



小学生**最权威 最实用**的提升成绩指南

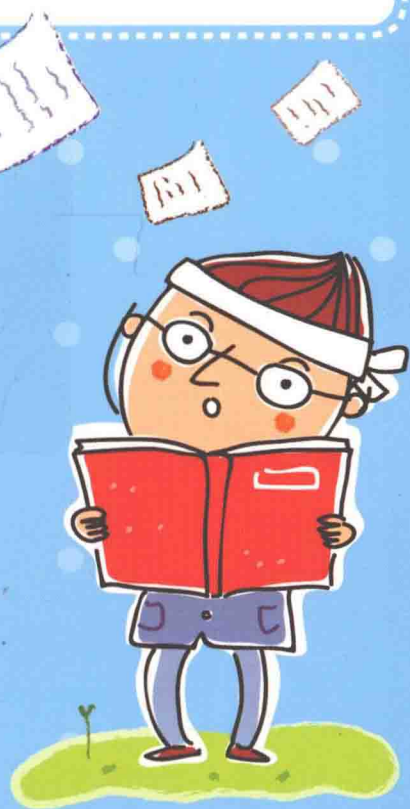
小学**4~6**年级， 提升成绩最有效的 学习方法**和**学习习惯

元元 吴悦◎编著

小学4~6年级，培养重点，提前知道，把握未来

一线优秀教师多年教育经验之精华
优秀学生的学习经验和高分秘诀

用简短的语言、真实的案例和实用的方法，帮孩子养成良好的学习习惯，轻松掌握学习方法和学习技巧，并在实际的学习过程中加以充分的运用。





小学4~6年级， 提升成绩最有效的 学习方法^和学习习惯

元元 吴悦◎编著

图书在版编目(CIP)数据

小学4~6年级,提升成绩最有效的学习方法和学习习惯 / 元元,

吴悦编著. - 北京: 朝华出版社, 2014. 1

ISBN 978-7-5054-3644-2

I. ①小… II. ①元… ②吴… 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012194号

小学4~6年级,提升成绩最有效的学习方法和学习习惯

作 者 元 元 吴 悦

选题策划 王 磊

责任编辑 赵 明

责任印制 张文东

封面设计 荆棘设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258(发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市灵山装订厂

经 销 全国新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16 字 数 200千字

印 张 16

版 次 2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3644-2

定 价 29.80元

前言

我们都知道，孩子的成长和进步离不开家长的帮助。年龄越小的孩子，越需要家长的引导。在我任教多年的生涯中，我发现，不同年龄段的孩子需要不同方面的帮助。面对小学、初中、高中，只有那些根据孩子的年龄和学习特征帮助和引导孩子学习、生活的家长才是最受欢迎的家长，但是，这样的家长却并不多。孩子们的个性不同，表现自然不同。孩子们的发展不以我们的标准和期望为准，父母能意识到帮助孩子是好的，用对了方法才能好心办好事。要做能够真正帮助孩子的家长，就要从认识孩子各个阶段的特征做起。

对于小学四到六年级的孩子，我曾经看过很多资料，其中一篇论文上写道：

从四年级开始，小学生思维的独立性、主动性增强，想象的有意性和目的性迅速发展，独立性、创造性、概括性和逻辑性也开始得到发展。此时想象更具有现实性，但想象的复杂性、概括性、逻辑性与创造性成分都不高。

他们已能较为主动、积极地学习，不像低年级学生需要教师特意引导其对学习的注意力和兴趣。学生的有意记忆不断发展，并且从机械记忆占主导地位逐渐向意义记忆占主导地位转化；词语的抽象记忆开始发展，但仍需要具体经验作支撑。

小学中高年级学生的独立性增加，开始对教师评头论足，对家



长也不再简单地一味听从。出现了初步的抽象思维，逐步能透过现象深入事物的本质，已能预见事物的结果。他们不断认识到创造对象的作用、意义和价值，好奇心和创造意识日益浓厚。

他们的独立意识增强，敢于发表与教师、父母不同的见解。但独立的幼苗还很嫩，容易遭受挫折，要注意保护。学习的兴趣开始分化，学习负担增加，开始面临人生的残酷竞争，有了升学压力。

9~11岁是儿童成长的一个关键期，在小学教育中正好处于从低向高的过渡期。

小学四到六年级，是一个转折的时期，也是一个动荡的时期。从四年级开始，孩子已经从被动学习向主动学习转变，有了自己的想法，但辨别是非的能力还有限，社会交往经验缺乏，经常会遇到难以解决的问题，是情绪不安的开始。如果不注重引导，孩子可能会因为一些小的困扰干扰了学习，逐渐对学习失去兴趣。但通过正确的教育，这种不安可以转化成对探索激情和求知欲望，综合能力得到快速的提高，在学习的旅途中将会实现一次具有人生意义的深刻转折，从此踏上成功的人生之路。

