

望子成龙
教育书系



生活能力培养方案

— FOR PEOPLE
WHO ASPIRE TO
SUCCEED

献给天下渴望成功的人

良好兴趣培养

中国青少年成材教育研究中心 / 编写

二亿家长
的福音
风靡中国
的家教宝典

远方出版社



* T242317 *



生活能力培养方案

—FOR PEOPLE
WHO ASPIRE TO
SUCCEED

献给天下渴望成功的人

良好兴趣培养

中国青少年成材教育研究中心 / 编写



RAB51/28

远方出版社

责任编辑:张阿荣

封面设计:光 影

本书编委会:

王德志 贺立军 刘正军 陈光诚
张秋强 罗永峰 李国升 周春平

望子成龙教育书系

良好兴趣培养

编 著 者	中国青少年成材教育研究中心
出 版 社	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
发 行 所	新华书店
印 刷 厂	邯郸新华印刷厂
版 次	2003 年 7 月第 1 版
印 次	2003 年 7 月第 1 次印刷
开 本	787×1092 1/32
印 张	240
字 数	3500 千
印 数	1—5000 册
标准书号	ISBN 7—80595—895—5/G·287
定 价	350.00 元

远方版图书,版权所有,侵权必究。

远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。



前 言

21 世纪是一个充满机遇与竞争的新世界。

21 世纪是知识经济的时代，是高科技飞速发展的时代，是拥有无穷挑战的时代，也是对人才的知识结构、综合能力、心理素质和道德修养提出更高要求的时代。

21 世纪各国综合国力的竞争，从某种意义上说就是优秀人才的竞争。今日中国的中小学生，就是明日中国的栋梁。

能否立足于新世纪，成为新世纪的主人和强者，关键在于你是否拥有足够的竞争资本和超强的竞争能力，能否在激烈的竞争中脱颖而出。中小学时期正是积累知识与培养素质的关键时期，应该及早认清自己，进行自我设计，有真对性地进行自我训练，全方位塑造自己。

那么怎样才能全面、客观地认识自己，了解自己的优点和缺点，长处和短处呢？

本书系正是我们奉献给新世纪中小学生的—份厚礼！



良好兴趣培养

全书由中小学生必备的各种素质培养方案组成，体系科学而周密，为你描绘了成材的的总体蓝图。它会告诉你——你需要什么，你拥有什么，你如何进步，你怎样发展……它是你学习、生活的最好伙伴，是你成人成材的自助手册。

它不仅是学生的良师，更是广大教师们的好帮手。它所提供的素质培养方案，为教师们如何适应教学目标的转变而相应改进课堂教学，提出了许多宝贵的意见。各位教师，可以在教学的过程中，尝试通过这些方案，针对不同的学生，有意识地渗透我们的思想，寓教于乐，如此，则教师能够得到解脱，学生也以学为乐。我们相信这套教育方案一定会赢得教育者的们的认可，并取得良好的社会效应。

同学们，是未来的希望，明天的太阳。记住：你们的未来就是我们的未来，你们的茁壮成长是我们共同的期待。而教师，是灯塔，是航标，为学生们前进指引着方向。这套方案将使您——辛勤的园丁，早日“桃李满天下”，使祖国的花朵早日成为吐蕊的群芳。

编 者

2003年7月



导读：使用本书的几点建议

怎样利用好这套方案呢？我们提供如下几点建议：

1. 认真阅读全书的目录，看懂每一个方案训练的主要内容，从培养方案中选择自己当前急切需要培养的素质和能力。

2. 浏览方案的讲解概要，挑选自己觉得有趣的条目，找到正文开始学习。

在这里，特别强调的一点是，所选的条目首先应该是最感兴趣的，这样你才会有学习的积极性。在学习过程中也可以挑选最吸引你的内容来阅读学习。不一定要遵从书本设置的顺序。我们强调学习本书的趣味和轻松，就在于不强制你一章一节地阅读。

3. 边看书，边模仿，理论联系实际，加强训练才能提高，不能囫囵吞枣地看过就扔在一边。

4. 在学习过程中，难免遇到弄不懂的地方。没有关系，不要着急，可以先把不懂的放一放，跳过去暂时不管，只要你继续认真地学下去，并勤于思考、多加分析，你遇到的所有疑难终有一天会获得满意的解答。

