

好成绩，只会让家长高兴一时；
好习惯，却会让孩子受益一生！



小学1-3年级， 至关重要的 51个好习惯

XIAOXUE1-3NIANJI

ZHIGUANZHONGGYAODE51GEHAOXIGUAN

一线教师告诉你：让孩子习惯好、成绩好、

越学越有“后劲儿”的**实用方法大汇集**

方舟 



 朝華出版社

小学1-3[●]年级，
至关重要的
51[↑]好习惯

XIAOXUE 1-3NIANJI
ZHIGUANZHONGYAO DE 51GEHAOXIGUAN

方舟 

 朝華出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学 1-3 年级,至关重要的 51 个好习惯 / 方舟主编.

—北京:朝华出版社,2010.10

ISBN 978-7-5054-2542-2

I. ①小… II. ①方… III. ①小学生-习惯-培养

IV. ①G625.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 206664 号

小学 1-3 年级,至关重要的 51 个好习惯

主 编 方 舟

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 王 磊

责任印制 张文东

封面设计 荆棘设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市车公庄西路 35 号 邮政编码 100048

订购电话 (010)68413840 68433213

传 真 (010)88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

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 787mm×1092mm 1/16 字 数 200 千字

印 张 16

版 次 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2542-2

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



序 言

很多家长的脑中都有这样一个疑问：小学1-3 年级，也就是小学低年级阶段，父母最重要、最首要的教育工作是什么？

对于这样的问题，我总会给出这样的两点忠告：

◇成绩高低，并不意味着什么，更不能决定什么——因为很多孩子的成长经历，以及过往的教学经验告诉我们，小学低年级时孩子所取得的成绩，与日后的学业是否有成关系并不大！

◇习惯好坏，绝对是意义深远的一件事，甚至会影响孩子的一生——一个自信的孩子，一个快乐学习的孩子，一个勤于思考的孩子，一个积极上进的孩子……孩子身上的好习惯越多，成才的可能性才越大。

培养孩子的好习惯，才是重中之重！

我之所以会给出这样两点忠告，也是源于多年的教育感悟。在小学低年级孩子的教育方面，我始终认为，孩子的学业之途，更像是爬山，开始的1-3 年级是山脚，怎么登上去、或快或慢，这都并不重要；重要的是，随着登山难度的增强，孩子是否存储



了足够的体能，在以后的途中能够更快点、更稳点，直至最终成功登顶。很多时候，孩子现在表现如何并不重要，重要的是他一定要有后劲儿。

什么是后劲儿？就是指孩子在长大一些后，上高年级乃至中学、大学后，确保他能够保持优秀、更为卓越的一种能力。当然，这也就要求我们这些做父母的，在小学低年级阶段，就要为孩子日后的学业生涯布局谋篇、积蓄能量，培养他日后获得更多100分的能力。

再举个我们身边常见的例子，比如在小学低年级阶段，常有这样两类家长：

有一类家长，特别重视孩子的成绩，但凡哪一次孩子不得100分回来，他们就会很生气，不仅会责备孩子，还会因此给孩子额外增加很多学习任务；

还有一类家长，他们从不过分关注孩子的分数，但在他们的引导下，孩子却养成了认真写作业、主动学习、珍惜时间等好习惯。

在这两类家长的培养之下，哪类孩子会更有后劲儿，发展得更好？相信不用我多说什么，家长们心里已经有了自己的答案。唯分数、唯成绩论英雄的家长，培养出了厌烦学习、视学习为苦役的孩子，孩子一旦长大成人，有能力进行反抗的时候，他的第一选择必然是叛逆、是逃离。而不关注成绩，更注重孩子好习惯培养的家长，则全然不是这样，他们培养出了会学习、乐于学习的孩子，当孩子长大成人，这种良好的习惯更是会让其受益终身。

