

1~2 年级， 塑造孩子一生的 关键



程文◎著

CRITICAL PERIOD

1~2 年级，孩子优秀学习习惯养成的关键两年

1~2 年级，孩子大脑发育关键期



1~2 年级
关键的幼小衔接期

**小学入学启蒙这两年，
将影响孩子一生的学习力**

1 ~ 2 年级是孩子人生和梦想的起点，也是孩子自我意识的重要萌芽期，
这个阶段妈妈的积极引导和教育，将塑造或改变孩子的一生！

1~2 年级， 塑造孩子一生的 关键

程文◎著



朝華出版社
BLOSSOM PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

1~2年级, 塑造孩子一生的关键 / 程文著. -- 北京:
朝华出版社, 2019.5

ISBN 978-7-5054-4452-2

I. ①1… II. ①程… III. ①小学生-家庭教育
IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第303267号

1~2年级, 塑造孩子一生的关键

作 者 程 文

选题策划 王 剑
责任编辑 胡 泊
责任印制 张文东 陆竞赢
封面设计 异一设计

出版发行	朝华出版社	
社 址	北京市西城区百万庄大街24号	邮政编码 100037
订购电话	(010) 68996618 68996050	
传 真	(010) 88415258 (发行部)	
联系版权	j-yn@163.com	
网 址	http://zhcb.cipg.org.cn	
印 刷	三河市三佳印刷装订有限公司	
经 销	全国新华书店	
开 本	710mm × 1000mm 1/16	字 数 180千字
印 张	14.25	
版 次	2019年5月第1版 2019年5月第1次印刷	
装 别	平	
书 号	ISBN 978-7-5054-4452-2	
定 价	35.00元	

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前言

1~2 年级，作为孩子人生的崭新起点，梦想起飞的地方，无论是父母还是孩子都会对这一阶段的学习与生活充满期待与憧憬。通常来说，孩子在小学 1~2 年级的时候，妈妈要格外注意以下几个问题：

1~2 年级的孩子，无论是生理发育还是心理发育都处于“幼小衔接期”；

1~2 年级的孩子，处于长身体、长知识、长见闻的年纪，他们不仅有很强的求知欲，也有很强的可塑性；

1~2 年级的孩子，会面临许多智力、学习上的问题，处于“智力分化期”。为此，很多妈妈经常担忧：“我该如何教育孩子、帮助孩子呢？”

1~2 年级，是孩子习惯养成的关键期。由于孩子刚进入小学，对他们来说，新的学习和生活环境既陌生又新奇，因此这一阶段是培养他们良好习惯的关键时期；

1~2 年级，是孩子学习能力培养的关键期。学习能力是一个人获取知识、立足社会的一项非常重要的能力，包括正确的学习



1~2 年级， 塑造孩子一生的关键

方法、良好的学习习惯等。随着社会竞争的日趋激烈，孩子必须具备良好的终身学习能力，将来才能立足于社会；

1~2 年级，是孩子自我意识发展的关键期，而良好的自我意识是孩子健全人格形成的基础；

1~2 年级，是孩子认识社会的开始，也是孩子建立良好的人生观、价值观和交友观的重要时期。可以说，孩子将来对社会的认识、理解和判断，完全取决于妈妈在这个阶段的引导与帮助……

可以说，1~2 年级就是塑造孩子一生的关键期，但是如果家长疏于对这一阶段孩子的理解和尊重，没有给予孩子积极、正面的引导和帮助，情况就会变得很糟：孩子在课堂上注意力不集中、坐不住、喜欢打岔，等等。不仅如此，如果这一时期没有对孩子进行科学有效的智力开发和思维习惯的培养，孩子还很可能会错过智力和创造力发展的重要时期。

每一个孩子都是伴随着问题成长的，而每一个孩子又是妈妈的心之所系，孩子的健康成长是妈妈一生中最大的心愿。作为孩子的第一任老师，作为孩子的引导者，妈妈给予孩子最好的教育就是重塑自己的教养理念，引导孩子健康成长。

