

# 家庭教育 JIATING JIAOYU XIN GAINIAN 新概念

马耀昌 秦秋丽 著

(下册)



河南人民出版社

# 家庭教育

JIATING JIAOYU  
XIN GAINIAN

# 新概念

马耀昌 秦秋丽 著

(下册)

河南人民出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

家庭教育新概念/马耀昌,秦秋丽著. - 郑州:河南  
人民出版社,2007.4(2007.10重印)  
ISBN 978-7-215-06145-3

I. 家… II. ①马…②秦… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 037574 号

---

河南人民出版社出版发行

(地址:郑州市经五路 66 号 邮政编码:450002 电话:65723341)

新华书店经销 河南省联祥印刷厂印刷

开本 890 毫米×1240 毫米 1/32 印张 16.5

字数 410 千字

2007 年 4 月第 1 版 2007 年 10 月第 2 次印刷

---

定价:40.00 元(上、下)

# 前 言

家庭教育的重点是用科学的训练方法帮助孩子提高学习能力,掌握学习技巧,克服学习障碍,让孩子尽快成为一名品学兼优的好学生。

根据这一要求,综合当今国内外教育科研中的有关研究成果与全优训练教程,我们编写了家庭教育训练题粹,供广大家长在家庭教育中亲手对孩子进行训练,以便使孩子从容面对学习困难,学会学习,培养良好的学习心理素质,迅速提高学习成绩。

如果家长在训练的同时能做到以下几个方面,效果更好。

一、结合教材,经常编制一些同类练习题,让孩子持之以恒地练习,数学应用题每周训练两次,一次三道题;应用题分析每周两次,每次一题。

二、要让孩子多做“跳一跳”、“够得到”的拔高题,加快孩子思维的速度,培养孩子多思、巧思、苦思的能力与习惯,以便提高综合素质,增强竞争能力。

三、每周让孩子做一次“左手练”写字,时间 15 分钟左右。

四、孩子在做练习题时(尤其是数学),家长应坐在孩子身边辅导。方法:(1)半小时不能完成的题才给予解释;(2)讲时点到为止,并且引导他去发现答案;(3)每完成一题应及时对孩子的努力给予表扬鼓励。

五、每天坚持训练,连续三个月不断,就会出现喜人效果。

六、与孩子每周做一次智力测验题或脑筋急转弯题。

希望广大家长能抽出时间按本教材的课时安排督促指导孩子完成练习,用科学的指导与辛勤的努力去收获丰硕的成果,使孩子成为您所期望的人才。

编 者

# 作者寄语

帮助孩子克服学习中的困难,要有毅力和耐心,只要用心去做,最终一定能够实现自己的愿望。

教师与父母的最大魅力,便是吸引孩子热爱学习。

自己热爱读书,这是对孩子最有效的教育。

一个孩子怎样才能痴迷于学习呢?让孩子在学习中学到甜头。而尝到甜头无非有三种情况:一是所学的知识有用的时候;二是取得进步和成绩得到及时反馈的时候;三是有具体的、可以通过努力实现的目标。

兴趣来自成就,动力源于成功。孩子不是因为失败了才去努力学习,而是因为成功了才更加努力学习。反复失败会让孩子越来越差,而经常成功的孩子会越来越好。

# 目 录

---

## 上篇 智能训练题粹 76 套

---

### 第一单元 定向注意力训练

|     |               |    |
|-----|---------------|----|
| 第一节 | 注意听觉练习 .....  | 4  |
| 第二节 | 注意视觉练习 .....  | 5  |
| 第三节 | 注意理解练习 .....  | 8  |
| 第四节 | 注意想像练习 .....  | 11 |
| 第五节 | 注意选择练习 .....  | 13 |
| 第六节 | 注意抗干扰练习 ..... | 16 |

### 第二单元 细心程度与准确能力训练

|     |                |    |
|-----|----------------|----|
| 第一节 | 准确程度练习 .....   | 20 |
| 第二节 | 精细能力练习 .....   | 22 |
| 第三节 | 选字能力练习 .....   | 24 |
| 第四节 | 细心找错练习 .....   | 26 |
| 第五节 | 区分细微差异练习 ..... | 27 |
| 第六节 | 深入思考练习 .....   | 29 |

