

家教兵法系列

王会 主编

孩子成才的助推器

家庭教育的指南针

温情沟通的亲子园

如何 让孩子高效学习



宁波出版社
Ningbo Publishing House

引领孩子在通向成功的道路上飞奔

责任编辑 吴波 倪建飞

封面设计 邬巧红



天天系列的希望

《如何让孩子高效学习》从每位年轻父母“望子成龙、望女成凤”的迫切愿望出发，用科学的理论和真实的事例告诉每位年轻的父母：什么是智商，智商是可以提高的，孩子注意力不集中该怎样做，如何培养孩子的学习自觉性……等等。同时，每个章节亲子园中各种有针对性的亲子活动，让年轻的父母能够在学习家庭教育理论的同时有了切实可行的实践载体，在与孩子的温情沟通中发挥家庭教育的巨大能量，产生强大的推动力，引领孩子在通向成功的道路上飞奔。

ISBN 7-80602-705-X



9 787806 027059 >

ISBN 7-80602-705-X/G · 325

定价：15.00元

家教兵法系列

如何让孩子高效学习

主 编 王 会

副主编 李书新

编 写 王 会 李书新 孙占军

李鸿理 孔 瑜 李 瑾

吉晓红 王 景 赵玉洁



宁波出版社

Ningbo Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

如何让孩子高效学习/王会主编. —宁波:宁波出版社,
2004.1

(家教兵法系列)

ISBN 7-80602-705-X

I.如... II.王... III.①家庭教育②学习方法

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 112407 号

- 书 名 如何让孩子高效学习
(家教兵法丛书)
- 主 编 王 会
- 出版发行 宁波出版社(宁波市苍水街 79 号)
- 责任编辑 吴 波 倪建飞
- 电 话 0574-87264598(编辑室) 87286804(发行部)
- 印 刷 杭州钱江彩色印务有限公司
- 开 本 880mm×1230mm 1/32
- 字 数 150 千字
- 印 张 7.25
- 版 次 2004 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
- 标准书号 ISBN 7-80602-705-X/G·325
- 定 价 15.00 元



前 言

年轻的家长们,不知道你们是否了解,在我们有着12亿多人口的中国,同一年出生的孩子约2000多万,也就是说,孩子将面临的是来自2000多万同龄人的竞争压力,再加上来自社会各个方面的困扰,如果孩子没有充分的早期准备,缺乏坚实的自身基础,那么他将很难在将来的社会立足,更谈不上有所建树了。鉴于此,为了孩子的未来,今天的父母们殚精竭虑、呕心沥血,投身于孩子的早期教育,然而结果却总是不尽如人意。为什么会是这样的结局呢?

其实原因很简单,那就是年轻的父母们没有找到一条真正适合自己孩子的早期教育方法和模式,人云我云,随波逐流,不但浪费了精力和钱财,而且在一定的程度上影响了孩子智力和能力的正常发展,得不偿失。如果我们考察一下家长对孩子智力的理解和对智力发展规律的认识就不难发现,许多家长是模模糊糊,甚至是一种错误的认识,那么出现这样的现象就不足为奇了,因此向家长介绍有关提高儿童智力与学习效率的基本常识就显得十分必要。

孩子的智力发展,在上小学之前,已达全部智力的60%~70%,余下的30%~40%,有待于在小学、中学继续开发。这使我们知道,智力的早期开发具有重要意义,同时,小学、中学阶段是否科学地发展智力,将可能进一步拉开



如何让孩子高效学习



同龄儿童之间的智力距离。所以,要适应未来社会的发展,惟一的办法就是从小抓起,从孩子抓起,通过正确贴切的措施和手段,做好孩子的智力开发,培养孩子良好的学习方法和习惯,为孩子储备持续发展的能量。