为了帮助妈妈们更好地读懂孩子、成就孩子，《1~2 年级，塑造孩子一生的关键》一书在创作过程中走访了大量 1~2 年级孩子的妈妈，收集了诸多较为重要且容易被妈妈忽视的教育问题，并加以整理和解答。可以说，本书以大量翔实、生动的案例作为例证，为妈妈们正确地教养孩子提供了科学、清晰的教育理念，以及具体的建议和应对方法。

在本书的创作过程中，我们始终坚持以下三条基本原则：

原则一：发现问题不是目的，解决问题才是目的

每位妈妈对自己的孩子都是非常了解的，同样也非常清楚孩子存在的缺点和问题。在本书的创作过程中，我们在对孩子表现出来的让妈妈们感到十分头疼的问题进行阐述的同时，也着力避免一味地介绍问题的成因和危害，而是将重点放在如何解决这些问题上，并给出切实可行的解决办法。这样，妈妈们在面对困境时才能够更加从容而不至于烦恼不堪。

原则二：将家庭教育方法与儿童心理特点紧密结合

很多家长尤其是妈妈们，一旦发现孩子的缺点或问题，总是凭自己的经验帮助孩子纠正，也不求证于科学，结果只会让问题愈演愈烈。要知道，教育是一门科学，不能仅凭经验。孩子任何外在的缺点或问题都只是表象，真正的原因出自孩子的心理。为此，妈妈只有了解孩子的心理特点，走进孩子的内心世界，才能真正理解孩子的行为，也才能真正给予孩子正确的引导和帮助。因此在本书的创作过程中，我们避免过多地陈述孩子的表象问题，而是着力于结合儿童心理发展的特点深挖孩子问题背后的心理根源，找到问题症结，帮助妈妈们给予孩子恰到好处的爱。

原则三：注重素质教育，将健全人格的培养作为重点

众所周知，大多数学习成绩优秀的孩子并非天生智力超群，而是他们的人格品质有着过人之处，如乐观、坚韧、自律和有责任感等，这些不但能帮助他们应对学习上的困难，更能让他们在今后的人生道路上受益良多。在本书中，我们倡导妈妈们不仅要重视孩子的学习成绩，更要注重对孩子健全人格的培养。



1~2 年级， 塑造孩子一生的关键

最后，衷心希望《1~2 年级，塑造孩子一生的关键》一书能够给妈妈们带来新知识、新观念、新视角，也希望本书所提供的教育理念和方法可以让更多的 1~2 年级的孩子受益，陪伴孩子们健康成长。

目 录

第一部分 1~2 年级，塑造孩子一生的启蒙期

第一章 1~2 年级，决定孩子一生的关键期

1~2 年级是孩子进入学校接受教育的初始阶段，也是孩子大脑发育最为关键的时期。不过，虽然这个年龄段的孩子经常表现得既爱说又爱动，但注意力往往不够持久，自主学习、习惯养成等方面都需要在老师和家长的监督下才能完成。这时候如果妈妈引导错误或者管教不当，孩子就容易养成一些不良的行为习惯，所以，对于升入 1~2 年级的孩子，妈妈也要和孩子一同“入学”，做好孩子人生的第一位启蒙老师。

1~2 年级是孩子大脑发育的关键期 / 002

1~2 年级是培养孩子好习惯的最佳时期 / 007



1~2 年级， 塑造孩子一生的关键

抓住孩子学习能力培养的重要时期 / 013

1~2 年级是孩子自我意识的养成期 / 016

1~2 年级是孩子认识社会的萌芽期 / 021

第二章 抓住关键期，读懂孩子的内心世界

1~2 年级的孩子正处于心理发育的关键期，这个时期的他们情感外露，喜怒无常，依赖性强却又我行我素，性情乖张却又极易受到外界伤害，自我意识逐步增强却又极易受到外界左右。而妈妈的放任不管和过度宠溺往往又会影响到孩子健康人格的形成。所以，抓住关键期，给予 1~2 年级的孩子正确的心理疏导，就成了妈妈教子方法的重中之重。

把握孩子微妙的心理变化，因势利导 / 026

幼升小衔接期，帮助孩子完成心理上的过渡 / 029

1~2 年级是孩子性心理发展的潜伏期 / 034

帮助孩子摆脱依赖心理 / 037

嫉妒心是孩子心理发展的正常现象 / 040

说谎行为是 1~2 年级孩子常犯的小毛病 / 043

第三章 小学初期，妈妈如何扮演好自己的角色

当我们谈到家庭教育时，往往过于强调如何培养孩子，却经常忽视对妈妈的要求。事实上，作为孩子的第一任老师，妈妈才是家庭教育的关键所在。某种程度上说，妈妈在孩子面前扮演什么样的角色，将决定孩子未来会成为什么样的人。

