



全国教育科学“十五”规划研究课题

全脑教育研究与实验

日新 著

四点三程

▶▶ 培养出会学习的孩子 ◀◀

- ◆ 教育专家执笔
- ◆ 以新课标思想为指导
- ◆ 实现高能前提下的高分

江苏人民教育出版社

全国教育科学“十五”规划研究课题

四点三程

培养出会学习的孩子

日新 著

世界知识出版社

图书在版编目(CIP)数据

培养出会学习的孩子/日新著. —北京:世界知识出版社,2004.9

(四点三程丛书)

ISBN 7-5012-2375-0

I. 培... II. 日... III. ①家庭教育②学习方法—辅导(教学) IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第 090633 号

书 名 / 四点三程 培养出会学习的孩子

责任编辑 / 张光勤

装帧设计 / 夏东明 陈 伟

责任出版 / 林 琦

出版发行 / 世界知识出版社

地址邮编 / 北京市东城区干面胡同 51 号(100010)

经 销 / 新华书店

印 刷 / 北京蓝迪彩色印务有限公司

字 数 / 115 千字

规 格 / 787×960 1/16

印 张 / 12 印张

版 次 / 2004 年 10 月第 1 版 2004 年 10 月第 1 次印刷

印 数 / 1-10000 册

定 价 / 19.80 元

版权所有 翻印必究



前言



作为编辑,当我在审读此书稿的过程中常有这样一些冲动:倘若小时候父母能以书中所介绍的办法来激励我、引导我、帮助我,那么我很可能比现在更自信、更坚强、更灵活;倘若上学时有“四点三程主动学习法”来指导我的学习,那么我很可能考入更好的学校,找到更好的工作,生活变得更加亮丽多姿;我甚至梦想能够以此为契机重回考场再“搏杀”一次。

梦想虽不能实现,但已为人父的我希望能让书中承载的方法和理念在更广的范围里传播开来,为更多和我一样的家长排忧解难,让和我一样的家长在孩子身上实现自己的梦想。

主动是一条路,这路不仅是学习之路、工作之路,更是人生之路、探索之路,因为只有主动才能在瞬息万变的现代社会中抓住机遇、创造机遇和利用机遇。主动已经是现代人必须遵守的生存法则。孩子是家庭、社会乃至国家和民族的希望,培养他们的主动精神就是在源头上增强前进的动力,为他们的人生大棋局布下一着“当头炮”。“主动”的动力来源于兴趣和爱好,所以培养孩子的兴趣是培养他们主动性的“第一着力点”。孩子天生就是好奇的,所以他们的兴趣极为广泛,但大都不能持久。这就要有所选择,选择那些有益于他们学习和人生发展的兴趣点来培养,把它挖成井,使这眼兴趣之井为孩子的学习注入永远活活泼泼的清泉。

学习之路艰辛而漫长,没有勇往无前的闯劲和坚忍不拔的韧劲儿,兴趣再强烈也会中途而返,到后来“井”挖了不少,但眼无水,于人生建



树并无益处。所以家长有时要硬下心来,让孩子做一些没有乐趣却有长远意义的事情。我就曾经带着女儿在雨天里走过一段泥泞的山路。她当时哭闹不休,甚至躺在泥里撒泼打滚。但走完这段山路后,女儿的眼里时常闪现出其他孩子所没有的坚毅的目光。

学习成绩并不代表学习能力,它只能证明过去,为未来的学习方向指明主攻方向。这是这本书中对我最具震撼的一句话。曾记何时,我把成绩当成了女儿学习好坏的“标杆”,女儿戏称“爸爸的眼里只有分。”现在看来,成绩能告诉我的只是女儿做得方法不对,或者学习了遇到困难。我没有帮助她反而冷言冷语地教训她,这真是“分”令智昏了。正确评价他,给予他们及时的帮助和鼓励才是我应该做呀!