本书从不同角度说明有关如何提高孩子智力和学习效率的问题,年轻的父母们可以在这本书中获取完全适合自己孩子的智力与效率提高方法和策略,借助书中推荐的小游戏、小测验、小故事、小手工等亲子益智活动,在不断加深和孩子沟通的同时,帮助孩子在提高学习效率、开发智力能量、奠定坚实基础等方面取得突飞猛进的飞跃,为将来能够在竞争激烈的社会崭露头角做好充分的准备。

今天的教育就是明天人才的奠基石。相信年轻的父母们在读了这本理论和实战紧密结合的儿童家庭教育辅导书后,一定会有所收获。如果能够在家庭中结合实际灵活加以运用,您的孩子在智力和效率方面一定会飞速提高,成为同龄人中的一匹脱颖而出的黑骏马。



目 录

了解孩子学习的生理和心理基础

什么是智商	3
智商可以改变	6
及时发现孩子智力发育障碍	9
发现和引导智力超常的孩子	11
哪些食物会损伤大脑发育	15
哪些食物可以健脑	17
不要热衷于超前学习	19
怎样使孩子的大脑处于最佳状态	21
不能忽视右脑半球的开发	23
两岁以前右脑开发的重点	26
两岁以后右脑开发的重点	29
鉴别左脑优势和右脑优势	34
儿童智能发育的八大敏感期	38
把握好孩子学习的关键时期	41

更新家庭教育观念

跟着孩子走	45
不要扼杀孩子的想象力	48
“罗森塔尔效应”和自信心	51



如何让孩子高效学习



面对孩子的“为什么”	54
引导、鼓励孩子的“异端邪说”	59
让孩子在“快乐”中学习	62
对孩子期望要适度	66
避免填鸭式教育	70
及早对孩子进行科学启蒙教育	73
如何看待孩子的双语教育	75

建立良好的学习支持体系

“入境”才会高效率	81
怎样使孩子安心做功课	84
良好的教育环境是智力发展的重要条件	87
学习环境的刺激和幼儿学习	92
怎样利用户外环境促进孩子学习	94
怎样创造一个利于孩子学习的家庭环境	96
家长的不正常心理会影响孩子的学习	98
父亲对孩子学习的影响	101
父母的关爱能促进孩子的学习	104
选择有益智力开发的电视节目	106
让孩子早些接触电脑	109
母子共读,其乐无穷	112
正确选购助学读物	115
引导孩子学会独立阅读	118
让孩子养成学习的好习惯	121
好奇心可以激发学习兴趣	123



改善孩子的学习能力

如何提高孩子的学习能力	129
培养孩子创造力的方法	131
培养孩子思维能力的方法	133
培养孩子想象力的方法	136
培养孩子的归纳归类能力的方法	139
培养孩子判断推理能力的方法	141
培养孩子观察力的方法	144
兴趣的倾向可使注意力得到发展	147
注意力和意志力培养密不可分	149
培养孩子语言能力和计数能力的方法	153
培养孩子记忆力的方法	156
让孩子避免学习疲劳	159

怎样处理孩子学习中的常见问题

孩子注意力不集中怎么办	163
怎样缓解孩子的紧张情绪	166
怎样教孩子准确回答问题	168
孩子不爱动脑筋怎么办	171
怎样帮助孩子克服磨蹭的坏习惯	174
怎样教孩子利用好时间	178
怎样帮助孩子克服马虎的坏习惯	180
怎样训练孩子的口才	182
怎样指导孩子折纸	184
怎样指导孩子学画画	186



如何让孩子高效学习



怎样教孩子学习乐器	188
怎样指导孩子学习舞蹈	191
怎样给孩子讲故事	193
怎样给孩子选择图书	196
怎样让孩子快乐学习	199
怎样分析孩子的学习状况	203
怎样面对孩子的怪问题	206
孩子学习不主动怎么办	208
怎样指导孩子做作业	211
如何教孩子写日记	213
怎样帮孩子克服词汇贫乏的毛病	215
怎样帮孩子克服自卑心理	216
孩子迷上电视怎么办	228
上课提问时孩子发懵怎么办	220
学习障碍症的发现与预防	222