我们甚至可以这样说，在小学1-3年级阶段——

好成绩，只会让家长高兴一时；

好习惯，却会让孩子受益一生。



那么，在孩子小学1-3年级阶段，这个学习生涯的初始阶段，家长究竟应该着重去培养孩子的哪些好习惯呢？

事实上，这也正是本书所要阐述的重点。在本书中，我们这些教师集思广益，将小学低年级孩子所应具有的好习惯分为了以下几大类：

个性方面——自信、乐观、宽容、不任性……父母必须抓住孩子个性形成的关键期；

学习习惯方面——踊跃回答老师提问、写作业不拖拉、认真听课……每一个学习过程中的小细节，都足以成为孩子学业之路上的大问题；

学习能力方面——热爱阅读、爱动脑筋、爱学习……掌握一些技巧，孩子才能真正达到“乐学、会学”的最高境界；

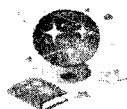
行为、做事方面——做事有计划、勤奋、体贴父母……这都是为孩子收获美好未来打牢基础的首要前提；

能力方面——善于观察、头脑理智、善于想象和创造……父母多付出一点儿，孩子成功的资本才能更雄厚一点儿。

教育的问题，一定要赶早不赶晚。小学1-3年级，是孩子步入学习生涯的早期，也是孩子身上各种习惯的关键成型期，希望我们广大家长都能认识到这一点，及时给予孩子更多有“后劲儿”的帮助！

CONTENTS 目录

第一章 个性方面——小学1-3 年级，抓住孩子个性形成的关键期	001
1 自信	003
(1) 讲究技巧地称赞孩子	
(2) 告诉孩子应该怎么做，给予他成功的机会	
2 乐观	009
(1) 教会孩子说“太好了”	
(2) 家长要做好孩子的“教科书”	
3 能控制自己的脾气	015
(1) 学会对孩子喊“暂停”	
(2) 父母先要学会控制自己的情绪	
4 宽容大度	019
(1) 教孩子正确看待与同伴之间的矛盾	
(2) 让孩子学会转换角度思考问题	
5 勤俭节约，不奢侈	024
(1) 让孩子亲身体验赚钱的艰辛	
(2) 让孩子体验一下“贫穷”	
6 善良有爱心	028
(1) 教孩子学会同情别人	
(2) 给孩子养个小动物	



- 7 不任性..... 031
 - (1) 对于孩子的任性不予理睬
 - (2) 事前“约法三章”
- 8 懂得站在对方角度分析问题..... 036
- 9 诚实守信..... 040
 - (1) 家长要正确对待孩子的错误
 - (2) 给予一定的时间，让孩子去反思

第二章 学习习惯方面——小学1-3年级，影响孩子学业问题的 那些小细节、大问题

- 1 快乐学习的习惯..... 047
 - (1) 把玩的时间还给孩子
 - (2) 让孩子体验运用知识的乐趣
- 2 踊跃回答老师的提问..... 051
 - (1) 在家里进行模拟课堂练习
 - (2) 不要过分在意孩子回答得对与错
- 3 写作业不拖拉..... 056
 - (1) 让孩子看到玩的“希望”
 - (2) 规定时间内没有完成便立即停止
- 4 主动学习，学习自觉性高..... 062
- 5 不写错别字..... 066
 - (1) 正误对比，纠正错别字
 - (2) 激发纠错意识，主动改错
- 6 认真对待每一次作业..... 070
- 7 从容对待考试..... 073
- 8 认真听课的习惯..... 076
 - (1) 告诉孩子：上课铃一响，立刻进入听课状态
 - (2) 告诉孩子：认真听课听什么

9	认真书写的习惯·····	081
10	珍惜时间·····	083
	(1) 把时间调快5分钟	
	(2) 教孩子统筹时间的科学方法	
11	勤奋学习的习惯·····	087
	(1) 对孩子的努力给以关注和承认	
	(2) 激发孩子的学习兴趣	
12	爱惜学习用品的习惯·····	091
	(1) 适时奖励孩子的节约	
	(2) 学习用品, 尽量做到“买少不买多”	
13	学习细心细致·····	096
第三章 学习能力方面——小学1-3年级, 让孩子爱学习、 学习好的一些技巧····· 099		
1	喜欢写作·····	101
	(1) 让孩子去观察和体验生活	
	(2) 用放大镜找出孩子作文中的优点	
2	热爱阅读·····	107
	(1) 及时解决孩子阅读时的困难	
	(2) 读故事而不是讲故事	
3	经常写日记·····	112
	(1) 帮助孩子寻找写日记的话题	
	(2) 教孩子写未来日记	
4	爱好学数学·····	117
	(1) 多让孩子做数学趣味题	
	(2) 让孩子在生活中学数学	



