

小学 究竟怎样读

——小学生学习方法与经验技巧

学生学业的进步，来自于方法的突破；
如何快乐地学习，答案就在本书之中。

主编 刁生富

副主编 刁宏宇 姚鑫



海潮出版社
Hai Chao Press

小学 究竟怎样读

——小学生学习方法与经验技巧

学生学业的进步，来自于方法的突破；
如何快乐地学习，答案就在本书之中。

主编 刁生富

副主编 刁宏宇 姚鑫



海潮出版社
Hai Chao Press

图书在版编目 (CIP) 数据

小学究竟怎样读: 小学生学习方法与经验技巧/

刁生富主编. —北京: 海潮出版社, 2010. 1

ISBN 978 - 7 - 80213 - 819 - 3

I. ①小… II. ①刁… III. ①小学生—学习方法 IV. ①G622. 46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 243915 号

书 名: 小学究竟怎样读: 小学生学习方法与经验技巧

作 者: 刁生富

责任编辑: 王惠平

封面设计: 高 健

责任校对: 周建平 徐云霞

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮政编码: 100841

电 话: (010) 66969738 (发行) 66969736 (编辑) 66969746 (邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京宏伟双华印刷有限公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 23. 625

字 数: 362 千字

版 次: 2010 年 1 月第 1 版

印 次: 2010 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 80213 - 819 - 3

定 价: 36. 80 元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

前言



我们所处的时代是一个知识经济的时代，是一个信息网络的时代。在这个时代，知识和信息更新的速度愈来愈快，人们也愈来愈强烈地认识到：学习的进步，不仅仅是知识的积累，更重要的是方法的突破；知识的积累仅是量变，方法的突破才是质变。正如笛卡尔所说：“一切知识中最有价值的是关于学习方法的知识。”贝尔纳也说：“良好的方法能使我们更好地发挥天赋的才能，而拙劣的方法则可能阻碍才能的发挥。因此，科学中难能可贵的创造性才华，由于方法拙劣可能被削弱，甚至被扼杀；而良好的方法则会增长、促进这种才华。”

我们的学习、教学和科研的实践以及大量的调查也表明，学习方法是影响学习效果的重要变量之一，成绩优秀的学生与成绩较差的学生的根本差异不在于智力，而在方法。因此，怎样让学生掌握科学的适合自己实际的“学习方法”，已成为摆在学生、教师、家长和教育管理者面前的重要任务。

呈现在你面前的这本书，正是为了帮助小学生掌握科学的适合自己的“学习方法”，从而从根本上解决“小学究竟怎样读”这一共同关注而又颇感困惑的问题。作者以实用性、针对性和可操作性为原则，把心理学和教育学

知识与自己多年来的学习、教学和科研的实践相结合，比较全面系统地介绍了小学生学习的方方面面的方法、经验、技巧以及心理问题。其中又可分为如下四大部分：

1. 主要学习环节的方法、经验和技巧

预习、听课、作业、复习、考试是系统学习的主要环节。不预习就不能很好地听课，听不会就没法做作业，不做作业就难以运用所学知识，不复习就无法有效地巩固和提高。而考试作为检验学习效果的一种形式，更是不能去掉的一环。可见，上述五个环节，一环紧扣一环，缺一不可。在学习的过程中，我们首先应努力养成系统学习的好习惯，紧紧抓住学习中的每一个主要环节，从而使自己的学习井然有序；其次，要针对各个环节的不同特点和自己的具体情况，逐步培养各个环节的学习方法，不断积累有效的经验和技巧，从而使自己的学习事半功倍。

2. 主要能力培养的方法、经验和技巧

学习的进步，不仅仅是知识的积累，更重要的是能力的培养。知识仅仅是材料，能力才能使你更好地获得材料，处理材料和运用材料，去赢得成功。这一部分主要探讨智力因素培养的方法、经验和技巧。智力因素包括观察力、记忆力、想象力、思维能力和注意力等。除了这些与 IQ（智商）有关的能力外，阅读能力、表达能力、自学能力、归纳积累能力、动手操作能力等，在学习中也占有十分重要的地位。这一部分也分析了这些能力培养的方法、经验和技巧。

