

孩子上课走神

写作业慢 怎么办

提高学生听课效率的最优策略方案
解决学生写作业慢的最佳训练方法

柯琳娟/编著

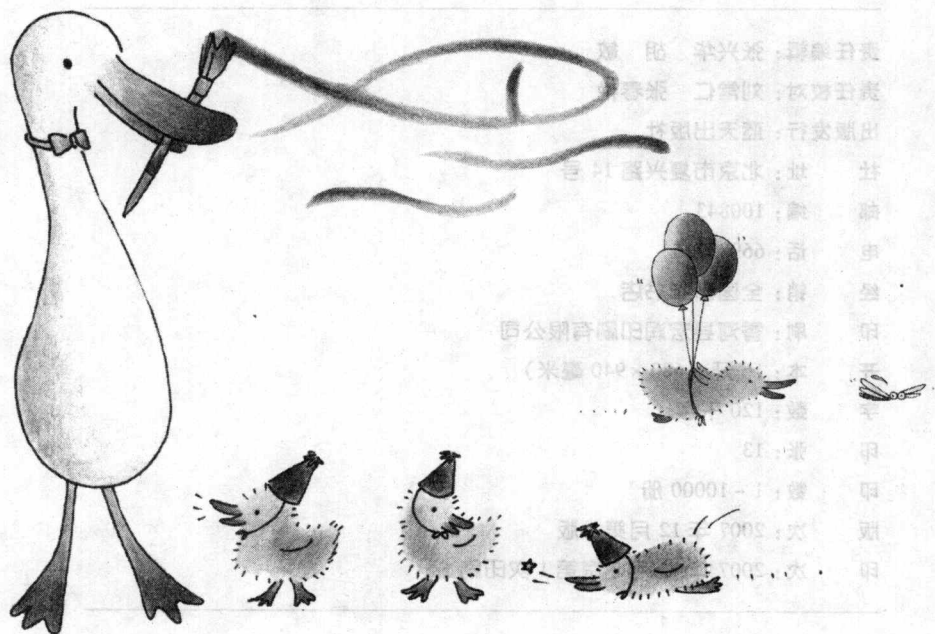
如果说好的学习习惯是一位独具匠心的建筑师，
那么好的学习方法则是精美实用的建筑材料。



蓝天出版社

孩子上课走神 写作业慢 怎么办

柯琳娟/编著



蓝天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子上课走神、写作业慢怎么办/柯琳娟编著. —北京:
蓝天出版社, 2007. 7
ISBN 978 - 7 - 80158 - 939 - 2

I. 孩… II. 柯… III. 小学生—学习方法 IV. G622.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 101369 号

责任编辑: 张兴华 胡 敏

责任校对: 刘常仁 张春艳

出版发行: 蓝天出版社

社 址: 北京市复兴路 14 号

邮 编: 100843

电 话: 66983715

经 销: 全国新华书店

印 刷: 香河县宏润印刷有限公司

开 本: 16 开 (680 × 940 毫米)

字 数: 120 千字

印 张: 13

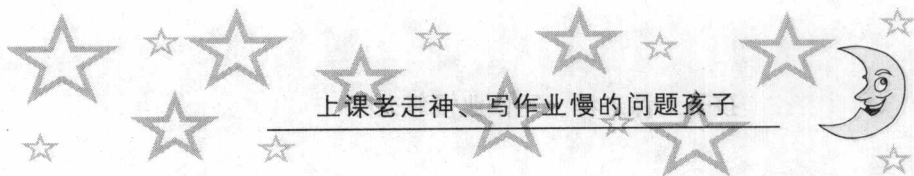
印 数: 1 - 10000 册

版 次: 2007 年 12 月第 1 版

印 次: 2007 年 12 月北京第 1 次印刷

定 价: 22.80

蓝天出版社



上课老走神、写作业慢的问题孩子

引子：上课老走神、写作业慢的问题孩子

上课不能长时间专心听讲，注意力分散；常常充耳不闻，无法理解老师课堂讲授的知识；记不全或记不住老师口头布置的作业和事情；复述老师所讲内容时，显得语无伦次；回家写作业必须家长陪同；别人半个小时完成的作业，他却一个半小时都不能完成；不能理解题目的意思，不会做题……孩子这些上课不注意听讲、写作业慢的问题常常困扰着家长。

