۸۱۳ (۰۲۱)

🌐 www.mehrsa.org 📧 @mehrsapub 📧 mehrsapub

© کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به ناشر می باشد. هرگونه برداشت از مطالب این کتاب، اعم از مقاله، سیدی، جزوه آموزشی و... بدون مجوز کتبی از ناشر، ممنوع بوده و پیگرد قانونی دارد.

مقدمه برای والدین

مغز شگفت‌انگیزترین عضو بدن ما انسان‌ها است که اسرار متعددی در ساختار و عملکردهای خود به صورت پنهان دارد. هر بار که در دنیای تحقیقات، یکی از اسرار مغز کشف می‌شود، شناخت این عضو را چالش‌برانگیزتر از گذشته می‌سازد. یکی از موضوعاتی که همواره مورد علاقه‌ی محققان بوده است، نحوه‌ی شکل‌گیری، تکامل و تغییر ساختارهای مغزی در طول عمر است که مبدأ زمانی اولیه‌ی آن سه هفته بعد از لقاح تعیین شده است. در ادامه‌ی دوران رویانی و جنینی، بخش‌های مختلف ساختار عصبی مغزی شکل می‌گیرد و سلول‌های عصبی با سرعت بسیار بالایی تولید می‌شوند. در زمان تولد و سپس تا اواخر دو سالگی نوزاد، سرعت تولید سلول‌های عصبی و برقراری ارتباطات پی در پی عصبی (سیناپس)، به اوج خود می‌رسد و سپس با سرعت کم‌تری ادامه می‌یابد. اما در کنار این فرایند تکثیر، نیرویی در جهت مخالف نیز شروع می‌شود تا سیناپس‌های اضافی را هرس کند و در مقابل آن‌هایی را که مهم و ضروری هستند، تقویت نماید. اگرچه این اتفاقات در طول عمر به‌طور مستمر جریان دارند اما وقوع آن‌ها در برخی از دوره‌های زمانی به‌ویژه دوران کودکی و سال‌های پیش از دبستان، بسیار حساس و بحرانی می‌شود. در صورتی که در این‌ها تغییر و هرس در این سال‌ها به‌طور موثر رخ ندهد، توانمندی‌های مغزی کودک در بزرگسالی در سطح پایین‌تری قرار خواهد داشت. یکی از بهترین عواملی که می‌تواند بر کیفیت و کمیت فرایندهای تکثیر و هرس اثر بگذارد، انجام تمریناتی است که بخش‌های مختلف مغز را فعال می‌کند.

مجموعه‌ی باشگاه مغز، چند سالی است که تلاش نموده است تا با ارائه‌ی مجموعه‌های متعدد تمرینی و آموزشی، با ترویج فرهنگ مراقبت از مغز و انجام ورزش‌های مغزی (اصطلاحی رایج برای تمرینات سری)، به ارتقای سطح سلامت مغز و عملکردهای مغزی افراد جامعه کمک کند. با تکیه بر تجربیات موفق که در طی این سال‌ها کسب نموده‌ایم، اکنون تیم باشگاه مغز گامی تازه در حوزه‌ی کودک برداشته، تا بتواند سهمی هرچند کوچک در پرورش و رشد مغز کودکان سرزمین‌مان ایفا کند. امید است تا بتوانیم این بار نیز همچون گذشته، این مسیر را با موفقیت و سربلندی به سرانجام برسانیم.

دکتر تارا رضاپور، دکتر حامد اختیاری

با باشگاه مغز کودک آشنا شویم:

در ادامه‌ی تجربه‌ی موفق ما در تألیف مجموعه‌ی چهار جلدی باشگاه مغز بزرگسال و با توجه به نیاز بیشتر در راستای تولید ابزارهای کمک آموزشی در حوزه‌ی تقویت عملکردهای مغزی کودکان، طراحی و تألیف مجموعه‌ی باشگاه مغز کودک برای سنین پیش‌دبستانی و دبستانی (۴ تا ۸ سال) از سال ۹۷ آغاز شد که کتاب پیش‌رو، جلد دوم از نخستین سری این مجموعه است. تمرینات این مجموعه در سه سطح آسان (جلد اول)، متوسط (جلد دوم) و دشوار (جلد سوم) طراحی شده که می‌توانند در هر دو صورت وابسته (هر سه جلد) و یا مستقل (یک و یا دو جلد) مورد استفاده قرار گیرند. این تمرینات با هدف فعال‌سازی و تقویت هشت عملکرد مغزی زیر طراحی شده است:

- ۱ توجه:** توانایی مغز در انتخاب و تمرکز بر روی اطلاعات و اتفاقات مهمی که در محیط وجود دارند، مانند تمریناتی که در آن کودک باید به دنبال پیدا کردن تصاویر الگو باشد.
- ۲ حافظه‌ی کاری:** توانایی مغز در نگهداری و به‌خاطر آوردن فوری اطلاعاتی است که یاد گرفته می‌شود، مانند تمریناتی که در آن کودک باید تصاویری را به خاطر بسپارد.
- ۳ سرعت پردازش:** توانایی مغز در نشان دادن واکنش سریع به اتفاقاتی که در محیط اطراف رخ می‌دهد، مانند تمریناتی که در آن کودک باید سرعت عمل داشته باشد.