

亲子
书坊

•成长关键期书库•



快乐小学生
KUAILE XIAOXUESHENG

木紫◎编著

6~12岁,抓住孩子

学习能力培养的 黄金期

要想学习好, 刻苦学习不能少

学习能力 + 学习习惯 = 好成绩

小学生快速提高学习能力的 全方位解决方案

中国妇女出版社

6 ~ 12岁,抓住孩子

学习能力培养的 黄金期

木紫◎编著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

6~12 岁, 抓住孩子学习能力培养的黄金期 / 木紫编著. —北京: 中国妇女出版社, 2012. 6

ISBN 978 - 7 - 5127 - 0428 - 2

I. ①6… II. ①木… III. ①中小学—学习方法 IV. ①G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 077626 号

6~12 岁, 抓住孩子学习能力培养的黄金期

作 者: 木 紫 编著

选题策划: 姜 喆

责任编辑: 陈 元

封面设计: 柏拉图

责任印制: 王卫东

出 版 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京联兴华印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 14.5

字 数: 210 千字

版 次: 2012 年 8 月第 1 版

印 次: 2012 年 8 月第 1 次

书 号: ISBN 978 - 7 - 5127 - 0428 - 2

定 价: 28.00 元

版权所有 · 侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

前 言

最近，我发现了一个很普遍的现象，那就是当孩子学习成绩不理想的时候，很多家长就会觉得是因为孩子贪玩儿、学习不用心才记不住所学的知识。于是，不断地在孩子面前唠叨，让孩子好好学习、不要贪玩儿；不停地往孩子身上加码，让孩子做题、上辅导班。结果呢，孩子被折磨得身心俱疲，学习成绩却没有提高。

阳阳的妈妈就是这样一位家长。前不久的一天，一位家长很发愁地问我：“我家孩子学习太差了，可怎么办啊？我担心他连中学都读不完！”然后我问她：“您的孩子读几年级？一般的考试能考多少分？”她说：“小学四年级。七八十分。大多数孩子都是90多分啊！”没等我问下面的问题，她就开始抱怨了：“要命的是，人家别的孩子没上辅导班都考90多分，我家孩子每天都上一个小时的辅导班，我还给他买了习题集做，可就是没有什么起色啊！”

看着这位家长愁眉苦脸的样子，我告诉自己我又遇到了一位“关心孩子学习，但是不懂得科学辅导孩子学习”的家长。通过走访老师、单独和孩子交流、看孩子的作业本、试卷等，我了解到，这个孩子上课听讲注意力很集中，也不捣乱，老师上课所讲的内容基本都能听懂，课堂作业完成得也很好，考试的时候出错的题目都是一些题目比较灵活、题意比较复杂的题目。

于是我判断，这个孩子的思维能力可能不是很强，在认知风格上又属于冲动

型的，一看到题目，就急忙做出判断，这样的孩子如果知识掌握得比较牢固，成绩还可以不错。而这个孩子虽然做了一些练习，但是只是做了，并没有掌握住，还可能是错误性的记忆，加之思考能力并不强，所以，出现了这种虽然在学习上花费了不少的时间，但是学习效率并不高的情况。

我把自己的想法告诉了这位妈妈，在保持原来良好的学习习惯的同时，给出了一个调整方案：

1. 先取消孩子做的所有的习题集，也不再上辅导班了。
2. 让孩子把所学的课本知识掌握牢固。除了按时写作业外，定期复习，大概是当天复习、第三天复习、一周后复习、一个月后复习。
3. 平时做题的时候，让孩子做一些一题多解、看图说话、编应用题等类似的题目，加强阅读练习，每天至少保证半小时的阅读、听评书的时间。

四五个月以后，这位妈妈发现这个孩子的学习成绩提高到80分以上了，连作文水平都提高了。一年以后，这个孩子学习成绩达到了班里的中上等，妈妈才给这个孩子增加了一套习题集，每次孩子做得都非常认真。

有一天，这个孩子跟我说：“以前，妈妈让我做的习题集，我都是对着答案写！这回，我不看答案自己就能写了！”

