

实用中小学班主任工作文库

# 学生学习行为指导和矫正

冯远村 主编

艾 蕾 尤丹立 编著

人民日报出版社

实用中小学班主任工作文库

# 学生学习行为 指导和矫正

艾 蕾 编著  
尤丹立

人民日报出版社

(京)新登字 103 号

实用中小学班主任工作文库  
**学生学习行为指导和矫正**

艾 蕾 尤丹立 编著

人民日报出版社出版

(北京市朝阳区金台西路 2 号)

国家教委图书馆工作委员会装备用书

河北遵化印刷厂印刷

\*

787×1092 1/32 6.5 印张 150 千字

1993 年 12 月第 1 版 1996 年 4 月第 3 次印刷

ISBN7-80002-390-7/G·78

1  
学  
生  
学  
习  
行  
为  
指  
导  
和  
矫  
正

## 目 录

|                         |      |
|-------------------------|------|
| 指导学生愉快地良好地学习.....       | (1)  |
| 没有痛苦的学习法.....           | (1)  |
| 培养课程学习的兴趣.....          | (4)  |
| 培养良好的学习习惯 .....         | (19) |
| 指导学生用功地学习 .....         | (26) |
| 用功的兴趣是由用功引起的 .....      | (26) |
| 养成用功的习惯 .....           | (27) |
| 指导学生掌握几种具体实用的学习方法 ..... |      |
| .....                   | (32) |
| 纲要信号学习法 .....           | (33) |
| 条件反射学习法 .....           | (35) |
| 回想学习法 .....             | (37) |
| 直观—概括学习法 .....          | (38) |
| 练习法 .....               | (42) |
| 不同性格的学习法 .....          | (44) |
| 附：测验你的学习方法是否适合自己 .....  | (48) |
| 克服常见学习困难的实用方法 .....     | (52) |
| 厌学打不起精神时的对策 .....       | (55) |
| 碰到高原现象时的对策 .....        | (56) |
| 攻克弱科的对策 .....           | (57) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 克服不良学习习惯的对策 .....    | (59)  |
| 特殊学习困难的实用补救对策 .....  | (65)  |
| 学习心理状态不稳定时的对策 .....  | (70)  |
| 克服课堂学习退缩性行为的对策 ..... | (73)  |
| 听课方法指导 .....         | (81)  |
| 掌握重点 .....           | (81)  |
| 克服难点 .....           | (85)  |
| 掌握知识的规律 .....        | (88)  |
| 掌握新旧知识的联系 .....      | (92)  |
| 理清思路 .....           | (96)  |
| 学生自主学习指导 .....       | (103) |
| 指导对比 .....           | (103) |
| 指导联想 .....           | (108) |
| 指导提问 .....           | (111) |
| 指导记笔记 .....          | (114) |
| 预习方法指导 .....         | (121) |
| 学习首先要从预习开始 .....     | (121) |
| 预习所应完成的任务 .....      | (124) |
| 掌握预习的方法 .....        | (126) |
| 复习方法指导 .....         | (129) |
| 课后复习方法 .....         | (130) |
| 系统复习方法 .....         | (136) |
| 作业方法指导 .....         | (139) |
| 养成良好的作业习惯 .....      | (139) |
| 作业的步骤和方法 .....       | (141) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 重视继续作业.....        | (145) |
| 记忆方法指导.....        | (148) |
| 了解记忆的基本过程.....     | (148) |
| 几种有效的记忆方法.....     | (149) |
| 加强记忆的诀窍.....       | (154) |
| 阅读方法指导.....        | (158) |
| 正确阅读观的指导.....      | (158) |
| 阻碍读速提高的主要因素.....   | (160) |
| 提高读速的实用技巧.....     | (163) |
| 提高阅读理解力.....       | (168) |
| 考试技巧指导.....        | (177) |
| 准备考试的技巧.....       | (177) |
| 考场技巧指导.....        | (182) |
| 对考试作弊行为的教育与控制..... | (190) |
| 试后指导.....          | (194) |

# 指导学生愉快地学习

## 没有痛苦的学习法

所有为学习而苦恼的学生都期待教育家们能发明一种没有痛苦的方法，使他们不需“头悬梁、锥刺股”即能获得优秀的成绩。不要以为这是异想天开，这种方法并非没有，关键在于你还得先下功夫去掌握它，而一旦你拥有了这个“方法”，知识宝库的神奇大门必将为你开启，你也将不再为学海无涯所苦。教师不应用强制的手段迫使学生学习，应该且必须指导沉重掌握没有痛苦的学习法。

