



健康教育新概念书系

家庭健康教育

HEALTH EDUCATION

21世纪创新学生

主编 丁新萌 尚燕杉 朱苑玲



内蒙古少年儿童出版社

21 世纪创新学生家庭健康教育新概念
ChuangXinXueShengJiaTingJianKangJiaoYuXinGaiNian

21 世纪创新学生 家庭健康教育新概念

(上册)

主编 丁新萌 尚燕杉 朱苑玲

内蒙古少年儿童出版社

2000.8

21 世纪创新学生家庭健康教育新概念
丁新萌 尚燕杉 朱苑玲 主编

内蒙古少年儿童出版社出版

(通辽市霍林河大街 24 号)

责任编辑：巴木

封面设计：李海锋

河北省沙河市第二印刷厂印刷

内蒙古新华书店发行

各地新华书店经销

开本：787×1092 毫米 1/16 印张：119 字数：2605 千字

2000 年 8 月第一版 2000 年 8 月第 1 次印刷

印数：1—3000 册

ISBN7-5312-1264-1/G·520 定价（三卷）：660.00 元

（本书如发现印装质量问题请直接与承印厂调换）

全面推进素质教育
培养学生的创新精
神和实践能力

为《二十一世纪创新教育实验》
丛书题一九九九年十二月

布赫



总 编 委

总 主 编：郭福昌（国家副总督学）

王文湛（国家副总督学）

副总主编：蔡克勇（国家教育发展研究中心专家咨询委员会一副主任、教授）

鲁 洁（南京师范大学教育系一博导、教授）

滕 纯（中央教科所一原副所长、研究员）

周长春（江苏省教育科学研究院一研究员）

刘 芳（中央教科所一副教授、中央教科所创新教育课题组成员）

阎玉龙（北京教育学院一教授）

编	委：	周长春	林乐远	李炳林	刘哲流	王新荣	刘 坤
		常相舜	万 库	瞿军远	杨 森	卢俊明	海 帆
		邢莉娅	刘汉义	吴作诚	向 阳	李先明	云传潮
		李作松	何小林	周亚丽	赵善明	叶尧城	金 明
		孙枝德	李学坤	夏贵敏	学 坤	宏 福	宽 容
		泰 斗	广 平	陈利中	萧志荣	白金荣	兴 旺

总 策 划：曹振国 肖忠远

《21 世纪创新学生家庭健康教育新概念》

编 委 会

主 编：丁新萌 尚燕杉 朱苑玲

编 委：（以姓氏笔画为序）

马兰英	王凤玲	王春花	王瑞霞
卢俊峰	付彩霞	白 蕊	李 芳
李 群	吕文芝	刘庆华	刘富金
张红梅	吴增士	杨永军	尚燕琴
周志琴	郑守亮	姜 清	娄 伟

加强改进教育工作，促进青少年的健康成长

——《21 世纪创新学生健康教育新概念》书系出版前言

21 世纪是知识经济的时代，人才在国家发展中具有举足轻重的战略地位。而人才的培养，关键在于教育，尤其是中小学校的基础教育。只有抓好抓实中小学教育，才会有更多的人才奔涌而出。

改革开放二十多年来，党和国家为提高基础教育水平做了大量努力，对我国的教育方针、教育体制、办学模式做出了卓有成效的探索。广大教育工作者积极工作，无私奉献，为国家输送了大量人才，这些是今天我国各项事业兴旺发达的力量源泉。但是，时代在发展，社会在变化，在我们肯定基础教育的巨大成就时，也不应忽视它的历史性不足。这就是：片面强调了学校的知识传授功能，而对学生身心健康教育、思想品德教育与法制纪律教育相对放松或缺乏。

