

家庭学习指导

张爱卿

华中理工大学出版社



提高学习兴趣
激发求知动机
学习举一反三
学以致用考试能力

丛书编委会

顾 问:雷洁琼

主 编:杨再隋

副主编:姜乐仁 刘华山 郑晓边(执行)

编 委:(以姓氏笔画为序)

王小宝	卢良涛	李宁达	朱 静
伍 艳	刘华山	杨再隋	杨竹生
杨冬菊	何 静	佐 斌	余功学
张爱卿	范翠英	周宗奎	郑晓边
赵 康	胡亦陈	姜乐仁	耿北玲
夏家发	唐克军	陶佳喜	黄任歌
黄任玉	曾德才	蔡迎旗	

素質教育
从娃娃抓起

雷洁琼



一九九八年六月

总 序

杨再隋*

天下父母都爱孩子。

孩子的笑像是娇艳的花，孩子的哭像是甜脆的歌，孩子的咿呀学语像是一首美丽的诗。当孩子还在襁褓之中时，父母早梦见他们能跑能飞，期盼他们早早成人成才。正处世纪之交，年轻的父母们都在以焦灼的目光搜寻“教子良方”——怎样才能教好自己的孩子，怎样使自己的孩子成为祖国 21 世纪的有用之才？

一位名家说得好，对自己的孩子只会呵护和溺爱不过是动物的自私。当我们看到父母们在护送孩子的单车上，一个劲地灌输语文、数学知识就像逼孩子吞咽药片的时候，我们的心情无比沉重。家长们实在是太累了，虽然是辛辛苦苦，却违背了教育规律，压抑了孩子的健康成长。父母们给孩子们创造了优越的物质条件，但是有谁顾得上关心孩子们那交织着欢乐与烦恼的内心世界呢？

的确，父母累，孩子们也累，沉重的心理负担，

* 国家教育部中小学教材审查委员会委员，湖北省人大常委会委员，华中师范大学教育科学院教授。

夺去了孩子们欢乐的童年，使他们过早地承受起身心负荷不了的“忧患”。应试教育早已从中学延伸到小学，幻化成为一条无形的绳索，束缚了老师，也束缚了千千万万天真烂漫的小学生，使“学校恐惧症”成为当今小学生最普遍的心理疾病。更为严重的是，小学生背着沉重的书包回家后，又被关进了单元楼的“小笼子”里，没精打采地摊开作业本，孤独地度过一个又一个没有笑声、歌声的夜晚……这一切家长们看在眼里，疼在心里，爱怜之情都包含在无奈的叹息之中。

几年来，教育部推行的素质教育，是使学生生动活泼地得到全面发展的教育。素质教育对学生在生理、心理素质，科学文化和思想道德素质等方面提出了具体的要求，以适应未来社会对人才的需求。在小学阶段，滋润孩子们情感的幼芽，点燃孩子们智慧的火花，发掘孩子们创造的才能，使他们获得认识的快乐、积极向上的快乐、成功的快乐，这难道不是广大家长和老师们的共同心愿吗？

李岚清副总理要求家长们成为推行素质教育的积极支持者。他说，“家长望子成‘龙’的心情可以理解，但是有了这种心情，如果没有教育子女的科学方法和正确的教育观念，就可能出现适得其反的效果。”著名社会活动家、教育家，94岁高龄的雷洁琼教授特意为本书题辞“素质教育从娃娃抓起。”从娃娃抓起，在学校靠老师，在家里靠父母。父母是孩子的第一任老师。教育实践证明，父母的榜样作用至关重要。父母的行为暗示使得子女不由自主地模仿父母的行为。当然，生活中，父母的行为，孩子并不能立刻有所反映，但这并不证明孩子

