



# 哈佛

## 全脑训练课

白 岛 主 编



全国百佳出版社

江西美术出版社



# 哈佛 全脑训练课

白 岛 主 编



全国百佳出版社

江西美术出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛全脑训练课/白岛主编. —南昌: 江西美术出版社, 2014. 1

(你也可以上哈佛)

ISBN 978—7—5480—2318—0

I. ①哈… II. ①白… III. ①智力游戏—青年读物②智力游戏—少年读物 IV. ①G898.2—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 183516 号

---

出品人: 陈 政

责任编辑: 刘 滢

企 划: 北京江美长风文化传播有限公司

你也可以上哈佛

## 哈佛全脑训练课

---

主 编: 白 岛

出版发行: 江西美术出版社

地 址: 江西省南昌市子安路 66 号江美大厦

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京昌平新兴胶印厂

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 15

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978—7—5480—2318—0

定 价: 29.80 元

---

本书由江西美术出版社出版, 未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

赣版权登字—06—2013—388



## 前言

哈佛大学是美国最早的私立大学之一，是以培养研究生和从事科学研究为主的综合性大学，总部位于波士顿的剑桥城，它创立于1636年，被称为美国高等教育鼻祖，它的建校历史比美国建国历史还要长。百年名校英才辈出：哈佛大学在300多年里先后培养出8位总统、40位诺贝尔奖获得者，为商界、政界、学术界及科学界贡献了无数成功人士和时代巨子。

哈佛的教学理念是全面开发学生思维，也就是说全力开发大脑，因为具有超常思维能力的人，更容易获得成功，对于哈佛大学来说，全面开发学生的大脑，其重要性远排在教授具体知识技能之上。

长久以来，孩子的智力发展一直是大人们非常关切的话题。一般来说，智商分数或考试成绩往往代表了一个孩子的聪明程度，似乎只有“智商”才能衡量一个人的价值。但这种观念是错误的，因为每个孩子都有自己的长处。影响孩子一生的有语言能力、逻辑能力、空间能力、身体能力、人际交往能力、观察能力、创新能力……要想你的孩子以后成为成功的人，对孩子的全脑开发就迫在眉睫。

“全脑开发”是以人脑为核心的整个身心功能的全面开发。按照人脑思维的规律和思维发展的规律，在训练过程中采用相应的内容、形式、方法，训练学生的思维心理、思维形式、思维方法、思维器官，

养成良好的思维习惯和思维品质，提高思维能力，培养全脑多元智能，激发全脑潜能，发展学生的情感和个性，从而使学生加速获取知识，提高学习能力，提高创新能力和实践能力，促使学生身心俱佳地健康、协调发展，提高学生综合素质，完善人格。

全脑开发训练过程几乎总是让儿童感到愉快，对儿童来说，训练就是玩。训练中游戏的气氛不只是为了愉快，而是让儿童更愿意参与其中，让他们从训练中获得更多的收益，使儿童获得一个肯定的成长经验和心理素质的提高。

需要注意的是，儿童训练过程中，家长首先不要给孩子太大压力，否则会使孩子觉得自己是不正常的孩子。除必要的训练外，家长还要学会引导孩子融入集体中，走出孤独与乏味，要让孩子自己做力所能及的事，定期参加各类体育锻炼等活动。

总之，在脑细胞处于分裂和发育的幼儿时期，如果能针对孩子左右脑功能进行多元化的全脑训练，可以有效促进幼儿大脑智力全面发展。



## 目 录

### 第一章 记忆能力训练——唤醒沉睡的大脑

|                 |    |
|-----------------|----|
| 观察图形.....       | 3  |
| 看谁能过目不忘.....    | 3  |
| 勾画图形.....       | 4  |
| 看谁圈得多.....      | 5  |
| 回忆图片.....       | 6  |
| 快速找不同.....      | 6  |
| 大家来找茬.....      | 8  |
| 回忆图形字母.....     | 9  |
| 谁能顺利地说出来 .....  | 10 |
| 号码大比拼 .....     | 11 |
| 寻找物品 .....      | 12 |
| 你知道车停了几站吗 ..... | 12 |
| 做手势,考记忆.....    | 13 |
| 选择记忆 .....      | 13 |
| 抛弃死记硬背 .....    | 14 |
| 速记词语不怕难 .....   | 14 |

