



全彩漫画版

韩国最畅销的小学生趣味学习书



我的 学习习惯 没问题



小学生民载提高学习能力的22个秘诀

[韩] 赵玲卿 著 | [韩] 朴赞信 绘 | 孙璐 译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



小学生民载提高学习能力的22个秘诀

[韩]赵玲卿◎著 | [韩]朴赞信◎绘 | 孙璐◎译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

我的学习习惯没问题! : 小学生民载提高学习能力的22个秘诀 / (韩) 赵玲卿著 ; (韩) 朴赞信绘 ; 孙璐译. — 北京 : 北京联合出版公司, 2015.1

ISBN 978-7-5502-4136-7

I. ①我… II. ①赵… ②朴… ③孙… III. ①小学生—学习方法 IV. ①G622.46

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第274285号

내 공부습관이 어때서!

Text Copyright © 2012 by Jo Young kyung

Illustrations Copyright © 2012 by Park Chan shin

Original Korean edition published by BLUEGARDEN

Simplified Chinese translation copyright © 201x by Beijing Universal Acer Cultural Development Co., Ltd.

Simplified Chinese Character translation rights arranged with BLUEGARDEN

through Easy Agency and Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

著作权合同登记号图字: 01-2014-6259号

我的学习习惯没问题! 小学生民载提高学习能力的22个秘诀

选题策划: 益博轩

作者: [韩]赵玲卿

绘画: [韩]朴赞信

翻译: 孙璐

责任编辑: 李婷 徐秀琴

北京联合出版公司

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京富达印务有限公司印刷 新华书店经销

字数100千字 880毫米×1230毫米 1/16 10印张

2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-4136-7

定价: 32.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换

电话: 010-64243832

目录



作者寄语 /2

导语 /4

第1章 每天的学习习惯

- 1 优越感和挫败感 2
- 2 有计划地过好每一天 8
- 3 学习的力量来自“屁股” 15
- 4 端正学习习惯的“三剑客” 20
- 5 那些真正知道学习的人的习惯——提问！ 26
- 6 与“坐得住”同样重要的注意力 32

第2章 每周的学习习惯

- 1 张弛有度 41
- 2 会玩的孩子学习也好？ 46
- 3 积少成多的学习习惯 53
- 4 我能行吗？我能行！ 58
- 5 先吃好吃的，还是先吃难吃的？ 64
- 6 我头脑里的橡皮擦？ 70

第3章 每月的学习习惯

1 为什么要学习？	78
2 预习，你做到什么程度了呢？	85
3 试卷被换掉了！	91
4 这个假期干什么呢？	96
5 我是有资格证的学生！	102

第4章 各科的学习习惯

1 语文学习习惯	110
2 英语学习习惯	118
3 数学学习习惯	127
4 社会学习习惯	132
5 科学学习习惯	138



每天的学习习惯



1. 优越感和挫败感

“教育学者的研究结果显示，儿童最初产生优越感或挫败感是在小学四年级的时候。学习好的小朋友会有优越感，觉得自己聪明、优秀；学习不好的小朋友，会有挫败感，觉得自己笨、没出息。”

“民载明年就四年级了吧？”

“是啊，就到了新闻里说的那个年级了。”

妈妈爸爸的对话像是故意说给民载听一样。

“民熙倒不用担心，就是民载……”

妈妈的话才说了一半，“民载怎么啦，怎么啦？”

民载就生气地说。



“还能怎么？临阵磨枪大王，我们是在担心你。有考试的时候，才知道学习。如果你养成这样的学习习惯的话，一定会成为失败者的。”



“我的学习习惯没问题！”

民载一下子跳起来回到自己房间里。

其实民载心里也不舒服，因为他也觉得自己没有良好的学习习惯，说不定真的会成为失败者。

“哎呀，马上就期末考试了，反正先复习一下也没什么坏处，我可不是因为那个新闻才学习的。”

民载点了点头，拿出了教科书。

“先学英语吧。但是英语书在哪儿呢？”

民载开始在书包里找起英语书来。

“啊，对了，今天有英语单词作业！”

民载又开始找单词本。

“要是写单词作业的话，需要字典和铅笔！”

民载又开始找字典和笔筒。

可是民载的房间里是不是住着幽灵啊，怎么要找的东西一个都找不到啊。

“哎呀，什么啊！都放哪儿了啊？”

