

自助育儿宝典

[英] 乔纳森·汉考克 (Jonathan Hancock) 著 秦倩 颜方明 译

学会掌握规则、担任角色、承担责任 健康家庭、健康心灵 如何充分开发孩子的智力潜能
让孩子学会自我掌控学习 **开发团队合作能力** 提高沟通技能 **增强自信心** 提
关键思维和学习技能 鼓励孩子进行哲学性思辨 **学会掌握规则、担任角色、承担责任**
庭、健康心灵 如何充分开发孩子的智力潜能 **让孩子学会自我掌控学习** **开发团队合作能**
力 提高沟通技能 **增强自信心** 提高注意力**关键思维和学习技能** 鼓励孩子进行哲学性思
辨 **学会掌握规则、担任角色、承担责任** 健康家庭、健康心灵 如何充分开发孩子的智力潜
能 让孩子学会自我掌控学习 **开发团队合作能力** **提高沟通技能** 增强自信心 提高注意
力**关键思维和学习技能** 鼓励孩子进行哲学性思辨 **学会掌握规则、担任角色、承担责任**

给孩子最好的开始



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

TEACH YOURSELF

HELP YOUR CHILD SUCCEED AT SCHOOL

自助育儿宝典

★★★ 入学期 ★★★

[英] 乔纳森·汉考克 (Jonathan Hancock) 著

秦倩 颜方明 译



北京师范大学出版集团

BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP

北京师范大学出版社

copyright © 2010 Jonathan Hancock. First published in UK 2010 by Hodder Education, part of Hachette UK, 338 Euston Road, London NW1 3BH. www.hoddereducation.co.uk. Chinese simplified language edition published by Beijing Normal University Press (Group) Co., Ltd ©2013, Beijing Normal University Press (Group) Co., Ltd.

北京市版权局著作权合同登记图字01-2012-4491

图书在版编目(CIP)数据

入学期 / [英] 汉考克著; 秦倩, 颜方明译. —北京: 北京师范大学出版社, 2014.1

(自助幼儿宝典)

ISBN 978-7-303-17082-1

I. ①入… II. ①汉… ②秦… ③颜… III. ①儿童教育—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 216595 号

营销中心电话 010-58805072 58807651
京师心悦读新浪微博 <http://weibo.com/bjsfpub>

RUXUEQI

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnupg.com

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印 刷: 北京京师印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 148 mm × 210 mm

印 张: 12.25

字 数: 240 千字

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 35.00 元

策划编辑: 谢雯萍

责任编辑: 尹莉莉

美术编辑: 袁 麟

装帧设计: 红杉林文化

责任校对: 李 茵

责任印制: 陈 涛

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825



自序

欢迎来到《自助育儿宝典——入学期》!

我是无数幸运儿中的一个。我的父母用了很多很多的方法在学习上帮助我：带我去图书馆找各种主题的书；每周检查我的拼写；关注我的家庭作业。他们关心我在学校的表现，并让我明白他们随时会给我提供帮助。

但是当我回首童年，我才意识到父母为我做的比这多得多。从我出生的那一天起，他们就在用一些重要的方法努力增加我在校内外取得成功的几率，这些方法在我们的家庭生活中也无处不在。他们并不是固执己见，或者培养“温室花朵”类型的家长，完全不是。他们从来没有将自己的理想强加于我，或者给我施加成功的压力。他们仅仅只是做了那些成功和快乐孩子的父母经常做的事情。他们教会我一些核心技能，把我培养成为一个自信、快乐的学习者，并且使学习在家里成为生活的一个不可或缺的部

分。他们通过跟我交谈、白天一起外出旅游、跟我玩各种游戏，帮我开发了必要的技能、培养了积极的态度，这一切对我的学校生活帮助很大。他们确实给我看过识字卡，让我练过乘法表，还给我买过化学实验设备，但是我确信，是日常活动对我的学习产生了最深远的影响，特别是我认识到自己首先是一个学习者的时候。

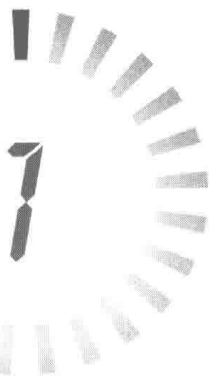
要想在学校获得成功，孩子们需要很多东西。但说到底只有一点，就是最关心他们的人的支持。