## 第二章 观察能力训练——捕捉生命的光芒

|                  |    |
|------------------|----|
| 找到打结绳子 .....     | 17 |
| 找出相同图案 .....     | 17 |
| 哪一个是钟表的延续 .....  | 18 |
| 你能围出几个正方形 .....  | 18 |
| 你看到了什么 .....     | 19 |
| 解放小木棍 .....      | 20 |
| 一笔画出来 .....      | 21 |
| 速得最大和 .....      | 21 |
| 填数字,解谜题 .....    | 22 |
| 距离相等 .....       | 22 |
| 巧切木块儿 .....      | 23 |
| 十二边形拼圆形 .....    | 24 |
| 你能算出少了多少砖吗 ..... | 24 |
| 神奇的钟表 .....      | 25 |
| 向日葵螺线 .....      | 26 |
| 对角线游戏 .....      | 27 |
| 涂在哪里呢 .....      | 28 |
| 你想成为象棋高手吗 .....  | 28 |
| 巧剪胶卷 .....       | 29 |
| 旋转的齿轮 .....      | 30 |
| 怎么按按钮 .....      | 30 |
| 滑轮系统看平衡 .....    | 31 |
| 汉堡顿球场我来走 .....   | 32 |
| 走出威尼斯 .....      | 33 |
| 最短路线走迷宫 .....    | 33 |
| 突破陷阱 .....       | 35 |
| 聪明的士兵 .....      | 36 |
| 对称的星星 .....      | 37 |
| 宇宙飞船 .....       | 37 |

### 第三章 创新能力训练——给自己插上翅膀

|                     |    |
|---------------------|----|
| 你相信 $6+5=9$ 吗 ..... | 41 |
| 峰回路转 .....          | 42 |
| 打开耶鲁锁 .....         | 43 |
| 你发现了吗 .....         | 43 |
| 圆圈数一数 .....         | 44 |
| 巧解七连环 .....         | 45 |
| 花坛多少米 .....         | 45 |
| 巧数线段 .....          | 47 |
| 纸靴巧挂 .....          | 47 |
| 名片宽度是多少 .....       | 48 |
| 巧用升斗量水 .....        | 49 |
| 读成语,列算式 .....       | 50 |
| 乐团过桥 .....          | 51 |
| 做个聪明的“小精灵” .....    | 51 |
| 硬币 .....            | 52 |
| 花样台球 .....          | 53 |
| 思维得动起来 .....        | 54 |
| 智取黑球 .....          | 54 |
| 寻找 3 盏电灯的开关 .....   | 55 |
| 砵码的妙用 .....         | 55 |
| 艰巨任务 .....          | 56 |
| 怎么吊在半空中 .....       | 57 |
| 你的花坛如何摆放 .....      | 57 |
| 砵码怎么用 .....         | 58 |
| 仆人做工 .....          | 59 |
| 下棋高手 .....          | 59 |
| 母亲节送花 .....         | 60 |
| 天降神兵 .....          | 61 |
| 燃绳问题 .....          | 62 |

## 第四章 想象能力训练——让世界充满色彩

|              |    |
|--------------|----|
| 剪纸环 .....    | 65 |
| 读图写诗 .....   | 66 |
| 削苹果 .....    | 66 |
| 旋转的宝石 .....  | 67 |
| 布置碉堡 .....   | 68 |
| 蜗牛要回家 .....  | 69 |
| 表针在一起 .....  | 70 |
| 翻转的积木 .....  | 70 |
| 切蛋糕 .....    | 71 |
| 小纸盒独立 .....  | 72 |
| 黑袜和白袜 .....  | 73 |
| 硬币转转转 .....  | 73 |
| 巧割铜钱 .....   | 74 |
| 火柴变变变 .....  | 75 |
| 判断白点在哪 ..... | 77 |
| 重新打小洞 .....  | 78 |

## 第五章 逻辑能力训练——找出世界的规律

|                |    |
|----------------|----|
| 哪一个是真的 .....   | 81 |
| 非典时期 .....     | 81 |
| 射击训练 .....     | 82 |
| 谁受了伤 .....     | 83 |
| 小球的顺序 .....    | 84 |
| 谁说的对 .....     | 84 |
| 事故原因 .....     | 85 |
| 数学家和编程专家 ..... | 86 |
| 谁是幸运者 .....    | 87 |
| 黑白球 .....      | 87 |
| A店是什么 .....    | 88 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 考上大学 .....   | 89  |
| 猜关系 .....    | 90  |
| 裙子大猜想 .....  | 90  |
| 三筐水果 .....   | 91  |
| 奇怪的规定 .....  | 91  |
| 出生率辩论 .....  | 92  |
| 交学费 .....    | 93  |
| 诚实与谎言 .....  | 94  |
| 巧解算式 .....   | 94  |
| 分粥问题 .....   | 95  |
| 谁能活下来 .....  | 96  |
| 一元钱不见了 ..... | 97  |
| 休闲旅馆 .....   | 97  |
| 推断年龄 .....   | 98  |
| 牌桌趣谈 .....   | 100 |
| 怎样最安全 .....  | 100 |
| 今天星期几 .....  | 101 |
| 最多有几人 .....  | 102 |

