

<<55天健脑操计算篇>>

图书基本信息

书名：<<55天健脑操计算篇>>

13位ISBN编号：9787507824988

10位ISBN编号：7507824985

出版时间：2004-3

出版时间：中国国际广播出版社

作者：钱树仁

页数：16+5

字数：180000

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>

<<55天健脑操计算篇>>

内容概要

最新医学研究表明，21世纪大脑健康将是人类最关心的话题。

很多人都知道，三四十岁以后大脑会逐渐衰退，不少人也感到中年以后脑子不那么好使了，但是怎样才能保持大脑健康，使大脑年轻化，却似乎无从下手。

最近脑医学科研究表明，“唰唰唰”地快速演算简单算术题，是一种比其他大脑活动更为有效的大脑运动。

这就像每天做健身操一样，每天进行一次大脑锻炼运动。

本书就是为了防止大脑动能衰退，防止老年痴呆而专门设计的大脑锻炼课程。

我们把它叫做“健脑操”。

每天用几分钟的时间，做100道简单算术演算题，辅助以每周一次的大脑机能测试，简单易行，方便有趣。

坚持下来，一定可以让你的大脑健康、充满活力。

<<55天健脑操计算篇>>

作者简介

王焘：美籍医学博士。

原在北京某医院任主治医师。

1985年赴美国进行医学研究。

历任梅约医学中心研究员、克利夫兰医学中心高级研究员、纽约州立大学和威斯康星大学医学副教授、博芒特医学中心的研究室主任。

长期从事心血管医学和老年脑医学研究，是美国生理学会和美国心血管学

<<55天健脑操计算篇>>

书籍目录

写在操练之前 健脑题库 第一单元 第一天 第二天 第三天 第四天 第五天 第一单元周末大脑机能测试题 第二单元 第六天 第七天 第八天 第九天 第十天 第二单元周末大脑机能测试题 第三单元 第十一天 第十二天 第十三天 第十四天 第十五天 第三单元周末大脑机能测试题 第四单元 第十六天 第十七天 第十八天 第十九天 第二十天 第四单元周末大脑机能测试题 第五单元 第二十一天 第二十二天 第二十三天 第二十四天 第二十五天 第五单元周末大脑机能测试题 第六单元 第七单元 第八单元 第九单元 第十单元 第十一单元 Stroop测试

<<55天健脑操计算篇>>

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>