这种教育上的缺陷，带来了很多消极后果。由于大多数学校尚未认识到学生心理教育的意义，课程设置上也缺少心理健康教育的学科，再加以其它社会因素，很多中小学生都不同程度地存在心理问题。有的学生性格不良，任性、孤僻；有的学生心理脆弱，意志力与调适能力差，稍遇不顺就茫然失措或精神崩溃。有的学生背着课业包袱，对自己没有信心，抑郁、焦虑，学习被动、沮丧。还有很多学生人际交往心理不够健康，缺乏同情心、宽容精神，好冲动并有攻击性。学生进入青春期后，由于性健康教育未跟上，很多学生出现自卑心理、迷惘心理或早恋行为，对其成长发育很不利。有的同学长期心理压抑，情绪不良，导致了精神障碍或疾病，把师长的多年心血付诸东流。

学校不重视学生身体健康教育，轻视甚至取消体育课，用过重的课业把学生捆在教室里、课桌上，造成了很多学生身体发育不良。现在相当一部分中小学生体力不强，耐力不够，反应不机敏，另外，各类学校病症发病率也有所提高，如近视的学生越来越多，失眠、肠胃溃疡、神经官能症的患者都在增加。学生体质差，反过来也降低了他们的学习效率，往往是越用功体质越差，体质越差成绩便越不好。

忽视安全与法律教育，不重视学生思想品德培养，导致很多学生“高分低能”，对各类突发事件毫无应对能力，当受到坏人欺侮时束手无策，甚至被骗拐后仍搞不清怎么回事。学生不懂法，不畏法，常铤而走险，做出暴力伤害行为，辜负了学校与家长的培养。缺乏安全知识使学生成为受害者；缺乏法律知识又使之成为害人者，两个极端都极不利于学生的发展。

学生的身心健康教育，是学生全面素质教育的重要组成部分，也是其全面素质构建与发展的基础。没有健康的心理素质 and 身体素质，即使其学业好，其才能也很

难充分地发挥，甚至难以形成良好的才能。所以，身心健康教育，应该视为素质教育的第一步，是其中最为关键、最主要的一部分。过去片面强调文化素质而忽视身心健康的观点是错误的，不利于学生的可持续发展和社会的长治永安，现在必须扭转这个局面，大张旗鼓地加强学生健康教育。

2000年年初，浙江省金华四中与永嘉县桥头镇中学发生了两起学生杀人案件，引起了全社会的震惊。这两个案件虽然是个别的极端的现象，但却反映出应试教育模式的弊病，警示我们要正确理解“素质”概念，赋予其新的含义，抓好、抓实学生的身心健康教育。最近江泽民同志指出：“正确引导和帮助青少年健康成长，使他们能够德、智、体、美全面发展，是一个关系我国教育发展方向的重大问题。……现在一些学生负担很重，结果形成了很大的心理压力。这不利于青少年学生的健康成长。还有一些学校和地方，对学生的知识教育和学校的设施抓得比较紧，而对学生的思想品德、纪律法制教育，对学生在校外活动的情况，抓得比较松，有些学生社会上接受了不良影响，有的甚至走上了违法犯罪的道路。这些问题，必须引起各级党委、政府和各级教育部门的高度重视，对学生的教育工作特别是思想品德教育、纪律法制教育，校内校外，课内课外，都要抓紧，一点放松不得。”

江泽民总书记的讲话，明确提出了加强学生身心健康教育与思想、法制教育的重要性、紧迫性，是当前教育改革的重要指针。

本书系正是基于我国基础教育的实际情况，结合中央领导的讲话精神，为全面阐释素质教育的内涵，更新人们的教育观念，推动学生身心素质教育而编撰的。该丛书认为，学生的健康是全面素质的基础，而健康又是一个全面的、立体的概念，应包括身体、心理、社会素质等多方面内容。开展素质教育，首先应该开展身心健康教育。基于此，该丛书设立了“学生心理健康教育”、“身体健康教育”、“健康人格教育”、“性健康教育”、“健康情商教育”、“自我保护与预防犯罪”、“家庭健康教育”、“创造思维训练”、“心理障碍咨询、诊断与防治”“健康审美教育”、“心理健康测评”等十几个专题，就学生各项身心健康的内涵、标准、训练内容、教学模式、教师职责与教学艺术等提出了一系列新概念、新思路、新方法，佐以大量实证性的可操作的资料，组成了十一套体系完备、内容深入、针对实际的工具书，抛砖引玉，冀引起广大教育工作者对学生健康教育的重视。

