

# 寻找对学习有用的“记”法(二)

国内著名心理、学法和数学研究专家、上海第三方教育研究中心首席研究员 赵红旗

我在以前讲了,目前书店里摆满了琳琅满目的记忆书籍,社会上有林林总总的记忆课程,让家长眼花缭乱,无所适从。如果大家仔细看,就会发现,书籍内容基本相似,课程主要内容相近,真正对学生学习有用的非常少。从这些记忆课程的介绍,记忆书籍的说明就可以看出,“学员、读者是老少皆宜”,都适合,多数就是都不适合。至少对我们孩子的学习帮助,还是有一定的距离的。



## “记”的目的是为了“忆”

主要原因是这些书籍和课程,说的是“记忆”,其实是“记”,没有“忆”。真要“忆”用这些“记”法“记”的东西,就会发现是不现实的,很多是负担。同时,这里的“记”突出是“短时”,虽然它们的目的是想“长时”,但很难实现。而对学生来说,恰恰是需要能够很好“忆”的“记”法,因为没有了“忆”,考试好也就没有了基础。

我们都知道“站在巨人的肩膀上,看得更远”,这句话告诉我们做任何事情之前,要先看自己过去。对于学习来说,“用熟悉的知识认识不熟悉的知识”是一个非常重要的方法,其实前面谈到的各种记忆方法,也遵循了这些原则。这些方法不能够帮助我们学习的主要原因,主要是依托熟悉的知识,采用不同的转换方法进行“转换”,虽然暂时记住了,但等使用时“再转换回来”就困难了。还有就是“记”部分可以,如果多了,就“乱”了。

## “记”要先找到“记的根”

对于学生学习考试,主要内容其实并不多,那为什么学生总是“记不住”,主要是学生“记乱了”。乱的原因,是记的时候,没有寻找“记的根”,所以等回头“忆”时,发现自己找不到了,又开始新的“记”,多次重复这样无效劳动,大脑更加混乱,最后索性放弃。

对于英语学习,记单词是大家常做的。很

多学生每当考试之前,就开始翻看书本最后的单词汇总,你会发现,这个时候怎么记,效果都很差。为什么?就是因为,大家没有注意,这些单词的“根”不是在课本的最后,而是在课本的每一个单元中。本来英语这门语言,我们就不熟悉,组成它的单词就更陌生了,这些陌生的单词离开“有血有肉”的课文,记起来难,用起来更难,也就很正常了。这样讲,大家会认为我说的“记的根”是课文,其实我讲的“根”不是课文。我这里讲的“根”是“背景”。

## “记”需要有合适的“背景”

由于篇幅的原因,我这里不再讲述“背景记忆”深层原因,但大家可以做一个小实验。你现在闭上眼睛,回忆你最熟悉的人,让这个人的图像出现在你脑海中。你会发现,这个人在自己脑海中的图像很难“被抓住”,看的不是很清晰。但你如果让这个人在一个背景前,比如在沙发上坐着,在照片中与你的合影等,你就会发现,这个人图像比刚才清晰多了。

这就是一个知识在大脑中,如果放在背景上,就比较容易“抓”出来。还有,我们都有这样的经历,就是每当考试结束,我们在议论考试答案的时候,经常会说“这道题目答案在课本的某某地方”。其实这个时候,我们是不自觉运用了“背景记忆”的方法。

## “背景”为“忆”做好了铺垫

回过头来,再看前面提到的英语单词复习,这些单词分散在课本的不同单元。如果我们在平时的学习中,能够注意这些单词在各自单元位置,这个位置指课本的页面位置,比如在某个单元的第三页上面,或者整个课本第几页上面,或者在书本的左面的上面等。让这些单词“生存”在这些课本中,与整个单元的其它内容“生活”在一起,就会发现“忆”起来就容易多了。

这也启发大家,以后,背诵其它科目的内容,比如公式等,可以依托这些内容所在的课本,或者可以把这些内容抄写在纸上,而这些“纸”就成为要记的内容的“背景”。当自己记的时候,注意某个公式在某张纸的某个位置,这样,大脑中就会映现出来整个记忆的图像。但要注意,这样的方法只是解决了“忆”的问题,但真正要记住、记牢,从“短时记”变成“长时记”,还需要有“忆”的方法,我以后给大家讲解。

同时,采用这样的方法,主要是我们学习的内容并不多。记的内容有限,什么周考、月考、单元考、期中考等,多数题目都是课本上的内容,如果学生能够采用这样的方法,对于课本客观题的考试,也就是需要记的内容考试,成绩肯定不会差。至于主观题,也就是需要学生自己发挥题目,那不是这篇文章的内容,在以后的解题方法介绍中再进行详细说明。

注:电子工业出版社出版、赵红旗老师主讲、针对中学生学习的《争秒夺分》8VCD学法光盘正在热销中,光盘中的“32主意”招招是孩子急需的“妙计”。持本报到文化路和优胜南路交叉口国奥大厦13楼购买《争秒夺分》,或参加红旗老师的2010年元旦全日学法集训均有优惠。