小学四到六年级，家长要注意培养孩子的学习技能和良好的学习品质。要让孩子能够吃苦，能够乐观地面对学习中的挫折，对学习抱有强烈的兴趣和欲望，要培养孩子树立正确的竞争意识，为了取得竞争的胜利要能坚持，争取以优异的成绩进入理想的中学。

四到六年级的学习绕不开小升初的话题。小升初的考试一般都安排在三至五月份，所以时间非常紧迫，各个学校的考试范围和特点都不一样，这就无形中又加大了孩子们的负担。上了六年级以后家长和孩子都要开始为小升初的大考做准备。孩子们的周末会在补习班度过，家长们要收集近几年要报考学校的试题，然后关注学校招生的变化。现在考试考的不仅是学生，家长的努力也很重要。家长不仅要安排好孩子们的生活，还要密切留意各种考试信息和辅导

班，帮助孩子选择最适合他们的学校和辅导班。

每个孩子每个时期都有不同的需求，他们很多时候并不知道怎么做才是正确的，这个时候，老师和父母的引导对孩子的成长就至关重要了。做父母，特别是做负责任的父母是一个庞大的工程。在孩子不断学习不断进步的同时，家长们也要不断学习、进步才能跟上孩子的成长步伐。这也是我写作这本书的初衷。希望父母们能和四到六年级的孩子一起成长，及时解决孩子们的问题，让我们的孩子都能有一个美好的未来。

目 录

CONTENTS

第一章 小学四年级，给孩子更多管理自己学习的自由

- 1 四年级是综合能力快速提高的时期 002
 - 特点一：四年级是努力培养孩子学习能力的关键期 004
 - 特点二：四年级是让孩子明确学习动机的关键期 005
- 2 摆脱低年级学生的情绪化，让孩子真正能掌控自己 09
 - 方法一：杜绝打骂，给孩子更多的尊重和理解 010
 - 方法二：调整、控制情绪，达到管理情绪的目的 012
 - 方法三：允许孩子自由发泄情绪 015
 - 方法四：言行一致，在孩子的行动问题上下工夫 016
- 3 帮助孩子走出学习的困扰 018
 - 方法一：父母要及时解答外界环境让孩子产生的困惑 ... 019
 - 方法二：太关注孩子的学习成绩会给孩子很大压力 020
 - 方法三：孩子出现偏科现象，父母要早发现早纠正 022



4 四年级必须进行专注力训练 026

方法一：注意力与学习成绩成正比，专注才能出成绩 ... 028

方法二：注意力是记忆历程的第一道关口 029

方法三：有意识地集中和扩展孩子的注意力 030

5 用好自己学习的时间 033

方法一：用好自由时间是完成计划的保证 034

方法二：在有效的时间内做更多的事情 036

方法三：做事有条理，不能想到一出是一出 039

方法四：面对一堆事情要分清轻重缓急 041

方法五：节省时间，给学习留下更充裕的时间 043

6 四年级的学生要学会记笔记 045

方法一：建立自己常用的课堂笔记系统 046

方法二：不同科目要有不同的笔记重点 049

方法三：善于使用符号和批语做笔记 050

第二章 小学五年级，开始为小学毕业做准备

1 五年级是自学能力提高的关键期 054

特点一：自学能力培养和提高的关键期 055

特点二：为小学冲刺做准备，警惕学习“麻木期” 056

2 五年级，要进一步掌握学习技能	059
方法一：早睡早起充分准备，用最好的状态上课	060
方法二：找到听课重点，重点内容着重听	063
方法三：主动写作业，不磨蹭	064
方法四：每天都要留出复习旧知识预习新知识的时间	067
方法五：及时提问，把疑问放在当天解决	068
3 五年级的孩子要能合理安排自己的假期生活	071
方法一：拟订一份假期活动计划表	073
方法二：给孩子亲近社会的机会	075
方法三：怎样度过一个有意义的假期	078
4 帮助孩子调整到最佳学习状态	081
方法一：经常给孩子积极的暗示	083
方法二：发现学习中的趣味，把学习变成一种乐趣	085
方法三：让玩变成孩子学的动力	088
方法四：孩子学习好奇心的培养需要父母的肯定	090
5 五年级要抛弃坏习惯，为上好六年级做准备	093
坏习惯一：做错事后，拒不认错	094
坏习惯二：任性偏执，不服管教	096
坏习惯三：无理要求，不讲实际	98



