

<<七田真超右脑学习法>>

图书基本信息

书名：<<七田真超右脑学习法>>

13位ISBN编号：9787544248990

10位ISBN编号：7544248992

出版时间：2010-10

出版时间：南海出版社

作者：七田真

页数：160

译者：路秀明

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>

<<七田真超右脑学习法>>

前言

右脑蕴藏着强大的能力，能让你的生活焕然一新；右脑能力能让亲子关系更加融洽，育儿更加轻松；右脑能提高孩子的能力与素养，让他们愉快地学习、生活。更重要是，右脑能够让人们在各个领域发挥创造力，使自己的能力提升到更高层次。人类具有优秀的潜能，但却没有把这些潜能充分利用起来。可以说，人类目前使用的能力只占所有能力的3%左右。这些潜能绝大多数蕴藏在右脑之中。

过去人们对于右脑的研究少之又少，没有人关注右脑能力，我们真正了解右脑是从近二十几年开始的。

左脑和右脑的区别是什么？

我认为二者最大的区别在于，左脑是通过语言发挥作用的，而右脑是通过图像发挥作用的。

我们在日常生活中每天都要使用语言。

我们用语言与人交流，进行思考和记忆，在学校学习时也要使用语言。

然而，通过右脑，我们能利用图像与人交流、思考问题、记忆和学习。

那些被认为是天才的人其实都使用右脑。

爱因斯坦是最著名的科学家，据说他从小时候起，就经常徜徉在图像世界里。

爱因斯坦从小就喜欢想象，他曾经说：“我的想法来源于想象。

在我的思维机制中，语言，无论是书面语言还是口头语言，似乎不起任何作用。

”最近的电视节目中也讨论一件事，那就是年仅25岁就获得将棋七冠王的羽生善治与常人有何不同，结论是：他在思考时使用的是右脑。

被称为天才的人，他们的思考方法的确与众不同，他们是使用图像脑——右脑来思考问题的。

右脑的特点是，能瞬间记住只看过一次或听过一次的内容，并能将这些内容完整地再现出来。

这种图像性记忆与左脑的语言性记忆完全不同，它也被称为照相记忆，它能像拍照一样，瞬间记住所看到的事物，并在需要时以图像的形式再现在你眼前。

本书详细介绍了右脑记忆的基本知识和相关训练方法。

那么，通过训练掌握了右脑能力后，人们会有怎样的变化呢？

答案是，你的能力会立刻得到提高。

对于中小學生来说，以前学习能力差的孩子会学会学习，爱上学习，成绩也会大大提高。

你是不是也想尽快开发右脑呢？

相信本书会助你一臂之力。

七田真

<<七田真超右脑学习法>>

内容概要

人类右脑蕴藏着强大的潜能，右脑是图像脑，能够快速处理大量信息，它的记忆能力是左脑的100万倍。

通过科学系统的训练方法，每个人都可以开发出右脑潜能，成功激活图像能力。

本书中是国际右脑开发权威、右脑教育专家七田真博士专门写给中小学生的右脑开发训练法：

冥想、呼吸、想象，以及暗示，打开右脑回路，进入右脑状态。

橙色卡片、3色卡片、曼陀罗卡片训练，重点培养图像记忆能力。

速视、速听、速读训练，唤醒右脑大量、高速处理信息的能力。

图像记忆、瞬间记忆、ESP游戏训练，引出右脑五感，开发潜能！

通过以上方法开发出右脑能力后，孩子可以利用它做计算、写作文，学习书法、绘画，演奏音乐，挖掘孩子的想象力、创造力、直觉力，帮助孩子最大限度地利用大脑能力，提高学习效率！

<<七田真超右脑学习法>>

作者简介

七田真

1929年生，日本岛根县人，教育学博士，现任美国纽波特大学日本分校教育系教授。七田真博士从1966年开始从事幼儿右脑教育工作，1978年成立了七田真教育研究所，并建立实施右脑教育的七田幼儿教室。目前全世界已建立近500所七田教室，学生总数近3万名。他的教育理论还远播美国、韩国、新加坡、马来西亚等国家，在国际上产生了广泛的影响。

