

新课程新方法新成果丛书

XIN KE CHENG XIN
FANG FA XIN CHENG GUO
CONG SHU

小学生学习指导

陈瑜◎著



中国文史出版社

小学生学习指导

陈 瑜 著

中国文史出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学生学习指导 / 陈瑜 著. —北京: 中国文史出版社,
2005. 1

(新课程·新方法·新成果教育科研丛书/王晨主编)

ISBN 7 - 5034 - 1596 - 7

I. 小… II. 陈… III. 小学生 — 学习方法

IV. G622. 46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 129995 号

责任编辑:李春华

封面设计:陆 冰

出版发行:中国文史出版社

社 址:北京市太平桥大街 23 号 100811

印 刷:江苏省海门市海门镇印刷厂

经 销:新华书店北京发行所

开 本:850 × 1168 1 / 32

印 张:8.5 字数:210 千字

印 数:1500 册

版 次:2005 年 1 月北京第 1 版

印 次:2005 年 1 月第 1 次印刷

总 定 价:180.00 元

文史版图书如有印、装错误,工厂负责退换。



迎接学习的黄金时代

——写给小学中高年级的少年朋友们(代序)

风华正茂的少年朋友们，当你们打开这本书的时候，你是否意识到金色的童年已渐渐地离你而去？是否意识到自己已少了几分幼稚，多了几分成熟？你也许开始为一些社会的、人生的问题所困惑，你可能因发现自己自理能力的迅速提高而感到惊奇。如果是这样，那我们要祝贺你迈入了人生精力充沛、智慧勃发的少年期。

人们常说，少年时代是个多梦时节。它色彩斑斓，光耀夺目；它充满了幻想、希望和力量。它令老年人叹美，令中青年留恋，也令少年们珍惜。

在这个时期，你的学习潜力将不断增长，记忆力、理解力正在发展，思维能力正在提高，独立工作能力和评价能力正在加强，兴趣爱好范围日益扩大。这正是众所认同的学习的黄金时代。



在这个时期,你好奇。进入小学中高年级后,学习科目增多,知识面宽了,各种活动多了,接触社会的面也广了。因此,你会对许多东西感到新奇、有趣,你会在无数个“为什么”、“怎么办”面前,感到要深究一番,弄个明白。这种好奇心和求知欲会让你对周围的许多事物都感到兴趣,将激励你像海绵吸水一样去吸收多种知识,去接触社会和自然。著名科学家爱因斯坦曾说过:“兴趣是最好的老师。”这是学习的最佳动力。所以你要珍惜这种好奇心,自觉地把握它,充分地利用它,前进不息。

在这个时期,你好动。你往往不再满足于一般的游戏,而是要显示自己的技能。男同学好摆弄摆弄锯子、榔头之类的工具,修理些物件,俨然是小小男子汉。女同学则想动动锅铲,拿拿针线,以能承担更多家庭事务而自豪。当然,也许因为你身上各种器官和系统迅速发育而暂时失去平衡,所以你会动作过多,不够协调,甚至显得拙手笨脚,不太灵活。但是,千万注意,不要因此而气馁,因为这个时期正是掌握各种复杂动作技巧的最佳年龄。不是吗?演奏器乐的娴熟技艺,专项体育的复杂动作,优美绝伦的舞蹈技巧,以及各种各样的劳动技能,差不多全是在少年时期练就的。而不少人由于在少年时期没有注意锻炼,因而终身显得比较笨拙。这是我们应该记取



的教训。

在这个时期,你好思。由于初步接触了比较系统的科学知识,所以你开始思考并逐步了解自然界和社会中一些比较复杂的现象以及它们之间的联系。你往往不满足于老师或课本对这些现象的现成解释。你喜欢争辩,喜欢追问,喜欢发表自己独立的见解。你开始用探究的眼光来看待周围的事物,并且自觉地调节、支配、检查和论证自己的思维过程。你的思维独立性和批判性由此逐渐趋于成熟。

