



贺云飞 季晔 / 著

大脑体操是一种超越学科界限的训练,不受年龄、年级限制

写作是训练大脑的重要手段

写作训练大脑八节体操是培养观察、思维、想象、记忆、积累能力的创新手段

少年儿童

写作
训练

大脑体操



远方出版社

少年儿童

写作

训练

大脑体操

贺云飞 季晔 / 著

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

少年儿童写作训练大脑体操/贺云飞,季晔著. —呼和浩特:远方出版社,2002.12

ISBN 7-80595-805-X

I. 少… II. ①贺…②季… III. 写作-少年儿童-教学参考资料 IV. G634.343

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 100732 号

少年儿童写作训练大脑体操

作 者 贺云飞 季 晔

出版发行 远方出版社

(社址:呼和浩特市乌兰察布东路 666 号)

发行部电话:0471-4928118 邮编:010010)

印 刷 内蒙古科技印刷有限责任公司

版 次 2003 年 4 月第 1 版

印 次 2003 年 4 月第 1 次印刷

开 本 850×1168 1/32

印 张 10.125

字 数 180 千

印 数 1-8 000 册

标准书号 ISBN 7-80595-805-X/G·231

定 价 15.00 元

远方版图书,版权所有,侵权必究。

远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

即使没有受到抑制，多数天才儿童也只用了他全部潜力的一小部分。所以一旦我们充分了解如何训练我们的大脑，展现在面前的奇景，将是难以置信的。

内 容 提 要

台暗小一由代普暗全画了用只通童

除在教附写作训练大脑操，且一心和

以养是能循序渐进开始早。却大和

各种学科相辅成，的設置

三方互动效果好。

天天坚持不放弃，

能写会想素质高。

前 言

写作有没有秘诀？如果有秘诀，为什么作家的儿子不都是作家？如果没有秘诀又怎么会有那么多的如何写作之类的著作问世？为什么写作新方法、新理论会不断涌现出来，五花八门，让人眼花缭乱？虽然各个学派都可谓言之有理，但真正操作起来又都不是那么容易，更不能称之为什么秘诀。到底写作的秘诀是什么？

我以为写作的秘诀在于：作者能观察到位，思维敏捷，勤于积累，多读多写，但这些“秘诀”又多是一些老生常谈，把这些说成是写作的秘诀肯定会让行家里手嗤之以鼻。

我从事中小学语文教学多年，近年来专事青少年写作的研究和辅导工作，不仅接触了大量的学生作品，也接触了很多语文教师，大家都反映作文是最难教、最难学的一门课。作文教学之所以难，主要表现在传统的作文教学教给学生的是知识、是方法、是技巧、是范例，而这些东

西恰恰不是写好文章的关键。写好文章的关键在于他们自身的观察、体验、分析、思考、联想、想象、审美等诸多方面的兴趣和能力。这些能力是学生自己经过反复学习、磨炼、体会出来的,而不是教师直接教出来的。像才思、情感、灵气等就更没法教了,有的时候就成了“只可意会不能言传”的东西。既是这样,大家说它难教难学也就顺理成章了。

写作不是孤立的,它是大语文范畴中的一部分,也是一个人的整体素质水平的一部分。核心是既要能说会读,又要会想会写。语文教学各种训练的目的都应该落脚在学会表达上。打个比方,读书(包括课内阅读、课外阅读)相当于吃饭、喝水;掌握基础知识、技能相当于消化吸收、生长发育;表达就相当于应用消化吸收的养分去做事(发散能量)。不论吃饭喝水,还是消化吸收、生长发育,最终的目的都是为了去做事,如果只懂得吃喝,不懂得做事,那么吃喝就没有什么实际意义。因此语文教学的一切活动都应该为提高学生的表达能力服务。如果我们教给学生的只是知识、是方法、是技巧、是范例,学生即使能把写作知识倒背如流,也还是“一看题目就摇头,摊开稿纸咬笔头,冥思苦想皱眉头,一个小时没开头。”

有一个笑话,说的是一个练武之人,他掌握了少林、武当、峨眉诸派拳术,学会了刀枪剑戟十八般武艺,武艺

十分高强。有一次遇到几个歹徒,他一下慌了神,不知道怎么办,赶紧大声问师傅:“我该用哪一种武术?”