### 为什么会感到痛苦？

心理作保

有这么一个耐人寻味的佛教故事：一位和尚到外地云游，无意中来到一个严重缺水的地方。他走啊、走啊，始终没能找到水源。一天夜里，黑得出奇，他又渴得要死，终于支持不住，摔倒在地，却意外地发现身旁就有一汪水。他迫不急待地狂饮起来，只觉得这是天底下最甘冽清新的水了。是夜，他和衣躺在水边，美美地睡了一觉。第二天，毒毒的日头将

他晒醒后，他第一个反应就是再美美地饱喝一顿。可是眼光到处，意是一滩腐臭、发绿的污水！旁边还有累累白骨和腐烂流水的牲畜尸体。他不由得一阵恶心，大口大口地吐了起来。就在这时，灵光一闪，他意大彻大悟了——原来人对外界的一切感受，并不由外界决定而全由心生。自此，他成了名噪一时的得道高僧。

细想生活中这样的情况也比比皆是：“情人眼里出西施”，“甲之良药，乙之砒霜”，等等，可见，一件事情，一样东西，给予人的感受是痛苦还是愉悦，并不取决于那件事、那样东西本身，相反，人的主观感情起了更主要的作用。

有人怀疑，学习总是件必须付出艰苦努力的事，怎么可能会没有痛苦？其实，这个问题混淆了艰苦与痛苦这两个概念。艰苦是一种客观的努力状态，说明任务完成时的困难程度。痛苦则是指身体或精神感到非常难受。学习是一项艰苦的劳动，但从事这一劳动的人是否会因此感到痛苦就要因人而异了。热爱学习，对学习满怀兴趣的人，在艰苦的学习活动中体会到的是无比的乐趣，而厌恶学习，对学习毫无兴趣的人就正好相反了。

### 满怀兴趣地去学习就不会感到学习的痛苦

达尔文的成功，正如他在自传中所说：“就我记得我在学校时期的性格来说，其中对我后来发生影响的，就是我有强烈而多样的兴趣，沉溺于自己感兴趣的东西，深喜了解任何复杂的问题和事物。”在强烈的兴趣驱使下，他积极主动地去探究，去学习。有时爬到树上，看鸟儿如何孵小鸟，有时从河里钓来鱼儿仔细观察，有时捕捉昆虫，做成标本，认真加



以研究。他认为“这些活动使我学到了最有用的知识，它使我走进了科学的大门。”

我国古代的“万世师表”孔子也论述了这个问题：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”（《论语·雍也篇》）。这句话的意思是：对于学问的掌握懂得它的人赶不上喜爱它的人，喜爱它的人又赶不上以它为乐趣、醉心于其中的人！

前苏联飞机设计师、科学院院士 A·H·图波列夫曾设计了许多新型战斗机和它飞机，获多枚列宁勋章，是闻名世界的飞机专家。一次，有人问他：“重新潜心于过去中断的工作，在工作中做到专心致志困难吗？”图波列夫答道：“应该把这个问题颠倒一下。中断思考要比重新回到思路上来更困难些。我在剧院看戏，幕间休息时也能接上我朝思暮想的问题的思绪，做客时也能这样做。”

为什么图波列夫会感到放弃学习比继续学习更困难呢？在教育心理学上，把他这种对学习本身具有浓烈兴趣的人，称为对学习具有强烈内部动机的人。他们毫不畏难地努力学习不是为了得到赞许或承认，也不是为了完成任务，满足别人的期望或要求，更不是为了获得经济保障或寻找职业，他们只是因为喜欢学习而学习。读历史书，演算数学题只是因为他们觉得这些活动有趣，就象某些人喜欢打球，钓鱼一样纯粹出于自己的兴趣。正因为如此，无论多困难的学习，都不会使他们的身心感到难受，相反他们会觉得不能学习，不能求知是一种巨大的痛苦。

所以，只有满怀兴趣地去学习，只有热爱学习，学习才不会令人痛苦，学习者才会从中体会到无穷的乐趣。

## 培养课程学习的兴趣

对于7—16岁的儿童，我国《义务教育法》规定他们必须接受教育。也就是说，不管这些儿童是否热爱学习，他们在长达九年的时间内，都必须被迫去学习。如果他们始终培养不出对学习的兴趣和爱好，这九年必将是充满了失败、痛苦和沮丧的岁月，身心的健康也必然受损。所以，不管学生自身对学习的态度如何，班主任都应责无旁贷地培养他们对课程学习的浓厚兴趣。

