

妈妈请注意：想让孩子不再粗心马虎，学习、做事能细心，就要从现在开始培养

孩子粗心马虎， 成绩提升慢 妈妈怎么办？

一部解决孩子粗心马虎，作业、考试老出错，成绩提升慢的教子宝典。

齐红○编著



孩子粗心马虎， 成绩提升慢 妈妈怎么办？

齐红○编著



版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子粗心马虎, 成绩提升慢, 妈妈怎么办 / 齐红编著. —北京: 北京理工大学出版社, 2014. 11

ISBN 978 - 7 - 5640 - 9817 - 9

I. ①孩… II. ①齐… III. ①学习方法 - 家庭教育 IV. ①G791②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 227285 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

82562903 (教材售后服务热线)

68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京泽宇印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 15.5

字 数 / 217 千字

版 次 / 2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷

定 价 / 29.80 元

责任编辑 / 梁铜华

文案编辑 / 梁铜华

责任校对 / 孟祥敬

责任印制 / 马振武

图书出现印装质量问题, 请拨打售后服务热线, 本社负责调换

前言

Preface

如果有人问孩子：“你家最勤劳的人是谁啊？”他们一定会回答：“妈妈！”为什么？因为妈妈要管他们的饮食、生活、学习……的确，在家庭教育中，妈妈占的比重要比其他家庭成员多一些，许多全职妈妈的出现就说明了这一点，她们专心照料孩子的生活和学习，教育孩子时更为细心、耐心。可见，妈妈在教育孩子方面确实有自己的优势。但教育孩子是项艰巨的任务，妈妈们也必然会遇到很多难以攻关的关卡，如孩子的粗心，就让很多妈妈头疼不已。

粗心是孩子常犯的毛病，它不仅体现在孩子的日常生活中，更多地还体现在孩子的学习上。很多妈妈在谈到孩子的学习时，常常是众口一词：

明明已经叮嘱过孩子让他把写完的作业放进书包里，最后他还是忘了……

不止一次告诉孩子，做完作业后一定要仔细检查，却屡屡发现他的作业出现不该出现的错误……

临考前，还专门交代他把铅笔、橡皮、尺子等必备文具带齐，考试时，他经常因为忘了带尺子、橡皮，没法完成某些试题……

诸如此类的问题层出不穷，常常让妈妈们心力交瘁。



其实，孩子马虎、粗心的毛病，绝大多数都是因为妈妈没能在孩子小时候有意识地多加培养、没让孩子养成细心认真的好习惯。孩子一旦养成粗心的坏习惯，不仅会影响学习成绩、升学考试，还会给他们未来的成长之路带来无尽的麻烦。表面看来，“小马虎”并不是什么大毛病，可如果不及及时纠正，则会带来极恶劣的后果。

要想让孩子克服掉马虎、粗心大意的坏毛病，妈妈要给孩子一定的指导和帮助。尤其是小学低年级的学生，他们还不能完全适应新的校园生活，对大量的课程和考试还都很陌生，因此更需要妈妈在日常学习生活中多加引导。

为了解决孩子粗心大意、丢三落四的问题，我们特意编写了这本书。这本书不仅对孩子粗心大意的原因进行了分析，还给妈妈们介绍了一些引导孩子改掉粗心大意坏毛病的方法。比如：身体力行，家长要给孩子做个好榜样；立好规矩，孩子做事才能不马虎；认真做事，从培养孩子的责任心开始；少些说教，用鼓励淡化孩子粗心的坏毛病；正确引导，努力提高孩子的注意力；用心铭记，家长共有八句话不能说……

