

国家基础教育实验中心组织编写

中国家庭子女教育



小学生家长读本

中国法制出版社

国家基础教育实验中心
中国家长学校推荐教材 审定成员

主 任:王建国 史宁中
委 员:(按姓氏笔划为序)
马云鹏 李玉先 吴玉琦
宋成栋 赵 刚 赵 鑫
赵忠心 祝立明 袁桂林

总 主 编:赵忠心 赵 刚
本书主编:关鸿羽
编 写 者:骆 风 廖大秀 王尚军
关鸿羽

前 言

改革开放以来,我国的家庭教育越来越受到社会和广大家长的重视。家长们清楚地看到,社会的发展,知识经济社会的到来,使我们的孩子面临着越来越严峻的挑战。对孩子进行素质教育,是广大家长的惟一选择。家长们迫切需要对子女的家庭教育进行指导,以便使自己能够很好地承担起历史赋予的培养教育子女的崇高任务。

前些年,受教育部基础教育司委托,国家基础教育实验中心社区与家庭教育研究所所长、北京师范大学研究员赵忠心主持起草了《家长教育行为规范》和《全国家长学校教学大纲》。为了进一步落实这两个家庭教育条例的精神,解决全国各级各类家长学校和家长缺乏统一的家教教材的状况,国家基础教育实验中心组织了一批专业工作者,编写了这套《中国家庭子女教育》系列教材。

首批推出的教材共8种。在组织编写的时候,我们既考虑到要适应从孩子一出生到高中毕业,不同年龄阶段孩子的家长的需要,也考虑到不同类型家庭子女教育的要求,目的是使家长们在对孩子进行系统培养教育的过程中,每一个年龄阶段、每一种特殊情况都能获得有针对性的指导。

这套家长学校推荐教材,是经过了长时间的酝酿、准备,认真总结了我国20年来家庭教育成功的经验,借鉴、吸取了古今中外家庭教育理论研究的优秀成果,由国内知名的教育、心理方面的专家、学者集体编写而成的。具有以下特点:

一、具有鲜明的时代感

家庭是社会的细胞,也是社会的缩影。社会政治、经济、文化的变革,肯定要通过各种途径渗透到家庭生活中去,影响家庭教育的实施。随着我国市场经济的发展,家庭教育承担着新的任务,面临着许多新情况和新问题,家长们在思想上也产生了许多困惑和困难。这套教材对这些新任务、新情况、新问题做了系统的分析、说明、论述,并对当前家长感到困惑和困难的问题一一做了解释和指导,学习以后,会使家长对子女教育工作充满信心。

二、具有强烈的针对性

这套教材,编写者虽然都是教育学、心理学方面的专家、学者,但是,并没有按照教育学和心理学的学科体系来编写,而是根据家庭教育的实际需要出发,想家长之所想,急家长之所急,努力回答家长在家教中遇到的种种实际问题。家长阅读以后,会觉得这套书就是为你写的。

三、理论和实际相结合

家庭教育,从某种意义上说,就是教育家长。要搞好家庭教育,必须首先切实提高家长的素质。家长的素质不提高,要培养出高素质的子女来,那是不可能的。提高家长的素质,不仅要使家长掌握教育子女的具体的方式方法,也要使家长略知家庭教育方面的科学理论。为了使家长能够读得懂、用得上,作者广泛收集了古今中外的教育子女的典型实例,对现在的家庭教育状况也做了大量的调查研究,并对家庭教育的经验和情况进行了理论上的分析,努力揭示家庭教育的一般规律。读者不仅能在阅读这套教材时“悟”出一些教育子女的道理来,还能从中学会家庭教育的可操作方法。

四、深入浅出、通俗易懂

这套教材的作者深深懂得,具有中等文化水平的家长是主

体,他们迫切希望能读到深入浅出、通俗易懂的家教读物。参加此套读物编写的作者,很多是从事家庭教育调查与实验的研究人员,掌握大量数据与实例,经常与家长保持着联系,他们了解家长的心愿,知道家长需要阅读什么样的读物。他们有能力把深奥的科学理论,运用一般读者都能读得懂的语言写出来。当家长读这套书的时候,你会觉得是专家、学者在与你促膝相谈,共商教子大计,感到十分的亲切。

