

张耘 / 主编

让孩子
成为

优秀在校
生



书中从“品行修养”“学业提升”“潜能发展”三个方面，针对孩子在学习和生活中经常出现的问题，进行全方位多角度深入理性的分析，提出极具可操作性的具体建议和解决方案，为您在家庭教育中遇到的问题支招。

让孩子
成为

优秀在校
生

张耘 / 主编



图书在版编目 (CIP) 数据

让孩子成为优秀在校生 / 张耘主编. -- 济南: 山东友谊出版社, 2016.12

ISBN 978-7-5516-1161-9

I. ①让… II. ①张… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 000930 号

主管单位: 山东出版传媒股份有限公司

出版发行: 山东友谊出版社

地 址: 济南市英雄山路 189 号 邮政编码: 250002

电 话: 出版管理部 (0531) 82098756

市场营销部 (0531) 82098035 (传真)

印 刷: 龙口市众邦传媒有限公司

版 次: 2017 年 1 月第 1 版

印 次: 2017 年 1 月第 1 次印刷

规 格: 170 mm × 240 mm

印 张: 11.75

字 数: 235 千字

定 价: 24.80 元

(如印装质量有问题, 请与出版社出版管理部联系调换)

《让孩子成为优秀在校生》编委会

主 编 张 耘

编 者 单 红 王岩山 郑 江 蔡光萍

徐 明 矫 玲 刘常凤 王本红

李淑悦 张 蕾 徐 彦

序

与张耘相识近30年了，之前没能到过他的家乡——乳山，真是有点儿遗憾。今年8月中旬，总算借参加一个活动的机会，来到了乳山，来到了他的学校。坐在他办公桌对面，还没有说几句话，张耘就给了我一个惊喜：他在研究家庭教育，而且已经颇有心得！

家庭教育，是大教育的组成部分之一，也是学校教育与社会教育的重要基础。我国自古就有重视家教家风的传统，也流传下来许多非常感人的故事，这些故事至今仍是我们宝贵的教育资源。但是，我们的家教传统有其农业社会的特点和历史局限性，在以工业文明为特点的现代生活环境下，必须有所改变才能融入现代教育之中。再者，毋庸讳言，我们的家庭教育近年来受急功近利成才观的驱使已经异化，在为数不少的家庭，所谓的家庭教育只重考试成绩，严重压制孩子健康成长、个性化发展，甚至于成为学校教育和社会教育的“绑架”势力，成为培养创新能力的障碍。有的人甚至感叹：“在中国，最应该受教育的是家长！”的确，我们的许多家长对真正的教育所知甚少。

有人说，家庭教育是指家庭中的父母及其他已成年的家庭成员对未成年孩子进行教育的过程。鉴于我们家庭教育的现状，这样说是远远不够的。现在，家庭教育应该被视为终身教育的一部分，既是婴幼儿时期“人之初”的教育，也是与学校教育互动的相互补充的育人过程，教育工作者和学校在引导家庭教育的理念和方法上，不能缺位。美国当代著名的心理学家、教育家布鲁姆在《在青年中发展人才》（1985）一书中

提出，家长和教育工作者的重视和指导，以及青年自己的机遇和努力，在实现目标方面发挥着比遗传学更大的作用。他认为，家庭教育与学校教育协同性如何，是影响学生学业成绩的一个非常重要的变量，而且，随着社会的发展，这一因素的影响在学校教育中所占的比重将会越来越大。学校教育必须采取适当措施积极干预家庭教育，提高家长的教育素质，最大限度地增强学校教育与家庭教育的一致性、协调性，增强教育合力，减少教育内耗。

山东省教育学会正在筹建“山东省家庭教育研究专业委员会”，以调动各级各类学校校长、教师和教育专家学者参与到当代家庭教育的研究与引领中来。但是，由于我刚刚接触这项任务，对全省中小学开展家庭教育的研究与推广情况还不很了解，正在做调研工作，因此，听说张耘多年来在校长的岗位上研究家庭教育，并且已经发表了大量文章，出版了好几部专著，我真是难掩心中的喜悦！

