



五彩校园 文化艺术活动丛书

校园智力类活动

指导手册



石岚君◎编著

让学校成为五彩花园 让学生成为阳光少年 学生综合素质训练营



吉林出版集团有限责任公司 | 全国百佳图书出版单位



五彩校园文化艺术活动丛书

五彩
校园

校园智力类活动指导手册

石岚君 ©编著



 吉林出版集团有限责任公司 | 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (C I P) 数据

校园智力类活动指导手册 / 石岚君编著. -- 长春 :
吉林出版集团有限责任公司, 2013. 11

ISBN 978-7-5534-3302-8

I. ①校… II. ①石… III. ①智力游戏—青年读物②
智力游戏—少年读物 IV. ①G898.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第226675号

校园智力类活动指导手册

石岚君 编著

出 版: 吉林出版集团有限责任公司 全国百佳图书出版单位
地 址: 吉林省长春市人民大街4646号
电 话: 0431—86037606
传 真: 0431—85678550
出 版 人: 齐 郁
总 策 划: 许亚玲
选题策划: 朱万军
责任编辑: 孙 婷
封面设计: 大华文苑
法律顾问: 赵亚臣
发 行: 吉林出版集团青少年书刊发行有限公司
电 话: 0431—86037637
制 版: 大华文苑(北京)图书有限公司
印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司
开 本: 710×1000 1/16
印 张: 12
字 数: 158千字
版 次: 2014年2月1次
印 次: 2014年2月1次
定 价: 23.80元
ISBN 978-7-5534-3302-8

前言

PREFACE



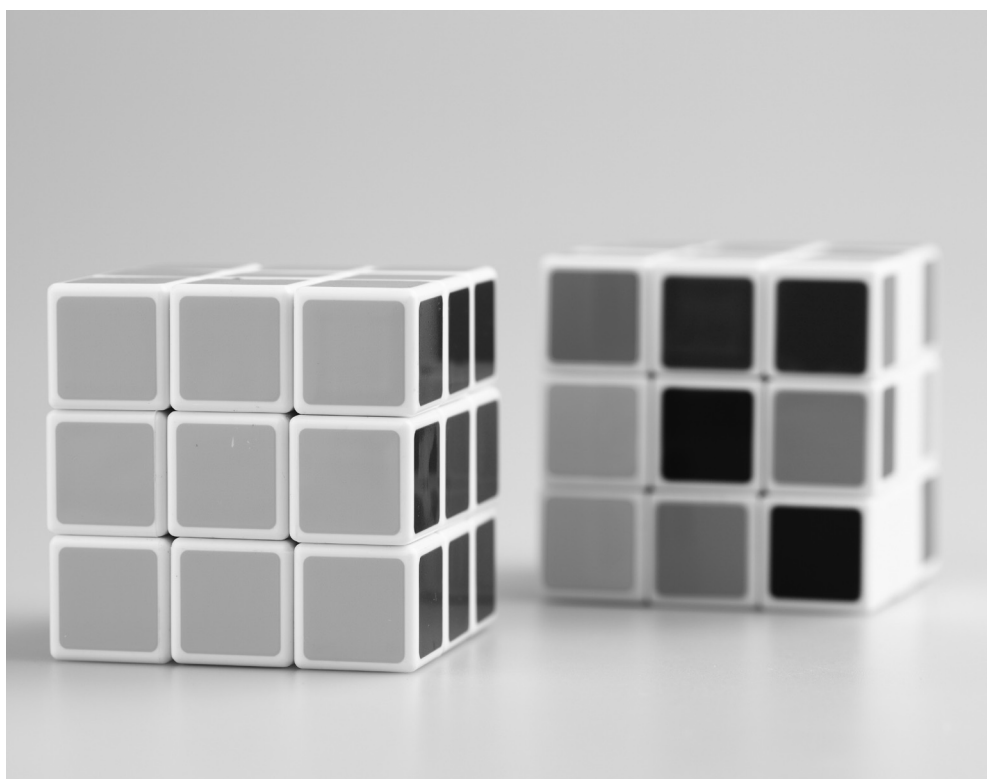
在党和政府的要求下，长期以来，学校文化艺术活动作为学校教育教学工作的一个重要组成部分，不仅是广大青少年建立兴趣爱好和成材的重要途径，而且是学校德育工作发挥巨大作用的主要因素。营造丰富多彩的校园文化，为广大青少年开拓广阔的成材之路，这是加强素质教育的要求，也是培养青少年未来实现中国梦的要求。