- 5 对自己的学习能力有信心..... 122
 - (1) 只鼓励，倒数第一也不批评
 - (2) 要让孩子相信自己是聪明的
- 6 独立学习，不依赖父母..... 127
 - (1) 只陪伴，不陪读
 - (2) 孩子的作业出点错是好事
- 7 爱动脑筋，善于提问题..... 134
- 8 每天都自觉预习..... 138
- 9 每天都主动复习..... 141
- 10 不偏科..... 144

第四章 行为、做事方面——小学1-3年级，为孩子的

美好未来打牢基础 149

- 1 做事有条理..... 151
 - (1) 让孩子自己动手收拾书包
 - (2) 对比、分析事情的轻重缓急
- 2 做事有计划，并能按时完成计划..... 157
 - (1) 制订能激发孩子执行欲望的计划
 - (2) 不认真落实计划——坚决不让“底线”移位
- 3 今日事今日毕的习惯..... 163
 - (1) “一分钟专项训练”帮孩子感受时间
 - (2) 送孩子一块手表
- 4 勤奋，不懒惰，不偷懒..... 167
 - (1) 明文规定家庭成员的权利与义务
 - (2) 孩子就得穷着养

5	做事有效率，不拖拉，不磨叽·····	171
	(1) 为孩子准备一个“计划完成日志本”	
	(2) 对孩子的磨蹭进行“自然惩罚”	
6	体贴父母，感恩父母·····	176
	(1) 在给予孩子爱的同时，也要记得向孩子索取爱	
	(2) 为孩子做出孝敬的榜样	
7	不沉迷网络游戏·····	180
	(1) 把上网当成一种“惩罚”手段	
	(2) 带孩子接触丰富多彩的世界	
8	不迷恋电视·····	185
9	不睡懒觉，早睡早起·····	189
10	举止文雅，有礼貌·····	192
	(1) 告诉孩子具体应该怎么做	
	(2) 给孩子找个学习的榜样	
11	交几个优秀的好朋友·····	196
	(1) 鼓励孩子邀请朋友到家里来玩	
	(2) 家长尽量少插手孩子之间的事	
12	坐姿正确，讲究用眼卫生·····	201

第五章 能力方面——小学1-3 年级，赋予孩子更多

	成功的资本 ·····	203
1	勤于思考的习惯·····	205
	(1) 从感兴趣的科目入手引导孩子思考	
	(2) 家庭问题，多征求孩子的意见	
2	善于观察的习惯·····	210
	(1) 激发孩子观察的欲望	
	(2) 鼓励孩子用“鼻子”“嘴巴”去观察	



- 3 能够集中注意力..... 215
- (1) 通过游戏提升孩子的注意力
 - (2) 将“集中注意力学习一小时，然后休息”做成牌子挂在书桌前
- 4 丰富的想象力..... 221
- (1) 引导孩子编故事
 - (2) 多问孩子“像什么”
- 5 做事有耐心，不毛躁..... 226
- (1) 增强孩子的自控能力
 - (2) 让孩子承担一点责任
- 6 使孩子能够更快地融入集体..... 231
- (1) 培养孩子的集体意识
 - (2) 教孩子一些交际技巧
- 7 有创造力..... 237
- (1) 给孩子足够的探索空间
 - (2) 允许孩子搞些“小破坏”

第一章

个性方面——小学 1-3 年级，
抓住孩子个性形成的关键期



很多家长常常这样问我：“什么样的孩子更易在未来获得成功？”

针对这一话题，我能与家长们聊上几天几夜。在多年的教学过程中，我教过很多优秀的孩子，这些孩子进入社会后也都取得了不菲的成绩。

当然，这些孩子，成绩不一定是优异的，也不一定是家长眼中的乖宝宝，但无一例外的，在他们身上都有着某种闪光的个性：

因为乐观，他们会少钻很多“牛角尖”；

因为自信，他们有更多的机会体验成功；

因为善于交际，将来进入社会他们就会不再频频碰壁；

.....

