

<<青年必知科学用脑手册>>

图书基本信息

书名：<<青年必知科学用脑手册>>

13位ISBN编号：9787507818956

10位ISBN编号：7507818950

出版时间：2000-10-01

出版时间：中国国际广播出版社

作者：侯书森等编

页数：415

字数：300000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<青年必知科学用脑手册>>

内容概要

本书针对青年人的特点，运用通俗的语言，展现了对奇妙人脑的最新科技认识和对脑能开发的最新西方理论；介绍了护脑营养和健脑运动；提出了脑能革命的训练计划，人人思维力、想象力、创造力等方面全面提高青年人的素质，给予了详尽的回答。

<<青年必知科学用脑手册>>

书籍目录

第一章 认识奇妙的大脑	一、探索大脑之谜	奥妙无穷的大脑	揭示大脑的奥秘
人脑的基本结构	皮层功能定位	人脑的成长	二、左脑与右脑的奇妙功能
左脑和右脑功能的不对称性	左、右脑各自的作用	三、神奇的脑电波	人
成长过程中脑电波的变化	左、右脑电波的频率	脑力惊人的天才	有意识及潜
意识	四、男女脑功能的差异	女性比男性早熟	男脑比女脑进化
男胜空间知觉强, 女性短时记忆强	男性定现于物, 女性定向于人	第二章 对大脑优势的新发现	一、脑内吗啡的独特功能
二、大脑四象限模型所展示的大脑优势	三、“三脑合一”论所展示的神妙的大脑	第三章 大脑的营养与开发	一、构成脑的8种营养成分
二、大脑的营养及营养食品	三、良好的饮食习惯	四、补脑药物与药膳	五、开发大脑功能的空腹法
第四章 脑能革命与健脑运动	一、开发大脑功能的生法方式变革	二、开发脑能的方法之一：健脑法	三、开发脑能的方法之二：健脑法
四、开发脑能的健身操方法之三：健身训练法	五、开发脑能的方法之四：静思	六、开发脑能的方法之五：按推	第五章 对大脑潜能的认识与开发
第六章 别让右脑闲置	第七章 脑能革命：大脑潜能的开发	第八章 记忆力：认知事物的基础	第九章 思维力：透过现象抓住本质
第十章 想象力：人类智慧的翅膀	第十一章 创造力：改变世界的力量之源	第十二章 脑能革命三个月训练计划	

<<青年必知科学用脑手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>