与张耘结识近30年，对他的教育思想，他的实干精神，我是很钦佩的。他从一名普通教师，一步步走上中学校长的岗位，现在已成为齐鲁名校校长人选，可喜可贺。更令人折服的是，作为一位教育者，一位名校长，他用自己的教育思想，踏踏实实做实事的责任心和使命感，在教育岗位上默默地坚守而矢志不渝。他的朴实无华，其实蕴藏着一股浓浓的、炽热的教育情怀。用张耘自己的话说，“教育即是一种情怀——是一种教育者对教育所产生的积极的心灵状态，是一种为他人、为社会、为民族甘愿奉献的心灵境界，是一种对教育的责任和担当。”（《做一名有情怀的校长》）他一路走来，始终俯身一线，潜心实践，在学科教学、教育科研、家庭教育等方面均取得了不俗的成就，他先后出版教育专著十余部，发表的教育论文不少于百篇，也因此获得了“威海市有突出贡献中青年专家”等无数的荣誉。而面对鲜花与掌声，张耘认为，“我并没有觉得这些成绩和荣誉，在自己的人生背囊中占据多么重要的

位置。与之相比，一批批孩子的茁壮成长，一位位老师的幸福微笑，更让我觉得弥足珍贵、倍感欣慰。”

那天，在谈到正在开展的家庭教育工程时，张耘认为那是自己的一份责任：“当初我涉足家庭教育领域的研究与实践，除了有通过改善家教质量，促进学校教育协调可持续发展的动机之外，还有一点，就是想为社会做点事情，为国家和民族的兴旺发达尽一点匹夫之责。”的确，从2008年开始，张耘就着手家庭教育的研究，一方面，他将自己的研究成果与更多的人分享，先后在全国权威家教杂志《父母课堂》发表家教文章五十余篇，公开出版《好父母成就好孩子》《家长该如何辅导孩子学习》《培养性格健全的人》三部家教著作；另一方面，他应约担任了中华家庭教育网、威海市家庭教育学会专家库成员，并应邀在全国各地对教师、教育干部、大学生和其他各系统职工进行了多场家庭教育、家校合作方面的专题讲座和报告会，收到了很好的教育效果和社会效应。

客观地说，在当前这个很现实的社会背景下，一个教育者，尤其是一位校长，能够有这份不逐名利的坚守，本身就令人钦佩。这正是多年来我一直与张耘做朋友的原因所在。

如今，他的又一部家教力作《让孩子成为优秀在校生》即将问世，我有幸先睹为快，倍感鼓舞与激动。在家庭教育研究方面，张耘是我的老师，写此文不敢称作序，只是表达对他的钦佩！这部新作以“让孩子成为优秀在校生”为着眼点，针对孩子在学校生活中存在的种种问题，进行了全方位多角度深入理性的原因分析，科学地归纳出带有普遍意义的结论，并提出极具操作性的具体建议和解决方案。其指向性与针对性更强，是广大学生家长急需的一部家教指导专著。该书的问世，不仅将填补学术界在这方面的空白，也使张耘之家教著作渐成系统。

我是一个有着三十多年经历的老教育工作者，自感对教育有着更多更大的责任，殷切地希望张耘和他的家教团队能够进一步深化研究，继

续为社会特别是广大父母奉献出更多高质量的家教精品著作；真诚地期待每一个教育工作者都能够担负起自己应该承担的责任，为社会、为国家、为他人，也为自己呈献出更多的精彩；衷心地祝愿每一位父母都能成为“教育家”，每一个孩子都能成为“优秀在校生”。

最后，我想借用习近平总书记的一句话，与张耘同志共勉。那就是——不忘初心，继续前进！

李文军

2016年9月于济南



前言

教育孩子，从来都是人生的一件大事，牵动着千千万万父母的心。

父母是孩子的第一任老师。亲情的纽带，使家庭教育具有学校教育、社会教育不能取代的地位和作用。新的历史时期，社会快速进步，新事物扑面而来，为孩子的未来提供了前所未有的机遇和无限广阔的空间，同时也给他们带来了极其严峻的挑战。君不见网络的神奇羁绊了太多孩子进取的脚步，让其无法自拔；君不见外来的糟粕侵蚀了太多孩子纯净的心灵，让其萎靡不振……

如何帮助孩子做好准备，善于应对，争取最好的前途，常常使父母们困惑不解。而事实上在孩子呱呱坠地之时，父母们大抵没有做好充分的准备。尤其是时下，孩子在不同于前人的新的环境中生活，他们面临的矛盾、问题也常常超出父母已有的经验。于是许多为父母者就不免苦恼和困惑，他们常常为自己在孩子身上的期望不能实现，为自己对孩子的教育不能奏效甚至得到相反的结果而感到不解。在这样的历史时期，加强对家庭教育理论的探索和研究，加强对家庭教育的知识与经验的传播，就成为一件十分迫切和受到社会关注的事情。

