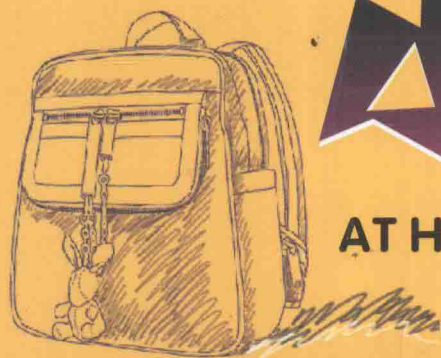


子牛/著

家有小学生



AT HOME WITH YOUR RISING STAR

孩子的起跑线在父母身上

我们一生的成就，大抵奠基于小学阶段；
我们未来可能的挫折和困境，
也总是能从小学生活中找到熟悉的影子。

家有小学生，幸福而忐忑，
由不得我们不用心去学。

优秀家长
培训读本

与200,000,000小学生家长一起阅读
品格、智力、健康、情商、学习，一个都不能少



当代中国出版社
Contemporary China Publishing House



家有小学生

AT HOME WITH YOUR RISING STAR

子牛/著



当代中国出版社
Contemporary China Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

家有小学生/子牛著. —北京: 当代中国出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5154-0015-0

I. ①家… II. ①子… III. ①小学生—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第123149号

出版人 周一
责任编辑 田敏
责任校对 谌三元
封面设计 陶苗
出版发行 当代中国出版社
地 址 北京市地安门西大街旌勇里8号
网 址 <http://www.ddzg.net> 邮箱: ddzgcbs@sina.com
邮政编码 100009
编辑部 (010)66572154 66572264 66572132
市场部 (010)66572281或66572155/56/57/58/59转
印 刷 北京玥实印刷有限公司
开 本 787×1092毫米 1/16
印 张 16.5印张 208千字
版 次 2011年8月第1版
印 次 2011年8月第1次印刷
定 价 29.80元

版权所有, 翻版必究; 如有印装质量问题, 请拨打(010)66572159转出版部。

序

PREFACE

理念的力量

——阅读本书的五大理由

1

小学阶段的教育决定孩子一生的命运

小学阶段教育的重要性毋庸置疑，这种重要性主要体现在以下三个方面。

第一，小学阶段是孩子身体和智力发展的关键时期。小学生将从一年级的“小豆包”到六年级时告别童年、进入青春期，同时，孩子大脑的发育和发掘绝大部分也基本完成。这其中的成长和变化是巨大的。

第二，小学阶段是孩子人格和非智力因素形成的关键时期。小学生从家庭开始走入学校，并逐渐走向社会，他们基本的人格和习惯、性格特征等会慢慢形成并得到固化。俗话说从小看大，可以说，影响孩子一生的一些根深蒂固的习惯和行为特征，在很大程度上就形成于小学阶段。

第三，小学阶段是培养孩子学习兴趣、养成良好学习习惯的关键时期。学习是一种伴随终生的能力，如果不能从小打好基础，以后要想补回来将是一件令人痛苦的、事倍功半的事情。有一点父母们必须明确，这里说的“学习”，绝不仅仅指在学校里或其他地方所接受的知识性的学习。

小学生就如一张白纸，具有无限的可能性，他们每一天的一言一行，都渐渐显示出未来大致的方向。我们一生的成就，大抵奠基于小学

阶段；我们未来可能遭遇的挫折和困境，也总是能从小学阶段找到熟悉的影子。

家有小学生，幸福而忐忑，由不得我们不用心去学。

2 父母应该知道小学学什么、教什么

小学学什么，应该教给小学生什么，不知道有多少家有小学生的父母认真地想过这个问题。这似乎又是一个不需要去想的问题，现在的小学生要学（或者说是父母希望他学）的东西太多了：学校老师教的知识，以及奥数、英语等课外的辅导班，各种钢琴、绘画、围棋、跆拳道等兴趣班。

