

جاری نهم

# باشگاه مغز

کتابخانه آموزشی

## کودکان ۱

مؤلفان: دکتر آرزو رضایی، دکتر حامد انبیاپور



# باشگاه مغز کودکان ۱

باشگاه مغز کودکان، مجله علمی-تخصصی، شماره ۱، زمستان ۱۳۹۸، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، ۳۲۸ صفحه، قیمت: ۳۳۰۰۰ تومان، شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۱۳-۰۰۱-۱  
 مجله منتشر به شماره پستی: ۳۶۱۰۱۰، تهران، پ.م.خ: ۱۹۸۴۰۰۰۰۰، صندوق پستی: ۱۹۸۴۰۰۰۰۰  
 دبیر مجله: باشگاه مغز کودکان، گروه علوم و فناوری، دانشگاه تهران، تهران، پ.م.خ: ۱۹۸۴۰۰۰۰۰، شماره تماس: ۰۲۱۱۶۴۱۲۳۰۰

## فهرست مطالب

۳ ۱. توجه و حافظه گازی

۱۱ ۲. سوره رحمانی، حرکات دست و چشم

۱۸ ۳. مهارت‌های ارتباطی کودکان

۲۵ ۴. پردازش دیداری-شنیداری و نوشتاری

۳۲ ۵. توجه و حافظه گازی

۴۰ ۶. سوره رحمانی، حرکات دست و چشم

۴۷ ۷. مهارت‌های ارتباطی کودکان

۵۴ ۸. پردازش دیداری-شنیداری و نوشتاری

۶۱ ۹. پاسخ تک

### ناشر: مهرسا

ناشر همکار: مهرماه نو

مؤلفان: دکتر نازا رضایی، دکتر حامد آشتیاری

ویراستار: سیمه حدادی

مدیر تولید: معصومه کرشاسی

مدیر هنری: محسن فرهادی

طراح گرافیک: نایماز کاویانی

تصویرگر: سیمینا مختاری

تصویرگر جلد: حمید خلوشی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۱۳-۰۰۱-۱

نوبت و سال چاپ: دهم - ۱۴۰۱

شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۵۰۰۰ تومان

محرران مجله: شایان آفتاب، شایان دوازدهم، فرهادی، لودی، ستار

پلاک: ۳۳ - شهلا ۱

واحد فروش: ۰۲۱ ۳۳۳۱۹۱۹۱

واحد توزیع: ۰۲۱ ۳۳۳۱۷۳۳

وبسایت: [www.mehrsaa.com](http://www.mehrsaa.com)

این مجله به منظور معرفی و معرفی آثار علمی به نفع دانشجو، محققان و متخصصان در زمینه‌های مختلف علمی و تخصصی، با هدف ارتقای سطح علمی و تخصصی دانشجویان و محققان، به صورت فصلی منتشر می‌گردد.

## مقدمه برای والدین

لجام تمرینات مغزی، چند سالی است که مورد علاقه بسیاری از محققان حوزه مطالعات مغز قرار گرفته و در شکل‌های متنوع توسط نهادهای تحقیقاتی و دانشگاهی، طراحی شده و در اختیار افراد جامعه قرار گرفته است. این تمرینات که بر مبنای جابجایی‌های علمی هستند، برای هدف‌های متعددی به کار می‌روند که یکی از مهم‌ترین این اهداف، کمک به فرایند رشد و تقویت عملکردهای مغزی کودکان به‌ویژه در سنین پیش از دبستان است. این دوره به دلیل آنکه در برهه‌ی زمانی حساس تکامل مغزی قرار دارد، بسیار حائز اهمیت است و می‌تواند با بهره‌گیری از توانمندی‌های کودک، گذر آن را برقرار و غنی نمود. تقویت عملکردهای مغزی مانند توجه، حافظه و عملکردهای اجرایی (مانند استدلال منطقی، کنترل هیجانی) در طول این دوره‌ی زمانی می‌تواند ظرفیت مغز را برای سال‌های بعد افزایش دهد و احتمال موفقیت فرد را در زمینه‌های متعدد تحصیلی، شغلی و اجتماعی بیشتر کند. اگرچه کودک در این دوران حساس، در دنیای از انواع بازی‌های حرکتی و فکری احاطه شده است، اما تمرینات مغزی به دلیل آنکه به شیوه‌ای هدفمند و منسجم، قسمت‌های مختلف مغز را درگیر می‌کنند، از اهمیت قابل ملاحظه‌ای در این زمینه برخوردار هستند و هیچ‌یک از بازی‌های کودکانه نمی‌توانند جایگزین آن‌ها شوند.

