

作为家长，应了解孩子的学习状态，
认识孩子的需要，然后通过正确的教育方法、
教育手段，帮助孩子实现“成绩好”的目标。

孩子成绩差 怎么办

激发孩子学习的兴趣
点燃孩子学习的热情

麦小麦◎编著

[了解孩子才能帮助孩子]



父母是孩子优异成绩的培育者

如何才能帮助孩子提高成绩，并保持稳定呢？



中国纺织出版社

前言

孩子的学习成绩不理想,是不少家长的一块心病。如何才能帮助孩子提高成绩,并保持稳定呢?为了达到这一目的,广大家长或威逼,或利诱,或请人来家教,或亲自去陪读……想尽了各种办法,用尽了各种计策。

实际上,影响孩子成绩好坏的因素有很多。其中,智力对于孩子学习成绩有一定的影响,但孩子学习成绩差并不全是智力低造成的,很大一部分学习成绩差的孩子智力非但不低,而且还高于常人。他们学习成绩差,与生活环境、学习习惯、学习方法以及学习品质等方面有关。此外,学校、老师和父母也有一定的责任,一些老师或者父母,对孩子期望过高,经常人为地给孩子施加死板的、抽象的教育,在这种情况下,尽管孩子用尽全力,也达不到老师和父母所定的目标,结果,孩子对学习失去了兴趣,长此以往,学习成绩自然不升反降。

编者从家长与孩子共同的需求出发,精心编写了此书,志在帮助广大为孩子的成绩苦恼的家长更好地了解孩子,找到提升孩子成绩的好办法。

本书共十章,第一章从家长、教师、社会环境、孩子自身等角度剖



析了造成孩子成绩差的原因。其他各章分别从“让孩子爱上学习”、“培养孩子专注的态度”、“培养孩子良好的学习习惯”入手,分析阐述了让孩子取得好成绩的具体方法和措施。

本书的针对性强,例证精当有力,实用性与科学性兼具,易于操作。希望本书能够给为孩子的成绩苦恼着的家长们带来切实有效的帮助。

编者

2011年3月



HAIZI CHENGJICHU

ZENMEBAN

第一章

取得好成绩其实不难

几乎所有的孩子都有学习的潜能,都有可能顺利地完成任务。作为家长,应了解孩子的学习状态,认识孩子的需要,然后通过正确的教育方法、教育手段,帮孩子实现“成绩好”的目标。

1 / 成绩差并不等于智力低

4 / 家长应正确看待孩子的成绩

7 / 了解孩子才能帮助孩子

11 / 学习潜力决定学习成绩

14 / 父母是孩子优异成绩的培育者



第二章

爱上学习才是关键

孩子爱学习,才会积极主动地求学,勤奋刻苦地钻研,才可能有高的学习“回报率”。因此,要想让孩子取得好成绩,家长应从培养孩子的学习兴趣入手,让孩子爱上学习。

- 17 / 好奇是培植探究欲望的土壤
- 21 / 有梦想才有持久的好成绩
- 26 / 激发孩子学习的兴趣
- 29 / 激活孩子求知的欲望
- 33 / 点燃孩子学习的热情
- 35 / 培养孩子能学好的自信
- 38 / 让孩子体验成功
- 42 / 多赞美你的孩子
- 46 / 让孩子按照自己喜欢的方式学习

专注是学习优秀的前提

学习专注的孩子,才会把自己的时间、精力和智慧凝聚到自己学习的内容上,从而最大限度地发挥积极性、主动性和创造性,努力争取优异的成绩。

- 49 / 给孩子独立、安静的学习环境
- 53 / 学习空间应整洁、有序
- 55 / 让孩子过有规律的生活
- 58 / 一次专心做一件事
- 60 / 陪读影响孩子的专注力
- 62 / 向孩子提出专注的要求
- 64 / 教给孩子专注的方法
- 67 / 在游戏中培养孩子的专注力
- 70 / 对孩子进行专注力训练



第四章

提高孩子的记忆力

记忆力的好坏,决定着孩子学习成绩的高低。要想提高孩子的学习成绩,关键是增强孩子的记忆力。

- 75 / 让孩子掌握记忆的规律
- 78 / 明确目的能增强记忆效果
- 81 / 采用多种感官记忆
- 82 / 记忆就是反复再反复
- 87 / 教孩子将记忆描绘成图画
- 91 / 默写训练有助于提高右脑记忆
- 94 / 让孩子在娱乐中爱上背诵
- 97 / 通过比赛增强孩子的记忆力
- 99 / 孩子必须掌握的基本记忆法
- 102 / 趣味记忆术增强记忆能力

好习惯成就好成绩



良好的学习习惯,可以让孩子以较少的时间和精力耗费,取得较好的学习效果。它不但有利于激发孩子学习的积极性和主动性,还有利于让孩子形成良好的学习习惯,提高学习效率。

- 105 / 让一切变得有序
- 108 / 有计划,让学习变成习惯
- 111 / 鼓励孩子勤于思考
- 115 / 让孩子合理安排时间
- 119 / 要求孩子按时完成作业
- 121 / 让孩子养成独立完成作业的习惯
- 124 / 让孩子养成书写工整的好习惯
- 126 / 培养孩子自学的习惯
- 130 / 鼓励孩子养成观察的习惯
- 133 / 别让孩子沉溺于电视
- 136 / 引导孩子“玩”出好习惯