由于健康教育是个新概念，加之编者的水平局限，该书舛误难免。敬请广大专家与读者指正。

编者

2000.8

序

家庭教育是教育体系中的一个有机组成部分，而从它对人施教时间的长度、影响的深度等角度看，家教应是教育体系中最重要的一部分。这不但对学前孩子如此，就是对中小学生也如此。家教辅弼着学校教育，延伸着学校教育，对中小学生消化已学知识，养成良好习惯，正确处理各种课业中、学校中的矛盾，乃至发展自己的性格、人格、社交能力等方面，都具有举足轻重的意义。在成功的学生身上我们可以看到家教的成功；在失败的学生身上，也程度不同地折射出家教的失败。

我国历来重视家教，强调父母在子女成长中的责任，“养不教，父之过”，家喻户晓的三字经，把家教的理念传给了一代又一代父母。但是，传统的家教只重视品德与知识教育，对人的技能、心理等教育既不够重视，也缺少行之有效的方法。而家教是有其特殊规律与内容的，这就要求我们既要吸收传统，又要深入研究家教，结合我们时代的特色把家教水平提高一个档次。

随着我国的改革开放，经济的发展和人民生活水平的提高，家庭结构及家庭环境发生了变化，现代家庭越来越小，独生子女普遍增加，家教中出现了几个显著的特点：一是父母对孩子的关心、呵护过多，一些家庭表现为溺爱；二是父母对孩子学业期望过多，望子成龙强烈支配人们的行为；三是孩子的依赖性大独立性小，对家长依恋心理较重；四是家庭间、孩子间交往减少，孩子心理闭塞，对电子游戏机、电视机的依赖过多。这些都加大了当代家教的难度，为教育工作者提出了新的挑战，要求我们认真对待、积极探讨转型时期的家庭教育，引导全社会的家教走上健康的道路。

认真研究家庭教育理论，掌握新时代家庭教育的规律，提高家长教育子女的艺术水平，这不是一家一户的事情，而是关系着我们国家、民族兴旺发达的大事。在一定意义上讲，家教的失败与辉煌，决定着中华民族在 21 世纪是强大还是落后，所以，必须促使家教成功。

《21 世纪创新学生家庭健康教育新概念》一书，提出了新世纪家教的内容、方法、艺术、途径等方面一系列新概念、新观点、新思路，本书系统地总结了家教理论新成果，分析了当代家教成功失败的经验与教训，具有较强的理论性、实践性、可读性与启发性，对推动家庭素质教育与健康教育的展开会有所裨益。

限于编者水平，书中舛误在所难免，敬请广大专家和读者指正。

编者

2000.8

目 录

第一篇 中外创新学生家庭教育面面观

第一章 家庭教育概述	(3)
第一节 什么是家庭教育	(3)
一、家庭的概念	(3)
二、家庭教育的概念	(4)
三、家庭教育的性质	(5)
第二节 家庭教育的产生和发展	(7)
一、家庭教育产生的过程	(8)
二、奴隶社会的家庭教育	(12)
三、封建社会的家庭教育	(19)
四、资本主义社会的家庭教育	(23)
五、社会主义社会的家庭教育	(27)
第三节 家庭教育的任务	(30)
一、培养孩子具有健壮的身体和健康的心理	(30)
二、培养孩子热爱学习的习惯，使其具有扎实的基础知识和发达的智力	(30)
三、培养孩子良好的思想品德	(30)
四、培养孩子爱美、懂美、欣赏美、创造美的能力	(31)
五、培养孩子热爱劳动、自我服务的习惯	(31)
第四节 家庭教育的特点	(31)
一、人际关系的亲近性与教育的无私性	(32)
二、内容的广泛性和教育方法的灵活多样性	(34)
三、形式的反复性和时间的终生性	(37)
四、社会性、时代性及其阶级、阶层性	(38)