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

دکتر نازا رضابور، دکتر حامد احتشایی

## با باشگاه مغز کودک آشنا شویم:

در ادامه‌ی تجربه‌ی موفق ما در تألیف مجموعه‌ی چهار جلدی باشگاه مغز بزرگسال و با توجه به نیاز کشور 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 اول 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 (رنگ و با جلد) مورد استفاده قرار گیرند. این تمرینات با هدف فعال‌سازی و تقویت هشت عملکرد مغزی زیر طراحی شده است:

1. 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.
2. 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 به‌خاطر بسپارد.
3. 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.
4. هماهنگی حرکات دست و چشم: توانایی مغز در ایجاد هماهنگی بین حرکات دست‌ها و چشم‌ها، مانند تمریناتی که در آن کودک باید شکلی را مطابق الگو رنگ کند.

5 مهارت پاسخ: توابی مغز برای متوقف کردن به‌موقع یک رفتار، مانند تمریناتی که در آن کودک باید جهت‌ها را برعکس بگوید.

6 انتعاط‌پذیری: توابی مغز برای انعطاف یا شش‌راست جدید و متغیر محیطی، مانند تمریناتی که در آن کودک باید مسیر را به‌طور مکرر در همان در بین اشکال رسم کند.

7 برداشت‌های دیداری فضایی: توابی مغز در درک و یادگیری اطلاعات مکانی، مانند تمریناتی که در آن کودک باید بر اساس جهت‌های راست و با چپ پاسخ بدهد.

8 استدلال: توابی مغز برای پیدا کردن قواعد منطقی برای حل مسأله، مانند تمریناتی که در آن کودک باید الگوی مشخصی را در توابی تصاویر پیدا کند.

جدول زیر، معماری عملکردهای مغزی فعال‌شده در جلد اول را نشان می‌دهد. تعداد دایره‌ها نشان‌گر درجه‌ی سختی تمرینات هستند که در این جلد در سطح آسان قرار دارند. این درجه‌بندی بدان منظور است تا توانمندی‌های کودک را پله‌پله افزایش دهد.

پله	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
توجه	•				••			
حافظه‌ی کاری	•				••			
سرعت پردازش		•				••		
هماهنگی حرکات دست و چشم		•				••		
مهارت پاسخ			•				••	
انتعاط‌پذیری			•				••	
پردازش‌های دیداری فضایی				•				••
استدلال				•				••

عملکردهای مغزی فعال‌شده در جلد اول  
(سطح آسان)

## توصیه‌هایی برای والدین برای استفاده از جلد اول:

1 بهتر است والدین، کودکان را در حین انجام تمرینات همراهی کنند. والدین باید مطمئن شوند کودکان نحوه‌ی انجام هر تمرین را به‌خوبی یاد گرفته‌اند.

2 بهتر است والدین بعد از انجام هر پله، پاسخ‌های کودک را با پاسخ‌نامه مقایسه کنند و پیشرفت کودک را به‌صورت کلامی مورد تشویق قرار دهند. تشویق و بازخوردهای کلامی مثبت برای کودکان بسیار واجب و ضروری است.

3 والدین در انجام تمریناتی که نیاز به نقاشی یا رنگ‌آمیزی دارد، کودکان را آزاد بگذارند تا کودک با خلاقیت خود آن‌ها را انجام دهد.

4 برخی از تمرینات، به سرعت عمل نیاز دارند. اما در جلد اول، بهتر است والدین عجله نکنند و اجازه دهند کودکان، نحوه‌ی حل تمرینات را به‌خوبی یاد بگیرند. والدین می‌توانند در جلدهای ۲ و ۳، کم‌کم بر روی سرعت عمل تأکید کنند.