民载哭丧着脸。好不容易下定决心要学习，可是看现在的情况是学不了了。



智慧先生
小总结

想做饭的时候，如果水池里放着没刷的碗和各种厨房垃圾，你觉得能做出美味的菜肴吗？我觉得一定会乱成一团，什么美味的菜肴也做不出来。

无论做什么事，在整洁的环境里才能做好。因为整理有序，做事的时候会更容易，注意力也会更集中。

想要学习好，整理是基础。想要学习数学的时候，先去书架上找教科书，再去抽屉里翻计算用的练习本。这样的话，还没开始学习就已经烦躁了。这怎么行呢！

另外，一旦养成不爱整理的学习习惯的话，学习起来既浪费时间，学习效果也不会好……。在什么样的环境里学习，就会养成什么样的习惯，请小朋友们养成良好的习惯。



整理书桌

① 书桌上只摆放必需品

书桌上东西多的话，小朋友就很容易分心。只放文具和钟表就行。

② 妨碍注意力的物品都收起来

小朋友们喜欢的娃娃、卡通人物和演员的照片都要收起来。放喜欢的明星看起来好像能够鼓励小朋友的学习，但实际上它会影响小朋友们的注意力。

③ 把阅读资料按照科目分科剪贴

课堂上老师发的或从网络课堂等得到的阅读资料，需要按照科目进行分类，放到不同文件夹里。在报纸上剪贴下来的资料，也整理成文件夹，这样查找的时候，就会很方便。

④ 哪儿拿的放回哪儿去

不管怎样整理，桌面上很快就会变得很乱，这时，只要记住一点就行，在哪里拿的就放回哪里去。只要做到把物品放回原来的位置，桌面上就会变得很整洁。

简便的整理习惯

整理抽屉的法则

常用的尺子或剪刀等，放在最上面的抽屉里。其他格子里，按顺序摆放上学所需物品或者写作业时所需要的文具。

有开有关

把抽屉关上就会显得很利落。打开的抽屉，一定要再关上。而且要养成把拿出来的东西再放回原处的习惯，这样的话物品就不会很乱。

掉的东西马上捡起来

从书柜上掉下去的东西，一定要马上捡起来放回原处。

2 有计划地过好每一天

民载做完卫生，整理好房间以后，看着干净整洁的房间，欣慰地笑了。

“现在要开始学习了。等一下……先学什么呢？”