### 兴趣是可以培养的

影响个人兴趣形成的因素有三个：强化、摹仿和遗传。

社会学习的观点认为，兴趣可以看作是个体在从事某种活动时受到的不同强化的结果；是儿童摹仿对他来说最重要的人的结果。

对绝大多数人而言，他所从事的活动能够得到及时的，正面的反馈，将有利于形成他对该活动的兴趣。比如一个小孩很用心地画了一幅幼稚的图画，他心里很希望能得到老师的肯定。如果他能很快地如愿以偿，得到好分数，甚至得到老师的口头表扬，对绘画的初步兴趣便会随之产生。要是这时，他能得到特别的指点，在绘画上比普通同学技高一筹，这一兴趣便会变得较为稳定。相反，如果他的画交上去后，迟迟不知道结果，或者，返回后，成绩平平，甚至遭到老师的批评，那刚刚萌生的热情便会很快消失。

我们常常发现，子继父业的现象。人们常常将之归结为

遗传的影响。其实，后天的影响更不该低估。一般来说，孩子对自己的父母常常会产生一种崇拜的情感，因此，自觉、不自觉地要去摹仿父母的所作所为，并因此产生了真正的兴趣，奠定了一生事业发展的最初基础。

我们也常常发现这样一种奇怪的现象：两位教师教学能力相差无几，学生成绩却一优一劣。究其原因，只在于教师甲处事公正、品行端方，深为学生拥戴，教师乙却处罚不当，行为不检，为学生所不齿。学生，尤其是年龄小的学生常常把课程与任课教师划等号，喜欢老师甲，从而摹仿其行为，并对他所任课程也产生兴趣，认真学习。瞧不起教师乙，也就移情到讨厌上他的课。这种现象正是“摹仿说”的例证。

关于遗传对人的兴趣的影响，克罗特·冯特、斯卡尔·温勃格曾做了一系列研究，证明父母在儿童出生后的所作所为对儿童后来的兴趣影响很小。因为人们倾向于对自己能干好的事感兴趣，所以遗传能够通过能力、气质影响儿童的兴趣。但是，一件事是否能干好确切地说是个体对自己所从事活动的成败一种体验。如果教师能够使学生更多的成功感而不是失败感，同样可以利用这一因素来培养学生的学习兴趣。

### 如何培养学生对课程的兴趣

从影响兴趣的三个主要因素来看，培养儿童兴趣主要应从以下几个方面入手：

#### 1. 明确学习意义

学习是一种有目的，有组织的活动。对学习缺乏内部动机的学生只有通过培养其外部动机来形成学习兴趣。学习的意义就是最有效的引发外部动机的诱因。同时，只有将“学

习与理想意义等联系起来，才能使简单、初级的兴趣变为志趣，成为学习的持久动机。”因此，应首先让学生明确学习的意义。

#### A. 学习具有社会意义

人类代际之间和国际之间所进行的文化传递、传播只有一个途经——相互学习。学生的学习是最基本的一种文化传递方式。它是培养下一代，使之成长为具有较高文化素质，能肩负国家重任和参与国际竞争新一代的必不可少的手段。因此，学不学习并非个人的小事，大言之，可关系到国家和民族的命运。作为一个学生，应该具有起码的责任感，明确学习的社会意义。

#### B. 学习具有个人意义

苏霍姆林斯基说：“一个人之所以应该学习，是因为他是一个人。”确实，学习是一个人从生物化到社会化必不可少的途径，而没有社会化的人，从本质上说，不能算作一个人。所以，既是生而为人，学习就是必要的，无条件的，是成为人的必要条件之一。

此外，学习是一个人从愚昧走向智慧，由晦暗走向光明的必由之路。但凡世界上有丰功伟业，绝世功勋的巨人，无一不善于学习，他们问教于人，问教于书，问教于不断的实践，唯如此，才能成为一代伟人，正如牛顿所说：“我是站在巨人的肩膀上。”学习，就是他登上巨人肩膀的阶梯。

