

阳光家长系列丛书

简单实用

择校入学 课业学习
亲子沟通 性格养成
能力拓展



陪宝贝上小学， 走好每一步

潘红艳·著

顶级一线老师写给家长的培优计划书

30万孩子和家长从中受益

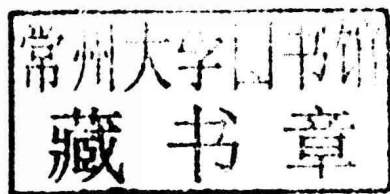
《好爸爸胜过好老师》作者 东子
新教育实践家、儿童文学作家 王钢 | 鼎力推荐

孩子的成长异常辛苦，请听一听小学老师的建议



九州出版社
JIUZHOU PRESS

陪宝贝上小学，
走好每一步



潘红艳·著

图书在版编目 (CIP) 数据

陪宝贝上小学, 走好每一步 / 潘红艳著. — 北京:
九州出版社, 2015. 2
ISBN 978-7-5108-3499-8

I. ①陪… II. ①潘… III. ①小学生—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第019082号

陪宝贝上小学, 走好每一步

作 者 潘红艳 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 黄宪华
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号(100037)
发行电话 (010) 68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 三河市中晟雅豪印务有限公司
开 本 870毫米×1280毫米 32开
印 张 6.5
字 数 180千字
版 次 2015年4月第1版
印 次 2015年4月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-3499-8
定 价 26.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★

序

“家长越来越难当了！”

相信这样的感叹并非个例。至少在我从教十五年中，时常遇到如此纠结乃至不知所措的家长。而我本人，即使身为儿童文学作家、私立小学校长，但作为一个八岁女孩儿的父亲，也同样对这句话深有感触。

为什么家长难当？根本来讲，是孩子难当。

从大环境来看，应试教育与素质教育的矛盾，功利主义与童年本真的冲突，已是剪不断、理还乱，令被裹挟于其中的我们不能不迷惘、挣扎，似乎无能为力。

从小气候来看，学校的实际情况是班额渐大，教师素养参差不齐且压力倍增，孩子的学业负担未见减轻，学习兴趣又饱受打击，导致家长对校方不敢寄予厚望，对孩子则又心疼

又心急。

从个体情况来看，今日身为父母的我们，同我们的父母相比，在理念上已经更新换代，希望孩子不要走自己的老路，成为幸福的他自己，但总是因为原生家庭带给我们的隐藏于潜意识的伤害而让我们不得要领，适得其反。

按照弗洛伊德的理解：孩子如果在童年没有接受好的照顾和教育，甚至受到了压抑和打击，他长大之后就会做噩梦，甚至可能出现种种精神疾病。

无法想象，如果随波逐流，我们的孩子在十年、二十年、三十年之后，会是怎样！

中国教育，难道真的进入了一个全员恐慌的时代吗？

还是把目光收回来吧，放在当下，放在自己的孩子身上。这不是自私，而是务实。他人的瓦上霜，我们有心无力；自家的门前雪，我们责无旁贷。

至少，请让我们的孩子幸福。

怎么做？其实很简单，就是父母当自强。

是的，推动摇篮的手，就是推动世界的手。“国民的命运，与其说是操在掌权者手中，倒不如说是把握在父母的手中。”父母不仅仅是孩子的第一任老师，更是影响最为深远的

老师。很多情况下，我们会发现孩子越来越像自己的父母，但是没有哪些孩子会越来越像自己的老师。

“成功的家教造就成功的孩子，失败的家教造就失败的孩子”，此言绝非夸大其词。而实际情况是，我们这些做父母的，多数是经验主义的父母，是不学习的父母，是被碎片化信息绑架的父母。

你会不知不觉地像你的父母那样瞪眼睛、抡巴掌，或苦口婆心、声泪俱下，却根本不知道尊重和接纳是沟通的前提，不知道到底该怎样“对话”而非教训，不知道到底如何说孩子才会听，更不知道如何倾听孩子才肯说。你对孩子的学习无比重视，不许他刷碗洗筷子，不许他玩要约朋友……你几乎是一位永不懈怠的监工，但很少自己捧起书本，尤其是捧起讲述如何自我成长的书。你和大多数人一样，习惯拿起手机来“阅读”，认为自己每天从朋友圈里就已经读到了太多教育信息，却不知道那些碎片化的“阅读”并非阅读，你只是用眼睛看到了，而你的脑海中没有留下丝毫印痕……

