

为孩子健康成长而读书！系列工具书 07

小学生学习成绩暴增法

孩子最不会抵触的家庭作业辅导法

简单的心理小技巧，就能激发出孩子浓厚的学习兴趣，学习起来干劲十足！

ユダヤ式学習法

(日)坂本七郎 著
陈涤 译

适合年龄
6~12岁



文匯出版社

为孩子健康成长而读书！系列工具书 07

小学生学习成绩暴增法

孩子最不会抵触的家庭作业辅导法

简单的心理小技巧，就能激发出孩子浓厚的学习兴趣，学习起来干劲十足！

ユダヤ式学習法

(日)坂本七郎 著

陈滌 译



文匯出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

小学生学习成绩暴增法 / (日) 坂本七郎著 ; 陈涤
译. — 上海 : 文汇出版社, 2017. 4

ISBN 978-7-5496-2060-9

I. ①小… II. ①坂… ②陈… III. ①小学生—家庭
教育 IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第067790号

YUDAYA-SHIKI GAKUSHUHO by Shichiro Sakamoto

Copyright © Shichiro Sakamoto 2009

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Daiwa Shuppan Publishing Inc., Tokyo

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with
Daiwa Shuppan Publishing Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through Bardon-Chinese Media Agency, Taipei

中文版权 © 2017 上海读客图书有限公司

经授权, 上海读客图书有限公司拥有本书的中文 (简体) 版权

版权登记号 图字: 09-2017-272号

小学生学习成绩暴增法

作 者 / (日) 坂本七郎

译 者 / 陈 涤

责任编辑 / 甘 棠

特约编辑 / 李 爽 章 喆

封面装帧 / 杨贵妮

出版发行 / **文汇**出版社

上海市威海路 755 号

(邮政编码 200041)

经 销 / 全国新华书店

印刷装订 / 三河市龙大印装有限公司

版 次 / 2017 年 5 月第 1 版

印 次 / 2018 年 1 月第 2 次印刷

开 本 / 680mm × 990mm 1/16

字 数 / 131 千字

印 张 / 11.25

ISBN 978-7-5496-2060-9

定 价 / 29.90 元

侵权必究

装订质量问题, 请致电 010-85866447 (免费更换, 邮寄到付)

前言

这种“家庭作业辅导法”

