

读书是最美的姿态 *Reading is most graceful* ▲ 编著：汪骏

粗心怎么办

减少小学生粗心问题的
180 个游戏

JIANSHAO XIAOXUESHENG CUXIN WENTI DE 180GE YOUXI

甲乙二人各有人民币
相当于甲的 $\frac{1}{3}$ ，
根据：若乙给甲
可以得出：
乙的钱数占两人总
 $12 \div (3/4 - 60\%)$

若乙给甲12元后，乙剩下的钱

的 $\frac{1}{3}$ ，

总钱数的 $\frac{3}{4}$ 。



封面设计:猫头鹰工作室



“粗心!”这是在与众多的家长交流的过程中,当问及孩子的学习状况时,百分之八九十的家长脱口而出的回答。但是大多数家长往往把粗心的原因简单地归结为态度马虎、不认真,而未能透视到粗心现象背后的一些深层因素。

通过数年的个体研究和实操性训练,本书针对学生粗心问题进行了系统思考和精心设置。既有理论上的阐释,也有个案的分析和操作方法。此外,精心设置的180个游戏定会让孩子在轻松快乐的氛围中不断攻克粗心难关。

本书风格亲切自然,内容深入浅出,是一本操作性极强的家庭教育书籍。



ISBN 978-7-5463-0363-5



9 787546 303635 >

定价:35.00元

粗心怎么办

减少小学生粗心问题的

180个游戏



编 著：汪 骏

图书在版编目(CIP)数据

粗心怎么办:减少小学生粗心问题的180个游戏/汪骏
编著. —长春:吉林出版集团有限责任公司, 2009.5
ISBN 978-7-5463-0363-5

I. 粗... II. 汪... III. 小学生—学习方法 IV. G622.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 081162 号

书 名 粗心怎么办

减少小学生粗心问题的 180 个游戏

编 著 汪 骏

责任编辑 陈 璇

责任校对 蔡海群 戴耀萍

出 版 吉林出版集团有限责任公司(长春市人民大街 4646 号 邮编:130021)

发 行 江苏可一出版物发行集团有限公司(电话:025-66989810)

印 刷 南京玄武湖印刷实业有限公司(南京市栖霞区尧化门尧胜村 109 号 邮编:210046)

开 本 787×1092 毫米 1/16

印 张 8.75

字 数 48 千字

版 次 2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5463-0363-5

定 价 35.00 元

(如有印装质量问题请与承印厂调换。联系电话:025-66989817)



内容简介

“粗心！”这是在与众多的家长交流的过程中，当问及孩子的学习状况时，百分之八九十的家长脱口而出的回答。但是大多数家长往往把粗心的原因简单地归结为态度马虎、不认真，而未能透视到粗心现象背后的一些深层因素。

通过数年的个体研究和实操性训练，本书针对学生粗心问题进行了系统思考和精心设置。既有理论上的阐释，也有个案的分析和操作方法。此外，精心设置的180个游戏定会让孩子在轻松快乐的氛围中不断攻克粗心难关。

本书风格亲切自然，内容深入浅出，是一本操作性极强的家庭教育书籍。





非常高兴能够为这套专门协助父母和老师解决小学生学习中的一些具体问题的丛书作序。虽然,在目前中国的社会中,升学压力令很多父母、老师尤其是身在其中的儿童、青少年们感到困惑甚至难以忍受。但是,怨天尤人是无济于事的,现实依然需要面对,父母老师依然要为孩子们升学而忙碌,儿童、青少年依然需要加入学习和考试的大军并为之拼搏。对于很多人而言,好像这是一种无奈,可转换一种思维模式,细细一想,似乎也未尝不是另一种锻炼。常言道,“条条大路通罗马”,既然学习压力是无可回避的,正视它并设法借助必要的训练和有效的学习技巧来驾驭它,从学习中体验乐趣,也未尝不是一件好事。

接到书稿之后,我一边浏览,一边思考:现在的社会是否应该有一些这样的作者,他们从儿童中来,他们在参与儿童培训的过程中研究儿童,他们注重探寻一些实际的办法来协助儿童及其父母在知识学习的苦苦探寻中发现技巧并体验乐趣。尽管很多的方法还不是很成熟、甚至某些方法可能还很难从现有的一些理论中找到依据,但它们不失为一种很好的尝试。至少作者在书中所呈现的方法考虑到了协助父母和孩子们按照自己的特点去学习驾驭知识。早在上个世纪末,联合国教科文组织就提出了“学会学习”的口号,而这恰恰也就是作者在书中所贯彻的“家庭教育、学习能力训练、心理引导及全面素质培养为一体的‘个性化学习习惯和学习能力’(PHA)智能训练模式,着力解决学生注意力不集中、书写困难(包括动作慢)、粗心、记忆方法不够科学、逻辑推理困难、写作困难、语言表达困难、阅读困难及多动等困扰学生学习最为突出的问题”这样一种理念。这其中的很多方法,都是作者在对很多家庭和孩子的训练过程中摸索、尝试和反复验证的结果,对于广大希望让自己的孩子学会学习的父母来说是一本