帮孩子找到适合自己的学习方法

法国著名生理学家贝尔纳说：“良好的方法能使我们发挥天赋和才能，而拙劣的方法则可能阻碍才能的发挥。”因此，家长应在具体的方法上有效地指导孩子，帮助孩子建立一套科学、正确的学习方法。

139 / 课前预习为课堂学习打好预备战

142 / 向课堂学习要效率

145 / 课后复习有利于巩固知识

147 / 让孩子在实践中学习

150 / 引导孩子学会突破定式思维

153 / 教孩子分析自己的知识结构

155 / 让工具书发挥应有的作用

157 / 劳逸结合提高学习效率

161 / 引导孩子学会交替学习

163 / 偏科的毛病应该纠正

167 / 考试也要讲究策略和方法

好成绩需要“好品质”



学习品质是影响一个孩子提高学习成绩的主要因素,学习态度认真、积极、有毅力的孩子比那些学习态度马虎、骄傲自满、不求上进的孩子更容易获得好成绩。因此,家长应培养孩子良好的学习品质。

- 173 / 认真是取得佳绩的保证
- 177 / 培养孩子勤奋努力的品质
- 179 / 好成绩是建立在自控基础上的
- 185 / 学习需要有“十年如一日”的恒心
- 189 / 畏难者远离好成绩
- 192 / 培养孩子学习的责任感
- 195 / 培养孩子的进取心
- 200 / 骄傲自满是进步的大敌
- 204 / 培养孩子质疑的勇气
- 207 / 考试失败并不可怕

让孩子爱上阅读

培根说：“史鉴使人明智，诗歌使人巧慧，数学使人精细，博物使人深沉；论理之学使人庄重，逻辑与修辞使人善辩。”总之，书籍是孩子获取各种知识的“肥沃土壤”，是让孩子终身受益的“知识银行”。让孩子爱上阅读，等于让孩子爱上了知识。

211 / 阅读让孩子终身受益

213 / 犹太人教子启示

215 / 营造一个书香环境

217 / 鼓励孩子和书交朋友

221 / 阅读也要讲策略

224 / 阅读速度不可过于单一

226 / 养成阅读“四到”的好习惯

228 / 与孩子一起读书

231 / 读书——储备写作素材

人际环境影响孩子的学习成绩



人际关系好的孩子,能在群体生活中得到友谊、尊重和互助,不用担心受到他人的威胁甚至侵犯,这种悦纳自己的最佳心态使他们能够身心愉悦地投入学习活动。

- 235 / 和谐的家庭氛围有利身心
- 239 / 融洽的亲子关系让孩子愉快学习
- 241 / 教孩子学会适应老师
- 243 / 培养孩子感恩的心
- 248 / 鼓励孩子与同学合作
- 251 / 让孩子学会与人分享
- 254 / 教孩子学会宽容
- 257 / 让孩子学会沟通交流

身心健康才有好成绩

健康的身心,饱满的精神状态是孩子取得佳绩的保证。在日常生活中,家长应做到科学、合理地安排孩子的饮食和作息,让孩子多运动,多接触大自然,保持愉快的情绪和健康的心理。这样,孩子拥有聪明的头脑与优异的成绩就不是一件困难的事。

261 / 健康生活,从“头”做起

263 / 教会孩子向运动要成绩

266 / 一日三餐,合理饮食很重要

269 / 按时作息,轻松学习

271 / 保证孩子的睡眠质量

274 / 让孩子接触大自然

277 / 别让不良情绪影响成绩

279 / 嫉妒影响孩子的学习与进步

HAIZI CHENGJI CHA

ZENMEBAN

第一章

取得好成绩其实不难



每个家长在培养孩子的过程中,都会遇到这样或那样的问题,其中,家长们最为重视的莫过于孩子的学习成绩了。如何才能让孩子取得好成绩,这是每个家长共同的心声。

事实上,想让孩子取得好成绩并不难,因为几乎所有的孩子都有学习的潜能,都有可能顺利地完成任务。家长要做的就是了解孩子,认识孩子的需要,然后通过正确的教育方法、教育手段,帮孩子达到“成绩好”的目标。



成绩差并不等于智力低

“为什么我的孩子学习成绩总是上不去呢?难道真的是因为他(她)的智力水平比别人低吗?”类似的困惑萦绕在无数家长的心头,令其愁眉难展。

事实上,孩子的学习成绩无法尽如人意,是多方面原因造成的。其中,智力是一个方面,但它并不能完全决定孩子的学习成绩。生活中很多在学习上有困难的孩子,之所以成绩不如人,不是因为智商不如别人,而是因为智力以外的其他因素,如学习习惯、学习方法等起作用。因此,当孩子出现学习上的困难时,家长千万不能一概而论,将孩子列入“智力低”的人群里。如果家



长能够比较全面地了解影响孩子学习成绩的因素,就有可能找到孩子成绩不佳的原因,进而采取恰当、有针对性的方法,帮助孩子提高成绩。

那么,具体有哪些因素影响孩子的学习成绩呢?

