



1-2 年级， 激活孩子能力的关键期

1-2 年级的孩子犹如一张白纸，家长的每一分付出，都将在孩子身上产生明显的结果。

1-2Nianji, Jihuo Haizi Nenglide
Guanjianqi

黄健清 ■ 编著



中国华侨出版社

1-2年级， 激活孩子能力的关键期

1-2年级的孩子犹如一张白纸，家长的每一分付出，
都将在孩子身上产生明显的结果。

1-2Nianji,JihuoHaiziNenglide
Guanjianqi

黄健清 ■ 编著

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

1-2 年级, 激活孩子能力的关键期 / 黄健清编著. —北京: 中国华侨出版社, 2012.4

ISBN 978-7-5113-2222-7

I. ①1… II. ①黄… III. ①儿童教育: 家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 033319 号

●1-2 年级, 激活孩子能力的关键期

编 著 / 黄健清

责任编辑 / 文 丹

版式设计 / 丽泰图文设计工作室 / 桃子

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 710×1000 毫米 1/16 开 印张/16.5 字数/238 千字

印 刷 / 三河市华润印刷有限公司

版 次 / 2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2222-7

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

帮助孩子走好人生的第一步

结束幼儿园的生活，孩子就要进入小学低年级，也就是1-2年级。这个时候，无论是家长还是孩子，隐隐中都会透着一丝陌生感以及恐惧感。通常我们认为，小学是一个人学习生涯的开始，要帮孩子开好上小学的头，家长首先要做的一件事就是——帮助孩子顺利度过幼儿园与小学的衔接期。

可是，有些家长会很迷茫地发出疑问：“我不知道该从哪些方面入手做准备？”……孩子突然间从熟悉的幼儿园环境迁移到陌生的小学环境，大都会经历这样一些变化：一是教师的角色在变化。幼儿园的老师对孩子担任着双重角色——“妈妈”和“老师”，要既温柔又细心地照顾孩子，又要教给孩子一些知识。但是小学里的教师，为了培养孩子的独立能力，“妈妈”角色的功能弱化，“老师”角色的功能在增强，更注重知识的教授。二是孩子的学习方式发生了变化。幼儿园里，孩子一般都是在游戏中学习；但在小学的课堂上，孩子不但不可以做游戏，而且还要集中精神坐上45分钟，课后还要完成家庭作业……孩子因为这些变化，自发地会产生许多例如焦虑、紧张、抗拒上学等不适应状态，如果家长这时候也因为孩子的不适应而惊慌失措，那就是自乱了阵脚，对孩子没有一点好处。

作为一名小学1-2年级学生的家长，需要多了解这个年龄段孩子的心理特点以及孩子在新的环境里最常出现的问题，然后针对问

题，拿出具体的措施和办法，帮助孩子以最佳的状态迎接小学阶段的学习和生活。

如果孩子没能走好小学 1-2 年级这关键的一步，那他们将会陷入以下这几种混乱的状态之中：

1-2 年级是孩子人生的“幼小衔接期”——如果家长没有掌握如何科学地引导孩子度过这个时期的办法，那么孩子将很难进入小学学习的状态；

1-2 年级是孩子心理的过渡期——如果家长面对孩子的心理变化，不懂得如何帮助他化解心理危机，将会影响到他良好性格、心态的形成；

1-2 年级是孩子良好性格、习惯开始形成的关键期——这个时期放任孩子的性格习惯发展，很有可能促使他养成坏品格、坏习惯；

1-2 年级是孩子智力开发的黄金期——在这一时期，家长的教育方式，可以让孩子成为天才，也可以让孩子成为笨蛋；

1-2 年级是激发孩子阅读兴趣的关键期——阅读是积累财富的一种行为，而激发孩子的阅读兴趣就是帮助他发掘财富的开端；

1-2 年级是爸爸妈妈发挥父职母职的关键时期——这个时期的爸爸妈妈扮演好自己的角色，能够最大程度地让孩子快乐成长。

每个家长都想找到教育孩子的捷径，现在捷径就摆在我们面前：在孩子成长的关键期、学习的开端期，对孩子施行最科学、最正确的教育和引导，促使孩子踏踏实实地迈好人生的第一步。

