



优质家教课堂

金色童年

供小学生家长使用

宋 宁主编



山西出版集团
希望出版社

* * * * *

写给家长的话

早在孩子五六岁的时候,父母的眼光和心思就开始转向小学,转向孩子在小学的学习和生活。伴随着享受孩子成长的喜悦,越来越多的烦恼像一根根乱麻一样缠住了父母的心,常常是“剪不断,理还乱”。

在小学的六年中,孩子将进行系统的学习,学习成了他们生活的主要内容。他们将初尝学习的快乐和艰辛,体验学习的成功与挫折。在小学的六年中,孩子逐渐走向自主,逐渐有了自己的思想,有了自己的主见,进而实践自己的行为。他们变得不听话,开始出现家长意料不到的行为。在小学的六年中,孩子逐渐走近青春期,在生理上、心理上都会发生重大的变化。孩子准备好了吗?孩子能适应这些变化吗?这一切的一切,都向家长提出了重要的任务——进修“父母学”这门课程。

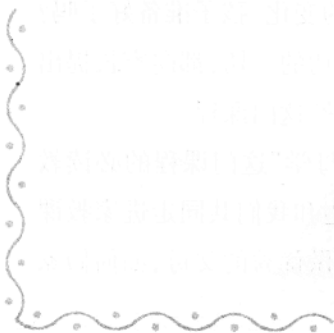
《优质家教课堂》便是“父母学”这门课程的必读教材。您一边阅读这套教材,一边和我们共同走进家教课堂,去了解如何教育孩子,如何做优秀的父母,如何做家

教,如何做优质的家教。

优质家教,一是教育理念的优质,二是教育行为的优质,三是教育内容的优质,四是教育结果的优质。《优质家教课堂·金色童年》围绕这四大“优质”,针对小学生的一般特点,为您提供:铺垫家庭教育的基石——了解孩子;把握家庭教育的关键——亲子沟通;突破家庭教育的重点——塑造行为;化解家庭教育的难点——纠正问题。本书中,“情境聚焦”为您回放孩子在小学阶段成长的片段,“专家分析”为您解析家教的困惑,“家教指南”为您保驾护航,“拓展作业”载您驶向成功的彼岸!

我们期待着您能抽点时间翻阅这本书,思考书中的事例,用心琢磨适合自己孩子的教育方式。我们希望这本书能带给您的孩子一颗幸福的种子!

愿父母们幸福,祝孩子们快乐!



目 录

家庭教育的基石：了解孩子

1. 离孩子近些 —— 了解孩子的一般策略 001
2. 她为什么头晕
—— 了解孩子的生理发展状况 007
3. 他聪明吗 —— 了解孩子的智力水平 010
4. 她有什么烦恼 —— 了解孩子的心理状态 018
5. 她为什么考不好 —— 了解孩子的学习心理 025
6. 她能成功吗 —— 了解孩子的发展潜能 032
7. 他有哪些朋友 —— 了解孩子的交往能力 037
8. 老师喜爱她吗 —— 了解孩子的师生关系 043
9. 他最需要什么 —— 了解孩子的需求 048