童年应该是快乐的。快乐的成长才是最健康的成长。无论小学学什么、教什么，快乐必须是第一位的。当然，让孩子无忧无虑地玩不一定是快乐，让孩子苦学也不一定不快乐。家有小学生，第一要做的是快乐，第二是快乐，第三还是快乐。

为躲避战乱，著名经济学家张五常小时候曾在广西“一个今天无法找到的名为拿沙的小村落”住了一年多。他在回忆自己小学生活的文章中这样写道：“拿沙的没有学校的日子对我后来的发展有重要的影响。因为染上疟疾，有几个月，妈妈要我每天下午到山间走。对夕阳光的变化有研究，是今天搞摄影艺术的本钱了。”妈妈曾经让他背着三岁的妹妹“到田野走，希望能找到什么可以养活自己”，“这些在田园荒野觅食的日子，使我对中国的农村生活和农植操作知得多而深入”，“拿沙的田野培养出一个专才”。

著名人本主义教育家罗杰斯告诉我们：“凡是教师能够讲述的，能够传授的知识，多半是死的、凝固的、无用的知识；只有学生自己发现、探究的知识，才是活的、有用的知识。”我相信，张五常先生沉浸在拿沙的夕光和田园荒野时，一定是快乐的。这种快乐就是成长的快乐。

3 孩子的起跑线在父母身上

调查表明，全国有6000多万家长坦言自己是“失败的父母”，有更多的父母在教育中感到有一种无力和挫败感。专家指出，产生这种挫败感的根源，很大程度上是由不当的小学阶段教育，特别是小学阶段的家庭教育所引起的。用通俗的话来讲，如果一开始的道路就出现了偏差，那么只能离正确的目标越来越远；如果小时候欠账了，那么以后想要偿还就会加倍困难。

“不要让孩子输在起跑线上”是一个广泛流传的观点，现在有学者指出，一些培训机构过分强调“输”字和片面理解“起跑线”，从而误导了父母，但是就孩子的成长发育和成长规律而言，是存在着这样的“起跑线”的。

小学阶段是孩子身体发育、智力开发的关键期，是孩子人格形成、情商培育的关键期，也是孩子兴趣养成、形成良好的学习习惯的关键期。我们说，这些关键期就是人生的“起跑线”。一个人最终能够获得什么样的成功，跟他在“起跑线”时的表现密切相关。

每个个体都是千差万别的，每个孩子都是独一无二的，过分强调“不要让孩子输在起跑线上”而一味去进行横向比较，显然是不明智的。因此，以什么样的理念和方法来对待孩子一生中最重要的关键期，怎样创造良好的家庭教育环境，让孩子在潜移默化中获得人生最宝贵的品质，怎样找到孩子的独特之处并使之健康成长，就成了小学生家庭教育最应该注意的问题。

与其说不要让孩子输在起跑线上，还不如说孩子的起跑线在父母身上。

孩子的起跑线在父母身上，不做失败的父母，这正是本书想告诉父母的核心内容之一。

4 理念的力量

本书是一本致力于讲述小学生家庭教育基本理念的教育培训读本。

这里指的理念就是正确的观点。理念决定着结果和未来，只有正确的观点，才能够引导人们获得最终的成功。一个人的现状准确地反映着他的理念。从根本上说，你今天所拥有的，正是你为自己量身定制的东西。正如哈佛校训所说：“一个人的成长不在于经验和知识，更重要的在于他是否有正确的理念和思维方式。”

我接触过许多父母，因为困扰于孩子表现出来的层出不穷的各种问题，总是简单而直接地想到去寻找某种能够行之有效地解决这些问题的办法。或许是对孩子的爱太深切了，或许是对孩子的期望太多太急了，但是不管怎么说，这实在是一种舍本逐末的不明智的做法。