在本书中，我们将站在广大家长的角度，结合中国家庭的实际情况，结合孩子的心理特征，以及结合中国的教育现状，提出了一系列如何塑造一二年级孩子良好性格、超强学习能力、健康的身心素质及指导年轻的父母如何发挥自身角色作用等方法，希望能够帮助广大父母教育孩子，达成“望子成龙，望女成凤”的心愿！

第一章 1-2 年级，激活孩子能力的关键期

通常我们认为幼儿园时期是孩子最快乐的时光，因为这个时期孩子率真稚气、无忧无虑，也没有家庭作业，但是，每一个孩子来到世界上的意义远不止是游戏和玩耍，他们将不可抗拒地要接受系统的文化教育和素质教育。1-2 年级就是这个教育过程的开始，家长要特别注意培养孩子的好性格与好习惯。

第一节 家长应该如何帮助孩子度过幼儿园与小学的衔接期

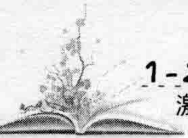
孩子角色暂时转不过来，家长别着急	010
让孩子在学校里交到好朋友	015
让孩子觉得没有玩具的课堂同样有趣	020

第二节 1-2 年级，培养孩子好习惯的最佳时期

好习惯要从小培养，1-2 年级是最佳时期	023
培养好习惯需要引导力	028
培养好习惯用加法，去除坏习惯用减法	032
找老师帮忙培养孩子的好习惯	035

第三节 1-2 年级，培养孩子好性格、好品质的关键期

性格内秀后劲力强	037
面对孩子“偷窃”，家长该怎样引导	039



第二章 孩子上小学，心理需要一个过渡期

孩子初入小学，在新环境中多少都会感到拘谨或害怕，心理上大多需要一个过渡期。家长要多与孩子交流，让孩子感觉到小学学习的美好气氛，引导孩子积极与同学、老师交往，令他在心理上接纳小学，这样可以帮助他们增强信心，慢慢摆脱对大人的依赖，开始独立处理自己学习与生活上的事情。

第一节 一年级孩子容易产生的心理问题

家长的过度焦虑会传染孩子	044
孩子多动源于心理习惯和缺少注意力训练	046
学习困难综合征	049
学校恐怖症	054

第二节 二年级孩子最容易产生的心理问题

积极帮厌学的孩子减压	057
逆反是一柄双刃剑	061
孩子自卑，要找到根源	064
二年级孩子也有报复心理	066

第三章 1-2 年级，开发孩子潜力的黄金时期

每个孩子都具有与生俱来的潜能，作为父母，绝不能让孩子输在起跑线上。研究指出孩子的第二个开发阶段是 7 到 10 岁，也就是说，在经历幼儿园潜能启蒙期后，从一、二年级开始，进入一个潜能开发的黄金时期。能否抓住这个潜能开发关键期，将直接决定孩子今后的生活和学习质量。

第一节 让孩子拥有健康的大脑

注重孩子的右脑开发	072
一、二年级的孩子怎样吃才能健脑益智	075
一、二年级的孩子怎样睡觉大脑才健康	078

第二节 善用音乐，提升孩子的智力

音乐为什么具有提升智力的作用	082
怎样实施音乐益智法	085
音乐帮助孩子学习更出色	087

第三节 玩出一个聪明小孩

体育运动让孩子思维活跃	090
因好奇而玩出名堂	092

第四节 开发孩子潜能的法则

培养孩子多方面的兴趣与热情	098
---------------------	-----



强制教育抹杀孩子的潜质	102
让孩子对自己有一个清楚的自我认识	105
重视孩子情商的发展	108
为孩子的潜能发展创造环境	111

第四章 1-2 年级，培养孩子学习能力的关键期

孩子进入小学，走进一个与幼儿园极不相似的环境，这里没有玩具、没有生活老师，也没有零食吃，这里有的是厚厚的书本、严肃的老师，还有做不完的作业。在这个阶段，孩子刚刚接触到新的学习模式，父母对孩子要多进行具体学科的学习能力的培养，帮助孩子建立正确的学习意识，充分利用好这个关键期。