家庭教育的关键：亲子沟通

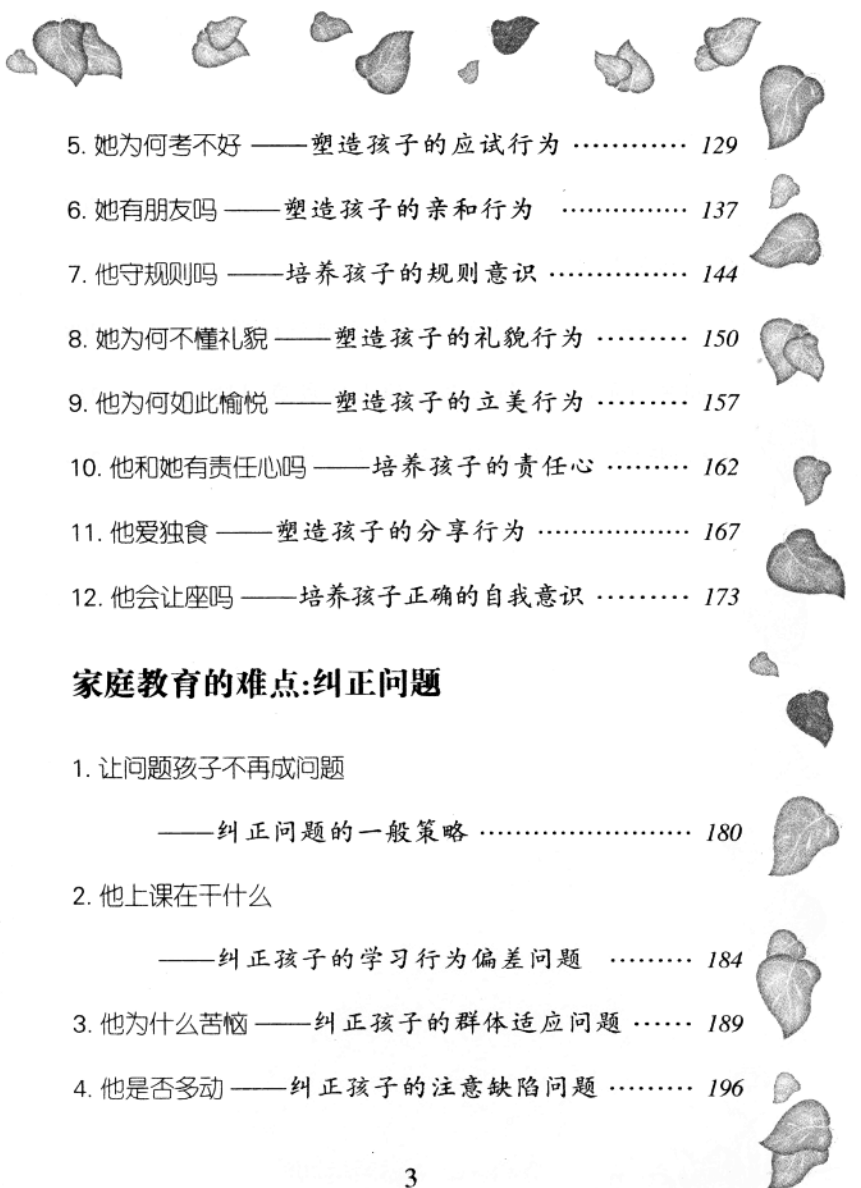
1. 跟孩子做朋友 —— 亲子沟通的一般策略 052
2. 他终于战胜了失败 —— 学会接纳孩子 058



3. 他没希望了吗——学会欣赏孩子	063
4. 他喜欢妈妈吗——学会亲近孩子	070
5. 他太调皮——学会宽容孩子	076
6. 他脑子有问题吗——学会暗示孩子	081
7. 妈妈与他同成长——学会与孩子交往	086
8. 她有什么秘密——学会尊重孩子的秘密	090
9. 他经常被打骂——学会批评孩子	094
10. 她在玩中学——要支持孩子玩	098

家庭教育的重点:塑造行为

1. 让孩子如家长所期待的那样	
——塑造行为的一般策略	104
2. 她能控制自己吗	
——培养孩子的自控能力	110
3. 他会自学吗——塑造孩子的自学行为	117
4. 他爱问为什么——塑造孩子的主动探究行为	124



