

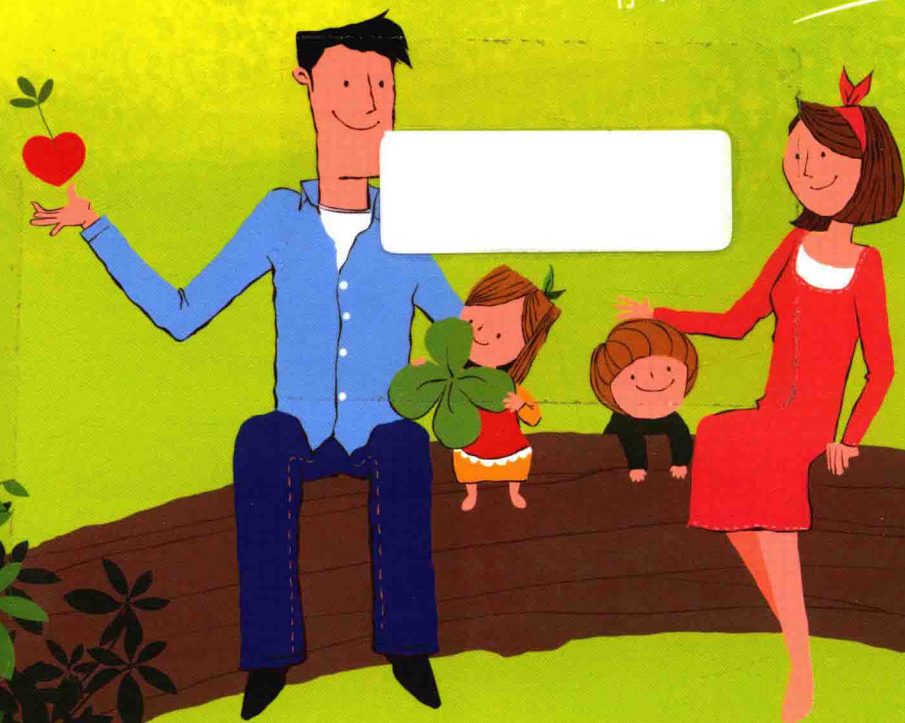
1~2年级， 陪孩子走过小学启蒙关键期

木紫 编著

- ♥ 优秀学习习惯养成的关键两年
- 良好学习方法形成的基础两年

思维力开发的第一黄金期

入学启蒙这两年，
将决定孩子一生的学习力



中国妇女出版社

课程 (913) 目录设计图

课程 (913) 目录设计图

1~2年级,

陪孩子走过小学启蒙关键期

入学头两年

木紫 编著

宝贵的学习适应期和能力发展期

启蒙关键期小学低年级于淑娟, 2012

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

1~2 年级, 陪孩子走过小学启蒙关键期 / 木紫编著

· 一北京: 中国妇女出版社, 2014. 2

ISBN 978 - 7- 5127- 0811- 2

I. ①1… II. ①木… III. ①小学生—家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 286811 号

1~2 年级, 陪孩子走过小学启蒙关键期

作 者: 木 紫 编著

选题策划: 姜 喆

责任编辑: 万立正

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京联兴华印刷厂

开 本: 170×240 1/16

印 张: 14

字 数: 186 千字

版 次: 2014 年 2 月第 1 版

印 次: 2014 年 2 月第 1 次

书 号: ISBN 978 - 7- 5127- 0811- 2

定 价: 29.80 元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

第1章 “幼升小”，先疏导心理上的不适应

◎ “幼升小”，各项准备不可少 / 2

新环境，孩子需要适应 / 2

关键期指导01 准备越充分，孩子越快适应 / 3

◎ 不上学的理由很奇怪 / 5

孩子为什么不想上学 / 5

关键期指导02 解开孩子的心结，消除负面情绪 / 6

◎ 刚上学的孩子易上课“走神” / 8

导致一二年级孩子“走神”的原因 / 8

关键期指导03 有助于孩子专心听讲的方法 / 10

◎ 手里攥着橡皮：怕写不好 / 12

学习中的“沉锚效应” / 12

关键期指导04 预防孩子患上橡皮综合征 / 14

◎孩子说：老师让做，我就做 / 16

大部分孩子具有“向师性” / 16

关键期指导05 利用好孩子的“向师性” / 18

◎孩子为何谎称自己生病了 / 19

孩子为何怕学习 / 20

关键期指导06 消除孩子怕的情绪 / 21

◎孩子贪玩≠不爱学习 / 23

普雷马克原理：以玩促学 / 23

关键期指导07 应对孩子贪玩的“组合拳” / 24

◎孩子，你在学校还好吗 / 26

家校沟通很必要 / 26

关键期指导08 巧妙地和老师沟通 / 27

第2章 不只做“分数状元”，要做全面发展的好孩子

◎成绩只是成长的一部分 / 32

养育大目标：社会化发展 / 32

关键期指导01 小学低年级，实现社会化的三个原则 / 33

◎优势智能：是福不是痛 / 35

优势智能不是生硬培养出来的 / 36

关键期指导02 开发优势智能才能做自己 / 37

◎考试，破坏不了孩子的素质 / 39

考试只是一种考核方法 / 39

关键期指导03 改变我们以往的错误做法 / 41

◎妈妈的学习寄语——培养并不遥远的学习观 / 43

学习行为的指引：学习观 / 43