人的成长是有规律的，关于人的成长的学问是科学。教育也是有规



律的，也要符合科学，还要讲究教育的艺术。当您的孩子不知感恩，顶撞师长时，您该怎么办？当您的孩子性格孤僻，不知如何与人正确交往时，您该怎么办？当您的孩子写作业磨蹭、应付，甚至不爱写作业时，您该怎么办？当您的孩子文理科发展不平衡时，您该怎么办？当您的孩子厌烦读书与写作时，您该怎么办？当您的孩子缺少实践与创造力时，您该怎么办？如此等等，细心的读者在这本书中都可以找到对自己有用的方法。

理在不烦，简明为真；法不在多，有用就行。本书以“让孩子成为优秀在校生”为着眼点，以通俗形象的文字，源于实际生活的鲜活案例，从“品行修养”“学业提升”“潜能发展”三个方面，针对孩子在学校生活中存在的种种问题，进行全方位多角度深入理性的原因分析，科学地归纳出带有普遍意义的结论，并提出极具操作性的具体建议和解决方案，是一部适合各种文化层次的家长朋友阅读参考的家教指导著作。希望读者朋友们通过本书能有一言二句之得，能解开一个心结，能解决一道难题，能发现一个目标，能找到一条道路。

张耘

2015年8月

目 录

CONTENTS

CHAPTER 1 | 品行修养篇

有人曾经对世界上多个伟大人物进行过调查分析，发现这些伟大人物都有一个共同的特点，那就是他们的智力一般，但是他们从小品行修养非常突出。人们越来越认识到，良好的品行修养是一个人立足社会的通行证。可现在很多的父母只重视孩子学习能力的培养和智力的开发，却忽视了孩子良好品行修养的培养。

孩子的品行修养培养是一项长期的、循序渐进的教育工作，本篇旨在从诚信、感恩、责任、交往、宽容、合作六个方面进行具体阐述。家长在引导过程中尤其要注重提升自身的道德修养，真正为孩子的健康成长播下希望的种子。

培养孩子诚信的品德 / 2

培养孩子的感恩之心 / 8

培养孩子的责任心 / 14

培养孩子的交往能力 / 22

培养孩子的宽容心 / 30

培养孩子与人合作的能力 / 37



CHAPTER 2 | 学业提升篇

你是否经常为孩子的学习成绩而烦恼，为怎样提升孩子的学业水平而忧心忡忡？“学业提升篇”会成为你解决问题的最佳方案。它通过十二个角度分别扫描了孩子在学习中存在的主要问题，并分析了这些问题产生的根源，最后为你提供一条科学的让孩子学业水平提升的途径。只要你了解孩子学习中存在的问题，并有针对性地从本书中找到解决这些问题的良方，相信你孩子的学业水平一定能得到大幅度的提升。

家长可从课前、课中、课后三个方面入手，鼓励和引导孩子多听、多记、多读、多写、多做、多问、多预习、多复习、多总结、多反思，培养孩子的学习兴趣，改善孩子的学习方法，使孩子养成良好的学习习惯。

- 培养孩子的预习习惯 / 46
- 培养孩子的听课习惯 / 55
- 培养孩子的做作业习惯 / 62
- 指导孩子做好课后复习 / 69
- 培养孩子的书写习惯 / 75
- 提高孩子的计算能力 / 83
- 提高孩子的口语表达能力 / 90
- 提高孩子背诵记忆的能力 / 97
- 让孩子爱上阅读 / 105
- 让孩子爱上写作 / 112
- 让孩子养成践行计划的习惯 / 119
- 让孩子学会反思 / 126



CHAPTER 3 | 潜能发展篇

人的潜能犹如一座待开发的金矿，能量无穷，价值无限。我们每一个人都有一座这样的潜能金矿。但是，由于没有进行各种潜能训练，潜在的能量无法得到淋漓尽致的发挥。相信只要家长抱着积极的心态去开发孩子的潜能，孩子都有望有一番成就。

开发孩子的潜能，要努力为他创设一种良好的教育环境。首先要相信孩子，相信每个孩子都具有巨大的潜能，相信人人都能成才，并让他感受到这份信任，在信任中增强自信；其次要激励孩子，要让他感受到自己通过努力获得成功；最后要善于发现孩子，引导孩子，你想让孩子向什么方向发展，就在那里寻找“闪光点”，通过表扬、激励让其发扬光大。

开发孩子的好奇心 / 134

培养孩子的观察力 / 142

丰富孩子的想象力 / 150

成就孩子的思维力 / 157

锻炼孩子的实践力 / 163

激发孩子的创造力 / 170



品行修养篇

有人曾经对世界上多个伟大人物进行过调查分析，发现这些伟大人物都有一个共同的特点，那就是他们的智力一般，但是他们从小品行修养非常突出。人们越来越认识到，良好的品行修养是一个人立足社会的通行证。可现在很多的父母只重视孩子学习能力的培养和智力的开发，却忽视了孩子良好品行修养的培养。

