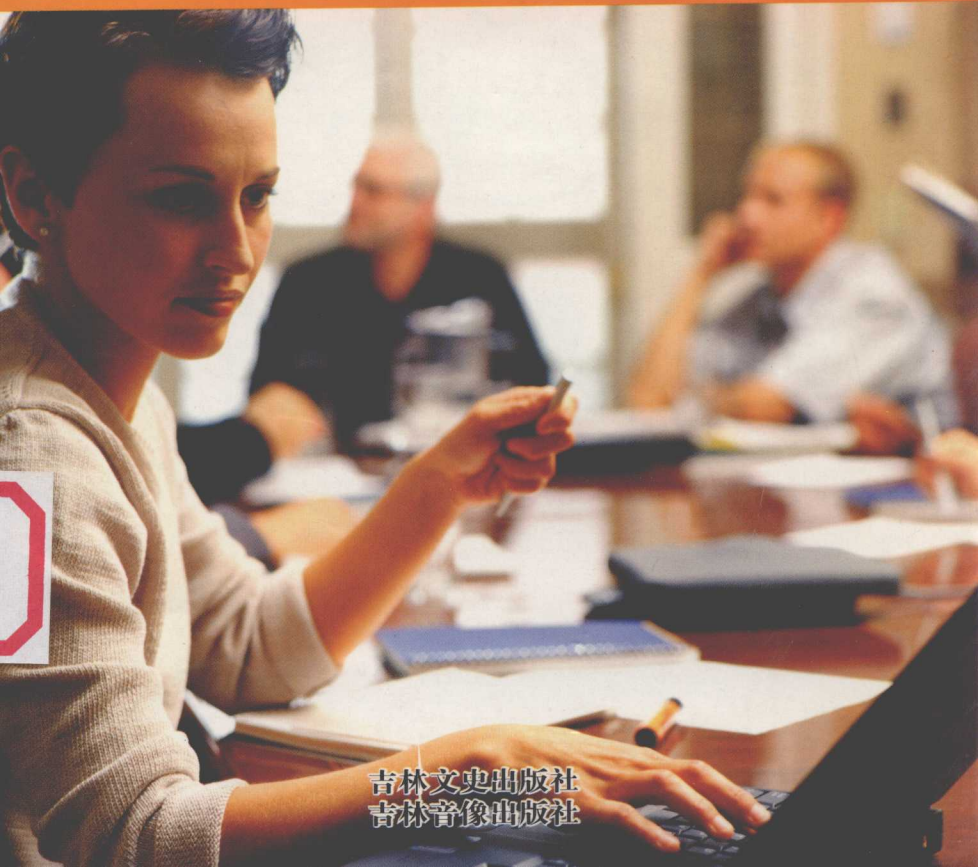


Famous Teachers' New Lesson Plans

名师新教案 · 优秀学生学习方法全书

*A Collection of The Outstanding
Students' Study Methods*

成功策略学习法 上



吉林文史出版社
吉林音像出版社

G632.46

22

:1

名师新教案

优秀学生学习方法全书 1

成功策略学习法 上

金鸣 福建 牛编



吉林文史出版社

吉林音像出版社

图书在版编目(CIP)数据

名师新教案—优秀学生学习方法全书/金鸣主编。—长春:吉林文史出版社,2006.2

ISBN 7-80702-113-6

I.名... II.金... III.学习方法—优秀学生—教案
IV.G.206

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 080133 号

名师新教案
优秀学生学习方法全书
金鸣 福建 主编

吉林文史出版社
吉林音像出版社 出版发行
北京潮运印刷厂印刷

开本:850×1168mm 1/32 印张:120
字数:2000 千字 2006 年 3 月第 1 次印刷
印数:5000

ISBN 7-80702-113-6/G·206

定价:348.00 元(全 16 卷)