因为在右脑教育领域的卓越贡献，七田真博士获得了日本政府颁发的“社会文化功劳奖”，世界学术文化审议会颁发的“国际学术贡献奖”，并被世界知识产权协会授予了“世界和平大骑士”勋章。

七田真著作颇丰，目前国内出版的包括《超右脑英语学习法》《超右脑快速记忆法》《超右脑开发训练》《七田真天才胎教法》《七田真0~6岁育儿法》。

<<七田真超右脑学习法>>

书籍目录

前言第一章 右脑中隐藏着天才的能力 人类具有强大的潜能 掌握右脑记忆受益终生 右脑图像记忆的特点 右脑记忆的惊人作用 开发了右脑的孩子具有神奇的能力 右脑教育具有无限潜能 未来的教育是右脑教育 对未来教育的倡议 从右脑教育的实践中学习经验 如何让右脑教育走进课堂第二章 开发右脑的训练方法 了解右脑的四大机能 人类的潜能隐藏在无意识中 无意识状态下更容易开发图像能力 把目光投向深层心灵的右脑教育法 开发右脑能力的预备课程 图像训练和暗示的效果 在课堂上运用暗示法 能接收波动的右脑五感 如何才能开发右脑记忆 培养右脑能力第一步——看到图像 教会孩子运用图像能力第三章 图像训练的方法 天才的头脑充满了右脑的灵感 培养“像拍照一样”的能力 图像训练让孩子提高成绩 培养图像记忆的训练 看到图像的五个阶段 图像训练磁带的制作方法 借助橙色卡片来训练 让右脑真正“进化” 右脑书法训练 “右脑型音乐教育”让孩子轻松学音乐 右脑音乐课能轻松开发“绝对乐感” 通过训练,孩子能演奏出只听过一遍的曲子 借助图像来演奏音乐 在各门功课中运用图像能力 培养起图像能力的孩子们第四章 面向中小学生的图像训练 教育的本质是发掘孩子天生的能力 右脑教育能改善亲子关系 借助图像画画 借助图像写作文 利用榜样变身法,提高学习效果 榜样变身法的训练步骤 用图像训练治疗晕车 小学生的图像训练 初中生的图像训练 高中生的图像训练 右脑教育下培养出的孩子们 让学生身心协调的教育方式第五章 右脑记忆是所有学习的基础 记忆是大脑的基本功能 重复比理解更有利于培养记忆 “背诵文集”对培养大脑能力大有帮助第六章 开发右脑的速读训练附录 七田式右脑教育训练法

<<七田真超右脑学习法>>

章节摘录

插图：天才的头脑充满了右脑的灵感右脑的图像能力能促进记忆力、思考力、想象力、创造力、语言能力、音乐能力、计算能力、绘画能力和运动能力的发展，能让人们的各种能力都得到提高。

