

<<哈佛名校訓練學生的300個經典智力遊戲>>

图书基本信息

书名：<<哈佛名校訓練學生的300個經典智力遊戲>>

13位ISBN编号：9789862033104

10位ISBN编号：986203310X

出版时间：臺灣麥克股份有限公司

作者：羅伯特·艾倫 著

页数：252

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>

<<哈佛名校訓練學生的300個經典智力遊戲>>

內容概要

百年哈佛名校，人才倍出 哈佛名校是世界頂尖學府，由哈佛而出的人才遍及政治界、學術界、商業界等，均在各領域作出傑出貢獻，比起知識技能等具體能力的傳授，哈佛大學更加注重學生培養獨立思考能力、面對困難事物時的創造性。

我們的身體可以用運動器材來訓練，那麼頭腦也能，如果用健身房來比喻，《哈佛名校訓練學生的300個經典智力遊戲》就像準備好的腦力運動器材，將這些頭腦體操進行幾回合，思維能力會更好，頭腦更靈活。

提姆·迪多普洛思 從事大腦潛能開發相關工作多年，是英國著名的智力遊戲大師。

在本書中提到智力遊戲的益處： 大腦的可塑性 「頭腦具有可塑性」的意思，就是指我們的心智能力與認知能力，在任何年齡都能訓練。

如同運動有益於肌肉，頭腦也能從運動中獲益，頭腦運動可以增強記性、強健心智能力。

解答謎題與頭腦的成長 休閒活動可以大幅降低失智的風險。

每一類都很有幫助，但其中以心智活動的保護力最大。

活動越多，保護力越強，每一項活動都可以累進增加百分之八的益處。

許多研究機構都做出肯定的研究結果： 休閒活動有助於腦力的增進 哥倫比亞大學的腦力研究 保持心智活躍的重要 芝加哥拉什阿茲海默症研究 高度運用心智，降低罹患失智

新南威爾斯大學精神學系研究 放手去玩吧！

你很快就會擁有強勁的頭腦了！

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>