

中国小学生学习方法丛书

ZHONGGUOXIAOXUESHENGXUEXIFANGFACONGSHU



优秀小学生

YOUXIUXIAOXUESHENG

学习生活88招

XUEXISHENGHUO88ZHAO

孙小梅 / 编著

- 学习要集中注意力 / 怎样听老师讲课
- 怎样上好语文课 / 学习偏科怎么办
- 学习太差怎么办 / 朗读课文我第一
- 保护眼睛，预防近视 / 不迷恋电视和网络
- 红灯停，绿灯行 / 人多的时候不拥挤

天津科学技术出版社



中国小学生学习方法丛书

ZHONGGUOXIAOXUESHENGXUEXIFANGFACONGSHU



优秀小学生

YOUXIUXIAOXUESHENG

学习生活88招

XUEXISHENGHUO88ZHAO

孙小梅 / 编著



天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

优秀小学生学习生活 88 招/孙小梅编著. —天津:天津科学技术出版社, 2009. 7

ISBN 978-7-5308-5042-8

I. 优… II. 孙… III. ①小学生—学习方法 ②小学生—学生生活 IV. G622.46 G625.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 110831 号

责任编辑:石 崑

责任印制:白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332398(事业部) 23332697(发行)

网址:www.tjkjcs.com.cn

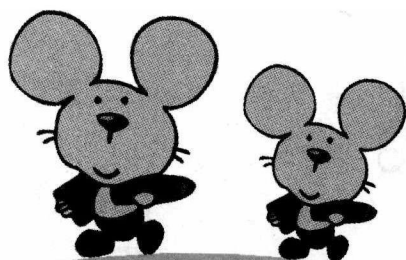
新华书店经销

北京业和印务有限公司印刷

开本 710×1000 1/16 印张 14.75 字数 186 000

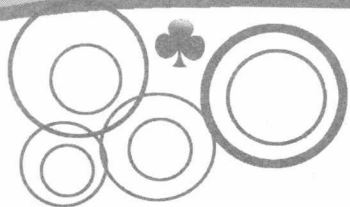
2009 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

定价:23.80 元



祝愿小学生

快乐学习，健康成长





目 录

第一篇 养成良好的学习习惯

学习要集中注意力 / 3

制订一个学习计划 / 5

怎样制订一个合理的计划 / 8

多问几个“为什么” / 10

养成读书的习惯 / 13

多动脑，勤思考 / 16

必须知道的十种记忆法 / 18

不明白的一定要问 / 21

做事不马虎 / 23

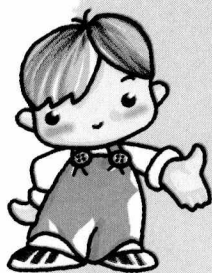
每天进步一点点 / 25

第二篇 掌握正确的学习方法

课前预习好处多 / 29

怎样预习语文 / 33





- 怎样预习数学 / 35
- 怎样听老师讲课 / 37
- 课堂上积极回答问题 / 39
- 利用好手中的学具 / 41
- “五个一”学习法 / 43
- 怎样上好语文课 / 45
- 数学需要动手做 / 48
- 课后要及时复习 / 50
- 考试前如何复习 / 52
- 考试前睡不着怎么办 / 55
- 考试答题的技巧 / 57
- 如何提高试卷分数 / 60

第三篇 学习中的16个怎么办

- 受到老师批评怎么办 / 65
- 成绩忽高忽低怎么办 / 67
- 不喜欢英语老师怎么办 / 69
- 学习偏科怎么办 / 71
- 学习太差怎么办 / 74
- 老师老让我回答问题怎么办 / 77
- 我想让大脑更聪明怎么办 / 79
- 想当个好班长怎么办 / 82
- 老师不喜欢我怎么办 / 85
- 大同学欺负我怎么办 / 87