这套中国家长学校推荐教材,既适合为家长讲授,也利于家长阅读。可以说,它是陪伴家长、孩子的良师与益友,沟通学校、家庭的纽带与桥梁。

国家基础教育实验中心
中国家长学校推荐教材编委会



目 录

第一章 家庭,孩子成才的摇篮	1
一、小学生家庭教育是孩子成才的基础	1
二、小学生家庭教育是学校教育的补充	3
三、小学生家庭教育关系到明天的国民素质	4
第二章 家长,孩子的终身教师	6
一、小学生家长的修养	6
二、小学生家庭的家风	11
三、小学生家庭内部的协调	15
四、小学生家长的教育观念	16
五、小学生家长与学校的配合	19
第三章 教孩子学会做人	23
一、养成教育	23
二、孝敬父母教育	39
三、文明礼貌教育	42
四、教育孩子不任性	45
五、教育孩子不贪小便宜	48
六、教育孩子不说谎话	51



七、教育孩子生活讲秩序	52
八、教育孩子正确处理人际关系	54
第四章 教孩子学会做事	62
一、劳动教育	62
二、节俭教育	74
三、实践能力培养	81
第五章 教孩子学会健身	90
一、小学生的生理特点与卫生保健	90
二、小学生的家庭饮食卫生	94
三、小学生的衣着保健	96
四、小学生的身体锻炼	99
第六章 教孩子学会健心	103
一、小学生的心理特点	103
二、小学生的心理健康教育	108
三、小学生多动症的家庭诊断	122
四、教孩子学会调节情绪	126
五、教孩子学会解除心理压力	127
六、教孩子学会克服自卑心理	129
七、教孩子学会走出孤独	132
八、教孩子学会克服胆怯心理	134
九、教孩子学会解除烦恼	137
十、教孩子学会克服爱生气的毛病	139
第七章 教孩子“学会审美”	142
一、培养孩子审美的主要内容	143
二、如何指导孩子审美	146
第八章 教孩子学会学习和创新	152
一、教孩子学会学习	152
二、教孩子学会创新	155

第一章

家庭,孩子成才的摇篮

一、小学生家庭教育是孩子成才的基础

马克思说过:“法官的行业是法律,传教士的行业是宗教,家长的行业是教育子女。”

教育子女是家长义不容辞的责任,这是家庭的社会职能所决定的。家庭作为人类社会最基本的社会组织形式,是社会的细胞,它从出现的那一天起,就担负着物质生产和人口生产两大社会职能。社会人口的生产和劳动后备力量的培养和训练,是家庭特有的职能,是家庭和社会存在和发展的需要。家庭教育进行得如何,决定着儿童的身心发展水平。

在儿童阶段,孩子们的思想尚未定型,“心知未有所主”,有很强的可塑性。他们同父母朝夕相处,家长的影响和教育几乎天

天都在强化。由于父母和子女有天然的血统关系,孩子十分依赖家长。因此,家长的一言一行、一举一动都自然成为孩子们效仿的榜样。家长的教育成为孩子生活的准则,家长对周围人和事的评价标准,成为孩子道德评价的标准,甚至父母的作风、习惯、气质、兴趣、爱好、个性特征等,都深深地影响着孩子。

孩子小时候,是形成习惯的最佳时间,良好习惯的形成在人的一生成长中起着打基础的作用。孔子说:“少成若天性,习惯如自然。”这是说早期形成的习惯像是与生俱来的一样稳固。

家庭教育对于每一个人的德、智、体的发展起着奠基的作用,特别是对人的思想品德和个性品质的形成,甚至可以说是起着型塑的作用。有人说:“孩子是家长的影子”,“孩子是家长的翻版”,就是说明小学生家庭教育的重要作用。

小学生家庭教育之所以对人的一生起着十分重要的作用,很重要的原因是孩子还是一张“白纸”,可塑性强,画上一个印记就印象深刻,经久不忘。在人的一辈子中,我们经历了成千上万的事情,成亿成亿的信息,很多是过眼烟云。而小时候家长对自己的教育却牢记心间。正如宋朝思想家张载所说:“勿谓小儿无记性,所历事皆不能忘。”颜之推也说:“人生幼小,精神专注,长成以后,思虑散逸,因须早教,勿失良机。”

小学生家庭教育将在孩子的一生中起作用,家长是孩子的终生教师,许多科学家的健康成长,都是与父母优良品质的熏陶和循循善诱的教导分不开的。如世界大发明家爱迪生、物理学家相对论创造者爱因斯坦、我国著名音乐家冼星海、文学家老舍等等,都受益于小时家长教导。老舍先生深情地回忆母亲说:“从私塾到小学到中学,我经历过起码有百位教师吧!其中有给我很大的影响的,也有毫无影响的,但是我的真正的教师,把性格传给我的,是我的母亲,母亲不识字,她给我的是生命的教育。”这个生命的教育就是指思想品德、道德情操、行为习惯等方面的教

