

吴莲芳  
汪骏

编著

# 粗心 我该怎么办

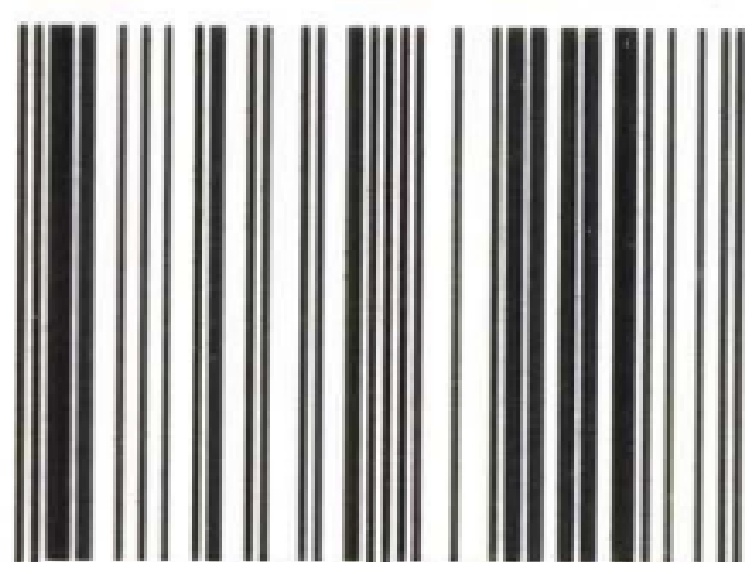
**减少**小学生粗心问题的200个游戏



江苏少年儿童出版社

# 粗心 我该怎么办

ISBN 7-5346-3229-3



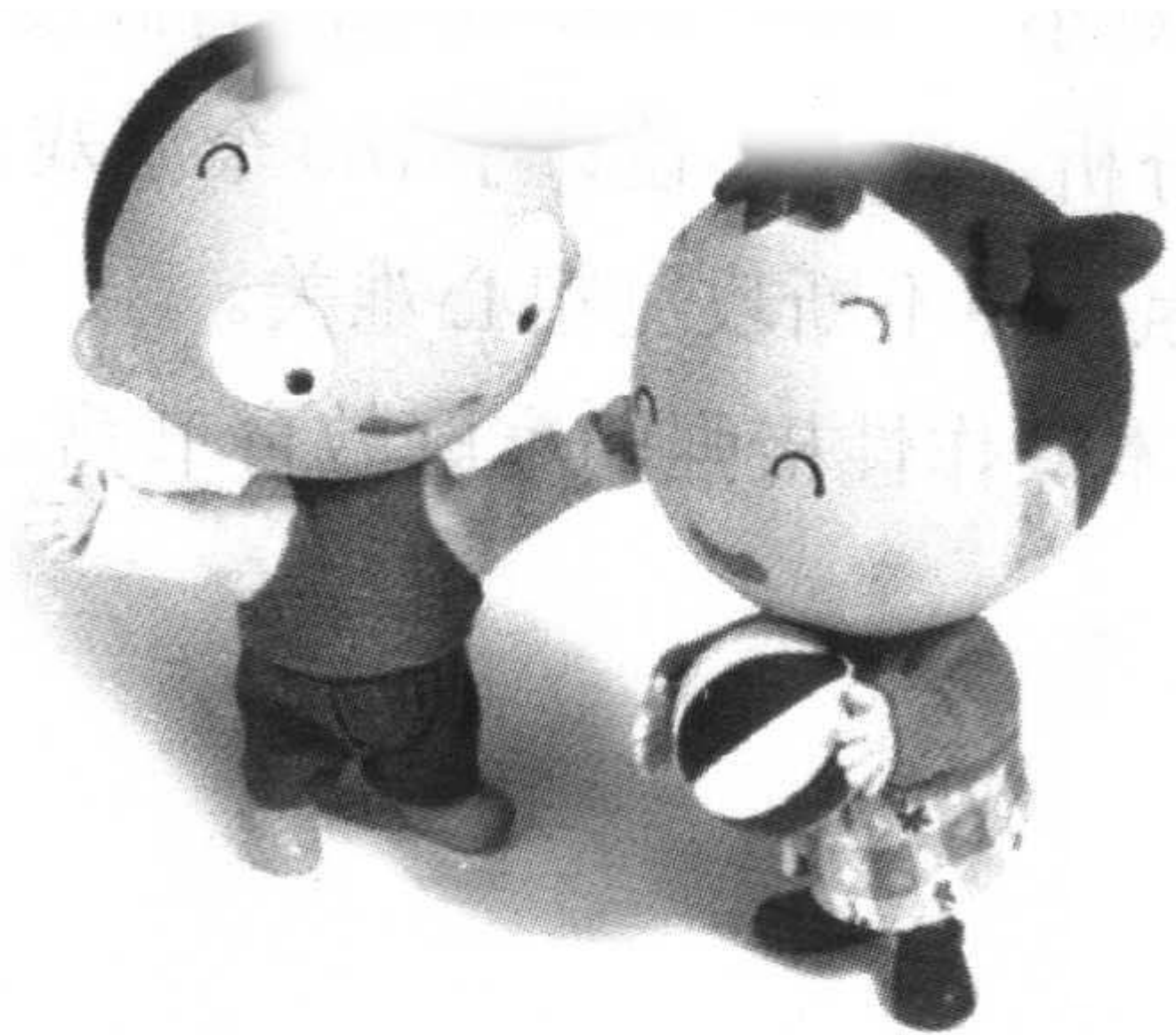
9 787534 632297 >

ISBN 7-5346-3229-3