# 红旗数学教学每一步,家长“看得见”

红旗老师秋季高中函数专题集训第二期 11月22日开课

红旗数学是由国内著名学法和数学研究专家赵红旗老师创办,10年的磨砺成就了无数孩子教育。红旗数学是国内目前为数不多的“按照目标收费,不受课时限制,教好学生为止”的机构。同时,关注孩子学习的效率,不受课时限制,而不是无限浪费孩子的时间。这也就消除了家长的“增加孩子课时,孩子累,家长多花钱”的顾虑,同时“目标收费”更是红旗数学的实力体现。“随时退费”又是国内教育机构很少能实现的,主要目的是选择“教能教好的学生”,家长可轻松选择“能教好自己孩子的老师”。红旗数学的“个性化”系统,让家长彻底明白什么才是“一对一”,不是一个老师一个学生这种形式,而是能够真正深入孩子教育的每个细节、保证教育的效果。

## 学习没方法,再累也白搭

家长稍加留意,就可以发现孩子学习有多么艰难。红旗老师上高一的孩子回家讲,班里多个来自郑州不同初中名校中考全校第一名的同学,现在高中几次考试成绩都不理想;更是有同学,面对很多难以解决的问题,仰天长叹“我怎么这么笨!”有多少家长能够听到孩子心中的哭泣?又有多少家长帮孩子帮到了点上?每当送孩子上学,能否在叮嘱孩子“记住多喝牛奶”的时候,想想如何帮助孩子解决学习的困难?

初中考习惯,高中考悟性,2010年元旦全日学习方法集训,“一句话点醒梦中人”。课程分理解、记忆、梳理、解题、考试和检查等六个部分,课堂中大量的心理内容更是学生未来学习“茅塞顿开”的关键。今年考入清华的红旗老师弟子赵雪爽说:“他的一些话总能让我有醍醐灌顶之感”。本课程家长可以免费一起听,发现孩子学习问题,感受学习方法的魅力。

## 高中函数集训不能错过

高中数学不好,主要是函数率先没有过关,给后面学习留下祸患,还有就是不知高中学习方法与初中已有天壤之别。红旗老师在5年前开设了全国第一个高中函数专题班,让无数高中孩子掌握了函数的工具,明白了高中数学的“奥秘”。红旗老师亲自主讲的高中函数专题第一期弟子满园,红旗老师在11月22日高中函数专题第二期开始报名,是新高一学生必修课,对于高二和高三的学生,函数拿下毋庸置疑。为了让学生真正掌握函数,红旗老师的函数专题分两个部分,授课和跟踪。红旗老师用独特视角、用学生极易理解的方法解读函数,快速让学生茅塞顿开。

## 红旗老师弟子长期跟随

对于初一和高一的学生,红旗老师开设有“长期班”,孩子跟随红旗老师三年,最后按照中



生就更不在话下。

## 红旗数学如何帮助孩子跳出题海

红旗数学真正能够蜚声国内,让学生成绩能够稳步提升,首先是红旗老师精彩课程使学生喜欢上数学,其次是专业的“数学通系统”让学生彻底掌握数学,还有红旗老师专业的教师研究团队,能够从庞杂的题海中选出真正有价值的题目,实现学生“一通百通”,让孩子脱离“题海”,很多孩子做了成千上万道题目,还不知所以然,就是缺少老师引导,其次是缺少“领头羊题目”,或者对这些题目分析不透,最后在题海中瞎折腾,最终“淹死在题海中”。

## 红旗数学有方法,环环相扣提成绩

红旗数学每个部分知识训练都分“点拨、修炼、助学、督学、补漏、跟踪”等6个阶段。“点拨”部分主要是红旗老师讲课,红旗老师反复讲,大课难以实现让学生掌握所学的知识,只是让学生有启发,真正可以让孩子成绩提高的是随后连续的学习跟踪。红旗数学投入巨资,历时近5年,研发的红旗数学通系统,保证孩子每个阶段学习都在监控之列。家长可以在校区清楚看到自己孩子每个时间段的学习情况,同时还可以通过网络了解孩子整个学习情况。

考或者高考的数学成绩收费。这种班级的好处是,老师可以更加全面的了解孩子,根据孩子的情况,真正实现个性化教学。新初二和新高二“长期班”,伴随孩子两年,最后也是按照中考和高考成绩收费。对于新初三和新高三的学生,红旗老师推出了一年冲刺班,并且有大量专题课程。

## 女生有特点,数学有教法

红旗老师长期教学实践,研究开发出“高中男女生数学分类教学新法”,多数高中女生,高中数学近乎“天书”,刚开学数学还凑合能跟上,越往后学习越头痛,高二下学期到高三上学期,对数学开始恐惧,甚至放弃学习数学的女孩子逐渐增多。更有许多女生数学本来还可以,随着高考临近,数学成绩急剧下滑,拦都拦不住。“高中女生数学班”全国首创,红旗老师独特的教学训练方法可以帮助女生轻松突破数学,男

电话(东部):67097622、67097623。地址:文化路和优胜南路交叉口国奥大厦1301室。  
电话(西部)67950699、67950899。地址:文化宫路和友爱路交叉口省工人文化宫四楼西。

第三方教育网 www.disanfang.com

红旗老师:1990年北京航空航天大学毕业,国内中学生学法和心理研究专家,上海第三方教育研究中心首席研究员。2005年电子工业出版社出版、他主讲的《争秒夺分》学法光盘,帮无数学生找到了学习的金钥匙,他的“我赢学法”课程,受益学生数十万。