### 第三单元 高效率记忆能力训练

|     |                 |    |
|-----|-----------------|----|
| 第一节 | 形象记忆练习 .....    | 33 |
| 第二节 | 图形与抽象记忆练习 ..... | 37 |
| 第三节 | 短时记忆练习 .....    | 39 |
| 第四节 | 机械记忆练习 .....    | 43 |
| 第五节 | 材料记忆练习 .....    | 44 |
| 第六节 | 材料分类记忆练习 .....  | 45 |
| 第七节 | 视觉记忆练习 .....    | 47 |
| 第八节 | 文字记忆练习 .....    | 49 |

### 第四单元 思维能力训练

|     |                   |    |
|-----|-------------------|----|
| 第一节 | 敏捷思维能力练习 .....    | 51 |
| 第二节 | 推理思维能力练习(一) ..... | 54 |
| 第三节 | 推理思维能力练习(二) ..... | 58 |
| 第四节 | 逻辑思维能力练习 .....    | 61 |
| 第五节 | 定势思维能力练习 .....    | 63 |
| 第六节 | 深度思维能力练习 .....    | 65 |
| 第七节 | 概括思维能力练习 .....    | 66 |
| 第八节 | 实际思维能力练习 .....    | 68 |
| 第九节 | 演绎归纳思维能力练习 .....  | 69 |
| 第十节 | 理解思维能力练习 .....    | 71 |

### 第五单元 创造思维能力训练

|     |                   |    |
|-----|-------------------|----|
| 第一节 | 发散思维能力练习 .....    | 77 |
| 第二节 | 想像思维能力练习 .....    | 80 |
| 第三节 | 联想思维能力练习 .....    | 84 |
| 第四节 | 创新思维能力练习(一) ..... | 88 |
| 第五节 | 创新思维能力练习(二) ..... | 90 |
| 第六节 | 再造想像能力练习 .....    | 91 |



|                           |    |
|---------------------------|----|
| 第七节 流畅、变通、独创性思维能力练习 ..... | 94 |
|---------------------------|----|

## 第六单元 语言表达能力训练

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 第一节 善听能力练习 .....     | 100 |
| 第二节 会说能力练习 .....     | 102 |
| 第三节 语言游戏 .....       | 105 |
| 第四节 语言表达能力综合练习 ..... | 107 |

## 第七单元 阅读能力与观察能力训练

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第一节 正确阅读习惯练习 ..... | 113 |
| 第二节 科学阅读练习 .....   | 114 |
| 第三节 观察能力练习题例 ..... | 117 |

## 第八单元 语文能力训练

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 第一节 词语归类练习 .....      | 128 |
| 第二节 听、说、读、写综合练习 ..... | 133 |
| 第三节 作文写作能力练习 .....    | 136 |

## 第九单元 数学能力训练

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 第一节 数学基本技能练习(6~8岁) .....   | 141 |
| 第二节 数学基本技能练习(9~11岁) .....  | 143 |
| 第三节 数学基本技能练习(12~13岁) ..... | 145 |
| 第四节 数学基本技能练习(14岁以上) .....  | 146 |
| 第五节 数学应用题解题能力练习 .....      | 149 |
| 第六节 数学思维能力练习 .....         | 154 |
| 第七节 解决问题综合能力练习 .....       | 156 |
| 第八节 美国大学生高级智力测验题 .....     | 172 |

## 第十单元 考试技能训练

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 附录一 全优学习法介绍         | 181 |
| 附录二 发散思维技巧训练        | 184 |
| 附录三 右脑开发训练游戏集锦 14 集 | 186 |
| 左右脑优势测量             | 190 |
| 智商超常儿童鉴别            | 193 |
| 附录四 写作技巧精要          | 195 |
| 附录五 天才儿童评定标准        | 198 |
| 附录六 学习类型测验量表        | 200 |
| 部分练习题参考答案           | 203 |