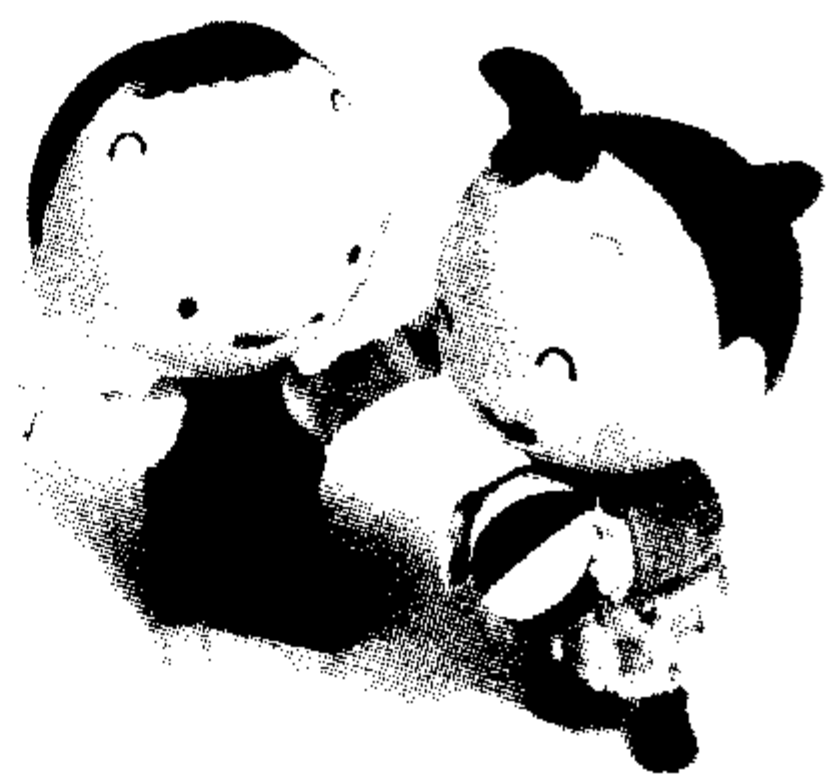
G·1468 定价:11.00 元

# 粗心 我该怎么办

减少小学生粗心问题的 180 个游戏



 江苏少年儿童出版社



## 简介

“粗心！”这是在与众多的家长交流的过程中，当问及孩子的学习状况时，百分之八九十的家长脱口而出的回答。但是大多数的家长往往把粗心简单地归结为态度马虎、不认真，而不了解粗心现象背后的一些深层原因。