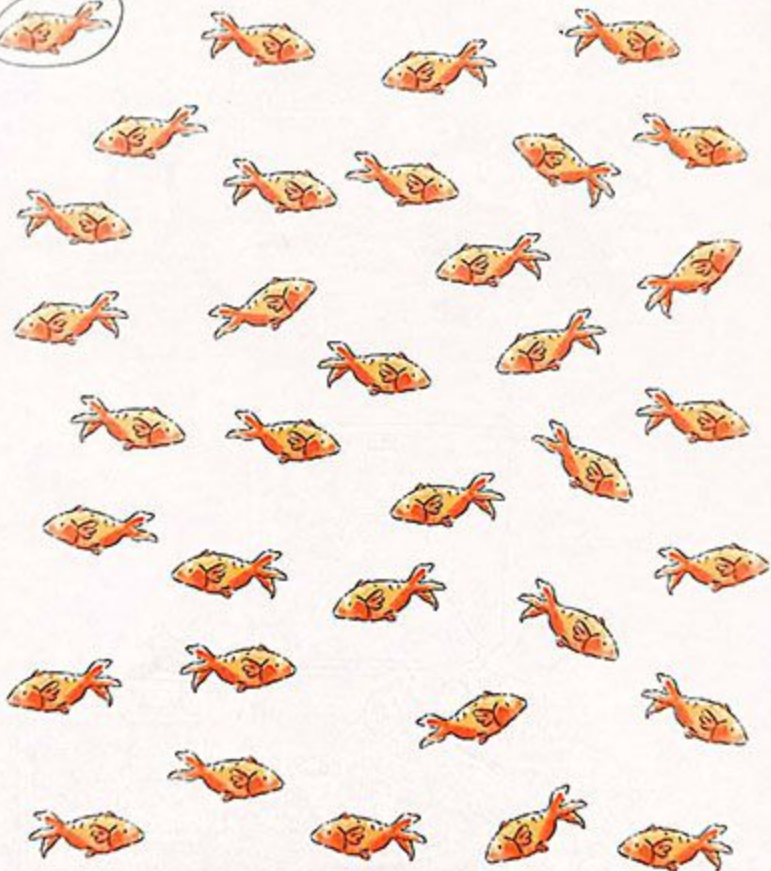
5 بهتر است والدین، مجموعه کتاب‌های باشگاه مغز بزرگسال را تهیه نموده و مطالعه کنند. این کار می‌تواند درک بهتری از تمرینات باشگاه مغز کودک به آن‌ها بدهد.

6 برای اینکه انجام تمرینات برای کودکان لذت‌بخش‌تر شود، می‌توان برخی از تمرینات را (مانند نامیدن برعکس جهت‌ها) به‌صورت گروهی انجام داد. این روش می‌تواند انگیزه‌ی کودک را برای ادامه‌ی تمرینات افزایش دهد.

# توجه و حافظه کاری



ماهی کوچولوهای دو دم را پیدا کن و دورشان خط بکش.



• حالا می‌توانی به سرعت روی ماهی کوچولوهای سه دم خط بکشی؟

نظر یک روز نمایش است و بابا پیشی در حال استراحت کردن است. بین تصویر بالا و پایین ۵ تفاوت وجود دارد. آن‌ها را

بیدا کن.



مامان پیشی مشغول خوردن جای و تماشای بیرون است. با دقت نگاه کن که مامان پیشی پشت کدام پنجره‌ها ایستاده است تا بتوانی در صفحه‌ی بعد، جای آن‌ها را به خاطر بیاوری.