关于学习方法的书我看过很多,但都是针对孩子的。这本书别出心裁地给家长出了一本这样的书不可不谓神来之笔。孩子是懵懂,开始时只能靠家长来教。可是现在的大部分家长都没有这样的知识,此书正好切合了这种需求。自己有一桶水才能给别人一杯水。家长们,在孩子们反驳说“你什么都不懂还来说我”时可曾反思过这个道理?

“四点三程主动学习法”是一套很“实”的方法,它真正抓住了知识学习的关键环节和过程。巧读,改善知识输入方式;妙思,提高知识加工质量;活用,优化知识输出结构;创新,提升知识存储层次;从发现问题到解决问题,以问题为线索探寻知识的深层问题;从学习者到研究者,研究知识点的来龙去脉以及在整体知识框架中的位置;从表面现象到内部规律,由纷繁复杂的知识表层现象中走出,把知识以规律、技巧和法则的形式存储于头脑中,达到知识运用中“无招胜有招”过高层境界。

关于具体操作办法,这里我不宜越俎代庖,读者们细细研读可以获得远多于我的体会。

我说了这么多绝不是“老王卖瓜,自卖自夸”,只是真诚希望能有更多的家长也能够接受本书所讲述的理论,培养出更多爱学习和会学习的孩子。

编者

2004年9月



目 录

序 / 1

开篇的话 / 1

主动学习法是为了解决两个问题：一是如何由不爱学到爱，是学习态度问题；二是如何由不会学到会学，是学习方法问题。这两个问题原来大多是分开谈的，最近两年越来越多的一线教师逐渐意识到，将学习态度和态度分开谈是不符合实际情况的。一位一线教师说，只有将成功学和教育结合起来才能取得良好的效果。如果说主动学习的态度可以使孩子“跟上队伍”，那么主动学习所提倡的创新精神将使孩子成为“排头兵”。

孩子在主动学习吗 / 3

孩子在主动学习吗？通过观察孩子的生活，您可能从大体上对此会有个了解——孩子很“用功”，一放学回来就钻到房间里读书，或者坐在那里“认认真真”地做功课，但成绩却总是徘徊不前。想准确地知道孩子是否在“主动学习”还是得有一套科学的测试办法。根据自己对孩子的了解做这里提供的测试题，或者让孩子自己填写。把结果与评估标准对比一下，就可以知道孩子学习上的问题究竟出在那里了。



1. 测测孩子的学习方法 /3
2. 测测孩子的学习习惯 /4
3. 测测孩子的学习欲望 /7

第一章 我的孩子厌学、笨学怎么办 /9

作为一名教育工作者,我深知孩子“厌学”和“笨学”绝对不能把责任一股脑地全推给懵懵懂懂的孩子。我国现行教育体制的不完善以及家庭教育手段的死板和单一也是原因之一。要解决这个问题,家长们除了在幼儿、小学、中学阶段积极培养爱学习孩子的品质,还要教给他们一套行之有效的学习方法以树立战胜困难的信心。

1. 亮晶晶的眼睛变呆滞了 /11
2. 怎么就是学不会 /13
3. 求知欲的“逃亡” /15
4. 拯救“主动学习” /17

第二章 “主动”是一条路 /25

“主动”是一条路,这路不仅是学习之路,还是人生之路。时代的呼唤、环境的驱使,主动学习和主动工作已经是现代人必须遵守的生存法则。落实到孩子身上,只有他们主动起来才能实现家长和孩子的“双减负”。孩子主动学习反映到实际生活中,就是手、脚、嘴、脑……都要动起来,勤快起来。

1. 让希望自己长大 /27
2. 主动学习 /28





3. 时代的呼唤 / 29
4. 自己的路自己走 / 36
5. “主动”是一条路 / 37
6. 坐而论道不如起而行之 / 40

第三章 让孩子“飞”起来 / 47

孩子主动起来了,上了正路了,但在主动学习之路上奔跑的孩子不计其数。要想让他们脱颖而出家长们还要送一程,让他们飞起来。培养孩子的学习兴趣是个很好的“着力点”。然而培养兴趣并不容易,家长们应及时发现孩子兴趣发展中存在的问题并改正它,同时设法拓展和深化对学习有益的兴趣。主动学习要靠兴趣来带动,靠奋斗来实践,所以家长还要适时地“硬下心肠”,培养孩子敢于克服困难的冲劲和勇于承担苦难的韧劲。