难得的好教材,不妨一读。记得几年前在和一位友人谈及孩子培养与教育的问题时,大家都感慨:“现在做父母实在太不容易,我们的家庭普遍都只有一个孩子,等到尝试过学会做父母的时候,已经没有机会再去做父母了。”为了改变这种现状,帮助父母在尝试教育孩子的进程中获取一些有用的方法和技巧,作者写了这本书。这无疑是一件事半功倍的事情,必将造福很多人。

我在美国的时候,一位美国朋友曾向我推荐一套训练中小学生学习方法的教材,她告诉我这套教材是如何切合孩子们的需要,它因为有效的训练和协助孩子们学会“取鱼之道”而在美国大受孩子与家长的欢迎。我将信将疑地拿到这套书之后,虽然只是粗略翻了一下,但当时确实是深有感触:用如此具体实践的方法,深入浅出地将心理学的思想和最新成果转变成为训练策略,教给孩子们,实在是一个难得的创举。如果中国能够有这样一些训练教材,我们的孩子们在学会学习上定会大大受益的。

不过,话说回来,学习何尝不是一件需要吃苦和需要付出的事情呢?尤其对于儿童、青少年来说,游戏玩耍比之学习显然要轻松快乐得多。学习首先是一件需要付出、需要吃苦头的事情,扪心自问,包括我们自己,当还身处孩提时代时,我们不都是在一种充满苦痛的艰难拼搏之中成长的吗?虽然现代社会中人们的生活条件得到了大幅提高,但社会竞争的事实依然不会改变。在这种优越社会生活条件下的人们更加需要告诫自己:只有加倍努力,才能跟上时代步伐。我想,这也正是很多家长对子女教育寄予厚望的重要原因。

傅 宏

2009年初夏于南京随园

(注:作者为南京师范大学教育学院副院长、博士生导师)



阅读导引

好的习惯会让人受益终身,对于家庭教育来说,无论是从长远来看还是从目前孩子的学习状态来看,粗心都是应该矫正的一个环节。

家长都认为粗心是孩子主观造成的,或者是孩子总也不能达到家长所想要的那种自觉状态,其实这是冤枉了孩子。

为什么一堂课下来,有的孩子能够原原本本地复述讲课内容,而有的孩子却一点儿也记不住?

为什么有的孩子一目十行,而有的孩子要看一个字写一个字?

为什么有的孩子总是把“+”与“ $\times$ ”、“ $\div$ ”与“-”搞混,看错数字?

其实,细心的学习习惯不是一蹴而就的,与生活习惯的培养密切相关,研究表明:在生活上缺乏条理性的孩子在学习上容易出现粗心的问题。

在大人眼里,孩子像海绵,挤一挤就能出水。而且他们也确实看到了高压政策带来的好处,当他们施加高压政策时,会造成孩子身上的一点点微小的变化。这反过来又强化了家长,认为只有高压是对付孩子的唯一有效的办法。

学习能力是分层次的,像金字塔形状一样,从低级向高级逐步发展的,最基础是运动知觉,再往上依次发展的是听视知觉能力、逻辑思维能力、创新思维能力和自我控制能力。

家长往往重视孩子在学习上的粗心问题,而忽略了养成孩子做事的条理性。



粗心与注意力的集中性有密切的关系。集中性差的大脑在筛选分析视觉信息时会受到不良干扰,信息会出现差错、遗漏或遗失,从而导致粗心现象的发生。

从生理层面分析,注意力不集中的原因可以追溯到学前教育,研究表明,剖腹产、早产、爬行期没有充分爬过的孩子,小学一二年级都会出现注意力不集中的问题,从而影响到孩子的学习发展。

而另一个重要的学习过程——阅读和完成作业则更多依赖视知觉能力,视觉分辨不足的孩子在计算中就容易看错数字与符号,导致计算出错,视觉宽度与记忆不足的孩子则在掌握知识点和解应用题的时候遇到困难。总之,听知觉不好的孩子在文科学习上难以突破,而视知觉不好的孩子则在理科上发展不佳。