忧忧今年上小学二年级，学习成绩中等，上课时总爱走神、爱做其他动作，如摆弄摆弄文具盒，看看其他同学，要不就偷偷看漫画书等等。刚开始怀疑孩子是不是得了多动症，可带她去医院检查不是多动症。

明明已经上三年级了，他最害怕的就是写作业。主动写作业的次数少之又少，每天父母都要挤出时间陪他写作业。作业虽然不多，可别的同学半个小时就写完，他却心不在焉，每天磨磨蹭蹭到很晚才写完。一会儿要去上厕所，一会儿要找作业本，一会儿又要喝水，即使在家长的督促下，也写不快，对作业的抵触情绪非常严重。

玲玲是一个聪明活泼的四年级女生，但就是上课听讲的效果非常不好。老师在上课的时候，经常会发现玲玲的眼睛不是黯然无神，就是盯





孩子上课走神、写作业慢怎么办

着窗外或者周围其他的同学，要不就是手里不停地摆弄着铅笔、尺子、书包带等物品。如果教室外发生了什么事情，有了什么声音，玲玲一定是全班第一个被吸引过去的。她回答问题时，常常是“一问三不知”。不用说，她的考试成绩在班里只能排个中下等。如此不良的听课状况，一旦孩子升入高年级，功课肯定跟不上。为此老师私下找来了玲玲的妈妈。果然，她妈妈也说孩子在家做作业的时候，总是磨磨蹭蹭，边做边玩，不是要喝水，就是要上厕所，还经常发愣，一个小时的作业量，她总要用两到三个小时才能完成，而且正确率也不高。玲玲的妈妈为此非常发愁。

栋栋是五年级男生，从上小学开始，他上课就不守纪律，注意力不集中，东张西望，做小动作，影响其他同学听课，他的同桌都换好几个了。栋栋平时写作业的速度也慢，别人一个小时就能完成的作业，他要拖到两三个小时。

丹丹是个聪明伶俐的女孩，读小学时成绩优秀，父母很少为她操心。可她上了初中后，父母却操起心来。先是丹丹早上不肯吃早餐，有时带一盒酸奶就去上学了，想到这么点儿东西要对付几节课，妈妈很心疼，但面对任性的女儿，妈妈也无可奈何。老师反映，上课的时候丹丹老走神，课堂作业也老是做不完。

据有关报道，在校园里对30名中小学生学习进行调查，仅有60%的受访学生认为自己能在上课时集中注意力，40%的受访学生能在上自习时集中注意力。当回答“能坚持多久集中精力地听课”时，大部分学生只能坚持15~30分钟，有70%的学生承认上课时“有时走神”。

为什么同样45分钟的一堂课，各个孩子的效率却不一样呢？有的孩子聚精会神，有的孩子却心不在焉。还有的孩子上课也认真听了，可



是回家做起作业来，还是很困难，很多东西都没能吸收。

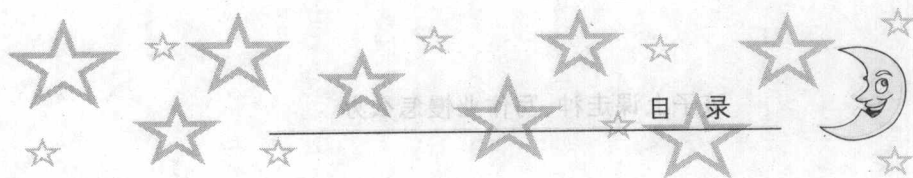
听课写作业的效率取决于孩子的学习动机和学习兴趣，智商、情商和环境三者共同作用于孩子。有些家长常说的“没带耳朵听课”并不能囊括那些听课效果差写作业慢的孩子所出现的问题。听课效果差、写作业慢只是各种问题集中的表现，而具体问题要视每个孩子不同的情况分析。

有一些孩子，他就是单纯的听力有问题，他没能听清楚老师的讲课内容；有一些孩子，他则是听知觉能力发展不足，不能集中精力全面接收老师发出的信息；也有一类孩子，是因为语言组织能力和表达能力的欠缺造成的……当然，还有一些孩子，他们属于主观层面上的注意力不集中，好动、坐不住；对外界的其他刺激极其敏感，容易分神；很难长时间地做一件事等等。

