

因为运动可以促进新陈代谢、活化细胞、增强抵抗能力、减少疾病的发生。如果一个人没有健康的身体，是很难有伟大的事业，即令其有成功的一天，亦将因个人健康因素而无法享受成功的果实。所以身为现代人，特别是都市上班族群，除了要注重身体的保养外，最好能选择一种以上有益身心的活动，如慢跑、登山、健行、游泳或各种球类，并且每日至少抽空半个小时以上去运动一下，来强健个人身体，作为发展事业的基础。

国人或许已从媒体报导知道，李总统登辉先生及大企业家王永庆先生，他们二位都已养成打球或慢跑的运动习惯，因此他们的身体格外的健康，所以他们二位都有充足的体力与饱满的精神来日理万机，这正可说明运动对个人身体健康的重要性。

珠算心算可谓中国的国粹、不仅我们中国人学习并研究它；即使亚洲各国如韩国、日本也都将视为一项才艺技能而积极推广。虽说今日科学不断精进，但珠算心算这一门知识与技术始终未被忽视，反而因它能训练学生的反应能力及助于数学的学习等，而能与现代其他课业并行而不悖，这也说明何以珠算心算能历久不衰，而且有日渐受到重视的主要原因。

现代社会的父母，基于望子成龙，望女成凤的心态，无不希望子女及早接受教育，特别是才艺技能方面，而珠算心算常是他们最先考虑的项目之一。由于这种原故，笔者认为珠算心算教学市场是相当具有潜力的。此外，随着各项科学及技术的不断创新，以及人类对知识追根究底的精神，珠算心算之教学方式亦如其他学科一样，正不断在更新与进步。

以珠算为例，从最早上珠二个下珠五个，演变至上珠一个下珠五个，再演变到现代所用的算盘上珠一个下珠四个。心算方面，也由单手心算进步到双手心算，可预见的，这二者日后仍将继续发展与进步下去，所以珠算心算未来的成就将是无可限量的。

值是之故，有志于从事这一行业之工作者，应该尽速掌握时机，积极吸收新知，充实自己的学养与专业知识，潜心钻研新颖的教材及教学方法，及早立定远大目标，随时加强自己对事务的管理能力，尽早规划自己的珠算心算事业生涯，那么成功之日必定指日可待。

学好珠算心算的基本认识

戴江庆

对于一个珠算心算学习者而言，好的师资及良好的学习环境可以说是学好珠算心算的基本条件。因为好的老师不但可以传授正确的知识与技能，更可以经由因材施教的方式与有教无类的精神，培养出优秀的学生。另一方面，良好的学习环境也是重要的，如果能提供学习者一个清静、安宁、整洁的空间，使其能够集中意志，专心学习，必然可以提高他的兴趣与学习效果。因此如何为子女寻找一位好的珠算心算老师，并为其营造一个适当的学习环境，应为父母的基本责任。

然而，多数家长以为，只要为子女寻找一位好的老师，以及提供一个良好的学习场所，就可以让自己的子女学好珠算心算，这似乎不是很正确的观念，因为这两者充其量祇不过是学好珠算心算的一种助力而已，如果没有其他条件予以配合，是无法收到良好的学习效果。