

丛书主编 班 华

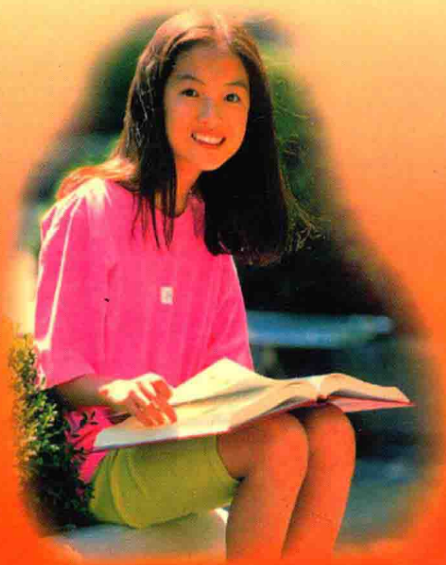
心理与道德教育读本丛书



叩开智慧之门

学会学习

沈贵鹏 编著



河海大学出版社

叩开智慧之门 学会学习

沈贵鹏 编著

河海大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

叩开智慧之门:学会学习/沈贵鹏编著. - 南京:河海大学出版社,2000.7

(心理与道德教育读本丛书/班华主编)

ISBN 7-5630-1510-8

I. 叩… II. 沈… III. 学习方法-小学-课外读物
IV. G624.03

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 65760 号

书 名 / 叩开智慧之门

书 号 / ISBN7-5630-1510-8/G·246

责任编辑 / 马文潭

责任校对 / 江 南

封面设计 / 张世立

出 版 / 河海大学出版社

地 址 / 南京西康路 1 号(邮编:210098)

电 话 / (025)3737852(总编室) (025)3722833(发行部)

经 销 / 江苏省新华书店

印 刷 / 河海大学印刷厂

开 本 / 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 4.375 印张 113 千字

版 次 / 1999 年 9 月第 1 版 2000 年 7 月第 1 次印刷

印 数 / 1 ~ 10000 册

定 价 / 5.50 元

《心理与道德教育读本》编委会

顾 问:解启庚 吴 远

主 任:周德藩

副 主 任:班 华 孙建新

王其超 查一民

丛书主编:班 华

编 委:(以姓氏笔画为序)

马文潭 王其超 孙建新 许新海

刘守旗 刘国永 苏 华 沈贵鹏

陈立春 邹 正 周德藩 查一民

班 华 黄辛隐 曹世敏

总体策划:马文潭

前 言

本丛书为江苏省“九五”哲学社会科学研究规划项目《中小学道德教育与心理教育相结合的研究》的成果之一。

(一)课题主旨 课题的主旨是探讨如何使中小学道德教育与心理教育相结合,在实践上推动和改进学校的心理教育和道德教育;在研究工作上试图为探寻适应我国国情的心理教育和道德教育结合的模式,即“心理-道德教育”作一点实际的尝试。课题设想以道德教育为导向,以心理教育为基础,促进学生整体素质发展。

(二)丛书特色 我们力求使道德教育和心理教育融为一体成为本丛书特色。道德教育与心理教育结合并非二者的机械相加,而是这两个方面的有机结合。我们深知做到这一点是困难的,本丛书的编写是个初步尝试,欢迎批评指正。

道德教育与心理教育相结合有多种方式。本丛书的编写是想探索对小学与初中学生“从心理素质培育切入,促进心理素质、道德素质协同发展”的一种路子。

(三)内容序列 丛书内容的选择主要从现代社会发展与小学初中学生发展的需要出发,依据现代教育理论和小学初中各年级学生的特点,他们所关心、所希望得到回答的问题,确定每个年级的教育重点;我们设想每一项品质都包含知、情、行的因素,初中一、二、三年级又分别侧重知、情、行的一个方面,实行三者结合。根据以上的思考,各年级教育内容形成一个前后连贯的内容序列用下表示之:

小学	年 级	四年级	五年级	六年级
	分册书名	健康伴我成长	奉献一颗爱心	叩开智慧之门
初中	年 级	初一	初二	初三
	分册书名	走上求知新路	撑起爱的晴空	创造美好人生
	教育主题 知情行关系	热爱学习善于学习 知情行结合	关心社会学会交往 情知行结合	学会生活、积极进取 行知情结合

(四)各册作者或主编:

健康伴我成长 刘守旗 程凤琳
 奉献一颗爱心 许新海
 叩开智慧之门 沈贵鹏
 走上求知新路 刘国永 苏 华 (主编)
 董 梅 杨静平
 赵绍友 程兴华 (参编)
 撑起爱的晴空 黄辛隐 沈贵鹏
 创造美好人生 陈立春 程兴华

丛书插图由顾勇绘制,任红娟为丛书提供了部分资料。

(五)使用范围 丛书供学生自读用,亦可作为课外心理教育和班会活动参考。

(六)编者致谢 丛书编写过程中得到省教委孙建新处长的关心和鼓励,得到马文潭责任编辑与河海大学出版社社长、总编等领导同志的关心与支持,在此一并致谢。

丛书主编

1999.5

目 录

一、学品篇	(1)
1. 好好学习,天天向上	(2)
2. 我们是学习的小主人	(6)
3. 学习生活充满快乐	(12)
4. 学习需要刻苦努力	(16)
5. 良好的学习心理品质	(20)
二、启智篇	(25)
1. 做一个智慧的人	(26)
2. 打好智慧之基	(31)
3. 开启智慧之窗	(36)
4. 探索智慧之源	(42)
5. 充实智慧之仓	(47)
6. 运转智慧之轴	(52)
7. 插上智慧之翅	(57)
8. 登上智慧之巅	(62)
三、激智篇	(68)
1. 激发智慧之动力	(69)
2. 构建智慧之屏障	(75)
3. 优化智慧之风格	(82)
四、方法篇	(88)
1. 学贵有法	(89)

2. 八环节学习法	(94)
3. 高效读书法	(100)
五、成功篇	(106)
1. 敢于面对学习中的挫折	(107)
2. 冲破自我中心的怪圈	(112)
3. 走出学习障碍的误区	(117)
4. 摆脱考试中心的泥潭	(123)
5. 培养良好的学习习惯	(128)

