

教育孩子的科学方法

内容提要：

培养孩子学习,让孩子学得更多更好,相信还是每个家长的心愿。针对孩子的心理及生理特点,提出一些方法和建议,相信会给父母们一个指导性的帮助。

目 录

第一章 让孩子学得更好

1. 为孩子制订学习计划.....	2
2. 掌握学习的方法.....	3
3. 让孩子注重效率.....	4
4. 与孩子一起了解影响学习的因素.....	6
5. 培养孩子的学习注意力.....	8
6. 帮孩子计划学习时间	11
7. 让孩子克服外界干扰的方法	13
8. 巧选参考书	14
9. 让孩子利用多种途径学习	15
10. 让孩子的学习形成体系.....	17
11. 让孩子自己运用学习方法.....	22
12. 让孩子自己选择读课外书.....	30
13. 增强孩子的学习动力.....	33
14. 发展孩子的智力与能力.....	34
15. 如何开发孩子的创造力.....	35
16. 怎样培养孩子学习进取的精神.....	36
17. 尽量减轻孩子的学习负担.....	36
18. 家长如何面对孩子的学习态度.....	37
19. 引导孩子对学习目的的认识.....	39
20. 重视孩子的学习能力水平.....	39

21. 情感气氛影响孩子学习兴趣.....	40
22. 家人的兴趣会影响孩子的学习方法.....	41
23. 注意环境会影响孩子的学习.....	42
24. 父母如何辅助孩子的学习.....	42
25. 鼓励孩子：“查字典去”.....	43
26. 引导孩子说出自己知道的东西.....	44
27. 运用反问激发思考方法.....	44
28. 告诉孩子不懂就问.....	45
29. 让孩子先问老师，后问家长.....	46
30. 三番不懂，改换方式.....	46
31. 重要部分要重点教.....	47
32. 怎样提高孩子的记忆力.....	49
33. 让孩子坚持写日记.....	50
34. 让孩子养成默读的习惯.....	51
35. 架起孩子学习基础的“三角架”.....	52
36. 让孩子学会运用工具书.....	52
37. 引导孩子指出学习重点.....	53
38. 让孩子与同学一起学习.....	54

第二章 怎样让孩子走出孤独的天空

1. 帮孩子找到一个好朋友.....	56
2. 让孩子在相互合作中交际.....	57
3. 父母要做孩子的表率.....	60
4. 告诉孩子人际关系的奥秘.....	63
5. 让孩子知道人际交往的作用.....	68

6. 怎样让孩子心理保持健康	72
7. 让孩子自我认识与完善	73
8. 使孩子掌握人际交往的原则	74
9. 让孩子运用交际法则找到真正的朋友	80
10. 教孩子获得老师赏识的方法	84
11. 让孩子获得同学友谊的方法	89
12. 如何在"私交"中如鱼得水	99
13. 告诉孩子获得良好的人际关系的秘诀	99
14. 交友使孩子快乐齐天	101
15. 教孩子如何待人接物	103
16. 告诉你的孩子社会交往的礼仪和规范	105
17. 帮助孩子争取团体接受	108
18. 如何消除孩子的攻击性	112
19. 告诉孩子怎样与人合作	116
20. 让孩子学会与人分享	118
21. 怎样面对"这是我的,你不能玩"	120
22. 如何赢得孩子的合作	124
23. 让孩子走出自我思想的封闭空间	127
23. 让孩子走出自我思想的封闭空间	128
24. 培养孩子的团队精神	135

