



CK.0000070562

THANH HUỆ



100

# Phương pháp giúp trẻ **HỌC GIỎI**



**CÓ PHƯƠNG PHÁP TỐT MỚI CÓ THỂ KẾT QUẢ TỐT**

Ba bước để nâng cao thành tích học tập của bé:

Rèn luyện **năng lực học**: có thể học

Nắm chắc **phương pháp học**: biết cách học

Nuôi dưỡng **cảm hứng học**: yêu thích học



NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

**100 phương pháp**  
**Giúp trẻ học giỏi**

THANH HUỆ



100

Phương pháp  
giúp trẻ  
HỌC GIỎI



CÓ PHƯƠNG PHÁP TỐT MỚI CÓ THỂ KẾT QUẢ TỐT

Ba bước để nâng cao thành tích học tập của bé:  
Rèn luyện năng lực học: có thể học  
Nắm chắc phương pháp học: biết cách học  
Nuôi dưỡng cảm hứng học: yêu thích học



NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN



# CÓ PHƯƠNG PHÁP TỐT MỚI CÓ KẾT QUẢ CAO

Trên thực tế, kết quả học tập của con cái có ảnh hưởng đến tinh thần của phụ huynh. Do đó, nên giúp đỡ con cái nâng cao thành tích học tập như thế nào? Đây là vấn đề khiến nhiều bậc phụ huynh phải đau đầu. Vì đây không đơn giản chỉ là việc cho trẻ đi học thêm, dạy cho trẻ những đạo lý trên đời, hay dùng roi cho trẻ một trận là có thể giải quyết. Đây là cả một công trình phức tạp có hệ thống mà các bậc phụ huynh không thể vội vàng, cũng không thể chậm trễ, chỉ có nắm vững những phương pháp khoa học, xem xét việc học của trẻ một cách toàn diện, giúp đỡ trẻ, mới có được hiệu quả.

Quyển sách này lấy tên là "100 phương pháp giúp trẻ học giỏi", tập trung vào bảy phương diện, từ việc rèn luyện năng lực học tập (có khả năng học), đến nắm vững phương pháp học tập (biết cách học), bồi dưỡng hứng thú trong học tập (thích học), xóa bỏ thói quen xấu trong học tập, khắc phục những khó khăn trong học tập, học tập kết hợp với rèn luyện và việc xử lý môi trường giao tiếp trong học tập, nhằm cung cấp cho các bậc phụ huynh 100 phương pháp cụ thể, toàn diện, kỹ lưỡng, có tính thực tiễn cao, giúp trẻ nâng cao thành tích học tập. Nếu bạn đang phiền não về việc học của con mình, quyển sách này chính là lựa chọn tốt nhất dành cho bạn.

# CHƯƠNG 1

BẮT ĐẦU TỪ VIỆC RÈN LUYỆN NĂNG LỰC HỌC  
NHẰM NÂNG CAO THÀNH TÍCH HỌC TẬP CỦA TRẺ

*Muốn trẻ học giỏi, trước hết phải giúp trẻ có năng lực học. Cái gọi là khả năng học ở đây là chỉ việc tự thân trẻ phải có khả năng học, bao gồm khả năng tập trung, khả năng tư duy, khả năng ghi nhớ, khả năng tự tìm hiểu. Đây là cơ sở học tập của trẻ, phải có được những cơ sở này trẻ mới có thể vui vẻ bước đi lâu dài trên con đường học tập thênh thang được.*





## KHẢ NĂNG TẬP TRUNG LÀ ĐIỀU KIỆN BẢO ĐẢM CHO TRẺ CÓ THÀNH TÍCH HỌC TẬP TỐT

### 😊 1. Phân tích lý tính nguyên nhân khiến “trẻ mất tập trung”

Mỗi bậc phụ huynh đều biết được tầm quan trọng của việc trẻ chăm chú nghe giảng trên lớp, do đó luôn cẩn dặn trẻ phải chăm chú nghe thầy cô giảng bài, nhưng cho dù như vậy rất nhiều trẻ vẫn mất tập trung, nói chuyện, làm việc riêng trong giờ học, và bị thầy cô phạt đứng góc lớp, thậm chí còn gọi điện về gấp phụ huynh. Lúc đó, phần lớn phụ huynh đều cho rằng nguyên nhân là do trẻ còn nhỏ, chưa hiểu chuyện, chưa có trách nhiệm, cho rằng đánh hay mắng cho trẻ một trận là xong. Nhưng kỳ thực, đây chỉ là một nguyên nhân rất nhỏ, nguyên nhân chủ yếu chính là vấn đề về khả năng tập trung của trẻ.

Các cuộc điều tra cho thấy, có khoảng 5% - 10% trong số trẻ bình thường gặp vấn đề về khả năng tập trung. Còn trong số học sinh kém, có tận hơn 80% trẻ gặp vấn đề về khả năng tập trung.

Thạch Đàm là một học sinh lớp 6. Sự hài hước và trí tưởng tượng bay bổng của em luôn khiến cho người lớn phải kinh ngạc. Nhiều lúc, biểu hiện của em ở trường rất tốt, hoàn thành xuất sắc bài tập được giao, và đạt được thành tích cao trong các kỳ thi. Nhưng có nhiều khi, việc gì em cũng không làm được, thành tích



thi khảo sát cao thấp không ổn định. Thầy cô và phụ huynh đều biết em rất thông minh, cho rằng chỉ cần nỗ lực em sẽ có thể đạt được thành tích tốt. Nhưng Thạch Đàm cho rằng mình vẫn luôn nỗ lực, cảm thấy rất oan ức khi bị nói là không nỗ lực.