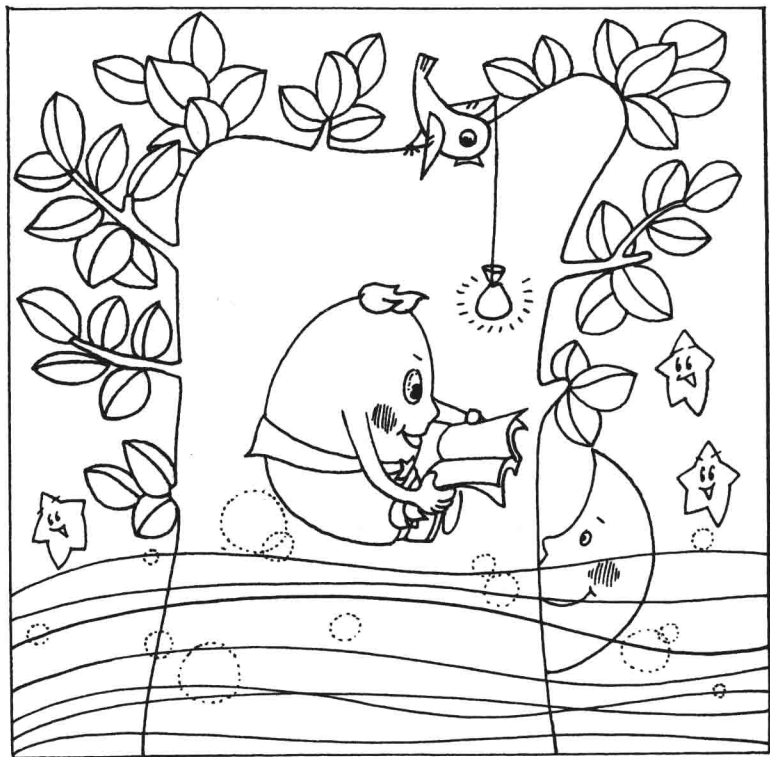
一、学 品 篇

——在金色的童年时代,探索真知几乎成了我们生活的全部,我们不停地吮吸着人类智慧的乳汁,这是人生最美的享受。然而,学习的征程并不平坦,有欢笑,也有眼泪,有激奋,也有深沉……只要我们永不停息地追寻,定能到达智慧海洋的彼岸。

1. 好好学习,天天向上

心语放送:

“好好学习,天天向上”这是一句多么朴实的话语!它的含义却非常深刻,作为一名小学生,我们怎样去理解它?又怎样体现在行动中?



● 我们是祖国的花朵

祖国是一座美丽的大花园，花园里繁花似锦，我们每一个人就是花海中的一朵小花，红的、黄的、紫的、蓝的、白的，五彩缤纷，艳丽动人。阳光照耀着我们，雨露滋润着我们，园丁抚育着我们，我们在祖国的怀抱里幸福成长……

没有阳光雨露，花儿就不会绽放；没有鲜艳的花朵，鸟儿就不会幸福地歌唱；没有智慧的光芒，科学的大门也不会开敞。我们是时代的骄子，祖国的希望，祖国期待着我们，父母期待着我们，我们自己也有同样的期待，那就是要好好学习，天天向上。好好学习，以报效祖国的殷殷之爱；好好学习，以报答父母的养育之恩；好好学习，去实现自己的宏图大志。我们是早晨初升的太阳，青山绿水衬托着，无垠的天空呵护着，智慧的海洋孕育着，终有一天，当我们经过刻苦努力，把握了人类智慧的真谛，一朵朵绽放的智慧之花变成累累的智慧之果时，我们就能在浩瀚的宇宙中自由翱翔。

● 为中华之崛起而读书

一个人可以暂时没有自己的小家，但不能没有祖国，中华大地是生我养我的家园，为中华民族的振兴而发愤读书是我们的职责，也是足以引为自豪的精神源泉，许多伟人就是本着这样的人生追求而好好学习的，早在1910年，12岁的周恩来进入沈阳东关模范学校读书，有一天校长在课堂上问同学们为什么要读书，周恩来慷慨地回答：“为了中华之崛起！”由于他南方口音很重，校长一下子没听懂，于是又沉静地重复了一遍：“为中华之崛起而读书”，他在作文中写道：学生读书的目的不应为个人名利，而应为担负和完成

国家将来艰巨之责任,使贫穷落后、积弱不振的中华民族强盛起来。正是怀着这样的远大理想,1917年周恩来东渡日本留学,孜孜不倦地学习各种科学文化知识,为推翻旧世界,建设新世界奠定了坚实的文化基础。虽然时代已发生了翻天覆地的变化,但周恩来“为中华之崛起而读书”的精神则永远激励着我们前进。

● 报得三春晖

“慈母手中线,游子身上衣。临行密密缝,意恐迟迟归。谁言寸草心,报得三春晖”,是的,我们是一棵棵茁壮成长的“小草”,沐浴着慈祥母亲的缕缕“春晖”,母亲的慈爱是永远报答不完的,惟有尽己所能,好好学习,给母亲以爱的补偿。美国曾经有一位总统叫林肯,他是以解放黑奴而闻名于世的。林肯从小就失去了母亲,是继母给了他无私的爱,抚慰他心头的创伤,为了告慰死去的母亲,报答继母的爱心,林肯勤奋学习,最终成为一位有学问、有爱心的美国总统。当林肯追忆往事时,曾说过一句感人肺腑的话:“我所有的一切成就,应该归功于我的天使一般的母亲。”可见,我们应该像林肯一样,懂得父母的爱心,刻苦努力,以优异的成绩报答父母的恩泽。