家长应培养儿童广泛的阅读兴趣,不要让孩子任意发展,在孩子开始阅读的时候,要给予适当的引导。要关心孩子读什么书,及时纠正孩子片面的阅读兴趣。

情绪是一种心理体验,是伴随特定生理反应与外部表现的一种心理过程。俗话说心情愉快,动作就快。

养成连读的习惯,改变用手指读的方法,要用眼睛来读,眼睛随着每行字迅速移动,眼睛移动得要快要连贯,中间最好不要出现断节的地方,直到一段内容结束。

心理学上有暗示原理:一种观点一旦经过多次强化,就会在孩子心中生根。

研究发现,平衡能力弱的孩子在做竖式计算时,会出现对位不齐的问题;空间感落后的孩子,左右不分,偏旁部首会写反;缺乏节奏的孩子要么冲动,要么磨蹭,审题时看一眼,就认为自己掌握了,结果往往出错。

粗心表现为字词混淆,阅读困难和审题不清。这将直接影响孩子的语文学习。对于学龄儿童来说,学习过程涉及到听知觉与视知觉的能力,听知觉直接影响孩子在课堂上的听课效率,在听知觉的集中、宽度、分辨与记忆和理解方面,不同的孩子有不同的发展水平,当孩子听知觉发展不足时,课堂上能学到的内容就有限。

人一生下来,生理意义上的视觉就已经定型了,因为眼睛的结构和功能是先天决定的,而视知觉却主要依赖后天的视觉经验,是经过学习获得的。只要给予适当而充分的训练,就能够得以提升。

孩子的学习离不开对文字、数字、图形和字母的区分能力,同龄孩子的辨别能力是有差异的,有的孩子能迅速辨别较复杂的图形等,有的孩子则不能。

孩子在语言刺激少的环境中自然思维发展慢,表现在行为举止上比同龄人幼稚,说话时词汇量少,语言单调贫乏,说话词不达意。推理、分类、抽象、概括的能力没有发展起来,表现在学业上,思维能力偏弱,自然会影响到学习的自信心,因此,提升思维能力是改善阅读的关键。

习惯是一种行为积累强化的结果,要纠正粗心养成细心的习惯,要从营造家庭良好的氛围入手。

对于一部分似乎是粗心的孩子来说,他们是冤枉的,不是孩子不想好,而是能力没达到。把粗心的原因归结于主观上的不努力是家长在教育中的第一个误区。

单一地看待粗心问题是父母在教育中的第二个误区。

第三个误区是用错误的方法来调整孩子的粗心。

粗心与注意力的集中性有密切的关系。集中性差的孩子,在视知觉把收到的信息传递到大脑进行分析时,信息受到干扰,就出现错误、遗漏或遗

失,从而导致粗心问题的出现。

一些孩子到了入学年龄却没有正常孩子的视觉分辨力,当从事抄写、阅读课文的学习活动时,自然是力不从心了。尤其是喜欢看电视的孩子,整天被动地接受电视的信息,被节目中的情节所吸引,而很少主动地运用和开发视觉分辨力。

许多感觉信息未能传递到大脑,从而出现了视而不见、听而不闻的现象。

要让孩子建立认知结构把思维撑开,形成系统的认知模式,促进智能的发展。

思维定势有其积极的一面,但也有消极的一面,孩子在计算中思维定势的负面作用主要表现在旧法则干扰新法则,而产生“积累性错误”。

一般来说,粘液质和抑郁质的孩子粗心的情况要比多血质少。因此对多血质的孩子要多一份理解和宽容。

在学习活动中,百分之七十的信息是通过视觉接受的,我们通常所说的视觉是指眼睛的结构和功能,属于生理现象,而视知觉是把眼睛看到的信息传递到大脑进行接受、整理、分析和加工的能力。从眼到脑是一个复杂的转换过程。这种知觉更多地涉及到大脑高级的加工处理过程,渗透着心理的认知机制。

不管是哪种教育,追求的最佳目标是“不管孩子”,借用哲人的一段话:

三等父母用大量的时间管孩子;

二等父母用少量的时间管孩子;