## 第六章 分析能力训练——获得智慧的力量

|               |     |
|---------------|-----|
| 谁是盗墓者 .....   | 105 |
| 站在哪里最安全 ..... | 105 |
| 巧过小桥 .....    | 106 |
| 飞机事件 .....    | 107 |
| 如何安排钥匙 .....  | 107 |
| 紧急情报 .....    | 108 |
| 楼里的钻石 .....   | 108 |
| 赛马比赛 .....    | 109 |
| 沙漠卖水 .....    | 109 |
| 餐桌趣事 .....    | 110 |

|             |     |
|-------------|-----|
| 强盗是什么人····· | 110 |
| 及时赶回去·····  | 111 |
| 破译密码·····   | 112 |
| 组合游玩·····   | 112 |
| 度过元旦·····   | 114 |
| 谁是凶手·····   | 115 |
| 多少个士兵·····  | 116 |
| 真真假假·····   | 116 |
| 生日是哪一天····· | 118 |
| 下山巧合·····   | 119 |
| 污染的药罐儿····· | 120 |
| 足球赛的比分····· | 121 |
| 医生与律师·····  | 122 |
| 多少个白帽子····· | 123 |
| 猜身份·····    | 124 |
| 安全过河·····   | 125 |
| 谁家养鱼·····   | 126 |
| 几条病狗·····   | 127 |
| 抓豆子·····    | 128 |
| 海盗分金币·····  | 129 |

## 第七章 逆向思维能力训练——反其道而行

|             |     |
|-------------|-----|
| 老鼠偷了什么····· | 133 |
| 不诚实的姐妹····· | 133 |
| 走出迷宫·····   | 134 |
| 做游戏辨真假····· | 135 |
| 谁偷吃了水果····· | 135 |
| 研究地图·····   | 136 |
| 寻找夜明珠·····  | 136 |
| 考试答案·····   | 137 |

|             |     |
|-------------|-----|
| 世界杯决赛·····  | 138 |
| 谁拿了零钱·····  | 138 |
| 排列乒乓球·····  | 139 |
| 预言家的预言····· | 139 |
| 如何分苹果·····  | 140 |
| 玩扑克·····    | 141 |
| 获得珠宝·····   | 142 |

## 第八章 推理判断能力训练——清楚地认识世界

|             |     |
|-------------|-----|
| 谁会参加·····   | 145 |
| 买车风波·····   | 145 |
| 司令的年龄·····  | 146 |
| 认定录音·····   | 146 |
| 相邻的颜色·····  | 147 |
| 黑色还是白色····· | 148 |
| 电话号码·····   | 148 |
| 头巾颜色·····   | 149 |
| 保险和住房·····  | 150 |
| 找熊猫·····    | 150 |
| 猜数字·····    | 151 |
| 旅游的故事·····  | 153 |
| 双胞胎兄弟·····  | 154 |
| 纸条上的数字····· | 155 |
| 聪明的犯人·····  | 157 |
| 谁是拥有者·····  | 158 |

## 第九章 演算能力训练——点燃思维的火把

|              |     |
|--------------|-----|
| 飞来飞去的蜜蜂····· | 161 |
| 月儿弯弯·····    | 161 |

|           |     |
|-----------|-----|
| 巧用沙漏计时器   | 162 |
| 宝塔木块      | 162 |
| 蟠桃的数目     | 163 |
| 团结在一起     | 164 |
| 总和是多少     | 164 |
| 路标数字      | 165 |
| 沙漠拯救      | 165 |
| 圆周比大小     | 166 |
| 号码趣猜      | 166 |
| 求职薪酬      | 167 |
| 猩猩搬香蕉     | 167 |
| 常客人数      | 168 |
| 环环紧扣      | 168 |
| 沙场秋点兵     | 170 |
| 你见过这样的算式吗 | 170 |
| 学生知多少     | 171 |
| 免费送餐      | 171 |
| 数字大猜想     | 172 |
| 平分酒       | 173 |
| NBA 趣谈    | 173 |
| 几张唱片      | 174 |
| 楼梯多少阶     | 175 |
| 检票的学问     | 175 |
| 赚钱之道      | 176 |
| 雨伞之数      | 177 |
| 买游戏机      | 177 |
| 龟兔赛跑      | 178 |