本书针对小学生粗心问题，不仅有高度的理论阐释，也有实际案例的分析。此外还设计了180个游戏，定会让孩子们在轻松快乐的氛围中不断攻克粗心难关。

这是一本操作性极强的家庭教育书籍。





# 序

在目前中国的社会中，升学压力令很多父母、老师尤其是身在其中的儿童青少年们感到困惑甚至难以忍受。但是，怨天尤人是无济于事的，现实依然需要面对，父母老师依然要为孩子们的升学忙碌，儿童青少年依然需要加入学习和考试的大军并为之拼搏。对于很多人而言，好像这是一种无奈，可转换一种思维模式，细细一想，似乎也未尝不是一种锻炼。常言道“条条大路通罗马”，既然学习压力是不可回避的，正视它并设法借助必要的训练和学会有效的学习技巧来驾驭它，从学习中体验乐趣，也未尝不是一件好事。

接到书稿之后，我一边浏览，一边思考：现在的社会是否应该有一些这样的作者，他们从儿童中来，他们在参与儿童培训的过程中研究儿童，他们注重探寻一些实际的办法来协助儿童及其父母在知识学习的苦苦探寻





中发现技巧并体验乐趣。尽管很多的方法还不是很成熟，甚至某些方法可能还很难从现有的一些理论中找到依据，但它们不失为一个很好的尝试，至少作者在书中所呈现的方法考虑到了协助父母和孩子们按照自己的特点去学习驾驭知识。早在上个世纪末，联合国教科文组织就提出了“学会学习”的口号，而这恰恰也就是作者在书中所贯彻的“家庭教育、学习能力训练、心理引导及全面素质培养为一体的‘个性化学习习惯和学习能力’（PHA）智能训练模式，着力解决学生注意力不集中、书写困难（包括动作慢）、粗心、记忆方法不够科学、逻辑推理困难、写作困难、语言表达困难、阅读困难及多动等困扰学生学习最为突出的问题”这样一种理念。这其中的很多方法，都是作者经过在对很多家庭和孩子的训练过程中摸索、尝试和反复验证的结果，对于希望让自己的孩子学会学习的父母来说是一个难得的好教材，不妨一读。

