

8\*8舒尔特 用时:

42	45	31	48	44	25	6	39
57	47	38	53	18	33	8	16
46	21	32	37	5	56	22	55
7	29	28	62	43	49	40	17
36	23	9	11	3	60	4	61
15	59	35	64	12	20	50	10
30	14	26	2	19	51	52	24
63	27	13	1	54	34	58	41

用时:

15	34	59	41	52	8	32	33
4	13	43	38	10	21	50	5
42	18	22	37	24	3	6	36
47	64	48	23	14	63	49	61
30	9	11	19	51	20	45	55
17	25	16	46	7	2	62	1
31	40	12	39	53	57	29	44
35	28	58	27	26	60	54	56

用时:

53	26	34	9	48	44	8	40
36	59	24	57	5	63	22	1
16	32	43	29	37	38	46	14
15	21	42	58	54	12	62	28
4	31	51	11	49	10	7	2
64	61	41	60	20	25	17	33
52	18	35	3	55	56	50	39
45	30	47	19	27	13	23	6

用时:

6	22	14	16	35	39	1	13
51	25	30	64	44	60	20	55
50	48	29	57	7	23	45	8
52	27	5	15	42	62	58	18
40	3	28	59	49	33	43	26
17	10	41	34	36	19	21	11
47	63	54	56	46	2	38	4
9	24	53	32	12	61	37	31

用时:

61	29	17	13	30	16	5	45
14	34	39	50	12	54	27	9
23	31	24	35	25	2	10	19
56	62	63	64	28	52	58	11
53	15	43	36	18	26	41	47
33	22	6	49	32	7	46	44
42	48	38	57	51	8	1	37
4	40	20	59	3	21	55	60

用时:

26	55	14	21	1	22	60	4
64	16	38	53	63	23	12	57
17	59	3	41	43	5	34	18
25	28	7	48	42	40	39	37
15	6	13	56	61	52	9	49
19	8	20	47	54	30	2	11
31	62	44	51	10	29	24	27
32	33	50	46	45	36	58	35

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

62	47	59	61	29	19	6	37
22	38	10	50	56	18	36	5
35	32	33	21	13	58	23	52
39	26	44	54	20	3	27	53
57	17	2	40	28	14	48	43
16	51	63	55	9	46	49	11
24	30	41	31	15	4	1	12
25	60	34	42	7	45	64	8

用时:

50	10	30	52	18	63	28	3
13	12	60	27	34	54	15	8
37	39	48	14	29	49	21	64
55	31	56	23	17	2	9	16
47	22	1	11	61	20	32	44
26	57	62	19	58	35	53	42
24	7	46	43	6	41	59	51
45	5	33	40	36	38	25	4

用时:

26	25	31	22	38	4	37	28
61	41	51	15	46	29	8	14
45	64	24	18	48	20	19	30
53	10	44	52	27	60	42	58
54	33	6	62	1	34	36	23
7	57	56	35	32	9	12	47
49	63	21	5	50	59	16	40
55	3	13	2	43	17	11	39

用时:

9	48	24	60	41	49	43	1
29	55	61	51	6	36	18	57
17	63	7	58	3	33	39	45
20	23	14	13	50	34	26	56
10	19	38	62	27	37	46	12
25	31	64	2	5	35	40	47
44	21	11	16	8	32	53	15
42	59	4	30	28	52	22	54

用时:

6	59	57	62	9	25	12	48
63	36	3	34	41	15	20	32
37	45	56	40	58	26	43	13
64	5	17	30	50	60	53	47
16	21	27	46	61	42	10	18
14	1	31	54	38	52	7	28
19	39	29	24	2	22	8	35
11	51	44	4	33	23	49	55

用时:

26	12	53	57	7	43	47	20
52	55	25	44	19	36	11	59
54	5	56	61	48	58	30	29
1	41	14	16	17	21	42	37
15	8	31	62	45	39	38	46
28	13	9	35	3	32	2	6
63	27	24	33	10	50	64	22
49	4	40	18	60	23	34	51

