

专注的孩子不简单



[专注的孩子不简单_下载链接1](#)

著者:谢军

出版者:北京联合出版公司

出版时间:2014-8-1

装帧:平装

isbn:9787550229969

下棋不仅能开发孩子智力，训练耐力和韧性，提高逻辑思维力、判断力，尤其是专注力。专注力是保证孩子以后学习的关键，是进行感知、记忆、思维等认识活动的基本条件。专注力的提升，有助于孩子排除干扰、提高学习效率，节奏分明地处理学习与休息的关系。

此外，下棋还能增强他们的心理素质，培养自我控制能力和规则意识，丰富生活，扩大社交，享受竞争带来的快乐……

对于孩子学棋，你可能有着种种疑问困惑：孩子是不是下棋的料？下棋难吗？应该选择下什么棋？怎样训练最有效？比赛应该注意什么？……没关系，请翻开本书，让棋坛皇后、冠军妈妈谢军为你解答。

让孩子爱上棋，真的很简单！爱下棋的孩子，真的不简单！

"

作者介绍:

谢军

国际象棋女子国际特级大师、世界冠军、教育学博士后、心理学博士。曾任北京棋院院长、北京西城区教委副主任，现任首都体育学院副院长。她于1991、1993、1999、2000年四次获得女子国际象棋世界冠军，打破了由欧洲人垄断国际象棋女子世界冠军的现象。1998、2000、2004年在国际象棋奥林匹克团体赛中与队友合作获得女子团体世界冠军。1991、1992、1994年三次获年度""全国十佳运动员""称号。1998年出版有自传《下棋的女人》。喜欢写作，爱谈育儿经，任多家报刊杂志教育、育儿专栏作者。

"

目录: "目录

前言 一种无声而有效的教育方式

第一章 用小棋子激发孩子的心智潜能

一、棋，提高情商与智商的好工具

- 1.好玩儿的智力体操
- 2.不容忽视的全局观念
- 3.无声的挫折教育
- 4.深思后行的习惯

二、突破思维定势

- 1.玩儿中学，最重要
- 2.不一样的思考力
- 3.环环相扣的推理能力
- 4.小棋盘，大世界

三、我的故事——棋子背后的点点滴滴

- 1.丰富的棋艺内涵
- 2.最喜欢的棋子
- 3.不同棋不同魅力
- 4.巾帼不逊须眉
- 5.下棋教会我的那些事

第二章 建立自我认知，做事专注的第一步

一、你帮孩子正确认识自己了吗

- 1.孩子自己喜欢下棋吗
- 2.帮孩子找到他最喜欢的
- 3.我是不是比别人笨
- 4.棋品不是小事

二、让孩子选择适合自己的

- 1.要学棋也要学习
- 2.天赋不等于成功
- 3.我要当冠军
- 4.不走职业道路也能玩得很好

三、我的故事——幸运遇到棋

- 1.从看大人打牌开始
- 2.成为街头小棋王
- 3.从象棋到国际象棋
- 4.北京棋院的回忆

第三章 胜负间培养孩子的竞争力

一、当棋艺训练渐入正轨

- 1.每一次对局都要有收获
- 2.对局后的复盘很重要
- 3.打好基础有后劲儿
- 4.让常规训练变成习惯

二、专注细节就会提高

- 1.怎样选对手
- 2.奖与惩让孩子更有动力
- 3.网络不是训练场
- 4.少不了的逻辑思考能力

三、在对弈中提升竞争力

- 1.量力而行
- 2.做好打硬仗的准备
- 3.比赛情况千变万化
- 4.世上没有后悔药

四、向着更高标准前进

- 1.科学分配精力和时间
- 2.安排训练的小窍门
- 3.孩子需要榜样的力量
- 4.没有最好，只有更好

五、我的故事——专注下棋带给我的成长

- 1.有关复盘
- 2.棋手之间的友情
- 3.学习对手之所长
- 4.不老的战神

第四章 冷静、理智才能专注

一、冷静对待考验

- 1.稳定且兴奋的状态
- 2.水平徘徊莫着急
- 3.棋，绝不会自学
- 4.只是下棋，不要有杂念

二、万事一局棋

- 1.学棋获益不仅在棋盘内
- 2.帮孩子做好规化
- 3.冠军只有一个
- 4.理智面对进与退

三、我的故事——棋对我人生的引导

- 1.我心目中的棋坛大姐大
- 2.棋理本相通

3.校园求学经历

第五章 专注的孩子更能发现和体验快乐

一、让孩子自己寻找快乐

1.享受过程的快乐

2.学棋的酸甜苦辣

3.子未必承父业

4.你要学会放手

二、教会孩子注重并体验每一个细节

1.指挥好棋上“部队”

2.条条大路通罗马

3.高手究竟强在哪儿

4.罗马不是一天建成的

三、我的故事——与棋相伴的体验

1.棋手是棋局的主人

2.如何面对高科技的考验

3.教学互相长

第六章 做孩子学棋的好帮手

一、家长也要有个好心态

1.做一个开明的家长

2.用孩子能懂的语言沟通

3.陪孩子一起完成课后练习

4.抓住孩子学棋的关键期

二、棋童家长不容忽视的问题

1.孩子眼中的好帮手

2.比赛不是度假

3.对不称职的教练说“不”

4.不受升学优惠政策影响

三、我的故事——我也是个棋童家长

1.女承母业的最初愿望

2.兴趣是学习的前提

3.无条件耐心原则

4.鼓励求知欲，保持胜负心

5.不要被称号迷住眼睛

后记 发自内心的感言

致谢

"

• • • • • (收起)

[专注的孩子不简单_下载链接1](#)

标签

亲子教育

评论

小马学国际象棋

[专注的孩子不简单_下载链接1](#)

书评

[专注的孩子不简单_下载链接1](#)