目前我们的作文教学偏重于字、词、句的学习和训练,在培养学生思维能力、观察能力、联想能力、想象能力、审美能力等方面缺乏系统训练,存在着“纸上谈兵”的弊病,这样的做法不符合人认识事物的规律。因此我们说只学习字、词、句、篇以及许多写作方法是远远不够的,光靠教师讲也是远远不够的。“大脑体操”就是根据目前写作教学的现状,把写作放在提高学生整体素质这个大范畴中,提出来的一些操作方法。大脑体操提倡学生尽早开始根据不同的年龄、年级的特点循序渐进地进行大脑训练,让他们在逐步提高观察、思维、联想、想象、记忆等能力的基础上,发挥出自己的才思、情感、灵气。

写作既是训练大脑的手段,也是大脑训练的应用。写作能力作为一种思维工具和交流工具,服务于生活和学习的各个层面。无论你从事什么工作,写作的运用必在其中。所以写作训练是一种整体能力的提升,它不仅是一个语文的范畴,也是一种超越学科界限的训练。

教师、家长如果能够指导孩子坚持天天进行“大脑体操”训练,孩子的观察细致了,思维敏捷了,想象丰富了,记忆力也强了,肯定能写出漂亮的文章。其意义不仅有利于学生写作能力的训练和提高,更重要的是培养了学

生动脑筋的习惯和能力,对学习其他学科都有非常大的好处,是受用终生的训练。如果问写作的秘诀是什么,我以为训练大脑是也。

“有话可说”是写作的首要条件,如果把写作比作是一次战役的话,那么平时大量的观察、搜集、阅读和积累就是日常的训练和备战。

写作不仅要有话可说,更要有话会说。要达到这个目的,就要有一个科学有效的训练办法。“大脑体操”就是按人的认知规律进行思维训练,以提高写作能力为突破口,把写作放在大语文范畴中,全面提高人的整体素质的一种科学的训练方法和内容。经常做大脑操,不仅对写作有效,而且对学习别的学科都会有很大的帮助,让你终生受益。

大脑是思维的器官,思维活动的特点离不开大脑的功能特点。科学研究表明:大脑的左半球负责语言文字、分析、计算、写作等数理逻辑推理和抽象思维,右半球负责情感、态度、空间感觉、音乐、节奏、动作协调等形象思维和创造性思维。因此,这套大脑体操,有的是侧重左脑抽象思维的训练,有的侧重于右脑形象思维的训练。

大脑体操还要求家长、老师和学生三方互动,从小抓起,尽早开始,只是所训练的内容要根据孩子的年龄特征、知识水平、兴趣爱好,灵活设计不同档次的内容,循序

渐进螺旋上升。进行大脑训练不可能一蹴而就,必须天天训练常抓不懈。限于篇幅,本书只着重阐述关于大脑体操的一些基本概念和做法,无法按各个年龄段设计训练内容,所选训练题只起参考引路作用,在运用时不必拘泥于此。

为了提高学生的兴趣、便于掌握要领,在做每节大脑体操时,应同时设计一些动作,但这些动作只是为了用体态语言帮助学生掌握各节操的要领,并非像做广播体操那样天天喊着要领,挥舞着手臂就算做了大脑体操,而是利用这些要领,进行各种各样的动脑筋训练,以达到提高各种能力的目的。实际上,用体态语言帮助理解和记忆,各人有各人的感觉,各人有各人的理解,在书中未设计统一的动作,在使用过程中,大家可以根据各自的感觉,自行编排,怎么做效果好,就怎么做。

“写作训练大脑操,循序渐进开始早。各种学科相辅成,三方互动效果好。天天坚持不放弃,能写会想素质高。”虽然只有两句话,但它概括了大脑体操的内容和目标。

愿这种做法能够被大家所接受,并被广大的家长和老师所采用。

2002年10月于呼和浩特

目 录

前言	(1)
----------	-----

第一节 振奋运动	(2)
----------------	-----

振奋运动概述	(3)
--------------	-----

对老师和家长的特别提醒	(12)
-------------------	------

参考训练项目	(20)
--------------	------

参考资料	(23)
------------	------

第二节 观察运动	(32)
----------------	------

观察运动概述	(33)
--------------	------

观察运动操作要领	(42)
----------------	------

写给老师和家长的话	(54)
-----------------	------

参考训练项目	(58)
--------------	------

参考资料	(78)
------------	------

第三节 想象运动	(90)
想象运动概述	(91)
想象运动操作要领	(100)
参考训练项目	(129)
参考资料	(139)
第四节 迸发运动	(152)
迸发运动概述	(153)
迸发运动操作要领	(155)
参考训练项目	(172)
参考资料	(175)
第五节 拓展运动	(186)
拓展运动概述	(187)
拓展运动操作要领	(190)
参考训练项目	(203)
参考资料	(210)
第六节 记忆运动	(212)
记忆运动概述	(213)
记忆运动操作要领	(217)
写给老师和家长的话	(232)