5. 她为何考不好 ——塑造孩子的应试行为 129

6. 她有朋友吗 ——塑造孩子的亲和行为 137

7. 他守规则吗 ——培养孩子的规则意识 144

8. 她为何不懂礼貌 ——塑造孩子的礼貌行为 150

9. 他为何如此愉悦 ——塑造孩子的立美行为 157

10. 他和她有责任心吗 ——培养孩子的责任心 162

11. 他爱独食 ——塑造孩子的分享行为 167

12. 他会让座吗 ——培养孩子正确的自我意识 173

家庭教育的难点:纠正问题

1. 让问题孩子不再成问题

——纠正问题的一般策略 180

2. 他上课在干什么

——纠正孩子的学习行为偏差问题 184

3. 他为什么苦恼 ——纠正孩子的群体适应问题 189

4. 他是否多动 ——纠正孩子的注意缺陷问题 196

5. 他总是爱睡懒觉

——纠正孩子的不良嗜好 204

6. 他不喜欢和男孩玩

——纠正孩子的性别角色错位问题 208

7. 他是小网虫——纠正孩子的上网成瘾问题 215

8. 他想自杀——防止孩子的自杀行为 220



家庭教育的基石：了解孩子

No.1 离孩子近些

——了解孩子的一般策略



情境聚焦



滕派，刚上小学一年级，常和爸爸为一些小事闹得不可开交，父子关系很紧张。

滕派洗脸，只在脸上抹了一把，爸爸责骂他；他没有擦干净自己的鞋子，爸爸对他大发脾气；他不小心把东西掉在地上，爸爸又对他大声怒吼。

吃早饭的时候，爸爸又找了一堆滕派的不是：把东西撒在了地上，吃东西狼吞虎咽，把胳膊肘放在了桌子上，面包上涂的奶油太厚……

滕派去上学时，对爸爸说：“爸爸再见！”爸爸却蹙着眉头嚷道：“怎么又驼背了，把胸挺起来！”

晚上，一切又重新开始。爸爸下班回来看见滕派跪在地上玩，裤子破了好几个洞，禁不住又大发雷霆：“裤子是花钱买的，你怎么一点也不知道心疼……”并当着小朋友的面押他回家，使他当众受辱。





优质家教课堂 金色童年

晚饭后,爸爸在书房看报,滕派怯怯地走了过去,眼里满是委屈。爸爸对滕派的打扰极不耐烦,终于忍不住吼了起来:“你又来干什么?”这时滕派没有说话,只是突然跑过去,搂着爸爸的颈,眼里含着泪水,接着,他又用双臂紧抱了爸爸一下,就脚步轻轻地走开了。

滕派离开了书房,报纸从爸爸手中滑落到地上。习惯真是害人不浅。吹毛求疵和训斥的习惯几乎成了爸爸父爱的象征。爸爸不是不爱滕派,而是对他的期望太高。爸爸总是用成人的尺度衡量滕派,甚至用成人也难以达到的标准来要求他。爸爸心里充满了愧疚。



专家分析

家长每天面对的是工作的竞争、生活的压力,对孩子的期望值过高。当孩子屡教不改成人接受不了的习惯时,家长可能会忍无可忍,会选择过于偏激的言辞去评价孩子;面对孩子每次都没有进步的分数和老师一次次的郑重提醒,家长也会忍不住怀疑孩子,否定孩子……可是,对于刚入学的孩子,他们还没有自知之明,不善于独立评价自己,依赖的往往是老师和家长对他们所做出的评价。长此以往,如果孩子得到的都是诸如此类否定的外部信息,那势必会影响他们逐渐形成的自我评价。所以,家长在评价孩子时,要十分谨慎,尤其是对低年级的小学生。

孩子的心灵是一块没有杂质的净地,没有谎言,没

家庭教育的基石



有欺骗，一切都直来直去。孩子的行为都是基于想满足自己某种单纯的心理需要而发生的。

心理学家分析，每个孩子都有下列四种心理需要：

1. 家长的爱护和关怀；
2. 被接受、被尊重；
3. 得到别人的赞赏；
4. 在家里有地位。

有些孩子可以利用好的行为表现来取悦家长，得到赞赏，从而满足自己的心理需要，但有些孩子做不到这一点。当心理需要得不到满足时，他们便会以不适当的行为作为补偿。如果家长对孩子的行为缺乏敏锐的观察，则可能引起孩子不良行为问题。

通常会出现四种不适当的行为：

第一种是引起注意。孩子只有得到家长的注意，才会感到自己被家长重视。当孩子不能以好的行为引起家长的注意时，便会用不适当的行为来达到目的。

第二种是反抗。像成人一样，孩子觉得自己很重要，需要得到别人的尊重和接纳。当孩子觉得家长用权力来支配他时，就会表现出反抗的行为。家长愈是行使权力，孩子的反抗力就愈大。