接受或者改变一个理念并不容易，尤其对于许多年轻的妈妈们来说，讲道理实在是一件枯燥乏味而让人没有丝毫兴趣的事情。本书力求用通俗生动的语言、切实的体会和真实的事例，深入分析小学生家庭教育的基本理念。讲道理也可以春风化雨，理念的学习一样能够轻松有趣。

播下一种理念，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。理念落后是一种最本质的落后，小学生家庭教育首先应该理念先行。

5 授人以鱼不如授人以渔

古语云：授人以鱼不如授人以渔，说的是单纯知识性的学习远不如方法的学习重要。具体到小学生家庭教育，我们认为，父母应该更加注重掌握基本的教育方法，而不仅仅是教育知识的学习。

遗憾的是，实际情况并不乐观。调查显示，一方面是父母囿于传统

观念的局限和社会上片面观点的误导，因孩子的各种问题而困扰，总是习惯于用大部分注意力去关注那些似乎能够马上解决问题的教育细节。一方面是市面上大量的关于教育知识的图书，因为着眼点在具体的教育问题，有的说法甚至互相矛盾，让人无所适从；偶尔有涉及教育理念和方法的图书，也因为凌乱、不系统，或者语言生硬，偏于学术研究而对于家长没有多少实用价值。

本书致力于讲述小学生家庭教育的基本理念，并力求做一些“授人以渔”的尝试和突破。

以小学生体育锻炼为例，本书以“坚持每天锻炼一小时”为标题的一小节内容，提出了家庭教育中小学生体育锻炼的基本理念和父母应该具有的关于小学生体育锻炼的一般规律和方法：坚持每天锻炼一小时（是什么），从三个方面阐述了这一理念的重要性（为什么），父母应该怎么做（做什么）。全节重点强调了两点，一是坚持，二是每天一小时，这就是小学生体育锻炼的核心理念。至于父母如何做才能让孩子坚持，让孩子坚持锻炼什么体育项目，在锻炼的过程中出现的各种问题怎么办等等诸如此类的问题，文中则很少涉及。

为什么很少涉及呢？我们认为，这些问题在本书的其他地方已经给出了答案。父母怎么做：建立和谐的亲子关系；锻炼什么：了解孩子，因材施教，培养兴趣和爱好；孩子的问题：除了涉及专业的体育锻炼知识需要学习外，剩下的就是弯下腰来，耐心地倾听。更重要的是，相对于“坚持”和“每天一小时”而言，这些问题都是第二步的了。大家都知道坚持的重要性，但是做起来并不容易；学习的压力是如此繁重，一小时的时间从何而来？但是，这两点却是一个合格的父母必须担负的责任。

唯有如此，在孩子体育锻炼这一点上，才不会出现大的偏差，才能不受其他因素的影响。面对孩子锻炼方面的问题时，不把寻找原因的目光仅仅局限在锻炼本身，才能自然而然地把锻炼置于学习、才艺、兴趣等同样重要的位置。这就是理念的力量！

“授人以鱼”相对容易，也比较讨巧，因为至少有了一个实实在在的东西，但是这个“鱼”好不好吃、爱不爱吃、适合不适合吃，都是个未知数，而且关键的是这个“鱼”吃一点就少一点，不会再有了。“授人以渔”则要难得多，但是它可以让我们随时去抓自己最喜欢的、最有营养的鱼。

要进入一扇门，如果没有钥匙，要么只能硬闯，要么只能在门外徘徊，愿本书成为您打开那扇引领孩子走向美好未来的大门的钥匙。

第一章 孩子的起跑线在父母身上 1

1 父母要把自己放在教育者的位置上 3

成功的家庭教育，首先建立在对家庭教育正确的认识基础之上。家庭教育中出现的几乎所有问题，追根溯源，都可以在对家庭教育认识不清楚这里找到原因。

2 最好的小学生家庭教育 6

小学生家庭教育的核心思想，就是尽父母最大努力、创造一切条件，为孩子健康成长打下坚实的基础。

3 慎重对待孩子的“第一次” 10

教育无小事，小事处理不好，受影响的不只是这个事情本身，它会连带的产生一系列的影响。同时，教育其实就是由一件件不起眼的小事组成的，一件件小事按照某种规律组合起来，就成了决定孩子一生的大事。