不会排列句子怎么办 / 89

作文选材不典型怎么办 / 92

考试写不好作文怎么办 / 94

英语单词记不住怎么办 / 98

不会解应用题怎么办 / 101

我想写一手漂亮的字怎么办 / 103

第四篇 用作业提高成绩

作业和考试一样重要 / 107

做完作业再去玩 / 109

按时独立完成作业 / 111

宁可少做，也要反思 / 113

做作业的几个基本步骤 / 115

计算速度太慢怎么办 / 118

解方程为什么常出错 / 121

做错题了怎么办 / 125

第五篇 充分利用时间学习更高效

一天有四个学习高效期 / 129

学习要讲究效率 / 131

科学利用课间十分钟 / 133

高效利用时间的四个方法 / 135

杜兰兰的时间表 / 138

养成早睡早起的好习惯 / 139





今日事今日毕 / 141

第六篇 能力提升,我最棒

利用网络查询资料 / 145

我会发送电子邮件了 / 148

我有六个记忆绝招 / 150

告诉自己,“我能行” / 153

我是一个坚强的人 / 156

我的观察能力最强 / 158

勤奋学习 / 161

朗读课文我第一 / 163

第七篇 我会自己生活了

饭前便后要洗手 / 169

坚持吃早餐 / 171

吃饭养成好习惯 / 174

饮水小知识 / 177

讲究卫生,少生疾病 / 179

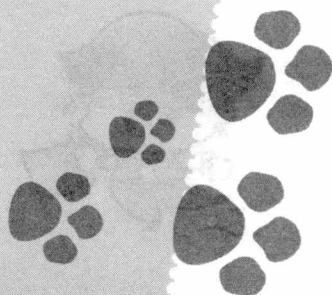
保护眼睛,预防近视 / 181

每天坚持锻炼身体 / 183

物归原处使用方便 / 185

热情招待家中客人 / 187

不迷恋电视和网络 / 189





第八篇 注意安全，会保护自己

红灯停，绿灯行 / 193

人多的时候不拥挤 / 195

游戏玩耍时注意安全 / 198

体育锻炼安全知识 / 200

乘坐电梯安全知识 / 203

乘坐汽车安全知识 / 205

乘坐出租车安全知识 / 207

骑自行车安全知识 / 209

注意预防煤气中毒 / 211

用电安全知识 / 214

怎样在地震中脱离危险 / 216

如何防止雷电 / 219

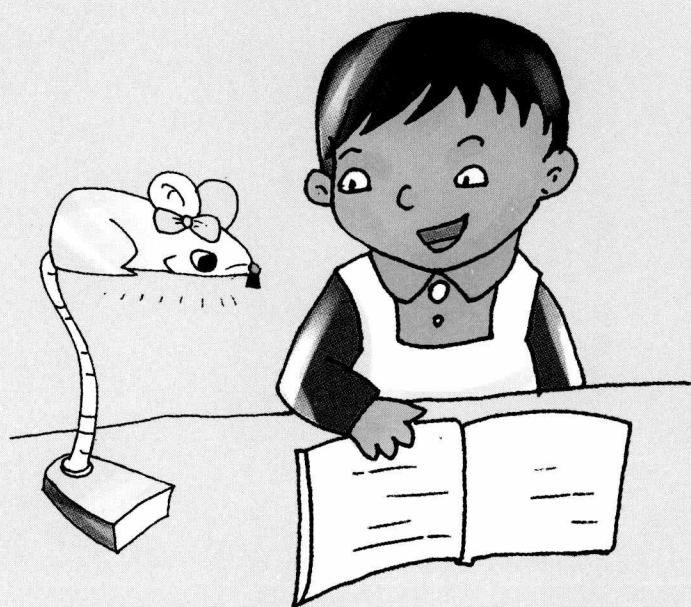
火灾的防范及逃生 / 221

水灾来了怎么办 / 224



第一篇

养成良好的学习习惯



学习要集中注意力



小朋友和小朋友相比，聪明的程度相差并不是很大，但如果专心的程度不同，往往造成学习成绩差别很大。那些一心一意进行学习的同学，往往能够取得卓越的成绩；而那些注意力不能集中的同学，终究得不到满意的结果。

讲个小故事

古时候，有个下棋大师叫弈秋。由于弈秋的棋术高明，当时有很多年轻人想拜他为师。可是弈秋只收下了两个学生。一个学生诚心学艺，听先生讲课从不敢怠慢，十分专心；另一个学生却在弈秋讲棋时，探头探脑地朝窗外看，想着大鸟什么时候才能飞来；飞来了好张弓搭箭射两下试试。最终，两个学生同在学棋，同拜一个老师，用了同样多的时间，前者成了下棋高手，后者却一事无成。

为什么注意力不集中呢

由于小学生年龄小，自我管理能力差，注意力很容易分散。老师在讲



台上讲课，有的同学就会想入非非。结果呢？上课时似听非听开小差。还有就是做小动作，上课做小动作虽然是小毛病，但是如果养成了这种不良习惯，就会直接影响学习，上课时老师讲的知识掌握不了，成绩就会下降。久而久之，就会对学习失去兴趣。

怎样改正呢？教你五招吧

第一招，书包里、课桌上除了课本和文具外，不要夹带存放任何与学习无关的物品。听课时不要东张西望，注意听和记老师的讲课内容。

第二招，当你在课堂上开始分心时，不妨反复提醒自己：“学习时间只能学习，不要犯老毛病。”也可以在文具盒上面贴个纸条，上面写着“专心听讲”，提醒自己不要分心，渐渐使大脑恢复到专心致志的状态。