第三种是报复。孩子在反抗家长的过程中，往往会失败，便转用报复的行为来刺伤家长的心。孩子觉得这样才会让家长知道他的重要性。

第四种是自暴自弃。当孩子觉得自己毫无价值时，

了了了了



就会失去反抗和报复的勇气,而会通过无能的表现来逃避家长对他的要求。

家长过分地保护、同情、控制和支配孩子,均是不尊重孩子的行为。负责任的家长应以友善和严谨的态度,让孩子自主选择,同时让孩子亲历抉择的结果。

家教指南

眼下亲子间谈谈家常、说说心里话的机会越来越少,导致家长得不到孩子足够的信息。可家长的担心并不会因沟通的减少而减少,特别是在孩子走近小学毕业阶段时更是如此,家长非常想了解孩子每个阶段的真实想法与内心的渴望。为此,建议家长注意以下几点。

1. 经常与孩子交流思想。

亲子间加强思想上的交流,不仅可以让家长了解孩子的真实想法与行为动机,也可使孩子体谅家长的难处,逐步学会为家长分忧解难,学会承担一部分家庭责任。

2. 学会观察孩子。

俗话说:“眼睛是心灵的窗户”,“言为心声”。孩子的语态、动作,或多或少都可以反映出他一定的思想。另外,孩子在课本、作业本、听课笔记本上的涂涂画画,也是他心灵的独白,家长可以从中了解到不少信息。更重要的是,家长应该有意识地观察孩子经常交往的朋友。

3. 扩大信息来源。

家长应经常向班主任了解孩子在学校的表现、与同学相处的情况以及能否接受老师的教育等等,这些信息通常可以比较

家庭教育的基石



全面地反映孩子的思想状况。为了更加全面、深入地了解孩子的思想与行为,可以把孩子的玩伴、同学作为被了解的对象,必要时还可以与他们的家长建立经常性联系。这样既尊重了孩子的隐私权,也会得到孩子的相关信息。

4. 从尊重孩子开始。

尊重表示看重对方的价值。孩子虽然不成熟,但他也是人,和家長一样有感觉,需要被尊重。每个孩子都是具有独特天赋、气质与个性的个体。家长要看到孩子的价值,像尊重成人一样尊重孩子。

5. 重视孩子的感受、想法和意见。

不要否定或疏忽孩子的消极感受。如果孩子很生气,家长可以对他说:“你的声音听起来好像在生气。”那他就会打开心扉,告诉家长他为什么生气。承认怒气是消除怒气的第一步,否定怒气则无法消除怒气、解决问题。除了倾听孩子消极的感受(如愤怒)以外,家长还要特别注意给孩子一段时间,让他把消极感受消除掉。家长平常和孩子在一起时,还要重视他的想法和意见。孩子都有一些奇奇怪怪的想法。有时他会老老实实在心里想的想法以及为什么会有这种想法告诉家长。孩子需要别人倾听并尊重他的想法和意见,但这并不表示家长一定要认同。

6. 挖掘孩子与众不同的特质。

认真研究孩子,发现他与其他孩子之间的差异,并且欣赏他的特质。把孩子身上的特质和性格列出来,然后告诉孩子,家长是多么欣赏他,让他感觉别人无法取代他,也让他知道家长看到了他身上的与众不同之处。





拓展作业

你了解自己的孩子吗？

孩子姓名： 性别：

出生年月：

身高： 米 体重： 公斤

最感兴趣的学科：

最不感兴趣的学科：

最感兴趣的活动：

最不感兴趣的活动：

最要好的同学：

最尊敬的老师：

最突出的优点：

最明显的缺点：

最愉快的事情：

最烦恼的事情：

最喜欢的一本书：

最喜欢唱的一首歌：



No.2 她为什么头晕

——了解孩子的生理发展状况



情境聚焦

近日,一名小女孩体重激增,经常头晕、多汗、心慌、面色苍白、抽筋。医生给她做了全面检查,诊断为高血压。当大夫将诊断结果告诉她的父母时,他们大吃一惊。前段时间,孩子就老说头晕,他们开始以为孩子是因作业多,做累了,后来又以为孩子可能是觉睡得太少了,因而,并没过多地加以关注。真想不到,孩子会出现这样的问题!