那些被称为天才的人，都会在无意识状态下使用全脑。

也就是说，他们能同时使用左脑和右脑。

过去，我们不清楚有些人为何能成为天才，许多学者都曾试图找出其中的原因，他们从天才的成长经历、教育背景等方面作了细致的研究，并以此得出结论，但并不全面。

是否能成为天才，关键在于一个人的右脑是否得到了开发。

天才们都是从右脑获得灵感的。

作曲家鲁道夫·弗里姆尔说：“当我坐在钢琴前，双手放在琴键上，就会感到自己正被一种精神所引导。

作曲的不是我，它完全不受我控制。

我只是一个工具，仅仅是在被利用而已。

”日本直木奖获奖作家山田咏美和推理小说家内田康夫说，他们从不会在写小说之前进行构思，都是在写的过程中闪现灵感的，小说最终的结果也往往不会先设定好。

从尼采、柴科夫斯基、勃拉姆斯、施特劳斯、普契尼、贝多芬到当代的迈克尔·杰克逊和约翰·列侬，无一例外，都是使用右脑的。

勃拉姆斯说：“突然，来自神的灵感直接涌入了我的身体，一段段乐曲回响在我的耳边。

”普契尼说：“《蝴蝶夫人》是由神口述出来的，我只将它记在纸上罢了。

”而右脑的能力是可以培养出来的，系统地对孩子进行右脑开发训练，他们就能拥有如天才般的能力。

培养“像拍照一样”的能力开发孩子的右脑能力，帮助他们训练，就能让他们清晰地描绘出图像。

本章将具体讲述如何培养孩子的图像能力。

右脑能像放电影一样让图像慢慢浮现在大脑中。

当前，世界上有许多国家的运动员都在进行图像训练。

1984年洛杉矶奥运会上，美国体操队光彩夺目，取得了辉煌的成绩，这其中就有图像训练的功劳。

体操队的选手们会在日常训练中加入图像训练，利用图像在头脑中清晰地再现自己的动作。

1993年8月，在德国斯图加特举行的世界田径锦标赛的女子马拉松比赛中，日本选手浅利纯子成为日本田径史上第一位在世界级比赛中获得金牌的运动员。

解说员提到，浅利纯子曾进行过图像训练。

在1993年1月举行的大阪国际女子马拉松比赛中，浅利纯子就利用图像能力取得了成功。

赛前她的腿受了伤，但不可思议的是，浅利纯子仍然完成了比赛并获得了名次，这就是图像训练的效果。

浅利纯子的教练铃木曾说：“浅利的成功是图像训练的功劳。

”浅利自己也说：“在练习时，我看到了比赛的全过程，还看到冲刺和领奖的画面。

我看到自己穿着领奖服站在冠军的领奖台上。

”未进行图像训练前，浅利在关键时刻常常发挥不出实力，自从进行了图像训练，能够清楚地看到图像后，她就在比赛中屡创佳绩。

据研究，浮现图像的过程就像放电影一样，被称做Imagery，这是加拿大西安大略大学的希尔克博士命名的。

图像训练中很重要的一点，就是描绘出图像的大量细节。

目前，世界上许多国家都对这一新学科展开了研究。

运动员通过“像放电影一样”的图像训练，就能拥有更大的优势。

高尔夫名将杰克·尼克劳斯在比赛前，会在头脑中想象自己应该怎样借助风势击球、球滚动的轨迹以及球落下的位置，他把这称做“看电影”。

事实上，事件真实的情况往往与我们在图像中看到的画面一模一样。

<<七田真超右脑学习法>>

不仅是在运动领域，各行各业中的佼佼者几乎都使用过右脑的图像能力。我希望教育领域能够看到这一趋势，不再进行灌输知识的左脑教育，而更注重发挥图像能力的右脑教育。

图像训练让孩子提高成绩如何将图像训练应用于现实中呢？

下面是一位老师发来的报告，这位老师指导学生利用图像训练来练习游泳。

实践证明，利用图像进行练习果然能取得更好的成绩。

下面我来汇报一下。

这个男孩上小学二年级，很小的时候就去游泳训练班上课，他的体型也很适合游泳。

一年级时，他已经能游200米混合泳了。

但是他的速度提高得不快，晋级很慢，用了一年的时间成绩也没能缩短到4分钟以内。

当时，他正在接受七田式右脑教育，于是在晋级考试前，我让他进行了图像训练，时间持续了一周，他每次在乘车时自己也会进行训练。

训练时，我让他一边呼吸，一边放松，同时引导他在头脑中看到一只红气球。

我告诉他：“闭上眼睛，你会看到一只红气球。”

接着，我引导他看到自己站在出发台上，看到自己的游泳成绩和周围的环境（如教练和朋友的表情、泳道等）。

然后，我问他：“你看到什么了？”

他闭着眼睛把看到的东​​西讲了出来。

我向他暗示比赛开始了，“各就各位，预备！”

他想象着自己在游泳，“到了”，他说，“老师的计时结果是多少？”

我问他。

“3分59秒。”

老师说我合格了，还和我握手呢。

他兴奋地告诉我。

第二天，我接着让他进行图像训练，这一天在想象中他的成绩是3分55秒。

第三天，我向他暗示说：“今天能达到3分50秒。”

考试当天，我又引导他看到自己通过了考试，朋友和妈妈都向他祝贺的图像，“你真棒！”

