

辽宁省教育厅关工委审定的家长学校通用教材

小学生家长必读

供1~3年级学生家长使用

辽宁省家长学校教材编写组 编



辽宁民族出版社

辽宁省教育厅关工委审定的家长学校通用教材

小学生家长必读

供1~3年级学生家长使用

辽宁省家长学校教材编写组 编



辽宁民族出版社

© 高明海 任玉涛 2013

图书在版编目 (CIP) 数据

小学生家长必读 / 高明海, 任玉涛主编. —沈阳: 辽宁民族出版社, 2013. 8 (2016.3重印)

辽宁省家长学校系列教材 / 齐再光主编: 供1~3年级学生家长使用

ISBN 978-7-5497-0613-6

I. ①小… II. ①高… ②任… III. ①小学生 — 家庭教育 — 教材 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第198377号

小学生家长必读

XIAOXUESHENG JIAZHANG BIDU

出版发行者: 辽宁民族出版社

地 址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003

印 刷 者: 辽宁新华印务有限公司

幅 面 尺 寸: 170mm×240mm

印 张: 10.25

字 数: 110千字

出 版 时 间: 2013年8月第1版

印 刷 时 间: 2016年3月第15次印刷

责 任 编 辑: 韩桂荣

封 面 设 计: 杜 江

责 任 校 对: 张启发

标准书号: ISBN 978-7-5497-0613-6

定 价: 16.00元

法律顾问: 陈 光

版权专有 侵权必究

如有印装质量问题, 请与出版社联系调换

网 址: www.lnmzcs.com

举报电话: 024-23284336

邮购电话: 024-23284335

联系电话: 024-23284340

淘宝网店: lnmz2013.taobao.com

《辽宁省家长学校教材》

编委会

主任 / 齐再光

副主任 / 郭素芹 李凤山

委员 / 曲向东 邵云 赵宝林 李兆兰

李德祥 姜作友 魏绍华 崔桂华

董玉光 宋克良 于长仁 闫井秋

王永平 李丽娟 邵洪岩 黄利群

潘士君 阎振志 韩桂荣

丛书主编 / 齐再光

丛书副主编 / 黄利群 韩桂荣

本册主编 / 高明海 任玉涛

参编人员 / 富泰安 杨利昌

申增俭 关黎

家庭是社会的基本细胞，是人生的第一所学校。不论时代发生多大变化，不论生活格局发生多大变化，我们都要重视家庭建设，注重家庭、注重家教、注重家风，紧密结合培育和弘扬社会主义核心价值观，发扬光大中华民族传统家庭美德，促进家庭和睦，促进亲人相亲相爱，促进下一代健康成长，促进老年人老有所养，使千千万万个家庭成为国家发展、民族进步、社会和谐的重要基点。

(摘自习近平总书记在2015年春节团拜会上的讲话)

重视和发展家庭教育

※家庭教育在未成年人思想道德建设中具有特殊重要的作用，要把家庭教育与社会教育、学校教育紧密结合起来。各级妇联组织、教育行政部门和中小学校要切实担负起指导和推进家庭教育的责任。要与社区密切合作，办好家长学校、家庭教育指导中心，并积极运用新闻媒体和互联网，面向社会广泛开展家庭教育宣传，普及家庭教育知识，推广家庭教育的成功经验，帮助和引导家长树立正确的家庭教育观念，掌握科学的家庭教育方法，提高科学教育子女的能力。充分发挥各类家庭教育学术团体的作用，针对家庭教育中存在的突出问题，积极开展科学研究，为指导家庭教育工作提供理论支持和决策依据。

※党政机关、企事业单位和社区、村镇等城乡基层单位，要关心职工、居民的家庭教育问题，教育引导职工、居民重视对子女特别是学龄前儿童的思想启蒙和道德品质培养，支持子女参与道德实践活动。注意加强对未成年人的思想道德教育，引导家长以良好的思想道德修养为子女做表率。要把家庭教育的情况作为评选文明职工、文明家庭的重要内容。特别要关心单亲家庭、困难家庭、流动人口家庭的未成年子女教育，为他们提供指导和帮助。

（摘自2004年中共中央8号文件《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》）

前 言

目前，孩子的成长环境，家庭普遍比较宽裕，电视普及，网络入户，信息源增多，诱惑力加大；家长的心态，普遍对自己的孩子期望太高、爱得太过、管理太多，望子成龙、盼女成凤心切。家长素质跟不上时代发展和孩子成长的需要，面临越来越多的困惑和挑战，家长在家庭教育上苦于缺法少能。因此，提高家长素质既是培养孩子的客观需要，也是家长自身强烈的主观需求。提高家长素质的有效途径是规范办好家长学校，开展系统家庭教育理论与实践的教学活动。办好家长学校，质量是生命，教师和教材是关键，为让家长学校教师手中有教材可教，让家长手中有课本可学，我们组织编写了《小学生家长必读》，供全省小学家长学校选用。

随着时代的进步和社会的发展，小学生各年龄段身心发展既速度加快，又具有许多新特点。为便于家长有针对性地了解自己子女的状况，从而更有效地施加教育，《小学生家长必读》将原来一册分为两册。第一册供1—3年级学生家长使用，第二册供4—6年级学生家长使用。

第一册的主要内容如下：在让广大家长更新观念、明确职责、掌握原则、用好方法的基础上，着力解决如下问题：一是让

孩子尽快适应小学生活，学会与老师、同学交往，懂得合作，增强自信；二是让孩子养成良好的习惯，举止文明，孝敬父母；三是指导孩子学会学习，关注孩子的兴趣爱好；四是这个年龄段孩子应注意锻炼身体、讲究卫生，学会保护自己等。