3. 学习环境创造与非智力因素培养的方法、经验和技巧

学习的进步和能力的培养既与智力因素有关，也与非智力因素有关。非智力因素包括动机、态度、兴趣、意志等。它们是人的心理活动的发动机和调节器，在学习活动中起着不可忽视的重要作用。智力因素和非智力因素相互补充、相互制约，构成密不可分的统一体。因此，学习能力的培养，既要重视智力因素，也要重视非智力因素。既要提高 IQ（智商），又要提高 EQ（情商）。同时，任何学习活动都是在一定的时空中进行的。怎样充分利用学习时间，怎样创造良好的学习环境，这是学生、家长和老师都应该高度重视的问题。本书还具体分析了学习时间管理、学习效率、科学用脑、学校环境、家庭环境、网络空间的合理利用等影响学习成功的重要方面。

4. 主要学科的学习方法、经验和技巧

语文、数学、英语这三门学科是小学生学习中最重要的科目，也是今后学习的基础科目，必须认真学好。前面两部分所讲的“主要环节的学习方法”和“主要能力培养的方法”，从总体上对这三科都是适合的，但由于它们各自有自己的特点，因此在学习方法上也应有所不同。这一部分分别讲述了这三门学科的学习方法、经验和技巧。

为了便于阅读和吸收，本书以小短文的形式编写。短文之间既相互联系又各自独立。因此，既可集中阅读，又可分散参考。考虑到小学生的实际，书中所述问题仅从

实际需要出发，较少进行理论分析。实践证明，这种编写方法非常有利于小学生和家长的吸收。

希望使用本书的读者，先从总体上对本书浏览一遍，然后有针对性地阅读其中的若干篇短文，结合自己的实际，对照分析，从而找到适合自己的科学的学习方法，以使自己的学习轻松愉快，事半功倍。

本书在编写过程中，收集了编者在报刊上已发表过的有关短文，参阅和摘引了大量国内外著作和杂志，调查和访问了许多老师、学生和家長，并在作者自己举办的多个学习班上进行介绍和实验。由于篇幅所限，参考文献和调查对象恕不一一列出，谨在此一并致谢！

参加本书的编写人员除主编和副主编外，还有徐瑞萍、郑荣双、陈志霞、刁生虎、王爱国等。由于本书涉及面广而编者水平有限，书中的缺点乃至错误之处在所难免，恳求广大教师、学生和家長批评指正。

目 录

CONTENTS



第一章 探寻学习方法

1. 一个等式和三点启示 (2)
2. 你的学习方法适合你自己吗 (4)
3. 不同学科应有不同的学习方法 (7)
4. 怎样探寻适合自己的学习方法 (8)

第二章 抓好学习环节

5. 学习目标应合理 (12)
6. 学习要有计划性 (13)
7. 学习计划要落实 (15)
8. 重视和抓好预习这一环 (16)
9. 预习的三种主要类型 (18)
10. 预习的三部曲 (19)
11. 预习的三个注意点 (20)
12. 做好上课前的准备 (21)
13. 抓住每一个 45 分钟 (22)

14. 上课发言要积极	(23)
15. 上课思想“开小差”怎么办	(25)
16. 上课听不懂怎么办	(26)
17. 听课记笔记效果好	(27)
18. 课堂笔记要尽快整理	(28)
19. 用符号来加快笔记速度	(29)
20. 力争当堂记忆	(30)
21. 过好课间 10 分钟	(31)
22. 做作业的三个误区	(32)
23. 做作业的三点建议	(34)
24. 做作业的“五步曲”	(35)
25. 处理习题的三种方法	(36)
26. 作业要独立完成	(38)
27. 养成检查作业的好习惯	(39)
28. 戒掉作业拖沓的坏毛病	(40)
29. 切忌搞“题海战术”	(41)
30. 复习是学习之母	(43)
31. 课后复习要及时	(46)
32. 怎样进行周末复习	(47)
33. 三轮复习法	(48)
34. 学会“过度学习”	(49)
35. 不妨“过过电影”	(50)
36. 实施素质教育也不可缺少考试	(52)
37. 以正确的态度对待考试	(53)
38. 哪些因素影响了考试成败	(54)