坏习惯四：依赖父母，缺乏独立	100
坏习惯五：爱闹矛盾，不讲团结	101
坏习惯六：满口脏话，屡教不改	103
坏习惯七：缺乏耐心，耍小聪明	105

第三章 小学六年级，小学阶段的总结，为初中做准备

1 小学六年级，为小学生到初中生的转变做好准备	108
特点一：面对人生中第一次大考，给孩子合理的期望 ...	108
特点二：紧张、焦虑困扰着每一位学生	109
特点三：关注孩子的思想比行动更重要	111
2 要给六年级的孩子希望，鼓励孩子的进取心	113
方法一：让孩子看到希望，也让他们认识到不足	114
方法二：父母要更多地着眼于孩子的努力和进步	115
方法三：赋予孩子权利，给他们充分的自主权	118
方法四：如果孩子的意见正确，接纳孩子的建议	119
3 输得起还是输不起？对孩子进行挫折教育	121
方法一：输得起的孩子能从失败中寻找成功	123
方法二：创造机会让孩子体验挫折	125
方法三：让孩子为自己的过失买单	127
方法四：父母要放手，给孩子独立面对挫折的机会	129

方法五：快乐的孩子抗挫折能力更强	131
方法六：认识错误然后勇于承担	134
4 调整到最佳考试状态，争取得到自己的满分	136
方法一：考试之前安排好复习	137
方法二：清理漏洞和错题，强化冲刺复习效果	139
方法三：让孩子带着轻松的心情进考场	141
方法四：好方法才能保证实力的充分发挥	143
方法五：不追求满分，能达到自己的“满分”最重要 ...	145
5 孩子平稳度过小升初，父母要了解的重点	147
重点一：小升初要早着手做多重准备	149
重点二：选择学校，只有适合孩子的才是最好的	151
重点三：住宿还是走读要根据孩子的实际情况来定	152
重点四：小升初的简历制作要足够重视	154

第四章 小学4~6年级，抓住孩子情商定型期

1 对孩子要有正确的期望值	158
方法一：针对孩子的实际情况，明确孩子成功的标准 ...	160
方法二：不要把对孩子的期望挂嘴边，而是付诸行动 ...	161
方法三：对孩子期望放低，节奏放慢	162
2 父母的正面教育方法对孩子好性格的形成至关重要 ...	165



方法一：多讲讲孩子的优点，缺点一带而过 166

方法二：多往好处想，多给自己鼓励 167

方法三：尊重孩子，把孩子当成独立的个体来看待 169

3 用鼓励来代替埋怨和指责 172

方法一：孩子遭遇失败时，用行动鼓励代替唠叨 173

方法二：当孩子取得成绩时，与孩子一起分享喜悦 174

方法三：鼓励孩子要拥有进取心 175

4 妈妈的陪伴对孩子的成长百利无一害 177

方法一：凡事只说一次，避免唠叨 180

方法二：爱孩子也要坚持原则不妥协 182

方法三：家长的教育态度要保持一致 184

第五章 小学4~6年级，如何才能成为优等生

1 语文——打好作文这场“硬仗” 188

方法一：让孩子去观察和体验生活 190

方法二：让孩子试着写日记 192

方法三：好句子要背下来，培养语感 194

2 阅读——孩子开阔视野的有效途径 197

方法一：和孩子一起读一些经典名著 198

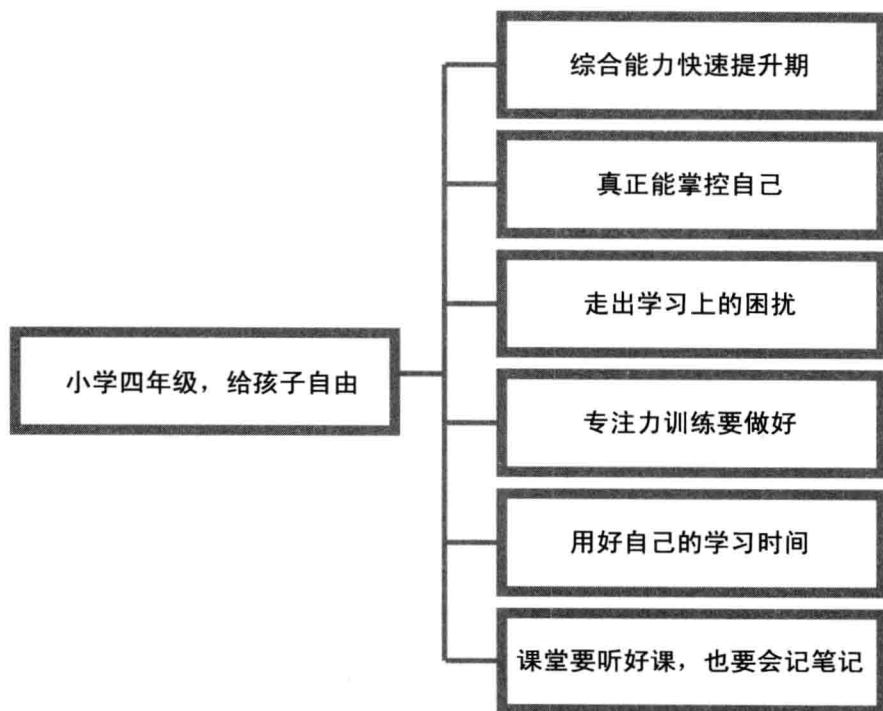
方法二：读书在精，父母帮孩子过滤掉垃圾书	200
方法三：读书要知其然也要知其所以然	202
方法四：读书不同于看电视，父母要鼓励孩子多读书 ...	204
3 数学——重视课本基础的学习，也要注重练习	207
方法一：有目的地去做题，不打“题海战术”	209
方法二：做题要找到出题人的意图，做到举一反三	211
方法三：拥有一套适合自己的解题思路	214
4 英语——让孩子把英语作为一门语言来学习	216
方法一：引导孩子把英语当作一种技能来学习	217
方法二：把“要我学英语”变成“我要学英语”	219
5 孩子作业上父母作为有技巧	222
方法一：让孩子认真完成而不是应付	223
方法二：孩子做作业，父母不能看电视、玩电脑	225
方法三：发现孩子知识点的欠缺要及时补全	226
方法四：面对写作业拖拉的孩子，要给他们立规矩	228
方法五：孩子是否需要请家教要看情况而定	230
方法六：让孩子把每一次作业都当成考试	231
6 不要忽视孩子自学能力的培养	233
方法一：给孩子自由学习的时间和机会	233