一等父母教会孩子自己管自己。





第一章 家长对粗心的误解

- 一、误区一:孩子主观不努力 /3
- 二、误区二:片面关注分数,忽视孩子做事的条理性 /5
- 三、误区三:过度的重复会引起心理疲倦 /6

第二章 粗心形成的原因剖析

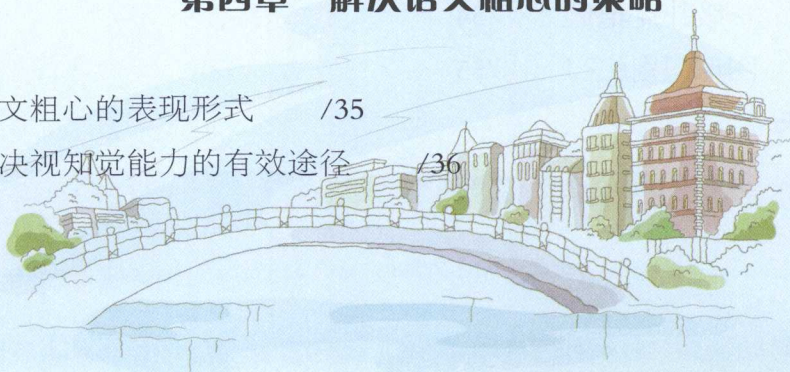
- 一、注意力不集中 /8
- 二、视知觉能力发展失衡 /11
- 三、知识点掌握不好 /16
- 四、父母不良的心理暗示 /18
- 五、不良的学习习惯 /20