没有获得这一行为。通过对榜样的观察学习，孩子把观察的结果作为印象保留在头脑中，有关信息甚至可以贮存 10~15 年。可见，父母的言行举止对孩子影响之深！

是的，要培养高素质的儿童，首先就应提高父母的素质。21 世纪要求每个学生学会求知、学会做人、学会健体、学会审美、学会合作、学会创造，尤其是后者。从小培养创造意识，激发创造潜能，为培养 21 世纪所需要的具有敬业精神的创造型人才打下坚实基础，是新时代对小学教育的基本要求。对此，家长们要有充分的思想准备，要不断学习，不断充实自己，全面提高自己的素养，使自己获得科学的教育方法和精湛的教育艺术。

本书正是在这样的指导思想下编写的，旨在给家长们献上一剂“教子良方”。和治疗疾病的方剂不同的是，书上既有现代教育方法和教育艺术，还将体现时代精神的新的教育观贯穿全书。就 21 世纪的人才质量观而论，要求每一个人都具有 3 种基础能力，即阅读能力、数学能力和科学能力。因此本套丛书将《家庭语文辅导》和《家庭数学辅导》作为学生的两种基础能力放在一定位置，旨在提高孩子阅读能力，掌握作文技巧，养成良好习惯。并通过题典案例分析，知识难点释疑，灵活变式演练，提高运算能力。知识是基础，知识中所蕴含的科学方法将使人终身受益，所以，英国大哲学家培根说：“知识就是力量。”除此之外，本丛书还按照素质教育的要求，编写下列书籍：

《家庭身心保健》以现代科学的健康观为指导，调配膳食营养，防治常见疾病，消除心理障碍，以

促进孩子身心和谐发展。

《家庭品德教育》则根据家庭教育特点,关注情感个性,示范明理鼓励,使孩子从小打下“做人”的基础。

《家庭学习指导》针对当前小学生的学习实际,提高学习兴趣,学习举一反三,以应对考试压力。

《家庭智能训练》着眼未来人才的需要,指导学生学会观察思考,掌握操作技巧,培养创造才能。

《家庭社交训练》从未来社会人际交往的重要性出发,促进亲子联系,加强同伴交往,学会社交技巧,以提高适应社会的能力。

《家庭摄影、音像和电脑辅导》探讨了一个崭新的课题,将帮助家长创设良好的文化氛围,让学生初步掌握摄影技巧,走进音像世界,漫游电脑世界。

《家庭钢琴教育》和《家庭美术教育》两本书旨在提高学生的审美情趣,使孩子心灵手巧,具有初步绘画和演奏钢琴能力,在紧张的学习生活之后,能美滋滋,乐悠悠,品评佳作,欣赏名曲,赏心悦目。既给家庭增添了欢乐的气氛,也净化了孩子的心灵,陶冶了孩子的情操。上述十本书的内容涵盖了素质教育的方方面面,细细品味阅读,可以帮助您的孩子从小打下做人做事的基础,在德、智、体、美、劳诸方面得到全面发展。

本套丛书的编写者既有知名学者也有中青年专家,绝大部分具有教授、副教授高级职称和硕士、博士学位。有趣的是大部分作者的孩子正在小学读书,其中4本书的作者是夫妻合作编写。人同此心、心同此理,可以说这套书不仅是作者们的理性之核,而且是作者们的感情之果,是渗透社会责任感

的崇高父爱母爱的结晶。

家庭教育既是科学又是艺术。孩子的健康成长和全面发展，需要多种教育因素的有机结合。学校教育、社会教育以及父母自身的示范作用都是至关重要的因素。本套丛书写的是不是什么深奥的理论，而是寓理于具体的实例中，文字平实、流畅，像是在和大家娓娓谈心，值得家长仔细阅读。

如今到处都在兴办家长学校，又苦于没有比较全面、系统的资料和教材。许多校长希望尽快推出一系列“家长学校教材”，这套丛书也正是基于这一需求而出版的，它们可供家长学校作教材使用，而这也恰恰是我们一直所祈盼的！

为了孩子，家长们付出了无私的父爱、母爱，祈盼孩子们早日成人成才；为了孩子，国家制定了许多保护孩子、有利于孩子教育、健康成长的法律法规，希望孩子们成为祖国未来的栋梁。孩子是属于未来的，是新世纪社会主义的建设者和接班人。让我们记住著名教育家苏霍姆林斯基的话吧：