你想让孩子成为什么样的人，请你首先努力成为那样的人。

亲爱的家长，请从学习如何当父母开始，让自己真正强大起来，强大到足可以给孩子正面的引领，足可以传递给孩子阳光

般的能量。

和孩子共同成长的过程，势必辛苦，因为你需要不断地自我否定和肯定，需要不断地总结和反思，需要觉醒，更需要改变。但是，为了孩子这不可逆转的人生旅程，我们所付出的一切都是值得的，而就在这跋涉之间，我们会不知不觉让自己的人生渐趋成熟完满。

编写这一套书的几位老师，在从教十五年至二十五年之间，所教的学生加起来也有数千人。在日复一日、年复一年的一线教学工作中，我和她们一样不止一次地心生这样的感慨：

“如果家长懂得该怎样帮助孩子，那是多么幸福的事情！”

这里所讲的幸福，首先是孩子的幸福，其次是家长的幸福，再次是教师的幸福，最终将是社会的幸福、民族的幸福。

我们都发现，哪个孩子的父母重视——懂得用正确的方式重视孩子的教育，那么这个孩子势必能够成人、成材。这样的经验，不是仅就小学六年得出的结论，而是结合孩子小学毕业乃至大学毕业若干年之后的生活得到的印证。

我们承认，再优秀的教师，对孩子做再多的工作，都远远不如家庭教育的到位更有意义。我们一次又一次地同家长们促膝交谈，绝不只是交流某一节课堂、某一次作业或某一项考

试，我们很愿意和家长探讨如何做到高质量的陪伴，如何积极地看待孩子的过错，如何树立孩子的自信，如何鼓励孩子走向人群……

作为教师，我们很乐于、也很有责任从我们的角度，给您一些诚恳的建议。这，也许就是这套书有别于其他同类书籍的地方。好妈妈诚然胜过好老师，而听一听好老师这来自教学一线的声音，是不是更有参考的价值？

本着“接地气、好操作”的基本原则，这套书的几位作者认真地回顾了教学经历中的数百个教育教学案例，针对不同学段的小学生在学习、生活等各个方面的典型问题，踏踏实实地进行了梳理、反思和总结。对您的建议是“知行合一”，即边读边操作，这样的效果会更好。

请用正确的方式来爱我们的孩子吧——这是终身的功课，也是幸福的功课。

王 钢

新教育实践家、儿童文学作家、小学校长

前言

我一直想写一本关于家庭教育的书，写下自己多年教学经验与教育女儿的心得体会，与广大家长们分享一些解决问题的方法。机缘巧合下，编辑找到我，说有意向出版一套关于家庭教育的书，希望我站在教师和妈妈的双重视角来谈论家庭教育，通过阐述孩子在学校里的表现，反思在孩子的成长历程中家长应该做些什么。

作为一名教师，与孩子们朝夕相伴，每天面对他们各种各样的问题，接触各种类型的家长，感受不同的家教方式，因此能更加全面而客观地看待孩子们的长处与短处，做到因材施教。

教育是一项难以说清的工程，没有固定的标准模式。没有哪位专家敢拍着胸脯说“我的方法一定灵”，因为我们面对的

是人——有情感，有思想，成长在不同环境，有着不同认知的人。因此，没有哪一种教育方法是万能的，更没有哪种方法可以一劳永逸。幸运的是，作为老师，我见到的案例多，知道的故事多，遇到的类型多，或许我的经验能给家长朋友们带来一些启发……

作为教师，我总结了一套实用又普遍适用的教养方法，不希望那些典型的案例随时光消逝；作为母亲，我不希望自己在教育女儿上精心设计的“好招”、“妙招”随着时光的流转而被遗忘。