---

## 下篇 中小学生学习能力与心理健康自测量表

---

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 一、学习动机自我测量      | 211 |
| 二、学习习惯自我测量      | 212 |
| 三、学习目标自我诊断量表    | 213 |
| 四、学习动力自我诊断量表    | 215 |
| 五、学习技能自我诊断量表    | 216 |
| 六、复习技巧诊断量表      | 219 |
| 七、学习心理综合诊断量表    | 222 |
| 八、考前身心健康状况诊断量表  | 225 |
| 九、考试心理控制能力诊断量表  | 227 |
| 十、应试答题技巧诊断量表    | 229 |
| 十一、情境性考试焦虑诊断量表  | 231 |
| 十二、中小学生人际关系评定量表 | 233 |
| 十三、人际关系自我测验     | 236 |
| 十四、师生关系诊断量表     | 240 |
| 十五、人际关系综合诊断量表   | 241 |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 十六、与父母关系状况诊断量表 ..... | 243 |
| 十七、孤独心理自我测量 .....    | 244 |
| 十八、多动症行为量表 .....     | 246 |
| 十九、网络游戏成瘾程度测试 .....  | 247 |
| 二十、中小学生情商测试量表 .....  | 249 |

# 上 篇

智能训练题粹 76 套



# 第一单元

## 定向注意力训练

### 练习提示

#### 一、“听”的重要

会听才能学习好,专心听讲是取得好成绩的保证。

#### 二、如何在学校听好课

1. 用心去听,专心致志,听前给耳朵打招呼(拨两下耳朵):喂,看你的啦。

2. 避免偏见,念:讲课的老师是最好的老师。

3. 情绪稳定,心情处于轻松、愉快状态中,坐姿舒服。

4. 关注无声语言:①注意老师的面部表情,注意看老师的眼睛;②注意老师的语调和音色;③注意老师的体态语。

5. 做出恰当反应:①不要轻易打断老师的讲话;②适时用目光与老师交流。

#### 三、课堂听讲要点

1. 积极听讲:①紧跟老师讲课思路;②超前思考,比较上课,边听边与所掌握的知识对照;③抓住讲课要点;④随时总结。

2. 写好课堂笔记:①备好笔记本;②用提纲形式记笔记;③科学分配注意力;④层次分明,一目了然;⑤留足空间;⑥留心关键词;⑦利用符号和缩写来记要点;⑧明确记忆重点。

3. 克服听讲时的不良习惯:①认为所学科目枯燥乏味;②只听

热闹不听门道;③对老师有偏见;④过分注意细小问题;⑤三心二意,浪费思考;⑥浮躁,易受干扰。

#### 四、有意注意与无意注意

无意注意指事先没有目的,也不需要努力;有意注意指有注意目的,通过努力去注意,并在注意过程中控制自己,不受干扰。

定向注意力主要指有意注意,练习内容有注意听觉训练,注意视觉训练,注意理解训练,注意想像训练,注意选择训练等。

## 第一节 注意听觉练习

### 重点与要求

1. 认识倾听的重要作用,养成倾听的良好习惯。
2. 专心,边听边在脑内加工,完成练习任务。

### 材料

纸、小棍、茶杯、相关教具。

### 练习

#### 一、听觉集中练习

闭上双眼,记下各种声音的次数(下有横线为连续)。

击掌:1.  $\Delta \quad \Delta \quad \Delta \Delta | \underline{\Delta \Delta \Delta} \quad \underline{\Delta \Delta \Delta \Delta} |$  睁眼,记。( )

2.  $\Delta \Delta \quad \Delta \quad \Delta \Delta | \underline{\Delta \Delta \Delta \Delta} \quad \underline{\Delta \Delta \Delta \Delta \Delta \Delta} | \Delta \Delta \quad \Delta \Delta$   
 $\Delta \quad \Delta \quad \underline{\Delta \Delta \Delta \Delta} | \underline{\Delta \Delta \Delta \Delta \Delta \Delta \Delta \Delta} \quad \Delta \Delta | \Delta \quad \Delta \quad \underline{\Delta \Delta \Delta \Delta} |$   
 $\underline{\Delta \Delta \Delta \Delta} \quad \Delta \quad \underline{\Delta \Delta \Delta} |$  睁眼,记。( )

