

مقدمه برای والدین

مغز انسان عملکردهای خارق‌العاده‌ای دارد که شناخت و کشف هر یک از آن‌ها سهم قابل‌توجهی در طراحی انواع ابزارها و روش‌هایی داشته که در پی ارتقای این عملکردها بوده‌اند. صرف‌نظر از تفاوت در محتوا و شیوه‌ی استفاده از این ابزارها و روش‌ها، همه‌ی آن‌ها سعی دارند تا با فعال نمودن عملکردهای متعدد مغزی، توان مغز را در پردازش، یادگیری و مدیریت موثر اطلاعات ورودی افزایش داده و سرعت انطباق آن را با تغییراتی که در محیط رخ می‌دهد، بهبود بخشند. یکی از مهم‌ترین این روش‌ها، انجام تمرینات مغزی است که امروزه برای همه‌ی سنین به‌ویژه سنین خردسالی (پیش از ورود به دبستان) استفاده می‌شود. در این تمرینات، افراد به تدریج یاد می‌گیرند که چگونه برای حل چالش‌های پیچیده، از عملکردهای مغزی خود به‌طور موثر استفاده کنند. برای مثال بر روی یک تصویر هدف تمرکز کنند و سایر تصاویر مزاحم را نادیده بگیرند و یا این‌که چگونه اطلاعات را در حافظه‌ی خود ذخیره کنند. از آنجا که کودکان از توان یادگیری بسیار بالایی برخوردار هستند، انجام این نوع تمرینات می‌تواند برای تقویت عملکردهای مغزی آن‌ها در سنین بالاتر، بسیار مفید و تاثیرگذار باشد. مجموعه باشگاه مغز، چند سالی است که تلاش نموده 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 موفقی 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 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:

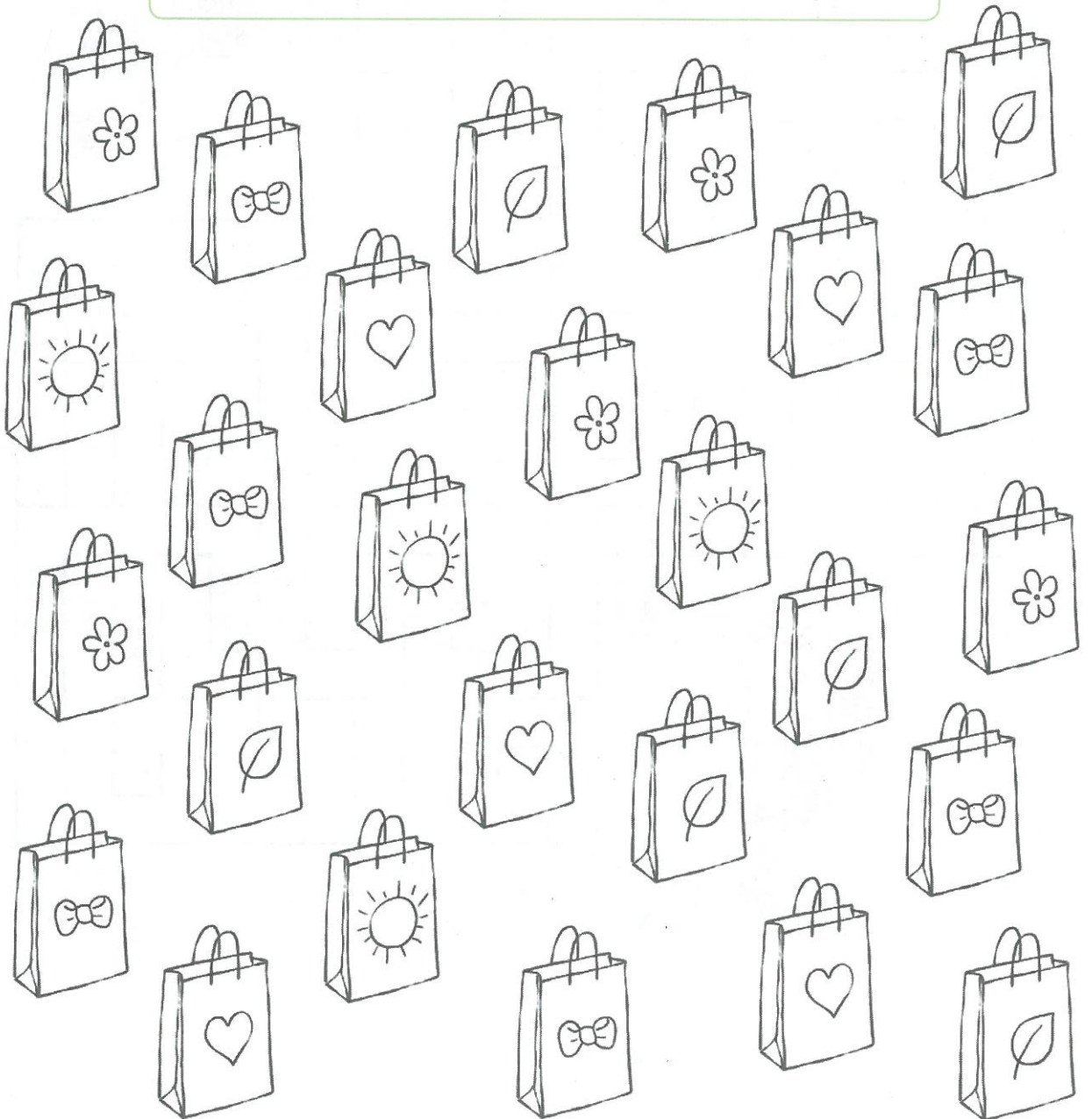
در ادامه‌ی تجربه‌ی موفق ما در تألیف مجموعه‌ی چهار جلدی باشگاه مغز بزرگسال و با توجه به نیاز کشور در راستای تولید ابزارهای کمک آموزشی در حوزه‌ی تقویت عملکردهای مغزی کودکان، طراحی و تألیف مجموعه‌ی باشگاه مغز کودک برای سنین پیش‌دبستانی و دبستانی (۴ تا ۸ سال) از سال ۹۷ آغاز شد که کتاب پیش‌رو، جلد سوم از 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:

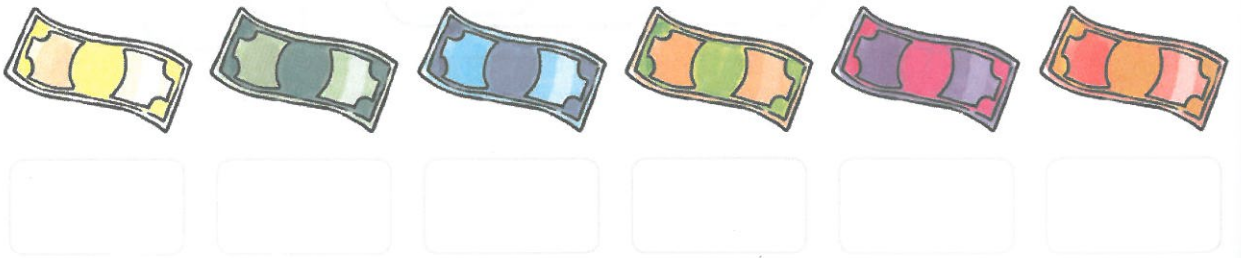
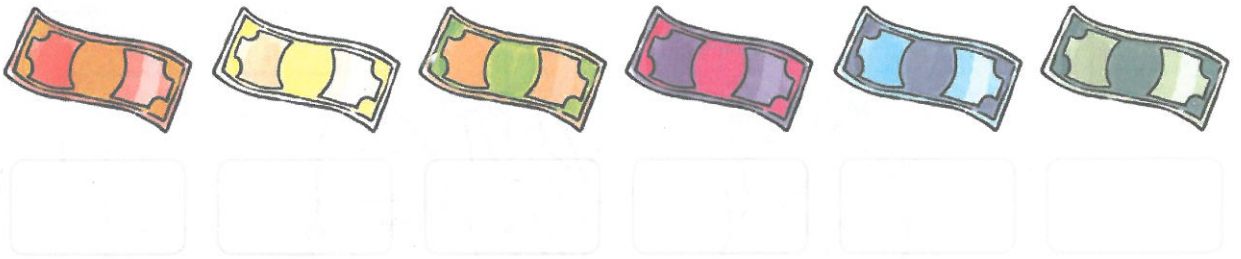
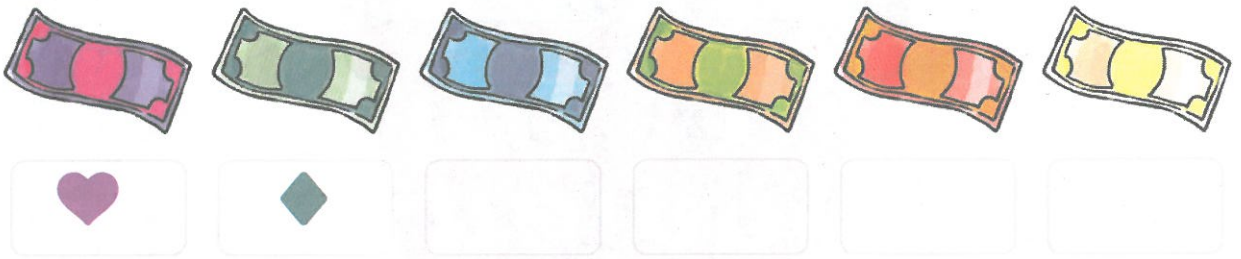
- ۱ توجه:** توانایی مغز در انتخاب و تمرکز بر روی اطلاعات و اتفاقات مهمی که در محیط وجود دارند، مانند تمریناتی که در آن کودک باید به دنبال پیدا کردن تصاویر الگو باشد.
- ۲ حافظه‌ی کاری:** توانایی مغز در نگهداری و به‌خاطر آوردن فوری اطلاعاتی است که یاد گرفته می‌شود، مانند تمریناتی که در آن کودک باید تصاویری را به‌خاطر 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.
- ۴ 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.
- ۵ مهارت پاسخ:** توانایی مغز برای متوقف کردن به‌موقع یک رفتار، مانند تمریناتی که در آن کودک باید جهت‌ها را برعکس بگوید.