在这里讲述这个案例，就是想对各位家长说明一点，孩子成绩不好的原因是多方面的，有可能是贪玩儿，有可能是学习方法不够好，还可能是学习能力不足。而学习能力不足是关键中的关键，是提高学习效率的根本。但是，这么重要的问题却在被很多家长所忽视，家长找不到问题的根源，想当然地在孩子身上下苦功，苦了很多孩子。

在如今的信息社会，学习是终生的事情。学习能力的强弱不仅影响着学龄期孩子的成绩，也会影响到未来孩子的竞争力。所以，提升孩子的学习能力是一项受益终生的事情。

学习能力作为一项心理特征，成长发展取决于智力因素和非智力因素两大方面。智力因素是一个智能操作系统，它是儿童在生活中解决各种问题时进行感知、注意、观察、记忆、思维、想象、言语活动能力的总和。而非智力因素是一

个动力系统，它在儿童活动中起着定向、引导、维持、强化等作用。它包括需要、欲望、动机、兴趣、情绪和情感、意志、自信心、性格、气质、习惯等。

不管是智力因素还是非智力因素，不但决定着孩子学习成绩的好坏，也影响着孩子的人格发展。既然这两方面都是可以培养和提升的，那么，只有尽早培养，孩子才会尽早受益。

家长一小步，孩子一大步。为了帮助家长们更好地辅导孩子学习，增强孩子的学习能力，让他们轻松而快乐地学习，为将来打下知识的基础和学习能力的基础，我编写了本书，希望能够真真正正地帮助到各位家长！

特别感谢王玉新、张志强、郝玉森、李祥仁、王玉芝、李松敏、魏庆丽、李进科、郝华民、王海利、张振忠、王锁娣在写作过程中在资料收集、文字整理等方面的大力支持。

木紫

2012年2月

目 录

第1章 锻炼观察力——孩子学习更轻松

- 观察力决定学习力 / 2
- 第一步，明确观察目标 / 4
- 五官观察法 / 5
- 看脸谱，写心情 / 7
- 训练一下孩子的视觉精度 / 8
- 写观察日记 / 10
- 保护孩子的好奇心 / 11

第2章 记忆力决定成败——“记得住”才能考高分

- 鼓励孩子的记忆力 / 16
- 有意记忆 / 18
- 快速记忆法：变成图像 / 20
- 抑制规律和遗忘规律 / 22
- 朗读促进记忆 / 24
- 重复不是浪费 / 25
- 别让吃影响了记忆力 / 28
- 处理好理解与记忆的关系 / 31
- 多动手有助于记忆 / 32
- 编故事记忆法 / 34
- 理解得更彻底一点儿 / 36

第3章 想象力飞起来——想象力比知识更重要

- 想象力支撑孩子学有所成 / 40
- 丰富大脑的表象 / 41
- 和孩子一起“奇思妙想” / 44
- 有意识地训练孩子的表达能力 / 46
- 玩儿出来的想象力 / 48
- 提高孩子做事的能力 / 50
- 利用故事想知识 / 52
- 让孩子广涉猎，多阅读 / 54
- 与图画亲密接触 / 56
- 多种感官想象法 / 58

第4章 提高注意力——让孩子学得更专注些

- 让孩子自发订立学习目标 / 62
- 给孩子一个安静、简单的学习环境 / 63
- 把抽象知识形象化 / 65
- 知识有趣了，孩子就爱学了 / 67
- 有个好心情 / 69
- 好用的注意力训练法 / 71
- 一个重要原因：听不懂 / 73

第5章 锻炼思维力——“发明脑”诞生记

- 养成积极思考的习惯 / 76
- 求异思维：教孩子换个角度 / 78
- 敏捷性——思维的速度 / 81
- 重视独创性思维 / 83
- 让孩子独立思考 / 85
- 思维的翅膀 / 87
- 几种重要的思维方法 / 89

