

浅析如何帮助职专学生提高学习效率

张妍

(辽宁省铁岭市昌图县职业技术教育中心 辽宁 铁岭 112599)

[摘要]随着时代的发展独生子女家庭越来越多,孩子逐渐成为家庭的中心,家长对孩子的期望值也越来越高,从而导致孩子的压力越来越大。许多孩子学习虽然努力,但成绩并没有提高,究其原因主要是学习效率低下,职专孩子多数文化课基础不好,所以帮助培养孩子培养好的学习习惯,提高学习效率非常重要。

[关键词]教师;学生;学习效率

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.418

随着时代的发展独生子女家庭越来越多,孩子逐渐成为家庭的中心,家长对孩子的期望值也越来越高,都想让自己的孩子成为人中龙凤。家长们不仅想让孩子学习成绩优秀,还为孩子报各种各样的特长班来发展孩子的业余爱好,致使孩子的压力越来越大,负担越来越重,然而许多孩子天天都在学习甚至学习到深夜,但成绩并没有提高。究其主要原因是学习效率低下,所以培养孩子良好的学习习惯是提高孩子的学习效率的关键因素。

当下正处在教育改革的大潮中,然而许多教师的教育方法并没有改变,在讲课时总是不放心,面面俱到,生怕遗漏了一点,这使得学生对老师的依赖性过大,而学生自己越来越懒惰,尤其是数学学习,总是寄希望于老师,自己不动脑筋,总想吃现成的,希望别人灌输,自己死记硬背,致使学习效率低下。经过多年的数学教学实践,我通过总结认为从家长方面、教师方面以及学生自身方面进行不同的努力,对学生的学习效率会有一定的提高。

一、作为家长如何帮助学生提高学习效率

作为家长不能一味地娇惯孩子,要帮助孩子从小养成良好的学习习惯,孩子学习时要给孩子提供良好的学习环境,让孩子学得全神贯注,玩得毫无顾忌痛痛快快。

家长要监督孩子按点休息,保证充足的睡眠,只有保证充足的睡眠,才会有旺盛的精力,才能保证高的学习效率。

学习要劳逸结合,当孩子学习时间长感觉疲惫时,要主动带孩子出去玩,或去参加体育活动,这样不仅可以放松孩子的精神,还可以在学习时提高学习效率,增强体质。“磨刀不误砍柴工”,给孩子一定的放松,是为了让孩子学得更好。

二、教师如何帮助学生提高学习效率

教师要改变教学教法,注重尝试运用各种教学方法活跃课堂气氛,以此来带动学生的学习兴趣,比如数学可以结合生活中的实例进行情景创设,或者讲一些数学家的小故事,兴趣是最好的老师,学生对学习有兴趣,才能主动地全身心地投入到学习中去,从而提高学习效率,有好的成绩。正如著名教育专家林华民所说,一位有经验的教师会让学生使劲地学,而缺乏经验的教师则会让自己拼命地教。课堂教学的重点及难点始终在于学生学习欲望的保持与增强,在于学生是处于主动学习还是被动接受状态。如果老师能够让学生对自己的课堂充满好感、充满渴望,每位学生都愿意配合教师,那么这个课堂必定是成功的课堂,学生的学习效率也必定能够提高。老师在教授学生知识的同时还要教给学生学习方法,只有掌握了好的学习方法,才能够科学的提高自身的学习效率。我们所站的高度将会决定我们看的有多远,在课堂上要开阔学生的视野,告诉学生成功应从每时每刻抓起,不要等到学生成绩不好了才开始重视。

三、学生自身如何提高学习效率

1. 首先就是要自信,要相信自己一定能学好。比如要学好数学,就得认认真真做好每天的作业,调整好自己的心态,不

忽略和漏掉平时的每个小知识点,明确自己的目标。每个人都拥有巨大的潜能,这种潜能能否开发出来的一个重要因素就是自信心,如果一个人拥有了自信做起事来就会精力充沛信心百倍,效率也会因此得以提高。

2. 学习要全神贯注,做任何事都不能一心二用,学习更是如此。好多学生为了减轻学习压力,在学习时戴着耳机听音乐,分散了自己的注意力,其实这样加重了学习的枯燥感,音乐没有痛痛快快地听,而本来一个小时的学习任务学了几个小时都没有完成,使得学习事倍功半。

3. 要掌握良好的学习方法。好的学习方法可以使学生在学时取得事半功倍的效果。要提高学习效率,掌握好的学习方法是关键。就拿数学学习来说,作为学生首先要做好课前预习,预习很重要,是对老师所要讲的课程提前粗略地看一遍,对知识点有个整体的把握,分出主次,以便在课堂上有针对性的听讲。但是预习没有必要太仔细,太细不仅浪费时间,而且由于自己对所讲知识太熟悉了,会导致上课时注意力不集中,从而遗漏老师补充的课本上没有的知识点。再就是在课堂上要专心听讲,当然整堂课都要全神贯注地听是不可能的,在听课时也要分清主次,自己熟悉的可以放松一会儿,等到自己不明白的地方再集中精力注意听。在课堂上还有一件重要的事,就是记笔记,俗话说的好,“好记忆不如烂笔头”。只有把课堂上的内容有条理的记下来,才有利于课后复习,不至于遗漏知识点。像数学学习,一定要记牢知识点,再练习加以巩固,知识点都具有衔接性,只有把上一课巩固、复习好了,下一节课的学习才会驾轻就熟。把握好了预习、听课、复习的规律,学习知识才能又快又牢固。其他科目的学习也是如此。

4. 保持稳定的情绪和心态可以提高孩子的学习效率。我清晰地记得,在我上学的时候如果遇到不开心的事,这种低落的情绪会影响自己好几天,好几天自己什么都学不进去,而当自己心情舒畅时,学得就特别快。在学习期间尽量避开感情、娱乐、幻想、懒惰等因素,要在积极的活动中展示自己,在知识中享受和愉悦。多想想让自己高兴的事,保持良好的情绪,从而提高学习的效率。

综上所述,要想提高学习效率就必须掌握良好的学习方法,这也是我们要求改进学习方法的目。但当一个人进入社会之后,学习效率的高低还会对他学习新的知识和技能产生影响,也就会对他的工作成绩产生影响,继而影响他的前途和事业。由此可见,养成良好学习习惯的人不仅在上学的时候成绩好,在今后的工作当中也占有很大的优势。提高学习效率对一个人的帮助很大,但是提高学习效率并不是一朝一夕的事,需要长期的探索和积累,更需要我们每个教师,家长适时的帮助点拨。

参考文献

- [1]《清华学子谈怎样提高学习效率》高徐娇
- [2]《提高学生学习效率的9种教学方法》(美)赛瑞·B·迪恩