



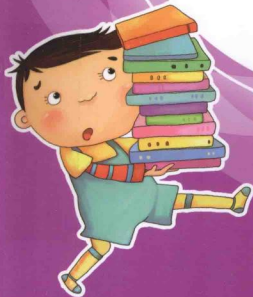
上学必备学习能力丛书

培养最牢固的

名师编写  
专家推荐

# 记忆力

张静 编著



北方联合出版传媒(集团)股份有限公司  
辽宁少年儿童出版社

轻松训练记忆力  
提高学习成绩



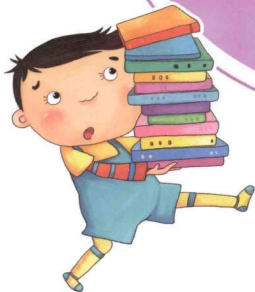
上学必备学习能力丛书

PEIYANG ZUI LAOGU DE JIYILI

培养最牢固的

记忆力

张 静 编著



北方联合出版传媒(集团)股份有限公司  
辽宁少年儿童出版社  
沈阳

© 张 静 2014

图书在版编目(CIP)数据

培养最牢固的记忆力/张静编著.—沈阳:辽宁少年儿童出版社,2014.3

(上学必备学习能力丛书)

ISBN 978-7-5315-6193-4

I. ①培… II. ①张… III. ①记忆能力—能力培养—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第229239号

出版发行:北方联合出版传媒(集团)股份有限公司

辽宁少年儿童出版社

出版人:许科甲

地址:沈阳市和平区十一纬路25号 邮编:110003

发行(销售)部电话:024-23284265 总编室电话:024-23284269

E-mail:lnse@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnse.com

承印厂:沈阳美程在线印刷有限公司

责任编辑:周 婕

责任校对:那一文

封面设计:豪 美 周 婕

版式设计:豪 美 周 婕

责任印制:吕国刚

幅面尺寸:210mm × 228mm

印 张:6

字数:75千字

出版时间:2014年3月第1版

印刷时间:2014年3月第1次印刷

标准书号:ISBN 978-7-5315-6193-4

定 价:18.00元

版权所有 侵权必究

## 前言

一位儿童心理学家认为，从早上醒来的那一刻开始，直到晚上上床为止，一个五六岁的孩子就已被赋予了各种希望，其中最重要的就是期望他能够记住这一天中发生的每一件事情，包括他在幼儿园里学到的所有知识。

可是对于一个年幼的孩子来说，这一天需要记住的事情实在是太多了。他要在幼儿园里学会简单的加减法，学会认字。即使听故事，也不是单纯地坐在那里听，有时候也要讲出故事的细节。

然而这些要求并不是所有孩子都能完成的，总有那么一部分孩子对于如此多、如此高的要求感到力不从心，这让他们对自己越来越没了自信。上小学后，孩子需要记忆的知识越





来越多。很多学习成绩好的孩子有一个显著的特点就是记忆力好。那么，如何拥有牢固的记忆力呢？

其实，记忆力和孩子们能学会的所有知识一样，也是一种技能、一种方法，也是可以通过训练来提高的。只不过，我们往往将记忆这项能力独立开来，以为不停地让孩子记这背那就能帮其提高记忆力。其实不然，记忆是一个非常综合的能力，它需要大脑的方方面面来协助，需要视觉、听觉、触觉、注意力等功能相互协作。

本书总结了一些简单而有效的记忆方法，根据儿童心理特点用游戏方式呈现出来，以不同角度训练儿童的记忆力，既有针对性又有综合性。请家长按照页面上“游戏说明”中的提示和孩子一起游戏。相信在愉快的亲子游戏中，孩子的记忆力一定会得到提高，从而在同龄人中拥有更加优秀的学习能力。

