

溫書

SO EASY



下星期要復課了，測驗考試接踵而來。為幫助孩子溫習，有些家長出盡法寶，死記、長時間不停地讀，卻未必奏效。原來，溫習要講策略，要先密後疏，平時和考試前又有所不同，而且可加入遊戲，並不悶蛋。就趁這個突如其來的長假期，幫孩子愉快地溫習吧。

文：陳惠珊 圖：陳淑安

◀英文字卡

安怡(右)把要溫習的生字寫在卡片上，然後糊出自己喜歡的花形圖案。拿起不懂的字卡串好後，便把卡反轉。

字母	例子	字母	例子	字母	例子
A		B		C	
D		E		F	
G		H		I	
J		K		L	
M		N		O	
P		Q		R	
S		T		U	
V		W		X	
Y		Z			

▶字母化圖

26個字母化為圖畫，有助英文生字默書。

在停課的日子，陳太太依照導師的方法，在家中跟讀小一的女兒安怡溫習英文生字。安怡拿着寫上英文字卡，開心串字，展露笑意的媽媽在旁邊輕鬆問書。溫習成為遊戲，更加深了親子關係。(溫習遊戲方法，詳見另文)但原來在小一上學期時，安怡的中英文默書成績大起大落，令媽媽十分憂心。

成績如股市

「我每次都用同一方法跟她溫習，她的默書有時

100分，有時40分，好浮動，就像股市一樣！」由於擔心女兒日後的成績愈來愈跟不上，陳太太去年底辭去工作，全職教女，又為她找尋不同的課程。一個月前，她為女兒報讀了循道衛理中心的中文和英文生字默書課程。

「她之前認字好差，唔記得點讀，又唔記得點串，但第三堂有顯著進步，默書成績有95分、100分，穩定了。」陳太太表示，自己以前用死背的方法讀書，毫無問題，但現在才發現對有些小朋友來說，是行不通的。

大起大落

上學期，安怡的中英文默書成績大起大落，但學了一些讀書和記憶小技巧後，媽媽說成績穩定了。

中英默書 公仔手仔助記字

教導安怡溫習方法的導師、註冊社工文正康(右圖)指出，要幫助孩子溫習，先要令孩子感到有趣，不妨試試以下方法：



◀英文默書▶

第一招 字母變圖畫

先將26個英文字母形象化，跟孩子設計成不同的圖畫，變成「代碼」。例如安怡的Y是一個酒杯，串「Candy」時，酒杯圖案便取代了Y。



◀代碼 Candy

安怡的「代碼」中，Y是一個酒杯，所以她串「Candy」時，酒杯圖案便取代了Y。

更易入腦；又例如小孩易把「smile」的i和l次序調亂，只要將代表i的藍鈴和l的椅子，用顏色筆寫在字卡上，孩子溫習時看到圖畫，記憶自然較深刻。依照這個方法，孩子可以自製生字卡，並隨身攜帶溫習。

第二招 分組倍輕鬆

如果要串20個生字，先把生字分為5至7個一組，令孩子心理上感覺較輕鬆。先溫一組，然後休息片刻，才溫第二組。文正康解釋，大腦的短期記憶有一個理論叫「Magic 7」，大意指人腦可記5至7組資料。

◀中文默書▶

記字靠手指

- 1、在A4紙正中，寫上「大大隻」的中文生字，如「攀」字。
 - 2、然後在紙的左上角，以細小的字體寫上詞語「攀登」。
 - 3、用手指臨摹那個生字3至5次。
 - 4、用筆把生字寫在紙的空白位置3至5次。
- 文正康解釋，這個方法的好處是把字放大，有如將文字化為圖畫，容易記憶。其次，用手指臨摹，加了觸覺記憶，亦令記憶加深。而且這個方法不像翻抄，可讓孩子輕鬆愉快地溫習。



長假期溫習遊戲推介

1> 報紙找找看

家長先列出一些小孩子常忘記的生字，與孩子鬥快從報章、雜誌中找出來，然後計分。這遊戲變化可以很多，如找以火、水字為部首的字，或把生字配詞，又可在遊戲中鼓勵孩子查字典，學習新的字詞。

2> 趣味生字卡

孩子將要溫習的生字寫在卡片上，利用26個字母形象法來畫上容易調亂的字母。然後讓孩子把字卡砌成自己喜歡的圖形，如花形或人形，字面向上。學懂了的生字卡，便可以反轉。



3> 聽歌學英文

爸媽先準備一張寫滿了26個英文字母的紙或白板，預留空格讓孩子寫上生字。然後利用錄音機播放一些英文歌，如《Twinkle Twinkle Little Star》，鼓勵孩子盡量寫上聽到的英文生字，例如當孩子聽到Little，便將之寫在L那一格內。這遊戲訓練孩子聽覺，同時學習生字。

◀邊聽邊寫

利用錄音機播放一些英文歌，聽到什麼詞語，孩子便將它寫在相應字母的格子裏。

醒目QA

通宵讀書 弄巧反拙

Q：休息對溫習有多重要？溫習與休息的時間應如何分配？
A：香港學習及記憶總會導師周興奮，溫習難以集中，亦會令已溫習的資料流失。如在家兆表示，每次溫習15至20分鐘，便要小休3至5分鐘，讀書效率會較高。小休時的活動以靜態為主，如飲水、上廁，不應玩耍、打機或思考剛才溫習的課本。因為太刺激的活動，令情緒興奮，溫習難以集中，亦會令已溫習的資料流失。如在考試前要整天溫習，小休之餘，亦可設約15至20分鐘的大休，如散步、考生應緊記，考試前一晚，要有充足睡眠。通宵讀書，反令已讀過的資料快速流失。

※ 有關養兒育女的問題，歡迎電郵至 happy_pama@mingpao.com