记得几年前在和一个友人谈及孩子培养与教育的问题时，大家都感慨：“现在做父母实在太不容易，我们的家庭普遍都只有一个孩子，等到尝试过后学会做



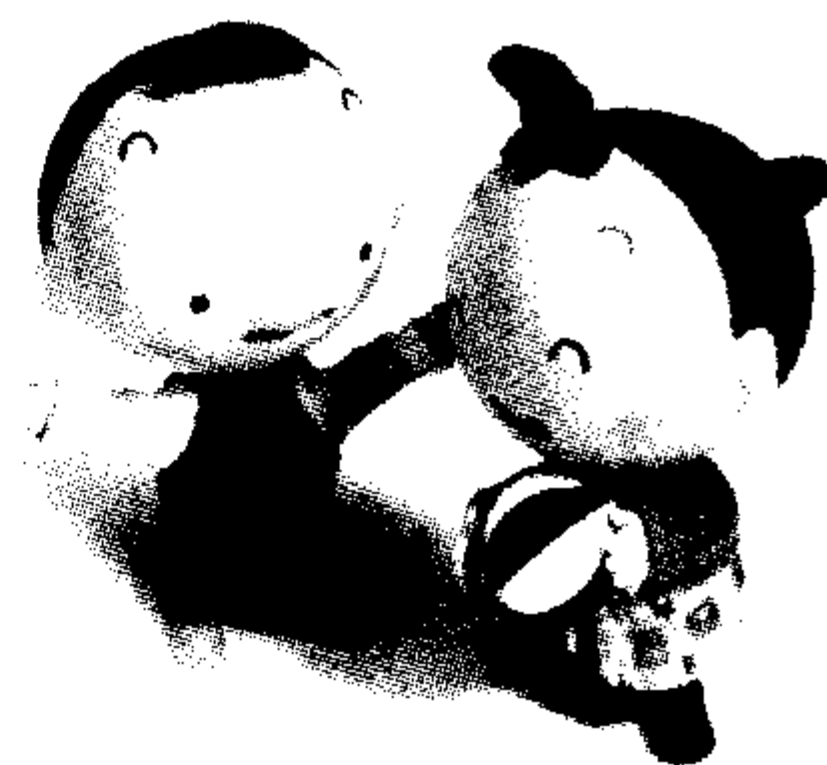


父母的时候，已经没有机会再去做父母了。”为了改变这种现状，帮助父母在尝试教育孩子的进程中获取一些有用的方法和技巧，作者写了这本书。这无疑是一件事半功倍的事情，必将造福很多人。

我在美国的时候，一位美国朋友曾向我推荐一套训练中小学生学习方法的教材，她告诉我这套教材是如何切合孩子们的需要，它因为有效的训练和协助孩子们学会“取鱼之道”而在美国大受孩子与家长的欢迎。我将信将疑，但粗略翻了一下，确实是深有感触：用如此具体实践的方法，深入浅出地将心理学的思想和最新成果转变成为训练策略，教给孩子们，实在是一个难得的创举。如果中国能够有这样一些训练教材，我们的孩子们在学会学习上定会大大受益的。

不过，话说回来，学习何尝不是一件需要吃苦和需要付出的事情呢？尤其对于儿童青少年来说，游戏玩耍比之学习显然要轻松快乐得多。学习首先是一件需要付出、需要吃苦头的事情，扪心自问，包括我们自己，当还身处孩提时代，我们不都是在一种充满苦痛的艰难拼搏之中成长的吗？虽然现代社会中人们的生活条件得到





了大大提高，但社会竞争的事实依然不会改变。在这种优越社会生活条件下的人们更加需要告诫自己：只有加倍努力，才能跟上时代步伐。我想，这也正是很多家长对子女教育寄予厚望的重要原因。

傅 宏

2004年金秋于南京随园

(注：作者为南京师范大学教育学院副院长、博士生导师)





