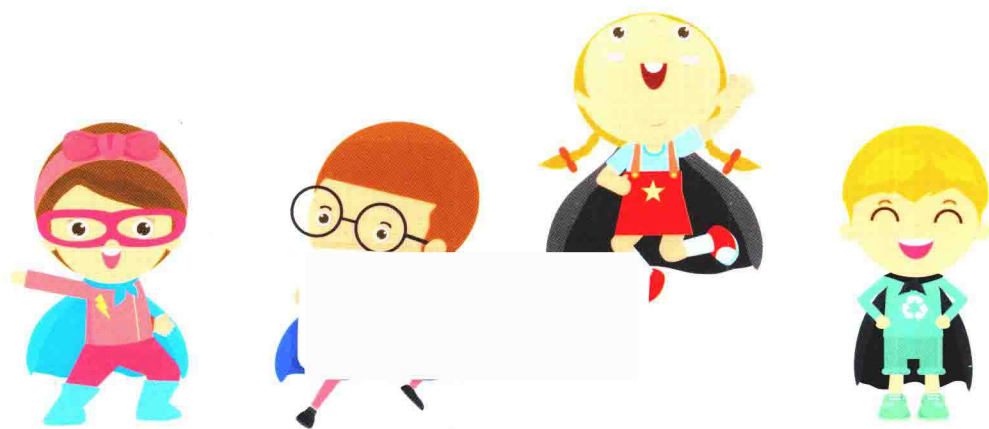


1-2  
年级,

# 陪孩子 走过小学启蒙 关键期

Peikazi  
Zouguo  
Xiaoxue Qimeng  
Guanjianqi

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

入学启蒙这两年，对孩子一生的学习力有重要影响

中国妇女出版社

1-2  
年级,

# 陪孩子 走过小学启蒙 关键期

木紫◎编著

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  
-- 2版. -- 北京: 中国妇女出版社, 2018.3  
ISBN 978-7-5127-1561-5

I. ①1… II. ①木… III. ①小学生—家庭教育  
IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第291490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

封面设计: 尚世视觉

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京市东城区史家胡同甲24号

邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部)

65133161 (邮购)

网 址: [www.womenbooks.cn](http://www.womenbooks.cn)

法律顾问: 北京天达共和律师事务所

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 170×240 1/16

印 张: 15

字 数: 200千字

版 次: 2018年3月第2版

印 次: 2018年3月第1次

书 号: ISBN 978-7-5127-1561-5

定 价: 36.00元

---

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)



## 入学头两年

——宝贵的学习适应期和能力发展期

一位刚刚读一年级的小姑娘一脸郑重地对我说：“阿姨，我是一年级的小学生了，以后不能总是玩儿了！要好好学习！”不管是谁，听到孩子这么真情地对校园生活的告白，都会无比开心。是啊，只要孩子对新生活有憧憬，他的未来就会美好。

一年以后，还是这个孩子，我问她：“妮妮，你现在最喜欢的事情是什么啊？”她噘着小嘴说：“是玩啊！玩最快乐了！可是，妈妈每天都逼着我写字，都没有时间玩了！”

如果这话被父母听到，一定会有人说：“你累，我每天辅导你，送你去培训班，也累啊！”的确，自从孩子上学以后，很多父母便被孩子的学习绑架了，要领着孩子认字母、读课文、学算术，去培训班学特长。

如果单单是做这些事，父母可能要谢天谢地了！因为，让他们烦恼的事情还有很多。在学习过程中，他们还要与孩子的“注意力不集中”“贪玩”“不停地用橡皮擦字”“吹牛”“写完了不检查”“总是看错数字”“昨天记住了今天就忘了”“磨蹭、拖拉”“爱看电视玩游戏”等坏行为、坏习惯做斗争。最要命的是，怎么说、怎么教，孩子就是没有进步、没有改变。对于望子成龙、