5. 可以与同学共同学习、模仿，一边讨论，互



良好兴趣培养

相提高。还可以开展友谊竞争，看谁学得快，学得牢，素质与能力提高得快。

6. 当你学完一部分内容后，会发现原来那些不感兴趣的内容也变得有趣了，这时你就应该将这个方案熟悉一遍，然后循序渐进地系统掌握。

7. 学习本书需要长期坚持，一旦你决定了培养自己哪一方面的能力，就要坚持到底，按照方案提供的方法学习，肯定会有取得成功的一天。

8. 当你认为自己某一种能力的培养已经有了一定的基础，并掌握了其中的规律之后，你可以选择下一个方案开始继续学习，以后的学习将会变得更加轻松。

以上几条，仅仅是我们提供给学生们的参考意见，同学们也可以根据自身的兴趣特点来确定合适的培养方式和学习方式，但是提醒你们一句，对别人的意见最好仔细思考以后再决定采纳与否。

本书是我们对中小学生的真诚奉献，是每个渴望成材的学生打开成功大门的钥匙。照着做下去，你就能成为新世纪出类拔萃的人才。

我们相信，本书系必定会成为在新时代成长的每一位中小学生的良师益友。



目 录

导读：使用本书的几点建议…………… (1)

兴趣的奥秘

第一讲 兴趣

——成才的起点·求知的动力…………… (3)

第二讲 你了解兴趣吗

——兴趣的特点展示…………… (10)

第三讲 建筑·古诗·岩石

——原子弹诞生之谜…………… (14)

第四讲 只顾攀登不为高

——爱好：人生最好的“课堂”…… (21)

第五讲 天空为什么是蓝色的

——好奇心：兴趣的导因·探索的力量
…………… (31)



良好兴趣培养

第六讲 无法下手的小偷

——兴趣：注意与漠然的分水岭 …… (38)

第七讲 林奈和他的花时钟

——观察：兴趣形影不离的伴侣 …… (42)

第八讲 我欲乘风飞去

——想象：兴趣的翅膀 …… (47)

第九讲 葬身鱼腹的学问

——兴趣：过目成诵的催化剂 …… (53)

第十讲 知之·好之·乐之

——兴趣与思维 …… (56)

第十一讲 让兴趣的火花越烧越旺

——理解：兴趣的助燃剂 …… (59)

第十二讲 性痴则其志凝

——兴趣与意志 …… (62)

第十三讲 “吃不饱”与“吃不消”

——学习的核心原则 …… (65)

提高兴趣的技巧

第一讲 瞧，天要下红雨啦

——激发兴趣的技巧 …… (75)



- 第二讲 横看成岭侧成峰
——保持兴趣的技巧 (78)
- 第三讲 糊上墙的报纸与早慧儿
——发展学生兴趣的技巧 (81)

良好兴趣的培养

- 第一讲 变味的“兴趣”
——请教师深思 (89)
- 第二讲 夸奖学生的第一次
——兴趣的培养术 (92)
- 第三讲 从游戏机和足球想到的
——学生学习的主要动力 (110)
- 第四讲 不劳别处寻，快乐生兴趣
——兴趣的引导与保护 (119)
- 第五讲 良好开端，是成功的一半
——带着兴趣体悟成功 (138)
- 第六讲 睁眼看世界，才有活思想
——摆脱无动于衷的状态 (145)

兴趣的奥秘



第一讲 兴 趣

——成才的起点·求知的动力

本讲概要

- ★ 有益的兴趣是你成才的先导
- ★ 兴趣，一个人求知动力的源泉
- ★ 兴趣，鼓舞你向未知世界挑战

◆ 成才的起点

高山不是浮在地面的，人才不是天生的。

人的成才，既有客观原因，也有主观因素。不过，在同一历史阶段，在时代、境遇和学校教育等客观条件基本相同的情况下，成才与否的主要原因却在于人们自己的主观因素。无数事实证明：兴趣是人才成长的起点，青少年的早期兴趣对他们未来的成才活动有着积极的作用。正像达尔文在《自传》中所说：



良好兴趣培养

“就我记得我在学校时期的性格来说，其中对我后来发生影响的，就是：我有强烈的多样的兴趣，沉溺于自我感兴趣的東西，深喜了解任何复杂的问题和事物……”