学校开展形式多样的文化艺术活动，能够使广大青少年达到开阔视野、陶冶情操、增长才智、提高素质、沟通人际、适应社会以及改善知识结构和掌握实用技能等方面的效果。在这些文化艺术活动中，广大青少年通过接受不同形式、不同内容的有益教育，能够起到潜移默化的作用，这对造就和培养有理想、有道德、有纪律、有文化、适应中国复兴和实现中国梦的新一代人才有着十分重要的作用。

因此，越来越多的学校对于开展丰富的文化艺术活动和营造浓郁的校园文化环境给予了越来越多的投入和努力，学校里的音乐队、合唱团、舞蹈队、书画社、兴趣小组等，简直琳琅满目。因此，校园文化艺术活动的组织策划与指导就显得十分重要了。这就需要坚持先进文化的正确方向，以育人为根本目标，努力发展符合实际需要、并为广大师生喜闻乐见，且具有实效的校园物质文化和精神文化体系，真正营造五彩校园的文化氛围。

为此，根据党和政府有关政策和部门的要求以及国内外最新校园文化艺术的发展方向，特别编撰了《五彩校园文化艺术活动》丛书，不仅包括校园文化艺术活动的组织管理、策划方案等指导性内容，还包括阅读、科普、歌咏、器乐、绘画、书法、美化、舞蹈、文学、口才、曲艺、戏剧、表演、游艺、游戏、智力、收藏、棋艺、牌技、旅游、健身等具体活动项目，还包括节庆、会展、行为、环保、场馆等不同情景的活动开展形式等，具有很强的系统性、娱乐性、指导性和实用性。

本套丛书适当配图，图文并茂，设计精美，格调高雅，不仅是广大学校用于开展丰富文化艺术活动的最佳指导读物，也是大中小学学校领导、教师，在校大中小学学生、研究生、博士生以及有关人员学习的最佳实用读物，还是各级图书馆珍藏的最佳版本。