#### C. 学习具有直接的现实的意义

有位中学生曾经在一个学期内使英语成绩从一般一跃为班级、甚至年级第一名。其动机却非常单纯——仅仅是因为他看了一部风光片，那犹如仙境般的尼亚加拉大瀑布和瑞士

的湖光山色使他心生向往。他对父亲说：“我今后一定要出国。”明智的父亲并没有斥之为胡思乱想，反而因势利导：“你现在英语那么差，怎么可能出得去呢？”自此，他每天中午抱着英语课本坐在喧哗的大路边苦背。当他以优异的成绩考上了一所重点高中后，他这样叙说自己的学习感受：“对我来说，总是体会不到大人和老师所说的那些学习的崇高意义，为振兴中华而读书，为今后出人头地而读书，对我当时的年龄来说，觉得距离很遥远。当然，后来我因为想出国而猛効外语，现在看来很幼稚，但却使我明白了一个道理，对孩子来说，学习应该是有理由，有意义的，而且这种理由和目的是越实在，越直接，越好！比方说，就是为了在班上名列前茅，或就是为了让瞧不起我的人看看，等等，反而能收到实效。”这段真实的独白代表了很大一部分学生的心态。

因此，教师应帮助每一个学生找到自己最切近的最现实的学习目标，这对他们来说，更具有意义，更能激发他们的学习积极性。怎样才能进行有效的指导呢？

我国著名儿童心理学家朱智贤、林崇德两位先生曾研究过我国学生的学习动机。他们认为当前总共有四类学习动机：

（一）为了好分数，不落人后，或为了得到家长和教师的表扬，为了得到奖励而努力学习。

（二）为履行组织（少先队、共青团）交给自己的任务，或为组织、集体（学校、班级）争光而学习，例如，为入团，争当三好生等。

（三）为了个人前途，为升学，为当专家，甚至为自己的出路和未来的幸福而发愤读书。

（四）为祖国的前途、人民的利益、为实现四个现代化，

为祖国的繁荣富强而勤奋学习。

我国传统上，教师主要是进行（二）、（四）类动机的教育，而家长则多偏重于第（三）类动机的引导，从实际效果看，这都不太易为学生接受，或者接受了却不能引发具体的学习行动，这是因为只有当有机体的行为被内驱力所激起并指向一定的诱因时，才会形成动机。当内驱力（drive）或需求（need）未被激起，或“诱因”（记分，排名次，发奖状、奖品、奖学金等等）对学生无意义时，动机就不会形成。对于年龄较小、思想不成熟，社会化程度不高的学生，他的需求层次大多属于较低的安全需求、爱与归属需求、尊重需求，所以怀有（一）类动机的人数比例最大，与此直接相关的诱因也更能激励他们。相反，以（二）、（三）、（四）类动机去教育他们，虽然也会产生理智上的认同，却很难与自己所处的需求层次联系起来，而与此相关的诱因也就失去了激励作用。因此，要使学生明确学习意义，高层次的诱导是方向性的、必需的，但也必须与学生现有心理发展水平相适应，将高层次的抽象的诱因，如“为国家作贡献光荣”等化为直接而具体的诱因，如为小组争光，为班级争光等，更具实效。

## 2. 给学生的努力以及时的鼓励

既然兴趣是个体在从事活动时受到不同强化的结果，那么要培养学生的兴趣就必须从“强化”——结果的及时正面的反馈——着手，即教师对学生的作业、考试成绩或口头回答都及时地给出反馈结果，并尽量从其中发掘出可鼓励的因素进行个别的或全班的，口头的或书面的表扬，切忌一味从严要求，让学生觉得进步无望；也不能滥用鼓励，使学生感到付不付出努力一个样。对后进生，要宽中有严；对双优生，

要严中有宽。

作为班主任，除了在自己承担的课程中善用鼓励，多用鼓励外，还应该对学生进行总结性和临时性的鼓励。

平时，要多与其他各科教师联系，及时掌握学生学习的全面动向，发现积极，向上的因素，要充分利用班主任工作的方便之处和权威性，对学生的每一次努力信息作出及时的正反馈。可以在每天早自习时作一日一结式的表扬，也可以在每周一次的班会上搞较正式的表彰活动。此外，还应在学生取得进步时，与家长进行沟通，使他的努力不仅得到老师、同学的承认和赞许，也同时能够使父母为之欣喜。

多鼓励并非不能批评学生，但对于成长期的儿童，正面的鼓励远比反面的批评更能激发学生自尊、自强、向上努力的信心和热情。在批评时，也不应进行指责或惩罚。犯错误本来就是学生的权利，此时，告诉他们该怎样做比指责他们不该怎样做更能迅速形成其良好的行为。