我写这本书的目的就是要给家长提供一些策略去帮助他们的孩子。本书将探讨一些被其他家长证明了很有用的方法，解释老师们在学校里用到的一些效果很好的技巧，跟大家分享关于如何提高孩子的成功机会的最新研究成果。本书所关心的问题如下：哪一种育儿方式对学习产生最大的影响？一个有助孩子成长的家庭生活的主要特征是什么？当孩子在学校已经表现很好时，大人们之前是如何帮助他们茁壮成长的？

每一个孩子都是独一无二的，但是他们都有权用他们自己的方式取得成功。我希望本书确实展示了我们可以做很多的事情来帮助他们进步，丰富他们各个方面的发展，并培养其对学习的热爱，因为学习是一辈子的事情。

乔纳森·汉考克

于布莱顿 2010



一分钟热身阅读

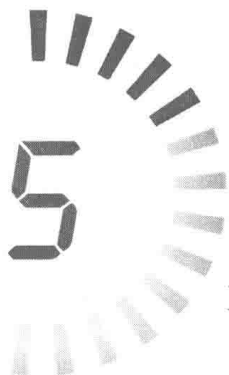
小学时期既提供了极好的机会，也存在巨大的挑战。孩子们在一系列不同课程中有些任务需要单独完成，有些要与他人合作。他们需要合理安排自己的时间和精力，要表现自我、参与竞争和应付各种的评估和考试。他们要想立于不败之地并脱颖而出，需要创造性和灵活性。要想充分发挥潜力，他们需要为成功做准备，而这一切要靠你。

孩子们需要学会一套思维和学习技能。他们必须充分使用他们的整个大脑，结合逻辑性思维和创造性思维，通过看、听和动手多种方式进行学习，使每堂课成为丰富多彩的和令人难忘的亲身体验。他们需要采取策略来巩固知识，并用有趣的新方法将这些知识加以运用。除了获取知识、理解力和技能外，他们在学校的活动必须还要以塑造聪明的大脑为目的，以迎接人生以后的挑战。

你孩子上学的时候应该表现得活跃而自信，同时尊重他人并沉着冷静。他们必须要学会自我激励，认真听讲，听从教导，还要能够长时间集中精力来完成高质量的工作。他们要学会利用自

己的特殊天赋和天生的学习特点，这一点对他们至关重要。同时，他们还要注重开发学习能力之外的其他方面的智力。这其中最重要的是良好的沟通能力。

良好的日常饮食、健康的运动和适量的休息和睡眠都会有助于孩子们在学校表现出色。家庭生活要能提供那些能让他们产生幸福感和安全感的東西，有助于塑造他们的思维方式、谈话方式和行为方式，并让他们做好充分准备，利用好学校的每一分、每一秒。



五分钟热身阅读



智力塑造

学习技能的形成在妈妈肚子里就开始了。当孩子一出生，你就可以充当积极的角色，努力塑造他们的智力。通过刺激感官、激活沟通技巧、提供一个安全可靠的环境以供探索，你这样就是在帮助他们塑造大脑，面对未来的挑战。智力有许多不同的方面，给孩子们创造机会充分发挥自己的潜能。你的孩子可能有一种自己更喜欢的学习方式，但你可以训练他们使用各种不同的策略对信息进行收集、探索和记忆。



学习方式

寻找刺激儿童视觉学习的方式，帮助他们从所看到的图像和

文字中得到最大的收获。培养孩子的听力技巧，以帮助他们收集所有能听到的信息。孩子们可以边动手边学习，所以你可以鼓励他们通过摸、拿和感觉去探索知识。



沟通

在学校里，与他人合作将给孩子带来机遇和挑战。孩子们需要主动去尝试，从内心里有获得全新体验的渴望，并且准备好处理与他人一起学习带来的各种复杂问题。这其中最为关键的是沟通技巧。孩子们要能够理解指令，能与大人和同学讨论各种活动，并且能够用多种方式传达自己的知识和技能。



媒介

电视、电影、游戏和互联网都对孩子们的学习产生巨大影响，包括正面的和负面的。你不仅要监督和限制孩子对这些媒介的访问，也要让这些媒介带来的益处最大化。这将激发他们的想象力并有助于训练他们的记忆力、注意力和解决问题的能力。