专家分析

儿童头晕是一种常见现象。平时很健康的孩子偶尔会发生头晕,发作通常持续几秒钟,很少超过1分钟,隔数天或数周后再发作一次。轻者,休息一下就好;重者,发作时脸色发白、出冷汗、不敢睁眼,常伴有恶心、呕吐、眼球震颤等症状。孩子头晕时常会静卧不动或依偎在家长身边不出声。发作数次后症状便会自行消失,不会留下后遗症。



导致孩子头晕的原因很多,最常见的是耳病(慢性化脓性中耳炎、迷路炎、美尼尔病、药物引起的听神经损伤),也可能是癫痫发作的先兆,还有可能是中枢神经系统疾病、颅内出血或肿瘤、心脏病、血液病、眼病等。

学龄儿童头晕一般是由植物神经功能紊乱引起的,大多体质较差、个性较强的儿童易出现这种情况。人体的肠道壁、鼓室内壁和外耳道壁都分布有植物神经纤维,当儿童的这些部位受到刺激,如肠内蛔虫刺激肠壁、植物神经系统功能不稳定时,就会引起头晕。只要去除这些刺激因素,头晕就会缓解或消失。

孩子头晕,是孩子生理上发出的一个信号。家长要经常关注孩子生理上发出的信号。特别是当孩子诉说有什么不舒服的时候,家长更要给予关注。

家教指南

孩子头晕时,家长应冷静地安慰孩子,教孩子进行深呼吸;帮助孩子降低头部的相对高度,可以让孩子平躺在床上,也可以坐在凳子上,并将上身向前弯曲,将头部低到大腿下;保持居室空气清新,让孩子将眼睛闭上,安静地休息一会儿;注意记下孩子头晕的持续时间和间隔时间。之后,家长必须带孩子去医院检查一下,查清到底是由什么疾病引起的,然后再对症下药。

平时,家长应让孩子多参加体育活动,训练孩子的运动机能,增强体质,以减少头晕的发生。

对提高运动机能的训练,希望家长能注意以下几点。

1. 不要怕麻烦。



家庭教育的基石



学龄儿童非常好动,不睡觉的时候几乎一直在动。但是,一般家长对此现象似乎不太重视,巴不得孩子能安静下来。不管孩子的情形如何,希望家长能够提供一场所,让孩子能在一天中至少尽情活动两三个小时,然后,再设法使他安静下来。

2. 配合运动机能的发达程度进行训练。

运动机能是由上向下、由中心向末端伸展的,发达程度有相当大的个人差异。家长应该细心观察孩子的发达状况,再加以适当的指导,不宜勉强孩子做不适合的运动。运动机能可以通过训练变得发达,家长若完全漠视,则可能对孩子造成一生的不良影响。

3. 通过游戏来训练。

提高运动机能最简单的方法,就是在游戏和日常生活中加以训练。只要孩子觉得有趣,他就会高高兴兴地接受训练,并反复练习。这样,不但能训练孩子的手脚灵活度,还可以培养孩子战胜失败的毅力。

4. 配合安全教育。

在提高运动机能的训练中,家长应注意孩子的安全,要时常做具体的指导,让孩子明白应如何运动、如何利用道具和玩具,才能够保证自身的安全。如果家长只是口头叮咛“那样做太危险”,只是徒然给孩子增加恐惧感而已。



对小肌肉动作的训练

学龄儿童的小肌肉动作,主要是指手的动作,这是益智动作的训练。

1. 搭积木训练:让孩子在搭积木时,完成长度、高度



和圆度的要求。

2. 拧训练：让孩子拧瓶盖、拧螺母等。

3. 敲击训练：让孩子敲敲打打地玩，可敲核桃等。有条件的话，也可让孩子玩玩打击乐器，如架子鼓等。

4. 拆装训练：让孩子拆卸和组装玩具。

5. 粘贴训练：让孩子贴画、贴图形、贴图案等。

6. 捏训练：让孩子捏取一些东西，放入固定的容器中，如捏糖果放入小瓶子中等。

7. 剥训练：让孩子剥豆、剥开心果等。

家长还可以让孩子进行舀、卷、切、塞等多种练习。通过反复训练，可以提高孩子的手眼协调能力，增强手的灵活性，对孩子的心智发展很有益处。

NO.3 他聪明吗

——了解孩子的智力水平



情境聚焦

笑笑是读小学五年级的男孩。小时候，笑笑特别聪明。四岁时就能熟背20多首唐诗，5岁时能记住很多日常用品的英文名称，上小学之前已会写很多汉字。小笑笑常被夸为“神童”。

小笑笑之所以能记住这么多东西，是因为父母经常