孩子的品行修养培养是一项长期的、循序渐进的教育工作，本篇旨在从诚信、感恩、责任、交往、宽容、合作六个方面进行具体阐述。家长在引导过程中尤其要注重提升自身的道德修养，真正为孩子的健康成长播下希望的种子。



培养孩子诚信的品德

情境扫描

邓毅一直是父母眼中的好孩子。可是最近，他经常向妈妈要钱，理由是学校号召捐款，或者是学校要求交资料费、帮助同学……妈妈感到很疑惑，于是和老师通电话了解情况，发现这些全部都是假的。经多方了解，原来他撒谎要钱，全都是为了进网吧上网。当妈妈跟他交流时，他还是用各种谎言来掩饰自己的行为，为此妈妈苦恼不已。

邓毅的表现在孩子中具有一定的普遍性，就是孩子的诚信出了问题。其实，诚信出问题的表现远不止这些，比如抄袭作业、考试作弊、偷改试卷分数、对他人乱承诺却不兑现，等等。

诚信就是诚实守信，是一个具有普遍性的道德规范，是处理个人与社会、个人与他人之间的相互关系的基本道德规范。诚实守信是初始性



道德，一切道德规范都是在此基础上建立的，再高的道德规范都是以诚信为基础的。“人无信不立”，就是这个道理。

孩子诚信缺失，固然与学校教育的不到位、社会大环境的影响有一定的关系，但家庭诚信教育的缺失和方法不当，也是重要的因素之一。那么，家长的哪些错误做法容易导致孩子不诚信行为的发生呢？



追根溯源

一、包庇纵容，滋生失信行为

孩子在成长过程中犯错不足为怪，但父母若处理不当，其不良后果却不可小视。当孩子偷拿了同学的文具、抄袭作业、与人打架推卸自己的责任、为买心爱的物品说谎要钱时，有的家长认为这只是小毛病，孩子年龄尚小，“树大自然直”，不必去理会；有的家长为了维护自己的面子，一味地替孩子遮掩。家长的这些错误做法都会助长孩子的不诚信行为，导致孩子是非不明，甚至为逃避责任，免除惩罚，编说谎言，做出不诚信的事情。

二、方法不当，引发错误导向

有的家长发现孩子偶尔的不诚信行为，便深恶痛绝，恶语相向。比如孩子第一次拿了少许零花钱，就被斥为“小偷”；不小心摔破了东西不敢承认，就被说成“撒谎”。家长过早给事情定性，对问题严重性的故意渲染，会使“小偷”“撒谎”这些消极的心理暗示不知不觉地存在于孩子的潜意识里，驱动孩子一错再错，不仅不能起到令行禁止的作用，反而得到适得其反的效果，最终使他们远离诚信。其实，孩子天性



纯真、率直，不诚信并不是与生俱来的。不少家长“望子成龙”心切，容不得孩子犯一点儿错误。如：对待孩子的学习，不注重学习过程中的科学方法指导和良好习惯的培养，等到成绩不理想时，一味责骂，甚至大打出手；对待孩子的行为，不注重是非标准的明辨、做事方法的指导，当行为出现偏差产生不良后果时，不查原因，不定对策，不教正确做法，企图用暴力体罚方式让孩子“长记性”。当孩子错误地认为是自己的诚实引起了父母的不满甚至是责罚时，便开始采取掩饰、说谎等不诚信的行为以逃避责罚。

三、盲目期待，导致投机取巧

“望子成龙”“望女成凤”是家长普遍的心理期待。自己没读大学，想让孩子能“金榜题名”，步入高等学府；自己“怀才不遇”，想让孩子能“平步青云”，仕途光明……大凡自己未能实现的夙愿，都寄托在孩子身上。因此，一些家长就不顾孩子的实际智能水平和个性特点，对孩子的教育急功近利、揠苗助长，希望孩子无所不能、处处成为自己的骄傲和荣耀，希望以孩子的优秀表现填补家长的种种遗憾。有的孩子为博得家长的欢心和向周围人炫耀，为提高作业的准确率而传抄作业，为取得高分而考试作弊，为评优“选干”而拉票，形成爱慕虚荣、投机取巧等不诚信习惯。

四、言行不一，导致错误引领

有些家长对孩子的教育态度缺乏连贯性和一致性。比如做事当面一套，背后一套，口头教育孩子要诚实，自己却做出不诚信的事；更有的家长唯恐孩子太诚实会吃亏，便教育孩子做事说话“留一手”等等。这