望女成凤的父母来讲，能不焦虑吗？

说句实话，急死、累死都没用！父母越是急越是累，就越焦虑越无法淡定，在教育上越是无序、无方。而孩子的成长却是一个有秩序、有需要的发展过程。所谓秩序就是生命发展的轨迹，是生命需要的外显。所谓需要则是孩子对内部环境与外部条件的一种稳定的要求，是孩子行为动力的源泉。任何一个生命的完美发展都离不开对这个秩序的遵守和对需要的尊重。如果父母违背了，那么，孩子在成长过程中出现的各种各样的问题就是对父母最无情的惩罚。

要教育出一个好孩子，就要遵守孩子生命发展的秩序、尊重他的需要，懂得孩子的心理发展规律、懂得不同年龄阶段孩子的需要。这样父母的精力才会用对地方，孩子才能够成为他所能成为的人。

怎么做才算把父母的精力用对地方呢？举个简单的例子，对于刚刚入学的孩子，他是有一定的学习积极性的，但是，如果学习任务太重、学习内容太枯燥，一开始他会咬牙挺住，时间久了就坚持不住了。常见的表现有，上课不注意听讲、完成作业拖拉、不用心记所学知识，甚至逃学等。这样的学习状态的结果就是对学习失去兴趣，影响“学业自我”的建立。

“学业自我”是个体对自己的学业能力的一种自我知觉，是相当长的一个阶段内个体对自己学习能力的比较稳定的看法，这种充满了自我评价式的判断影响着孩子自信心的建立。“学业自我”仿佛是一粒种子，从孩子上学的时候就悄悄地萌芽了，父母不断地给孩子以鼓励，让孩子感受到学习的乐趣、体验到学习上的小成功的满足感，那么孩子的“学业自我”就会顺利地发展起来，以后的学习过程中就比较能够克服困难、约束自己，学习就会呈现一个顺利发展的态势。反之，孩子在学习上则会出现各种状况，同时影响人格的发展。

对于一二年级的孩子来讲，父母好好地保护了孩子那颗好学的心，帮助孩子建立起良好的“学业自我”，就是做了一件把精力用对地方、用对时间的事情！

那么，什么是让孩子成为他所能够成为的人呢？通俗一点儿来讲，如果孩子是一个萝卜，那么就按着萝卜的生长习性来施肥浇水，使其长成一个水多肉厚的大萝卜；如果孩子是一个苹果，那么就按着苹果的生长习性来施肥浇水，使其长成个大味甜的红苹果。要做到这一点，父母的任务就是去发现孩子究竟是萝卜还是苹果。怎么发现呢？需要父母去了解孩子，了解孩子的优势智能、个性特点，不断寻找适合孩子年龄特点的学习方法，真正地把孩子培养成综合能力强而又有自己特长的人格健全的好孩子。

那么，对于一二年级的孩子来讲，父母该怎么做，才算根据孩子年龄特点来培养孩子呢？才算把教育精力用对了时间和地方呢？本书除了在理论上给出了详细的引导和解释外，还指出了具体的做法，非常贴近当下的教育现实。既能够引导父母辅导孩子正确地学习，取得好成绩，也不会忽略孩子的能力发展和兴趣特长。可以说，这是一本促进孩子身心全面发展而又能够让孩子保有特长、幸福成长的指导手册。父母读了，一定受益匪浅。

