

错过与国际象棋大师高志茜的实时交流了？TeeterPal访谈群精华汇总来啦！

2015-04-08 小伙伴们一起玩

☞ 点击上方“小伙伴们一起玩”一键关注！

高志茜教练是著名的国际象棋大师、国际裁判、前国少队主教练、央视国际象棋节目主持人。这次主讲的主题是“国际象棋对性格养成的帮助”。



高教练先介绍了国际象棋在美国是非常受欢迎的一项运动，从afterschool到校队到club到，从kindergarten小孩到八九十岁老翁，都参与这项运动，其普及率比象棋在中国还要高。国际象棋既是科学也是艺术。

【Q】 对于好动和内敛型的小孩，开始怎么去要求和引导呢？

【A】 好动的小孩走棋特别快，走棋太快就会欠思考，走一步算一步，碰到啥情况就是啥，经常不小心把子

给丢了，这类孩子在生活中也会丢三落四，对于这类小孩必须让他走棋慢下来，要求考虑5秒钟以上，想想对方意图，想想自己计划，这样慢慢的思考长度就变长了，下棋速度就慢下来了。

内敛型的小孩走棋通常比较慢，想来想去，一个可能是找不着计划、无从下手，第二也可能是犹豫不决，比较胆小，对于这类小孩需要鼓励、需要培养自信，这时候需要用到Timer（棋钟），棋钟可以让他们在规定时间内完成这局，从而提高自信心，养成果敢的性格。

这样让快的慢下来，慢的快起来，思考的最佳节奏就慢慢训练出来了。

【Q】 如果孩子是怕输型，任何有竞争性质的活动，一输就哭到无法控制，这种情况还要继续坚持学下去吗？如果是，是否对孩子心理发展有影响？

【A】 没有遇到挫折的孩子是没法走向社会的，孩子们都很脆弱，所以我们要让他们内心逐渐强大起来，生活中我们很难故意设置困难，但是下棋就很自然，输输赢赢，赢棋是开心，是小小的成功，输棋是小小的挫折，有些小孩输棋会发脾气，大哭、甩棋子，这样他们把情绪表达出来其实是好事，让我们知道从哪里去帮助他们，我们需要从他们输棋的反应进行恰当的引导。

最怕的是不知道孩子们遇到挫折该怎么面对，家长也许认为自己很了解孩子，其实不一定。当我们看到孩子对输棋有强烈的反应时，需要稳住孩子的情绪、淡化结果，从对局的过程当中与孩子一起找原因，输在哪儿，考虑如何改进，下一次不要跌倒在同一个地方。

对于赢棋那一方也需要总结，哪一步下了特别漂亮，哪一步还可以改进，对方犯了什么错，把注意力放在如何进步上面。

通过不断输棋和赢棋，让他们在输棋当中寻找原因，把这养成一个习惯，在拥有坚强意志力的同时，也明白没有永远的胜者、也没有永远的败家，最后达到荣辱不惊。

所以下棋哭的孩子还是应该再坚持一下，指导的孩子里输棋了会大哭，说再也不要下棋，但是过一会儿还是会继续开始下棋，这就是孩子。

【Q】 怎么鼓励小朋友喜欢下棋，保持兴趣？孩子学了2年就没兴趣了，以前兴趣很大，是因为没有激励措施吗？

【A】 小朋友不喜欢下棋，多半一个原因是他下不过别的小朋友，也许开始学水平差不多，后来因为各种原因也许落后了，知道下不过别人所以没兴趣了，原因二是兴趣转移，发现更有趣的活动。

如果小孩不再喜欢下棋了，如果能劝动他最好，如果他实在不喜欢，也不要强求。兴趣不管学什么都是第一，至少学过一些，跟别人说起来，知道一些。

在学习当中给一些激励措施还是要有，一些奖励往往很有效，比如小的给一块糖、大的一顿大餐、奖励一次

远游等，都蛮好。

【Q】一次需要学下多久？

【A】一般孩子跟据年龄，特别小的比如4岁的，科学注意力只有5-10分钟，家里大人就跟他下5-10分钟，注意力转移了就干点别的，注意力回来了就再教一会儿。

从年龄稍微往大一点以后，注意力慢慢多一些以后，可以多教一会儿，一般标准一节课是1小时，从经验看1小时有点太紧凑，1个半小时到2小时能让孩子充分感觉到包括理论课、下棋以及课堂中review，2小时课更标准一点。