书中，既有生动有趣、贴近生活的小案例，也有行之有效的解决方案，全面阐述了孩子粗心大意的问题，可以有效帮助妈妈们改掉孩子粗心大意的毛病，非常值得妈妈们阅读、借鉴！

目录

Contents

Chapter 1

追根溯源,挖出孩子学习上粗心大意的深因

万事皆有因!孩子们之所以在学习上粗心大意,也是有很多原因的。比如:自制力差、三心二意、环境杂乱、对学习没兴趣、父母的消极暗示、做事虎头蛇尾、虚荣心等。如果想找到消除孩子粗心大意坏毛病的方法,就要先对孩子进行分析,找出孩子学习上粗心大意的深层原因。

上课总想看窗外——自制力差,上课总走神	2
我就想边玩边写作业——做作业三心二意,想不出错都难	6
这么吵,我怎么写作业——环境乱糟糟,孩子不专心	10
最烦做英语作业——对学习没兴趣,自然敷衍了事	14



你真是个“小马虎”——盲目贴标签，会给孩子消极暗示	18
写着写着就烦了——做事情虎头蛇尾，错误难以避免	22
我得争取第一个交上试卷——虚荣心也是孩子马虎的帮凶	25
困死了，作业怎么还写不完——疲劳不能恢复，粗心问题就难纠正	29

Chapter 2

主动出击，揪出孩子生活上丢三落四背后的缘由

孩子粗心大意，不仅体现在学习上，还体现在生活上。在生活中，如果孩子的东西太多，如果孩子做事的时候犹豫不决，如果孩子做事着急，如果东西摆放无序，如果孩子管理东西的权利被剥夺，如果家长包办代替……凡此种种，都会让孩子变得粗心大意。要想杜绝孩子出现粗心大意、丢三落四的问题，就要主动出击，积极寻找背后的缘由。

妈妈给我买了很多铅笔呢——孩子物品太多，丢了也无所谓	34
是去，还是不去——孩子犹豫不决，也会导致粗心大意	37
都怪我太匆忙了——干什么都心急，急急忙忙难免出错	41
屋里怎么这么乱——东西摆放无序，丢了也不奇怪	44
弄丢了，妈妈还会给我买——丢东西对孩子没影响，他自然不在意	48
我的东西都是妈妈管——孩子管理物品的权利被剥夺，难细心	52
你去给我把皮球找回来——家长老给孩子帮忙，孩子不会长记性	56

Chapter 3

身体力行，家长要给孩子做个好榜样

在家庭生活中，孩子一般都会以家长的言行为榜样，进行模仿。如果家长做事有条理，孩子也不会杂乱无章；如果家长做事认真真，孩子也不会三心二意；如果家长遵守时间，孩子也不会浪费时间……虽说所有的事情都不是绝对的，可是家长对孩子潜移默化的影响却是不可否认的！因此，要想让孩子改掉粗心大意的毛病，家长就要从自身做起，为孩子做一个好榜样！

妈妈，你到底把梳子放哪儿啦——做事认真有条理，孩子会效仿	62
你做什么，我就做什么——心无旁骛，一次只做一件事	66
就是粗心大意才出错的，你怎么不承认——因粗心犯了错误要承认	69
开家长会都迟到——加强时间观念不迟到	72
我妈已经将方法告诉我了——掌握具体方法做事才认真	75
我也要像爸爸一样做份物品清单——用笔写在纸上不会有遗漏	78
妈妈会给我检查作业——依赖父母，孩子难细心	81

Chapter 4

立好规矩，孩子做事才能不马虎

规矩是对一个人言行的提前约定。如果没有了规矩的约束，孩子学习、做事的时候，也很容易马虎大意。“没有规矩，不成方圆”！要想让孩子改掉粗心大意的坏毛病，就要提前和孩子约定好规矩。比如：让孩子把自己的东西放在固定的位置，让孩子每天固定做一件事，引导孩子端正做事的态度等。相信有了规矩的约束，“小马虎”很快就会不见了。