前言

“学而时习之，不亦乐乎？”从古至今，人们对学习方法的探索和研究就从未停止过。

毛泽东同志曾打过这样一个比喻：我们的任务是过河，但是没有桥和船就不能过，不解决桥和船的问题，过河就是一句空话。研究和掌握科学的学习方法，也就是为了解决在学习知识的过程中，由不知的此岸到达知的彼岸的“桥”和“船”的问题。寻找和架设学习过程中快捷的“船”和现代化的“桥”，正是我们编著此书的目的。我们并不想否定“书山有路勤为径，学海无崖苦作舟”的拼搏奋斗精神，但“功夫啊，你负了有心人！”的叹息常常令我们深思。如果把这一切都归罪于应试教育，那么应试教育为何总屡打不破？其实，没有哪一个国家的学生是不考试的，中国学生的困惑，原因莫衷一是，但没有让青少年学生“学会学习”恐怕不能不是重要根源了。不打破以死记硬背、被动吸收为典型特点的传统学习方式，面对知识爆炸、世界日新月异的潮流，青少年学子何以直面现实、激流勇进？

用科学有效的方法教会青少年学子学会学习，让祖国每一个角落的孩子都能获得优秀的学习指导正是我们力图达到的目标。然而，学习方法的研究是一门新兴的

学科,内容包罗万象,涉及教育学、心理学、社会学、生理学、哲学等相关学科。面对这一繁重复杂的课题,我们邀请了数十位专家学者,参阅了国内外大量学习方法研究的最新成果,并结合中国学生的特点进行了融会贯通,著成了《名师新教案—优秀学生学习方法全书》,全书分为成功策略学习法、语文学习法、英语学习法、数学学习法、物理学习法、化学学习法、政治学习法、历史学习法、生物学习法、地理学习法、成功记忆学习法、各科复习法、成功阅读法、成功考试攻略、名人启示录等部分,全面系统地讲解了在学习过程中所遇到的问题,以及解决办法。当然,由于时间和水平有限,本书肯定并不完美,如果运用本书的基本原理,能形成你自己独特的学习方法,挖掘你学习的最大潜力,成为你学习成才的加速器,将是我们最大的愿望!

“寒窗苦读不得方,一切努力难过关!”

“寒窗智学有妙法,定能领先走天下!”

可以肯定的是:优秀的学生来自于优秀的学习方法!

北大燕园

2006年1月

总 目 录

第一卷

成功策略学习法 上

第二卷

成功策略学习法 下

第三卷

语文学习法 上

第四卷

语文学习法 下

第五卷

英语学习法 上

第六卷

英语学习法 下

第七卷

数学学习法 上

第八卷

数学学习法 下

物理学习法

化学学习法

第九卷

政治学习法

历史学习法

生物学学习法

第十卷

地理学习法

成功记忆学习法

各科复习法

第十一卷

成功阅读法 上

第十二卷

成功阅读法 下

第十三卷

成功考试攻略 上

第十四卷

成功考试攻略 下

第十五卷

名人启示录 上

第十六卷

名人启示录 下

第一章 目 录

第一章 分析学习型 (1)

一、机械学习型 (1)

(一)发展理解记忆 (2)

(二)复述生活事件 (3)

(三)想象力训练 (3)

(四)提高思维的灵活性 (3)

(五)教育孩子科学用脑 (4)

(六)交叉学习法 (5)

(七)体育锻炼 (5)

(八)抓紧课堂的 45 分钟 (5)

(九)培养孩子的创造力 (6)

二、行动学习型 (6)

(一)教育孩子细心观察,学会视觉式思考 (6)

(二)发挥孩子的长处,增进运动式学习 (7)

(三)养成良好的学习行为习惯及较强的自我控制力 (8)

(四)给孩子适当的挫折 (8)

三、被动学习型 (10)

(一)树立起学习的信心 (10)

(二)鼓励交往,培养良好的心理品质 (11)

(三)尊重孩子 (12)

(四)克服学习中的高原现象 (13)

(五)变“要我学”为“我要学” (14)

四、乐天学习型 (15)