关键期指导04 培养正确的学习观 / 44

◎不是 98 分，就是 100 分 / 46

好成绩可能是个“假象” / 46

关键期指导05 关注孩子的“隐性学力” / 47

◎多参加课内课外活动 / 48

不是副科，是技常科 / 49

关键期指导06 积极参与，就有收获 / 50

◎没有坏孩子，都是好孩子 / 52

孩子的思想道德判断力还比较低 / 52

关键期指导07 德育，从小事开始 / 53

第 3 章 智力早培养，完成真正通向成功的成长

◎大脑越用越灵活 / 56

让孩子认识到：大脑越用越灵活 / 56

关键期指导01 学习过程中，领着孩子多动脑 / 57

◎我有一双小巧手 / 59

巧手练习：勤能补拙 / 59

关键期指导02 爱上手工制作 / 60

◎你的孩子“瞎鼓捣”吗 / 62

创新就是拆卸、鼓捣 / 63

关键期指导03 创新从动手做开始 / 64

◎把奇思妙想做出来 / 67

发明创造从实践中来 / 68

关键期指导04 鼓励孩子去动手实践 / 69

◎孩子有他的道理 / 70

孩子一定有他的道理 / 71

关键期指导05 带孩子做表达训练 / 72

◎“是它们把小鱼弄死了吗” / 74

大自然是孩子的启智老师 / 74

关键期指导06 和大自然亲密接触 / 75

第4章 比黄金更宝贵的早期学习习惯培养

◎一二年级，学习习惯养成的关键期 / 78

学习习惯决定学习状态 / 78

关键期指导01 一二年级，首要培养的学习习惯 / 79

◎你的孩子会听讲吗 / 82

听讲，学习过程的中心环节 / 82

关键期指导02 高品质听讲习惯，慢慢来 / 83

◎“唱读”是低年级学习特色 / 85

认识孩子的“小和尚念经阅读法” / 85

关键期指导03 从出声读到默读需要一个过程 / 87

◎孩子写作业，“陪”还是不陪 / 89

写作业是一项学习任务 / 89

关键期指导04 独立、按时写作业习惯的培养方法 / 90

◎没检查，不算写完作业 / 92

检查，提高正确率 / 92

关键期指导05 写完作业就检查 / 93

◎当下最好的复习：考考孩子 / 96

复习可以巩固记忆 / 96

关键期指导06 复习的4个基本方法 / 98

◎孩子天生爱读书 / 100

阅读，开启好人生的大门 / 100

关键期指导07 “自读”和“协读”相结合 / 101

◎写话训练：写出来就好 / 103

思想的载体：语言表达 / 103

关键期指导08 多做写话训练 / 104

第5章 在爱和自由的环境里,教育出有规矩的孩子

◎你买吧,我忍了/108

有爱有自由,才有规矩/108

关键期指导01 给孩子立规矩/110

◎叫不醒,怎么办/112

睡眠决定学习效率/112

关键期指导02 睡好了,孩子才聪明/113

◎孩子爱看电视,怎么办/115

当心,电视会让孩子变笨/116

关键期指导03 让电视帮助孩子成长/117

◎网络,孩子应该怎么用/119

电脑:一把双刃剑/119

关键期指导04 把电脑变成孩子的“益友”/121

◎执拗,不听话/123

有规矩才能有“方圆”/123

关键期指导05 教孩子守规矩/124

◎遵守校园规则/127

让规则内化/127

关键期指导06 培养规则意识,要注重内化/129

◎不轻视“三分钟热度” / 131

良好的意志品质：坚持到底 / 131

关键期指导07 劲头保鲜法：预防“半途效应” / 132

第6章 抓住一点一滴，帮孩子建立自信

◎学习自信源于积极的“学业自我” / 136