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

42	62	29	61	58	39	30	12
50	23	14	4	24	45	16	13
28	19	31	9	27	51	37	64
22	41	60	11	33	8	6	10
43	54	5	1	44	55	56	40
38	32	26	25	34	49	21	2
35	57	63	48	7	3	52	53
59	36	20	46	15	18	47	17

用时:

52	47	60	12	2	24	27	16
58	21	22	37	3	42	23	49
13	62	40	25	31	8	19	15
6	44	29	53	54	20	11	32
5	51	64	59	43	7	46	30
33	35	39	55	26	1	41	36
45	10	34	48	56	61	57	38
9	4	50	14	28	17	63	18

用时:

30	42	26	54	19	27	21	36
51	53	22	29	3	20	46	33
12	18	15	37	49	62	13	64
2	4	14	52	48	59	17	16
6	63	40	10	35	7	41	55
11	31	43	24	45	8	60	58
38	28	50	57	5	47	23	44
32	61	25	39	56	9	1	34

用时:

47	5	8	42	45	37	22	20
57	44	4	12	31	34	60	28
25	49	40	2	51	38	21	24
6	54	18	13	46	17	27	23
41	30	62	3	15	58	36	59
19	53	50	48	32	9	11	63
14	56	16	33	43	52	10	61
7	55	1	39	26	35	64	29

用时:

34	30	48	53	47	46	55	8
23	35	19	4	63	12	13	17
40	45	11	7	56	18	57	60
41	25	21	3	52	29	14	28
64	2	5	24	42	10	36	62
61	39	6	31	33	50	16	54
38	20	58	37	49	44	32	22
43	26	27	59	1	9	51	15

用时:

16	59	37	26	41	53	55	15
46	58	1	14	61	8	11	4
28	5	31	33	30	18	34	32
45	27	20	7	51	60	36	57
21	42	22	2	10	6	3	12
47	64	17	24	49	43	62	38
39	13	54	29	50	44	25	63
52	48	40	56	9	19	23	35

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

48	46	15	30	34	50	61	12
41	11	43	3	17	33	52	14
20	29	39	47	25	55	16	10
40	9	8	22	51	58	59	32
4	27	28	38	44	54	60	19
31	35	7	64	63	53	2	26
45	24	13	57	62	23	56	18
5	21	36	49	1	37	42	6

用时:

53	39	40	14	62	4	42	3
50	16	36	9	51	8	49	23
11	26	17	55	60	63	21	45
58	41	1	31	46	5	24	25
44	15	32	38	12	54	43	48
64	30	27	6	19	13	33	47
20	56	7	22	37	34	10	2
28	35	18	29	61	59	52	57

用时:

54	7	57	8	6	59	10	31
1	44	16	50	15	24	35	41
56	58	13	51	18	34	52	47
3	21	12	42	4	2	5	40
36	33	11	55	39	26	46	61
62	48	9	19	30	17	20	28
63	64	14	23	37	27	38	45
53	29	25	22	32	43	49	60

用时:

39	16	2	37	49	22	24	52
1	9	57	42	14	35	4	44
20	41	50	59	32	58	6	5
11	21	13	33	18	51	53	8
36	30	40	19	23	48	63	47
12	3	45	56	28	54	26	25
38	55	27	31	62	43	10	60
34	46	15	64	29	17	7	61

用时:

1	36	35	29	47	44	9	4
6	62	57	17	39	12	49	38
46	26	59	63	7	14	56	18
60	10	52	15	37	22	54	32
21	64	3	13	30	2	51	20
50	53	58	28	34	5	45	31
23	16	24	43	40	11	19	42
33	55	48	27	8	61	25	41

用时:

13	27	25	59	47	31	57	23
18	60	33	12	24	28	22	34
15	5	53	3	42	36	37	45
49	63	17	6	4	19	50	11
8	61	55	51	39	41	9	40
38	46	62	10	43	48	56	21
16	7	26	2	52	58	20	30
44	1	35	29	14	32	64	54