第6章 创造力——钻出前人的圈圈

- 每个孩子都有创造力 / 92
- 保护孩子的创造性行为 / 93
- 发挥知识的活力 / 95
- 在学习上,运用创造性技法 / 97
- 父母站到学校教育以外 / 99
- 在实践中激发孩子的创造力 / 101

第7章 提升学习动力——加足马力向前冲

- 培养孩子的学习兴趣 / 104
- 提升孩子在学习上的自信 / 106
- 激发孩子的上进心 / 108
- 让孩子知道父母的期盼 / 110
- 订立有效目标 / 111

第8章 课堂听讲能力——做课堂上的主角

- 紧跟老师思路走 / 116
- 和老师进行无声的交流 / 118
- 既要听好课,又要做好笔记 / 119
- 参与到课堂中去 / 121
- 掌握老师的讲课套路 / 123
- 多问几个“为什么” / 125

第9章 自学能力——掌控未来的第一资本

- 不可忽视自学能力 / 128
- 让孩子做生活的主人 / 129
- 最重要的是学会如何学习 / 132
- 预习,不可忽视的学习方法 / 134
- 高效复习方法 / 135
- 给弱科特殊的待遇 / 138

学好语文 / 140

不做“闷葫芦” / 142

第10章 写作业能力——考试的“练兵场”

列个作业时间表 / 148

马虎绝不是小事情 / 150

独立做作业 / 152

“小磨蹭”变身记 / 153

会检查作业 / 155

把作业当成考试 / 156

100分作业 / 158

第11章 自我控制能力——别让玩儿耽误了学习

延迟满足孩子 / 162

在规则中给孩子自由 / 163

与自省能力有关 / 166

每天上网就1小时 / 168

急躁，容易出纰漏 / 171

第12章 锻炼坚持力——坚持到底就是胜利

到了“半途”，监督一下孩子 / 176

学会制订学习计划 / 177

让孩子看到坚持的成果 / 179

提高抗干扰能力 / 181

第13章 抗挫折能力——困难、挫折是好老师

挫折在哪里 / 184

锻炼孩子的心理承受力 / 185

学会总结学习经验 / 187

培养孩子坚强的品质 / 189

提升孩子的逆商 / 191

第14章 交往能力——从小做个“人脉帝”

拥有积极的人格 / 196

心中有爱 / 197

告别以自我为中心 / 199

不忌妒的孩子能容人 / 201

多做换位思考 / 203

讲究交往的礼仪 / 205

与他人的沟通能力 / 206

第15章 竞争能力——让实力说话

核心竞争力：人格 + 特长 / 210

发展孩子的特长 / 212

勤奋的精神 / 214

培养自强不息的精神 / 216

改变自卑心理 / 217

第1章

锻炼观察力

——孩子学习更轻松

学习成绩差的孩子中，有一个比较普遍的现象，那就是观察能力比较差。具体表现为不能准确地识别、迅速发现知识之间的联系和特点，从而阻碍了对知识的理解、归纳、概括、总结，才导致学习效果不理想。

· 观察力决定学习力 ·

家长都希望自己的孩子有较强的学习力，这样，孩子就能顺利获得知识和技能，为未来的发展积累足够的资本。但是，家长在指导孩子学习的过程中，却容易犯一个错误，那就是一旦孩子成绩不好，就觉得孩子天生不是学习的料，而不去积极寻找孩子智力结构中拖后腿的因素。

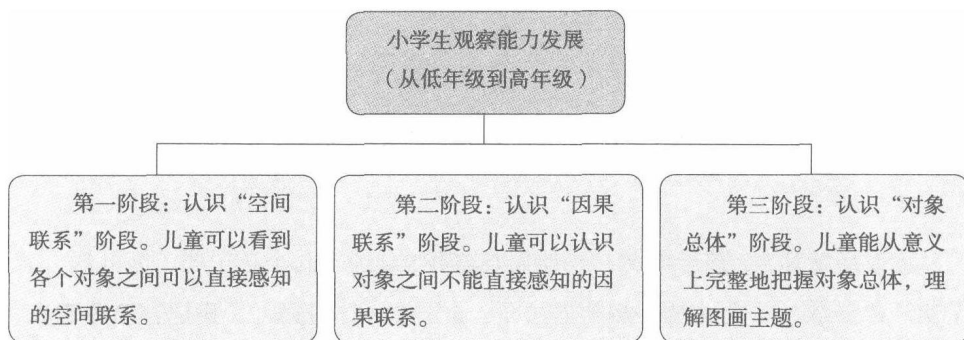
有研究证明，孩子学习不好与智力有很大的关联性，比例约为35%。所以，当孩子学习成绩不好的时候，先要从智力方面找找原因。观察力是智力结构的重要方面，它是思维力、记忆力、注意力、想象力的基础。如果观察力不强，孩子在学习上就会很被动。