在本书后面的章节中，我们将通过大量的案例，具体分析孩子听课容易走神、写作业慢的形成原因，并针对具体问题为家长提供解决问题的具体方法和手段，以供家长和孩子们借鉴。

编者





目录

目录



怎么办

上篇：孩子上课老走神怎么办

第1章 孩子为什么容易上课走神

1. 孩子上课走神的原因 / 4
2. 孩子上课走神，家长可以做什么 / 8
3. 你的孩子属于哪种学习类型 / 12
4. 家长对孩子上课走神问题的误区 / 17





孩子上课走神、写作业慢怎么办

怎么办

第2章 帮助孩子提高听知觉对抗上课走神

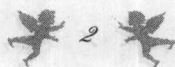
1. 听知觉发展不平衡的孩子 / 20
2. 孩子听知觉发展不平衡，忘性大，上课老走神 / 23
3. 提高记忆力，帮助孩子克服学习难题 / 26
4. 10种增强孩子记忆力的方法 / 30
5. 12种能增强记忆力的食物 / 39
6. 提高听知觉的专项训练 / 42

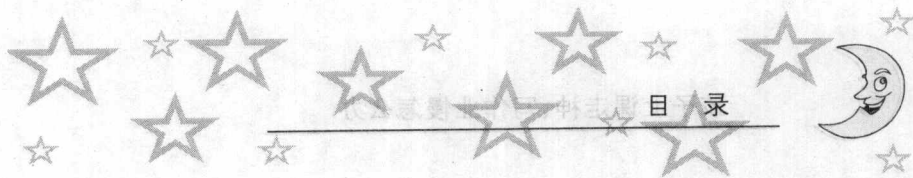
第3章 帮助孩子提高注意力来对抗上课走神

1. “三心二意”的孩子 / 46
2. 提高孩子注意力，家长应该做的事 / 49
3. 保持注意力的集中，孩子自己可以做的事 / 54
4. 用专门的训练来提高注意力 / 56

第4章 帮助孩子提高口头表达能力来对抗上课走神

1. 神童卞迁 / 64
2. 孩子不善表达的原因 / 66
3. 家长培养孩子表达能力时的常见失误 / 74
4. 提升口头表达能力孩子自己可以做的事 / 80
5. 提升孩子口头表达能力父母可以做的事 / 83
6. 口头表达能力提升专项训练 / 86





目录

怎么办

第5章 提高孩子的学习兴趣

1. 孩子为什么没有学习兴趣、厌学 / 90
2. 激发孩子的学习兴趣，老师可以做的事 / 93
3. 家长如何让孩子喜欢学习 / 97
4. 美国中学如何防止学生上课走神 / 100

下篇：孩子写作业慢怎么办

第6章 孩子为什么写作业慢

1. 孩子写作业慢的问题表现 / 106
2. 家长对孩子写作业慢问题的误区 / 111
3. 孩子为什么写作业慢 / 115

第7章 帮助孩子改掉写作业慢的毛病

1. 培养孩子独立解决问题的能力 / 122
2. 孩子写作业没耐心怎么办 / 129
3. 改变孩子的慢性子 / 135
4. 锻炼孩子的耐性 / 140





孩子上课走神、写作业慢怎么办

怎么办

5. 培养孩子的好脾气 / 145

第8章 孩子的不良作业心理及矫正办法

1. 不良作业心理的表现 / 153

2. 产生不良作业心理的原因 / 158

3. 养成认真及时完成作业的习惯 / 163

4. 帮助孩子快速完成作业 / 172

5. 写给孩子：写作业慢，我们自己就可以克服 / 175

第9章 游戏训练，激活孩子潜能

1. 训练孩子柔性思维的游戏 / 178

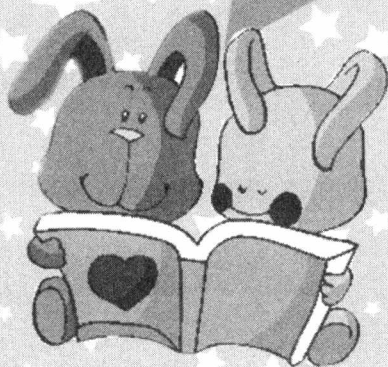
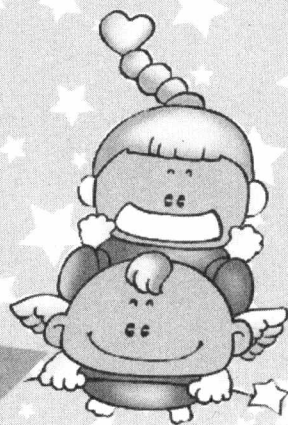
2. 训练孩子创意思维的游戏 / 182