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

47	28	60	33	26	13	30	38
29	22	24	52	37	23	53	8
50	21	3	64	36	31	11	44
15	63	51	41	56	17	25	2
57	7	45	9	5	55	6	12
16	34	39	42	62	59	46	43
32	35	10	54	49	61	1	18
19	40	14	20	4	58	27	48

用时:

62	29	27	56	2	12	31	43
50	54	44	51	26	11	25	13
21	49	3	10	41	24	34	9
4	19	55	57	61	59	40	36
63	58	20	6	17	60	5	32
48	47	15	39	45	23	42	37
22	30	33	53	7	28	8	35
14	18	64	46	38	1	52	16

用时:

43	31	49	62	54	59	13	53
37	6	9	47	3	30	27	39
41	16	61	18	57	51	45	63
8	42	2	7	52	1	35	23
36	40	22	46	25	58	12	64
32	38	44	60	11	17	10	29
20	4	48	55	33	50	21	14
56	24	26	34	19	5	28	15

用时:

58	48	21	28	36	40	64	23
41	43	12	3	19	38	16	51
5	56	57	59	53	6	8	18
63	61	37	31	26	47	46	42
45	32	50	14	2	29	52	54
11	17	24	49	27	13	39	1
30	35	25	34	7	15	10	22
55	62	60	4	9	33	20	44

用时:

24	6	19	46	9	13	45	47
57	54	4	39	31	17	3	35
14	27	32	7	18	30	36	42
2	1	40	29	59	63	21	56
28	8	52	49	16	38	20	34
11	61	55	53	5	23	25	64
12	33	10	43	60	48	51	15
62	50	41	37	22	26	44	58

用时:

28	11	57	2	16	27	23	64
15	12	42	62	26	35	22	21
3	50	39	60	45	32	17	63
1	59	43	14	4	19	20	29
56	61	51	8	18	33	41	49
54	9	38	31	47	37	40	10
25	13	7	48	34	58	24	52
55	36	5	44	6	46	30	53

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

50	57	6	46	34	37	53	62
45	25	3	22	58	28	47	39
9	8	12	35	23	19	1	14
63	59	10	31	16	56	29	38
41	18	51	24	2	4	60	17
61	54	36	30	5	48	40	55
33	49	44	7	15	43	26	42
11	20	27	21	52	13	32	64

用时:

55	5	52	35	50	64	29	54
2	61	43	17	30	31	32	25
40	63	1	48	49	62	20	12
21	60	57	13	56	23	24	58
47	46	16	28	3	8	45	7
27	51	6	33	15	41	44	26
42	19	34	38	14	10	59	9
11	53	22	4	18	39	37	36

用时:

30	13	35	50	25	12	7	27
11	59	40	47	18	54	17	37
29	42	16	8	56	4	48	51
58	6	22	2	20	32	55	14
23	34	43	31	62	46	1	26
3	38	28	45	49	36	53	63
57	41	33	5	44	21	52	9
10	24	19	61	39	64	60	15

用时:

52	51	57	15	34	59	37	29
61	19	28	5	48	33	2	25
20	39	50	14	24	21	44	43
60	7	3	13	16	18	27	40
17	56	10	35	54	23	1	62
38	22	64	6	8	47	58	30
26	53	31	55	45	4	63	32
49	12	9	42	11	41	36	46

用时:

32	61	62	3	48	4	19	20
30	35	27	11	7	8	51	34
33	39	5	59	2	21	15	26
14	22	10	54	1	36	40	52
55	60	17	57	50	28	44	47
12	9	25	18	46	29	13	58
23	53	43	64	38	42	41	49
24	56	16	63	45	6	37	31

用时:

60	4	31	35	63	1	41	34
24	26	25	5	44	58	61	33
42	10	30	16	15	59	50	28
18	23	49	43	39	64	55	52
46	38	48	22	27	8	19	17
6	45	36	2	62	40	51	53
11	54	12	29	3	32	37	13
20	57	7	56	21	9	14	47

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

4	2	1	14	3	39	50	21
38	26	40	12	5	47	58	43
8	57	63	28	32	24	55	53
33	11	49	56	42	37	27	41
61	48	59	52	35	20	7	19
15	62	23	25	54	36	64	18
22	31	44	16	51	60	10	6
13	9	34	17	46	29	30	45