1. 托起飞翔的翅膀 / 49
2. 兴趣——飞翔的力量 / 50
3. 奋斗——飞翔的空气 / 56
4. 方法——飞翔的羽翼 / 59

第四章 瞄准目标与修正目标 / 61

孩子毕竟是孩子,不能从全局的高度把握自己的人生走向。所以家长们仍需及时地给予指导和帮助:指导他们正确评价自己。当然,家长首先要明确评价不是为了证明,而是为了改进;帮助他们设定既不是高不可攀,又不是唾手可得的的目标。“修正目标”的最有效途径之一就是总结,总结什



么?就是要总结错误,总结知识的精华,总结知识的整体脉络和各知识点之间的联系。

1. 正确评价 /63
2. 瞄准目标 /67
3. 学会总结 /73
4. 总结四法 /78

第五章 主动学习的基本程序 /83

主动学习就是在知识的输入、加工和输出三个环节上主动起来。这里提供的“四点三程主动学习法”将这三个环节细化为“读”——知识的输入;“思”——知识的加工;“用”——知识的输出,并延伸出另一个环节;“创”——知识层次的提升。这“四点”服务于学习三个逐层递进的境界:从发现问题到解决问题;从学习者到研究者;从表面现象到内部规律。

1. 什么是“四点三程” /85
2. “四点三程”主动学习法举例 /94

第六章 学习中的四点三程 /101

“四点三程主动学习法”将时下流行的“三段学习法”——课前预习,课上学习和课后复习进行了更为细致的分解,甚至还做了相当程度的提升。这解决了部分孩子熟悉了“三段学习法”后仍不能主动学习的问题。为了能更方便家长理解以指导孩子的学习,我们以“三段学习法”为框架,填入理论和实例来进行解读。





1. 预习——与未知握手 / 104
2. 听课——拒绝“填鸭” / 113
3. 复习——温故而知新 / 124

第七章 主动出击,各个击破 / 133

“四点三程主动学习法”不提倡“死读”、“苦思”和“笨用”,它提倡“巧读”、“妙思”、“活用”和“创新”。如何在各科学习中真正地贯彻这“四点”以实现三个过程的逐层提升,不仅作为学生的孩子要了解,作为助手和参谋的家长更要熟悉。本章以实例为基础,讲述了“四点三程主动学习法”在各科学习中的具体操作办法,为家长指导孩子使用该方法学习做出了明示。

1. “四点三程”学语文 / 136
2. “四点三程”学数学 / 146
3. “四点三程”学英语 / 155
4. “四点三程”学“综合” / 163

结尾的话 / 170

如果说“开篇的话”是告诉读者本书“要说什么”,那么“结尾的话”则是告诉读者本书“说了什么”。本书提出了一个观念:主动学习;讲述了一套方法:四点三程主动学习法;介绍了一些利用“四点三程主动学习法”学习的实例,还给出了一些帮助家长客观地了解 and 认识孩子现状的测试。所有这些都是为了帮助家长在指导孩子学习过程中,能真正提高他们的学习能力,而这才是孩子提高学习成绩的关键所在。



后记 / 172

经过十余年来的摸索,对于学习方法我悟出了一点“道道”:学习方法是客观的,但一定要通过人的主观才会起作用;学习能力不等于学习成绩;学习成绩也不等同学习能力;学习方法也有一个“与时俱进”的问题。



● 开篇的话

主动学习法是为了解决两个问题：一是如何由不爱学到爱学；二是如何由不会学到会学。这两个问题表现在实际生活中就是令广大家长和老师深感头疼的“厌学”和“笨学”现象。正是这两只拦路虎，使本该快乐有趣的学习，变成了孩子们感到厌恶甚至恐惧的“苦役”。