سرعت و هماهنگی حرکات دست و چشم

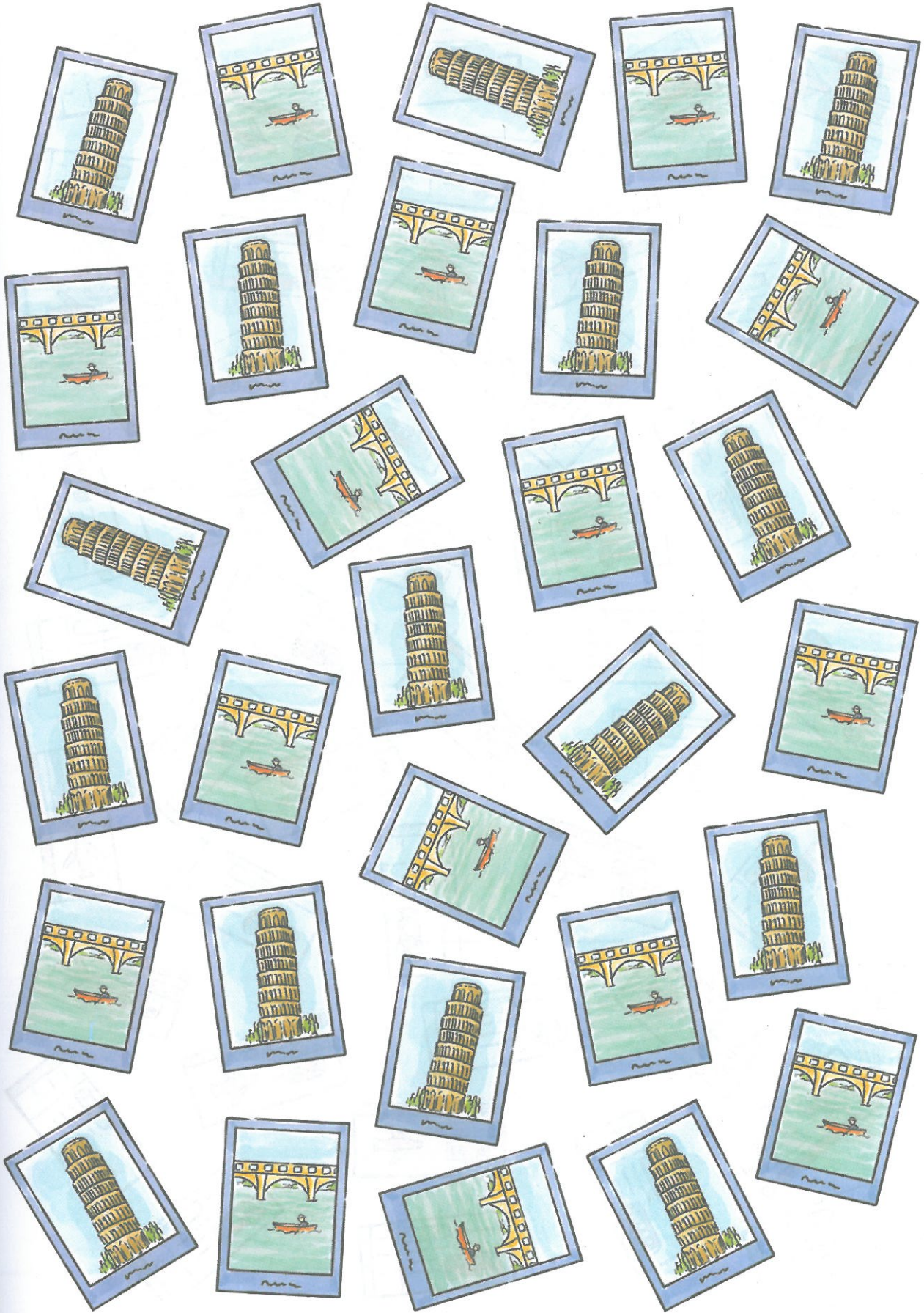
پله ۲

۱ با توجه به گوی، ساک‌های زیر را رنگ کن.





۷ خرسی برای تعطیلات به قایق‌سواری رفته و می‌خواهد برای دوستانش کارت بفرستد. به او کمک کن تا همه‌ی کارت‌هایی را که تصویر قایق دارند، پیدا کند.



۶ چرخ جلوی ماشین‌های آبی و چرخ عقب ماشین‌های سبز را مشکی کن. این کار را به سرعت انجام بده.