儿童时代错过了的东西，到了少年时期就无法得到，到了成年时期就更加无望了。

愿孩子们健康成长，愿家庭幸福、温馨，愿家长们、孩子们生活得更开心！

1998年9月于武昌桂子山

目 录

一、孩子学习兴趣与意志品质的培养 … (1)

1. 孩子学习兴趣的特点 …… (1)
2. 怎样培养孩子的学习兴趣 …… (4)
3. 孩子意志品质发展的特点 …… (7)
4. 怎样培养孩子坚强的意志品质
…………… (12)

二、孩子良好的学习习惯与自信心的培养 …………… (14)

1. 培养孩子良好的学习习惯的重要性
…………… (14)
2. 怎样培养孩子良好的学习习惯
…………… (17)
3. 如何培养孩子的自信心 …… (18)
4. 培养孩子的自信心应注意的问题
…………… (24)

三、孩子学习动机的激发和培养 …… (26)

1. 动机是如何形成的 …… (26)
2. 创设条件满足孩子的心理需要
…………… (29)
3. 要善于运用激励手段 …… (31)

4. 动机自我调节作用的发挥 (35)
5. 结果成败归因的训练 (38)
6. 注重孩子内在动机的培养 (41)

四、孩子的学习准备与知识的掌握 (48)

1. 了解并改进孩子学习准备的情况
..... (48)
2. 掌握孩子学习各种知识的规律
..... (52)
3. 知识掌握的心理过程 (55)
4. 如何促进知识的感知 (58)

五、孩子知识的获得与保持 (61)

1. 孩子的知识是怎样获得的 (61)
2. 如何记忆知识才有效 (63)
3. 知识为什么会发生遗忘 (66)
4. 如何防止遗忘 (68)

六、促进孩子知识的迁移与应用 (72)

1. 迁移的实质 (72)
2. 为什么会产生迁移 (72)
3. 如何促进孩子知识的迁移 (75)
4. 通过知识的应用促进孩子知识的
迁移 (79)

七、孩子直觉思维能力的培养与发现学习

- (83)
1. 什么是直觉思维 (83)
2. 为什么要培养孩子的直觉思维

.....	(84)
3. 如何训练孩子的直觉思维	(86)
4. 通过直觉思维培养孩子的创造性	(88)
5. 什么是发现学习	(89)
6. 如何引导孩子进行发现学习 ...	(90)
7. 发现学习的步骤	(96)
 八、孩子智慧技能的培养与学习方法的指导	(97)
1. 培养孩子的智慧技能	(97)
2. 智慧技能的层次与学习过程 ...	(99)
3. 如何引导孩子学习规则	(102)
4. 学习高级规则提高孩子解决问题的能力	(104)
5. 认知策略与学习方法	(105)
6. 学习方法简介	(106)
 九、孩子动作技能的训练	(110)
1. 家长应关注孩子的动作技能	(110)
2. 动作技能的形成过程	(111)
3. 熟练操作的标志	(112)
4. 动作技能的学习阶段	(115)
5. 如何有效地指导孩子动作技能的形成	(116)
 十、孩子的个别差异与教育	(119)
1. 兴趣差异及教育	(119)

2. 尊重孩子的兴趣 (122)
3. 气质的差异及教育 (122)
4. 性格的差异及教育 (125)
5. 能力的差异及教育 (131)

十一、孩子学习成绩差异与考试应对策略

- (138)
1. 孩子学习成绩不良的原因分析及教育 (138)
2. 学习成绩中等与优秀孩子的心理分析 (143)
3. 孩子临考前的准备 (144)
4. 应试技巧 (148)
5. 考试中容易出现的问题及对策
..... (151)

后记 (154)

一、孩子学习兴趣与

意志品质的培养

培养会学习的孩子首先必须培养孩子的学习兴趣与意志。兴趣是最好的老师，孔子说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”兴趣是古今中外卓有成就的科学家的成功原因之一。