这两个问题，原来也曾谈过，但大多是分开谈的。爱不爱学，这是学习态度问题；会不会学，这是学习方法问题。这两年越来越多的一线教师开始逐渐意识到，将学习态度和学习方法分开谈，是不符合实际情况的。一位一线教师说，只有将成功学和教育学结合起来，才能取得良好的效果。另一位一线教师则说，学习方法的最大区别就是学习目标的不同。老师们已经开始认识到，只有掌握了主动学习的方法，具备了主动学习的精神，才会真正“减负”。因此，这次国家基础教育改革，将“主动学习”这一理念写入“新课标”，是一点也不奇怪的。

主动学习法所蕴含的主动学习精神也正是孩子就业、升迁所必备的内在动力。进入新世纪，新技术、新知识、新文化以类似核裂变的形式不断产生和迅速发展，信息大潮一浪高过一浪。处



于信息浪潮中的现代人别无选择,只有自主学习,利用一生的时间不断充电,否则就会被淘汰。如果说主动学习精神可以使孩子“跟上队伍”,那么主动学习法所提倡的创新精神将使孩子成为排头兵。

《伊索寓言》里有这样一句话:驮满书的骆驼并不比其它牲口聪明,因为书对它来说只不过是饲料。如果学习仅仅是将知识机械地积累和重复,不能去利用和创新,那么知识对人来说与饲料无异。要想让孩子有真正美好的未来,就要让他们学会学习,而不是单纯地记住一堆符号。中科院院士长王夔先生说:

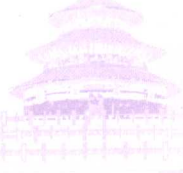
能否创新,是否愿意并敢于创新,这在很大程度上依赖于人的心态。无论是科学研究还是教学工作,都要求创新,但是有很多人不愿、不敢、不能创新。他们不是能力问题而是心理状态问题……但是,我们的学生在学习期间缺少这种心态和精神的培育,我们的各级教育都不能使学生有这种精神。

“授人以鱼,不如授人以渔”。主动学习法所培养的正是这种心态和精神,也正是它们使孩子由厌学转变为爱学,由笨学提升到巧学,并由此掌握一种一生受用不尽的学习方法。

那么,究竟什么是主动学习?怎么去“主动”,怎么去“学习”?在日常自学时如何进行主动学习……这正是本书试图探讨和回答的问题。

日新

2004年9月



孩子在主动学习吗



您的孩子在主动学习吗？根据您对孩子的了解，完成下面关于学习方法、学习习惯和学习欲望的测试。通过评估，您可以了解他们真实的感受和想法，并在接下来的阅读中有的放矢。

测测孩子的学习方法

请按孩子的实际情况，在每道题后的括号内做出选择：

A. 是 B. 基本是 C. 基本不是 D. 不是

- ①孩子经常按照“预习——听课——复习——作业——总结”这几个环节进行学习吗？ ()
- ②孩子喜欢动脑筋独立思考吗？ ()
- ③孩子经常琢磨教材和老师讲课的思路吗？ ()
- ④孩子经常对自己思考问题的思路进行再思考吗？ ()
- ⑤孩子经常将不同学科的知识联系起来思考吗？ ()
- ⑥孩子学完一单元或在期中、期末时，能把每一学科学过的知识“串”起来复习吗？ ()
- ⑦考试后，孩子常常自觉地总结并分析自己学习中的经验教训吗？ ()



- ⑧孩子学习中重视概念、原理、公式、定理的掌握吗? ()
- ⑨孩子经常将学过的知识应用于实际生活吗? ()
- ⑩孩子喜欢讨论或辩论问题吗? ()
- ⑪孩子在学习和生活中是否经常发现问题并努力去寻找答案? ()
- ⑫孩子经常积累学习资料吗?(如写读书笔记、做卡片等) ()
- ⑬孩子能有计划地安排自己的学习吗? ()
- ⑭孩子常常读一些介绍学习方法的书吗? ()
- ⑮孩子经常想到培养和锻炼自己的智力这件事吗? ()
- ⑯孩子常常检查自己学习能力的缺陷,并想努力改进吗? ()