第三章 让孩子积极进取充满自信

1. 怎样让孩子富有进取精神	143
2. 让孩子自己来决定	144
3. 给孩子更多鼓励	145

4. 让孩子们自己赚得报酬.....	146
5. 鼓励孩子主动从事公益活动.....	147
6. 如何拓宽孩子的视野.....	147
7. 及早发现孩子的特长与爱好.....	148
8. 父母要给孩子做个好榜样.....	148
9. 不要给孩子贴"标签".....	149
10. 记孩子懂得机会是自己获取的	151
11. 让孩子学会乐观	153
12. 掌握孩子幽默感的发育过程	154
13. 如何对孩子进行幽默教育	156
14. 让孩子知道乐观的作用	159
15. 如何培养乐观的孩子	160
16. 让孩子早日适应社会	163
17. 培养和发展孩子的进取精神	165
18. 告诉孩子积极生存的重要性	167
19. 父母要让孩子有积极感	169
20. 怎样鼓励孩子的自信心	170
21. 批评孩子要留足解释的余地	171
22. 父母要以身作责	172
23. 用表扬使孩子建起自信心	173
24. 用鼓励的方法增强孩子的自信	176
25. 使极度敏感的孩子树立自信	181

第四章 如何开发孩子的智能

1. 孩子不会动脑筋怎么办.....	202
--------------------	-----

2. 孩子的智力稍弱怎么办.....	203
3. 孩子特别爱提问题怎么办.....	205
4. 孩子常"异想天开"怎么办.....	206
5. 孩子的观察力差怎么办.....	208
6. 孩子的想象力不丰富怎么办.....	210
7. 怎样培养孩子的记忆力.....	211
8. 怎样指导孩子的模仿行为.....	213
9. 孩子的创造能力差怎么办.....	215
10. 怎样培养孩子的口语表达能力	216
11. 孩子不会看图说话怎么办	218
12. 怎样教孩子朗诵诗歌	220
13. 孩子识字慢怎么办	221
14. 怎样为孩子选择图书	223
15. 怎样培养孩子的阅读习惯	224
16. 孩子写字时的姿势不正确怎么办	225
17. 孩子不爱学习怎么办	226
18. 孩子不会数数怎么办	228
19. 孩子不会比较大小怎么办	230
20. 孩子分不清左右怎么办	231
21. 孩子不会辨认颜色怎么办	232
22. 孩子不认识钟表怎么办	233
23. 怎样教孩子认识钱币	235
24. 如何教孩子学认日历、月历.....	236
25. 怎样教孩子学外语	238
26. 怎样培养孩子对科学的兴趣	239
27. 孩子想做小实验怎么办	240

28. 怎样给孩子讲故事	242
29. 怎样教孩子续编故事	244
30. 怎样回答孩子"我从哪里来"的问题	245

第五章 让孩子形成好品德

1. 如何进行孩子的独立教育.....	248
2. 怎样鉴定西方教育方法.....	250
3. 教育孩子"价值新方认法".....	251
4. "体验法"使孩子走进社会.....	252
5. 是否可以运用体罚.....	253
6. 英国家庭绅士教育的借鉴.....	254
7. 使孩子养成同情心和爱心.....	257
8. 如何使孩子变得诚实和正直.....	262
9. 如何让孩子尊重他人.....	264
10. 教会孩子尊重人权	269
11. 如何对孩子进行责任的培养	271
12. 培养孩子的爱国主义精神	276
13. 素质教育培养孩子的好品格	278
14. 如何培养孩子独立	282
15. 怎样让孩子做一个诚实的人	284
16. 如何培养孩子的交际能力	286
17. 注重培养孩子的社会亲和力	288
18. 对孩子运用精神奖励法	291
19. 教育孩子与人为善	292
20. 不要过分溺爱孩子	295

21. 严厉并非爱孩子	298
22. 用爱心教育孩子	299
23. 怎样处理孩子偷东西	302
24. 怎样对孩子进行道德教育	303
25. 锻炼孩子的勇气	308
26. 让孩子新生他人的方法	310
27. 增强孩子对失败的承受动力	315

第一章 让孩子学得更好

培养孩子学习,让孩子学得更多更好,相信还是每个家长的心愿。针对孩子的心理及生理特点,提出一些方法和建议,相信会给父母们一个指导性的帮助。

知识经济时代已经确认识知识重要性。怎样让孩子能有较系统地掌握学习方法、规律,做到事半功倍呢?