育。老舍先生爱花、爱清洁、爱整洁、守秩序、待人热忱、有求必应、为人正直、不畏强暴,这些良好的品德都是从他母亲那里学来的,这是说母亲对孩子的影响。父亲的影响也是十分重要的,17世纪英国诗人乔治·格尔贝说:一个父亲胜于一百个教师。有人曾经对90名超常儿童成长的主要因素进行过较全面的调查,其因素中主要受父母教育影响的居大多数,这都说明家长的教育对孩子成才的影响是很大的。勿庸置疑,家庭教育决定着孩子身心发展水平,无论向哪方面发展,发展的水平高低,与家庭教育都有直接关系。小学生家庭教育确实是孩子成才的基础。

二、小学生家庭教育是学校教育的补充

家庭教育是学校教育的补充和助手,是整个教育工作中不可缺少的组成部分。

在孩子入学之前,一般家长都能自觉地承担子女的教育任务。那么,孩子入学以后,家长还负不负教育子女的责任?在这个问题上,许多家长思想是有模糊认识的。有的家长认为,有学校教育孩子,家长可以松一口气了;也有的干脆把教育孩子的责任一古脑儿推给学校,放弃了自己的责任。这些想法和做法是很不正确的。

学校是专门的教育机构,学校教师是专门的教育工作者,学校应当担负教育的责任,这是毫无疑义的。但是,没有家庭教育的支持和配合,学校是不可能单独把孩子教育成才的,因为孩子的活动场所不仅仅在学校,还要在社会上、家庭生活里。学校、社会、家庭都要给予他们以影响,不管我们的主观愿望如何,影响作用是客观存在的。孩子所受影响是全方位的,现代社会强调大教育观,学校教育不可能包揽一切,家庭教育必须做学校教育的补充和助手,否则就是不完全的教育。

家庭教育和影响,不管是正确的,还是不正确的,它的教育

和影响作用绝不会因为有了学校教育而丧失。家庭的教育和影响作用,如果是消极的,就可以抵消学校教育的作用;如果是积极的,就可以加强学校教育的作用。重视家庭教育,大力支持和积极配合学校教育,就可以成为学校教育不可缺少的补充和助手,使孩子成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

三、小学生家庭教育关系到明天的国民素质

家庭教育关系着国民素质,关系着国家的兴衰。

家庭教育不只是家庭的私事,孩子是父母的后代,也是祖国的未来,家庭教育不只是为养儿防老,更是为祖国培养合格的接班人。古代人就把家庭教育与国家联系在一起了。《经彖下》说:“父父子子,兄兄弟弟,夫夫妇妇,而家道正。正家而天下定矣。”孟子说:“天下之本在国。国之本在家,家之本在身。”“教以人伦,父子有亲,君臣有义,夫妇有别,长幼有序,朋友有信。”“人人亲其亲,长其长,而天下平。”三国时期陆绩说过:“圣人教先从家始,家正则天下化之。”把家庭教育作为教化人的起点,家道正了,就能进一步达到教化天下人之目的。中国的封建统治者,为了达到“治国”的目的,首先是强调“治家”,把“治家”作为“治国”的重要前提条件。古代儒家经典著作《礼记·大学》篇说:“古之欲明明德于天下者,先治其国;欲治其国,先齐其家”;反过来又说:“家齐而后国治,国治而后天下平。”是说家庭是社会的细胞,国家就像整个有机体,每个家庭都按照统治阶级的道德行为规范治理好了,国家就安定了。

国外的学者也都很重视家庭教育与国家的关系。原苏联教育家马卡连柯说:“父母对子女所负的责任是他对社会所负的责任的一种特殊形式。”“现今的父母教育子女,就是缔造我国未来的历史,因而也是缔造世界的历史。”德国教育家福禄倍尔说:“国民的命运,与其说是操在掌权者手中,倒不如说是握在母亲

中国家庭子女教育·小学生家长读本

的手中。”

马克思说：“最先进的工人完全了解他们阶级的未来，从而也是人类的未来，完全取决于正在成长的工人一代的教育。

事实就是如此，今天的家庭教育关系到明天的民族素质，关系到明天国家的兴衰，因为今天教育的孩子长大后就要以他们所受到的教育那样去为人处事，去对待社会，去影响社会。如果家庭教育从内容、方法到指导思想，都符合社会发展的需要，在这种家庭里成长起来的人，对社会生活的态度会是积极的，发挥的作用会是积极的。相反，如果家庭教育的内容、方法、方向同社会发展的需要相违背，那么在这种家庭里成长起来的人，在社会上往往就不能发挥积极作用，甚至要起到消极的作用。

