

# 高三毕业班学生如何自培养和提高自已的学习兴趣

◆兰惠敏

(贵州省六盘水市第一实验中学)

**摘要:**学习兴趣对学生成绩起到至关重要的作用。一般情况下,一个学生,如果学习兴趣高,他的学习成绩相应的就好,相反,如果没有足够的学习兴趣,虽然下功夫很大也很难把学习成绩提上去。即使一时提高了一些,也很容易维持并巩固下来。本文介绍几种几种常见并能掌握运用的方法,供同学们参考,笔者相信,只要坚持下去,那些学习目标不明、学习兴趣不高的同学,不仅很快就能找到自己的目标,并朝着自己的目标坚持下来,那么这些学生的学习成绩很快就会有较大的提高,他们的目标很快就能实现。

**关键词:**毕业班;学生;培养;学习;兴趣

学习兴趣对学生成绩起到至关重要的作用。一般情况下,一个学生,如果学习兴趣高,他的学习成绩相应的就好,相反,如果没有足够的学习兴趣,虽然下功夫很大也很难把学习成绩提上去。即使一时提高了一些,也很容易维持并巩固下来。

**1.了解学习目的,间接建立兴趣。**学习目的,是指某学科的学习结果是什么,为什么要学习该学科。当学习该学科没有太强的吸引力时,对最终目标的了解是很重要的。学习过程多半都是要经过长期艰苦努力的,这种艰巨性往往让人望而却步,而学习又是学生的天职,不能不学,所以要认真了解每门学科的学习目的。看书上的绪言部分,听老师介绍学科发展的趋势,或从国家、社会的发展前景的高度去看待各门学科。例如,记外语单词和语法规则,常常是枯燥无味的。但记住以后,会给听、说、读、写、译等技能的培养带来很大的帮助,而且考试中也会得高分。如果我们对自己的个人意义及社会意义有较深刻的理解,就会认真学习各门功课,从而对各科的学习发生浓厚的兴趣。

**2.把原有的其他兴趣转移到学习上来,以培养新的学习兴趣。**每个人在少年儿童时期都有自己特别感兴趣的事,如爱玩汽车、爱搭积木等。到了高年级后,就应当去发现、了解与爱好有关的知识,如怎样当个好驾驶员?汽车是如何发动的?汽车的构造原理是什么?我所学的知识中那些和它们有关系?这样就把对学习的兴趣在原有的基础上发展起来。爱因斯坦中学时只对物理感兴趣,不喜欢数学,后来他在向纵深研究物理时发现数学是其基础,便又产生了对数学的兴趣。又如你对语文基础知识的学习不感兴趣,而对写作非常感兴趣。这样你可以通过写作练习,体会出语文基础知识的学习对写作的重要意义,从而增强对语文基础知识学习的积极性。

**3.积极期望。**积极期望就是从改善学习者自身的心理状态入手,对自己不喜欢的学科充满信心,相信该学科是非常有趣的,自己一定会对这门学科产生信心。想像中的“兴趣”会推动我们认真学习该学科,从而导致对此学科真正感兴趣。一位学生对学习地理毫无兴趣,怀着一种焦急的心情等待下课铃声,为了培养对地理的兴趣,他作了这样的练习:“我喜欢你,地理!”重复几遍之后,他觉得地理不像从前那样枯燥无味了。第二天他在图书馆借了一本有关地理的书,回家后,收拾一下房间,高高兴兴地

读了起来,再上地理课时也开始听老师讲解了,后来很喜欢地理,总是急不可待地盼着上地理课。

**4.从可以达到的小目标开始。**在学习之初,确定小的学习目标,学习目标不可定得太高,应从努力可达到的目标开始。不断的进步会提高学习的信心。不要期望在短期内将成绩提高上去,有的同学往往努力学习一两周,结果发现成绩提高不大,就失去信心,从而厌恶学习。持之以恒地努力,一个一个小目标的实现,是实现大目标的开始。

**5.想像学习成功后的情景,激发学习兴趣。**当我们满腔热情地去做任何一件事前,一般都对它的结果有了预期的想象,而坚持去做这件事情。例如你想像某个电影非常好,看才促使你去看,假如你事先想像这个电影不好看,那么你一定不去看。厨师想像出自己做出来的佳肴是什么味道,继而辛苦劳作;作曲家想像出自己作出的曲子会产生什么样的声音,从而激发出他的创作热情。你可以想像出考试成绩优秀,可以顺利进入大学,为家庭为社会作出贡献,为个人创造好的前程。也可以想像出考试成绩优秀,得到老师、家长的赞扬,得到同学们的羡慕等,从而激发学习兴趣,想像会帮你成功。

**6.培养自我成就感,以培养直接的学习兴趣。**在学习的过程中每取得一个小的成功,就进行自我奖赏,达到什么目标,就给自己什么样的奖励。有小进步,实现小目标则小奖赏,如让自己去玩一次自己想玩的东西;有中进步、实现中目标则中奖励,如买一本自己喜欢的书画或乐器等;有大进步、实现大目标则大奖励,如周末旅游等。这样通过渐次奖励来巩固自己的行为,有助于产生自我成就感,不知不觉就会建立起直接兴趣。

**7.在解决实际问题的过程中,确立稳定的兴趣。**用学得的知识解决实际问题的过程,一是能巩固知识,二是能修证知识,三是能带来自我成功的喜悦情绪。这种喜悦情绪正式建立稳定持久的兴趣所必需的。

**8.保持兴趣的最容易的方法是不断地提问题。**当你为回答或解答一个问题而去读书时,你的学习就带有目的性,就有了兴趣。准备一些问题是很容易的,仅仅把每节的标题成问题就是了。例如学习阿基米德定律时,你可问:阿基米德定律的内容是什么?它是怎样发现的?怎样证明它的结论是对的?它的公式是什么?使用它应注意什么问题?我能否用其他的办法推出?为了回答这些问题,一开始你强迫自己详细看下去,但是,一旦你真正的往下看,你就会被吸引住。

在高三紧张的学习过程中,如果每一个学生尤其是那些目标尚不明确或者学习兴趣不高的同学,能够坚持运用这些学习小方法激发自己对某门学科的兴趣,相信你在可以期待的时间内就会对自己不感兴趣的学科感兴趣,并能在相当长时间内保持下来,这些学生不仅很快就能找到自己的目标,并朝着自己的目标坚持下来,那么这些学生的学习成绩很快就会有较大的提高,他们的目标很快就能实现。