目录

CONTENTS



N01. 校园智力活动学习指导



智力的定义及构成因素..... 002

智力的影响因素 005

智力的开发与增长方法..... 008

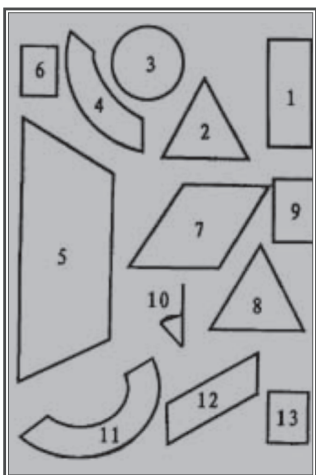
N02. 学生观察力锻炼指导

观察力的定义与特点..... 014

提高学生观察力的方法..... 020

训练学生观察力的方法与步骤... 027

学生观察力的锻炼游戏..... 030



N03. 学生注意力锻炼指导

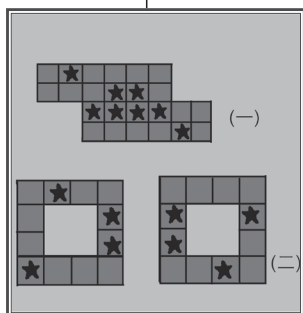
注意力的定义与特点..... 044

学生注意力的提高与训练..... 046

学生保持注意力的方法..... 054

学生注意力的锻炼游戏..... 056

N04. 学生记忆力锻炼指导



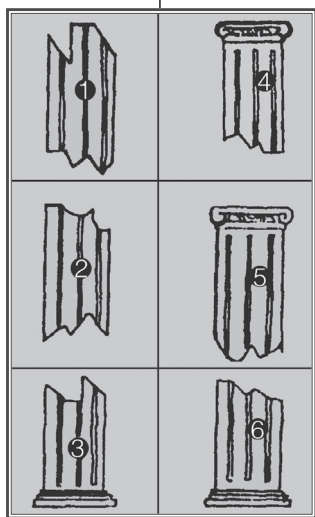
记忆力的分类 078

影响学生记忆力的因素 082

提高学生记忆力的方法与步骤 085

学生记忆力的锻炼游戏 089

N05. 学生思维力锻炼指导



思维力的定义与内涵 112

学生思维力的调整与提高 114

学生思维力的训练与培养 119

学生思维力的锻炼游戏 123

N06. 学生想象力锻炼指导

想象力的定义与形式 148

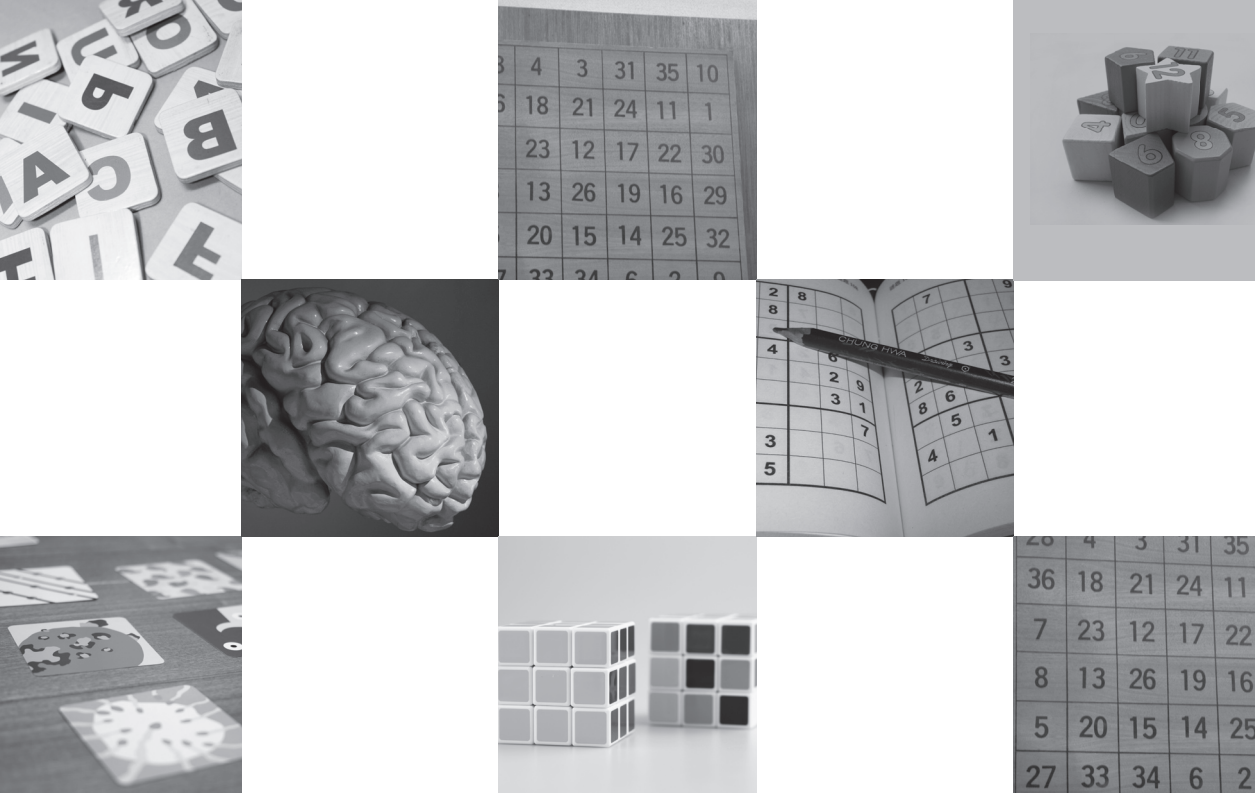
想象力的技巧与重要性 154

学生想象力的训练方法 159

学生想象力的锻炼游戏 162







N01. 校园智力活动学习指导



智力的定义及构成因素

智力是指生物一般性的精神能力。指人认识、理解客观事物并运用知识、经验等解决问题的能力，包括记忆、观察、想象、思考、判断等。

这个能力包括以下几点：理解、计划、解决问题，抽象思维,表达





意念 以及语言和学习的能力。当考虑到动物智力时，“智力”的定义也可以概括为：通过改变自身、改变环境或找到一个新的环境去有效地适应环境的能力。

观察力

是指大脑对事物的观察能力，如通过观察发现新奇的事物等，在观察过程中对声音、气味、温度等有一个新的认识，并通过对现象的观察，提高对事物本质认识的能力。

我们可以在学习训练中增加一些训练内容，如观察和想像项目，通过训练来提高学员的观察力和想像力。

注意力

是指人的心理活动指向和集中于某种事物的能力。