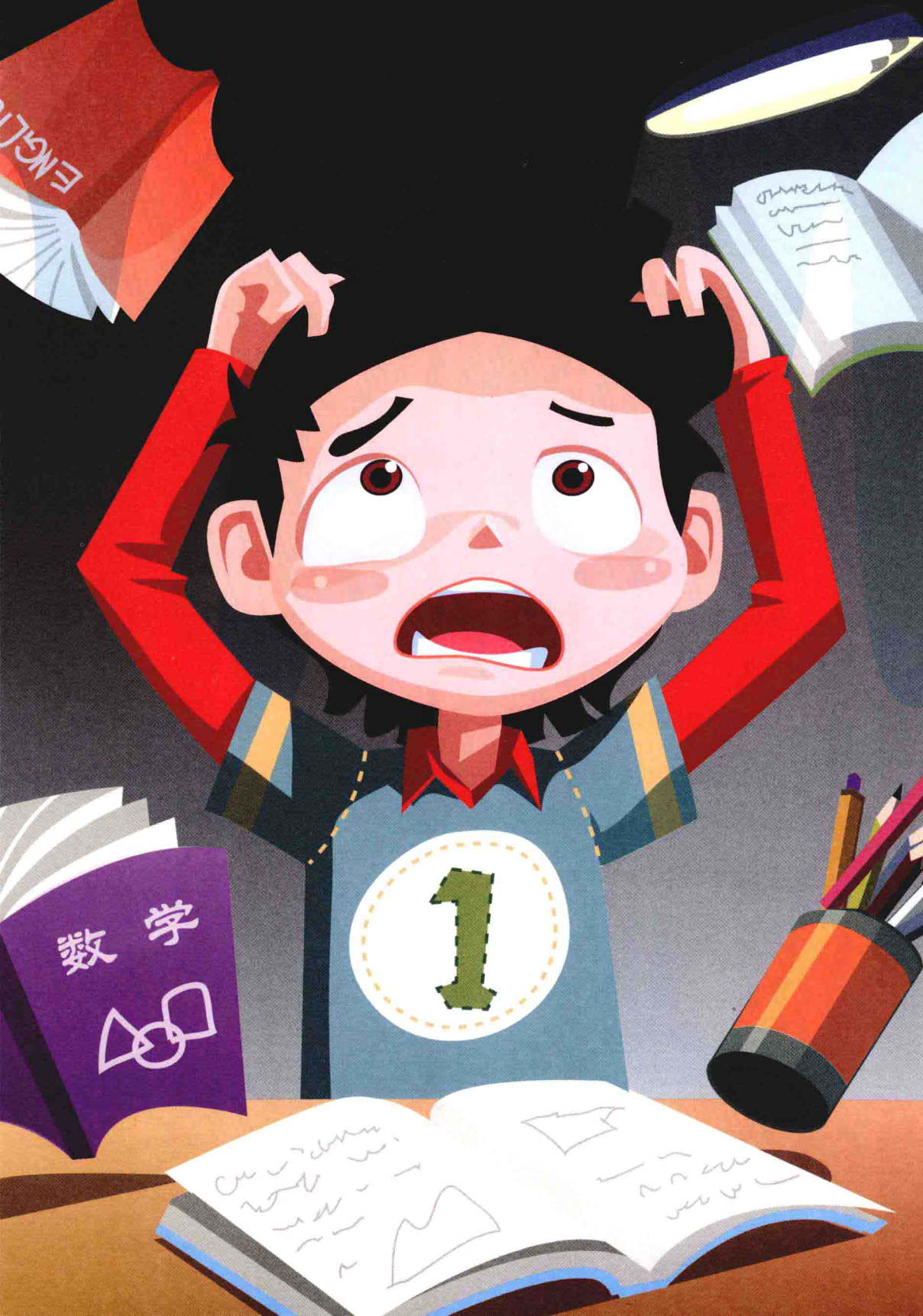
民载看了一圈书架。

“先学英语？不，上次考试的时候，数学没考好，应该先学数学。哎呀，对了，社会练习册还有一个没做呢，又要挨妈妈训了。”

民载拿出社会练习册，把需要的教科书、练习册都从书架上拿了下来。

“和我们国家元旦一样的节日是什么？唉？是万圣节？新年？……啊！是什么来着？教科书上有来着。”

民载就开始找社会教科书。找着找着，他又看到英语教科书了。



“啊，对了，英语单词作业！”

民载打开了放在社会练习册上的英语单词本，开始做“找单词”作业。没写几个他就停下来了，因为他看到了“test”这个单词。

“test，测试。啊！星期一还有数学小测试呢！”

民载又打开数学练习册。为了做计算题，他还拿出了练习本。

不知不觉中，民载的书桌上摆着社会练习册、英语单词本、英语教科书、字典，还有数学练习册和练习本。

“书桌怎么这么小啊！”

民载做数学题时，把胳膊碰到的东西都推开了，呼啦啦，只见堆在桌子上的书全都掉了下去，连笔筒也一起掉了下去。

“又变得乱七八糟的，什么都没干，都过去一个小时了。又要写英语作业，又要学数学，又要写社会练习册，怎么办啊！”



像民载那样盲目地说“学习学习”，然后坐在书桌旁，一会儿找出这个，一会儿学习那个，很容易浪费时间。想要不浪费时间，充分利用每分每秒，最好的办法就是做好“计划”。

养成做好时间表再学习的习惯，考试之前就不会感到时间紧张了。要是考试前临阵磨枪的话，就要在很短的时间内学习一定量的东西，这样的话不仅心里着急，考试时也发挥不好。

小朋友身边也一定会有“临阵磨枪也能得90分”的人。但是学习就像是在脑海里摆放很多抽屉一样，把习得的知识整整齐齐地放在各个抽屉里，需要的时候才能顺利地拿出来用。

而临阵磨枪就相当于把习得的知识胡乱放进一个抽屉里一样，好像抽屉都满了，但是什么东西在哪个抽屉里根本就分辨不出来了。到了考试的时候，记忆也是模模糊糊的，脑海里只剩下“是什么来着？是什么来着？”

而且临阵磨枪所习得的知识在考试结束后，很快就会被全部忘记。另外，连续几天熬夜学习，对身体也不好。像这样既学不到知识，又有害健康的学习方式，以后千万不要再用了。

你可以尝试一下，如果平时养成坚持不懈地积累的习惯，考试前就不用熬夜，也不用和时间赛跑了，更重要的是学习的内容都被自己消化了，形成了永久的记忆。



实践原则

- ① 不要贪心，给自己定量要适度。
- ② 即使每天所用的时间少，也要坚持天天学习。
- ③ 每天定时学习，比如“晚饭前10分钟”。