- 教育是场持久战，提前规划很重要 / 047
- 孩子的性别不同，妈妈扮演的角色也不同 / 050
- 强化爸爸的角色，协助爸爸建立权威 / 053
- 正确地赏识孩子、赞美孩子 / 056
- 帮助孩子建立“同伴关系网” / 060
- 在教育孩子的路上，与老师携手并肩 / 064
- 职场妈妈如何做，才能工作孩子两不误 / 067

第二部分 1~2 年级，决定孩子一生的学习力

第四章 学习也可以像游戏一样令孩子着迷

孩子上小学后，学习的科目和难度和幼儿园相比有很大的区别，于是孩子经常学起来比较吃力。这个时候，妈妈首先要激发孩子的学习兴趣，培养和提高孩子的学习能力，使孩子的各科学学习步入一个条理分明的良性循环中，这样，孩子才会爱上学习。

- 阅读——开启孩子美好人生的大门 / 072
- 识字——形象教育让孩子记牢汉字 / 075
- 写作——每周给孩子写一封信 / 078
- 英语——让孩子越来越爱英语 / 082
- 数学——生活中处处有加减乘除 / 084
- 音乐——赋予孩子一双“聪明”的耳朵 / 086
- 体育——给孩子创设一个轻松的运动环境 / 089



第五章 抓住 1~2 年级的关键期，让孩子学会自主学习

在现代家庭中，每个孩子都是宝，由于家长的宠溺和事事代劳，很多孩子失去了自主学习的机会。试想：一个整天需要妈妈督促才能学习、做作业的孩子，怎能指望他自觉主动地去探索和学习呢？失去这种自由发挥的机会，孩子的智力发展也会因“过度关心”而受阻。

巧妙地激发孩子的学习兴趣 / 093

“你在为谁学习”——让孩子明确自己的学习动机 / 098

孩子写作业，陪还是不陪 / 105

自学能力离不开妈妈的正确引导 / 108

如何权衡精神鼓励和物质奖励 / 113

别让错误的家教方法扼杀孩子的学习兴趣 / 118

第六章 巧妙引导，用恰当的学习方法让孩子出类拔萃

孩子的潜能就像一颗种子，只要有适宜的条件就会生根、发芽、结果。而学习方法又好比是桥，是帮助孩子走向学业成功的捷径。为此，妈妈要注意引导孩子用有效的学习方法投入到学习中，同时注重培养孩子良好的学习习惯。只有做到这些，孩子的教育才能收到事半功倍的效果。

性格不同的孩子，学习方法也不同 / 122

如何引导孩子将玩与学相结合 / 125

教孩子学会科学用脑 / 129

培养孩子良好的课堂习惯 / 132

让孩子学会自己检查作业 / 134

引导孩子将手、心、眼、口多种感官并用 / 137

指导孩子学会规划学习内容 / 141

第三部分 1~2 年级，妈妈不可忽视的非智力因素

第七章 好习惯胜过高分数

通过分析很多优秀孩子的成长之路，我们发现：孩子能否拥有一个好的未来，并非取决于智力，而与孩子是否拥有好个性、好习惯有着非常重要的关系。例如，目标明确、积极进取、善于创造等很多好习惯，往往可以让孩子受益一生。

习惯一：知道自己该做什么 / 146

习惯二：合理使用电视和电脑 / 151

习惯三：立刻行动，丢掉磨蹭、拖沓的毛病 / 153

习惯四：鼓励孩子善于创造 / 156

习惯五：用尊重换得尊重 / 158

习惯六：善于在错误中反思自己 / 161

习惯七：把一件事情坚持到底 / 164



第八章 培养孩子的好品质, 让每个孩子都不平凡

我国著名教育学家陶行知说过:“思想决定行动, 行动养成习惯, 习惯形成品质, 品质决定命运。”对于 1~2 年级的孩子来说, 品格与礼仪的塑造比知识和技能的获得更为重要。所以, 妈妈在平时就要注重塑造孩子的品格, 让每个孩子都不平凡。