(一)提高孩子的注意力	(15)
(二)训练孩子的观察力	(15)
(三)训练孩子的学习迁移能力	(16)
(四)学习品质训练	(16)
五、思考学习型	(18)
(一)培养孩子的灵活性	(18)
(二)提高工具性学科成绩——外语	(19)
(三)发展记忆力	(20)
(四)克服观念偏颇	(21)
六、独立学习型	(21)
(一)培养想象力	(22)
(二)注意批评方式	(22)
(三)克服冲动	(23)
(四)培养合作学习	(24)
第二章 个性学习法	(25)
一、社交型性格该注意什么	(25)
二、活动型同学的学习法	(27)
三、慎重型性格的同学如何学习	(30)
四、依赖型性格的同学怎么办	(31)
五、自卑型性格的同学怎样学习	(33)
六、认真型同学的学习方法	(35)
第三章 科学的学习方法	(37)
一、掌握科学的学习方法	(37)
(一)学习目的要明确	(38)
(二)要有务实精神	(40)
(三)用心要专注	(42)

(四)改变学习的被动局面	(43)
(五)提高课堂学习效率	(49)
(六)遵循学习原则	(52)
(七)掌握学习程序	(58)
二、合理安排时间	(63)
(一)设计时间利用表	(64)
(二)善于抓住高效时间	(65)
(三)学会利用零星时间	(67)
(四)学会全面安排时间	(68)
(五)学会利用时间的有效方法	(69)
三、合理制定学习计划	(70)
(一)人生规划	(71)
(二)阶段计划	(71)
(三)短期计划	(72)
(四)即时计划	(73)
第四章 激发学习兴趣	(74)
一、开展竞赛	(75)
二、关注成果	(76)
三、拓宽知识	(78)
四、参加实践	(78)
五、假喜真干	(79)
六、学会作业与练习	(79)
(一)作业与练习的作用	(79)
(二)习题的种类	(80)
(三)做作业的过程与方法指导	(81)
(四)如何提高解题能力	(85)
七、学习过程的方法	(88)

(一)温习与预习	(89)
(二)课堂学习	(91)
(三)课后复习	(95)
(四)课后练习	(99)
(五)检查与考试	(101)

第五章 克服厌学情绪 (104)

一、厌学是当今教育中一个不和谐的音符	(105)
(一)学生为什么会厌学	(105)
(二)分数高压下的“叛逆”	(107)
(三)在“爱”、“期望”、“关怀”中走向自暴自弃	(112)
(四)用自残躲避考试	(114)
(五)选择自己的人生路	(118)
二、培养兴趣是改变孩子厌学的“灵丹妙药”	(120)
(一)孩子学习兴趣的特点	(120)
(二)兴趣是孩子求知的动力和基础	(121)
(三)通过培养兴趣激励孩子积极进取	(122)
三、培养孩子兴趣的方法与技巧	(128)
(一)培养孩子学习兴趣的方法	(129)
(二)培养孩子兴趣的技巧	(132)
(三)培养孩子学习才艺的兴趣	(140)

第六章 对付学习困难的“七种武器” (143)

一、学习困难的原因与矫正	(143)
(一)提升孩子的智力潜力	(147)
(二)让孩子情绪更健康	(148)

第一章

分析学习型

我们常说老师应该能够“因材施教”，因为那样才能使学生的潜力资源得到最大限度的发挥。因此，我们应该从学生的实际特点出发，针对不同学习类型的学生，在教育上各有一些侧重点。我们将会对这些问题进行一个较为详细的探讨。

一、机械学习型

机械学习型的孩子的学习特点是：

灵活性不够，常使用的是一种机械的手段。愿意花时间去进行一些比较机械的工作，比如记忆，归纳以及反复读书等。学习成绩一般不会是最低的，但是通常也很难达到拔尖。其实这样的孩子应该对老师来说都是最省心的孩子，因为他们一般学习都很认真刻苦，学习努力上进，同时记忆力好，上进心也强。

提高他们学习效率的方法：

如果能够在学习方法上加以引导，变机械为灵活，有意识的培养孩子的创造性和想象力，那么就可以使孩子在原有的优势上更容易提高学习效率，从而使成绩告别这种中不溜的局面，而有个飞