用时:

24	22	29	52	20	10	16	50
43	27	41	40	6	39	63	51
2	23	26	38	28	7	54	3
49	64	18	4	1	55	31	61
14	21	9	44	15	46	53	5
25	59	17	8	48	30	37	56
12	58	45	42	11	47	32	62
13	57	36	35	60	34	19	33

用时:

56	29	16	20	47	41	64	57
6	36	32	22	21	60	3	48
42	8	51	39	52	62	37	40
10	24	14	28	4	38	11	5
26	61	33	17	1	34	25	35
15	30	43	44	7	54	46	45
18	31	63	27	55	58	49	2
53	19	12	23	59	50	9	13

用时:

59	46	40	53	38	31	14	48
9	23	36	51	16	62	13	52
47	50	60	54	25	49	56	17
33	37	63	20	27	30	34	15
8	3	41	19	5	44	35	58
42	22	12	6	32	21	24	26
2	18	45	57	7	11	10	61
29	28	4	43	64	39	55	1

用时:

8	2	55	58	54	32	44	40
37	61	14	27	3	48	4	23
9	20	12	16	38	6	60	5
18	19	64	50	47	11	51	42
41	22	21	10	36	62	59	57
28	39	52	35	1	13	30	56
63	46	45	34	53	29	26	31
15	17	25	24	43	33	7	49

用时:

17	58	20	48	16	37	39	56
6	29	35	59	52	28	40	32
5	47	62	8	63	21	34	10
50	24	53	19	38	31	12	27
15	46	64	57	4	36	54	25
13	43	44	9	42	23	60	51
41	30	45	61	22	18	49	14
33	7	26	3	55	2	11	1

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

41	12	60	33	17	1	55	25
31	54	37	19	34	27	26	62
53	47	13	6	2	52	15	50
28	42	3	5	59	49	58	18
11	51	10	20	24	29	48	23
44	21	7	32	22	38	14	40
9	35	4	30	36	63	43	39
46	64	45	56	8	61	16	57

用时:

8	21	35	3	9	59	36	56
11	33	25	58	38	37	17	1
41	43	31	18	46	47	55	63
54	13	53	7	20	50	32	57
42	16	34	19	22	28	61	51
14	49	39	5	24	52	45	48
40	10	30	15	60	64	2	44
23	12	6	4	29	62	26	27

用时:

57	6	26	24	17	32	1	55
60	35	44	4	8	43	7	52
11	18	31	34	5	49	20	2
36	22	37	50	12	10	30	58
48	40	56	64	33	62	41	16
47	3	28	29	38	53	59	46
39	42	9	63	27	25	23	19
45	51	21	61	14	54	15	13

用时:

2	6	3	46	27	42	39	49
45	64	33	61	44	57	50	24
59	26	4	19	11	28	20	17
34	37	53	62	43	8	52	13
7	58	12	54	21	1	36	18
23	15	41	55	14	35	47	48
10	56	9	22	63	5	31	60
16	40	29	30	25	51	38	32

用时:

3	4	19	6	44	2	37	41
52	30	13	31	27	34	36	47
62	51	42	29	64	63	50	22
49	18	55	35	23	21	61	54
33	43	15	10	53	59	1	46
20	45	7	40	9	60	58	16
12	57	25	17	8	11	39	24
5	38	28	14	32	48	56	26

用时:

13	22	27	2	62	20	57	6
56	63	11	7	12	52	35	8
50	61	3	17	49	38	29	19
24	9	28	34	5	31	40	46
14	51	45	64	15	54	32	30
4	58	60	39	23	41	43	10
33	1	36	26	42	25	18	44
48	53	21	59	16	47	55	37

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段



8\*8舒尔特 用时:

44	16	47	4	42	15	29	41
26	21	37	25	3	30	5	32
27	11	50	31	56	53	2	54
28	36	23	63	39	40	55	8
38	7	59	12	1	6	51	62
19	18	17	52	58	34	9	64
61	46	49	60	22	24	57	10
20	33	14	35	13	48	45	43