年龄偏小的标准是1小时，年龄大一点可以坐得住的可以1个半小时到2小时最好。

【Q】孩子平时只喜欢下棋，不喜欢背opening，不喜欢做残局的题目，是不是不利于棋力进步？

【A】这样是因为孩子还没意识到opening的重要性，也可能因为对局不够长，就是还没下到残局，对局就结束了，水平还没到。我们说残局出现次数越多，是水平提高的表现。所以残局还没接触到的时候，可以先不用管。

Opening还是应该背一些，但如果孩子实在排斥，不要强求。等孩子每次opening都吃亏的时候，他自己就去学了。

【Q】孩子下棋太保守，如何鼓励他更有勇气去冒适当风险？

【A】下棋保守很很正常，保守跟性格相关，一般是内向的孩子，一般需要提高他自信，需要老师、家长来一起帮助他，淡化输赢，注重下棋过程。比如下棋的时候对手水平较高，在复杂局面下，当对方处于劣势的时候要提和，而小孩跟高分起手下棋和可能赢能涨分，可能在可能赢但不确定的情况下就同意和棋，这个时候需要鼓励孩子把当前局中最好的一步走出来。如果世界冠军是对手，应该很高兴，因为可以向其学习。所以绝不可以下一盘平平淡淡的和棋，就算输了也无所谓，轰轰烈烈输一盘棋都比平平淡淡和一盘棋好很多。关键是过程，要把好胜和进攻用于学习的精神养成。

家长在孩子赢棋的时候，可以击掌标分享快乐，家长看见小孩输棋，可以给他一个拥抱，让孩子觉得温暖，千万不要指责，因为谁都不是故意输棋，等情绪好了再分析一下，鼓励下次再赢。

【Q】小孩参加比赛是个办法吗？学到什么程度可以参加比赛？

【A】刚开始学的小孩子不建议参加比赛，因为肯定容易输，对信心培养不好。一般学棋一年以后开始出去比赛比较好，如果没准备好，可以再等等。所以准备好再出去比赛比较好。

如果小孩子只是喜欢下棋，不喜欢比赛，那么就随他，不要强求。但是比赛确实是促进进步的一个重要方法。

比赛非常多，类型不一样，刚开始学棋的孩子参加一些低级别的比赛，比如bayareachess.com上面有很多大大小小的比赛。刚开始一定不要参加水平太高的比赛，随着水平提高，等级分提高后再参加比较高级别的比赛。

美国象棋比赛是男女混赛，不分年龄，从rating上做限制，水平高的跟高的一起，常常比赛现场有4、5岁的小孩，也有8、90岁的老人，家长积极参与，这是美国的特色。而中国比赛满场都是孩子。

出去比赛，孩子都很兴奋，通过下棋能交到好多新朋友，通过下棋提高自信，变得更加乐观和更加善于交流，会发现孩子的朋友圈子一下就非常大了。

【Q】如果父母不会下棋，小朋友可以学好吗？还是最好家长一起学，陪练？

【A】一般都是家长先学再交给孩子，家长如果能和小孩一起学，肯定是最好的。因为大人领悟力理解力强，一开始学的比孩子快。需要注意一些问题。看见小孩哪步棋走了不好，千万不要立刻干涉，因为那样你就将你自己的思想强加于孩子身上，这样情况多的话，一来会破坏小孩子的想象力和创造力，二来会破坏小孩子独立思考的能力，可能帮孩子解决当前问题，以后孩子一遇到困难局面，就会依靠父母，三来会破坏小孩子的自信。所以家长要学会示弱，得鼓励孩子。

如果一起学的时候，你想给小孩提供建议，语气要注意用帮助或者商量的语气，说，“那样走你觉得怎么样”，“我这样走是不是比较好”等等，这样小孩子才容易接受。否则老呛着孩子，几次下来孩子就不愿意下了。