随着孩子不断成长，家长们也面临各种各样的困惑。

我的孩子能和新伙伴友好相处吗？被欺负了怎么办？

希望孩子能成为班里的“小干部”，我该怎样培养他的组织能力？

孩子做事慢慢吞吞，上学后跟不上可怎么办？

……

作为老师兼母亲，我非常能理解家长的心情。从课业学习到身心健康，从与人相处到能力培养，很多家长忽然发现，从幼儿园到小学，这个弯转得太大、太急，自己和孩子都不适

应，产生许多纠结矛盾，令很多人不知所措。

年逾四十的我担任了多年班主任，有两届学生是从一年级带到六年级毕业，他们有的都已经为人父母了。回头看看这些孩子的经历，想想他们的故事，我真心想与大家分享我的教学育人经验，以及其中的苦乐酸甜、得失成败……

潘红艳

目 录



择校入学

对刚入学的孩子而言，注意力集中、善于倾听、自控能力强，远比好成绩重要。只有将家庭教育和学校教育紧密结合，把教育的重点放在孩子的习惯养成和能力培养上，才能帮孩子尽早适应小学生活。全托封闭式教育、提前入学，会影响孩子的身心成长规律，家长做决定要慎重。

幼升小，如何为孩子择校？ / 003

幼升小，入学前做好哪些准备？ / 010

提前上小学，请三思而后行 / 021

课业学习



让低年级的孩子喜欢学习任务，家长要做到“陪学”有度。针对孩子的性格特点和能力制订循序渐进的学习计划，并有效地执行计划，时刻关注孩子的表现，灵活地调整方案，适时降低难度，把保护孩子学习热情和好习惯的养成视为首要任务。

031 / 学习生活怎样安排——巧妙制订计划

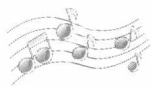
038 / 学习生活怎样安排——有效执行计划

046 / 家长要不要陪孩子学习？

054 / 家庭作业那些事儿——“好问”的孩子

060 / 如何加强课外练习？

068 / 学习有尽头



亲子沟通

每天都要有一段亲子沟通的专属时间，让孩子畅所欲言，感受到父母时刻在关注他。对孩子奖惩有依据，“五不罚”、“两不奖”，罚到痛，奖到甜，让孩子明白奖惩均是爱的教育。在孩子面前负面信息要“谨言”，正面信息要“巧言”，美好亲子关系的维系离不开语言艺术。

079 / 交流有技巧，沟通无极限

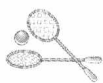
091 / 奖惩奥妙多（一）——“五不罚”与“两不奖”

100 / 奖惩奥妙多（二）——奖到甜，罚到痛

109 / 你错了，但是父母依然爱你！

117 / 与孩子相处中的“谨言”与“巧言”

性格养成



孩子的性格养成是学校教育和家庭教育的共同结果。家长应观察孩子在学校的行事风格，塑造孩子阳光的性格，培养他们积极面对挫折、疏导不良情绪、处理各类问题的能力。好习惯有助于性格的养成，家长宜从日常事务着手，培养孩子认真做事的精神和良好的时间观念。

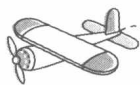
127 / 你的孩子会抓紧时间吗？

133 / 拖延症是这样形成的

139 / 勇敢地面对挫折

144 / 为什么被欺负的总是我？

151 / 攀比心理与金钱意识



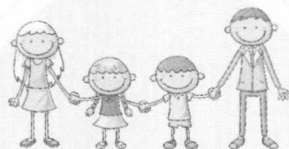
能力拓展

小孩子的可塑性较强，学习潜力远远超出我们的预期。无论是阅读能力、写作能力，还是组织能力、交际能力，孩子都会在好的环境中，或经潜移默化，或通过刻意模仿渐渐具备，家长应为孩子营造好的氛围，并在孩子需要帮助时给予必要的建议和指导。

写作巧起步 / 161

如何让孩子爱上阅读？ / 168

当好班干部的智慧 / 177



择校入学

01

对刚入学的孩子而言，注意力集中、善于倾听、自控能力强，远比好成绩重要。只有将家庭教育和学校教育紧密结合，把教育的重点放在孩子的习惯养成和能力培养上，才能帮孩子尽早适应小学生活。全托封闭式教育、提前入学，会影响孩子的身心成长规律，家长做决定要慎重。