## 第十章 语言能力训练——交际高手的秘诀

|      |     |
|------|-----|
| 让路趣事 | 181 |
|------|-----|

|            |     |
|------------|-----|
| 猜字谜·····   | 181 |
| 婉言谢绝·····  | 182 |
| 机智的回答····· | 182 |
| 小丑的脸·····  | 182 |
| 说了什么·····  | 183 |
| 找位置·····   | 183 |
| 巧妙的回答····· | 184 |
| 无奸不商·····  | 184 |
| 微妙的回答····· | 185 |
| 遵守诺言·····  | 185 |
| 帽子和脑袋····· | 186 |
| 幽默的语言····· | 186 |
| 风流韵事·····  | 187 |
| 读读宝塔诗····· | 187 |
| 出色的结局····· | 187 |
| 语言高手·····  | 188 |

## 第十一章 空间能力训练——让思想立体化

|             |     |
|-------------|-----|
| 表面积是多少····· | 191 |
| 巧算面积·····   | 191 |
| 寻找路径·····   | 192 |
| 为什么没人·····  | 193 |
| 偷走宝石·····   | 193 |
| 黑白比比看·····  | 194 |
| 蓝色魔方·····   | 194 |
| 巧求容积·····   | 195 |
| 星星有多大·····  | 196 |
| 覆盖桌面·····   | 197 |
| 巧截方形·····   | 197 |
| 母鸡下蛋·····   | 198 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 七色花.....     | 199 |
| 拼拼看.....     | 200 |
| 小正方形不见了..... | 201 |
| 寻找最近路线.....  | 201 |
| 折骰子.....     | 202 |
| 超级滑轮组.....   | 203 |
| 牛皮可以这么用..... | 204 |

## 第十二章 行动能力训练——将梦想变为现实

|              |     |
|--------------|-----|
| 麦桔提瓶.....    | 207 |
| 喝汽水.....     | 207 |
| 巧测球径.....    | 208 |
| 金币怎么取出来..... | 208 |
| 剪圆圈.....     | 209 |
| 画直线.....     | 209 |
| 圆规画蛋.....    | 210 |
| 搭桥不是难事.....  | 210 |
| 结绳扣儿.....    | 211 |
| 木匠的奇思妙想..... | 211 |
| 巧组正方形.....   | 212 |
| 走出文字迷宫.....  | 213 |
| 巧走弯路.....    | 214 |
| 分开棋子.....    | 214 |
| 填数字.....     | 215 |

## 附 录

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 科普知识:右脑 .....   | 217 |
| 你用左脑,还是右脑 ..... | 218 |
| 全力开发右脑.....     | 223 |

# 第一章 记忆能力训练

## ——唤醒沉睡的大脑



记忆在整个学习过程中，是一个不可或缺的重要因素，它是学习的基础和必要条件。没有记忆就不可能有学习活动。任何一个人要想获取知识，无论是间接接受知识，还是直接积累个人经验，记忆都必不可少。而且好的记忆力是锻炼出来的，只要学习目的明确、对材料有充分理解、需要记忆的内容有兴趣，并使多种分析器官共同参与记忆活动，就能提高记忆力。

人的记忆力确实存在着强弱的差别。不过，一个人记忆力的强与弱，与后天的锻炼有密不可分的关系。记忆是大脑的一种功能，而大脑的发育和身体的其他器官一样，遵循着“用进废退”的规律。因此大脑参加学习和记忆的实践活动越多，也就越发达，记忆力也就越强。英国科学家 WG·斯莱特曾做过一个很著名的实验：他把一群 12 岁的孩子分成四组，让第一组每天用半小时背诵诗歌，第二组每天用半小时背诵散文，第三组每天用同样多的时间背诵历史和地理，第四组作为对照组什么任务也不布置。半年后，他进行了测验，结果发现第一组对有节奏的诗歌记忆力较强，第二组复述散文的能力较强，第三组对历史年代和地名记忆力较强，而第四组孩子的这三方面的能力都明显地不如前三组的孩子。这个实验证明，记忆力是完全可以锻炼的。

---