

提高智力的方法



- 提高智力的方法 115种
- 智力测试题 117个
- 智力训练题 400道

关鸿羽 著

兵器工业出版社

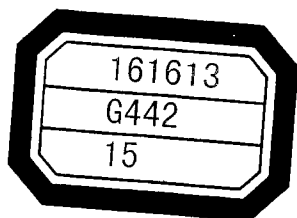
提高智力的方法



- 提高智力的方法 115页
- 智力测试题 107页
- 智力训练题 100页

智力测试题

智力测试题



提高智力的方法

关鸿羽 著

兵器工业出版社

图书三版编目(CIP)数据

提高智力的方法/关鸿羽著. —北京:兵器工业出版社,2000.6
ISBN 7-80132-794-2

I. 提… II. 关… III. 智力开发 IV. G421

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 26513 号

出版发行:兵器工业出版社

责任编辑:任 燕

责任技编:郑春雷

社 址:100089 北京市海淀区车道沟 10 号

经 销:各地新华书店

印 刷:河北省香河印刷有限责任公司

版 次:2000 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印 数:1—2000

封面设计:赵卫庆

责任校对:任 燕

责任印制:王京华

开 本:850×1168 1/32

印 张:12.875

字 数:300 千字

定 价:20.00 元

(版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换)

内 容 简 介

本书是由著名的教育专家关鸿羽同志经过 30 多年的潜心研究而写成的,其中有提高智力的方法 115 种。主要包括:提高观察力的方法;提高记忆力的方法;提高思维力的方法;提高想象力的方法;提高注意力的方法及提高创造力的方法等。同时还向读者提供了 117 个智力测试题、38 种思维方式及 400 道思维训练题。这些方法非常具体,操作性极强。是家长提高孩子智力的金钥匙,也是教师提高学生智力的指导用书。

作者简介

关鸿羽同志是著名教育专家,已被列入《世界名人传》,现任北京教育学院教育管理教研室主任,兼任北京普教研究所副所长。

作为著名教育专家被北京电台聘为顾问,并开设专题节目《关教授教育漫谈》;中央人民广播电台先后为其开设两个专题节目《关老师家教信箱》、《关老师谈家教》;中央电视台、北京电视台、中国教育电视台也多次邀请关老师演播教育节目,他的节目深受全国各地观众欢迎。

由于学术上的成就,被邀请在全国十几个省做上千场报告,直接听众达 100 万人次以上。在第四次世界妇女大会、21 世纪道德教育国际研讨会、中美教育国际研讨会等大型国际会议上的演讲,受到各国代表好评。

关鸿羽同志多年潜心学术研究,已出版著作 32 本。其中个人专著 17 本,主编著作 15 本。如:

《养成教育》

《学习指导与智力发展》

《智力因素与非智力因素》

《中学生心理咨询》

《教学理论与实践》

《辅导孩子学习的诀窍》

《小学生行为习惯教育问答》

《家庭教育学》

《教育方法论》

《道德素质教育》

《心理素质教育》等。

近年来他在报刊发表文章几百篇,十几篇论文获省市级以上优秀论文奖。总计发表文章 400 余万字。

关鸿羽同志研究成果显著,被许多学术团体吸收为会员,如:

北京市初中管理研究会副理事长

北京市教育管理学会秘书长

中国记忆科学研究会副秘书长

北京市小学德育研究会常务理事

中国家庭教育学会理事

北京市家庭教育研究会常务理事

北京市学习科学研究会理事

北京市教育学会研究会理事等。

由于工作上的突出成绩,关鸿羽同志被评为北京市劳动模范,作为教育界先进人物代表在中南海受到党和国家领导人的接见。新华社专稿在《人民日报》上介绍过他的事迹,《人民教育》、《中国青年报》等报刊也报道过他的事迹。

根据《世界名人传》

《中国当代教育名人传》

目 录

绪论 知识与智力·····	1
一、知识是智力发展的基础和条件·····	1
二、智力是学习和运用知识的武器·····	2
三、知识 $\neq$ 智力·····	3
四、发展智力比掌握知识更重要·····	5
第一章 提高观察力的方法·····	8
一、关于观察力的基本理论·····	8
二、观察力的测试·····	12
三、提高观察力的方法·····	14
1. 兴趣法·····	14
2. 说服教育法·····	16
3. 技巧法·····	17
4. 开阔视野法·····	21
5. 复述见闻法·····	22
6. 观察日记法·····	23
7. 活动法·····	24
8. 习惯法·····	25
第二章 提高记忆力的方法·····	26
一、关于记忆力的基本理论·····	26
二、如何测试记忆力·····	32
三、提高记忆力的方法·····	48
1. 情绪与情感记忆法·····	48
2. “过电影”记忆法·····	49