在这个时期,你好胜。你总不甘落后,要想超过别人,更不愿让别人把你看作孩子。随着“成人感”的日趋强烈,在你身上严肃的责任感和自觉性也同样日趋增强。这是在少年时期所特有的心理状态。在这一时期里,你往往要求自己能掌握让人羡慕的丰富知识,能获得令人咋舌的显赫成绩,能施展为人称道的熟练技能。这种意愿与欲望,便是你努力学习,不断克服困难,不断向更高台阶攀登的内驱力。

好奇、好动、好思、好胜,为同学们奋发学习准备了有利的心理条件。“恰同学少年,风华正茂”。只有在少年时期打好思想、体质、知识和能力的基础,你才能去承担更繁重的学习任务,去完成社会交付于你的工作,去迎



接新生活的挑战。

“少年辛苦终身事”，“劝君惜取少年时”。同学们，韶光易逝，青春难驻。愿你们抓住学习的大好时光，刻苦学习，顽强拼搏，成为一个品学兼优，全面发展的优秀学生。

让你的青春闪光吧！



目 录

迎接学习的黄金时代

——写给小学中高年级的少年朋友们(代序)

..... (1)

基础篇

勤奋是成功之路 (2)

要循序渐进 (4)

要有毅力 (6)

说干就干 (9)

学会自制 (11)

走出自卑 (14)

打开智慧之窗 (16)



克服马虎的毛病	(19)
胜利,属于最坚韧的人	(22)

常规篇

怎样树立学习动机	(26)
怎样激发学习兴趣	(29)
怎样培养学习习惯	(31)
怎样确定学习目标	(34)
怎样制定学习计划	(37)
怎样安排学习时间	(43)
怎样选择学习方法	(47)
怎样布置学习环境	(50)
怎样提高学习效率	(54)
怎样消除学习疲劳	(58)

上课篇

怎样预习	(62)
怎样听课	(68)
怎样朗读	(74)



怎样复述	(76)
怎样笔记	(78)
怎样答问	(81)
怎样讨论	(83)
怎样辩论	(86)
怎样作业	(88)

学科篇

怎样学好小学语文	(96)
怎样学好小学作文	(100)
怎样学好小学数学	(103)
怎样学好小学英语	(105)
怎样学好小学音乐	(110)
怎样学好小学体育	(113)
怎样学好小学美术	(115)

复习篇

复习的主要类型	(118)
复习的基本原则	(120)



切实订好复习计划	(122)
搞好平时的复习	(125)
加强复习的针对性	(127)
善于在复习中总结规律	(129)
正确使用复习资料	(133)

应试篇

目
录

未雨绸缪 防微杜渐	(136)
注意用脑卫生 提高迎考效率	(138)
张弛有致 劳逸结合	(140)
现场应试要注意些什么	(142)
以从容的心态迎考	(144)
临场“五要”	(146)
应试“八忌”	(150)
克服“考试焦虑症”	(153)
及时做好试卷分析和考试总结	(155)
尽快从失败的阴影中走出来	(158)

**智能篇**

怎样培养注意力	(162)
怎样培养观察力	(168)
怎样培养思维力	(177)
怎样培养想象力	(185)
怎样培养记忆力	(191)
怎样培养迁移力	(199)
怎样培养自学力	(201)
怎样培养创造力	(208)

自测篇

测一测你的学习方法	(228)
测一测你的“定心”程度	(232)
测一测你的预习情况	(234)
测一测你的听课方法	(235)
测一测你的复习情况	(236)
测一测你的阅读速度	(237)
测一测你的观察能力	(238)
测一测你的记忆能力	(241)



测一测你的思维能力	(243)
测一测你的想象能力	(247)
测一测你的注意能力	(249)
测一测你的意志品质	(251)
测一测你的气质类型	(254)
测一测你的性格类型	(258)

