

# مرکز آموزشی نیایش قوچان

عنوان :

آیا می خواهید فرزندان نابغه باشد

جمع آوری کننده : محمد زمانی مقدم

آدرس وبلاگ : [www.niayesh581.blog.ir](http://www.niayesh581.blog.ir)

آیا می‌خواهید فرزندتان نابغه باشد؟

بهتر است نگوئید که دوست ندارید فرزند باهوشی داشته باشید چون باور نمی‌کنیم. محققان معتقدند «هوش» علاوه بر زمینه ژنتیک، تا حدی هم اکتسابی است و در طول زندگی و به نسبت شرایط محیطی از آغاز تولد تا بزرگسالی و براساس آموزش‌های فرد در او شکل می‌گیرد، راه‌هایی را برای تقویت آن پیشنهاد می‌کنند. به نظر می‌رسد که هوش انسان، هم ارثی و هم اکتسابی است.

در واقع با اینکه هوش پدیده‌ای ژنتیک و استعدادی خدادادی است، توانایی‌های ذهنی افراد طی دوران زندگی و از دوران کودکی آنها کم‌کم شکل می‌گیرد. براساس تحقیقات علمی انجام شده، با به کار بردن روش‌ها و برنامه‌ریزی‌های خاصی در زندگی روزمره و در فضای آموزشی کودکان، می‌توان قدرت تفکر و هوش آنها را پرورش داد. شما هم می‌توانید از این ۹ روش برای باهوش‌تر کردن فرزندتان استفاده کنید.

### بازی برای هوش

شطرنج، جدول، پازل و دیگر بازی‌های فکری، همگی برای مغز کودک همچون ورزش هستند. بازی‌هایی مانند سودوکو (جدول اعداد) علاوه بر اینکه می‌توانند سرگرمی لذت‌بخشی برای کودک شما باشند، تقویت‌کننده توانایی تفکر استراتژیک، حل مشکلات و تصمیم‌گیری در وضعیت‌های پیچیده هستند.

انواع بازی‌های فکری را در خانه داشته باشید و علاوه بر این، گاهی مسائلی را به طور خیالی طرح کنید و برای حل این مشکلات و مسائل ساختگی، از کودکان‌تان کمک بخواهید. بگذارید با وضعیت‌های دشوار و موقعیت‌های پیچیده تصمیم‌گیری مواجه شده و راه‌های پیشنهادی خود را برای حل مسائل به شما بازگو کنند.

در جست‌وجوی دانش باش

محققین معتقدند که والدینی که کودکان خود را به ارائه نظرات و ایده‌های جدید تشویق کرده و کنجکاوی آنها را مورد توجه و احترام قرار می‌دهند، درس بزرگی به آنها داده‌اند؛ اینکه «جست‌وجوی دانش اهمیت زیادی دارد». از کودکان‌تان در زمینه سرگرمی‌ها و علایقشان سؤالاتی پیرسید و از کنجکاوی آنها حمایت کنید، نکات و موارد جدید مربوط به سرگرمی‌هایشان را به آنها یاد دهید و برای تشویق کنجکاوی‌هایشان، آنها را به گردش‌های آموزشی ببرید. گردش در موزه‌های تاریخی و طبیعی، رصدخانه و پارک‌های حیوانات از این جمله‌اند.

ورزش، ورزش، ورزش!

مطالعات گروهی از دانشمندان آمریکایی نشان داده ارتباط مستقیمی بین فعالیت‌های ورزشی کودکان دبستانی و موفقیت تحصیلی آنها وجود دارد. بنابر تحقیقات این گروه، شرکت کردن کودکان در فعالیت‌های ورزشی، افزایش میزان اعتماد به نفس، مهارت در کارهای گروهی و توانایی‌های مدیریتی و رهبری را به دنبال دارد. همچنین در مطالعات آنها ثابت شده بیشتر زنانی که در موقعیت کاری در نقش‌های مدیریتی و ریاست موفق بوده‌اند، در دوران کودکی و نوجوانی در فعالیت‌های گروهی و تیمی ورزشی شرکت داشته‌اند. پس به جای اینکه پس از خوردن شام، جلوی تلویزیون لم بدهید، بهتر است با کودکان توپ‌بازی کرده یا به پیاده‌روی بروید. بد نیست کودک خود را به شرکت در تیم‌های ورزشی مدرسه‌اش تشویق کنید.

الغای موسیقی، الغای هوش!

شاید شنیدن سر و صدای ناهنجار کودکان در حالی که مشغول تمرین نوازندگی و آموختن موسیقی است اصلاً لذت‌بخش نباشد اما باید بدانید که این سرگرمی لذت‌بخش کودکان، یکی از مواردی است که نیمکره راست مغز آنها را پرورش می‌دهد.

بنابر تحقیقات دانشمندان دانشگاه تورنتو، برنامه‌ریزی دوره‌های آموزش موسیقی برای کودکان منجر به افزایش ضریب هوشی و توانایی‌های علمی آینده آنها خواهد شد.

هر چه سال‌های آموزش موسیقی آنها بیشتر باشد، میزان این تاثیر و افزایش هوش در آنها بیشتر خواهد بود. مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که آموختن موسیقی در دوران کودکی باعث کسب نمره‌های بهتر در دوران دبیرستان و ضریب هوشی بالاتر در دوران بزرگسالی می‌شود؛ پس اجازه دهید موسیقی‌دان درونی کودکان خود را نشان دهد.

