

<<朗读让脑袋变聪明>>

图书基本信息

书名：<<朗读让脑袋变聪明>>

13位ISBN编号：9787561776469

10位ISBN编号：7561776462

出版时间：1970-1

出版时间：华东师范大学出版社

作者：川岛隆太

页数：121

译者：袁晓凌

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>

<<朗读让脑袋变聪明>>

前言

我一直认为梦想是生命力的表征，并且一直认为描绘梦想的能力、实现梦想的能力就是一种生命力，并且适用于任何人，不论男女老少。

那么，描绘梦想、实现梦想的能力来自何方呢？

又该如何掌握这种能力呢？

答案就在大脑。

因此，锻炼大脑是掌握这种能力的一条捷径，尤其应该加强对大脑皮质额叶中“前额叶皮质区”的锻炼。

前额叶皮质区据称是人脑中容量最大的一个重要区域，和人的各种精神活动相关，同时，司掌人格、性格。

换言之，大脑具有十分重要的功能，而前额叶皮质区更是担负着赋予我们人类特征的重要功能。

大脑能锻炼吗？

100多年前，人类对大脑的功能一无所知。

即便是今天，大脑依然是神秘的，关于它，人类已经揭开的谜底不到10%。

<<朗读让脑袋变聪明>>

内容概要

《朗读让脑袋变聪明》写了：“朗读”可以给予脑部强大的效果。大家都知道运动对身体有益，对于大脑而言，朗读就是“大脑的全身运动”。不只是失智症的老年人，就连儿童和一般人，都可以通过朗诵来维持大脑机能，甚至促进大脑发达。藉由朗读让大脑活性化后，证实会有以下效果：提升小学生、大学生的作业能力与学习效果。提升自闭症儿童的沟通能力。失智症的改善。尤其在记忆力和注意力上，可以看到显著的进步。一口气提升记忆力和注意力与学习能力！加强你的读书效果及提升工作效率！

<<朗读让脑袋变聪明>>

作者简介

川岛隆太，一九五九年生于千叶县千叶市。
毕业于日本东北医学系，同研究所医学研究科结业。
历任瑞典Karo1inska研究所客座研究员、日本东北大学高龄医学研究所教授，现为东北大学未来科学技术共同研究中心教授。

文化审议会国语分科会委员，在日本是“脑机能显像技术”首屈一指的专家。
著作包括《自行培育自己的大脑》（KUMON出版）、《读书、写作、计算能锻炼儿童的大脑》（儿童的未来社）、《藉由朗读十分钟的早报来培养“脑力”》（PHP研究所）等。
任天堂掌上型主机NDS百万畅销游戏“DS脑力挑战”、“DS脑力强化训练”监修者。

<<朗读让脑袋变聪明>>

书籍目录

前言 拥抱梦想、积极生活的秘诀/1第1章 每天朗读20分钟能锻炼大脑、活跃思维/1当你感到时光飞逝时，说明你的大脑亮起了“黄灯”/3了解了大脑的此项功能，就能找到返老还童的秘诀/6到了20岁，大脑就停止生长了吗？

——非也！

/11玩电脑游戏并不能充分调动大脑/15朗读给大脑带来的超级效果/19每天清晨读报10分钟，足矣！

/22第2章 使用大脑，多多益善/29灵感多的人是“右脑人”吗？

/31锻炼大脑，更要锻炼前额叶皮质区/35使用幼儿用语进行语言教育——日本人的睿智/38英语教育有助于大脑活跃的证据/48“过度”学习帮助大脑生长/52脑部的结构与功能/55第3章 训练脑力，发挥潜能/59读、写、算是大脑的“广播操”/61朗读能不断激发潜能/65算术很重要、语文也很重要的原因/75

有助于大脑活跃的音乐是古典音乐还是流行音乐？

/80读、写、算能解决现代社会病/83第4章 英语高手都是持续的朗读者/87川岛：朗读英语，一箭双雕/89国弘：我提高英语能力的学习方法/91千田（主持）：朗读和抄写初中英语教科书能培养英语基本功/96川岛：左脑控制语言——这是个伪常识/100千田（主持）：光靠朗读，TOEIC考试最多考600分/104国弘：棒球运动员铃木一郎能取得今天的成绩离不开他平时的刻苦训练/107川岛：要明白瓶颈是飞越的垫脚石/111国弘：不可轻视中国、韩国的英语热/115千田（主持）：朗读能让日本恢复朝气吗？

/117川岛：朗读还孩子们一个梦想/119

<<朗读让脑袋变聪明>>

章节摘录

不过，活跃的范围要大于混合运算。

这是因为解这类题时，首先要反复地读题目，弄清题目的意思后才能列式计算，计算时同样会将解题的顺序转换成语言。

而在思考和记忆时，掌控此类功能的前额叶皮质区也会工作。

此时，由于首先要列式，所以掌控计算的区域（角回）暂时按兵不动（参见图3-6）。

考虑到左右脑的活动，或许我们可以说，复杂的混合运算破坏了大脑活动的平衡。

从这个角度来说，易于理解的简单运算更有利于左右脑进行分工协作。

这一实验结果也告诉了我们该如何学习算术和数学。

鉴于做混合运算和应用题时，大脑的活跃区域几乎完全相同，因此不擅长做应用题的人可以通过多做运算题来加强脑部锻炼以提高效果。

鉴于在做混合运算和应用题时，创造语言的大脑区域显得很活跃，因此可以认为语文的学习有助于算术和数学。

此外，鉴于朗读时，掌控思考的前额叶皮质区相当活跃，建议在做难度较高的应用题时，出声朗读题目以助思考。

<<朗读让脑袋变聪明>>

编辑推荐

日本东北大学未来科学技术共同研究中心教授，日本“脑机能影像技术”权威。
一天朗读10-20分钟，光读报纸也能变聪明。
藉由朗读让大脑活性化的四大效果：1.提升小学生作业能力2.提升大学生学习能力3.轻松拿下托福高分成为英文高手4.激发职场人必备的创意和思考能力。

<<朗读让脑袋变聪明>>

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>