了
解

孩子学习的生理和心理基础



什么是智商

智商可以改变

及时发现孩子智力发育障碍

发现和引导智力超常的孩子

哪些食物会损伤大脑发育

哪些食物可以健脑

不要热衷于超前学习

怎样使孩子的大脑处于最佳状态

不能忽视右脑半球的开发

两岁以前右脑开发的重点

两岁以后右脑开发的重点

鉴别左脑优势和右脑优势

儿童智能发育的八大敏感期

把握好孩子学习的关键时期





什么是智商

为人父母者，无论是带着孩子上街，还是走亲访友，免不了听到别人对孩子的议论，“宝宝真漂亮！”“真像他妈妈！”等等。听到这些赞美的话语，你当然兴高采烈，特别是当你听到别人说：“你看这孩子，两眼滴溜溜转，肯定很聪明，将来一定有出息。”你一定更是会笑得合不拢嘴。

诚然，作为孩子的父母，最关心的莫过于自己的孩子，而孩子是不是聪明，又是其中考虑最多的一个方面。那么有没有一个标准来衡量呢？当然有了，这就是心理学家称之为“智商”的东西。

一般情况下，你大可不必太在意你的孩子智商是高还是低，没有必要非得去测定。如果你觉得你的孩子智力超常或智力过低，才有必要去测定一下，以便采用相应的方式方法对孩子进行引导。

“智商”全称是“智力商数”，即“IQ”，它可以表示一个人的智力水平。智商通常的算法为： $(\text{心理年龄} \div \text{实际年龄}) \times 100$ 。

你可能要说，这“心理年龄”和“实际年龄”是什么东西啊，我可不知道，怎么算呢？其实，你不必着急。

这时的你就可以到专门的机构去寻求答案，根本用不着自己去操作。在那里，经过一系列比较复杂的测定，智商（“IQ”值）就出来了，它是一个确定的数值。

心理学家经过研究，将智力水平划分为七个等级：

“IQ”值大于140的孩子近似天才或已经是天才；

“IQ”值在120~140之间的孩子智力非常优秀；

“IQ”值在110~120之间的孩子智力优秀；

“IQ”值在90~110之间的孩子智力平常；



如何让孩子高效学习



“IQ”值在80~90之间的孩子就有些愚笨了；

“IQ”值70~80之间的孩子智力就有缺陷了；

“IQ”值小于70的孩子则是低能儿。

但是，这个标准并不是惟一的，也不是一成不变的，许多天才儿童在学校往往表现得非常愚钝，但在某一方面他却是无可比拟的。因此不必把智力测验看得太重，更不要靠一两次测验就轻率地给孩子定义为“神童”或“低能儿”。

普遍认为构成智力的因素有五种，分别是观察力、记忆力、注意力、思维力和想象力。

观察力是指能发现别人从未注意过的问题。

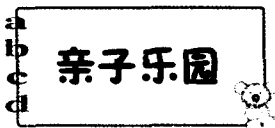
记忆力是指能记住事物的外形和名称，以及该事物与以前学过的事物的相似点与不同之处。

注意力是指精力的集中，只有集中精力，才有可能更好地观察事物，并记住事物。

思维力是指孩子观察到各种事物以后，渐渐学会将它们归纳分类，并进行分析比较，从具体的区别上升到抽象的区别，进而产生总结和概括的能力。

想象力是指由此及彼，通过事物的一点联想到许多点，通过联想并加以想象进而出现一种新的想法。

值得强调的是，智商的标准只是一个参考，父母在教育孩子时不必过分教条地按照这个标准来确定孩子的智力程度。因为每个孩子的智力发育都具有个体差异，在各个方面的发展是不平衡的，因此，发现孩子的优势，并合理地加以引导，你的孩子会发展得更好。



测一测

智商测试

32周大

方法 玩的时候,把一只玩具藏到一块布下面。

反应 宝宝会把布揭开,找出那个玩具。

36周大

方法 拿出一只篮子和一些立方体积木,让孩子把积木放进篮子。如果孩子没有反应,你可以先做一遍给他看,同时告诉他你在做什么。

反应 孩子应该会把积木放进篮子里。

12个月以内

方法 在宝宝面前摇动一只铃铛。

反应 小家伙会向前扑,想抓住它。

15个月

方法 询问或者给孩子看如何将3块方积木一块叠一块地搭成一座塔。

反应 孩子应该能掌握这个平衡,用3块积木垒成一座塔而不会倒塌。

口头能力的测试

3岁以上

这项测试分为如下几类:

一般性常识:你有几只眼睛?