跃。

(一)发展理解性记忆

学习离不开记忆,每天在课堂上老师传授了很多的知识,有英语单词,有数学公式,有古典诗词……,如果没有有效的记忆,那些知识便不曾真正属于自己。因为下次问起,孩子还是会一问三不知。那么,如何才能有效的把如此数量众多的知识快速的记忆下来而且使之保持长久呢?有一个法宝——那就是发展孩子的理解性记忆。

记忆有两种:机械记忆与意义记忆。心理学的研究早已表明:意义记忆要比机械记忆在全面性、速度、精确性和牢固性方面都要有很大的优势。抛弃呆板机械的死记硬背的方法,而代之以灵活多样的记忆方法将可以使机械学习类型的孩子受益非浅。例如父母可以帮助孩子采用以下的一些意义记忆法:

1、赋予意义法:假设要记忆 185119211839193719491935 这一长串枯燥的数字,如果按照顺序把这些数字依次记下来,将是一件非常头疼的事情,但是假如我们可以把这些数字分割为一些历史年代 1851,1921,1839,1937,1949,1935,想想在这些年代里发生过的一些重要事件,再来记这串数字,效果就会好得多。

2、形象记忆法:例如记忆“舟”字,就可以用“船头尖尖,船身弯弯,船桨长长,两人当中”这样的口诀来帮助孩子记忆这个生字。

另外,还可以用编一些顺口溜,编一些歌谣的方法来帮助低年级的孩子记忆生字。有许许多多的关于记忆的方法,限于篇幅,本文中不可能——列出,家长可以再参阅相关的书籍。

提醒一句:对于家长来说,要做的不是在孩子学习的过程中每一个知识点都帮助孩子理出一个记忆的方法,而是要让孩子养成这样的思维习惯,使他们能够在自己的学习过程中可以自己做到

给要记忆的材料赋予一定的意义,摒弃那些古板的,不灵活的方法。

(二)复述生活事件

这是一个很好的训练孩子语言表达能力的手段。家长也许平时的工作很忙,但是每天总会有一些和孩子在一起的时间,哪怕是饭前饭后,让孩子在这时候把生活中发生的一些事情用自己的语言复述出来。也许孩子在刚开始的时候只是非常简单的描述刚发生过的事情,但是家长可以给予鼓励,让孩子一次次扩充内容,让复述的事件逐渐变得丰满。经常这样的训练可以帮助孩子增强一些灵活性而去掉一些呆板。

(三)想象力训练

这种训练可以与复述生活事件同时进行,也是弥补这一学习类型的孩子的缺陷的一个办法。例如在背诵古诗词的时候,尝试着让孩子根据自己的想象把古诗词表现的那种很美的意境想象出来,然后用语言生动地进行描述。这样既锻炼了想象力,同时也能让孩子的语言表达能力有个提高。有了形象生动的场景的想象,自然对于这些诗词的记忆要比一字一句味同嚼蜡的记忆效果不可同日而语了。

(四)提高思维的灵活性

机械学习类型的孩子最缺乏的就是灵活性,所以有针对性的进行这样的训练可以说是当务之急。

学习离不开思考。良好的思维品质包括思维的敏捷性、灵活性、深刻性与独创性。培养良好的思维品质对于学生的发展起着重要的作用。

机械学习类型的孩子由于缺乏灵活性,因此在思维上很容易形成一种定势。即在思考问题时不能从不同的角度来考虑,发散性不够好。因此在解决一些问题的时候,他们往往会陷入一种思路而无法解脱出来。所以家长平时就应该有意识的引导孩子多从不同的角度来考虑同一问题,使思维不再只限于旧有的一种框架。例如给孩子这样一些题目:“假如没有了太阳,人类将会怎样?”可以让孩子充分发挥他们的想象力,思维也变得比较宽阔起来。