1 自信

对于低年级的孩子来说，家长就像一面镜子，孩子自我感觉良好，还是觉得自己一无是处，完全来自于家长这面“镜子”所呈现出的形象。

我曾教过这样两个孩子：

这两个孩子同岁，在同一个班级，家住同一个小区，家庭条件都比较不错。更难得的是，她们的妈妈是好朋友，经常会给她们买同一款式的衣服、一模一样的学习用品。因此，别人常常误以为她们是双胞胎。

但令我想不明白的是，这两个孩子在学校的表现却大不相同：一个孩子总是认为自己什么也做不好，而失败和坏运气也常常伴随着她；一个孩子总是自我感觉良好，认为什么事都难不倒她，事实也的确如此，成功与好运气经常会降临在她的头上。

两个孩子各方面的条件都相当，但为什么在自我感觉方面却表现得如此不同呢？

与她们进行深入沟通后我才知道，她们之所以表现迥异，与家长的教育有很大的关系。第一个孩子曾亲口对我说，她在家里常常会被家长“挑剔”，例如，爸爸妈妈常常这样对她说：“你走路能不能挺直腰板！”“把你的头发梳起来行吗？这样太难看了。”……在家长的“挑剔”和“打击”下，她时常觉得自己一无是处。



但第二个孩子在家里的“待遇”却完全不同，她从小就是被父母“宠”大的。例如，她抱怨自己的眼睛不够大，爸爸告诉她：“虽然你眼睛不大，但与鼻子、眼睛等五官配在一起却非常协调。”她嫌自己的个子太矮，妈妈告诉她：“瘦瘦小小的女孩才会惹人怜爱。”……因此，不论是走到哪里，这个孩子都自我感觉良好。

小学低年级的孩子正处于自我评价形成的重要时期，家长的教育不但会影响他们的自我评价，还是决定他们是否自信的关键要素。因此，每次开家长会时，我都这样对家长们说：“孩子需要家长的引导才能正确地认识自己、需要家长的鼓励才能对自己充满信心。”

其实，如果仔细区分，每个班级的孩子都可以分为这样两部分：一部分是自我感觉良好的孩子，他们的口头禅是“没问题，我能行”；一部分是自我感觉不好的孩子，他们经常说的话是“我不行，我做不好”。

亲爱的家长朋友，你的孩子是哪一部分中的一员呢？如果他属于前者，那恭喜你，你的孩子对自己很有信心，你的任务就是把孩子这种自我感觉良好的状态一直延续下去。如果他属于后者，那很不幸，你的孩子很不自信，那你现阶段最紧迫的任务就是增强孩子的自信心。

家长们可不要小看自信心，它就好比人的心理建筑工程师，因为它的存在，孩子会快乐、积极，会不畏艰险、勇往直前……在他们身上总会有奇迹发生；反之，没有信心，孩子会消极、悲观，会错失机遇、萎靡不振……他们的经历总会与失败联系在一起。

小学低年级是孩子学习生涯的初始阶段，是他们人生的重要开端期，只有时刻自我感觉良好，孩子才能顺利地走过这一重要

开端期；也只有顺利走过这一开端期，孩子对自己的未来才更加信心十足。

如何才能让这些低年级的孩子时刻自我感觉良好呢？

（1）讲究技巧地称赞孩子

记得一位心理学家曾说过这样一句话：“自信的人照镜子时看到的都是自己的优点，不自信的人照镜子时看到的都是自己的缺点。”

这一理论对于小学低年级的孩子同样适用，如果你的孩子在照镜子时总是抱怨自己的眼睛太小、鼻子太宽、嘴巴太大……这说明他对自己的信心不足，至少他的关注点总是在自己的缺点上面。

我曾问过很多孩子这样一个问题：“你在什么情况下才会自我感觉良好？”

大多数孩子都这样回答我：“别人夸奖我的时候，特别是爸爸妈妈夸奖我的时候。”因此，家长的夸奖和赞美是孩子强有力的强心剂。

关于如何赞美和夸奖孩子，一位家长的经验是这样的：

我一般不会直接对她说“你真棒”“你做得真好”等表扬的话语，而是从侧面让她了解我对她的欣赏。例如，家里来了客人，在与客人的聊天中，我常常这样评价她：“她时常帮我做家务，这着实让我轻松了很多，她真的很懂事！”“她写作业从不用我催促，这是她与其他孩子与众不同的地方！”……了解了我对她的这些评价之后，她的表现不但越来越优秀，而且对自己也越来越有信心了。

在幼儿园阶段，一句“你真漂亮”“你做得真好”等类似夸奖的话就会让他们高兴上半天；但随着孩子年龄的增长以及理性思维能力的萌芽，如果家长还是那样不讲究技巧地夸奖他们，不