语言和数字

当孩子逐渐开发他们重要的识字和算数能力的时候，父母的帮助是至关重要的。交谈、游戏、体验和活动都有利于对他们发育过程每个阶段的培养。

对于识字，孩子需要对读、说、听、写四个方面充满信心。一个有文化的家庭非常看重语言。要让孩子能快乐地使用语言，并能抓住每一个机会，很好地使用语言。要学好数学，孩子需要理解一些核心概念，比如：数字、模式、形状和度量。你可以帮助他们让数学充满精彩和乐趣，并用它来激发孩子的思维技能。



社交生活

现代的小学课程内容丰富又各不相同。你的孩子需要灵活的技巧，以便能在每个方面都学得好，并找到方法将分散的学习内容联系起来。他们也需要树立对学校的良好态度。让他们学会尊重教师和养成正确的行为模式，在这些方面你起着重要作用。孩子们需要自信并善于交际，而且要知道自己在学校的角色定位，以及责任和权利。



健康的童年

饮食对孩子们在学校的成就有很大影响。大脑需要关键的营养素来维持正常发育和保持工作的最佳状态。体育锻炼促进心智发育，体育和游戏能帮助孩子自我教育以及教会他如何与他人一道很好地工作。良好的睡眠也很重要，所以家长需要帮孩子形成良好的睡眠习惯，让身体和大脑得到必要的休息。



家庭

家庭生活最能反映思维和学习过程。抓住每一个机会去激发孩子们的兴趣，激励他们开发知识的新领域和新技能。和他们谈谈自己的想法和感受，并鼓励他们思考大脑可以做些什么，以及如何更好地使用自己的大脑。



测试

现在孩子们的评估和测试比以往任何时候都更多。只要采取适当策略，有条不紊地去做，再加上家庭的实际支持，孩子们完

全有可能消除测试带来的压力。你要确保自己知道他们在做什么，以及他们进展如何，而且要通过测试结果和报告单来帮助他们规划自己的下一步。



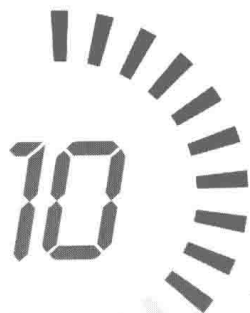
新的挑战

将要上中学可能会令他们有些害怕，但你可以采取很多的办法来缓解过渡期的这种紧张情绪。孩子能利用自己的思维技能帮助他自己收集相关信息，帮助自己积极行动起来应对这种负面情绪。你要帮助他们思考如何均衡地安排每一天，并为自己长远的成就和幸福而采取负责任的态度。



共同成功

孩子的成功表现在各种与人合作的过程中：与父母、朋友、学校和所有他们所处的学习群体。本书提供了细致的指导、实用的支持、丰富的机会，还有孩子们最需要的爱和安全。这些都是为了让孩子能在学校充分发挥潜力。



十分钟热身阅读



聪明的大脑

老师很容易就能发现那些聪明的孩子们。这类孩子虽然有各不相同的背景、来自于各种各样的家庭、他们有不同的个性、兴趣和技能，但是就他们所说的和所做的，都有证据表明：家庭对他们帮助很大。

聪明的孩子有很强的沟通技能。他们的特殊天赋可能表现在谈话、写作、运用手语或者画画中，但重要的是，他们能清晰而恰当地沟通，为了能适应不同形势和观众他们会调整自己的表达方式。

成功的孩子往往有很强的想象力。他们利用敏锐的感官来激活自己的创造力，他们也抓住每一个机会进行模仿表演。他们借用书本、电影、喜剧还有电脑游戏激发自己的想象力。

但是这些孩子也能进行逻辑思考。他们用自己所理解的结构和顺序来组织他们的思维，将自己的想法排出先后顺序，并清楚地衔接起来。他们用这些来解释和维护自己的观点。

他们关键的技能在于能同时调动左右脑，把无组织的创造性思维与详尽的分析和逻辑思维结合起来。



学习技能

成功的孩子有自己最喜欢的学习方法，但他们并不受限于这些方法。他们通过创建自己记得住的影像加强他们的视觉学习；他们通过编童谣和歌曲，为自己的记忆添加声音线索，使听觉学习方式得到更广泛的应用；通过触摸物体、构建模型，他们利用一切机会进行实物学习。

在学校表现出众的孩子知道如何转换他们的学习方式。他们的家庭生活有那么一些有助于安排记忆并展示记忆的传统习惯。在学校里，他们用自己的记忆技巧，依照指令，发挥个性的同时提高各方面的学习。