(五)教育孩子科学用脑

机械学习类型的孩子一般比较刻苦,也比较自觉,常常恨不得多花些时间在学习上。所以一般都会很累。经历过高考的家长可能都有过深刻的体会。当疲惫的时候,常会觉得思考问题变得特别不清晰,思路也好像有受阻的感觉。学会科学的用脑,才能保证大脑得于最佳的机能状态,从而提高学习的效率,这也是机械学习类型孩子应该注意的问题。

合理用脑的简单原则:累了就休息。古代办秦学习有“头悬梁,锥刺股”的范例,也曾一度成为许多书生的楷模,但是从哈佛教育心理学的研究眼光来看,这样的方法只是一种蛮干,实际上是违背了科学用脑的原则的。有的家长看见孩子困了,就教孩子用凉水冲冲头,借以打消睡意,再接着看书。这种方法虽然当时可能是很见效的,但是对身体是非常有害的。

充分利用最佳用脑时间也是提高学习效率的一个保证。家长可以帮助孩子根据大脑的最佳状态制订一个好的学习计划。

例如:

早上 6:00~7:00(高效期),户外活动,背单词

上午 8:00~11:00(高效期),上课,完成较难的任务

中午 12:00~1:30:午休

下午 3:00~5:00(高效期)上课

晚上 7:00~9:00 完成作业,识记材料

晚上 10:00 休息

这只是一个简单的例子,家长在帮助孩子制定学习计划的时候,应该根据平时的观察,掌握孩子的生物节律,从孩子的实际情况出发,找出他们学习效率最高的时间段,从而安排不同的学习任务。

(六)交叉学习法

将不同学科交叉安排,不要让脑子长时间集中在一门课程的学习上,从而使脑子得到合理的休息。

(七)体育锻炼

体育锻炼是一种积极的休息。早上起来可以进行简单的锻炼。有很多同学或者家长都认为锻炼是在浪费时间,其实不然。这是一种积极的休息,可以保证人的精力旺盛,从而提高单位时间内的学习效率,收到事半功倍的效果。

(八)抓紧课堂的 45 分钟

有的同学常在课上看小说或者不注意听讲,然后在课后的时候再去重新看课上讲过的知识。尽管也能基本上看得回来,但是这却是一种极不科学的作法,往往浪费了很多的时间。

帮助孩子反思他们对时间的利用情况是家长提高孩子学习效率的一个法宝。家长每个周末都花一点时间来让孩子好好想想这个星期以来在利用时间上存在什么样的问题,哪些地方效率提高哪些地方在无谓的浪费时间,并修订作息安排和学习计划。

(九)培养孩子的创造力

永远不要扼杀孩子的创造力。孩子有时候喜欢刨根问底,父母可能工作正忙,或者心情烦躁,往往没好气的叫孩子走开。每次这样的事情发生的时候,孩子创造的天性就又被扼杀了一分。

积极培养孩子的好奇心。家长无论多忙,都应该想着抽些时间带孩子出去玩一下。并主动提一些问题让孩子来回答:例如“你知道为什么太阳会从东方升起吗?”

不仅仅是机械学习类型的孩子需要培养创造力,而是所有的家长对所有的孩子都应该注意培养创造力。

二、行动学习型

行动学习型孩子的学习特点是:

喜欢以实际操作的方式进行学习。偏爱动手操作的学科,如物理、生物、化学等等。擅长于动觉记忆,而且这样的记忆比较牢固。他们在学习中很看重实际的材料并不断进行尝试操作,喜欢按部就班进行分析和操作。

提高他们学习效率的方法包括。

(一)教育孩子细心观察,学会视觉式思考

动觉型的孩子可能不太善于自觉地用视觉来进行思考,那么家长可能帮助孩子学会视觉式思考。他们喜欢动手操作,因此注重培养观察的能力才能使他们取长补短。也许很多的家长都抱怨过自己的小孩就是太粗心,考试时老是由于粗心而丢太多的分,其实这些是观察力不够强的一个表现。作为家长,如何培养孩子的视觉思考方式呢?