- 39. “必胜”信心与“适度”紧张 (55)
- 40. 考试前一天该做些什么 (55)
- 41. 考场上应注意些什么 (57)
- 42. 考试“怯场”怎么办 (58)
- 43. 考试中怎样运筹好时间 (60)
- 44. 考试时怎样答卷效果好 (62)
- 45. 遇到这样的考题怎么办 (64)
- 46. 考试答题的八个注意点 (66)
- 47. 考过一场后 (69)
- 48. 如何提高卷面得分 (69)
- 49. 考试期间的生活安排 (70)
- 50. 考试期间失眠怎么办 (71)
- 51. 怎样看待考分和考卷 (71)
- 52. 难道考高分是为了得“奖品”吗 (73)
- 53. 当你考试失败时 (74)

第三章 培养学习能力

- 54. 观察是认识世界的窗口 (78)
- 55. 良好观察力的特征 (79)
- 56. 怎样培养观察力 (80)
- 57. 掌握观察的方法 (82)
- 58. “姆佩姆巴效应”的启示 (84)
- 59. 观察力的训练 (85)
- 60. 注意力的重要性 (86)

61. 注意力的培养	(87)
62. 巧用注意的“起伏”现象	(89)
63. 让凳子不再“长钉”	(90)
64. 告别“粗心”有妙方	(90)
65. 培养你良好的记忆品质	(92)
66. 怎样培养记忆力	(93)
67. 联想记忆法	(94)
68. 分解记忆法	(95)
69. 首尾记忆法	(96)
70. 形象记忆法	(97)
71. 比较记忆法	(99)
72. 口诀记忆法	(100)
73. 提高记忆效率的 15 条建议	(102)
74. 遗忘的原因与规律	(103)
75. 记忆的错位与复原	(104)
76. 遗忘的类型与克服	(105)
77. 记忆数字的诀窍	(107)
78. 记忆地名的方法	(109)
79. 打开你神奇的智慧宝库	(111)
80. 学要善思	(113)
81. 学贵存疑	(114)
82. “学问”是什么	(115)
83. 反常规的思维可利用	(116)
84. 思维定势的干扰要克服	(117)
85. 曹冲为何称石头——变换思维法很有用 ...	(118)

86. 怎样提高理解力 (118)
87. 创造性思维有哪些特征 (120)
88. 培养发散思维, 提高创新能力 (122)
89. 克服消极的思维方式 (124)
90. 展开想象的翅膀 (126)
91. 重要的想象——联想 (127)
92. 好奇心的作用与培养 (129)
93. 做个小小发明家 (130)
94. 培养爱读书的好习惯 (131)
95. 选择适合自己的最有价值的书 (132)
96. 三阶段读书法 (134)
97. 不动笔墨不读书 (134)
98. 怎样做读书笔记 (136)
99. 保持最佳的读书心理 (137)
100. 戒掉不良习惯, 提高阅读速度 (138)
101. 快速阅读的三种方法 (140)
102. 精读与泛读 (141)
103. 朗读与默读 (142)
104. 阅读中要注意广泛联系 (143)
105. 闲时也可读“闲书” (144)
106. “走马观花”利弊谈 (146)
107. 要善于积累知识 (146)
108. 学习的好帮手——卡片 (148)
109. 无声的“老师”——工具书 (149)
110. 要注意归纳总结 (151)

- 111. 吃透教材—触类旁通—融会贯通 (153)
- 112. 如何培养口头表达能力 (154)
- 113. 如何培养书面表达能力 (155)
- 114. 失之毫厘, 谬之千里——一定要重视写字 ... (157)
- 115. 怎样写好字 (157)
- 116. 自学的作用不可忽视 (159)
- 117. 怎样提高自学能力 (161)
- 118. 自学的几条途径 (162)
- 119. 自学中应注意的几个问题 (164)
- 120. 不可忽视动手操作能力的培养 (165)
- 121. 怎样培养动手操作能力 (166)
- 122. 怎样训练动手操作能力 (167)

第四章 优化学习时空

- 123. 做时间的主人 (170)
- 124. 学习不可“欠账” (171)
- 125. 比别人学得慢怎么办 (172)
- 126. 学会科学用脑 (173)
- 127. 更替学习法 (174)
- 128. 早睡早起效果好 (175)
- 129. 怎样学会“玩” (177)
- 130. 营造学习的小环境 (178)
- 131. 家庭环境欠佳影响学习怎么办 (179)
- 132. 录音机 (MP4) 是你学习的好助手 ... (180)