能够无限扩展孩子的未来

本书所介绍的家庭作业辅导法，也可以叫“犹太式辅导法”，每周只需要3到4次，每次20分钟，就能取得明显效果。

“那么，在这20分钟里该学些什么、怎么学呢？”您可能会好奇地这么问。

在20分钟里，母亲和孩子的确要做“某件事”。不过，并不是说亲子二人必须呆坐在书桌前读书。

“不在书桌前读书？那成绩怎么可能提高！”您可能会这么想。

但是，这是真的哦。只要每天拿出20分钟做“某件事”，孩子的成绩就会像被施了魔法一般，一下子蹿升上去。

难以置信吧？

然而真的有很多人用这种方法取得了令人瞩目的成果。甚至有人完全不上补习班，光是靠这种方法就考上了东京大学（地位相当于北京大学、清华大学的日本第一大学）。

好！事实胜于雄辩。让我们听一听使用过“犹太式辅导法”的人怎么说吧。

- 我儿子之前几乎没考过100分，但现在每次考试几乎都拿满分。这让我很惊讶，就好像有人施了什么魔法一样，可这却是事实。
(小学4年级男生的母亲)
- 学了2个月以后，4门功课提高了20分。后悔呀！如果早知道效果这么好，真该早点来学的。现在，就连她最讨厌的数学，她都开始感兴趣了。(小学6年级女生的母亲)
- 儿子从2年级上半学期开始得满分，而以前一次都没得过，让我非常惊喜。(小学2年级男生的母亲)
- 这个暑假，我和女儿一起使用了“犹太式辅导法”，结果开学的摸底考试成绩让老师们目瞪口呆。“怎么回事？好好用功了吗？还是开窍了？”想不到女儿竟然取得这样的好成绩，我高兴得简直要跳起来。(初中2年级女生的母亲)
- 本来只是想换种方法试一试，结果昨天在补习班里，我女儿考出了全班最高分，这也是她自己的最好成绩。她看起来更自信了，学习态度也不像以前那样消极了，开始相信“只要自己想做就能做到”了。真是太谢谢了。(小学5年级女生的母亲)
- 能听到女儿自己说：“我要去做作业了。”这是我以前怎么想也想不到的事。而且，碰到原本不擅长的理科时，她竟然还说出了“其实蛮简单的嘛”这样的话，真是难以置信。现在，我们还在开开心心地使用“犹太式辅导法”呢。(小学6年级女生的母亲)
- 初二上半学期期中考，我女儿的5门成绩加起来才得220分。到了下半学期期末考，她居然得了400分，达成了自己的目标。最让人高兴的是，老师说我女儿大有希望。而且，从来不谈目标的她竟然自己开口说：“下次还要更努力。”(初中2年级女生的母亲)

- 11月的模拟考成绩和10月相比：语文提高了10分，社会科学提高了8分，数学提高了4分，物理提高了11分，平均提高了8分。（小学6年级男生的母亲）

这些家长究竟用了什么辅导方法，那么神奇，竟然能起到那么大的效果？

请让我先做个迟来的自我介绍。

我是坂本七郎，家庭辅导老师，主要工作就是向中小學生及家長传授高效的家庭作业辅导法，以及提高孩子学习兴趣的方法。我的工作方式呢，主要是通过各地举办讲座、发送电子报，到学生家里一对一指导等途径，向那些备考的学生和家長提供各种学习资讯。我亲自指导的学生已经超过520人，同时，我也是一个课外补习班的老师。

简单地说，我就是个“家庭辅导专家”。

本书所介绍的“犹太式辅导法”，是我以犹太人的学习方法为基础，归纳总结后形成的高效辅导法。

我这样说，妈妈们可能会有疑问：“为什么要选择犹太人呢？”

只要看一看犹太人取得的成绩，我想您就不会有这种疑问了。

以诺贝尔奖为例。2008年，共有4名日本人（其中1人为美国国籍）获得了诺贝尔奖，整个日本为这世界性的荣誉而一片欢腾。很多人觉得：“还是我们日本人最厉害！”

那么，至今为止，获得诺贝尔奖的日本人有多少呢？把物理学、化学、医学、经济学、文学、和平奖共6种奖项的获奖者全都加

在一起，也不过是16人，其中还有一位是美国国籍。也就是说，获奖的日本人占整个获奖者（至2008年为789人）总数的2%。

现在，让我们看看有多少犹太人得过诺贝尔奖。

犹太人的人口，大约仅为日本人的十分之一，如果按日本人的获奖比例计算，犹太人的得奖人数充其量就是一两个。

不过，你可别吃惊哦——犹太人的获奖者居然多达178人（据JINFO.ORG的调查数据）。实际上，每4个诺贝尔奖获奖者之中就有1个是犹太人。

下面，我再介绍一下其他著名的犹太人，你根本想不到名单里居然会有这么多名人。

除了被誉为“创造20世纪的三位伟人”爱因斯坦、弗洛伊德、马克思外，还有萨科齐（法国前总统）、奥尔布赖特（美国前国务卿）、格林斯潘（美联储前主席）、迪斯雷利（英国前首相）、基辛格（美国前外交官、国务卿，曾获诺贝尔和平奖）、切·格瓦拉（古巴革命家）、乔治·索罗斯（投资家）、斯宾诺莎（哲学家）、卡夫卡（作家）、夏加尔（画家）、莫迪利亚尼（画家）、马勒（作曲家）、门德尔松（作曲家）、史蒂文·斯皮尔伯格（电影导演）、哈里森·福特（演员）、达斯汀·霍夫曼（演员）、比利·乔（歌手）、埃里克·克莱普顿（歌手）、鲍勃·迪伦（歌手）、拉尔夫·劳伦（时装设计师）、利维·斯特劳斯（Levi's品牌创始人）、雅诗·兰黛（雅诗兰黛品牌创始人）……