其实父母跟孩子一起学完，在家里跟孩子一起下棋，也是很温馨的亲子活动。

【Q】孩子12岁，学校俱乐部下棋2年，年级组冠军，有何俱乐部可以推荐？

【A】bayareachess有俱乐部，组织的比赛比较多，侧重比赛。有些俄罗斯教练都不错。跟教练谈，看看孩子rating能到多少分。或者问问教练你设定的目标和教练能否带孩子带到那个水平。

【Q】孩子多大可以开始学国际象棋？怎样进行阶段性学习？早期怎么能看出孩子对国际象棋是否有兴趣呢？

【A】任何年龄都可以学，棋是可以伴随一生的爱好。小时候学开发智力、锻炼逻辑思维能力。成年学可以给生活减压，老年人学可以防止老年痴呆。小小孩从4岁就可以开始学，家长在家里可以跟孩子玩。有兴趣的话，5岁开始可以去afterschool或者club去学。从世界冠军和优秀棋手统计数据来说，小孩学习年龄越小，未来成功几率越大。本能的意识会留在思维里。特别成熟以后，比较激烈的角逐中，往往有天赋或者学棋很早的会胜出。

学棋不需要有年龄界定，如果有天赋或者真有兴趣，湾区有很多地方可以学。如果孩子到12岁才开始学，那

么需要付出的努力就比别人要多得多，但是一样还是有机会，这种情况作为兴趣爱好会比较好。

对国际象棋是否有兴趣，领到club里面，如果喜欢摆弄或则有兴趣，就可以开始学，如果没兴趣，就不用强求。

【Q】 有国际象棋班吗？小孩学棋，是否需要选择一对一老师？

【A】 国际象棋班很多，建议初学小朋友尽量选择离家近的，等水平需要进一步提高时，再考虑换老师。水平到一定程度，教练老师也可以把学生推出去，到更高水平老师那里学习，接受不同风格的学习。一个优秀的学生，需要超越老师，这样才有进步。如果这个小孩有了一定的水平，需要特定的提高；或者需要参加特别较劲的比赛；或者特别需要提高某项技能；或者需要参加世界大赛，需要专门老师指导。面对小孩性格比较内向、在group里面不爱说话、不爱回答问题，得到的关注会比较少，这样就可以考虑一对一。但是对于初学的小朋友来说，只需要上Group课程，因为他们需要下大量的对局，一对一有局限性，老跟老师下，会没有兴趣，但和别的不同小朋友下，有输有赢，也会提高他们的兴趣。另外，group价格也相对较低。

【Q】 孩子很坐得住，是不是说他比较适合国际象棋这项活动？

【A】 坐得住当然好，是下好国际象棋的基本素质。太好动的孩子都希望他们能坐下来好好下，以及比较坐得住的，当然更好。

【Q】 中国象棋、围棋、国际象棋，哪种更适合孩子？对孩子的要求有哪些不同？下好国际象棋最重要的是什么，坐得住还是脑子快？国际象棋对孩子性格培养比围棋有什么特别的地方或优势？

【A】 国际象棋，象棋和围棋，从作为开发孩子智力和培养逻辑思维来讲，这三项棋都会开发孩子的智力，只是应用的领域不太一样。

这就看每个孩子将来会朝哪个方向发展。比方说孩子将来要去日本，韩国，就学围棋更好些，因中国，日本，韩国三国围棋最好。要学了其他棋到了日本也无用武之地，且会下的人少，但你一下起围棋来，大家都会。

象棋是咱（中国）老祖宗文化了。回中国基本任何人都会下，但象棋在国际上需要进一步的推广，不过在很多国家都已经接触到了象棋。但因为上面有字，外国人在认中国字是有点困难，这个有时候会造成学习上的不便，所以也不太会被接受。

国际象棋叫chess, 已经遍布世界各个角落，国际象棋的成员仅次于足球。它有160多成员国，基本走到世界各个角落都会遇到会下国际象棋的人。我觉得这是一种广泛性。

所以很难说究竟学哪种棋更特别, 要根据你待在什么地方(来决定), 但三种棋都会就能交各种各样的朋友。三样棋都会了可再学个日本将棋, 朝鲜蒙古象棋, checker, 走遍天下都不怕。

【Q】 高老师带过的学生在下棋路上的成长经历?