133. 到图书馆去	(181)
134. 到实验室去	(183)
135. 网络空间中的学习革命	(184)
136. 网络时代的新学习理念	(186)
137. 培养自己的电子学习能力	(188)
138. 充分认识电脑和网络的负面影响	(189)
139. 培养信息素养, 提高对网络信息的免疫力 ...	(192)
140. 要不要请家教	(194)
141. 从家庭教育到亲职教育	(196)
142. 做“e时代”合格的父母	(198)

第五章 提高你的 EQ (情商)

143. 对自己说“我也行!”	(202)
144. 从哪些方面考察学习动机	(202)
145. 测测你的学习动机	(203)
146. 学习要有自觉性	(205)
147. 朝三暮四与锲而不舍	(207)
148. 和自己比	(208)
149. 对某些课程没有兴趣怎么办	(209)
150. 你也可以当“老师”	(211)
151. 当你受到老师表扬时	(212)
152. 当你受到老师批评时	(213)
153. 你是外向型性格还是内向型性格	(214)
154. 外向型学生怎样克服性格上的弱点	(217)

155. 内向型的学生怎样克服性格上的弱点 (218)
156. 有了烦恼怎么办 (219)
157. 孤独也不怕 (220)
158. 建立良好的人际关系 (222)
159. 小错不断的毛病要不得 (224)
160. 如何消除学习上的嫉妒心理 (226)

第六章 帮你学好语文

161. 要善于利用语文课本 (230)
162. 怎样学好汉语拼音 (231)
163. 怎样巧记字形 (232)
164. 怎样巩固生字 (234)
165. 怎样纠正错别字 (235)
166. 要学会使用工具书——字典 (238)
167. 学习同义词，扩大词汇量 (240)
168. 怎样积累词语 (243)
169. 怎样记忆和运用成语 (244)
170. 怎样用词造句 (246)
171. 怎样理解句子的含义 (248)
172. 怎样修改病句 (250)
173. 怎样使用标点符号 (253)
174. 怎样默读课文 (255)
175. 怎样朗读课文 (256)
176. 怎样找文章的中心句 (257)

177. 怎样给文章分段	(259)
178. 怎样归纳概括段落大意	(260)
179. 怎样拟文章标题和列小标题	(261)
180. 命题作文怎样审题	(262)
181. 怎样确定中心思想	(265)
182. 怎样编写提纲	(266)
183. 怎样积累写作材料	(268)
184. 怎样选择写作材料	(269)
185. 怎样组织写作材料	(270)
186. 写作文怎样开头	(272)
187. 写作文怎样结尾	(273)
188. 怎样写以记人为主的记叙文	(275)
189. 怎样写以叙事为主的记叙文	(276)
190. 怎样写以景物为主的记叙文	(278)
191. 怎样写以状物为主的记叙文	(279)
192. 怎样才能使记叙文通顺、具体、生动	(280)
193. 怎样写材料作文	(280)
194. 怎样写日记	(282)
195. 怎样写考场作文	(283)
196. 怎样修改作文	(285)

第七章 帮你学好数学

197. 按照数学的特点学习数学	(288)
198. 重视“四抄一算”，减少无谓失误	(289)

199. 口算是提高计算速度的重要手段 (290)
200. 在掌握一般规律的基础上注意特殊性 (291)
201. 奇数和偶数的运算结果 (292)
202. 怎样不遗漏地找出一个数的全部约数 (293)
203. 怎样判断两个数是不是互质数 (294)
204. 正确理解专用术语 (295)
205. 怎样理解倍数关系 (297)
206. 找准对应关系, 正确解答应用题 (298)
207. 应用线段图帮助分析 (299)
208. 简单归一应用题的三种解法 (301)
209. 用假设法解应用题 (302)
210. 用逆推法解应用题 (304)
211. 用联想来扩展解题思路 (305)
212. 怎样找等式 (306)
213. 由简单到复杂, 善于归纳 (307)
214. 掌握几种检验方法 (309)

第八章 帮你学好英语

215. 学好字母, 迈好英语入门的第一步 (314)
216. 怎样学习英语语音 (315)
217. 切莫用汉字给英语单词注音 (317)
218. 怎样记忆英语单词 (318)
219. 用读音法记单词 (319)
220. 用构词法记单词 (320)