3. 训练孩子逻辑思维的游戏 / 186

4. 训练孩子观察分析力的游戏 / 192



上篇：
孩子上课老走神
怎么办



孩子为什么容易 上课走神

第1章

HAIZISHANGKELAOZOUSHEN
ZENMEBAN





1

孩子上课走神的原因

大体来说，影响孩子听课效率、容易走神的原因主要有这样几点：

(1) 神经系统发育迟缓。

注意力、专注力、理解力等心理活动的基础是神经活动。神经系统成熟的延迟和大脑功能失调，都有可能导致儿童的注意力不集中，表现为上课时爱走神。



(2) 个体差异。

孩子的气质特征受遗传影响，有的孩子活泼好动，兴趣广泛，但是做事情却常常有始无终；而另外一些孩子则很有耐心，他们兴趣专一，喜欢安静。所以，针对前一类孩子的气质特征，老师和家长可以为孩子多创造一些合理的活动机会，这才是预防他们上课走神的一个好办法。



比如在一节课中间，这种孩子出现坐不住及走神的现象时，老师可以讲一个笑话，或者叫那些坐不住的孩子起来回答问题，甚至让他上讲台擦黑板活动活动。这样再进入紧张的学习时，就可以使孩子重新专心起来。

(3) 智力因素。

发育迟缓可以对孩子的心理活动造成很大的影响，使其注意力涣散。这样的孩子很难理解老师讲课的内容，不能随着老师的思路进行思考，所以就经常地走神。特别是一些不容易发现的边缘性智力障碍者更是如此。

(4) 心理卫生问题。

一些非智力因素也可以使孩子出现上课走神和学习困难的问题。其主要因素包括：志向、兴趣、毅力等方面，这些都是受家庭和社会风气影响的结果。这类孩子表现为情绪不稳定、焦虑、恐惧以及行为和品行问题。如厌学、逃学、说谎、偷窃等；甚至产生严重的精神疾病。

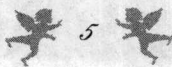
(5) 不良的教育模式。

这主要是由于父母不适当的教育方式引起的。他们对孩子持有过高的期望值引起孩子思想过度紧张，从而导致孩子厌学，表现为上课走神或打瞌睡。

另外是有一些老师不考虑孩子的心理承受能力，不根据孩子的心理特点和注意力时间的长短，采用满堂灌的教学方法，这也是导致孩子上课走神的一个重要原因。

(6) 身体疾病。

由于目前饮食过度精细，并且大量的零食中含有色素和食品添加剂，使孩子体内维生素和微量元素缺乏或偏食，导致儿童贫血、营养不良，这也会使孩子上课走神。





看看孩子的天赋

及时发现孩子的天赋，意味着及时发现孩子在某些方面的超常表现，你的孩子有哪些方面的天赋呢？

1. 是否擅背诗句或电视中的台词、广告词？
2. 是否理解你的情绪变化？
3. 是否喜欢问诸如“时间是什么”“最大的东西有多大”等问题？
4. 是否很少迷路？
5. 是否特别文静，爱动脑筋？
6. 是否唱歌不走调？
7. 是否了解“雷”“电”是如何形成的？为什么会下雨等？
8. 是否很容易就学会系鞋带和骑自行车？
9. 是否特别喜欢扮演角色和化妆游戏？
10. 是否能及时提出家长说话时某个字说错了？
11. 乘车外出时，是否能记得住路标并指出来？
12. 是否喜欢听音乐，并很容易地分辨出是哪种乐器的声音？
13. 是否能把图画画好，并能清楚地标上地点？
14. 是否擅长模仿和表演？
15. 是否能把大小玩具按颜色分别放在各个位置？
16. 是否能将感情和动作配合起来？



- 测试结果:

假如以下每组三个问题都回答“是”的话，那么你的孩子很可能具有的天赋为：

问题 1、9、17——语言天赋；

问题 6、12、16——音乐天赋；

问题 3、7、15——逻辑数学天赋；

问题 4、11、13——空间感强；

问题 5、8、14——心灵手巧；

问题 10、16、19——了解自己；

问题 2、10、18——了解他人。

——选自《不要输在家庭教育上》