第一节 学习各科目的窍门

学习拼音的诀窍	116
一、二年级是孩子学英语的最佳时期	119
二年级，做好学习奥数的准备	122

第二节 好成绩源于正确的方法

劳逸结合学习效率高	125
学会合理分配时间	127
让孩子有计划地进行学习	129
培养孩子的学习注意力至关重要	133

第三节 孩子的学习让孩子做主——独立学习能力的培养

培养独立的思考能力 139

自己决定先做哪一科作业 143

第五章 1-2 年级，孩子的学习动力是兴趣

家长都会为督促孩子用功读书而感到烦恼，总是认为他们学习不积极、不主动。但事实上，孩子的学习动力是与生俱来的。当孩子两三岁的时候对外界事物都会充满好奇，什么都想问，什么都想知道，为何孩子年纪愈大，愈对学习丧失兴趣呢？其实，孩子内在的学习动力一点都没有减弱，关键是我们没有很好地激发起他的学习兴趣。

第一节 孩子学习不主动，是因为缺乏学习兴趣

家长自测——你的行为是否削弱了孩子学习的兴趣 146

激发孩子学习兴趣的对策 149

第二节 让孩子觉得学习是件快乐的事情

让孩子给你解答问题，提高他的成就感 155

面对孩子糟糕的分数，延后批评 159

物质奖励减少，精神奖励增加 160



第六章 1-2 年级，培养孩子阅读能力的黄金期

进入小学低年级，是孩子们正式进行文字阅读的开始。联合国教科文组织研究表明，儿童阅读能力培养的关键期是一、二年级，小学中年级之后就会相对困难。也就是说，应该使孩子在 8 岁左右就进入自由阅读状态。孩子具备了阅读能力，知识面才能逐渐得到拓宽。父母作为培养孩子阅读能力的主要力量，一定要在这个方面起到言传身教的作用。

第一节 1-2 年级的孩子需要桥梁书

什么是桥梁书	164
把孩子引进独立阅读的门槛	166

第二节 如何培养孩子的阅读能力

激发孩子的阅读兴趣	170
让孩子读到好书的办法	174
教给孩子一些简单的速读方法	179
没必要给孩子开书目	180
书选得不对，孩子不愿读——选书的诀窍	182

第三节 怎样阅读才有效

两个人一起享受阅读	185
阅读后与孩子讨论内容	186
把故事传达给他人	188

享受独自阅读的乐趣	189
评价书中所出现人物的行为	190

第四节 1-2 年级的孩子喜欢读什么书

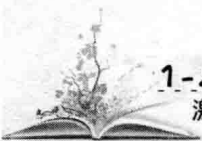
最喜欢阅读幻想型书籍	191
喜欢阅读自己选择的书籍	193
阅读有关友情的书籍	194
憧憬冒险世界	195
喜欢可以让自己流露同情心的主角	196

第七章 做最称职的爸爸妈妈

从孩子呱呱坠地那一刻开始，每位父母都能明白其中的责任。但是，如何才能做好最称职的爸爸妈妈？这是一道没有标准答案的人生考题。人常说，父母是孩子的第一任老师。是成就孩子，还是毁掉孩子，父母的教育对孩子影响最大。父母教育孩子的过程，实际上也是个自我教育的过程。

第一节 做一个乐观的家长

信任孩子，是对他最好的帮助	198
为孩子的错误感到庆幸	201
给孩子最乐观的评价	203



第二节 妈妈要给孩子最科学的爱

妈妈的爱是无条件的，但要有原则	206
爱要收支平衡，孩子才会爱人	209
开给年轻妈妈的心灵处方	214

第三节 爸爸不能忽视自己的父职

闲谈“父职”	219
孩子太柔弱源于“缺乏父爱综合征”	221
父亲在家庭教育中的优势	224

第八章 1-2 年级，孩子经常出现的问题

一、二年级的孩子正是处于一个懵懵懂懂的年龄，他们涉世未深，有的时候不懂得怎样面对挫折，有的时候不知道如何纠正自己的粗心，也有的时候害怕独处……而年轻的父母们育儿的经验也不多，面对孩子经常出现的各种问题，往往会感到手足无措。其实，这些问题，无论是对于父母还是对于孩子，都是很正常的现象。爸爸妈妈们不必过于忧虑，可以通过各种渠道，多了解孩子的心理，然后帮助孩子解决。