第三招，眼睛紧跟老师的动作。眼睛时刻盯着黑板和老师，注意老师的讲解。注意老师的动作就可以紧跟老师的思路。由于老师的动作是富于变化的，我们不会感到枯燥，也就不容易走神。专心听讲，可以将自己的想法和老师的思路进行对照和比较，发现其中的差异，加深理解。

第四招，考虑好做作业的程序。是先复习，然后做作业，最后预习；还是先做语文，再做数学……并且，计划好做每一门功课所用的时间。最好先做你喜欢的作业，这样就容易进入“角色”了。

第五招，一开始学习时间不要太长。一般的人，集中精力的时间是30分钟。根据你自己的情况，还可以定得短一点，每隔20分钟适当休息一下。随着情况改善，再逐渐延长学习的时间。



制订一个学习计划



同学们制订一个好的学习计划，能使你对整个学习进程、目标、方法和时间安排做到心中有数，从而使自己的每一步行动都在计划指导下进行，避免了在学习过程中可能出现的盲目和被动，使整个学习过程有条不紊，从而提高学习效率和学习质量。

刚刚和强强

刚刚已经小学四年级了，平时总是一副很随便的样子，想看哪本书，就翻翻哪本，没有目的性也没有计划性。事实上，刚刚的学习成绩也是一般，一直是不上不下的。

有天晚上，天已经很晚了，房间里的灯还亮着，妈妈推门一看，刚刚还在看书呢！原来他们要进行一次测验了，刚刚发现还有好多内容一直没有复习过，忙着复习呢！

这样，刚刚开了几天夜车，但是考试结果并不理想。

刚刚很郁闷，怎么回事呢，自己不是很努力了吗？

再看看刚刚的同班同学强强。

也是晚上，强强的妈妈听强强的老师说过几天要进行一次测验，就打



算进屋督促强强学习，却发现强强正在看课外书呢。

“强强，你们要考试了，为什么还不赶紧复习？”

“妈妈，考试也不会打乱我的学习计划的，再说，我早就按照学习计划的安排复习好了。”

果然，强强的成绩得了一个优秀。

看看，学习有没有计划，竟有这么大的差别。

强强的经验

学校组织学习经验交流会，强强很乐意跟大家一起分享他的经验，于是将他学习的法宝——学习计划向大家全部托出。

1. 抓好课堂 45 分钟。

认真学好课堂上老师讲的内容，课外的时间多阅读，遇到不会的多请教。

作业什么时候才能做好啊！

2. 课外学习分成三条线。

一是学习语文和英语，每天记 5 个英语单词，听自己喜欢的广播节目，提高阅读和听的能力；二是进行数学练习，每天做 15 道题，看数学游戏读物；三是锻炼身体，增强体质。



3. 每天的作息时间。

早晨 6 时起床，跑步 20 分钟，听广播 30 分钟；上午上课；中午午休；下午上课，做当天作业；18 时吃晚饭，晚饭前活动 40 分钟；看《新闻联播》，晚自习到 21：30。

这个计划，随着季节不同，时间稍作改动，内容不变。

李老师的点评

强强的班主任李老师听着强强的学习计划不住地点头，她认为强强的计划有下面三个优点。

1. 计划的目的性强。

强强比较了自己的各门功课，对自己目前的学习情况很了解，相比之下，语文和英语的成绩比较差，于是他把课外时间主要用在提高语文和英语的能力上。

2. 目标明确。

强强在这份计划里，规定自己每天完成 15 道数学题，不追求过多，也对自己有适量的要求。

3. 时间安排具体。

强强把每天必须做的事，要用多长时间，都做了具体安排，这样每天什么时间该干什么，不至于想起什么做什么，没有章法。



怎样制订一个合理的计划



合理的计划会使小朋友生活学习节奏分明，该学习时就学习，该休息时就休息，劳逸结合。日久天长，一旦养成良好的学习习惯，学习自然而然地成为生活的一部分，学习就会成为生活中的乐趣。

制订计划需要注意以下五点。

计划要全面

制订学习计划，自然主要是安排学习时间，但一定要兼顾锻炼身体时间、集体活动时间、文化娱乐时间、帮助家长做家务时间等。

要安排好常规学习和自由学习的时间

常规学习就是按照学校规定的学习时间学习，主要指在校上课和在家做作业的时间，这部分时间应当根据老师的要求去安排。自由学习时间，是指完成老师布置的学习任务后所剩下的可由自己支配的时间。在自由支配的时间里，应该具体安排要看的书和要做的事，不能让时间白白溜走。

要注意长计划和短计划的安排

长计划就是指一个学期或一个月要实现的一些大目标，而短计划就是