# 目 录

## 第一章 家长对粗心的误解 /1

- 误区一：孩子主观不努力 /4
- 误区二：片面关注学习习惯，忽视做事的条理性 /7
- 误区三：过度单调的重复，引起心理疲倦 /9

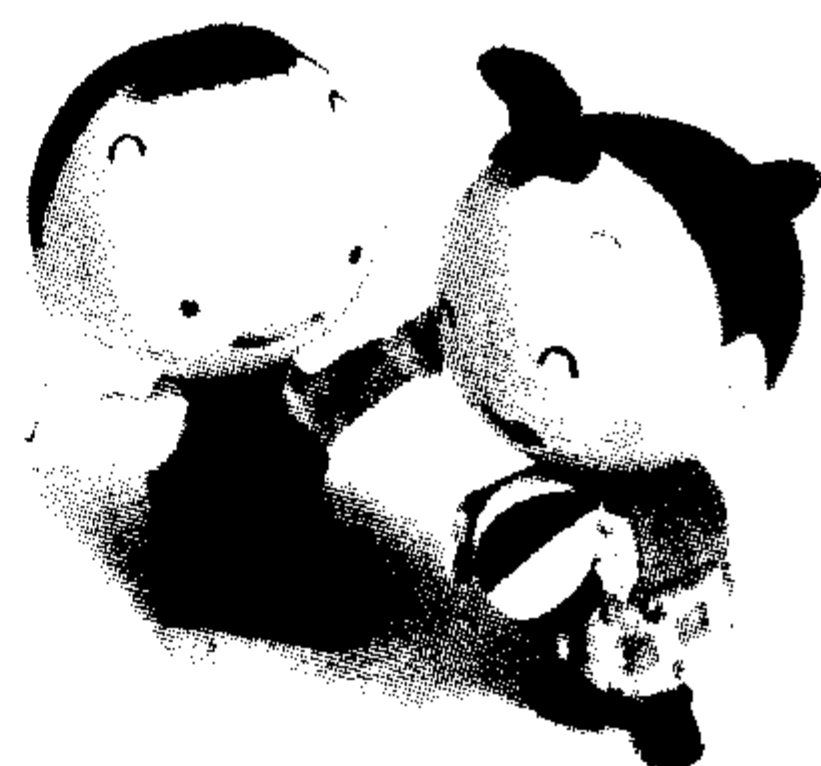
## 第二章 粗心形成的原因剖析 /12

- 一、注意力不集中 /12
- 二、视知觉能力发展失衡 /14
- 三、知识点掌握不好造成认知不清 /21
- 四、思维能力造成的审题不明 /22
- 五、不同的个性和学习类型造成的粗心倾向 /23
- 六、父母不良的心理暗示 /26
- 七、不良的学习习惯 /29