这些才华横溢的人虽然国籍各不相同，但他们全都是犹太人。

下面，我再来介绍一些更有现实感的资料——关于犹太人的学历和职业。

目前，有530万犹太人居住在美国，约占全美人口的1.78%，也就是说，每100个美国人中，就有将近2个是犹太人。

假设所有的美国人都在上小学，其中一所小学的一年级正好有100个人，那么其中犹太人仅为2个。在这种情况下，要把学校里的犹太人找出来还真有点难度。

可是，到了大学时代，犹太人的比例就发生了变化。在哈佛、耶鲁、康奈尔、普林斯顿等名牌大学里，可以说每3到5个学生中就有1个是犹太人。

由于很多犹太人具有高学历，结果在医生、律师、大学教授、企业经理等以脑力劳动为主的职业中，犹太人占有压倒性的多数。不难想象，犹太人的平均收入也比其他种族的人要高得多。

这就是说，不论是在他们自己的国家以色列，还是在美国、英国、德国和法国等其他国家，犹太人都同样表现出众，创造了一流的业绩。

——这就是霸占了诺贝尔奖、培育了无数人才、拥有高学历的犹太人。

事实上，他们在教养下一代的过程中，运用了很多巧妙的方法。本书介绍的“犹太式辅导法”正是其中的精华。

您只要按照我教您的步骤一步步实践“犹太式辅导法”，就能提高孩子的学习成绩和学习兴趣。您的孩子会像变了一个人一样，从抗拒学习变成爱上学习，就像前面介绍过的例子一样，得到满意

的成果。

本书主要是为小学生的父母写的，但初中生的父母也一样可以用，效果也很不错。这一点，已经由各个实践过的妈妈们证明了。

快的话2周，慢的话，最多不会超过3个月，您肯定就能看到显著效果。

只要改变辅导孩子家庭作业的方法，就能大大提升孩子的学习效率！

正是出于这种想法，我写出了这本书。在数不胜数的图书中，您能捧起这一本来阅读，或许这就是所谓的“缘分”吧。

但是有一点，我不得不事先说明。

如果您连每天20分钟都不肯拿出来的话，那么请把本书放回原位。因为就算您确信本书能够改变您和您孩子的人生，但如果不实践，那么本书不过是一摞废纸而已。

想知道到底什么是“犹太式辅导法”，然后用在自己的孩子身上，亲眼看到他成绩提高。

——只有您下定了这样的决心，我才愿意传授这种“犹太式辅导法”。

当您读到本书的最后一页时，您的孩子会发生怎样的变化呢？有什么样的未来在等待着他（她）呢？

让我们开始吧！

家庭学习专家 坂本七郎

目 录

前言：这种“家庭作业辅导法”能够无限扩展孩子的未来…………… I

序章：让孩子迅速进步的秘诀！

犹太人经历了漫长的历史，取得了辉煌的成绩，肯定不会用效率低下的方法来学习。“面对面学习”的确是他们传承给后代的学识瑰宝。

后来我就将这种“面对面学习”加以发展，改良成亲子间也能轻松运用的简单形式，创造出了本书所介绍的“犹太式辅导法”。

1.提升学习力的秘诀…………… 3

2.不仅能提升成绩，

犹太式辅导法还带来三种好处…………… 7

第一章：预备！首先 要巧妙地燃起孩子的热情！

我们在这一章里，主要讲述犹太式辅导法开始前的准备工作，也就是“亲子深入沟通的方法”。通过这样的沟通，可以充分激发孩子的干劲，所以您尽可放心地跟着我一步步开始实践。

因此，无论是什么样的家庭，都不必犹豫，马上就
开始吧！

1. 犹太式辅导法的准备..... 15
2. 让孩子为之一变的沟通要领..... 17
3. 亲子沟通两步走：先聊“玩”再聊“学”..... 18
4. “聆听二法”，让孩子轻松说出烦恼和不安..... 23
5. “聆听二法”①：笑容、愉快、注视、附和..... 25
6. 让木讷的孩子也能滔滔不绝的小技巧..... 29
7. “聆听二法”②：认同孩子的感受..... 31

