



کلیدهای یادگیری

۱۲۵ نکته بهداشتی، رفتاری برای افزایش ضریب یادگیری

دکتر مزده پور حسینی

www.kolab.ir



میراث اهل قلم



مؤسسه انتشارات



خات‌کتاب



مطالعه
www.imketab.ir

عنوان کتاب : کلیدهای یاد گیری

گردآورنده : مژده پور حسینی

ناشر : موسسه انتشارات کتاب نشر

نوبت چاپ : اول ۱۳۹۱

شمارگان : ۱۵۰۰۰۰ جلد

بها : ۲۰۰۰۰ ریال

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۳۷-۹۲-۲

لیتوگرافی، چاپ و صحافی : شرکت نقش رنگ خجستان

آدرس : تهران زرتشت غربی ، کوچه کامیار ، نبش طباطبایی رفیعی

پلاک ۱۸ موسسه انتشارات کتاب نشر تلفن : ۸۸۹۷۸۴۱۴ - ۱۷

سرشناسه : پورحسینی، مژده، ۱۳۵۰ -

عنوان و نام پدیدآور : کلیدهای یادگیری: ۱۲۵ نکته‌ی بهداشتی رفتاری برای افزایش ضریب یادگیری / نویسنده مژده پورحسینی.

مشخصات نشر : تهران: نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور/موسسه انتشارات کتاب نشر، ۱۳۹۱.

مشخصات ظاهری : ۸۰ص.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۳۷-۹۲-۲/ریال ۲۰۰۰۰

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت : چاپ قبلی: موسسه میراث اهل قلم، ۱۳۹۰.

موضوع : مطالعه و قرائت

شناسه افزوده : نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور. موسسه انتشارات کتاب نشر

رده بندی کنگره : ۱۳۹۱ ک۸۲/پ۴۹ LB۱۰۴۹

رده بندی دیویی : ۳۷۱/۳۰۲۸۱

شماره کتابشناسی ملی : ۳۰۰۲۱۹۵

مقدمه

رهبر معظم انقلاب اسلامی در دیدار با دبیر کل و مدیران ارشد نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور در اسفندماه ۱۳۸۹ فرمودند:

«نهاد کتابخانه‌های عمومی با کمک سایر دستگاه‌های فرهنگی و اجتماعی کشور، برنامه‌هایی را طراحی نمایند که همه ایرانیان اهل مطالعه شوند.»

طرح «ایستگاه مطالعه» یکی از برنامه‌های نهاد برای عمومی نمودن و ارتقای سرانه مطالعه مفید در راستای تحقق رهنمودهای مقام معظم رهبری است.

«ایستگاه مطالعه» به معنای آوردن کتابخانه به فضای ترددی مردم بوده و قفسه کتابی با پانزده عنوان کتاب مفید، شامل پنج عنوان کتاب کودک و نوجوان و ده عنوان کتاب مخصوص بزرگسالان است. کتاب‌های کودک و نوجوان عبارت است از یک عنوان مخصوص کودکان پیش دبستانی، یک عنوان ویژه‌ی کودکان سال‌های آغاز دبستان و یک عنوان برای کودکان سال‌های پایانی دبستان می‌شود یک عنوان از این کتاب‌ها نیز مخصوص نوجوانان مقطع راهنمایی و عنوان دیگر خاص نوجوانان مقطع دبیرستان لحاظ شده و کتاب‌های بزرگسالان با موضوعاتی نظیر دین، داستان، شعر، خاطره و طنز، خانواده، تاریخ، اندیشه، علوم و فنون، ادبیات و دانشی‌های عمومی و دو عنوان برای بزرگسالان با تحصیلات کمتر از مقطع راهنمایی در نظر گرفته شده است.

هر فرد می‌تواند با مراجعه به این ایستگاه، کتاب مورد علاقه خود را انتخاب و در محل ایستگاه و یا هر محل دیگری مطالعه کرده و حداکثر پس از پانزده روز به همین ایستگاه یا هر یک از ایستگاه‌های مطالعه در سایر کشور و یا به یکی از کتابخانه‌های عمومی تحت پوشش نهاد کتابخانه‌های عمومی باز گرداند.

در قسمت پایین هر ایستگاه مطالعه، محلی برای بازگرداندن کتاب‌های مطالعه شده تعبیه شده است؛ که در این محل می‌توانید پیشنهادهای خود را برای اجرای بهتر این طرح ارائه نمایید. انتظار مجریان طرح از مردم فهیم و فرهنگمدار ایران اسلامی، دقت در حفظ و نگهداری و تحویل به موقع کتاب است.

چنانچه علاقه‌مند به نگهداری کتاب‌ها برای خود باشید می‌توانید بابت هر جلد کتاب مبلغ دو هزار تومان به حساب ۱۲۳ به نام موسسه انتشارات کتاب نشر نزد بانک تجارت و ملی در کلیه شعب کشور و یا به شماره کارت ملی ۶۰۳۷۹۹۱۱۹۹۵۱۶۵۸۸ به نام موسسه انتشارات کتاب نشر واریز کنید.

خیرین عزیز می‌توانند با تأمین هزینه یک یا چند ایستگاه مطالعه در طول یکسال و یا تأمین منابع آن در راستای تقویت و گسترش طرح، مساعدت لازم را مبذول نمایند. شماره تلفن ۸۸۸۰۲۱۹۱ داخلی ۱۱۱ و ۱۱۳ و آدرس اینترنتی mosharekatha@iranpl.ir و تهران، خیابان فلسطین، پایین‌تر از بلوار کشاورز، کوچه شهید ذاکری، پلاک ۹ واحد مشارکت‌های نهاد، در خدمت پاسخگویی به سوالات این عزیزان خواهد بود.

از آنجا که بعضی از کتاب‌های این طرح در مسابقات فرهنگی کتابخوانی در سطح ملی ارائه می‌شود، می‌توانید از طریق سایت‌های www.iranpl.ir و www.booki.ir اطلاعات تکمیلی را دریافت کنید.

منصور واعظی

دبیر کل نهاد کتابخانه‌های عمومی

یکی از مشکلات در دسرساز برای ما آدمها، همین ضعف حافظه و کاهش قدرت یادگیری و کم توانی ذهنی است. مخصوصاً در این دوران که عصر اطلاعات نامیده می‌شود، ناتوانی در استفاده از قوای مغزی یک بلای واقعی است. ما برای آنکه بهتر زندگی کنیم و از نعمتهای خداوند بهتر استفاده کنیم و از دنیایی که در آن اقامت کوتاهی داریم؛ بهترین بهره را ببریم به یادگیری و یادسپاری نیازمندیم و باید تلاش کنیم تا نقایص اولیه یا ثانویه‌ی آن را برطرف سازیم.

رسیدن به این مقصود، چندان سخت و دور از دسترس نیست! شما با آشنایی و رعایت نکات بسیار ساده که در این کتاب می‌خوانید؛ می‌توانید حجم قابل توجهی از مشکل خود را حل کنید و در باقی موارد نیز حداقل متوجه وجود مشکل و امکان رفع آن شوید و با مشورت یک پزشک کاردان از آنچه رنج می‌برید رها شوید.

شما هر کس و در هر محدوده‌ی سنی که باشید، از داشتن ذهنی قوی و مغزی فعال لذت خواهید برد، و از دانستن این راهکارهای ساده راضی و خشنود خواهید شد! امید ما این است!