五、家传、家风的继承性	(41)
第二章 家庭教育评价与指导	(44)
第一节 家庭教育评价	(44)
一、家庭教育评价的概念与功能	(44)
二、家庭教育评价的原则	(46)
三、家庭教育评价的内容	(47)
四、家庭教育评价的方法	(48)
第二节 家庭教育指导	(50)
一、必须加强家庭教育的指导	(50)
二、实施家庭教育指导的一般途径	(52)
第三章 我国当代家庭变化趋势与教育突出问题分析	(54)
第一节 中国家庭的现代演进	(54)
第二节 我国当代家庭教育的突出问题	(57)
一、家庭教育普遍缺乏现代科学理性指导	(57)
二、期望值偏高而家庭教育的内容、方法不当	(60)
三、家庭教育与学校教育、社会教育的失调现象	(63)
第四章 独生子女的家庭教育	(66)
第一节 独生子女问题的提出	(66)
一、独生子女日益增多	(66)
二、中国过去为什么独生子女极少	(67)
三、西方国家大批独生子女出现的历史背景	(69)
四、我国大批独生子女出现的历史背景	(71)
五、独生子女的教育事关重大	(73)
第二节 必须正确看待独生子女	(76)
一、历史上对独生子女的几种看法	(76)
二、独生子女也是普通儿童	(78)
三、必须纠正对独生子女的偏见	(81)
第三节 独生子女家庭生活环境的特点	(83)
一、没有兄弟姐妹	(83)
二、生活条件比较好	(85)
三、受到的父母之爱强烈而集中	(86)
四、生活上受到的照顾更周到	(88)
第四节 独生子女教育应特别注意的问题	(89)
一、把孩子摆在恰当的位置上	(89)
二、对孩子的期望要实事求是	(91)

三、要全面关心独生子女	(92)
第五章 单亲家庭教育	(94)
一、单亲家庭教育成败的基本原因	(94)
二、单亲家庭子女教育的四个不利方面和四个有利方面	(99)
三、单亲家庭教育成败的五个特有因素	(99)
四、正确看待单亲家庭	(102)
五、对单亲家庭的家长的建议	(103)
六、对学校的建议	(104)
七、对社会的建设	(104)
第六章 不良家庭家教对青少年的危害	(105)
第一节 破裂家庭与青少年犯罪	(105)
第二节 缺陷家庭与青少年犯罪	(108)
一、残缺型家庭	(108)
二、缺陷型家庭	(109)
第三节 松散家庭与青少年犯罪	(110)
第四节 不道德家庭与青少年犯罪	(112)
第五节 家庭教育与青少年犯罪	(114)
一、权威性大	(115)
二、针对性强	(115)
第六节 溺爱教育与青少年犯罪	(117)
第七节 棍棒教育与青少年犯罪	(120)
第八节 放任不管与青少年犯罪	(123)
第九节 教育子女意见分歧与青少年犯罪	(126)
一、教育子女时,教育者意见不一致	(127)
二、前后教育不一致	(128)
三、与学校教育不一致	(129)
四、教育者自身言行不一致	(129)
第七章 国外的家庭教育	(130)
第一节 日本的家庭教育	(130)
一、日本的家庭结构变化情况	(130)
二、各类家庭的家庭教育	(132)
三、家长所困惑的问题	(134)
四、家庭教育与社会教育的联系	(135)
五、为家长组织的家教学习活动	(137)
六、有关家庭教育的几个统计数字	(138)