用时:

35	62	7	19	24	3	11	63
5	29	17	16	47	20	37	36
2	50	34	45	32	26	31	27
40	53	57	39	4	12	21	33
30	1	41	13	56	6	64	22
52	48	14	42	43	44	55	38
9	10	46	8	51	15	18	25
59	61	49	60	54	28	58	23

用时:

46	39	58	13	63	50	54	22
45	24	21	61	10	6	43	19
5	11	60	48	41	17	42	7
53	33	37	64	36	25	3	32
1	18	27	56	62	29	34	26
15	9	2	38	44	14	57	51
28	12	35	23	8	59	30	55
4	31	47	52	49	40	20	16

用时:

5	44	29	43	58	14	41	28
19	2	34	9	21	48	63	27
1	26	25	7	46	24	57	15
64	49	40	36	39	47	20	23
54	16	11	13	51	42	6	12
10	33	52	35	38	32	53	59
3	61	18	30	62	56	45	22
55	50	4	17	60	31	8	37

用时:

30	48	19	33	53	3	43	50
1	32	60	37	55	38	42	11
41	5	21	28	59	57	23	45
63	24	15	35	36	25	29	54
26	12	14	17	58	46	16	7
39	6	13	20	2	49	9	10
61	44	8	27	47	40	51	34
18	22	31	4	52	64	56	62

用时:

6	63	7	9	38	40	8	53
26	45	29	59	49	57	55	25
41	20	42	4	44	13	15	56
1	31	17	48	33	62	61	36
10	37	14	60	50	3	35	24
27	21	12	30	28	18	22	11
47	64	34	5	16	52	43	54
19	51	46	32	23	58	39	2

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段

8\*8舒尔特 用时:

46	40	15	33	8	43	13	17
10	5	27	35	53	56	42	41
6	20	52	23	4	60	63	1
19	22	26	61	32	24	44	12
49	36	25	7	48	55	47	30
50	16	64	59	9	14	18	37
62	21	31	28	45	38	2	57
29	58	51	11	3	39	34	54

用时:

37	46	22	9	64	56	44	41
59	33	15	11	16	63	3	60
39	2	42	58	30	62	28	29
8	49	21	23	40	20	45	38
43	50	61	34	52	48	19	1
14	47	13	7	18	57	24	53
35	31	4	10	12	36	32	25
17	55	54	27	5	6	26	51

用时:

15	28	50	8	22	26	60	34
52	10	54	7	19	13	31	5
45	43	41	37	44	46	2	57
33	12	21	61	32	48	20	4
42	30	39	49	9	36	59	27
1	38	62	3	51	23	16	24
35	14	63	64	56	53	6	18
25	55	47	58	40	29	11	17

用时:

27	30	33	4	26	31	34	37
36	32	6	21	41	38	12	53
51	1	47	15	63	57	18	60
49	44	54	25	58	2	40	61
64	46	11	23	62	17	59	13
52	35	8	39	9	50	24	55
7	42	45	29	10	19	28	14
5	3	22	16	20	56	43	48

用时:

18	49	32	7	42	50	23	24
39	34	6	9	57	54	35	58
36	25	20	43	61	44	12	1
60	47	19	21	3	16	4	46
22	31	26	14	62	2	48	52
30	29	51	56	8	45	64	38
63	41	53	59	11	5	33	40
17	27	10	55	28	13	37	15

用时:

2	34	53	48	31	28	41	52
30	7	20	15	58	37	47	19
18	5	29	10	56	62	6	40
64	55	32	16	45	11	33	9
1	26	36	42	44	54	22	13
63	39	38	43	27	46	12	59
60	61	21	57	4	3	17	24
14	23	50	8	25	49	35	51

训练提示：舒尔特每日训练推荐做3-5分钟，用眼睛看到数字念出来。  
家长进行计数，孩子如果1个用时2分钟，那就是做2个左右（不重复）。根据成绩参考表，稳定优秀后升级下一阶段