103543



第二章

家长,孩子的终身教师

一、小学生家长的修养

家长素质直接制约着家庭教育的方向和水平。家庭教育的执行者是家长,无论什么教育思想、教育观念、教育原则、教育内容都要通过家长去贯彻、去进行,家长在家庭教育中起着主导作用,是家庭教育诸因素中最关键的因素。每个人,从做了父母的那一天起,就自然而然地责无旁贷地承担起抚养、保护、管理、教育子女的责任。父母不仅是子女的首任教师也是终生的教师。父母对子女所负的责任是多方面的,不仅要保证子女身体的健康,还要传授知识,发展智力,培养他们适应社会生活的各种能力,进行思想品德教育,培养高尚的审美情趣,进行多方面的教育和训练。

对于孩子来说,家长不是作为劳动力出现在机器面前,而是做人品、人格出现在会思考的孩子面前,家长高尚的人格对于孩子来说是任何东西也不能代替的阳光、雨露。用人品来塑造孩子比用说教来教育孩子力量大得多。

有人对北京市 108 名优秀中学生做了调查,这些学生不但学习成绩优异,而且有理想、有抱负,有些刚到 18 岁就入了党。他们之所以成为优秀学生,除了学校教育、社会教育、其他影响以外,很重要的一个条件就是家长的言传身教。这些孩子的家长本人思想作风好,文化修养好,能够严格要求自己,以身作则,言行一致。

南京对 100 名有犯罪行为的青少年进行调查,由于家长作风不正,潜移默化影响孩子,使其走上犯罪道路的有 12 人,占 12%。上梁不正下梁歪,这方面的例子是举不胜举的。

我们的家长担负着培养现代化建设人才的任务,必须不断完善自己,首先要自己成为现代人。总之,家长只有处处给孩子做表率,孩子才能沿着健康的轨道成长。在一定意义上说,品德只有靠品德去培养,性格只有靠性格去锻炼,情感只有靠情感去感染,行为只有靠行为去指导。正人必先正己,教育孩子必须首先教育自己。

(一)以德育德

道德素质主要是指家长的政治思想和道德的修养。家长的政治思想反映他们如何看待社会和人生。家长在政治上应该积极向上,具有正确的世界观,高尚的生活目的,有理想和追求,具有事业心和责任感。家长应该具有诚实、正直、勤劳、节俭、遵纪守法、助人为乐、孝敬老人等最基本的道德品质,应该公而忘私,对他人充满爱心,把国家、人民的利益放在自己的利益之上。不可能设想:缺乏道德的父母能够培养出品德高尚的孩子。如果孩子天天接触的是父母的不道德言行,他们就会从父母错误言谈

话语、不良的行为举止和自私自利的人际交往中,受到潜移默化的负面教育,逐渐形成错误的道德价值观,在善恶、是非、荣辱等问题上迷失方向。

家长的品格对孩子构成一种巨大的影响力。这力量决非教科书、格言和道德说教所能代替的。它不是贴在墙上的豪言壮语,也不是写在纸上的名言警句,更不是挂在嘴上的信条,而是家长用生命对孩子的教育。它体现在家长的品格之中,由家长的一言一行、一举一动、一点一滴注入孩子的心灵。正如苏霍姆林斯基所说:“只有人格才能影响到人格的发展和规定,只有性格才能养成性格。”家长无时无刻不在充当孩子的生活导师,道德的教员。因此家长必须加强自己的道德修养,以德育德。

(二)以才培才

8 家长的文化素养包括家长的文化程度、文化修养、智力和能力等。家长的文化素养对家庭教育也有很大的制约作用。家长的文化素养高,一般有广泛的学习兴趣,有追求新知和探究真理的精神。家长重视文化知识的作用,关心子女的智力开发和文化学习,能够指导、辅导孩子学习,启发孩子的学习兴趣,给孩子创造一个良好的智育环境,对孩子的成才是十分有利的。

马克思和恩格斯指出:“孩子的发展能力取决于父母的发展。”在一定意义上说,才能只有靠才能去建树。这并非说家长必须都是大学毕业,都是专家、学者,而是说家长要不断丰富自己,充实自己。只有学而不厌才能海人不倦。家长不断丰富、补充、更新自己的知识,才能适应孩子对知识的需要。

