

# 《今天你右脑了吗》

## 图书基本信息

书名：《今天你右脑了吗》

13位ISBN编号：9787030368300

10位ISBN编号：7030368304

出版时间：2013-4

出版社：科学出版社

作者：儿玉光雄

页数：208

译者：李梅

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《今天你右脑了吗》

## 内容概要

“形形色色的科学”之全新系列“生活科学馆”闪亮登场了！

能够靠直觉理解科学原理和科学法则的能力，就是很多不擅长理工科的人缺少但又梦寐以求的“灵感”。儿玉光雄编著的《今天你右脑了吗(右脑灵感大修炼)》在讲解大脑构成、大脑锻炼方法的基础上，甄选了40个右脑训练题，都是可以帮助你激发灵感的脑力操，让你全面提升记忆力和创造力。每天10分钟，摆脱僵化思维，激发右脑的无限潜能！

《今天你右脑了吗(右脑灵感大修炼)》适合青少年读者、科学爱好者以及大众读者阅读。

# 《今天你右脑了吗》

## 作者简介

作者:(日)儿玉光雄 译者:李梅

# 《今天你右脑了吗》

## 书籍目录

绪论 让大脑灵感迸发的锻炼方法 现在就开始锻炼你的模拟脑吧 新时代的关键词是“品牌化” 从根本上锻炼你的图像搜索能力 只有模拟脑才可以保存更高层次的记忆第1章 理解大脑发育的过程与机制 了解大脑的发育曲线 大脑在幼儿时期会发生剧烈的变化 不同年龄时期的脑容量 大脑越用越发达 了解神经传递网络的发展 通过反复学习强化神经传递网络第2章 了解大脑各个区域的功能 人脑与其他哺乳动物的脑部差异 了解大脑边缘系统的组织结构 了解大脑新皮质的四大区域 大脑对过去的经历了如指掌 有关运动皮质与皮肤感觉皮质功能的基础知识 左右脑的功能差异 第3章 思考与智能有关的问题 了解加德纳的多元智能理论 充分磨练自己的特长 何谓pq金三角 支撑行动力与集中力的两组神经系统 了解脑部认知机制 错觉的产生 不可能同时出现两种以上的意识第4章 养成充分发挥大脑能量的习惯 每天在同一时间起床可以使大脑更加清醒 通过腹式呼吸与冥想坐禅激活大脑 通过感官开发形象训练创造人生奇迹 了解脑部活跃曲线 每个人都有专属的“产生灵感的地方” 不要忽视梦中所产生的灵感 探索面积消失之谜 芳香疗法有助于激活大脑第5章 成为记忆高手的最新必备诀窍 了解记忆的机制原理 理解短时记忆与长时记忆 关于记忆保存的机制 反复记忆的惊人威力 神奇的睡前记忆法 强制联想训练 强制回想训练 用报纸进行瞬间记忆训练第6章 终极脑部训练 克雷贝林测验 图案识别训练 线条追踪训练 算盘训练 扑克牌训练 字母删除训练 铅笔触碰训练 余像注意力集中训练第7章 挑战右脑练习题 锻炼右脑可以引导人生走向成功 初级篇(10题) 中级篇(10题) 高级篇(10题) 最高级篇(10题)

# 《今天你右脑了吗》

## 编辑推荐

激发灵感的脑力操，全面提升记忆力和创造力！能够靠直觉理解科学原理和科学法则的能力，就是很多不擅长理工科的人梦寐以求的“灵感”。儿玉光雄编著的《今天你右脑了吗(右脑灵感大修炼)》在讲解大脑构成、大脑锻炼方法的基础上，甄选了40个右脑训练题，每天100分钟，摆脱僵化思维，激发右脑的无限潜能!

# 《今天你右脑了吗》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)