4 父母应具备的基本能力 15

父母的教育能力是其教育水平高低的体现，直接决定了教育效果的好坏，这需要父母在不断学习和实践的过程中，通过体会、比较、思考逐步形成和完善。



5 言传身教和因材施教 20

言传身教通过潜移默化来达成目的，而“有意识”则是言传身教的核心思想。每个孩子都是独一无二的，教育的本质要求对孩子的特点进行“差异化”教育，只有因材施教才能达成“差异化”教育的目的。

6 真正的爱 23

真正的爱，一定是发自内心的自然感情的真情流露，不附加任何条件，没有任何功利的目的，不宠溺，不过度。只有这样的爱，孩子才能从父母那里获得强大的精神力量，心灵得到滋养，才能自尊、自信、自立。

第二章 品格：培养真正的人 33

1 让孩子成为真正的人 35

一个孩子品格如何，将决定他前进的方向。良好的品格是他严格要求自己追求进步的动力，也是他努力学习、奋发向上的重要保证。

2 怎样对孩子进行品格教育 42

对孩子进行品格教育的最好方式，就是能够隐藏教育者的教育意图，没有说教，不留痕迹，通过一些不经意的具体小事，影响孩子的品德及价值观，以达到潜移默化、春风化雨的效果。

3 成就一生的八个品格 54

真正的人就是人格高贵、品格高尚的人，凡是有益于此的，就应该接近；凡是有损于此的，就应该远离。

第三章 健康：坚持每天锻炼一小时 75

1 正确的小学生家庭健康教育观念 77

父母对孩子进行健康教育的首要任务，是教给孩子正确的健康知识，帮助孩子树立正确的健康意识和形成正确的健康观念。而健康教育的最终体现形式，就是让孩子养成良好的健康习惯。

2 养成每天锻炼一小时的好习惯 87

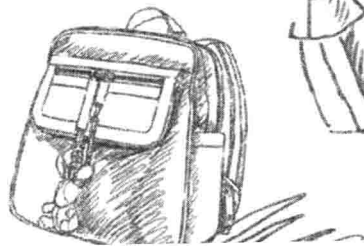
无论何种体育锻炼方式，只要能够持之以恒，日积月累，对孩子产生的积极影响将深刻而恒久。

3 完全营养解决方案 94

全面、均衡、适量是保证小学生营养最重要的原则。理解并遵循这个原则，父母自然就知道应该让孩子吃什么、不吃什么了。


4 让孩子拥有一颗健康的心 104

心理健康是指一种持续的心理情况，当事者在那种情况下能作良好适应，具有生命的活力，而能充分发展其身心的潜能。这乃是一种积极的丰富状况。不仅是免于心理疾病而已。




第四章 情商：让孩子成为最受欢迎的人 113

1 认识情商 115




情商形成于婴幼儿时期，成型于儿童和青少年阶段，人与人之间的情商并无明显的先天差别，它主要是在后天的人际互动中培养起来的。因此，在小学阶段，父母要把培养孩子的情商放在家庭教育的重要位置。