1. 孩子学习兴趣的特点

什么是学习兴趣呢？其实很简单。我们常见小孩子抱着自己喜欢的书籍，沉浸其中，废寝忘食，一坐就是半天；而对不喜欢的课程却味同嚼蜡，如坐针毡，不得已硬着头皮去啃。很明显，孩子对二者的学习兴趣是不同的。学习兴趣是人们力求认识世界、渴望获得文化科学知识和不断探索真理的意识倾向。这种意识倾向是学习动机中最现实、最活跃、带有强烈情绪色彩的因素，能推动人们不知疲倦、不辞辛劳地从事学习活动。学习兴趣是在学习需要的基础上，在学习实践活动中产生的，因此它对学习有极大的推动作用，同时能弥补智力发展的不足，例如，有的孩子智力一般，但是兴趣浓厚，肯努力学习，所以成绩优秀。相反，有的孩子智商高，对学习却没有浓厚的兴趣，不肯努力学习，则不能获得好成绩。

学习兴趣之所以能激起孩子学习的积极性是因为兴趣与认识、情绪相联系，认识得越深刻，情

感就越热烈，兴趣就越浓厚。在兴趣状态中，人有一种被学习材料所捕捉，自身被卷入一种有活力的思维状态，并能感受一种淡薄而清澈的愉快情绪。因而，学习兴趣能在没有外在强化的条件下，驱使孩子去从事学习活动。同时，由于学习兴趣伴随着中等强度水平的生理激起，并常能派生出快乐、安逸、舒畅和满意等主观体验，因此，学习兴趣不仅能内在地驱动车孩子的学习活动，而且能将这种学习活动维持在最优的状态，所以，俄国教育家马申斯基指出：“没有丝毫兴趣的强制学习，将会扼杀孩子探求真理的欲望。”

学习兴趣的品质表现出学习兴趣的差异，学习兴趣的品质包括4个方面：倾向性、广度、稳定性和效能。学习兴趣的倾向性是指对什么性质的学习内容感兴趣；广度是指学习兴趣的范围有多大，并且有没有中心兴趣；稳定性是指学习兴趣保持在某对象上的时间的长短；效能是指学习兴趣在活动中产生的效果的大小。在学习活动中，内容健康、范围广泛、有中心兴趣、稳定、能产生实际效果的学习兴趣才是积极的；相反，内容低级、范围狭窄、短暂、只心想不行动的学习兴趣是消极有害的。

掌握孩子学习兴趣的特点，有利于家长培养孩子的学习兴趣。孩子学习兴趣发展的特点主要有以下几点：

(1) 由直接兴趣逐渐向间接兴趣转化

直接兴趣是孩子对学习材料或学习活动本身感到需要而引起的兴趣。如朗诵诗歌、绘画、演算难题、课外阅读等。间接兴趣是孩子对学习活动的目的或结果感到需要而引起的兴趣。例如，有的孩

子对英语本身并不感兴趣，甚至觉得枯燥乏味，但是由于他认识到学好英语将来用处很大，因此也能用意志控制自己认真学习。孩子的学习首先是受直接兴趣的影响，然后，随着知识的丰富和认识的提高，直接兴趣才逐渐向间接兴趣转化。研究表明：在小学阶段，首先，孩子最初对学习的过程、学习的外部活动感兴趣，以后才逐渐对学习的内容、对需要独立思考的作业更感兴趣；其次，孩子对有关具体事实和经验的知识有兴趣，对有关抽象的因果关系的知识的兴趣也在初步发展着；第三，游戏在低年级孩子的学习兴趣中起着重要作用，三年级以后，其作用逐渐降低；最后，家长对孩子的态度及教育方式，对低年级孩子的学习兴趣有着特殊的意义。约从小学三年级以后，孩子对学习活动的目的、意义开始有了认识，并逐步清晰，直接兴趣也就开始向间接兴趣转化了。这种转化是一个渐进的过程，且两种兴趣经常融合在一起。