基础篇



勤奋是成功之路

基
础
篇

1903年10月,在美国纽约召开了一次学术报告会。会上,著名数学家柯尔奉上了一份特殊的学术论文。当大会轮到柯尔宣读论文时,他走到讲台前,一句话也没有讲,只是在黑板上清楚地写下了这样一个等式: $(2^6)^7-1=193\times 707\times 721\times 761\times 838\times 257\times 287$ 写完,柯尔便回到了座位上。起初会场内的人们非常惊异,但当大家耐心地把这个等式演算了一遍以后,顿时恍然大悟,全场立刻爆发起热烈的掌声。原来,按照柯尔上面这个等式, $(2^6)^7-1$ 是质数,而在这以前两百年间,人们一直认为它是合数。柯尔的这份无声的学术报告,纠正了一个流行在数学界中两百年的错误。会后,有人向柯尔询问,为了论证这个论题,你花费了多少时间,柯尔回答:“三年里的全部星期天”。

柯尔的这份学术报告是多么的简短啊,而就是在这“简短”的背后,凝聚着数学家多少艰辛的汗水!

我们不必细细地去推算三年里一共有多少个星期天,我们从柯尔的回答中已可以捕捉到这样一个道理:在令人炫目的成绩背后,是成功者不懈的努力和顽强拼搏的精神。

我们不必为自己缺少机遇和没有天资而苦恼,其实前人成功的经验早就告诉我们:“书山有路勤为径,学海无涯苦作舟”。大凡有成就的人物,无论他天资如何,都是靠辛勤的汗水,才浇



开了成功的花朵。德国有个叫卡尔·威特的哲学家,生下来时显得比较痴呆,他的父亲曾抱怨:“天那,我犯了什么罪,上帝给了我这么个痴呆儿子。”邻居们也认为小威特天生是个傻子。可是,就是这样一个天资不高的孩子,在父亲的辛勤培育下,加倍努力,八九岁时就已经熟练地掌握了德语以及法语、意大利语等六种外国语言。1814年4月,不满14岁的小威特竟然当上了哲学博士。

“(2⁶)⁷-1”的故事和卡尔·威特的事例都告诉我们:勤奋是通往学业成功的重要通途。有了勤奋,天资不太高的人一样可以登上科学的巅峰;没有勤奋,有天资的人也不会到达胜利的终点!当然,在通往成功的路途中,机遇也是一个很重要的因素。但是,我们可以冷静地想一想,如果一个人,在获得竞争的机遇之前,没有具备获得成功的基本素质和本领,一旦有了机遇,他又拿什么去竞争,拿什么去显示自己的才华,又靠什么摘取胜利的桂冠呢?这样的人,即使有了施展才能的机遇,也会白白丢掉。因此,我们说,在治学的途中,天资、机遇固然重要,但最重要的是勤奋。柯尔的“三年里的全部星期天”的努力,和小哲学家威特成功的例子,就是最好的回答。



要循序渐进

不少同学学习积极性很高,求知欲旺盛,总希望能在短时间内多读一些书,多掌握一些知识和技能,因此,学习时常贪多求快。可是由于只顾速度,不求甚解,实际上并没有学到真正的知识和本领,结果是事倍功半。著名数学家华罗庚教授生前曾以亲身治学经验,告诫我们:学习中切忌盲目求快,否则所得到的将是“夹生饭”,最后还得重新回炉。这就是常说的“欲速则不达”。

我们知道,做什么事都要循序渐进。学习更是这样。如果抓到什么读什么,漫无目标、囫圇吞枣地读书,结果必然是消化不良,无法吸收。任何一门学科都有其自身固有的严密系统,学习每门学科,都得先从其基础部分学起,由浅入深,由简到繁,由易到难,由少到多,才能学深、学透。知识间不仅有纵向联系,还有横向联系。即使是同一内容,在不同的学习阶段,其要求也是各不相同的。例如,在小学、初中和高中都有世界历史课,但它决不是简单的重复,而是一个逐步提高和加深的过程。在小学里讲世界史,只能以故事形式讲授一些最简单的情况,使小学生掌握世界历史的一些常识。到了中学,不仅增加了内容,要使学生了解世界史的梗概,而且还要求学生理解和认识历史发展的必然性和规律性。又如小学语文老师要求学生学会写记叙文,到了初中作文课虽然仍以学写记叙文为重点,但要求却大大提高了:写