训练建议	(236)
参考资料	(238)
 第七节 消替运动	(246)
消替运动概述	(247)
消替运动操作要领	(249)
参考训练项目	(265)
参考资料	(269)
 第八节 整理运动	(280)
整理运动概述	(281)
整理运动操作要领	(283)
参考资料	(292)
 教师谈大脑体操	(298)
运用“大脑体操”进行作文教学的体会	(301)
对“大脑体操”的认识和体会	(305)
 后记	(308)

第一集

我们说，语言是一种工具。就个人说，是想心思的工具，是表达思想的工具；就人与人之间来说，是交际和交流的工具。思想和语言是分不开的，想心思靠语言来想，不能凭空去想，不凭借语言的思想是不存在的。

——叶圣陶

：言说

第一节

振奋运动

训练目的：

振奋写作的精神状态，及时进行心理调整。在明确写作是必须学会的一种必备能力的前提下，建立写作兴趣，树立对写作的自信心，培养坚持不懈，永不放弃的意志品质，为各项写作训练打好思想态度上的基础。

训练内容：

1. 明确写作的重要性，从思想上重视学习写作。
2. 建立写作兴趣，产生“一定要写”的欲望。
3. 正确对待失败和挫折，树立“我能行”的自信。
4. 培养写作的持久性，能够坚持不懈地多读多写。

概括语：

写作很重要，谁也离不了。

相信我能行，作文我爱好。

只要能坚持，肯定呱呱叫！

振奋运动概述

一、写作很重要，谁也离不了

一个人每做一件事都应该明白为什么要做这件事，不做它行不行？只有明白了这一点才能决定自己应该用什么态度去对待它。很多同学都觉得写作很难，把写作视为一种负担，是天底下最难做的作业。既然如此，该不该把作文课去掉呢？我们不学写作行不行呢？

叶圣陶先生说：“语言是一种工具，工具不是目的，它是用来达到某种目的的。比如，锯子、刨子、凿子是工具，是用来做桌子、椅子一类东西的。我们说，语言是一种工具。就个人说，是想心思的工具，是表达思想的工具；就人与人之间来说，是交际和交流的工具。思想和语言是分不开的，想心思靠语言来想，不能凭空去想，不凭借语言的思想是不存在的。”我们学写作就是用语言这个工具表达我们心里想的事情，如果学不会就不能准确生动地把自己的思想让别人知道。那该是一件多么不可思议的事啊。所以，写作是非常重要的，是任何一个学生都非

学会不可的一种能力。

在我们的生活中,人与人之间一天也不能没有交流。交流的方式不外乎口头或书面两种表达方式。有人说“不识字的人是睁眼瞎子,不会表达的人是长着嘴巴的哑巴。”谁也不想做一个残疾人,一个人要在这个世界上好好生存,就得识字,就得阅读,以接收和理解别人的信息;就得会表达,以便把自己的信息传达出去。

写作是说话的书面形式,它是表情达意的工具,不论你将来从事什么工作,需要具备多少能力,写作能力必是第一位的能力。高考、中考之所以要考作文,无非也是因为它太重要了,所以不能不考,我们也就不能不学。

全日制义务教育《语文课程标准》(实验稿)中指出:“现代社会要求公民具备良好的人文素养、具备创新精神、合作意识和开放的视野,具备包括理解与表达交流在内的多方面的基本能力,以及运用现代技术搜集和处理信息的能力。”在培养这些能力中,写作训练起着不可替代的重要作用。写作不仅需要大量读书,提高文化科学水平,还需要观察、思考、分析、想象、联想、审美……通过学习写作可以培养人的认识能力、观察能力、想象能力、审美能力、思维能力、表达能力……是人整体素质必不可少的重要组成部分,所以任何一个有所发展的人都必须学会写作。这里我特别强调“必须”二字,是因为它是必