关于观察力的重要性，著名生物学家达尔文说过：“我既没有突出的理解力，也没有过人的机智，只是在观察那些稍纵即逝的事物并对其进行精细观察的能力上，我可在中人之上。”

研究发现，观察力较强的孩子，在学习中更能占据优势。他们能快速把所见情景“提纲挈领”地映入脑海，很快地发现中心内容，准确把握知识要点。在课堂上，他们能够轻松地把握住老师讲课的重点内容；写作业、考试的时候，较少因为马虎看错题意、写错字。

观察力强的孩子能够较快发现问题，产生要去了解的好奇心和解决问题的欲望，能够抓住事物的本质特征，获得有价值的信息，更具备战胜难题的信心，成为“强兵”“高分高能者”的概率更大。

我国著名教育学家丁祖荫通过对幼儿园到小学高年级学生观察图画能力发展的研究，认为小学生观察能力的发展从低年级到高年级分别属于以下三个阶段：



家长可以利用上图来判断一下自己孩子的观察力是否与年龄相匹配，如果稍差，可能不利于学习、认知活动，家长要着手锻炼孩子的观察力，从简单到复杂的联系方式，效果更好。

锻炼观察力第1题：

下面每一题中都包含两组数字，如果这两组是相同的，请打“√”，如果这两组是不同的，请打“×”。

① 562741896352 562741866352

② 56874531709857432 568745377098574322

③ 2344645553565856382 2344645553565856382

④ “田”字中包括了几个汉字？

锻炼观察力第2题：

观察一下班主任所在办公室的几位老师，他们都教什么？除了讲课，还有别的工作吗？他们平时习惯几点到校？他们走路的姿势分别是什么样的？他们谁更喜欢和同学在课外活动的时候打成一片？

锻炼观察力第3题：

两幅画，其中一幅是一位小朋友扶老年人过马路，另一幅是小朋友扶小朋友过马路。（注：以画面呈现）题目是，用一个成语概括出这幅画的内容。

· 第一步，明确观察目标 ·

我曾经站到5个孩子面前，让他们观察我5分钟。几个孩子望了我几眼，目光就开始分散，一会儿就互相望着去了。5分钟的时间到了，我把自己藏起来，让他们笔答几个问题。

1. 我梳着什么样的发型？
2. 我上衣穿的什么款式的衣服？是什么颜色的？
3. 我穿了一双什么样的鞋子？是皮鞋还是布鞋，或者运动鞋？
4. 我戴首饰了吗？如果戴了，说出是什么首饰？
5. 我的眼镜是什么颜色的？

结果，没有一个孩子能够答对3道以上的题目。

然后，我让孩子们对照着问题观察我，5分钟后，我再次把自己隐藏起来，让孩子们重新笔答以上问题，大部分孩子都答对了。

由此看来，小学低年级的学生观察的目的性还不强，孩子往往容易被受刺激物的声音、形态、颜色等特点和个人兴趣、爱好所影响。我们只有帮助孩子明确了观察目标，孩子才能有效地控制自己的知觉，排除干扰，把注意力转向应该注意的方面，去感知观察目标。