教育专家认为,除智力因素外,对孩子的学习成绩产生影响的还有环境、学习动机、兴趣、情绪、意志行为活动等因素,涉及心理卫生和健全人格的培养问题。具体表现在:

1. 学习环境

孩子生活的环境对他们的学习成绩有着直接的影响。如果孩子生活在一个经常吵架斗气,以至闹分家、闹离婚的家庭,他(她)就会产生焦虑、厌烦、缺乏安全感等心理,从而导致思想消沉,学习没有动力。

此外,家庭周围的社会环境同样影响着孩子的学习成绩。一个嘈杂、混乱,充斥着诱惑的社会环境,会让孩子无法静下心来念书。

2. 教育因素

不当的教育方式是影响孩子学习成绩的又一重要因素。

生活中有些家长不懂得教育子女的正确方法,对子女采取放任自流的态度,孩子缺乏监督、引导,自然没有学习的意识,也就不可能取得好成绩;另一些家长则望子成龙、望女成凤,对孩子的要求过高,过于严格,这种过激的教育方式让孩子产生了厌学心理,影响了他们的学习成绩。

此外,学校的教学水平、师资力量、学习风气等同样也影响着孩子的学习成绩。另外,老师的教育方式对孩子的学习影响深远。比如,个别教育方法不当的老师只重视尖子生的培养,一旦有些孩子表现不好,成绩不佳,这些老师就会讽刺、挖苦甚至训斥、处罚孩子,使孩子产生自卑和紧张的心理,缺乏成功和愉快学习的体验。在这种情况下,孩子想要学习好几乎是不可能的。





3. 学习动机不足

学习动机是推动孩子主动学习的内在动力。如果孩子学习动机不足,对学习不感兴趣,觉得学习不好玩、没劲,那么,他就无法把心思放在学习上。没有耕耘,自然不会有收获,不爱学习,又怎么可能努力追求知识,学好知识呢?

4. 注意力不集中影响学习成绩

注意力不集中,上课不专心是影响孩子学习成绩的一个不可忽视的重要因素。孩子注意力不集中具体表现在:上课不能专心地听讲,老师讲课时,他的思想总爱开小差,不能跟着老师的思路走;学习、做作业的时候还想着玩的事情,心总是没有办法平静下来;总爱动动这个,玩玩那个,做事情缺乏计划性与时间观念,总爱拖拉……孩子这种学习不专心的态度会严重影响知识的吸收,影响孩子学习的成效。

5. 不良的学习习惯影响学习成绩

还有一些孩子学习成绩不好是学习习惯不良造成的。生活中,那些影响孩子学习成绩的不良习惯包括:学习无计划、懒惰、不爱动脑、依赖性强、学习马马虎虎等。可以说,优秀的学习成绩与良好的学习习惯是分不开的,一个学习习惯不好的孩子是没有办法取得好成绩的。因此,培养孩子良好的学习习惯是孩子学习好的保证。

6. 学习方法不当影响学习成绩

从学习技术而言,影响学习成绩的最直接因素就是学习方法了。生活中,有一些孩子学习很努力,可就是不见成效,究其原因是学习方法不当造成的。如有很多孩子学习缺乏变通,不懂得举一反三,喜欢钻牛角尖,爱搞疲劳战术等,因为技术上的不足,制约了孩子正常水平的发挥,影响了孩子的学习成绩。这种情况在我们的生活中最常见。



7. 孩子的意志行为活动影响孩子的学习成绩

孩子的意志行为活动,即孩子的学习品质不佳是造成许多孩子学习成绩不佳的一个主观原因。那些学习意志力不强,遇到困难就退缩,缺乏学习的积极性、进取心、责任心,自制力差的孩子,虽然他们也有学好的美好愿望,但因为无法将学习活动进行到底,因此很难取得好成绩。

8. 人际关系影响孩子的学习成绩

孩子所在的人际环境和谐,孩子的自我认知与自尊感就强,就能专心致志地学习;反之,如果孩子的人际关系不佳,经常与他人闹矛盾,那么,他(她)的心理就无法处于平和的状态,也就没有办法安心学习了。这样,势必会影响他(她)的学习成绩。

除此之外,孩子自身的个性、情绪,孩子的生活品质、身体状况也在一定程度上制约了孩子学习潜能的发挥。

由此可见,如果你的孩子学习成绩差,家长不能将其简单地归结为孩子的智力问题,而应该观察孩子的学习状态,了解引起孩子学习成绩差的真正原因,这样才能对症下药,帮孩子走出学习的困境。



家长应正确看待孩子的成绩

作为家长,我们会频繁地面对孩子的测验或考试成绩。然而,不同的孩子在向家长汇报学习成绩时会有不同的表现,而家长的关注点也大相径庭。那么怎样面对才是正确的呢?

不同的家长对孩子的学习成绩会表现出不同的态度:

类型一:

孩子告诉家长自己的期末考试分数:90分。接着,孩子主动分析自己的