“学业自我”是自我认识的关键点 / 136

关键期指导01 找优点，激励孩子积极地学习 / 137

◎别让识字难倒了孩子 / 139

识字能力关系孩子的自信心 / 139

关键期指导02 孩子容易接受的识字方法 / 141

◎学不会，怎么办 / 143

不能让知识把孩子难住 / 143

关键期指导03 想一些特别的办法帮助孩子 / 144

◎孩子可能不会考试 / 146

不懂考试才焦虑 / 146

关键期指导04 培养孩子的考试能力 / 148

◎给同学一点儿帮助 / 150

帮助别人就是成就自己 / 151

关键期指导05 消除孩子的“自我中心” / 152

◎一二年级没有“学困生” / 154

找到孩子暂时“学困”的原因 / 155

关键期指导06 对症下药，转化后进生 / 156

◎粗心马虎危害大 / 159

粗心马虎不是小问题 / 159

关键期指导07 改掉孩子粗心马虎的毛病 / 161

第7章 机械记忆占主导,孩子很难记得住

◎记得快，忘得也快 / 164

一二年级孩子记忆的特点：机械性 / 165

关键期指导01 “死记硬背”是不可缺少的记忆方法 / 166

◎来，孩子，背诵一遍 / 168

重复记忆，有助于避免“回生” / 168

关键期指导02 重复记忆最常用的几种方法 / 169

◎就在嘴边，却说不出 / 171

记忆中的“舌尖现象” / 171

关键期指导03 对抗遗忘：过度记忆法 / 172

◎背了好久，也记不住 / 174

知识在打架：系列位置效应 / 174

关键期指导04 把记忆任务变小、变少 / 175

◎ 字词难记，怎么办 / 177

创设情境记忆法 / 178

关键期指导05 运用创设情境的原则 / 178

第 8 章 别让成长小问题，发酵成性格大缺陷

◎ 吹牛、说谎伴随上学出现了 / 182

吹牛、撒谎背后的心理秘密 / 182

关键期指导01 引导孩子说实话、真话 / 184

◎ 窝囊：不能总被别人欺负 / 186

打架，一定有挨打的一方 / 186

关键期指导02 引导孩子变强壮、变勇猛 / 187

◎ 小摩擦：可以有，但要妥善处理 / 190

发生小摩擦，很正常 / 190

关键期指导03 教孩子宽以待人 / 192

◎ 缺少控制力：不随心就发脾气 / 194

受控于“本我”的孩子 / 195

关键期指导04 提升孩子的自我控制水平 / 195

◎ 自我中心：眼里没有别人 / 197

以自我为中心，可能会自私自利 / 197

关键期指导05 去中心化：预防自私自利 / 198

◎依赖：自己拿不定主意 / 200

依赖的孩子长不大 / 200

关键期指导06 适当“甩手”，孩子更独立 / 201

◎拖拉：最容易被轻视的坏习惯 / 204

拖拉背后的复杂心理问题 / 204

关键期指导07 培养一个不拖拉的孩子 / 206



第 1 章

“幼升小”，先疏导心理上的不适应

小学和幼儿园是两个学习性质完全不同的地方。进入小学后，孩子要放弃以“游戏”为主的生活方式，进入到以“学习”为主的环境。因为孩子天性好玩儿，强迫他们立刻进入学习状态很容易激发他们抵触、焦躁的情绪，这不但影响学习，还可能带来心理问题。所以，当孩子进入小学后，我们先要关注并疏导孩子心理上的不适应。



“幼升小”，各项准备不可少

我身边的一个孩子从幼儿园升入小学，非常不习惯，时常想念幼儿园的老师。每天，妈妈送他去上学都要从去幼儿园那条路走，以便于孩子从外面看看熟悉的幼儿园。因为不喜欢新的环境，孩子常常偷偷地哭泣，为此大大影响了学习！