用完了还要放回原处——让孩子把自己的东西放在固定位置	86
每天都要下楼去拿牛奶——让孩子每天固定做一件事	89
我等一会儿就去做——规定孩子做每件事的时间，增强执行力	93
作业写完了，管它对错——态度不端正，孩子做事自然马虎	96
钱丢了，没钱买午饭了——按规矩做事，不能因为心疼孩子就妥协	99
骑车比赛很危险——让孩子体会不遵守规则的危害	103
今天是出来玩的，衣服脏了没关系——实施规则，也要灵活一点	107

Chapter 5

认真做事，从培养孩子的责任心开始

当一个人对某件事情富有责任心的时候，一般都会集中注意力去完成，都是极其认真的，因此要想让孩子改掉三心二意的坏毛病，就要从培养孩子的责任心开始。比如：鼓励孩子做一些力所能及的事情，让孩子对自己的言行负责，让孩子自己管自己等。责任心是孩子应该具备的一个重要品质，孩子体会到了对自己、对家庭、对学校的责任感，学习的时候就会认真一些，处理问题的时候也会更加积极了。

你也是家庭成员，将地拖一下——鼓励孩子做力所能及的事情	112
不要出尔反尔——让孩子对自己的言行负责	115
不要半途而废——鼓励孩子做事有始有终	118
弄丢了东西，自己负责买——让孩子承担犯错的“后果”	121
自己的书本自己整理——做个懒妈妈，让孩子自己管自己	124
弄丢了东西自己找——东西找不到了，让他自己想办法找	128

Chapter 6

少些说教，用鼓励淡化孩子粗心的坏毛病

在传统教育中，如果发现孩子做事不认真、学习马马虎虎，很多家长都会训斥孩子，妈妈更是会对孩子喋喋不休；如果后果严重，有些家长还会对孩子实施“暴力”。可是，事实告诉我们，这样的教育方式是不妥的！孩子是一个拥有独立意识的个体，他们需要表扬，需要鼓励；只有让孩子体会到粗心的坏处，只有对孩子进行循循善诱的引导，只有减少孩子的压力，孩子的积极性才会被调动起来，继而慢慢改正粗心大意的毛病。

争取再加上一分——为孩子画一张行为改进表，一有好的表现就

加分	134
今天比昨天少错了两道题——只要有进步就给予孩子表扬	137
妈妈说我前半部分做得不错——哪怕有一点可取，也要表扬孩子	140
小兔真是太粗心了——通过讲故事让孩子认识到粗心的坏处	143
幸亏翻了试卷另一面，不然完了——让孩子体会到细心的好处	146
又要做一遍——孩子做错了，让他再做一次就行了	149
来看看到底错在哪儿了——循循善诱，让孩子不再粗心大意	152
我妈没有要求我得第一——没压力了，就不会因紧张粗心了	155
再做5道题就好了——化时为量，孩子就会积极起来	158



Chapter 7

正确引导，努力提高孩子的注意力

注意力是影响孩子做事态度的一个重要因素，如果孩子的注意力分散，学习的时候就会三心二意；如果不能集中注意力，做事的效率就会降低，因此在引导孩子消除三心二意问题的过程中，一定要加强对孩子注意力的引导。当孩子的学习环境没有干扰的时候，当他们对某件事感兴趣的时候，当他们按照一定的计划行事的时候，当他们消除了不良情绪的时候，他们的注意力就容易集中起来，做事效率、成绩也会随之提高。

这些玩具都要挪走——给孩子创造一个没有干扰的学习环境	162
捏泥人是一种很好玩的事情——培养孩子对事情的兴趣	165
按计划去做就不会错了——让孩子做事前列个计划	169
去你的房间将图拼好——给孩子一个独处的空间	172
咱们一起去爬山吧——带着孩子一起参加户外活动	175
第一个收拾好房间的就奖励一个冰激凌——给孩子确立一个目标	179
有什么不满的，就写在本上——排除坏情绪的干扰	182

