

# 《专注的孩子不简单》

## 图书基本信息

书名：《专注的孩子不简单》

13位ISBN编号：9787550229961

出版时间：2014-8-1

作者：谢军

页数：205

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)

# 《专注的孩子不简单》

## 内容概要

"下棋不仅能开发孩子智力，训练耐力和韧性，提高逻辑思维力、判断力，尤其是专注力。专注力是保证孩子以后学习的关键，是进行感知、记忆、思维等认识活动的基本条件。专注力的提升，有助于孩子排除干扰、提高学习效率，节奏分明地处理学习与休息的关系。

此外，下棋还能增强他们的心理素质，培养自我控制能力和规则意识，丰富生活，扩大社交，享受竞争带来的快乐……

对于孩子学棋，你可能有着种种疑问困惑：孩子是不是下棋的料？下棋难吗？应该选择下什么棋？怎样训练最有效？比赛应该注意什么？……没关系，请翻开本书，让棋坛皇后、冠军妈妈谢军为你解答。

让孩子爱上棋，真的很简单！爱下棋的孩子，真的不简单！

# 《专注的孩子不简单》

## 作者简介

谢军  
国际象棋女子国际特级大师、世界冠军、教育学博士后、心理学博士。曾任北京棋院院长、北京西城区教委副主任，现任首都体育学院副院长。她于1991、1993、1999、2000年四次获得女子国际象棋世界冠军，打破了由欧洲人垄断国际象棋女子世界冠军的现象。1998、2000、2004年在国际象棋奥林匹克团体赛中与队友合作获得女子团体世界冠军。1991、1992、1994年三次获年度“全国十佳运动员”称号。1998年出版有自传《下棋的女人》。喜欢写作，爱谈育儿经，任多家报刊杂志教育、育儿专栏作者。

## 书籍目录

### "目录

前言 一种无声而有效的教育方式

#### 第一章 用小棋子激发孩子的心智潜能

##### 一、棋，提高情商与智商的好工具

- 1.好玩儿的智力体操
- 2.不容忽视的全局观念
- 3.无声的挫折教育
- 4.深思后行的习惯

##### 二、突破思维定势

- 1.玩儿中学，最重要
- 2.不一样的思考力
- 3.环环相扣的推理能力
- 4.小棋盘，大世界

##### 三、我的故事——棋子背后的点点滴滴

- 1.丰富的棋艺内涵
- 2.最喜欢的棋子
- 3.不同棋不同魅力
- 4.巾帼不逊须眉

##### 5.下棋教会我的那些事

#### 第二章 建立自我认知，做事专注的第一步

##### 一、你帮孩子正确认识自己了吗

- 1.孩子自己喜欢下棋吗
- 2.帮孩子找到他最喜欢的
- 3.我是不是比别人笨
- 4.棋品不是小事

##### 二、让孩子选择适合自己的

- 1.要学棋也要学习
- 2.天赋不等于成功
- 3.我要当冠军
- 4.不走职业道路也能玩得很好

##### 三、我的故事——幸运遇到棋

- 1.从看大人打牌开始
- 2.成为街头小棋王
- 3.从象棋到国际象棋
- 4.北京棋院的回忆

#### 第三章 胜负间培养孩子的竞争力

##### 一、当棋艺训练渐入正轨

- 1.每一次对局都要有收获
- 2.对局后的复盘很重要
- 3.打好基础有后劲儿
- 4.让常规训练变成习惯

##### 二、专注细节就会提高

- 1.怎样选对手
- 2.奖与惩让孩子更有动力
- 3.网络不是训练场

## 4.少不了的逻辑思考能力

### 三、在对弈中提升竞争力

- 1.量力而行
- 2.做好打硬仗的准备
- 3.比赛情况千变万化
- 4.世上没有后悔药

### 四、向着更高标准前进

- 1.科学分配精力和时间
- 2.安排训练的小窍门
- 3.孩子需要榜样的力量
- 4.没有最好，只有更好

### 五、我的故事——专注下棋带给我的成长

- 1.有关复盘
- 2.棋手之间的友情
- 3.学习对手之所长
- 4.不老的战神

## 第四章 冷静、理智才能专注

### 一、冷静对待考验

- 1.稳定且兴奋的状态
- 2.水平徘徊莫着急
- 3.棋，绝不会自学
- 4.只是下棋，不要有杂念

### 二、万事一局棋

- 1.学棋获益不仅在棋盘内
- 2.帮孩子做好规化
- 3.冠军只有一个
- 4.理智面对进与退

### 三、我的故事——棋对我人生的引导

- 1.我心目中的棋坛大姐大
- 2.棋理本相通
- 3.校园求学经历

## 第五章 专注的孩子更能发现和体验快乐

### 一、让孩子自己寻找快乐

- 1.享受过程的快乐
- 2.学棋的酸甜苦辣
- 3.子未必承父业
- 4.你要学会放手

### 二、教会孩子注重并体验每一个细节

- 1.指挥好棋上“部队”
- 2.条条大路通罗马
- 3.高手究竟强在哪儿
- 4.罗马不是一天建成的

### 三、我的故事——与棋相伴的体验

- 1.棋手是棋局的主人
- 2.如何面对高科技的考验
- 3.教学互相长

## 第六章 做孩子学棋的好帮手

### 一、家长也要有个好心态

- 1.做一个开明的家长

# 《专注的孩子不简单》

2.用孩子能懂的语言沟通

3.陪孩子一起完成课后练习

4.抓住孩子学棋的关键期

二、棋童家长不容忽视的问题

1.孩子眼中的好帮手

2.比赛不是度假

3.对不称职的教练说“不”

4.不受升学优惠政策影响

三、我的故事——我也是个棋童家长

1.女承母业的最初愿望

2.兴趣是学习的前提

3.无条件耐心原则

4.鼓励求知欲，保持胜负心

5.不要被称号迷住眼睛

后记 发自内心的感言

致谢

"

# 《专注的孩子不简单》

## 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)