## 第三章 解决数学粗心问题的策略 /30

- 一、数学粗心的分类 /30
- 二、解决数学粗心问题的三大要素 /31
- 三、解决数学粗心问题的有效途径 /35





## 第四章 解决语文粗心问题的策略 /50

- 一、语文粗心的表现形式 /50
- 二、解决视知觉能力的有效途径 /53
- 三、影响孩子阅读的因素 /58
- 四、如何辅导孩子阅读 /62

## 第五章 解决做事粗心习惯的策略 /66

- 一、做事的条理性源于生活 /66
- 二、教育步骤源于教育目标 /71
- 三、多给孩子细心的心理暗示 /73
- 四、养成做事有条理的有效途径 /75

## 第六章 解决粗心问题的基础训练 /80

### 第一天 /80

游戏 1 盘腿打坐

游戏 2 图形识别

### 第二天 /81

游戏 3 目不转睛

游戏 4 一级横向追踪





### 第三天 /82

游戏 5 两点一线

游戏 6 图形识别

### 第四天 /83

游戏 7 一级扑克记忆

游戏 8 图形识别

### 第五天 /84

游戏 9 盘腿打坐

游戏 10 数字识别

### 第六天 /85

游戏 11 踢毽子

游戏 12 数字识别

### 第七天 /86

游戏 13 趣味投篮

游戏 14 数字识别

### 第八天 /87

游戏 15 单手运球

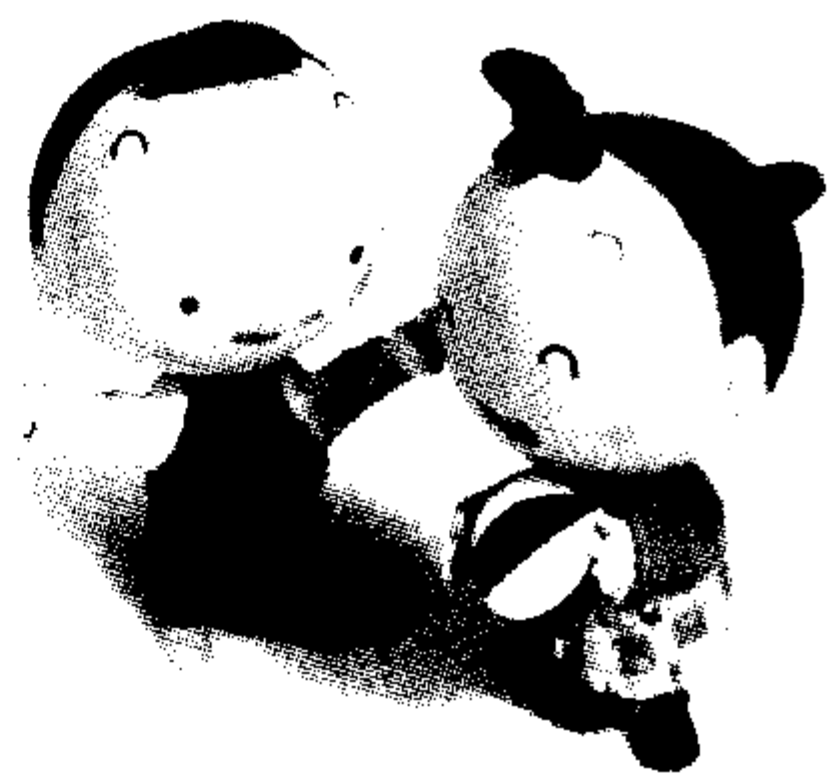
游戏 16 16 表快速搜索

### 第九天 /88

游戏 17 速算王

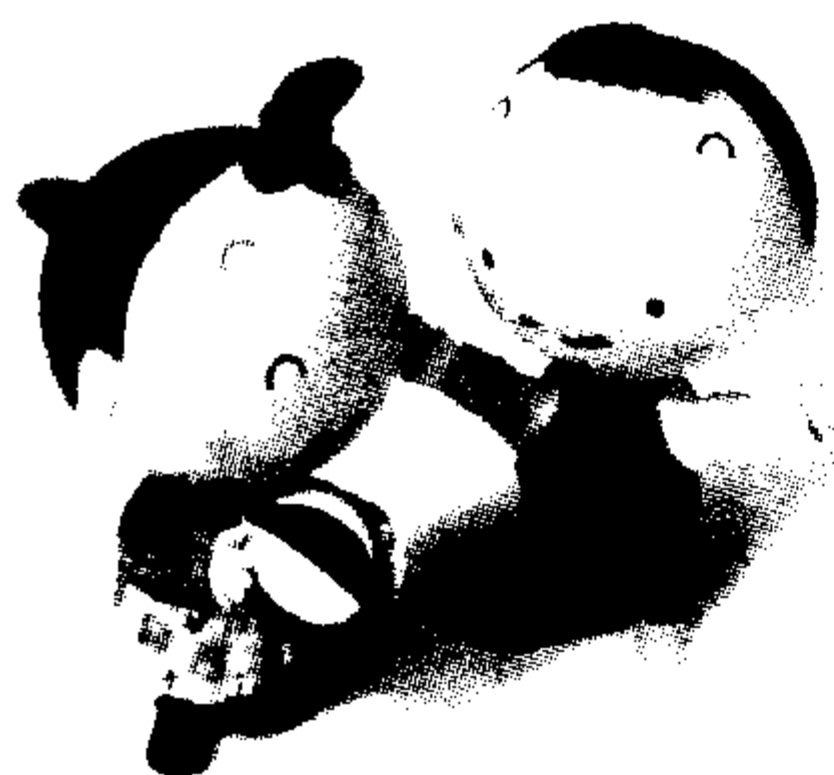
游戏 18 符号识别





|       |         |
|-------|---------|
| 第十天   | /89     |
| 游戏 19 | 单手接球    |
| 游戏 20 | 拳头游戏    |
| 第十一天  | /90     |
| 游戏 21 | 剪圆圈     |
| 游戏 22 | 符号识别    |
| 第十二天  | /91     |
| 游戏 23 | 一级纵向追踪  |
| 游戏 24 | 对墙投球    |
| 第十三天  | /92     |
| 游戏 25 | 盘腿打坐    |
| 游戏 26 | 数字游戏    |
| 第十四天  | /93     |
| 游戏 27 | 二级扑克记忆  |
| 游戏 28 | 汉字识别    |
| 第十五天  | /94     |
| 游戏 29 | 单脚跳绳    |
| 游戏 30 | 汉字识别    |
| 第十六天  | /95     |
| 游戏 31 | 倒念如流数字关 |
| 游戏 32 | 汉字识别    |





|       |           |
|-------|-----------|
| 第十七天  | /96       |
| 游戏 33 | 夹花生       |
| 游戏 34 | 字母识别      |
| 第十八天  | /97       |
| 游戏 35 | 白鹤亮翅      |
| 游戏 36 | 20 表快速搜索  |
| 第十九天  | /98       |
| 游戏 37 | 三级扑克记忆    |
| 游戏 38 | 字母识别      |
| 第二十天  | /99       |
| 游戏 39 | 一级“平衡木”   |
| 游戏 40 | 图形、汉字混合识别 |
| 第二十一天 | /100      |
| 游戏 41 | 上抛接球      |
| 游戏 42 | 图形、汉字混合识别 |
| 第二十二天 | /101      |
| 游戏 43 | 掂羽毛球      |
| 游戏 44 | 图形、数字混合识别 |
| 第二十三天 | /102      |
| 游戏 45 | 一级扑克魔术    |
| 游戏 46 | 图形、数字混合识别 |