家长的学习不但是为了工作,也是为了影响孩子。家长强烈的求知欲,勤奋好学的精神,尊重知识,崇尚真理的好作风,对孩子来说,是成才的阳光和雨露,是孩子智力生活的明灯。家长的学习兴趣会直接影响孩子的学习兴趣。

(三)以趣激趣

家长的兴趣会直接影响到孩子的兴趣。一般来说,家长喜欢什么,孩子也喜欢什么。家长爱唱歌,孩子就喜欢音乐;家长爱打球,孩子就喜欢锻炼;家长爱画画,孩子就喜欢美术。孩子跟家长接触越多,家长的兴趣越会不知不觉地激发孩子的兴趣。家长要注意用自己正当的兴趣去培养孩子的兴趣,切不可用赌博、吸烟、喝酒等不良的嗜好去影响孩子。

家长对学习的兴趣对孩子的影响很大。研究表明,家长喜欢学习,孩子的成绩就好。家长要提高兴趣水平,首先是要有正当兴趣,其次要有广泛兴趣,第三要特别提高对学习的兴趣。

(四)以情动情

家长的情感对孩子的影响是很大的。孩子的眼睛是最敏锐的,他们会从家长的眉宇之间,微笑或叹息之中,体会家长的思想感情,会通过家长的举手扬眉看出真伪,并通过家长心灵的窗口看穿世情。要培养孩子善良的感情,家长必须有一颗善良的心。要培养孩子对祖国的情感,家长必须由衷地热爱祖国。要激发孩子对父母的爱,对他人的爱,家长首先必须热爱孩子。

马克思青年时代在给父母亲的信中曾经由衷地说道:“还有什么比父母心中蕴藏着的更为神圣呢?父母的心是最仁慈的法官,是最贴心的朋友,是爱的太阳,它的光焰照耀温暖着凝集在我们心灵深处的意向。”可见家长的情感对孩子的身心健康影响有多么大。父母良好的情感会激发孩子良好的情感,而虚伪的感情是不能激起真正的激情的,它只会使孩子的心灵蒙上虚伪的阴影。

父母的情感对子女有直接的强烈的感染作用,对年龄幼小的孩子影响更深刻。情感是教育孩子的纽带,父母必须把真挚的情感灌注在教育过程中,珍视感情品质在教育中的作用。

苏霍姆林斯基说:“情感教育就是教育儿童用心灵的爱去关怀周围世界,关怀人本身,关怀人所制造和使用的一切。”我们要

像爱护眼睛一样爱护孩子纯真的感情。要以情动情,要用全部的身心爱孩子。要真心实意地敬老爱幼,要使整个家庭充满和谐亲密、依恋的情感,让家庭充满温暖与友爱。

(五)以意炼意

家长的意志对家庭教育的影响很大,家长的意志一般表现在三个方面:意志力、毅力、自制力。

家长的意志力强,对孩子要求就严格。对孩子严格要求、严格训练才能培养出好品质。家长意志坚定,不轻易放弃原则,孩子才能形成好习惯、好品质。家长意志坚强,不怕困难,孩子才会有顽强的精神。

《中国教育报》曾报导过这样一件事:成都建设路小学年仅8岁的小学生孙之光骑自行车穿越蜀道,行程2400多公里到北京。这确实不简单,然而,更难能可贵的是他的父亲孙昕,为了让孩子磨练意志,强健体魄,他舍得让孩子经风雨,涉险途,而且牺牲了自己的假期,与孩子同行,为孩子树立了最有感召力的榜样。这榜样就是意志力的榜样,如果家长没有坚强的意志力,怎么可能带孩子做出如此壮举。

家长的意志还表现在毅力上。毅力是一种韧性,是一种坚持到底的精神。有了这种精神,对孩子的训练就不会半途而废,就能做到爱心加“狠劲”。在毅力较强的家长的教育下,孩子很难钻空子,打退堂鼓也不行,只能硬着头皮坚持下去,时间长了孩子的毅力也得到培养。

良好的意志品质还表现为自制力。自制力在任何时代都是一种美德,但在顺利的时代更有必要。在一个发达的社会里,生活必需品容易获得,而必需品之外的东西却难以以轻易的方式得到和保存。许多人就是抵挡不住各种各样的诱惑而落入苦海。家长只有以自身的自制力作为榜样,才能让孩子习惯于花钱不多的粗茶淡饭,才能把更多的精力投入到学习上。有自制力的