2 让孩子做自己情绪的主人 117



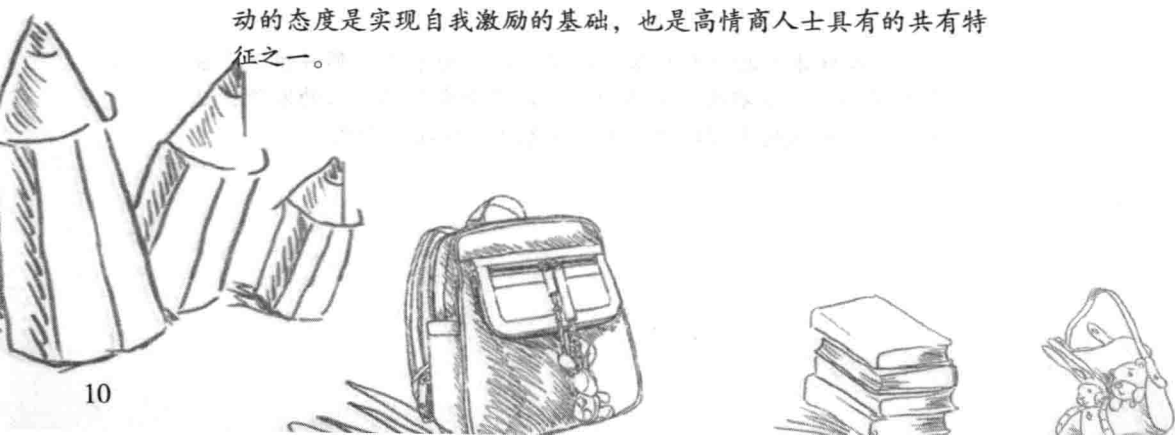
小学阶段的孩子，还不具备完全认识和管理自己情绪的能力，因此，父母怎样对待自己的情绪和怎样处理孩子的情绪，对孩子情绪管理能力的形成就具有至关重要的影响。

3 让孩子拥有良好的性格 125



从本质上说，性格类型没有好坏之分。让孩子拥有良好的性格，就是要去除性格中那些明显不好的东西，比如自私、贪婪、懦弱等，然后让孩子自然、健康地成长。

4 培养孩子自信和乐观积极的态度 133



自我激励是情商的重要内容之一，能否有效地进行自我激励，是衡量一个人情商能力大小的重要标准。乐观自信、积极主动的态度是实现自我激励的基础，也是高情商人士具有的共有特征之一。

5 让孩子学会与人交往 141

父母要帮助孩子学会与人相处，掌握基本的人际交往知识和沟通技巧，鼓励孩子与小朋友正常交往，让孩子逐渐成为一个最受欢迎的人。

第五章 智力：每个孩子都与众不同 149

1 智力是一切成功的基础 151

父母的一个重要任务，就是发现孩子在智力上的优势和劣势，进而采取不同的开发措施

2 注意力是一切学习能力的基础 159

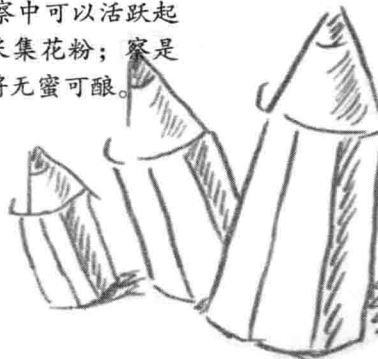
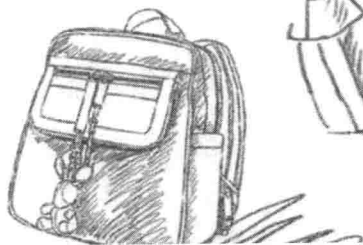
最好的学习方法就是让孩子聚精会神学习的方法。