编者



## 图像与联想训练

|                     |    |
|---------------------|----|
| 有哪些小动物 .....        | 2  |
| 哪些小动物换了位置 .....     | 3  |
| 找不同（一） .....        | 5  |
| 找不同（二） .....        | 7  |
| 找不同（三） .....        | 9  |
| 谁不见了 .....          | 11 |
| 少了谁 .....           | 13 |
| 谁不在家了 .....         | 15 |
| 小牛、小猪在这里 .....      | 17 |
| 屋子里面有什么 .....       | 18 |
| 小熊去兔子家做客 .....      | 19 |
| 小牛、小猪在哪里 .....      | 20 |
| 欣赏画展 .....          | 21 |
| 出没在纸里的动物 .....      | 23 |
| 缺了什么颜色 .....        | 24 |
| 读颜色 .....           | 25 |
| 飘移的色块 .....         | 27 |
| 地图小侦探（一） .....      | 29 |
| 地图小侦探（二） .....      | 31 |
| 记住回家的路 .....        | 33 |
| 看漫画（一） .....        | 35 |
| 你还记得谁（一） .....      | 36 |
| 寻人游戏 .....          | 37 |
| 细节寻找 .....          | 39 |
| 看漫画（二） .....        | 40 |
| 找出长得不一样的字母和汉字 ..... | 41 |
| 字母藏在了哪里 .....       | 42 |
| 你还记得谁（二） .....      | 43 |
| 动物名的记忆 .....        | 44 |
| 让句子变完整 .....        | 45 |
| 连字游戏 .....          | 46 |
| 画插图 .....           | 47 |
| 词语小故事 .....         | 48 |
| 词语联想 .....          | 49 |
| 词语的兄弟 .....         | 50 |
| 汉字分身术 .....         | 51 |
| 食品名称大串联 .....       | 52 |
| 给字母排排队 .....        | 53 |
| 画词语 .....           | 54 |
| 给名字编故事 .....        | 55 |
| 椅子联想 .....          | 56 |
| 小动物变身几何形 .....      | 57 |

## 数字与推理训练

|                  |    |
|------------------|----|
| 数字有故事 .....      | 60 |
| 数字分家 .....       | 61 |
| 数星星 .....        | 62 |
| 找数小游戏 .....      | 63 |
| 数字暗语 .....       | 64 |
| 数字与几何 .....      | 65 |
| 藏起来的数字 .....     | 66 |
| 数字的节奏 .....      | 67 |
| 数字有颜色 .....      | 68 |
| 知道多少钱 .....      | 69 |
| 动物运动会 .....      | 71 |
| 数字排队 .....       | 72 |
| 数字都是几 .....      | 73 |
| 排扑克牌 .....       | 74 |
| 字宝宝走散了 .....     | 75 |
| 小猫照镜子 .....      | 76 |
| 身体定位记忆法 .....    | 77 |
| 寻宝游戏 .....       | 78 |
| 唐诗寻宝 .....       | 79 |
| 商场寻物 .....       | 80 |
| 倒读 .....         | 82 |
| 对比记忆 .....       | 83 |
| 用颜色标签提高记忆力 ..... | 84 |
| 小文具找伙伴 .....     | 85 |
| 小动物找朋友 .....     | 87 |

## 感官与运动训练

|               |     |
|---------------|-----|
| 从橱窗前经过 .....  | 90  |
| 衣服的颜色 .....   | 91  |
| 听！仔细听！ .....  | 92  |
| 句子少了啥 .....   | 93  |
| 句子多了啥 .....   | 94  |
| 说错了 .....     | 95  |
| 讲错了 .....     | 96  |
| 哪个是克克 .....   | 97  |
| 听数，记数 .....   | 98  |
| 听词找不同 .....   | 99  |
| 听文找字 .....    | 100 |
| 会听故事 .....    | 101 |
| 听音涂色 .....    | 102 |
| 传令官的命令 .....  | 103 |
| 延时仿说 .....    | 104 |
| 嘴巴里的滋味 .....  | 105 |
| 猜猜吃的是什么 ..... | 106 |
| 闻一闻，想一想 ..... | 107 |
| 摸起来像什么 .....  | 108 |
| 盲人摸象 .....    | 109 |
| 踩一踩，猜一猜 ..... | 110 |
| 学做体操 .....    | 111 |
| 学舞的小朋友 .....  | 112 |
| 模仿秀 .....     | 113 |
| 表情丰富的小孩 ..... | 114 |

## 图像与联想训练

小朋友，看一看，想一想，用对方法巧记忆，好记性一点儿也不神秘。让我们拿起“联想”的大画笔，在你的大脑里开个“小画展”。看谁能成为“记忆小超人”。



## 有哪些小动物

开始游戏啦!