测测孩子的学习习惯

日本学者松原达哉在《如何培养成绩优秀的孩子》一书中设计了如下关于学习习惯的测试题。请认真阅读每一道题之后,如果认为孩子具备题中所说的习惯,请填写A;否则请填写B;如果不肯定也不否定,则填写C。

- ①孩子课堂上所需的学习用品是否每次都记得带齐? ()
- ②孩子上课是否经常迟到? ()
- ③孩子是否坚持提前做好上学的准备? ()
- ④孩子在课堂上是否踊跃发言,并积极提问? ()
- ⑤孩子是否有在笔记本上乱写乱画的习惯? ()
- ⑥孩子是否对课本十分爱护? ()
- ⑦孩子在考试时是否能仔细工整地回答问题? ()





- ⑧孩子能否在规定的地点、时间进行学习? ()
- ⑨当孩子的朋友邀请孩子去玩耍而他正在学习时, 他是否欣然答应? ()
- ⑩孩子在学习过程是否有高声朗读课文的习惯? ()
- ⑪孩子在回家后, 能否立即主动地完成作业? ()
- ⑫孩子在回家后, 能否对当天的学习内容进行了复习? ()
- ⑬在上次考试的试卷发下来后, 孩子是否认真阅读, 并考虑失误的原因? ()
- ⑭孩子是否及时预习将要学习的内容? ()
- ⑮孩子每天的学习时间是否固定? ()
- ⑯如果遇到学习上的不明之处, 孩子是否有查阅词典、参考书的习惯? ()
- ⑰孩子是否对弱科、不感兴趣的学科格外努力学习? ()
- ⑱在孩子的日常学习过程中, 游玩时间是否经常挤占学习时间? ()
- ⑲孩子是否一边看电视或一边听收音机, 一边学习? ()
- ⑳孩子是否认真区别游玩时间和学习时间? ()
- ㉑孩子每天的起床时间和就寝时间是否毫无规律? ()
- ㉒孩子是否有一边拿着点心或饮料, 一边学习的陋习? ()
- ㉓孩子是否经常诉说晚上做了一个噩梦? ()
- ㉔孩子是否经常谈笑风生, 使人发笑? ()
- ㉕孩子对别人的批评是否耿耿于怀? ()
- ㉖即便在学习时, 孩子是否还讲一些“反正我不行”等自暴自弃的话? ()
- ㉗孩子是否有忘记做作业的现象? ()



- ②⑧如果某一次考试成绩不良,孩子是否总是挂念于心? ()
- ②⑨在老师休假时,孩子是否会摆出一副无所谓的神态? ()
- ③⑩孩子是否经常和老师一起游玩? ()
- ③⑪孩子是否说老师的坏话? ()
- ③⑫在受到老师的表扬后,孩子是否更加喜欢学校生活,并对这位老师的课程备感兴趣? ()
- ③⑬被老师批评之后,孩子是否就开始厌恶学校生活,并对这位老师的课程失去兴趣? ()
- ③⑭孩子是否一心盼望着运动会和学习汇报会? ()
- ③⑮孩子是否经常被老师提醒注意? ()
- ③⑯孩子是否经常得到老师的表扬? ()
- ③⑰孩子是否制定一周的生活计划? ()
- ③⑱在每次新学年到来时,孩子是否都能制定出新的努力目标? ()
- ③⑲孩子在暑假、寒假时,能否制定出生活计划并贯彻执行? ()
- ④①孩子是否非常清楚自己的弱科和强科,并对强科格外努力? ()
- ④②孩子是否和他的同学互相学习并互相帮助? ()
- ④③孩子是否在学习上具有非常强烈的竞争意识? ()
- ④④孩子是否在家里或者背后说同学的坏话? ()
- ④⑤孩子是否经常去图书馆? ()
- ④⑥孩子是否不愿意在家里学习,而经常去同学家学习? ()
- ④⑦在学校规定的课程之外,孩子有无其他感兴趣的活动? ()