家长可以用言语明确观察目标。

当孩子背诵课文的时候，如果段落较大，家长可以跟孩子说：“把一大段分成几个小部分，一部分一部分地背诵。”这样，目标明确，背诵效率高。

当孩子做一道看图说话题目的时候，先让孩子看看后面的问题，孩子就懂得带着问题去观察，目的性更强。

当孩子做题的时候，遇到容易出错的题目，家长可以告诉孩子多看题目几分

钟，而不是一眼扫过就开始做题。这样孩子就能正确理解题意，不会看错条件，也不会看错数据什么的。

为什么要这样做呢？因为目的明确，孩子就可以带着任务去观察，看到的内容就不再是无意义的、零碎的、模糊的，而是有意义的、与脑海里既存知识有逻辑联系的，很清晰地映现在脑海里，而且任务越明确，得到的信息越准确，记忆就会更快、更准、更深刻。

· 五官观察法 ·

有研究证明，一个人在观察事物时，如果光用眼睛看，只能接受到20%左右的信息；如果光用耳朵听，则只能得到15%；如果眼耳并用的话，对信息的接受率就高达50%左右。由此可以判断，在孩子观察事物时，动用的感官越多，接受到的信息量就越大，认识就越全面。

由此看来，当一个人只通过一种感官接收到的信息就做出判断往往是不客观的，很有可能形成片面或者局部的认识。

当孩子逐渐长大，家长要引导孩子在感受外界事物的时候，不能单靠一种感官感受就做出判断，尽可能地让多个感官参与，比如，眼睛观察、鼻子闻、耳朵听、手触摸、嘴巴问，这样大脑获得了足够多的信息，才能做出准确的判断。

培养五官观察法可以从孩子小的时候开始，而且是孩子年龄越小越有利。举个简单的例子，当一两岁的宝宝对西红柿感兴趣的时候，妈妈不要怕孩子把西红柿抓烂，大胆地给宝宝一个西红柿。当宝宝兴奋地与西红柿玩耍的时候，妈妈可以问宝宝：西红柿是什么颜色的？光滑吗？尝一口，什么味道？即使宝宝不会用语言表达，但当他大胆地去做之后，通过眼睛看可以了解到成熟的西红柿是红色的，圆圆的；通过动手摸可以感受到西红柿很光滑；通过鼻子闻能嗅到淡淡的清香；咬一口，酸酸甜甜。

孩子长大后，特别是已经上了学的时候，对于简单的事物的信息已经特别熟悉了，这个时候，家长就要引导孩子对更复杂的事物进行感知和判断。比如，做饭的时候有了糊味，家长就可以让孩子根据闻到的味道去找找糊味从哪里来？怎么来的？

孩子在生活中获得的观察机会越多、越复杂，掌握的生活知识、信息也越丰富。当这么丰富的信息留在孩子的头脑里，孩子的想象力就会更丰富，理解能力更强，接受知识的速度更快。

在学习上，运用“五官观察法”，可以大大提高课堂听讲效率。孩子把眼睛、耳朵、手都用上，跟着老师的讲课速度思考，快速地理清重点、难点。我们经常看到有的孩子上课听讲只是看黑板上的板书，抄写笔记，不听老师讲，充当的只是一个文字搬运工的角色；如果只是听老师讲，不看黑板、不关注老师的表情，听着听着思路就不知跑到哪里去了，更别说搞懂哪些知识是重点了。

为了培养孩子运用多种感官进行观察的习惯，家长可以给孩子布置一些观察任务。比如，给孩子三把梳子，让孩子辨别一下哪把是塑料梳子，哪把是木梳子，哪把是牛角梳子，然后通过实际操作，辨别一下梳头发的时候，哪把梳子摩擦起电的现象最明显？观察一下小区里的松树、柏树有什么不同？杨树和柳树有什么不同？春天的时候每一种树木是什么样的？秋天的时候每一种树木又是什么样的？

当孩子的观察力提高一些后，家长就可以布置一些较复杂的观察任务。观察小树苗的生长过程，观察小猫咪睡觉的样子，观察阴天时候的情景等。

观察的过程也是思考的过程，不断运用五官观察法，不但有利于培养孩子敏锐的观察力，也能促进孩子的动手能力、思维能力、表达能力等多种智力因素的发展。