在本书的编写过程中，我得到了王玉新、张志强、郗玉森、李祥仁、王玉芝、李松敏、魏庆丽、李进科、郗华民、李灿、王锁娣等朋友的大力支持，在此一并表示感谢！



## 第 1 章

### 学会陪伴，帮助孩子适应学校生活

幼升小，孩子需要父母的陪伴 ..... 002

    新环境，孩子需要适应 ..... 002

    准备越充分，孩子越快适应 ..... 003

孩子说：“妈妈，我不想上学了！” ..... 005

    孩子为什么不想上学 ..... 005

    解开孩子的心结，消除负面情绪 ..... 006

孩子为何谎称自己生病了 ..... 008

    孩子为何怕学习 ..... 009

    消除孩子怕的情绪 ..... 010

孩子，你在学校还好吗 ..... 012

    家校沟通的必要性 ..... 013

    巧妙地和老师沟通 ..... 014

妈妈的学习寄语——培养并不遥远的学习观 ..... 016

学习行为的指引：学习观 ..... 017

培养正确的学习观 ..... 017

“好态度效应”：教育不滑坡 ..... 019

发挥好态度效应 ..... 019

入学阶段，父母以什么态度对待孩子呢 ..... 020

## 第 2 章

### 在学习过程中，引导孩子追求好的表现

如何写出一手好字 ..... 024

父母态度：写好字也是一种学习 ..... 024

用科学的方法带领孩子写字 ..... 025

手里攥着橡皮：怕写不好 ..... 028

学习中的“沉锚效应” ..... 028

预防孩子患上橡皮综合征 ..... 030

不粗心、不马虎 ..... 032

粗心马虎不是小问题 ..... 032

改掉孩子粗心马虎的毛病 ..... 034

刚上学的孩子易上课“走神” ..... 036

导致一二年级孩子“走神”的原因 ..... 036

有助于孩子专心听讲的方法 ..... 038



孩子说：老师让做，我就做 ..... 040

大部分孩子具有“向师性” ..... 040

利用好孩子的“向师性” ..... 041

孩子贪玩≠不爱学习 ..... 043

普雷马克原理：以玩促学 ..... 043

应对孩子贪玩的“组合拳” ..... 044

## 第 3 章

### 把素质教育落到实处：不只做“分数状元”

成绩只是成长的一部分 ..... 048

养育大目标：社会化发展 ..... 049

小学低年级，实现社会化的三个原则 ..... 049

继续寻找孩子的优势智能 ..... 052

每个孩子都是天才：优势智能支持孩子迎接美好未来 ..... 053

优势智能都有什么 ..... 054

对于考试，要有客观的认识 ..... 057

考试只是一种考核方法 ..... 057

父母要改变固有的错误认识 ..... 059

不是98分，就是100分 ..... 061

当下的好成绩可能是个“假象” ..... 061

关注孩子的“隐性学力” ..... 062

多参加课内课外活动 .....	064
不是副科，是技常科 .....	065
积极参与，就有收获 .....	066
大脑越用越灵活 .....	068
让孩子认识到：大脑越用越灵活 .....	068
学习过程中，领着孩子多动脑 .....	069
提高动手能力，增强社会适应性 .....	072
巧手靠练习：勤能补拙 .....	072
引导孩子练出一双巧手 .....	073
你的孩子“瞎鼓捣”吗 .....	075
创新就是拆卸、鼓捣 .....	076
创新从动手做开始 .....	077
把奇思妙想做出来 .....	080
发明创造从实践中来 .....	081
鼓励孩子去动手实践 .....	082
不要轻易判定孩子“胡作非为” .....	083
孩子一定有他的道理 .....	084
带孩子做表达训练 .....	085

## 第4章

### 一二年级，早期学习习惯培养

一二年级，好习惯胜过好成绩 ..... 088

学习习惯决定学习状态 ..... 088

一二年级，首要培养的学习习惯 ..... 089

你的孩子会听讲吗 ..... 092

听讲，学习过程的中心环节 ..... 092

高品质听讲习惯，慢慢来 ..... 093

“唱读”是低年级学习特色 ..... 095

认识孩子的“小和尚念经阅读法” ..... 096

从出声读到默读需要一个过程 ..... 097

孩子写作业，陪还是不陪 ..... 099

写作业是一项学习任务 ..... 099

独立、按时写作业习惯的培养方法 ..... 100

没检查，不算写完作业 ..... 102

检查，提高正确率 ..... 102

写完作业就检查 ..... 103

当下最好的复习：考考孩子 ..... 106

复习可以巩固记忆 ..... 106

复习的4个基本方法 ..... 108

- 孩子天生爱读书 ..... 110
- 阅读，开启好人生的大门 ..... 110
  - “自读”和“协读”相结合 ..... 111
- 写话训练：写出来就好 ..... 113
- 思想的载体：语言表达 ..... 114
  - 多做写话训练 ..... 114