例如我们好的学员能够全神贯注地长时间地看书和研究课题，而对其他的无关的游戏、活动等的兴趣大大降低，这就是注意力强的体





现。

记忆力

是认识、保持、再认识和重现客观事物所反映的内容和经验的能力。例如我们到老时也还记得父亲母亲年轻时的形象，少年时家庭的环境等一些场景，那就是人的记忆在起作用。

思维力

是人脑对客观事物间接的、概括的反映能力。当人们在学会观察事物之后，他逐渐会把各种不同的物品、事件、经验分类归纳，不同的类型他都能通过思维进行概括。思维力是智力的核心。

想象力

是人在已有形象的基础上，在头脑中创造出新形象的能力。比如当你说起汽车，我马上就想像出各种各样的汽车形象来就是这个道理。因此，想象一般是在掌握一定的知识面的基础上完成的。

智力的影响因素

饮食

人是大自然创造的，食物是生命也是大脑的物质基础，食物决定了生命、大脑的健康。大量的研究表明，缺乏某些食物大脑就会不健康，甚至造成无脑儿。人类的精英主要是巧合的科学食疗，因此，如果把这种巧合变成科学——个性化科学食疗，人就可以变得更加聪明。





遗传与环境

遗传素质是智力发展的生物前提。良好的遗传素质，是智力发展的基础和自然条件。有研究发现：遗传关系越密切，个体之间的智力越相似。但是遗传只为智力发展提供了可能性，要使智力发展的可能性变成现实性，还需要社会、家庭与学校教育许多方面的共同作用。在遗传和环境对智力的作用上，遗传决定了智力发展的上限，这个上限只有在一种理想的适时环境下才能达到；而遗传所决定的上限越高，环境的作用就越大。

早期经验

人的智力发展的速度是不均衡的。研究表明，早期阶段获得的经验越多，智力发展得就越迅速，不少人把学龄前称为智力发展的一个关键期。美国布鲁姆提出了一个重要假设，把5岁前视为智力发展最迅速的时期，如果17岁的智力水平为100%，那么从出生到4岁就获得50%的智力，其余30%是4-7岁获得的，另外20%是8--17岁获得的。





教育与教学

智力不是天生的，教育和教学对智力的发展起着主导作用。教育和教学不但使儿童获得前人的知识经验，而且促进儿童心理能力的发展。例如教师在运用分析和概括的方法讲授课程内容时，不仅使学生获得有关的知识，还掌握了把这种方法作为思维的手段，如果把这种外部的教学方法和学习方法逐渐转化为内部概括的思维操作，这方面的能力便形成了。

社会实践

人的智力是人在认识和改造客观世界的实践中逐渐发展起来的。社会实践不仅是学习知识的重要途径，也是智力发展的重要基础。爱迪生的启蒙教师是自己的母亲，但实验是他创造发明的基础，是他才智形成的重要条件。