击茶杯:1.  $\bigcirc \bigcirc \bigcirc \quad \bigcirc \bigcirc \quad \bigcirc | \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \bigcirc \bigcirc \quad \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} |$   
 $\underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \bigcirc \bigcirc \quad \bigcirc | \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} | \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc}$   
 $\underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \bigcirc \bigcirc | \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} | \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \bigcirc \quad \bigcirc \quad \bigcirc | \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc}$   
 $\underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} | \bigcirc \bigcirc \quad \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc \bigcirc} \quad \underline{\bigcirc \bigcirc \bigcirc} |$  睁眼,记。( )

2. ○○○○○○○○○ ○○○ ○|○○○○○○○○○○○○○○○○  
 ○○○ | ○○○○○ ○○○ | ○○○ ○ ○ ○ |  
 ○○○○○○○○○○○○○○○○○ ○○|○○○○ ○○ ○○○○○|  
 ○○○○○○○ ○○|○○○○○○|○○○ ○○|○○○○○○|○○|  
 睁眼,记。( )

## 二、听觉记忆练习

闭眼,记下各种声音,然后写下来。

制造以下声响:1. 关开门;2. 翻书;3. 咳嗽;4. 笑;5. 拍手;  
 6. 小声说“今天吃得太饱了”;7. 击桌子;8. 打电话;9. 走路;10. 吹  
 口哨。

声响全部结束,让孩子睁眼依次记下来。

## 三、听觉注意练习

漏了哪些数?

指导语:我从1到20数数,1~10会漏一个数,11~20会漏掉一  
 个数。我从1~30之间数数会漏3个数,从1~40之间会漏4个数,  
 你注意听,听后把漏下的数写出来。

1. 1 2 3 4 5 6 7 8 10 11 12 14 15 16 17 18 19 20。写( )( )

2. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 11 12 13 14 15 16 17 19 20 21 23 24 25 26 27  
 28 29 30。写( )( )( )

3. 1 2 3 4 5 6 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25  
 26 27 28 30 31 32 33 35 36 38 39 40。写( )( )( )( )

## 第二节 注意视觉练习

### 重点与要求

1. 提高注意搜寻能力,增强注意的稳定性。
2. 只用目光跟踪连线;画数字可用笔。



## 材料

### 两张图表

## 练习

一、请认真看下面数字表,然后按要求把画掉的数圈起来,要求又快又准。

数字表(一):画掉6与5中间的7,5后面的1,8和1后面的3,5后面的2。

数字表(二):画掉1前面的2,6后面的4,9后面的3,3和5前面的7。

画掉数字材料(一):

5 8 1 3 4 7 6 4 5 9 4 7 8 7 3 5 2 0 9 4  
7 8 9 0 1 8 5 2 4 0 1 8 5 2 4 1 7 8 0 1  
5 4 3 9 1 7 5 4 1 8 6 4 5 5 4 1 8 0 9 3  
0 6 7 4 6 1 2 5 4 9 1 4 5 2 3 7 2 7 7 3  
8 6 2 1 7 7 9 6 8 7 9 5 2 8 1 8 7 4 1 9  
9 0 8 2 7 5 6 7 2 5 7 4 5 2 8 9 7 3 7 6  
0 8 5 4 0 6 5 3 2 7 6 4 4 1 2 5 9 8 4 2  
4 3 9 1 3 4 9 5 7 6 4 4 1 2 5 9 8 4 1 2  
5 5 7 6 4 5 9 1 6 8 3 9 5 1 3 0 9 7 5 6

共画掉( )处。

画掉数字材料(二):

9 6 5 4 5 6 1 2 1 6 6 4 2 5 9 4 6 0 2 6  
9 3 7 3 5 1 2 1 8 0 6 4 5 9 3 8 6 5 1 7  
9 0 1 6 5 5 5 6 1 2 8 1 9 6 5 4 2 1 8 4  
5 9 6 5 1 5 5 9 5 5 4 1 2 5 6 7 3 2 7 5  
1 2 3 4 5 9 5 7 6 4 6 5 6 6 3 1 2 4 6 7  
2 2 5 5 6 1 2 1 5 8 9 6 3 5 7 3 7 5 2 4