## 第 5 章

### 在爱和自由的环境里，内化规矩

- “是它们把小鱼弄死了吗” ..... 118
- 爱自然，成长的第一大规矩 ..... 119
  - 和大自然亲密接触 ..... 119
- 你买吧，我忍了 ..... 121
- 有爱有自由，才有规矩 ..... 121
  - 给孩子立规矩 ..... 123
- 叫不醒，怎么办 ..... 125
- 睡眠决定学习效率 ..... 125
  - 睡好了，孩子才聪明 ..... 126
- 执拗，不听话 ..... 128
- 有规矩才能有“方圆” ..... 128
  - 教孩子守规矩 ..... 129

遵守校园规则 ..... 132

    让规则内化 ..... 132

    培养规则意识，要注重内化 ..... 134

没有坏孩子，都是好孩子 ..... 136

    孩子的思想道德判断力还比较低 ..... 136

    德育，从小事开始 ..... 137

## 第 6 章

### 帮孩子建立起学习上的自信

学习自信源于积极的“学业自我” ..... 140

    “学业自我”是自我认识的关键点 ..... 140

    找优点，激励孩子积极地学习 ..... 141

别让识字难倒了孩子 ..... 143

    识字能力关系孩子的自信心 ..... 143

    孩子容易接受的识字方法 ..... 145

学不会，怎么办 ..... 147

    不能让知识把孩子难住 ..... 148

    想一些特别的办法帮助孩子 ..... 148

孩子可能不会考试 ..... 150

    不懂考试才焦虑 ..... 151

    培养孩子的考试能力 ..... 152

给同学一点儿帮助 ..... 154

帮助别人就是成就自己 ..... 155

消除孩子的“自我中心” ..... 156

一二年级没有“学困生” ..... 158

找到孩子暂时“学困”的原因 ..... 159

对症下药，转化后进生 ..... 161

## 第 7 章

### 机械记忆占主导，怎么做记得更牢固

记得快，忘得也快 ..... 164

一二年级孩子记忆的特点：机械性 ..... 165

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

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

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 ..... 175

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

运用创设情境的原则 ..... 178

## 第 8 章

### 促进孩子意志品质的发展

不轻视“三分钟热度” ..... 182

良好的意志品质：坚持到底 ..... 182

劲头保鲜法：预防“半途效应” ..... 183

不随意发脾气 ..... 185

受控于“本我”的孩子 ..... 186

提升孩子的自我控制水平 ..... 186

看电视：按着父母的要求来 ..... 188

当心，电视会让孩子变笨 ..... 188

让电视帮助孩子成长 ..... 190

网络：孩子应该怎么用 ..... 192

电脑：一把双刃剑 ..... 192

把电脑变成孩子的“益友” ..... 194

做事有耐心 ..... 196

有耐心，坐得住 ..... 196

培养孩子的耐心 ..... 197

## 第 9 章

### 行为有问题及时改，才能塑造好性格

#### 假话多：又吹牛又撒谎 ..... 202

吹牛、撒谎背后的心理秘密 ..... 202

引导孩子说实话、真话 ..... 204

#### 窝囊：又被人欺负了 ..... 206

打架，一定有挨打的一方 ..... 206

引导孩子变强壮、变勇猛 ..... 207

#### 记仇：小摩擦后，不理人 ..... 210

与同学发生小摩擦，很正常 ..... 211

教孩子宽以待人 ..... 212

#### 以自我为中心：眼里没有别人 ..... 214

以自我为中心，可能会自私自利 ..... 214

去中心化：预防自私自利 ..... 215

#### 依赖：自己拿不定主意 ..... 217

依赖的孩子长不大 ..... 218

适当“甩手”，孩子更独立 ..... 219

#### 拖拉：容易被忽视的坏习惯 ..... 221

拖拉背后的复杂心理问题 ..... 222

培养一个不拖拉的孩子 ..... 223



# 第 1 章

## 学会陪伴， 帮助孩子适应学校生活



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，进入以“学习”为主的环境。孩子天性好玩儿，强迫他立刻进入学习状态很容易激发他抵触、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，父母先要帮助孩子去适应校园生活。