● 知识经济时代的召唤

“知识经济”这个术语我们一时还可能搞不清楚,知识经济时代对我们来说也可能是模模糊糊的,其实,它跟我们的关系非常密切。通俗地讲,人们普遍使用“锄头”的古代被称为农业经济时代,工厂里普遍使用“机器”生产的近代被称为工业经济时代,而现代社会“计算机”已逐步在生产、学习、生活中得到广泛的应用,哲学

家培根的名言“知识就是力量”得到广泛的应证,我们把这个时代称为知识经济时代,在这个时代,“没有知识”或者“缺少知识”是绝对行不通的,一个目不识丁的人我们称之为“文盲”,一个文盲在社会中生存几乎寸步难行,一个不懂科学技术的人我们称之为“科学”,科盲也同样不能适应信息社会的要求。试想,如果我们中的哪一个同学不好好读书,“三天打鱼,两天晒网”,或者叫做“一日暴之,十日寒之”,结果就会成为新时代的“文盲”或“科盲”,就像一个盲人骑着一匹瘦弱的瞎马,半夜走近万丈深潭,后果真不堪设想。因此,我们要好好读书,掌握现代科学知识,以适应知识经济时代的挑战。

走进自我

1.除了上面提到的几方面,我是怎样领会“好好学习,天天向上”的深刻含义的?

2.我为什么应当“好好学习”?

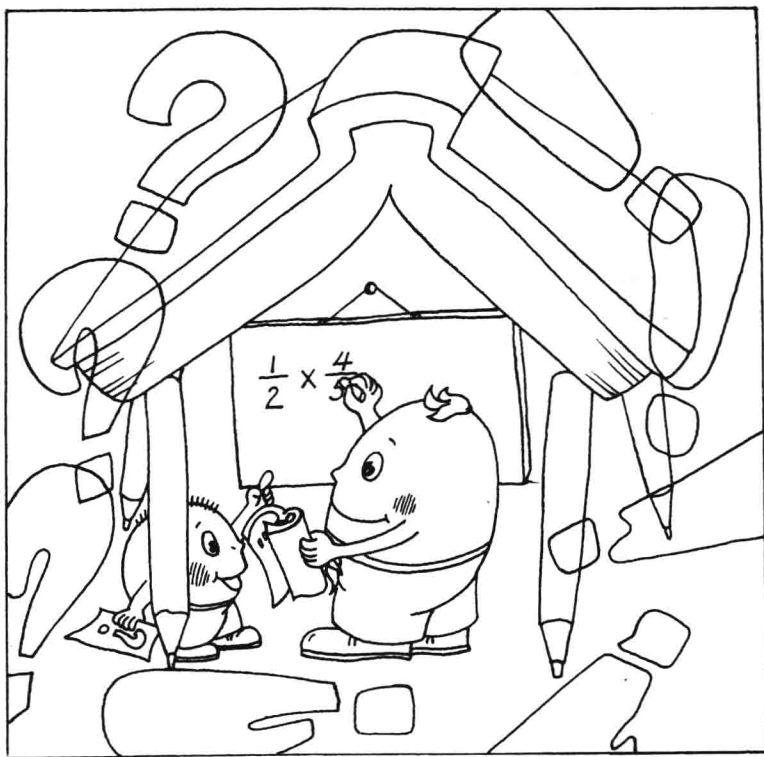
思想实验室

假如我是一个“文盲”、“科盲”,进入了一座由电子计算机全程控制的工厂,我会……

2. 我们是学习的小主人

心语放送：

学习是我们自己的事,自己的事要自己来处理,作为学习的小主人,我们是否想过自己的学习权利和职责?如何做学习的小主人?