### 3. 让学生成为学习的主人

北京市海淀区从1991年9月始，进行了一项以“主体参与”为主旨的全面教改。对象是当年入学的初一新生。实验期为三年。其目的是通过一系列主体参与的措施，使学生成为学习的主人，从而全面提高教育教学的质量。到1993年7月为止，这项教改已取得丰硕成果。其中最显著的进步就是大面积地提高了学生对课程学习的兴趣。据农大附中1992年7月的统计数据表明，学生对学习的兴趣由小学阶段的54.4%；上升到初二的86.6%，有了明显改观。这一变化，从实践上证明了让学生成为学习的主人是提高学生学习兴趣的一条佳途。

从心理学的观点来看，人们一般倾向于对与自己有直接或间接关系的事件、活动感兴趣，对于自己充当主角的活动，这种兴趣会更加强烈。因此，只是让学生被动地听课，成为教学活动的受动者，他们是不会对上课或学习产生极大的热情的。尤其是在一对多的被动状态下，学生的态度会更加冷淡。

学生主体参与教学的形式主要有三种：

A. 小组制。根据学生的程度进行分组，每组4—6人。组合原则可以是水平相近的一组，也可以是水平高低搭配成组，具体情况要由实际需要来定。在课堂上，要经常进行分组讨论，主要应抓住三个时机：复习引入时，教学遇到难点、重点时和新课结束前。这种做法，使学生发言、参与的机会成倍地、十几倍地增大。不仅激发了学生的学习兴趣，还可同时训练他们的口头表达能力，引导学生思维向深处和广处发展。

B. 竞赛制。利用学生的自我表现欲和争强好胜心理，将课后常规的练习作业改为小型竞赛活动，即在作业环节中引入竞争机制，创设成就情境，提高成就动机。。可以小组为单位，也可以个人为主来进行。为了充分调动中、下水平学生的学习积极性，也为了使高水平的学生不必枯守费时，可分给不同层次的赛题、题量上不封顶，每次都争取让大部分学生能完成份内的题量，削弱失败感，使其对学习的兴趣倍增。

C. 根据不同学科特点，变换参与形式。

语文：思想性强的课程因其具有极强的思想内涵，需要深思才能掌握，故应多进行各种形式的讨论。故事性强，较适合表演的教材，可让学生动脑，动口、动手用“自导自



演”的形式去参与。这种形式使课堂内外都生动活泼，趣味性极强。课内自读课文，可采取学生分组设计教学方案，每组找一主持人上台讲课，其他同学补充，教师从旁引导，点拨的“兵教兵”形式，不仅使他们学得轻松，教得有趣，还能增强他们钻研兴趣，发挥创造才能，在创造与成功中提高学语文的兴趣。

数学课：主要采用编题形式。例如，在概念教学中编题，可以引导学生牢固掌握新知识。北京万寿寺中学潘淑苹老师在讲“单项式除以单项式”时，就采用了这种方法，并取得了良好的教学效果。她可先引导学生观察例题“ $12a^2b^3c \div 2ab$ ”得出如下结论：①除式中出现的字母（底数），在被除式中必然出现。②除式中任何字母的次数只能低于或等于被除式中相同字母的次数。学生则根据上述结论编出：“ $-4a^2b^3c \div 2ab$ ， $4a^mb^2 \div (-2a^{m-1}b)$ ， $(6 \times 10^5) \div (3 \times 10^2)$ ， $(x^3y^3) \cdot (2x^3y^3) \div x^4y$ ”等题并进行计算，既避免了“负指数”的出现，又使学生很快掌握了运算法则。

外语课：加强学生听说训练。在打好音标基础的前提下，课上鼓励学生试读试拼，划分音节。课前安排三——五分钟“说”英语时间，一种方式是值日生问答（内容有出勤、日期、天气）等；另一种是链式问答，围绕问候，告别、求助、感谢等，把句型，词汇运用于会话中。情节性强的课文适当安排短剧。定期教会一首简单优美的歌曲。（如果班主任是外语教师，则在平时通知，开会、讲评时，亦可夹以外语，学生听懂大意后会进一步激发学英语的兴趣。

#### 4. 做一个令学生尊敬和爱戴教师

兴趣源于摹仿，当一位教师能够为学生所尊敬、所爱戴