1. 为孩子制订学习计划

所谓学习规划,就是学习者为达到一定的学习目标,根据主客观条件而制订的步骤、方法。学习规划应包括四个方面:一是学习目标,二是学习内容,三是时间安排,四是保证落实的措施。综合考虑这四方面,才能订出切实可行的规划。学习规划应当因人而异,依内容而定。大体上有三种类型:

(1) 长远规划,即四五年以至更长时间的规划

它的主要目的是确定自己的成长目标和主攻方向。例如,一个高中生可以考虑自己想上哪所大不;一个大学生考虑自己毕业后考取哪方面的研究生,或毕业后从事哪方面的工作,或在哪方面作出一定的成绩。当确定了主攻目标以后,应该提出具体目标,在多长时间里,通过什么步骤、方法去实现它。在这里时间和指标是规划的决定因素,方式、内容、进度、方法,全由时间和指标来统筹。

(2) 近期或短期的学习规划

这是实现长远目标的分计划或具体计划,即以有限的时间,实现有限的目标,按学习内容顺序,排列阶段性的学习进度,确定实现计划的措施,要求规划明确、具体、周密。这样的计划,按时间长短和不同要求,可分出许多层次。一年安排:安排一年内的学习内容、指标、进度。以后依次有学期安排、季度安排、月安排、周安排、日安排。各个层次是有机的整体,每一低层次都是为高层次服务的,各层次计划的逐步实现,就

是学习总目标的逐渐完成。这里,要特别重视短期规划,长期规划、近期规划都要通过短期规划来落实。

(3) 专题学习规划

这是为了获得某种专门知识技术,或解决某个专门问题的学习规划。如中学生参加某个科学小组而制订的学习规划,大学生为研究某一个专题而制订的学习规划。要读什么书,参阅哪些资料,达到什么水平,学习时间多长等等,都应当根据专题的性质和需要来考虑。

为了保证学习规划的更好落实,必须注意计划目标不能订得太高,也不能订得太低。订得太高,尽了最大努力也难以达到或根本不能达到,容易失去前进的信心;订得太低,不需要什么努力就可以实现,也就失去了规划的目的。因此,规划指标应订到经过自己的努力可以实现的程度上。这就要求规划必须切合实际。这里的“实际”包括:知识和能力的实际,是指每个阶段,究竟能够接受、消化多少知识,能够着重培养哪些能力;时间的实际,指在每个阶段,除去吃饭、睡眠、娱乐、休息、锻炼外,究竟有多少时间能用于学习;个人学习水平的实际;教学进度的实际,个人规划不能脱离老师教学的进度。

2. 掌握学习的方法

怎样让孩子掌握好的学习方法,探索学习途径,提高学习效率,已成为广大家长迫切的愿望。在科学技术飞速发展的今天,同样都是从事学习,有的人硕果累累,为人类做出了重大的贡献,有的人则无所作为,被抛入新的文盲行列。这里学习方法的优劣具有决定性的意义。

从孩子学习的实践来看,能否学好,关键在于是否掌握了学习上的主动权。而学会如何学习,则是获得主动权的根本所在。进化论的创立者达尔文说过:"最有价值的知识是关于方法的知识。"英国一位社会学家曾多次调查过几十位诺贝尔奖金的获得者,发现他们当中的大多数人都十分重视观察导师怎样活动,怎样思考,怎样对待事物。他们一致认为,掌握方法比掌握具体知识更重要。无数科学家成长的道路充分说明了研究学习方法的重要性。如果同学们在学习科学知识的同时,也注重科学思想方法与学习方法的培养,就能在最短的时间内学到更多的知识。目前,广大中学生中普遍存在着学得的知识死板、思维不灵活、动手能力差、适应性不强等现象,这与没有形成科学的思想方法和学习方法。

3. 让孩子注重效率

要提高孩子的学习成绩,重点是要提高学习效率;要提高学习效率,关键要有效率感。所以,单单说珍惜时间就是延长生命还不够,应该说,讲究效率才是延长生命的好办法,也是提高学习成绩的最好办法。