第一讲

一提起著名的电影喜剧演员查理·卓别林的名字，你一定会想起他在银幕上的形象：身穿口袋形的长裤，脚上是一双大头鞋，头上戴一顶圆礼帽，手中握着一根手杖……卓别林以他精湛的技艺，拨动了世界上千千万万观众的心弦，给人们留下了美好的印象。而他的成才之路，也正是他从小对模仿产生兴趣开始的。卓别林的母亲是个善于唱民间曲调的歌手，父亲是个大提琴手。艺术环境的熏陶，使卓别林还在咿呀学语的时代就对模仿充满了兴趣。当他4岁时，就总是欢蹦乱跳地跟着父母学跳踢踏舞和唱歌。当时，由于家境贫困，卓别林卖过报，贩过肥皂，到印刷厂当过童工，还拣过破烂。就是在这种艰苦的生活中，他一刻也没有停止对模仿的强烈兴趣。瞧，一有机会，他便站在窗前，一面观看窗外的街景，一面模仿街上走过的各种不同职业者的姿态。像目不斜视，胳膊弯里夹着厚厚作业本的穷教员；神气活现、大腹便便、左右摇摆、目中无人的大法官；肩膀高耸、昂首阔



步、衣袖飘拂、至高无上的牧师等等，而且模仿得活灵活现。人们特别喜欢的他的扮相，那肥大的裤子、特大的皮鞋、外八字的走路姿势，也是他精心模仿出来的。在他小时候住过的林顿街上，有一位赶马车的老头儿，双腿受伤，脚上穿了一双特大皮鞋，裤子又肥又大，常在街头一瘸一拐地走来走去，童年的卓别林觉得非常有趣，于是整日模仿起来，以至后来经他进一步创造，形成了他风靡全世界的艺术形象。

兴趣是成才的起点，它在一个人的创造性活动与成才过程中起着重要的作用。

一个人对某种活动或学习的浓厚兴趣，是其智力迅速发展的“触发器”，是他迅速成才的重要的心理条件。

第一讲

金玉良言

健康、有益的兴趣是成才的起点。

一个人对某种活动的浓厚兴趣，将有力地推动该活动进一步发展。

英国著名女人类学家古道尔从小就喜欢生物。她中学毕业后，研究黑猩猩的强烈兴趣，促使她不畏艰



良好兴趣培养

险，只身进入热带森林，在森林中工作了十年。她的浓厚兴趣使她对黑猩猩的生活行为进行了长期地、深入地观察和研究，获得了极其宝贵的第一手资料。例如，发现黑猩猩社会也有“头头”，“头头”不仅力量大，而且也有智慧。黑猩猩群体中也经常有冲突，各自注意巡视边界，当母猩猩受伤的时候，它的子女们会守卫在它旁边，喂东西给它吃。她根据森林中的长期观察获得的科学资料，写成《人类的近亲》、《我在黑猩猩中的生活》等著作，为人类学的研究作出了宝贵的贡献。

第一讲

可见，一个人最初的兴趣点，对她今后成才的道路有着多么重要的意义，渴望成才的青少年朋友们，应该注意培养自己健康的、有益的兴趣，使它成为你们成才的先导。

求知动力

从心理学观点看，兴趣是积极探索某种事物的认识倾向，是人的主观能动性的重要组成部分。许多研究者在对成才人物本身的探究中发现：一个人的成才不仅与他知识的丰富和智力的发达有关，而且，还有一条重要的原因，那就是对自己所从事的事业有着强



烈的兴趣，这种对事业的强烈兴趣是他们积极探索新鲜事物的推动力，它可以使人由不知到知，由知少到知多，由不会到会，由会到精。大量的事实也说明，兴趣，是构成一个人求知动力的源泉。伟大的科学家爱因斯坦在 1953 年曾对自己作过这样的评价：“我确实知道，我自己并没有特殊的天才。而是强烈的兴趣和顽强的耐力才使我达到了我的思想境界。”许多心理学家研究了获得诺贝尔奖金的科学家的思维活动，发现他们的创造过程中，始终充满着旺盛的兴趣，这种兴趣成了他们不断探求未知世界的力量源泉。喜爱摄影的人一定非常熟悉“柯达”照相器材的发明者乔治·伊斯特曼。他从小最大的兴趣就是照相，但由于家境贫困，没有钱买照相机。为了使穷人也能享受摄影的乐趣，他决心要使摄影这项艺术大众化。当然，要实现这个抱负是很不容易的事。可他从 20 岁担任储蓄所办事员起，就节衣缩食地省下钱来研究照相干版的制作方法。1881 年，27 岁的伊斯特曼筹集了 5500 美元，创办了一家制造照相干版的公司，这就是“柯达”公司的前身。用干版照相比用湿版方便多了，但他并不满足，仍继续研究。不久，他又发明了胶卷，这是个非常了不起的进步。