خیلی خوب است اگر او را برای دوره‌های عمومی یا خصوصی آموزش موسیقی ثبت‌نام کنید.

#### شیر مادر، عصاره هوش

شیر مادر اولین غذای مغز کودک است. تحقیقات انجام شده نشان می‌دهد که شیر مادر از ۲ جهت برای کودک مفید است؛ یکی اینکه از خطر احتمالی ابتلای کودک به بیماری جلوگیری می‌کند و دیگر اینکه به تنهایی یک غذای کامل برای نوزاد است. دانشمندان دانمارکی به این نتیجه رسیده‌اند که تغذیه نوزاد از سینه مادر، کودک را هم سالم‌تر و هم باهوش‌تر می‌کند.

مطالعات ایشان نشان داده کودکانی که در دوران نوزادی ۹ ماه از سینه مادرشان تغذیه شده‌اند، به نسبت آنهایی که یک ماه یا کمتر شیر مادرشان را خورده‌اند، بسیار باهوش‌ترند. پس اهمیت شیر مادر باید از ابتدا مورد توجه قرار گیرد چرا که علاوه بر تضمین سلامتی نوزاد، برای آینده او و رشد مهارت‌های ذهنی‌اش هم مفید خواهد بود.

## کامپیوتر در خدمت هوش

شاید تعجب کنید چون بازی‌های کامپیوتری شهرت بدی پیدا کرده‌اند و بسیار مورد انتقاد قرار می‌گیرند. بله، درست است که بسیاری از آنها وحشیانه، بی‌فایده و غیرفکری هستند اما ما در مورد انواعی از بازی‌های کامپیوتری صحبت می‌کنیم که مهارت‌های فکری و استراتژیک و قدرت تصمیم‌گیری و خلاقیت کودک را پرورش داده و کارگروهی را به او آموزش می‌دهند. امروزه در دنیا بعضی شرکت‌های معتبر ساخت بازی‌های کامپیوتری، در تلاش هستند تا بازی‌های آموزشی‌ای بسازند که پرورش‌دهنده حافظه و توانایی‌های ذهنی کودکان خردسال (حتی کودکان نوپا) باشند. تحقیقات اخیر نشان می‌دهد کودکانی که انواع بازی‌های کامپیوتری آموزشی را بازی می‌کنند، نسبت به آنهایی که این بازی‌ها را تجربه نکرده‌اند از قدرت درک و تجسم تصویری بیشتری برخوردارند.

جالب است بدانید معلمان بریتانیایی، امروزه در کلاس‌های درسشان از انواع بازی‌های کامپیوتری آموزشی استفاده می‌کنند.

## صبحانه یادت نره!

نتایج معتبر تحقیقات دقیقی که در دهه ۷۰ میلادی انجام شده، نشان داده است که خوردن صبحانه باعث تقویت حافظه، تمرکز و قدرت یادگیری می‌شود. کودکانی که صبحانه نمی‌خورند، معمولاً زودتر خسته شده و کم‌طاقت‌تر و زودرنج‌تر هستند. این دسته از کودکان نسبت به آنهایی که روز خود را با خوردن صبحانه شروع می‌کنند، از سرعت عمل کمتری برخوردارند. با وجود کمبود وقت و برنامه‌های روزانه شلوغ امروزی شاید، کمتر کسی فرصت پیدا کند که هر روز بنشیند و صبحانه مفصلی نوش جان کند. اما کودک خود را حتی فقط با خوردن یک لیوان شیر هم شده، صبحانه‌خورده، روانه مهد کودک یا مدرسه کنید تا تمرکز بیشتری داشته باشد.

خوب بخور تا باهوش بشی

قند، چربی‌های اشباع و دیگر خوراکی‌های بی‌فایده را از برنامه غذایی کودکان حذف کنید و به جای آن، مواد مغذی و مفیدی که به رشد ذهنی آنها کمک می‌کند، جایگزین کنید. سال‌های اولیه دوران کودکی - به‌ویژه ۲ سال اول - بسیار اهمیت دارد و لازم است تمامی مواد لازم را در رژیم غذایی کودک قرار دهید.

برای مثال رشد شبکه مغزی کودک نیاز شدیدی به میزان کافی آهن دارد چرا که در کودکان دچار کمبود آهن، جریان اعصاب کند می‌شود. همچنین تحقیقات انجام شده نشان می‌دهد که میزان مقاومت در برابر بیماری‌ها در کودکانی که تغذیه سالمی ندارند بسیار کم است. بنابراین تغذیه نادرست باعث می‌شود کودکان از مدرسه و همسالان خود عقب بمانند و دچار افت تحصیلی شوند. پس اگر می‌خواهید کودکان در مدرسه نمره بهتری بگیرد، به تغذیه او هم توجه کنید.

دوستی که هوش هدیه می‌دهد

کتاب یکی از روش‌های مفید قدیمی است که امتحان‌اش را پس داده اما بعضی مواقع در مقابل روش‌های تکنولوژیک امروزی برای تقویت هوش، دست‌کم گرفته می‌شود؛ در حالی که کتاب قابل دسترس‌ترین، کم‌هزینه‌ترین و در عین حال موفقیت‌آمیزترین روش برای آموزش و رشد ذهنی کودکان در تمامی سنین است. برای کودکان‌تان از سنین پایین‌تر کتاب خواندن را شروع کنید. آنها را برای عضویت در کتابخانه ثبت‌نام کنید و کتابخانه منزلتان را پُر از کتاب کنید