Trong lớp, khi ngồi xuống nghe thầy giáo giảng, tư duy của Thạch Đàm như dòng nước luôn chảy về phương xa. Khi thầy giáo giảng đến những đám mây và cánh chim bay trên trời, em liền bắt đầu tưởng tượng ra bầu trời, 2 phút sau, trí tưởng tượng của em đã lên đến các hành tinh xa xôi, cùng giao lưu với người ngoài hành tinh rồi. Nhưng, khi đó thầy giáo đã giảng sang nội dung khác, hoặc đang phân tích các vấn đề trong bài tập. Thạch Đàm nói: "Não em giống như một chiếc ti vi nhưng không có điều khiển từ xa, nên em không thể chọn kênh được. Tất cả các chương trình đều được bắt lên trong đầu em cùng một lúc", "Nhiều khi, em không biết mình đang làm gì nữa – đầu của em bay bổng khắp bốn phương. Em nghĩ đến cái gì là liền làm cái đó".

Hiện tượng thiếu tập trung này của Thạch Đàm không thể giải quyết bằng một trận đòn hay mắng chửi của bố mẹ được, mà cần được hết sức chú ý, có thể do khả năng tập trung của trẻ có vấn đề. Thận trọng hơn một chút, có thể đưa trẻ đến gặp bác sĩ tâm lý. Nếu do trẻ có vấn đề về khả năng tập trung, phụ huynh phải nhận thức được đây không phải là do trẻ không nghe lời, cũng không phải lỗi của trẻ. Nhưng cũng không nên



nóng vội, hiện tượng trẻ mất tập trung này một khi đã được phát hiện, sẽ có thể giải quyết bằng một số biện pháp luyện tập đặc biệt, như dạy trẻ một số biện pháp khống chế khả năng tập trung. Ví dụ như trong khi thầy giáo giảng bài, trẻ tự nhủ thầm phải chăm chú nghe thầy giảng bài, thường xuyên kiểm tra các bài tập đã làm, đồng thời vạch trước kế hoạch học tập. Trước khi làm một việc gì nên tự hỏi mình một cách có ý thức rằng: "Biện pháp nào là tốt nhất? " hay "Đây có phải lúc thích hợp nhất để làm việc này không?"

Nhằm giúp trẻ giải quyết vấn đề về khả năng tập trung, các bậc phụ huynh nên tìm hiểu một chút về nội hàn khoa học của khả năng tập trung.

### **1.1. Hai đặc trưng của khả năng tập trung: tính định hướng và tính tập trung**

Tính định hướng của chú ý chính là, trong một khoảng thời gian nào đó hoạt động tâm lý hay ý thức của con người chỉ lựa chọn một đối tượng nào đó mà bỏ qua các đối tượng khác. Ví dụ, trước khi chuông vào lớp reo, định hướng chú ý của trẻ có thể là một trò chơi hay một câu chuyện cười nào đó, nhưng sau khi chuông reo, định hướng chú ý của trẻ lại là người thầy giáo đứng trên bục giảng và bỏ qua các trò chơi, câu chuyện cười lúc trước.

Tính tập trung của chú ý chính là sự tập trung của hoạt động tâm lý hay ý thức lên một đối tượng nào đó, khiến cho sự vật được phản ánh rõ nét và sâu sắc lên não người. Khi vào lớp, yêu cầu học sinh tập trung chú

ý vào lời giảng của thầy cô giáo, giả dụ như học sinh không thể khống chế tốt chính mình, luôn nhìn trước ngó sau, đó chính là phân tán tư tưởng, do vậy sẽ ảnh hưởng đến hiệu quả nghe giảng.

### **1.2. Hai loại khả năng tập trung: tập trung có chủ định và tập trung vô chủ định**

Tập trung vô chủ định là loại tập trung không có mục đích định sẵn, cũng không cần bất kỳ chí nỗ lực nào. Các hoạt động tâm lý của tập trung vô chủ định sinh ra một cách bị động bởi các điều kiện chủ quan hay khách quan. Ví dụ như, khi cả lớp đang chăm chú nghe thầy giáo giảng bài, một học sinh đến muộn đẩy cửa bước vào, cả lớp đều sẽ bất giác quay đầu lại nhìn. Khi xem ti vi, khả năng tập trung của con người hoàn toàn bị thu hút bởi các tình tiết câu chuyện trong ti vi, không có bất kỳ mục đích có sẵn nào, đây chính là một loại tập trung vô chủ định.

Tập trung có chủ định là loại tập trung có mục đích tự giác, khi cần thiết còn phải nỗ lực chủ động chú ý vào một sự vật, sự việc phát sinh nhất định. Trong khi học, bất luận thích hay không thích nội dung đang học bạn cũng đều phải học, do đó, phải nỗ lực, buộc mình tập trung vào hoạt động học, đây cũng chính là phương pháp quan trọng để luyện tập khả năng tập trung. Ví dụ, có học sinh rất không thích việc ghi nhớ các từ mới ngoại ngữ khô khan nhưng lại không thể không học, các em phải không ngừng tự nhắc mình