大家围着他由衷地称赞道。

结果，考试当天他游出了3分54秒的好成绩。

1个月前，他的成绩还是4分40秒左右，但现在他提高了五十多秒。

以前，他要经历长达一年的刻苦训练才能缩短10秒，现在，经过一周的图像训练后，他就缩短了近1分钟。

这让培训班的老师和他的父母惊讶不已。

以前，游完泳后，他常说“好累啊”，这次他却说“今天一点也不累，游得还很轻松呢”，这就是图像训练的成功。

在七田幼儿教室上课的孩子中有许多类似的经历。

培养图像记忆的训练图像记忆法又叫照相记忆法，利用这种记忆方法，只看一眼就能记住所看到的内容，并能随时提取。

在宫崎的七田幼儿教室上课的A（小学五年级学生）就掌握了这种能力。

当他在考试中遇到难题时，就会闭上双眼提取相应的图像记忆。

他能记住教科书上或上课时老师在黑板上写下的所有内容，在所有考试中几乎都能取得满分。

老师和同学都说A是靠“魔术”取得好成绩的。

的确，与其说他是天才，不如说他会使用魔术。

因为这种能力看起来确实像魔术。

大卫·康文在《魔术·理论篇》的“视觉化与魔术师的修行”一章中，这样写道：“培养依靠图像的思维方式，比培养依靠语言的思维方式更为重要，要通过视觉化训练创造出充满现实感的图像。”

的确有一种像魔术一样的视觉化（利用图像的功能）训练方法。

<<七田真超右脑学习法>>

就在托盘上放大约10件物品，让孩子看一眼后，迅速用布盖住。

然后让孩子闭上眼，进行图像记忆，记住这些物品分别对应的位置。

很多人对这种记忆方法持怀疑态度，其实通过训练我们也可以获得这种能力。

而且，佛教和道教中也有类似的训练方法。

这些训练方法的原理都是把看到的东西瞬间印在视网膜上，然后闭上双眼，清晰地回忆出图像。

而七田式右脑教育的训练与魔术、佛教以及道教的最大不同在于，七田式右脑教育要上预备课程，进入右脑状态后再进行训练。

如果没有这一步骤，就必须花更多的时间进行训练，要花费几年，甚至十几年的时间才有可能实现。

还有一个不同是，七田式右脑教育的训练要用到曼陀罗卡片。

具体方法是，看一眼曼陀罗卡片，然后闭上眼睛，看图案的残像。

只要有时间就可以重复这种练习，不要具体地去记卡片左上方有什么，卡片右上方有什么等，这些都是左脑记忆，要把整张卡片作为整体进行图像记忆。

做这一训练的关键在于闭上眼睛，在头脑中将其图像化，并使之变成清晰的影像。

可以在进行预备课程的想象时，想象自己已经利用曼陀罗卡片成功地开启右脑，这会帮助孩子顺利完成训练。

要持之以恒地做这一训练。

妈妈可以给孩子看卡片，当然，最好是孩子能主动去做。

前面提到的A，就是从老师那里听说右脑记忆法中还包括图像记忆后，开始进行图像训练的。

老师告诉他，培养起这种能力后，能记住只看过一眼的东西，还能随心所欲地提取这些记忆。

不知A究竟是想利用这些能力取得高分，还是一心想掌握这种魔法般的能力，总之，在听完老师的话后，他说：“我一定要掌握这种能力。”

老师告诉他，要随身携带曼陀罗卡片，一有空就看看卡片，进行图像训练。

A认真地进行了训练，结果不到1个月的时间就掌握了图像记忆法。

年龄越小的孩子越容易快速掌握这种能力，这一规律适用于右脑的所有能力，图像记忆尤其如此。

从这个例子中我们可以看到，A是十分愿意接受这一训练的。

由于训练需要不断重复，因此只有当孩子自己愿意进行训练时，才可以让他训练。

决不能强迫孩子，所有训练都是如此，要让孩子积极丰动地参与到训练中去。

<<七田真超右脑学习法>>

编辑推荐

《七田真超右脑学习法》：国际右脑开发权威、右脑教育专家，七田真博士，写给小学生的超右脑学习法，全面提升想象力、创造力、直觉力。

<<七田真超右脑学习法>>

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>