第二节 美国的家庭教育	(140)
一、社会变革对家庭教育造成的影响	(140)
二、美国家庭教育的实施	(141)
第三节 新加坡的家庭教育	(148)
一、重视家庭教育	(149)
二、提倡儒家伦理道德，抵制西方不良思想影响	(149)
三、建立融洽的家庭关系	(150)
四、培养孩子遵守公德	(150)
五、强调表率作用，加强对子女教育的责任感	(151)
六、因材施教，培养英才	(152)
七、培养良好的学习习惯	(153)
八、增强体质	(153)
九、提高家长素质	(154)

附录

人生教室	(155)
父母也有权利	(155)
一家三口	(157)
我父风范	(159)
晚餐桌上的大学	(163)
幼犊	(165)
爸爸奖	(167)
我的 100 美元信托基金	(169)
父亲的歌	(173)
一个父亲的札记	(176)
爸爸会做	(180)
你是我的词典	(182)
同一首歌	(185)
唐纳德的梦	(185)
父亲的眼睛	(189)
父亲的音乐	(191)
我和父亲的战争	(193)
我教儿子 儿子教我	(196)
母亲的情怀	(197)
雄心壮志之源	(200)
爱的一课	(203)
妈妈，别难过	(204)
那天，我见到了妈妈	(207)



吾儿“弱智”	(209)
赚与亏	(210)
让我们走走谈谈	(211)
一颗豆粒	(212)
“黑洞”之谜	(213)
妈妈,你从没有告诉过我	(215)
保罗的礼物	(216)
离别	(218)
草还会长出,孩子不会再来	(219)

第二篇 创新学生家庭与学校教育合作新模式

第一章 家庭教育功能	(223)
第一节 教育功能概述	(223)
一、教育功能的现代观念	(223)
二、教育功能的层次性特点	(224)
三、教育功能的抉择	(226)
第二节 家庭教育的个体功能	(228)
一、家庭对孩子成长有重大影响	(228)
二、父母对孩子发展的特殊价值	(229)
第三节 家庭教育的社会功能	(233)
一、家庭教育经济功能	(234)
二、家庭教育政治功能	(236)
三、家庭教育文化功能	(237)
四、家庭教育与社会稳定	(239)
五、家庭教育与人口素质提高	(242)
第二章 家庭教育是学校教育的动力因素	(246)
第一节 家庭教育对学校教育的意义	(246)
第二节 家庭教育是学校教育的推进器	(248)
一、家长有参与学校教育的权利和义务	(248)
二、家长有参与学校教育的优势	(249)
三、学校教育需要得到家庭的支持和配合	(249)
第三节 学校对学生家庭工作的内容与主要形式	(250)
第三章 家校合作的方式及优化	(265)



第一节 家校合作活动的分类	(265)
一、按合作活动中家长担任的角色分类	(265)
二、按家长参与的活动层次分类	(267)
三、按家校合作活动的目的分类	(268)
第二节 家校合作中存在的问题	(269)
一、家长与教育工作者对家校合作的认识问题	(269)
二、家校合作实践中的偏差	(271)
第三节 如何建立有效的家校合作关系	(273)
一、树立家校合作中的角色意识	(273)
二、创建良好的家校合作气氛	(274)
三、畅通家校交流渠道	(277)
 第四章 国内外家校合作的历史与经验	(292)
第一节 我国家校合作的历史与经验	(292)
一、我国家校合作的历史	(292)
二、我们对家庭、学校和社会“三结合”教育的认识	(294)
三、北京市实施家庭、学校和社会“三结合”教育的经验	(294)
第二节 美国家校合作的历史与经验	(298)
一、美国家长参与学校教育的曲折历程	(298)
二、家长参与的涵义	(300)
三、美国新泽西州矿山学区吸引家长参与学校教育的措施	(301)
 附录	
对比研究	(304)
关于学生家长参与学校教育的思考——中、美两国“家长参与” 状况的对比和分析	(304)
家长是重要的教育资源——美国幼教机构注重家长参与	(310)
小评语大文章	(313)
家校合作的纽带——评语介绍	(313)