● 学习是我们的权利

我国《义务教育法》明确规定：“凡年满六周岁的儿童，不分性别、民族、种族，应当入学接受规定年限的义务教育。”也就是说，我们每一个人都有受教育的权利，这是法律赋予我们的权利，也是社会带给我们人生最为宝贵的精神财富。在新中国成立以前的旧社会，绝大多数儿童都几乎没有进学校读书的机会，社会不关心他们的成长，父母也无钱送他们上学，很多孩子从小就不得不到工厂、矿山、农田里当童工，为了生计而四处奔波。相比之下，我们是幸福的一代，社会和家庭为我们创造了良好的学习条件，让我们充分享受学习的权利。可是，生活中并不是每个同学都能充分认识、非常珍惜自身的学习权利的，有的人甚至把自己所享有的学习权利看成是一种“包袱”，厌学、逃学、辍学的现象在一些孩子的身上时有发生，这是多么令人痛心的事！如果从小不好好珍惜自己的学习权利，长大了又有何本领回报社会呢？因此，我们要珍惜自己的学习权利，使这种权利在人生发展中充分发挥作用。

● 学习是我们的责任

有权利就有义务，义务也就是责任，“好好学习”是我们每一个学习小主人义不容辞的职责，学习是我们自己的事，但在“自己的事”中恰恰隐含着“家事、国事、天下事”，也就是说我们所做的每一件事都含有不同层次的义务，“好好学习”，有报答父母养育之恩的义务；“好好学习”，有长大为国效力的义务；“好好学习”，有为人类和平发展作贡献的义务。有的同学可能还没有理解自己学习的义务，甚至认为学习是件区区小事，怎么能与“家事、国事、天下事”相

提并论呢？其实，学习无论对个人、社会或国家来讲都不是件小事，它是每一个学习者的社会责任，如果我们从小忽视了这种看似“微小”的责任，长大了就可能酿成大患，在西方国家的儿童中曾流传着这样一首歌谣：

因为少了一颗钉，
一块马掌走失了。
因为少了一马掌，
一匹好马丧失了。
因为少了一好马，
一个骑手丧失了。
因为少了一骑手，
整个战斗失败了。
因为战斗失败了，
整个国家丧失了。
都因少了马掌钉，
一切事情全完了。

这首歌谣中讲的就是一个人的“责任感”问题，或许一些同学把学习看成微不足道的小事而漠不关心，其实，凡事无大小，责任重于泰山，既然学习是我们的义务和责任，就要把它看得比泰山还重。

● 做时间的主人

我们要成为学习的小主人，首先要做时间的主人。时间对于世间每一个人都是公平的，但由于每个人对时间的态度不一样，对时间的占有也就有多有少，有的同学认为自己现在是小学生，未来的路长着呢，学习上没有必要抓得那么紧，反正我有的是时间，结果把人生最美好的时光泡在看电视、玩游戏机、庸碌的吃喝和无所

事事之中,而学习上则一事无成。这种类型的人决不是时间的主人,恰恰是时间的奴隶。古人说过:“少壮不努力,老大徒伤悲”,在少年时代不奋发学习,等到自己年老的时候就会感到悔恨、悲伤,但为时已晚,将怅恨终身。我国明代画家文嘉曾写下著名的《明日歌》和《今日诗》,它对我们是具有启迪意义的。

明 日 歌

明日复明日,明日何其多,
我生待明日,万事成蹉跎。
世人苦被明日累,春去秋来老将至。
朝看水东流,暮看日西坠。
百年明日能几何? 请君听我《明日歌》。

今 日 诗

今日复今日,今日何其少!
今日又不为,此事何时了?
人生百年几今日,今日不为真可惜!
若言姑待明朝至,明朝又有明朝事。
为君聊赋《今日诗》,努力请从今日始!

上面两首诗实际上讲的是同一个问题,就是要“珍惜时间,做时间的主人”。或许我们还不完全明白其中的含义,可再进一步地请教老师、父母和周围的人。

走进自我

1. 我们的学习最终取决于谁? 是父母、老师还是周围的同学?
为什么我们是学习的小主人?