Chapter 8

积极鼓励，教给孩子提升成绩的学习技巧

学习是有一定的技巧的，如果孩子没有掌握这些技巧，呆板地进行学习，遇到问题得不到及时的解决，就容易三心二意；而当孩子掌握了一定的学习技巧的时候，注意力往往更容易集中。因此，要将提升成绩的学习技巧告诉孩子。比如：让孩子将要带的东西写在纸上，让孩子每天检查一遍书包，让孩子做题学会检查，让孩子管理好自己的物品，让孩子明白带课本是他自己的事情。凡此种种，对于改正孩子三心二意的坏习惯都很有效！

忘记了就看看纸条——让孩子将要带的东西写在纸上	186
今天我自己检查书包——规定孩子每天上学前检查一遍书包	189
这样检查我敢保证会全对——让孩子做一道题检查一道	192
我是橡皮的主人——让孩子学会保管自己的物品	195
橡皮呢？刚才明明还在——收起溺爱，杜绝孩子“骑马找马”	198
都怪你没给我装课本——让孩子明白带课本是他自己的事	202
哪里不一样呢——主动做精细对比训练，提高细心程度	205
妈妈总算不催我了——慢工才能出“细活儿”，允许孩子稍慢一些	208



Chapter 9

用心铭记，家长有八句话不能说

在教育孩子的过程中，家长一般都会提醒孩子一些事，会喋喋不休地叮嘱一些事情，尤其是妈妈更是如此！可是，要知道，不管你对孩子说什么，在引导孩子消除粗心问题的时候，有些话是不能说的。比如：“跟你说多少遍了，不要粗心！”“你真是个‘马虎鬼’。”“犯了错，还不让我说。”……一旦说了，不仅不会对孩子起到帮助和引导作用，还会让孩子产生逆反心理，让孩子粗心的问题变得更严重。

跟你说多少遍了，不要粗心——不要一遍遍提醒孩子“不能粗心”	212
天空就是蓝色的，不是绿色的——一贯的正确，培养不了孩子发现 错误的能力	215
你真是个“马虎鬼”——总是批评孩子，只能让孩子更粗心	218
犯了错，还不让我说——太过重视孩子偶尔的粗心，会强化他的 粗心	221
做了这么点事，还要奖励——家长的冷漠会让孩子的粗心变本加厉	224
这么小的事情还值得夸耀——小事也值得一“提”，不要忘记表扬 孩子	227
我家儿子简直就是个小马虎——当着别人的面不要批评孩子马虎	230
想帮什么，捣乱——不要拒绝孩子的帮忙，培养孩子的细心习惯	233

| Chapter 1 |

追根溯源， 挖出孩子学习上粗心大意的深因

万事皆有因！孩子们之所以在学习上粗心大意，也是有很多原因的。比如：自制力差、三心二意、环境杂乱、对学习没兴趣、父母的消极暗示、做事虎头蛇尾、虚荣心等。如果想找到消除孩子粗心大意坏毛病的方法，就要先对孩子进行分析，找出孩子学习上粗心大意的深层原因。



上课总想看窗外

——自制力差，上课总走神

上课走神是很多孩子的通病，小学阶段的孩子，神经系统发育还不完善，自制力较差，经常精神不集中、易分心，而且年龄越小，控制注意力的时间就越短，因此，学习成绩也不理想。很多家长都为孩子这种粗心和马虎头痛不已，却又束手无策。

【家有小马虎】

窗外有一只翩翩起舞的小蝴蝶，熙熙被它吸引了。她看着那只美丽的蝴蝶一会儿伫立在花间，一会儿跟伙伴们嬉戏，好不快活！老师发现熙熙在走神，便停止讲课，对她喊道：“王熙熙，注意听讲！”听到老师点名，熙熙这才将目光拉回到黑板上。

可没过一会儿，一阵欢快的鸣叫声又让熙熙忍不住再次将头扭向窗外。她发现树上有一只小鸟，于是便猜想：这只孤单的小鸟一定是在用叫声吸引着同伴……

时间在熙熙的胡思乱想中悄然而逝，老师这堂课究竟教了些什么，她一句都没听进去，甚至连老师布置的课后作业也没听清。放学后，熙熙急忙向同学问清楚作业，才站到学校门口等着妈妈来接她。