新环境，孩子需要适应

当孩子即将从幼儿园毕业进入小学，我们一定要明白一点，那就是随着环境的变化，孩子可能会出现不适应的情况，特别是那些性格比较内向的孩子适应得更慢一些。这个时候，孩子是非常需要家长关心的。可惜很多家长往往会忽略这个问题，动不动就问孩子：“今天学了什么啊？学会了吗？”丝毫没有想到，孩子从幼儿园进入小学有没有什么不适应的情况。

其实，幼儿园与小学生的生活是完全不同的。教育环境不一样，幼儿园是一个充满了童趣、玩乐氛围的地方，而小学校园则是一个比较严肃、学习氛围很浓厚的、带有些许学习压力的地方。在幼儿园里，孩子拥有更多自由活动的空间，而在学校里，孩子要遵从校园规定，按科目内容进行学习，自由度大大降低了。在幼儿园的课堂上，孩子可以走、可以玩、可以说话；而在小学的课堂上，则要集中精力听老师讲课。

所以说，小学和幼儿园是两个学习性质完全不同的地方，孩子要过的是两种不一样的生活。而放弃以游戏为主的生活方式，进入一个以学习为主的环境中，对于好玩的孩子来讲，会出现一种本能的抵触心理。如果我们不理解孩子内心深处的这种不适应，只追着孩子问：“上学好不好？”“老师好不好？”真是有点儿不合时宜了！还有的家长对孩子说：“你如果不听话，老师就要惩罚你！”“学校里的老师可不比幼儿园里的老师，可严厉了！”在孩子还没有了解老师、和老师有深入交往的时候，说这样的话，会让孩子产生恐惧感，不但对老师望而生畏，甚至会对上学望而生畏，对孩子尽快地适应小学生活是没有一点儿好处的。

关键期指导01



准备越充分，孩子越快适应

为了让孩子快速地适应小学生活，家长需要做好充分的准备工作，以帮助孩子从心理上接纳甚至是向往新的学习环境，走入校门后能够对生活产生兴趣！

1. 暑期，抓紧时间准备

幼儿园毕业后的暑假，如果孩子玩得太放松，那么孩子就更难以适应开学后的“被约束”。所以，要在暑期为上学做好准备。

有位妈妈是这样做的，在距离开学 20 天的时候，带着儿子在日历上用粗粗的红笔画上了标记，并写上：“这一天开学！”然后，她告诉儿子，开学后，你就要过另外一种生活了，为了让你很好地适应，从现在开始，我们就做小学生。这位妈妈首先改变的是孩子的作息时间，每天晚上 9 点一定要睡觉，第二天早晨 6 点半一定要起床，自己穿戴整齐。起床后，刷牙、洗脸、吃早点，这一切在 7 点之前都要做完。然后，妈妈带孩子采购了他喜欢的小书桌、小椅子、小台灯，以及要用到的学习用具、漂亮的水杯

等，让孩子整理好放在书包里。妈妈还让孩子挑选了一身新衣服、一双新鞋子，准备开学那天穿。

那位妈妈说，做好了这些准备，孩子没事的时候，就对着日历数还有几天开学，非常盼望开学！

除了这位妈妈做的以外，家长还可以利用暑期带孩子去学校里走走，让孩子熟悉那里的环境，教孩子怎么整理课本、收拾书包、削铅笔及使用剪刀、橡皮、胶水等工具。

2. 开学后，每天一个小故事

孩子进入校园后，就开始真正地面对小学生活了，他们要自己调整行为、心理去适应新的生活。为了让孩子在适应过程中少走弯路，我们不妨以故事的形式向孩子传递一些正确的做法。

比如，为了防止孩子任性、霸道、不合群、不能经受挫折、不乐于助人，可以给孩子讲讲分享、合作、历经磨难、乐于助人的故事，孩子心里有了这样正确的行为榜样，就能更好地约束自己，学会与他人友好相处。

3. 易发问题早预防

孩子入学后，容易发生课堂上注意力不集中、课间休息后不能及时回到课堂等情况。为了避免这些问题的发生，家长可以事先告诉孩子：课堂上专心听讲；听到预备铃响坐回座位；上课时人坐正，脚放平，眼睛看着老师；不想、不做与上课无关的事……这些规则让孩子牢记，那么孩子上学后就比较容易接受老师的规定。