第三章 解决数学粗心的策略

- 一、对数学粗心的分类 /22
- 二、解决粗心问题的三大要素 /23
- 三、解决粗心问题的有效途径 /25

第四章 解决语文粗心的策略

- 一、语文粗心的表现形式 /35
- 二、解决视知觉能力的有效途径 /36





CONTENTS

三、影响孩子阅读的因素 /42

四、如何辅导孩子阅读 /44

第五章 解决做事粗心习惯的策略

一、做事的条理性源于生活 /46

二、教育步骤源于教育目标 /48

三、多给孩子细心的心理暗示 /49

四、养成做事条理性的有效途径 /50

第六章 解决粗心问题的180个策略方案

第一天 /53

游戏1 盘腿打坐(一) /53

游戏2 图形识别(一) /53

第二天 /53

游戏3 目不转睛 /53

游戏4 一级横向追踪 /53

第三天 /54

游戏5 两点一线 /54

游戏6 图形识别(二) /54

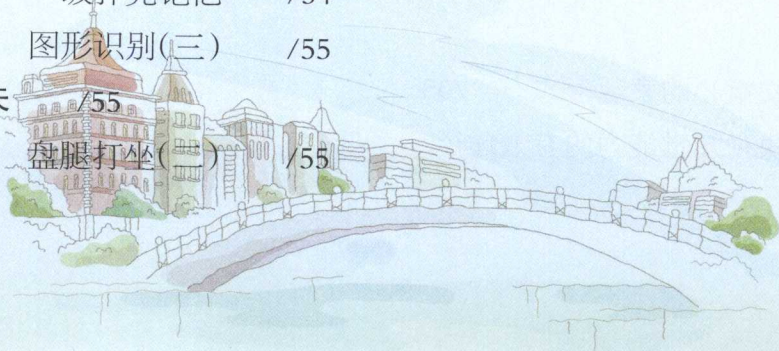
第四天 /54

游戏7 一级扑克记忆 /54

游戏8 图形识别(三) /55

第五天 /55

游戏9 盘腿打坐(二) /55





游戏10 数字识别(一) /55

第六天 /56

游戏11 踢毽子 /56

游戏12 数字识别(二) /56

第七天 /56

游戏13 趣味投篮 /56

游戏14 数字识别(三) /56

第八天 /57

游戏15 单手运球 /57

游戏16 16表快速搜索(一) /57

第九天 /57

游戏17 速算王 /57

游戏18 符号识别(二) /58

第十天 /58

游戏19 单手接球 /58

游戏20 16表快速搜索(二) /58

第十一天 /59

游戏21 剪圆圈 /59

游戏22 符号识别(三) /59

第十二天 /59

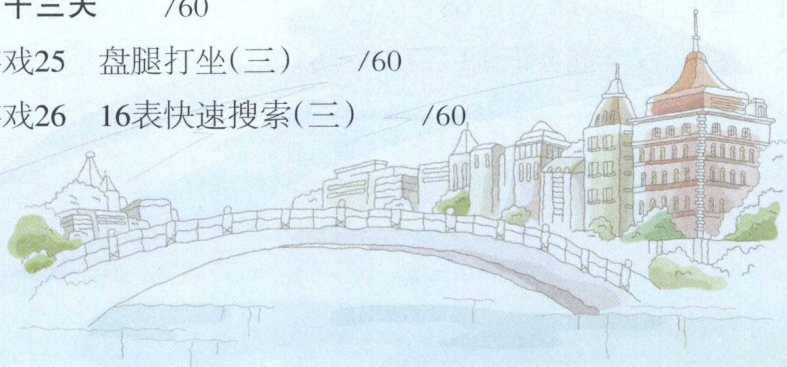
游戏23 一级纵向追踪 /59

游戏24 对墙接球 /60

第十三天 /60

游戏25 盘腿打坐(三) /60

游戏26 16表快速搜索(三) /60





CONTENTS

第十四天 /60

游戏27 二级扑克记忆 /60

游戏28 汉字识别(一) /61

第十五天 /61

游戏29 单腿跳绳 /61

游戏30 汉字识别(二) /61

第十六天 /62

游戏31 倒念如流之——数字关 /62

游戏32 汉字识别(三) /62

第十七天 /63

游戏33 夹花生 /63

游戏34 字母识别(一) /63

第十八天 /63

游戏35 白鹤亮翅 /63

游戏36 20表快速搜索(一) /63

第十九天 /64

游戏37 三级扑克记忆 /64

游戏38 字母识别(二) /64

第二十天 /65

游戏39 一级“平衡木” /65

游戏40 图形、汉字混合识别(一) /65

第二十天 /65

游戏41 单手上抛接球 /65

游戏42 图形、汉字混合识别(二) /65

第二十天 /66

游戏43 掂羽毛球 /66





游戏44 图形、数字混合识别(一) /66

第二十三天 /67

游戏45 一级扑克魔术 /67

游戏46 图形、数字混合识别(二) /67

第二十四天 /67

游戏47 倒念如流之——符号关 /67

游戏48 图形、符号混合识别(一) /68

第二十五天 /68

游戏49 串珠子 /68

游戏50 图形、符号混合识别(二) /68

第二十六天 /69

游戏51 坐如钟(一) /69

游戏52 图形、字母混合识别(一) /69

第二十七天 /70

游戏53 好眼力 /70

游戏54 图形、字母混合识别(二) /70

第二十八天 /70

游戏55 三角洲 /70

游戏56 25表快速搜索(一) /70

第二十九天 /71

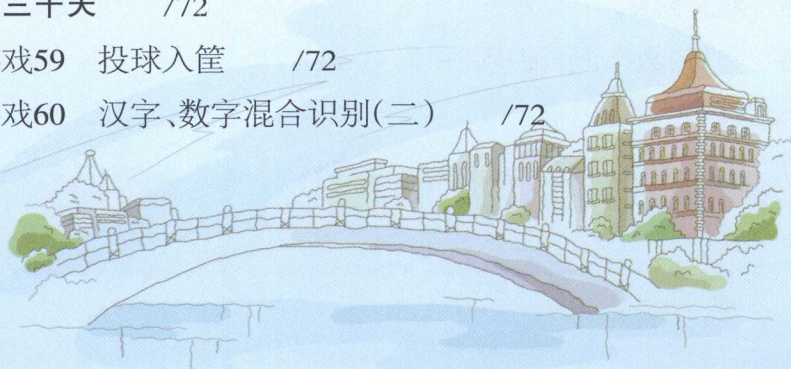
游戏57 二级横向追踪 /71

游戏58 汉字、数字混合识别(一) /71

第三十天 /72

游戏59 投球入筐 /72

游戏60 汉字、数字混合识别(二) /72





CONTENTS

第三十一天 /73

游戏61 双手拍球 /73

游戏62 25表快速搜索(二) /73

第三十二天 /73

游戏63 杂志拼图 /73

游戏64 汉字、符号混合识别(一) /73

第三十三天 /74

游戏65 同手上抛接球 /74

游戏66 汉字、符号混合识别(二) /74

第三十四天 /75

游戏67 孔雀开屏 /75

游戏68 25表快速搜索(三) /75

第三十五天 /75

游戏69 坐如钟(二) /75

游戏70 二级纵向追踪 /75

第三十六天 /76

游戏71 夹纸片 /76

游戏72 数字、符号混合识别(一) /76

第三十七天 /77

游戏73 二级扑克魔术 /77

游戏74 数字、符号混合识别(二) /77

第三十八天 /77

游戏75 双腿跳绳 /77

游戏76 字母、数字混合识别(一) /77

第三十九天 /78

游戏77 倒念如流之一——成语关 /78