粗心大意	230
爱打架	237
总想让父母陪着自己	239
经不起挫折	245

第一章 1-2 年级，激活孩子能力的关键期

通常我们认为幼儿园时期是孩子最快乐的时光，因为这个时期孩子率真稚气、无忧无虑，也没有家庭作业，但是，每一个孩子来到世界上的意义远不止是游戏和玩耍，他们将不可抗拒地要接受系统的文化教育和素质教育。1-2 年级就是这个教育过程的开始，家长要特别注意培养孩子的好性格与好习惯。

第一节 家长应该如何帮助孩子度过幼儿园与小学的衔接期

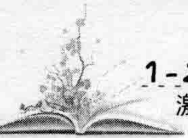
孩子角色暂时转不过来，家长别着急	010
让孩子在学校里交到好朋友	015
让孩子觉得没有玩具的课堂同样有趣	020

第二节 1-2 年级，培养孩子好习惯的最佳时期

好习惯要从小培养，1-2 年级是最佳时期	023
培养好习惯需要引导力	028
培养好习惯用加法，去除坏习惯用减法	032
找老师帮忙培养孩子的好习惯	035

第三节 1-2 年级，培养孩子好性格、好品质的关键期

性格内秀后劲力强	037
面对孩子“偷窃”，家长该怎样引导	039



第二章 孩子上小学，心理需要一个过渡期

孩子初入小学，在新环境中多少都会感到拘谨或害怕，心理上大多需要一个过渡期。家长要多与孩子交流，让孩子感觉到小学学习的美好气氛，引导孩子积极与同学、老师交往，令他在心理上接纳小学，这样可以帮助他们增强信心，慢慢摆脱对大人的依赖，开始独立处理自己学习与生活上的事情。

第一节 一年级孩子容易产生的心理问题

家长的过度焦虑会传染孩子	044
孩子多动源于心理习惯和缺少注意力训练	046
学习困难综合征	049
学校恐怖症	054

第二节 二年级孩子最容易产生的心理问题

积极帮厌学的孩子减压	057
逆反是一柄双刃剑	061
孩子自卑，要找到根源	064
二年级孩子也有报复心理	066

第三章 1-2 年级，开发孩子潜力的黄金时期

每个孩子都具有与生俱来的潜能，作为父母，绝不能让孩子输在起跑线上。研究指出孩子的第二个开发阶段是 7 到 10 岁，也就是说，在经历幼儿园潜能启蒙期后，从一、二年级开始，进入一个潜能开发的黄金时期。能否抓住这个潜能开发关键期，将直接决定孩子今后的生活和学习质量。

第一节 让孩子拥有健康的大脑

注重孩子的右脑开发	072
一、二年级的孩子怎样吃才能健脑益智	075
一、二年级的孩子怎样睡觉大脑才健康	078

第二节 善用音乐，提升孩子的智力

音乐为什么具有提升智力的作用	082
怎样实施音乐益智法	085
音乐帮助孩子学习更出色	087

第三节 玩出一个聪明小孩

体育运动让孩子思维活跃	090
因好奇而玩出名堂	092

第四节 开发孩子潜能的法则

培养孩子多方面的兴趣与热情	098
---------------------	-----



强制教育抹杀孩子的潜质	102
让孩子对自己有一个清楚的自我认识	105
重视孩子情商的发展	108
为孩子的潜能发展创造环境	111

第四章 1-2 年级，培养孩子学习能力的关键期

孩子进入小学，走进一个与幼儿园极不相似的环境，这里没有玩具、没有生活老师，也没有零食吃，这里有的是厚厚的书本、严肃的老师，还有做不完的作业。在这个阶段，孩子刚刚接触到新的学习模式，父母对孩子要多进行具体学科的学习能力的培养，帮助孩子建立正确的学习意识，充分利用好这个关键期。

第一节 学习各科目的窍门

学习拼音的诀窍	116
一、二年级是孩子学英语的最佳时期	119
二年级，做好学习奥数的准备	122

第二节 好成绩源于正确的方法

劳逸结合学习效率高	125
学会合理分配时间	127
让孩子有计划地进行学习	129
培养孩子的学习注意力至关重要	133