再打个比方:最先进的汽车每小时行驶 300 公里,一般汽车每小时行驶 100 公里,如果它只满足于怎样"笨鸟先飞",怎样延长劳动时间,就是研究上一万年也不行。同学们对"龟兔赛跑"的故事是非常熟识的了,但它只讲了一个方面的道理,另一方面还应研究兔子跑得快的方法,否则,那真的只有永远当乌龟了。

要赶超别人,非提高效率不可。那么,什么是学习效率

呢？学习的效率是指学生在单位时间内有效学习量的大小。我们用公式表示如下：

即学习的效率 = 学习的有效量 / 单位时间。

在同学们周围，学习成绩优异者，当然与刻苦学习有关，但“用功”的学生未必学习成绩就好。有不少学生学习很用功，整天坐在教室里学习，很少参加文体活动，甚至连课间十分钟都不放过，但学习效果并不佳，原因何在？除了别的因素之外，单位时间内的学习效率不高。一天写一篇作文和一周完成一篇作文，其效率就相差六倍。数十道列方程应用题，平时不紧不慢地做，怕是两天也完不成。可是在竞赛的特定情况下竭尽全力去做，两、三个小时就完成了，后者的学习效率就比前者的高。

由此可见，学习必须讲求效率。要讲求效率至少要弄清楚两个问题：一是学习活动是否有效，二是单位时间内的利用率究竟有多高，如果不解决好这两个问题，学习活动就无法摆脱无效劳动的重压和延长学习时间所产生的疲劳。

综上所述，学习方法说到底是个思维方式和思维习惯问题，方式，习惯不一样，其结果也完全不一样。总括起来，好的学习方法必须符合三个条件：符合认识规律的科学方法；符合不同学习内容和不同教师教课特点的方法；符合自己个性特点的方法。研究学习方法，可以从许多方面入手，例如，不同学科的学习程序、预习方法、听课方法、复习方法、做作业和应试的方法，科学支配时间的方法等等。

4. 与孩子一起了解影响学习的因素

(1) 观察影响学习

观察是人们有目的地通过感官认识客观对象的活动。人们要想获得知识,就不能没有观察。俄国生理学家巴甫洛夫把"观察、观察、再观察"作为自己的座右铭。敏锐的观察力是自然科学家、文学家、艺术家必备的品质。观察力的培养,对于青少年的学习和成才是十分重要的。

衡量一个人观察力的优劣,主要是看他能否全面、准确、深入地把握事物的特征。富于观察的科学家总是善于在全面考察被观察对象的基础上,捕捉被观察对象的那些不明显的特征,从而做出惊人的发现。而缺乏观察力的人,对所观察的事物则往往是浮光掠影,既不准确,又不深刻,甚至错误百出。

观察能力的培养和提高是一个长期的过程。

①要创造观察的机会 学生的主要学习活动是在校内进行的,可以对教师、同学进行观察,观察时不仅要把握他们的外部特征,还应该把握他们的内在特征,特别是把握他们值得学习的有益的东西,如他们良好的气质、潇洒的作风、优良的品德等。还可以到校外去开展观察活动,如参观动物园、天文馆、博物馆、展览会、工厂、农场等,注意捕捉那些动人心弦、引人注目的事情和那些表面看来虽然微小但实际上有价值的具体材料,观察完毕以后,应该说出事物的整体形象和各种特征。

②要注意带着问题进行观察 观察本身不是目的,观察的目的是通过观察事物的现象进行思考,解决问题。带着问

题观察和不带着问题观察结果大不一样。带着问题观察伴随着积极的思考过程,其结果是能对观察对象进行全面的或部分的解剖,整理出有一定内容的观察报告,提出一定的解决问题的设想和方法;而无目的地观察其结果常常是一无所获。