第二章：每天只要20分钟！

超简单的犹太式辅导法！

本章会手把手教您超简单的犹太式辅导法，每天只要20分钟就能提高孩子的成绩。这一方法的成败关键在于：首先，要引发孩子的兴趣；其次，在运用辅导法的过程中，始终让孩子保持心情愉快。

只要做好这两点，奇迹般的变化就会出现在您的孩子身上！

1. 开始啦！犹太式辅导法的实践..... 39
2. 如何激发孩子对犹太式辅导法的兴趣..... 41
3. 犹太式辅导法前一天和当天要作的准备..... 45
4. 好简单！实践犹太式辅导法的步骤..... 48
5. 如何克服你眼前的三道墙？..... 52
6. 犹太式辅导法小窍门①：满意..... 53
7. 犹太式辅导法小窍门②：引导..... 56
8. 犹太式辅导法小窍门③：表扬..... 60

第三章：打好基础！

针对不同科目，活用犹太式辅导法！

在本章里，我会按照科目的不同提出一些针对性的使用技巧，包括数学、语文、英语等。只要掌握这些技巧，运用犹太式辅导法会更加轻松有效，孩子也会更加喜欢这种辅导法。

- 1.【数学篇①】帮助孩子更深入地理解课堂内容…… 69
- 2.【数学篇②】练习错题，孩子复习效率轻松提高…… 79
- 3.【数学篇③】检验孩子学习效果的“鹦鹉学舌法” … 83
- 4.【语文篇①】用“图示法”搞清来龙去脉…… 86
- 5.【语文篇②】利用图像思考，
孩子说话就会越来越有条理…… 89
- 6.【语文篇③】通过“讨论法”，
轻松训练出孩子的“表现力” …… 99
- 7.【语文篇④】让“讨论法”更有效的诀窍…… 101
- 8.【英语篇①】从“听”和“说”开始…… 104
- 9.【英语篇②】轻松提升
英语会话能力的“更换对话法” …… 106
- 10.【自然社会篇】愉快的学习有助于记忆…… 111

第四章：各个科目得高分的窍门和绝招

这一章就着重说一说学校和课外补习班之外的考试对策。

如何在考试之前有限的时间里，用最有效的方法学习；如何上好补习班……本章介绍的都是非常见效的小窍门和小绝招。如果能和犹太式辅导法配合使用，效果更佳。

1. 危险！不知这个就全泡汤…………… 119
2. 应对考试的最高秘籍…………… 121
3. 【数学篇】找出解题模式就能取得高分！…………… 124
4. 【语文篇①】“赋予理由”是关键！…………… 128
5. 【语文篇②】+【英语篇】……………
- 短时间内记住大量生字的窍门…………… 132
6. 念补习班还成绩平平的原因…………… 136
7. 考上好初中的成败取决于复习…………… 140

第五章：点滴生活习惯 改变孩子的未来！

我们在前面的章节中，以犹太式辅导法为基础，讲了很多提高孩子成绩的方法。下面我要介绍三种家庭习惯，它们能彻底改变孩子对您的看法、对学习的看法。如果您能做到其中一两条，一定会发现孩子的学习习惯越来越好，成绩也飞快地提高。

1. 摘取更多的“果实”	145
2. 家庭习惯①：相信孩子的才能	148
3. 家庭习惯②：让孩子看到你的“学习姿态”	152
4. 家庭习惯③：不要回避孩子的提问	156
5. 孩子的改变取决于你的行动	160
后记	163



序 章

让孩子迅速进步的秘诀！

犹太人经历了漫长的历史，取得了辉煌的成绩，肯定不会用效率低下的方法来学习。“面对面学习”的确是他们传承给后代的学识瑰宝。

后来我就将这种“面对面学习”加以发展，改良成亲子间也能轻松运用的简单形式，创造出了本书所介绍的“犹太式辅导法”。