第三篇 创新学生家庭教育方法与艺术新探索

第一章 家长与孩子的相互要求	(327)
第一节 “望子成龙”	(327)
一、望子成龙不成“龙”	(327)

二、要不要反对高期望值	(329)
三、望子成龙者须知	(330)
第二节 T型人才的构建	(334)
一、家教教什么	(334)
二、理想定型	(336)
三、负责人生	(338)
四、家教最佳时机	(340)
五、走出家庭教育误区	(340)
第三节 素质与家长素质	(342)
一、素质与素质特征	(342)
二、家长素质的影响	(349)
三、孩子对家长的要求	(350)
四、家长威信的建立	(351)
五、家长素质的提高	(353)
第二章 家庭教育中的教养态度	(359)
第一节 理智施爱 爱而不娇	(360)
一、严格要求,不能一味迁就	(360)
二、爱子女的动机和效果要统一	(363)
三、要从子女的长远利益出发去施爱	(364)
第二节 量力而行 循序渐进	(366)
一、要从实际出发,量力而行	(367)
二、不要操之过急,要循序渐进	(369)
第三节 全面发展 因材施教	(373)
一、处理好全面发展和发展特长的关系	(373)
二、针对孩子的不同个性因材施教	(375)
第四节 态度一致 教育统一	(380)
一、家长对待子女的态度要一致	(381)
二、家长对所有子女要一视同仁	(383)
三、对子女的态度要一以贯之	(386)
第三章 家庭教育的实施	(390)
第一节 影响家庭教育实施的主要因素	(390)
一、家长自身素质对家庭教育的影响	(390)
二、家庭生活环境对家庭教育实施的影响	(396)
第二节 实施家庭教育的一般原则	(402)
一、言教与身教相结合的原则	(402)
二、严格要求与尊重子女相结合的原则	(403)



- 三、统一性与多样性相结合的原则 (404)
- 四、随机性与连贯性相结合的原则 (405)
- 五、正面引导与批评惩戒相结合的原则 (406)

第四章 家庭教育的基本方法 (408)

第一节 家庭环境 潜移默化 (409)

- 一、安排好家庭经济生活 (410)
- 二、美化家庭生活环境 (411)
- 三、对子女抱有适度的期望水平 (412)
- 四、创造和谐的家庭生活 (412)
- 五、不断提高家庭的文化道德素养，追求高尚的精神情趣 (414)

第二节 说服教育 循循善诱 (414)

- 一、谈话 (415)
- 二、讨论 (416)
- 三、书信 (417)

第三节 躬行身教 榜样示范 (417)

第四节 实际锻炼 习惯养成 (420)

- 一、提高子女对实际锻炼意义的认识，调动孩子自觉锻炼的积极性 (421)
- 二、鼓励子女克服困难，不怕挫折，坚持到底 (422)
- 三、实际锻炼要持之以恒 (422)
- 四、正确对待子女实际锻炼中出现的失误 (422)
- 五、实际锻炼的内容不要过难或过易，而应从子女的实际能力出发，量力而行 (422)

第五节 奖励惩罚 长善救失 (423)

- 一、明确目的，立足教育 (424)
- 二、公正合理，恰当适度 (425)
- 三、及时强化，讲求实效 (425)
- 四、保持一致，形成合力 (426)
- 五、数子十过，不如奖子一长 (426)
- 六、精神奖励为主，物质奖励为辅 (427)
- 七、慎用惩罚，禁施体罚 (427)

第六节 心理培育 学习指导 (428)

- 一、心理培育与矫治 (428)
- 二、学习指导 (429)

第五章 家长教育的艺术 (434)

第一节 家长教育艺术概述 (434)

第二节 家长教育艺术的特点与功能 (435)