【A】 带过的学生遍布世界, 看到他们的成长非常高兴。分享一下自身和女儿学习国际象棋的经历。中国体制是职业队, 经过10年、20年专业化的训练, 非常辛苦, 从早到晚都是练棋, 一盘棋3-4小时, 甚至6-7小时, 但是不觉得辛苦, 因为喜欢。2000年在伦敦举办世界冠军赛, 我作为特约记者去采访。第一次出国, 陌生环境, 比较不安, 但是通过棋赛, 参与活动当中, 参加当地的三次比赛, 一下就融入到当地的环境中, 交了一些新朋友。赢了当地很多人, 建立了自信, 也融入当地环境。

我女儿几年前刚到美国, 陌生环境, 不熟悉, 比较不开朗。就参加一些party, 但是不太喜欢。后来参加周末比赛, 去了女儿赢了奖杯, 通过一次比赛, 就觉得女儿开朗很多。所以国际象棋也是陌生环境中的一个交际手段, 帮助赢得很多新朋友。

【Q】 孩子9岁学棋1年半, rating 1300, 能网上教棋吗?

【A】 9岁半学棋1年半, 这个水平进步不错。目前课程安排比较紧张, 8月份以后也许会有一些时间。

【Q】 对于初学者有什么推荐的书, 英文中文都行?

【A】 书都非常多, 小孩的可以找一些有图画的比较好。大人的都可以。

【Q】 对于初学者有什么推荐的教学网站?

【A】 chesstempo.com有很多免费的教学内容和棋局。对小朋友蛮有吸引力。

【Q】 大人和小孩一起学怎么操作?

【A】 大人和小孩一起学棋, 一定要平等, 开始大人学的快, 但一般1到2年, 大人就追不上小孩的水平了。所以开始的时候, 大人可以故意让一点, 输几盘, 培养孩子的兴趣。

【Q】 请介绍一下您的夏令营?

【A】 夏令营招生不错, 每组10来个孩子, 场地等各方面有限, 还没有大规模展开。中高级版基本满员, 初级班下午班还有4、5个位子。

【Q】 能做的住但反应慢的小孩能学好下棋吗?

【A】 反应快慢孩子都一样学。反应慢的可以用timer加速, 逼着加速, 这样生活中也不会拖拉, 多用对生活时间观念的训练也有好处。

【Q】 学习象棋语言是不是个问题? 小孩母语是英文, 中文勉强, 能否找讲英文的老师更合适, 还是无所

谓?

【A】 老师讲中英文关系不大，班里的孩子还要求讲中文，国际象棋和中文一起学了。

【Q】 在中半岛有班吗?

【A】 目前还没有。

【Q】 小孩学棋的误区主要是什么?

【A】 小朋友学棋的误区，说到思考的问题，思考有长有短，通常小朋友思考比较浅，下棋的时候鼓励孩子下一步，想三步，每步棋的目的是什么，让孩子的思考变长变深，更有计划性。从小的地方入手，可以轻松让习惯渗透到生活中来，比如一天的计划、一学期的计划是什么，乃至大了以后人生的计划是什么，慢慢好的习惯就培养出来了。

有时候进步比较慢，主要是性格培养，通过国际象棋学习，培养大局观。孩子刚开始学棋，有个特点，不讲究排兵布阵，单子进攻，比较鲁莽，需要教孩子明白下棋需要分析全局，分析对方弱点在哪里，如何合理组织大部队的经过，这样有大局观以后，孩子的水平就提高了。

【Q】 chess rating对孩子是不是有大的帮助? 有促进他提高吗?

【A】 有rating赢棋涨分，输棋掉分，肯定有促进。

“TeeterPal冠军名师及夏令营访谈群”接下来还将邀请羽毛球世界冠军周雷、游泳世界冠军林莉做客，与家长们交流如何培养孩子的运动特长。

本周，更有一波各具特色的夏令营来袭!

想知道湾区夏令营更详细的介绍吗? 想与夏令营负责人或教练实时交流吗? 请关注“小伙伴一起玩”公众号，或添加teeter pal-US为好友(长按以下二维码图片，扫码添加)，受邀加入“TeeterPal冠军名师及夏令营访谈群”，问你想问的问题，帮助孩子找到最适合他/她的夏令营!



小伙伴们一起玩



微信扫一扫
关注该公众号