3. 录音记忆法	52
4. 尝试回忆记忆法	55
5. 首次印象记忆法	58
6. 头尾记忆法	60
7. 适当过量记忆法	63
8. 改错记忆法	65
9. 逐步淘汰记忆法	67
10. 复述记忆法	69
11. 争论记忆法	71
12. 联系记忆法	74
13. 联想记忆法	79
14. 比较记忆法	84
15. 特征记忆法	86
16. 网络记忆法	90
17. 凝神记忆法	94
18. 及时记忆法	97
19. 重点记忆法	99
20. 分散记忆法	103
21. 交替记忆法	105
22. 整分合记忆法	108
23. 清仓记忆法	109
24. 目标记忆法	111
25. 多感官协同记忆法	113
26. 清晨记忆法	117
27. 睡前记忆法	118
28. 口诀记忆法	119
29. 谐音记忆法	124

30. 渐进记忆法	127
31. 理解记忆法	129
32. 链速记忆法	132
33. 边角余料记忆法	136
34. 兴趣记忆法	138
35. 形象直观记忆法	141
36. 实践记忆法	143
第三章 提高思维力的方法	146
一、关于思维力的基本理论	146
二、提高思维力的方法	155
1. 游戏法	155
2. 棋艺法	156
3. 激疑法	157
4. 为师法	159
5. 纠错法	160
6. 工具法	162
7. 拆玩具法	163
8. 为难法	164
9. 保护好奇法	166
10. 反问法	169
11. 论理法	170
12. 制作法	171
13. 闲逛法	172
14. 幽默法	173
15. 活动法	174
16. 争论法	175
17. 感知法	176

18. 语言法	178
19. 分析法	180
20. 比较法	181
21. 抽象概括法	182
22. 理解法	183
第四章 提高想象力的方法	184
一、关于想象的基本理论	184
二、想象力的测试	191
三、提高想象力的方法	197
1. 胡思乱想法	197
2. 编故事法	199
3. 迁移法	200
4. 游戏法	201
5. 美术法	202
6. 音乐法	203
7. 丰富表象法	204
8. 知识法	205
9. 观察法	206
10. 实践法	207
第五章 提高注意力的方法	208
一、关于注意力的基本理论	208
二、注意力的测试	213
三、提高注意力的方法	217
1. 明确任务法	217
2. 提高责任法	218
3. 兴趣法	220
4. 自我调节法	221

5. 适当速度法	222
6. 难度适当法	223
7. 减少干扰法	224
8. 交替学习法	226
9. 纪律法	227
10. 劳逸结合法	228
11. 故事法	229
12. 竞赛法	230
13. 游戏法	231
第六章 提高创造力的方法	232
一、关于创造力的基本理论	232
二、创造力的测试	242
三、提高创造力的方法	248
1. “不听话度”法	248
2. “爱的效应”法	252
3. 民主法	258
4. 标新立异法	261
5. 挑战法	263
6. 发散法	265
7. 故事法	267
8. 探讨法	269
9. 活动法	271
10. 兴趣法	272
11. 榜样法	273
12. 变废为宝法	274
13. 综合创造法	275
14. 逆向突破法	276

15. 组合法	277
16. 中山正和法	279
17. 缺点巧用法	280
18. 类比法	281
19. 聚焦法	282
20. 检核表法	283
21. 特性列举法	284
22. 头脑风暴法	285
23. 缺点列举法	287
24. 希望列举法	289
25. 威廉氏法	290
26. 怀邦法	293
第七章 智力训练题	297
一、智力训练 400 题	297
二、智力训练题参考答案	332
第八章 如何测试智力水平	357
一、什么是智商	357
二、智商级别是怎样划分的	360
三、如何测智商	361
四、正确对待智力测试的结果	394
第九章 智力发展的关键期	396
一、关于关键期的基本理论	396
二、如何指导孩子把握关键期	398

绪论 知识与智力

一、知识是智力发展的基础和条件

知识是人类认识和经验的总结,它包含感性知识和理性知识。知识是孩子成长不可缺少的精神食粮,是我们对孩子进行智慧教育的主要内容。没有知识就谈不上教育,孩子所学的课本,教师所讲的课都是知识。人没有知识就无法进行正常活动,没有知识的人是愚蠢的人,要发展孩子的智力必须让他们掌握丰富的知识,乌申斯基说过:“智慧不是别的,而是一种组织得很好的知识体系。”聪明的人往往是博学的人,愚昧的人往往是无知的人,不好好学习基本的知识要让孩子成为一个聪明的人是不可能的,家长培养孩子智力的前提是学好知识,学好课内知识和课外知识。

现在社会上宣传得较多的是如何发展智力,给家长一个错觉,似乎只要孩子聪明就行了,知识多少无关紧要,因而对孩子的学习抓得不紧,其实这是错误的。知识的掌握与智力的发展是有密切联系的,虽然不能说知识多智力发展一定快,但知识少却会有碍智力的发展。知识是智力发展的载体,知识的掌握为智力的发展创造了条件。没有知识,就说不上智力的发展,离开知识谈智力的发展是舍本求末,知识是智力发展的基础。人的知识与智力是相辅相承的,它们会互相促进,随着知识的增长,智力得到发展,智力越发展,掌握知识越快,没有知识,智力将成为无本之木,无源之水。