晚上写作业的时候，由于上课没有认真听讲，熙熙只好使劲翻书了。但在书中只能找到部分答案，剩下一部分她不得不胡乱作答了。为了避免让妈妈检查出作业的漏洞，她一直将作业拖到临睡前才完成。

【粗心也有“理”】

课堂是孩子吸收知识的主要平台，一旦孩子跟这个平台脱轨，学习成绩自然无法提升。一般情况下，当孩子受到父母的斥责时，他们常会回答“我也管不住自己”或“不知道为什么就走神了”。很多父母都以为这些全是孩子的借口，其实孩子并不是在推卸责任，而是他们的确不知道问题的根结在哪里。

处于成长期的孩子心智都尚未成熟，无法控制住自己的思绪。对他们来说，整节课都始终保持注意力高度集中并非易事，为了舒缓自己紧紧绷着的那一根神经，他们会自然地开小差；当他们觉得老师所讲的内容自己已经掌握时，他们的注意力更容易发生转移而进入心不在焉的游离状态。相对于坐在枯燥的课堂上，窗外的美景更富有吸引力，再加上窗外各种声音的直接干扰，他们又理所当然地为自己上课走神找到了借口。

如果父母只是一味地指责孩子的自制力差，而不帮助孩子找出解决问题的方法，时间长了，便会引发孩子的逆反心理，进而导致他们更加肆无忌惮地上课走神。因此，聪明的家长可以从孩子的问题中找出一个闪光点，再逐渐引导孩子完善它。唯有这样，孩子才能更好地去改正自身存在的问题！

【妈妈怎么办？】

显然，孩子上课走神的源头就是自制力较差，只要妈妈从提升孩子的自制力入手，便能让孩子上课时集中注意力了。下面推荐几种方法供



大家借鉴。

✎ 方法一：对孩子进行一定的训练

妈妈可以通过一些锻炼观察力、注意力和记忆力的训练，来培养孩子的专注能力，如走迷宫、找不同、比长短等，或让孩子在规定的时间内，将一幅画中的物品记住并说出来。

妈妈还可以让孩子多玩一些有趣的抗干扰游戏。比如：将羽毛球放在球拍上，让孩子一边颠球一边绕着房子走一圈，要求羽毛球不能掉下来。其间，妈妈要站在旁边用语言或动作对孩子进行干扰。经常玩这种抗干扰的游戏，对提升孩子的注意力是十分有效的。

✎ 方法二：让孩子接受谎言的惩罚

孩子出现自制力差、马虎的时候，常常会找“课堂上学习的我都懂”“作业出现的错误是我不小心看错了”等一些借口或者谎言。因此，当孩子说自己会了并且会考好时，妈妈应当马上让孩子保证，并且写出书面的字条做证据，并注明达不到要求将会受到怎样的处罚。当他们再次这么说时，就可以按照其保证的内容去惩罚他们了。

应当注意的是，惩罚孩子并不是教育孩子的最终目的，而是要让孩子在改掉自身缺点的同时，发掘出孩子身上的优点。

✎ 方法三：在家庭生活中锻炼孩子的自制力

妈妈可以从孩子日常生活中感兴趣的事入手，锻炼孩子的自制力。比如：让孩子参与到妈妈做饭的过程中，让孩子帮妈妈洗洗菜；其间，还可以将所有调料都放在一起，然后跟孩子说：“要集中注意力看妈妈做菜了，如果妈妈忘记放哪种调料，要记得提醒一下妈妈哦！”孩子从没有做过饭，对于这样的体验他们一定会感兴趣的。

妈妈要一边做，一边观察孩子的反应，然后故意少放一两种调料就把菜炒好了，孩子肯定会发现妈妈的“失误”，并指出来。若孩子的注