让孩子保持善良的天性 / 169

让孩子学会自律、自控——不做暴躁的“小霸王” / 173

让孩子学会分享——让孩子在同学中更受欢迎的秘诀 / 176

让孩子有责任感——懂得担当的孩子更有出息 / 178

让孩子有合作精神—— $1 + 1 > 2$ / 181

让孩子有宽容的心态——做个人见人爱的小天使 / 184

送给孩子一颗坚强的心 / 188

培养孩子受益一生的领导力 / 190

第九章 妈妈送给 1~2 年级孩子最好的礼物

开学日即将到来, 孩子们即将踏上新的征程, 这是一个新的起点, 很多妈妈常常是充满了憧憬, 尤其是对于初入一年级的孩子来说, 妈妈更是满怀期盼。为了迎接这历史性的一刻, 妈妈常常会绞尽脑汁地送给孩子礼物——书包、玩具、图书……其实, “授之以鱼不如授之以渔”, 送给孩子强健的体魄、得体的礼仪、聪慧的头脑, 对孩子未来的成长与学习会更有意义。

给孩子选一所最合适的学校 / 193

时间就是秩序——帮助孩子树立良好的时间观念 / 196

让孩子拥有正确的礼仪和得体的举止 / 199

注意 1~2 年级孩子身体常出现的小毛病 / 202

妈妈，请别折断孩子梦想的翅膀 / 205

帮助孩子建立受用一生的财富观 / 207

安全教育——为孩子的未来保驾护航 / 210

第一部分

1~2 年级，塑造孩子 一生的启蒙期



第一章

1~2 年级，决定孩子一生的关键期

1~2 年级是孩子进入学校接受教育的初始阶段，也是孩子大脑发育最为关键的时期。不过，虽然这个年龄段的孩子经常表现得既爱说又爱动，但注意力往往不够持久，自主学习、习惯养成等方面都需要在老师和家长的监督下才能完成。这时候如果妈妈引导错误或者管教不当，孩子就容易养成一些不良的行为习惯，所以，对于升入 1~2 年级的孩子，妈妈也要和孩子一同“入学”，做好孩子人生的第一位启蒙老师。

1~2 年级是孩子大脑发育的关键期

孩子告别幼儿园，升入一年级成为一名小学生，这对于孩子们来说是人生中一个非常重要的转折点，也是全新生活的开端。

同时，1~2 年级也是孩子智力发育的关键时期。孩子在 6 岁以前，其智力发展主要经历两个黄金期：一是在 3 岁之前，孩子将经历大脑发育的第一个黄金期，如果将成人的智力水平视为 100%，那么孩子在这一时期的智力发育会完成 50%。二是孩子到了 6 岁左右，也就是 1~2 年级阶段，他们将迎来智力发展的第二个黄金期。在此阶段，随着孩子神经细胞结构的复杂化和神经纤维的延伸，他们的脑重量会逐渐增加，可以达到 1200 克左右，为成人脑重的 90% 左右，此时孩子的智力将达到其整个人生智力水平的 90% 以上。

这就意味着如果妈妈能够抓住孩子一生中至关重要的智力发育的关键时期，对孩子进行科学的培养，将会对孩子一生的学习能力和未来发展产生不可估量的积极影响。相反，如果妈妈对此不以为然，把悉心培养孩子的责任扔给老师或是任由孩子“野蛮”生长，自己却做起“甩手掌柜”，等孩子到了初中、高中再教育就要花费更多的精力和时间，而且还不一定有效果。

一位妈妈曾说过这样一段话：

孩子终于上小学了，以后我就不用整天都围着他转，陪他玩，或是想方设法开发他的智力了。孩子上小学后，他的知识教育、智力开发，都可以由老师来负责，我就会轻松很多。

俗话说，好孩子的成长 99% 靠妈妈。教育孩子是一项持续的工程，是妈妈一生的重要事业。如果妈妈错过教育孩子的“黄金阶段”，把教育孩子的责任一味地寄托在老师身上，效果必然会大打折扣。养育孩子，如同养护一株花草，孩子成长发育的每一个阶段，都离不开妈妈用心地