聪明的孩子能与他人一起合作。他们会充分利用自己的个性，知道如何明确定位自己的角色，但他们也会培养自己性格的各个方面，并尝试在团队中担任新的角色。有时，他们是领导者，指导团队、分配工作、策划项目。



不同的思考者和学习者

天生的难题解答者都非常积极地去寻找答案，并得到答案。他们喜欢追求明确的答案，而且当别人想放弃的时候，他们往往能使团队继续努力向前。

有些孩子非常喜欢调查。他们在校外兴趣广泛，喜欢与他人分享自己的激情。

许多聪明的孩子有富有远见的想法，他们期望成年人重视他们。他们常常会提出宏大理论，并让自己的团队去追求宏伟的计划。

天生的建筑师喜欢建造东西，而且总是在手工活动中起带头作用。他们在家有很多动手的机会，而且学会了很多手工技能。

对于其他一些优秀的孩子，写作是他们的最爱。班里的故事讲述者是伴着书本一起长大的，他们爱阅读，也爱听故事，能够用自己对事情顺序和模式的理解安排自己的思维并负责小组工作。

他们可能有些叛逆性格，但在学校成绩很好。叛逆性思考者用富于想象力的方式解决问题，给团队带来了刺激和幽默。

有些孩子的天才在于他们有表演能力和取悦观众。他们通常在家里有大量的机会唱歌、跳舞和表演，他们喜欢在学校面对观众。

优秀的谈话者爱分享他们的想法，喜欢询问和回答问题并讨论出最佳方法去完成每一个工作。

有些孩子是天生的企业家。他们曾经因为自己的辛勤工作而

受到奖励，他们也积极响应学校的奖励机制。他们的竞争精神推动他们成就一系列的任务。

无论是单独工作还是与人合作，孩子们的优秀表现出不同的形式。他们的天赋可能表现在音乐、体育或艺术上。为了充分实现其潜能，他们需要利用其天赋帮助自己应付学校里各种不同的挑战。



学校的成功

聪明的孩子甚至在入学前就有很强的识字能力。他们在家里有很多的书籍可供阅读。父母已经培养了他们的阅读技能。当他们尝试理解某个文本时，父母会鼓励他们使用一切可用的线索。他们也有足够的机会去写东西，比如：日记、明信片、购物清单、电子邮件。他们利用想象力来创作自己的故事。

成功的孩子从小到大对数学都很自信。他们的家庭重视算术，通过在日常生活中讨论数字、形状和尺寸，帮助他们积累一套关于数学语言的核心词汇。

事实上，他们的校外生活为他们教育的各个方面都做了准备。通过讨论自己对周围世界的看法，他们就已经是小小科学家了。家人帮助他们寻找答案，探索他们有关科学的所有想法。

他们对于ICT（信息和通信技术）已经充满自信，可以用一系列的设备做实验。在家里，家长们也信任他们使用电脑、相机

和其他电子产品。

成功的孩子对地理有兴趣，对地方和人也有充分的了解。他们清楚地知道自己住在哪里和自己想去哪里。

家庭生活也为他们学习历史做了准备。他们常常谈论过去，现在和未来。他们有机会参观历史建筑，去看、去听和直接接触历史材料。

有艺术细胞的孩子受到鼓励去尝试不同的素材与风格。他们的家庭重视艺术，常常让他们欣赏图画和照片，并选择不同形式和功能的东西。

他们也懂得设计和建造。他们入学的时候就有良好的手工技巧和高超的精细运动。他们已经开始考虑物体如何运动，讨论他们的设计理念，而且现在他们正准备在学校展示自己的本领啦。

家庭生活也要培养孩子的音乐兴趣和音乐才能。当孩子听了歌曲，玩了一些简单的乐器，或演奏了不同风格的音乐，而且得到鼓励去讨论他们所喜欢的和不喜欢的音乐的时候，他们就已经准备好要在学校音乐课上好好表现了。

学校的体育成绩很大程度上也依赖于家庭活动。孩子们需要有机会玩他们感兴趣的体育活动和游戏，或者尝试全新的活动。在家中谈论健康与健身的孩子已经准备好充分利用学校里一切锻炼身体的机会。

有些孩子在家里说几种语言，或者有机会去国外练习过外语技能。在学校学习一门新的语言，要求孩子有灵活的思维和自信