

3

养成良好的学习习惯



引言

小朋友们，大家平时上课时候会认真做笔记吗？每天回家，完成作业以后，会主动复习当天学习的内容吗？对第二天老师将要讲解的新内容，大家会主动预习下吗？今天咱们就一起探讨下养成良好学习习惯的重要性。

提问



小朋友们，你们是否觉得预习、复习功课很浪费时间，没有必要呢？



明明的故事

有一个叫明明的小朋友也对预习、复习感到困扰，下面我们一起来看个动画片，听听关于他的故事吧。

观看动画：

课本精灵的宝珠



提问



小朋友们，动画片看完了，大家
认为课前预习，课后复习重要吗？

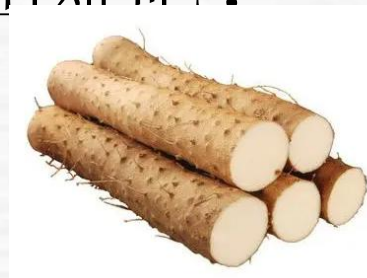
小结

大家说的都很好。接下来我们一起玩个游戏吧。
游戏的名字叫“今天早晨我吃了啥？”

在游戏中，让我们一起体验一下通过重复记忆来巩固所学知识的过程。

游戏

先看这些图片，都是各种早餐，你们都吃过吗？你能一下子记住所有这些食物吗？应该很困难吧？



游戏

接下来我们一起玩个游戏吧。游戏的名字叫
“今天早晨我吃了啥？”在游戏中，让我们
一起体验一下通过重复记忆来巩固所学知识的过程。

首先请同学们分成8-10人一组，每组围成一个
圆圈。

游戏

每组从第一个人开始大声的按照“今天早晨我吃了……”的句式说出任意一种食物，然后他右手边的同学以相同句式在前一个同学内容基础上再加上一个新的食物，以此类推，直到最后一位同学。

举例：第一位说“我今天早晨吃了面条”；

第二位说“我今天早晨吃了面条、米饭”；

第三位说“我今天早晨吃了面条、米饭、包子”；

以此类推，直到小组最后一位同学。

游戏

大家准备好了吗？游戏正式开始。

老师作为裁判进行计时。各组都完成游戏后，老师宣布每组所用时间，并做出点评。

总结

小朋友们，大家最初是不是感觉很难记住图片上面的十种食物？但是在刚才的游戏里，每个组的最后一位同学都能记住并说出所有食物，这是为什么呢？

因为在前几位同学重复的过程中，就类似我们预习和复习的记忆过程。这个不断重复的过程加深了我们的记忆，使得那些复杂的信息变得容易记住了。

总结

平时在日常学习过程中，有些同学觉得自己学习不好是因为脑子笨，自己记忆力有问题，这个想法是不对的。

这个游戏说明了，任何人只要掌握了正确的学习方法就都能够快速、有效的提高学习成绩。

课后作业

请同学们在接下来的下周中，坚持一个好的学习习惯（比如：预习、复习、上课做笔记等），然后对比一下这周前后学习效果是否有明显的改善。



今天的课程就到这里，
谢谢大家的听讲。



延伸资料

课后找机会跟进那些学习习惯不好的同学，询问他们近期是否进行了预习和复习，并针对性的给予一些指导和帮助。下面介绍一些简单的预习方法和复习技巧。

预习的基本方法：阅读、记忆、理解

阅读并不是单纯地顺着文字读下去，要根据科目的不同、内容的不同选择读书方法。容易理解的就可以读得快一些，不容易理解的就读得慢一些。预习阶段的阅读只需达到由粗读到细读的层次，无须精读。

这里的记忆，不是记住新知识，而是记住预习了什么，包括记简单的预习笔记和对一些知识的记忆。

对于内容不是很复杂的课程，在阅读课文的时候，可以随时用符号描画出来，这样效率比较高，不容易耽误听讲。有关概念、定理和重点等可以画线，不理解的内容可以画问号，有独特理解的地方可以在旁边简单标注一下。预习记忆，不是把预习的知识记住的意思，而是要记住自己预习的是什么，老师上课要讲什么。

延伸资料

常用的复习技巧：

1. 集中与分散相结合：对于大量的复习内容，复习时间不要太集中，要把难点适当分散。复习内容较少，比较系统的功课时，采用集中复习的方法能够相对系统化地记忆，有助于获得更好的复习效果。
2. 不同学科交替进行：做到对每科的有效复习。比如：复习了一段时间语文科目，做一做数学练习题作为调剂；复习了英语科目之后，做一做语文练习题作为调剂。让每一科得到充分、有序的复习。
3. 阅读与回忆相结合：采用一边阅读（或复述）一边回忆的方式，阅读完一部分内容，合上书本回忆一遍，然后再复述一遍，最后翻课本进行核对，看是否掌握了要记忆的知识。在复习时采用边阅读边回忆的方式，可以节省复习时间。
4. 点面结合：复习时，要对重点、难点、易错点多下功夫。在知识覆盖面上要分清主次，不要眉毛胡子一把抓。