森林里，动物们都在外面晒太阳，请小朋友看看它们都是谁。看的时候必须听从下面的指令哦！用时一分钟。

- (1) 先数数图中一共有多少个小动物。
- (2) 再看看它们都是什么颜色的。
- (3) 每只小动物都是什么动作。

(4) 现在，请合上书，让妈妈考考你吧。小动物中，谁打了一把小阳伞？谁爬树的本领最高？躲在树背后的是谁？……

### 游戏说明

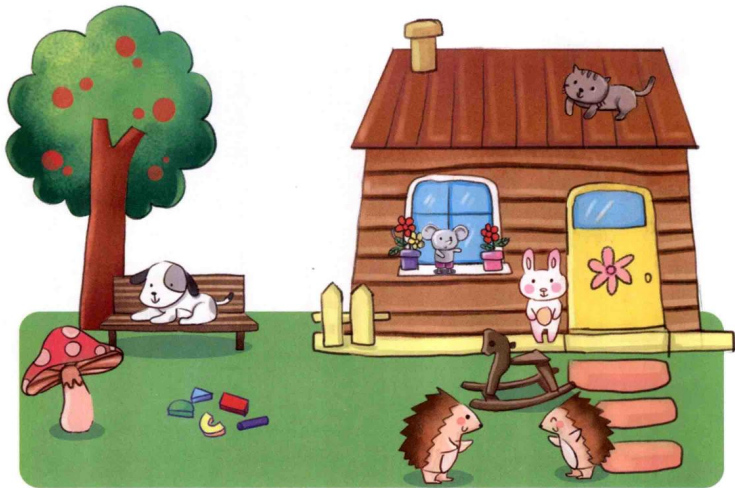
在让孩子看画面时，之所以要让他完成前三个小任务，其实就是在教孩子一种记忆方法，带着一定的目的去看，否则，没有任务的指导，孩子很可能会漫无目的地乱看一通，记忆的内容也会散乱无序，无法持久。

## 哪些小动物换了位置

### 开始游戏啦！

(1) 图中的小动物们正在玩“木头人儿你别动”的游戏，请小朋友看看都有哪些小动物在做这个游戏，它们都在什么地方做了“木头人儿”。

(2) 请小朋友按照从上到下，从左到右的顺序依次看完。时间要限定在两分钟内，然后翻到下一页。



(3) 有些小动物耐心不够，它们悄悄地换了地方，请小朋友再按刚才的观察顺序，把那些移动了的小动物找出来。



### 游戏说明

遇到这样的画面，家长要提醒孩子不要急于记住那些先入眼的东西，而是要让他养成按顺序观察的习惯，仔细看看每一只小动物都在做什么，这样才能使记忆更清晰、牢固。

## 找不同（一）

### 开始游戏啦！

（1）小朋友，请你看看下边这张图片，时间半分钟，然后按照从左到右，从上到下的顺序说说图中都有些什么。比如左边有什么，正在做什么，身上（或衣服）是什么颜色的，等等，然后翻到下一页。



(2) 再看看下边的图片，按照刚才的顺序说说这张图。

(3) 现在，回想一下，你一定已经发现两幅图片哪里不一样了吧？



### 游戏说明

5~7岁儿童更注重细节，但是他们的视觉出发点还是散乱而无目的的，所以，孩子们需要的是教会他们如何有序观察，进而形成有效记忆。

## 找不同 (二)

开始游戏啦!

(1) 请小朋友按照前面教过的方法, 再来讲一讲下面的图画中都有什么, 画面中的主人公都在做什么? 然后翻到下一页。



(2) 现在回忆前面的图画，再来说说下面的画面中有几处发生了变化。



### 游戏说明

家长继续引导孩子仔细观察，巩固记忆的方法。

## 找不同 (三)

开始游戏啦!

(1) 好好看看图片中的内容, 你有半分钟的时间, 然后翻到下一页。



(2) 下面的图片中，有三处地方被改变了，看谁能很快地找出来。



### 游戏说明

这幅图片看起来较为复杂，变化不易察觉，这就意味着要想在短时间内记住整幅图片是非常不容易的。但是，正因为图片变繁杂了，孩子反而会更认真观察，因为他知道只有努力记忆才有可能找到不同之处。所以，这个游戏考验的不仅仅是孩子的眼力，同时还有他对上一幅图片的整体与细节的记忆力。