主观努力

环境和教育的决定作用，只能机械、被动地影响能力的发展。如果没有主观努力和个人的勤奋，要想获得事业的成功和能力的发展是根本不可能的。

世界上许多杰出的思想家、科学家、艺术家，无论他们所从事的事业多么不同，但他们都具有共同点，即醉心于自己的事业，长期坚持不懈，刻苦努力，顽强与困难作斗争。如果没有这些，他们也只能是平庸的人，既不可能取得成就，能力的提高也无从谈起。

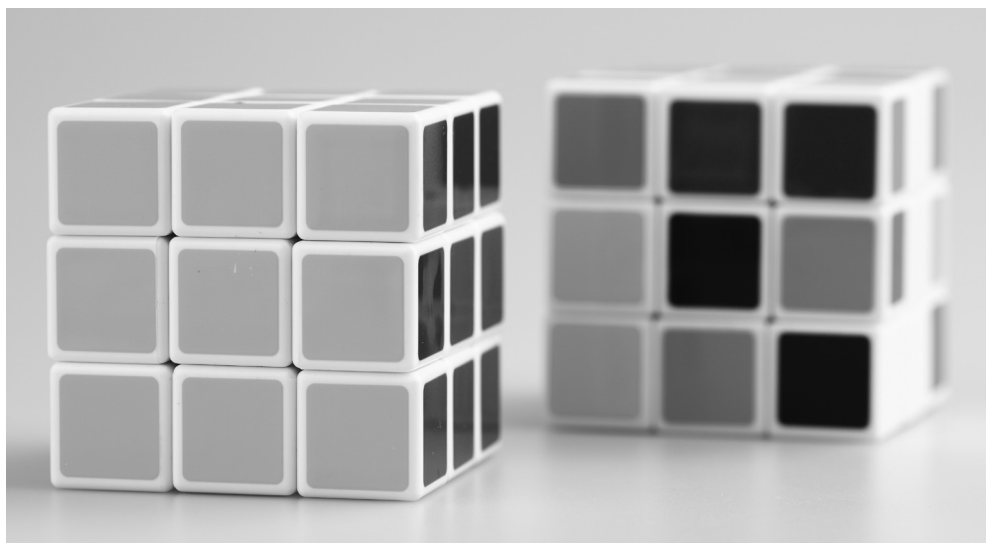
智力的开发与增长方法

开发智力

智力对一个人的影响是很大的，所以对于智力的培养非常的重要，那么，如何去培养与开发孩子的智力，问渠心理网为家长给出以下几个方案。

家长应该以欣赏、欣慰、感恩的心态对待自己的孩子，自始至终对自己的孩子充满信心和希望。每个孩子都是一个潜在的天才!每个孩子都不同程度地拥有八种智力或九种智力!每个孩子都有可能将其中的一种或几种智力发挥到淋漓尽致!

家长应该重新认识“智力”，及时转移开发孩子“智力”的重





心。传统的智力以言语——语言智力和逻辑——数理智力为核心，家长主要关注孩子言语——语言智力和逻辑——数理智力的培养和发展。加德纳的研究结果表明：智力是“在一定的社会文化背景下，个体用以解决自己面临的真正难题和生产及创造出社会所需的有效产品的能力”。

家长应该及时将开发孩子“智力”的重心转移到培养和发展孩子“解决实际问题的能力”和“生产及创造出社会需要的有效产品的能力”上，注重孩子适应社会发展需要的素质的全面提升的培养。（在某种意义上，素质教育所强调的培养孩子的实践能力和创造能力与加德纳的多元智力理论所追求的方向是一致的）。

家长应该与时俱进，终身学习，不断掌握“激活”孩子各种智力的有效方法。智力是一种潜能，是人的中枢神经系统的潜在发展能力。家长可以成为这种潜能的“激活者”，也有可能是在无知中或无意间成为这种潜能的“终结者”。