如何让孩子高效学习



一般理解力：你的膝盖擦破了该怎么办？

算术能力：小明有10颗弹珠，又买了4颗，现在他一共有几颗？

相似性：梨和橘子在什么方面是相同的？

词汇量：绿宝石是什么？

动手能力的测试

3岁以上

动手能力的测试分为补全画面、画面整理、拼图和配对几个部分。

补全画面：给孩子看一张熟悉的事物的图片，上面有一部分缺损，让孩子找出画上所缺的部分。

画面整理：给孩子看几幅顺序打乱的漫画，孩子应该能够将画面按正确顺序排列形成一个故事。

配对：给孩子看一组符号，如圆形、星形、三角形和菱形，每种有两个，让孩子把这些符号中相同的拣出来归为一类。

拼图：把一张印有孩子熟悉的事物，如人脸或马的照片，剪成几块，就像简单的拼图板游戏一样，让孩子尽快把这张图片拼成原来的画面。

智商可以改变

许多父母给孩子进行了智商测验，当成绩不高时，父母往往认为孩子笨，没有发展前途，为此愁眉不展。

其实，智力的高低是可以改变的。不可否认，智力的高低与许多先天因素有关，受遗传、生理成熟等影响。但是，科学研究表明，对孩子的智力因素起决定作用的是环境和教育因素。



法国国家卫生与医学研究所和巴黎家庭治疗中心的专家经过多年观察研究认为：人的智商并不完全取决于遗传因素，后天的良好教育和精心培养也可以大幅度提高弱智儿童的智商。

他们选择了65名4~6岁的领养儿童作为研究对象。这些孩子的共同特点是出生在虐待孩子或对孩子漠不关心的家庭。在被领养之前，他们的智商都在80分以下，属于弱智儿童。通过对这些孩子5~10年的跟踪观察发现，这些孩子的智商都有不同程度的提高，尤其是他们的时空概念比领养前有明显进步，其中被条件好的家庭领养的孩子智商平均提高了19分，其他孩子平均提高了8分。同时，这也证实了另一理论，领养家庭对孩子感情投入的多少和孩子智商的提高成正比。

我们知道，世界著名的发明家爱迪生一生的发明有2000多种，可谓高智商。可是他在上小学时，也曾不及格，被老师认为是没有发展前途的学生。还有世界著名的科学家爱因斯坦上学时做出的手工小板凳，也曾被老师视为“再也没有比这更差的小板凳了”。后来如何，不言而喻。这些不是什么试验，而是实实在在的例证。

相反，如果凭着自己比较高的智商，不注意后天的努力，就会走向初衷的反面。唐宋八大家之一的王安石曾经写过一篇散文《伤仲永》，相信大家还记得。有一个叫方仲永的孩子，在五岁的时候就能“指物作诗立就”，而且“文理皆有可观者”，这是很了不起的，智商肯定不会低。而到了十二三岁时虽还能作诗，但已不如传闻中那样好了。到了二十岁就变成了平庸无奇的人了。原因是什么呢？作者在文章中说，方仲永的才能之所以日益衰退，是因为他父亲为了获取高额报酬，每天带着他去拜访县里名人，在筵席、聚会时，即兴赋诗，不留时间让他进一步学习。由此可见，一个人即使小时候有很高的智商，如果后天不努力学习，也会使自己的智商退后，甚至一塌糊涂。教训不可不吸取，不可不