|       |           |
|-------|-----------|
| 第二十四天 | /103      |
| 游戏 47 | 倒念如流符号关   |
| 游戏 48 | 图形、符号混合识别 |
| 第二十五天 | /104      |
| 游戏 49 | 串珠子       |
| 游戏 50 | 图形、符号混合识别 |
| 第二十六天 | /105      |
| 游戏 51 | 坐如钟       |
| 游戏 52 | 图形、字母混合识别 |
| 第二十七天 | /106      |
| 游戏 53 | 好眼力       |
| 游戏 54 | 图形、字母混合识别 |
| 第二十八天 | /107      |
| 游戏 55 | 三角洲       |
| 游戏 56 | 25 表快速搜索  |
| 第二十九天 | /108      |
| 游戏 57 | 二级横向追踪    |
| 游戏 58 | 汉字、数字混合识别 |
| 第三十天  | /109      |
| 游戏 59 | 投球入篓      |
| 游戏 60 | 汉字、数字混合识别 |





- |       |           |
|-------|-----------|
| 第三十一天 | /110      |
| 游戏 61 | 双手拍球      |
| 游戏 62 | 拳头游戏      |
| 第三十二天 | /111      |
| 游戏 63 | 杂志拼图      |
| 游戏 64 | 汉字、符号混合识别 |
| 第三十三天 | /112      |
| 游戏 65 | 同手上抛接球    |
| 游戏 66 | 汉字、符号混合识别 |
| 第三十四天 | /113      |
| 游戏 67 | 孔雀开屏      |
| 游戏 68 | 数字游戏      |
| 第三十五天 | /114      |
| 游戏 69 | 坐如钟       |
| 游戏 70 | 二级纵向追踪    |
| 第三十六天 | /115      |
| 游戏 71 | 夹纸片       |
| 游戏 72 | 数字、符号混合识别 |
| 第三十七天 | /116      |
| 游戏 73 | 二级扑克魔术    |
| 游戏 74 | 数字、符号混合识别 |





- |       |              |
|-------|--------------|
| 第三十八天 | /117         |
| 游戏 75 | 双脚跳绳         |
| 游戏 76 | 字母、数字混合识别    |
| 第三十九天 | /119         |
| 游戏 77 | 倒念如流成语关      |
| 游戏 78 | 字母、数字混合识别    |
| 第四十天  | /120         |
| 游戏 79 | 对墙打乒乓球       |
| 游戏 80 | 妙手抄写         |
| 第四十一天 | /121         |
| 游戏 81 | 看口令做动作       |
| 游戏 82 | 字母、符号混合识别    |
| 第四十二天 | /122         |
| 游戏 83 | 二级“平衡木”      |
| 游戏 84 | 字母、符号混合识别    |
| 第四十三天 | /123         |
| 游戏 85 | 三级扑克魔术       |
| 游戏 86 | 图形、字母、汉字混合识别 |
| 第四十四天 | /124         |
| 游戏 87 | 剪报           |
| 游戏 88 | 图形、字母、汉字混合识别 |





#### 第四十五天

游戏 89

游戏 90

#### 第四十六天

游戏 91

游戏 92

#### 第四十七天

游戏 93

游戏 94

#### 第四十八天

游戏 95

游戏 96

#### 第四十九天

游戏 97

游戏 98

#### 第五十天

游戏 99

游戏 100

#### 第五十一天

游戏 101

游戏 102

/125

坐如钟

图形、字母、汉字混合识别

/126

夹绿豆

图形、数字、汉字混合识别

/127

纸牌累加

图形、数字、汉字混合识别

/128

倒念如流数字、符号混合关

图形、数字、汉字混合识别

/130

穿针引线

30 表快速搜索

/131

左右手抛球

数字游戏

/132

稳坐泰山

妙手抄写