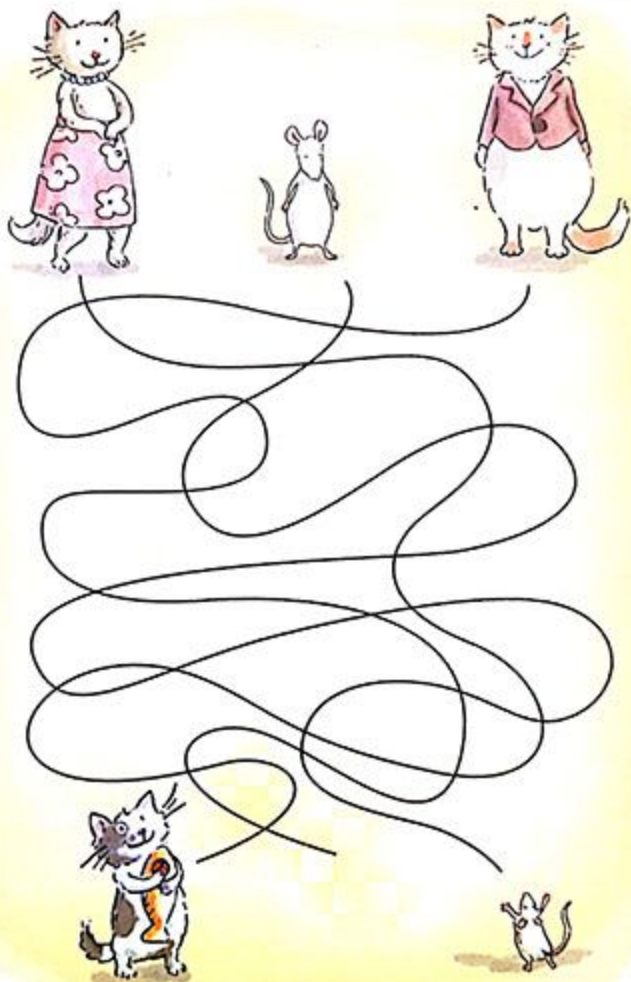


• حالا بدون این که به سفره‌ی قبل نگاه کنی، دور پنجره‌هایی را که مامان پیشی پشت آن‌ها ایستاده بود، خط بکش.

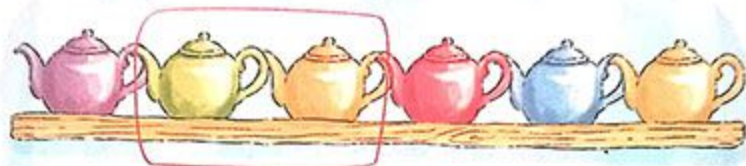




مسیر بچه پیشی و بچه موشی را دنبال کن تا پیدا کنی هر کدام به چه کسی می‌رسند.



امروز مامان پیشی قفسه‌های آشپزخانه را مرتب می‌کند. به او کمک کن تا قوری‌های سبز و زرد کنار هم را پیدا کند.



• چند قوری آبی در تصویر می‌بینی؟

خوراکی‌های خوشمزه‌ی زیر را با دقت نگاه کن و اسمشان را بگو تا بتوانی بعداً آن‌ها را به خاطر بیاوری.



چه غذایی را خیلی دوست داری؟  
آن را نقاشی و رنگ کن.



مجموعه‌ای باشگاه مفر کودکان برای  
والدین و معلمان است که باور دارند یادگیری  
و سرگرمی برای کودکان باید در کنار هم باشد. ما در این  
مجموعه به دنبال آن هستیم تا به کودکان یاد دهم چگونه از  
مشکلهای متعدد معرفی خود مانند توجه و حافله، استقامت و انزده  
و تجربیات این مجموعه را عمل کنند. سریالی که به صورت هدف دار،  
پایه و به تدریج از آسان به دشوار چیده شده و با در هر پایه کودک  
را با چالش جدیدی مواجه می سازد. در این کتاب شخصیت های  
کاروانی مانندی مثل پچه موشی و بیجه پستی، هم به کمک ما  
آمده اند تا بتواند کودک را در این مسیر تشویق کنند. اگر شما  
هم مثل ما باور دارید که سن کودکی بهترین سن برای  
یاد و آفرینی مشکلهای معرفی است. پس در  
این مسیر ما را همراه کنید.

### مجموعه کتابهای باشگاه مفر کودکان



برای سفارش