③在观察中要注意讲究方法,采取适当的方法和途径来提高观察能力。直观是提高观察能力最主要最常用的方法和途径。直观一般有实物直观、模像直观和言语直观三种。

实物直观,是指观察实物与标本、演示性实验、参观等方式。其特点是生动性与真实性,能够反映事物的本来面目。

模象直观,是指观察模型、仪器、图片、图表等。其特点是可以突出事物的本质特征,有助于理解知识的内容。

言语直观,指通过语言(书面和口头)事物作形象的描述,以加深对知识的理解。言语直观的优点是可以摆脱时空、设备与条件的限制,对事物的描述具有一定的概括性。

在直观中,要注意观察的目的性、计划性;无目的无计划的观察收不到好的观察效果。可以采取"整体——部分——整体"的观察方法;也可以采取对比、比较的方法,找出事物的共同点和差异点;还可以从不同的角度或方面去观察,以全面把握事物,寻找事物的本质特征。无论哪种观察方式,细致、认真、全面都是必不可少的。

许多成功的经验已经证实:专注精神是孩子治学的法宝。无论学习、研究什么,你必须把全身心都投入进去,否则将一事无成。

注意是心理活动对一定对象的指向和集中。注意力是一切智力活动的维护者。注意的基本作用是对信息进行选择。这包括从各种感觉信息中选择少量重要的信息,进行知觉加

工,然后选择某些信息保存在记忆中;在必要的时候,从记忆中有选择地提取某些信息,对环境的刺激作出不同的反应。注意的力这种特殊作用,使它在人类的信息加工中有着重要的意义。注意力不集中,就会"心不在焉,视而不见,听而不闻,食而不知其味",一切智力活动都无法进行。

5. 培养孩子的学习注意力

培养和提高自己的注意力,必须在注意的稳定性、注意的分配和注意的转移几方面下功夫。所谓注意的稳定性,是指注意能在较长时间内充分指向而且集中在同一对象上。与注意的稳定相反的是注意的分散。注意的分散是指注意指向和集中在与当前从事的活动无关的事物上。

(1)要提高注意的稳定性,就要注意以下几点:

- ①养成注意的习惯
- ②活动内容和活动方式要多样化
- ③调节身体的疲劳度
- ④了解活动的结果和意义

所谓注意的分配,是指把注意力分配到两种或几种不同的对象与活动上。例如,学生在课堂上一边听讲、一边记笔记。汽车司机在驾驶汽车时手扶方向盘,脚踩油门,眼睛还要注意路标和行人等,这都是注意的分配。注意的分配是完成较复杂工作任务的重要条件。一个人缺乏一的注意分配能力,是难以搞好学习和工作的。

青少年学生正在长知识、长能力的时期,注意的稳定、转移的分配等注意品质,对搞好学习是至关重要的。要想提高

注意力,必须在以上几方面下功夫。

- 要认真读书
- 要敢于和善于设疑
- 要透过现象抓本质,抓住知识的内部的本质性联系
- 要以知识经验的积累为基础,与思维的训练相结合

在学习过程中,困难是不可避免的。困难来自两个方面,一个是主观方面的,表现为遇到困难畏缩不前、缺乏自信心等情况;一个是客观方面的,表现为学科知识的难度,客观条件的变化与干扰等。在这两种情况下,都特别要求人们有坚强的意志。真正坚强的意志,表现为目的明确、措施有力、行动坚决。而能否克服困难,则是意志是否坚强的主要标志。

一个人的坚强的意志和搞好学习有非常密切的关系。人们正是凭借着意志去认识世界和改造世界,学生正是凭借着意志进行着创造性的学习活动。学习的道路并不是平坦的,科学高峰的攀登也非轻而易举,其间存在着各种各样的困难,要经历许多曲折和反复。如果缺乏意志,或意志薄弱,那么,就永远不会有良好的成绩。

(2)集中注意力

中国古代的思想家孟子,讲过一则“学弈”的故事:有甲乙两人向下棋名手奕秋学棋。其中甲全神贯注地听老师讲课;而乙则心不在焉,只想着怎样弯弓搭箭去射下飞来的天鹅。结果,甲成了下棋高手,而乙却不事无成。这个故事,形象地告诉我们,集中注意力,是上好课的必要条件。如同人们常说的,注意力是知识的窗户,没有它,知识的阳光是无法照射进来的。