3 让孩子拥有良好的记忆力 173

每一个父母都应该正确地认识记忆力，了解孩子记忆力的特点，科学地培养孩子的记忆力，让孩子认识记忆，积极主动，从一开始就掌握最正确的记忆方法。

4 观察是智慧之母 180

从观察中不仅可以汲取知识，而且知识在观察中可以活跃起来，知识借助观察而进入。观是看，犹如蜜蜂采集花粉；察是想，就是将花粉酿成蜜。没有良好的观察，我们将无蜜可酿。



5 呵护孩子的想象力和创造力 187

传统的教育模式正在扼杀孩子的想象力和创造力，学校教育因为其组织性和规范性，只能让孩子无限地趋同。父母才是培养孩子想象力和创造性的主体，应该承担起自己的责任。

6 思维能力是智力的核心 196

孩子思维能力的强弱，基本就体现在各种思维品质的强弱。要养成良好的思维习惯，就需要在思维品质的五个方面下工夫。

第六章 学习：父母应该做好的八件事 203

1 要了解孩子和小学生学习的特点及一般规律 205

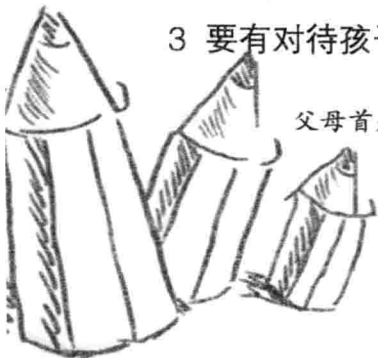
在指点孩子的学习之前，父母要做的第一件事，就是了解自己孩子的各方面情况和优劣势，这是“知己”；同时，要了解小学生学习的特点和一般规律，这是“知彼”。知己知彼，是做好一件事的前提和基础。

2 要摆正在孩子学习中的位置 210

父母不是全能人士，对孩子的学习，父母只能是指点而不是指导。父母不是“家庭教师”，不是“陪读生”，要培养孩子独立和自主学习的能力，要让孩子明白，学习是他自己的事情。

3 要有对待孩子学习的正确心态和态度 213

父母首先要自己战胜自己，然后才能帮助孩子承受失败，帮



助孩子正确面对失败，坦然接受失败带来的磨炼，从失败中不断进取。

4 要创造适合孩子学习的外部条件和家庭氛围 217

如果说孩子学习的外部条件和家庭氛围是外因的话，那么学习的内在动力就是影响孩子学习的内因。外因对内因具有很大的影响和阻碍作用，因此，父母要创造适合孩子学习的外部条件和家庭氛围。

5 要配合学校教育，处理好与老师的关系 219

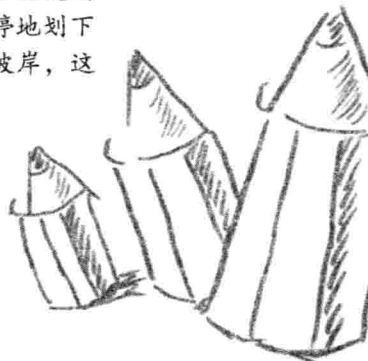
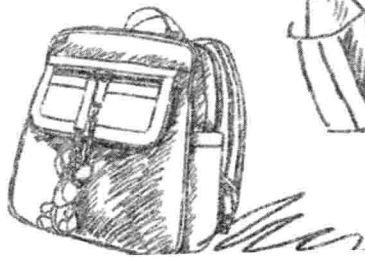
只要孩子每天都是快乐的，每天都愿意去学校，只要孩子有旺盛的求知欲望和学习兴趣，只要孩子的心理是积极健康的，充满自信、坚毅和勇敢，孩子就有希望。而在这些方面，父母可以做的有很多。

6 要帮助孩子树立正确的学习观念，培养孩子对学习的兴趣 224

一个学生的梦想的丢失，是从学业失败开始的，而学业的失败，是从丧失学习动力，找不着自己开始的。没有学不好的孩子，只有不愿意学的孩子。孩子学习方面的问题，首先是孩子学习动力的问题。

7 要帮助孩子找到适合自己的学习方法 231

如果把学习比做划船，那么学习习惯和学习方法是划船的双桨，而学习动力则提供让我们能够一直不停地划下去的源源不断的力量。学海泛舟，要想成功到达彼岸，这三者必须密切配合，缺一不可。



8 要帮助孩子养成良好的学习习惯 237

课前预习、课后复习、作业规范、书写整洁、集中精力、认真听讲、独立思考、认真审题、仔细检查等都是良好的学习习惯。

后记 243