(2) 兴趣的广度逐步扩大，但缺乏中心兴趣

孩子对新奇事物十分敏感，但由于生活圈子小，社会实践少，知识相对贫乏，兴趣的范围开始相对狭窄。后来，随着条件的改变，眼界逐步开阔，兴趣的广度才不断扩大。广泛的兴趣必须和中心兴趣（即主要兴趣）协调配合。如果孩子兴趣的广度不断扩大，但缺乏一个中心兴趣，就会导致他们样样都想学，但样样都不精通。

(3) 兴趣逐渐由不稳定向稳定发展

孩子的学习兴趣开始是不稳定、不持久的，经常随外界条件的改变而改变。随着年龄的增长和自我意识的增强，孩子的兴趣逐渐趋于稳定。他们不

再容易被一时的新奇现象所吸引，而是对某一学科或某项活动产生比较持久稳定的兴趣，并且向专一的、深入的方向发展。小学低年级孩子的学习兴趣没有选择性且不分化，他们对读、写、算都很感兴趣，还会因一些外部的，甚至是偶然的因素的影响，迅速转移自己的兴趣。三年级以后，在教育的影响下，他们才逐渐产生具有初步选择性和分化性的学习兴趣。这种兴趣就具有了一定的稳定性。所以，孩子对语文、数学、科技制作、体育运动等不同科目和学习活动的较为稳定的兴趣，一般就只能在小学中高年级出现。

2. 怎样培养孩子的学习兴趣

(1) 增强学习中的快感，培养直接兴趣

著名物理学家杨振宁曾说过：他不赞成有人说他是“刻苦”学习的，因为他在学习中从没感觉到“苦”，相反，体会到的是无穷的“乐”。学习若能给孩子带来快乐，那么孩子一定会喜欢学习。年龄越小的孩子对学习的兴趣越是以直接兴趣为主。例如，他们喜欢上学可能是因为在课堂里和小伙伴一起琅琅读书很有趣；喜欢语文可能是语文教师经常表扬他；喜欢数学可能是因为数学成绩好。那么怎样才能使学习变为快乐的事呢？

第一，要使学习内容变得有趣，使学习方法新颖，多样化。例如，让孩子在课堂上动手操作，扮演角色，学习内容要有适当的难度等。

第二，多表扬，少批评，要善于发现每个孩子的优点。有些家长开口闭口就是“这么简单都不会，光知道玩”，本是恨铁不成钢，却不知好钢已在批评

声中逐渐钝化，日久天长，孩子总觉得自己很差，总有错，在学习中有压抑感，于是厌恶学习。这种做法是不对的。

第三，使孩子一开始就有成功的体验。成人要尽可能使孩子掌握好知识，一开始就让孩子学懂，这样既增强了孩子的自信心，又使他体验到学习的快乐。

第四，家长应该指导孩子读书。父母和孩子一起学习，当孩子解答出难题后，与孩子分享快乐；当孩子不懂时，与孩子共同探讨。这也能让孩子觉得学习是一件愉快的事情。另外，家长的情绪、学习的环境等也能影响孩子学习时的情绪体验。

(2) 明确学习目的，培养间接兴趣

孩子年龄越小，越不理解抽象、远大的学习目的和意义。有位家长的教育方法很直观，值得借鉴。首先，他和孩子一起寻找学习给自己带来的具体收获，使孩子认识到学习的好处；然后，父母当听众，让孩子尽情描绘他的将来；最后，母亲告诉他许多名人小时候也很普通，有的甚至是“坏孩子”，如拿破仑、达尔文、爱迪生、牛顿、黑格尔等。孩子听后很受鼓舞，对学习的近期益处和今后的作用有了明确的感性认识。

优秀家长的经验也证明：学习目的的教育应该联系孩子的思想和实际，坚持耐心细致的正面教育，通过生动形象、富有感染力的事例，采用多种多样的形式，把学习目的与生活目的联系起来，这样可以收到良好的效果。

(3) 利用兴趣的迁移，培养学习兴趣

有些孩子对学习以外的某些事情感兴趣，但不