方法二：让孩子成为学习的主人	235
方法三：让孩子拥有谦虚的好习惯	236
方法四：乐学才能好学，让孩子快乐学习	238

第一章

小学四年级， 给孩子更多管理自己学习的自由





1. 四年级是综合能力快速提高的时期

在小学一到三年级期间，由于知识比较简单，只要孩子努力，一般都会取得比较理想的成绩。但到了四年级，学习难度不断加大，很多孩子都会感觉到对学习力不从心。然而，面对孩子学习成绩的下降，很多父母不但不理解，反而常常用语言来刺激孩子：

“在小学一到三年级，你的成绩一直都不错，为什么到了四年级，成绩会下降这么多呢？真是越大越没出息！”“说，你最近是不是总贪玩了？”“一提到学习你就皱眉头，你是不是跟学习有仇呀？”……

到了四年级，由于学习难度的加大，孩子本来就对日益吃力的学习状况越来越没有信心，如果父母还总是不理解孩子，甚至是斥责、打骂孩子，那孩子只能是厌恶学习，从而产生强烈的厌学情绪。

四年级，是孩子从小学低年级向小学高年级的过渡期。就学习内容而言，难度有了质的改变。

一般来讲，小学低年级孩子的书面语言落后于口头语言，但从二三年级起，孩子的书面语言开始赶上了口头语言，且在四年级时，孩子的书面语言开始超过口头语言。当然，这也意味着在这一时期，孩子大脑的迅速发育和抽象思维能力的快速发展。

根据孩子的这一变化，孩子所学各个科目内容的难度有了很大提高：

《语文》，开始出现大量的阅读分析和写作的训练，以锻炼孩子

的概括、总结能力；

《数学》，开始接触分数、面积等比较复杂的问题，以发展孩子的对比、分类等抽象思维能力；

《品德与社会》，开始注重向孩子介绍复杂、间接的社会现象；

《科学》，开始探讨一些自然现象的奥秘，以培养孩子的观察、分析和归纳的能力；

《英语》，虽然一般的学校在小学三年级就已经开设英语课程了，但在三年级，孩子所学的都是一些最基本的字母、单词、语句，只是孩子对英语环境的一个熟悉期；从四年级开始，孩子开始学习音标，才算进入正规的英语学习阶段。

在四年级，也就是在 10 岁左右，孩子的大脑会进入一个迅速发展期，他们的自我意识开始形成。在这个时候，如果他们总能取得很好的成绩，能够经常品尝到好成绩带来的乐趣，那么，他们对学习的信心就能建立起来，就会喜欢上学习。另外，在孩子 10 岁左右，多多少少都会有一些不好的学习习惯，如不爱思考、粗心等。但当孩子对自己的学习充满信心和兴趣后，他们就会积极地配合家长和老师去改掉这些坏习惯，进而培养一些有助于提高学习成绩的好习惯。

但是，如果在自我意识很敏感的四年级，孩子的成绩很差，或者成绩平平，那他们就不会体会到好成绩所带来的成就感，进而就不会对学习产生信心，当然，学习的积极性就更不用说了。学习没有动力、没有积极性，在以后的学习过程中，孩子只能越学越吃力、越学越没有信心。

由此可见，孩子只有在四年级取得好成绩，才会产生学习的兴趣和自信心，才能爱上学习，进而在以后的学习道路上，一直都保持优异。

另外，在四年级，学校教育的目的也发生了很大的转变，开始