要让孩子聪明,要想让孩子早日成材,就要让孩子把知识学得扎实,成为博学多闻的人。有人对美国科研机构中的 1311 位科学家进行为期 5 年的调查研究,发现成绩卓越的人大都是博学的人,这是因为系统的科学知识丰富了他们的头脑,便于他们创造时联想,广博的知识使他们在创造的领域里自由遨游。知识越多越易于触类旁通,举一反三,越易于激发创造力。所以我们发展孩子智力的前提是让孩子掌握丰富的、系统的、科学的知识。

我们要让孩子在掌握知识的同时发展智力。在观察事物的过程中发展观察力;在记忆知识的过程中发展记忆力;在理解知识的过程中发展思维力;在运用知识的过程中发展创造力。列宁说:“我们不要死记硬背,但是,我们需要用基本事实的知识来发展和增进每个学习者的思考力。”这就是说,思考力来源于基础知识。要发展孩子的智力,必须抓紧基础知识的学习和基本技能的训练。

二、智力是学习和运用知识的武器

有些孩子学习不错,小学时经常考双百,可是一上中学就不行了,尤其是到高中分化得更明显,一些“死用功”的孩子成绩并未提高,而一些“小淘气”成绩却突飞猛进。这个事实告诉我们死记硬背知识并不见得能发展智力,要发展智力光有知识是不够的。

智力是人们在认识世界和改造世界的活动中所表现出来的认识能力,它不是知识本身。而是对头脑中已有的知识系统的加工、整理过程,即在分析、综合、抽象、比较、概括等过程中表现

出的一种心理特征,是人们学习知识和运用知识的一种能力。

我们生活中经常发现,同样学习知识,有的孩子掌握知识迅速,有的迟缓;在理解知识时有的深刻,有的肤浅;处理一个问题时,有的灵活,有的呆板,这就是说他们的智力有差别。所以说智力是学习知识的武器,是运用知识的能力。只有发展了智力,孩子学知识才能学得更快、更深、更活。

智力主要包括观察力、记忆力、思维力、想象力和注意力等,其中思维力是智力的核心,是衡量一个人智力高低的主要标志,它主要表现在思维的广度、深度、速度和灵活性、针对性、条理性等方面。

家长在辅导孩子学习时,既要让孩子掌握基础知识,更要注意在掌握知识的过程中去发展孩子的智力,使孩子成为智慧过人的智者。

三、知识 $\neq$ 智力

有些家长以为让孩子多背知识就会提高智力,于是逼着孩子像小和尚念经一样整天背呀写的,其实这样做并不见得会提高孩子的智力,有时甚至会起反作用。有的家长不顾孩子生理、心理特点,凭主观愿望找来一些零乱的、繁琐的,甚至是虚伪的知识硬灌给孩子,结果损坏了孩子神经系统的正常功能。这是因为加大作业量、“题海战术”、“考试枷锁”使孩子大脑负担过重,扰乱了孩子大脑的正常运转。现代心理学研究表明:信息输入大脑后并不是马上储存,必须有一个在人脑中程序编码的过程,如果信息量过大过猛,旧的信息在大脑中还未固定下来,新的信息又来了,就会产生干扰,形成倒摄抑制。所以对于智力的

发展来说,知识过量过猛不如知识少而精。

要弄清知识在智力发展中的作用,我们必须弄清知识与智力关系,知识是智力发展的基础,但知识又不等于智力。它们的区别如下:

①知识是静态的,智力是动态的。

②知识是经验的总结,智力是大脑的属性。

③知识的掌握是由少到多,由简单到复杂,随着年龄的增长而增长。智力是与人的神经系统相联的,它随人的年龄的提高而增长,可达到顶点后又会随着人的衰老而降低。

知识的多寡并不完全反映出智力的水平。有的人学了不少知识,但只会背现成的结论,不善于提出问题和解决问题,成了“两脚书橱”,而有的人虽然知识不多却能灵活运用。这种知识与智力不成正比的现象说明了知识不等于智力。这种现象在现实生活中是常有的事。大家都知道曹冲称象的故事,曹冲当时并不懂得阿基米德定律(浮力大小等于物体所排开液体的重量)但他却能运用自己掌握的知识(船体载重越多,吃水越深),间接地解决了称象的难题。曹冲年龄很小,知识不多,可他却灵活地解决了这个难题。在旁的大臣,很多人熟读经书,知识可谓渊博,却解决不了这个难题。德国数学家高斯小时候只运用加法和乘法迅速地计算出了 $1 + 2 + 3 + 4 + \cdots + 96 + 97 + 98 + 99 + 100$ 的结果。这些事例都说明知识与智力不见得完全同步发展,只要科学地开发智力,智力的发展可以超前于知识的积累。如果学习知识时不注意智力的发展也会使智力的发展落后于知识的积累。不少孩子把公式、法则背得滚瓜烂熟却解答不出难题,背了不少词语、修辞手法却写不出好文章,这也充分说明知识本身并不等于智力,知识只为智力的发展提供了条件,如何发展智力还有其自身的规律。孔夫子几千年前就说过:“学而不思