全书共12讲，每一讲由问题——案例——分析——建议——实践五个部分组成。

问题：提出家庭教育中本讲要解决的问题，对问题给予界定，对其意义、作用进行阐述，引起家长关注和思考。

案例：遵循既有城市的案例，也有乡村的案例；既有正面成功的案例，也有反面失误的案例；既有新闻媒体报导的外地案例，也有本地身边的案例的原则，围绕本讲主题，精选有典型意义的经典案例，让家长从案例中感性受到启示和震撼。

分析：结合案例，运用家庭教育理论，进行深入浅出、通俗易懂的分析，指出对在哪儿，错在哪儿，原因是什么，后果是什么，责任在哪儿。孩子错了，如何从家长方面找原因，家长错了，怎样从方法上找对策，让家长从分析中理性上找到问题的根源和因素。

建议：根据对问题的分析，从理论与实践的结合上，注重科学性、针对性、实效性和可操作性，提出抛砖引玉的建议，让家长找到解决问题的途径和方法。

实践：是家长学校集中学习课堂的延伸，通过解决实际问题，使家长巩固提高所学的知识，促进理论应用于实践，让家长动起来、用起来、做起来。

五个部分是统一体。集中回答了本讲主题是什么，探讨这个问题的意义是什么，这个问题的表现和原因是什么，如何从理论和实践的结合上解决这个问题，教学中应该从整体上把握、学习和理解。

本书基本特点是具有科学性，本书依据《全国家庭教育指导大纲》和《家长教育行为规范》编选内容，注意了教育规律和孩子成长规律；具有可读性，全书内容是通过以事论理的形式把家庭教育知识展示给家长的，通俗易懂，适合不同文化层次的家长阅读；具有操作性，本书具体介绍了解决问题的方法、途径，家长读得懂，用得上。

本书12讲内容，是按每学年学习4讲设计的，实际教学中，各学校可根据实际情况安排教学计划，灵活开展教学活动。编写过程中，注意了从儿童少年身心发展的阶段性安排内容顺序，但实际是逻辑上的先后关系，各学校在教学中可以从本校实际出发，调整内容的顺序，不一定按本书顺序一讲接一讲地讲；家长自学过程中，可根据自己孩子的实际情况，有选择地学习相关内容，不必从前到后一讲接一讲地学。

编者

2013年8月18日

目 录



- 第 一 讲 更新观念 走出误区 / 001
- 第 二 讲 明确职责 提高素质 / 016
- 第 三 讲 把握原则 学习方法 / 028
- 第 四 讲 良好习惯 受益终生 / 040
- 第 五 讲 指导孩子 学会学习 / 053
- 第 六 讲 行为规范 举止文明 / 066
- 第 七 讲 锻炼身体 讲究卫生 / 077
- 第 八 讲 培养兴趣 关注爱好 / 093
- 第 九 讲 赏识鼓励 增强自信 / 105
- 第 十 讲 倡导交往 学会合作 / 116
- 第十一讲 懂得感恩 孝敬父母 / 129
- 第十二讲 安全教育 学会防护 / 141

第 一 讲

更新观念 走出误区

家庭是社会的基本细胞。家长的文化、身体、心理、劳动技能等素质的高低对整个社会的文明程度，整个社会的发展水平起着重要的作用。家长的家庭教育理念直接影响着孩子日后发展的潜力与趋向。如何把孩子培养成才已成为广大家长普遍关注的问题。不少家长由于缺乏学习和受社会不良风气的影响，存在着不正确的家庭教育观念，使得家庭教育出现了许多问题，产生了一些误区。这些不正确的教育观念和误区，在家庭教育中对子女的成长危害是相当大的。多数家长没有认识到这一点，等到孩子已经出现问题了，甚至已无可救药时，才捶胸顿足，后悔不已。

本讲主要内容是帮助家长更新家庭教育观念，走出家教误区。观念是行为的先导，每一个行为的背后都会有一定的观念的支撑。就家庭教育来说，每一位父母对孩子的教育行为都是基于自己的一定认识或看法之上的。这些看法包括对家庭教育的认识、对孩子的认识及自己的认识等等。不同的认识就会产生不同的教育行为，也就会培养出不同的孩子。



问 题

观念的改变是教育改变的开始，只有更新家庭教育观念，才能走出家庭教育误区。家长要认识到观念与误区的区别。那么什么是观念呢？观念，是指人们对某件事物的思想认识和看法。符合实际的观念对客观现实起促进作用；不符合实际的观念阻碍事物的发展。而误区是什么呢？误区就是由于认知的偏差而造成的，在某些方面或某类人群中长期存在的错误的行为和做法。

常言道：观念决定态度，态度决定方法，方法决定效果。家长应该怎样科学地进行家庭教育，培养子女成人、成才，促其成功，多少年来没有明确的结论，尤其是学校和社会没有对家长进行正确的指导与帮助，使家庭教育出现了许多误区，导致许多家庭教育因失败而告终。



案 例

【案例1】

李先生是一所大学小有名气的心理学教授，还开通了一条家庭教育咨询热线，在当地颇有影响。每当回答完家长一个又一个愁肠百结的疑问与困惑时，李教授感受到的不是一份如释重负的轻松，而是沉重。他可以给那些束手无策的父母出谋划策，可是谁又能帮助他走出家庭教育失败的阴影呢？

李先生的儿子李小千是一个典型的问题少年，不仅令李教授头疼，更令学校和社会头疼。抽烟、喝酒、上网吧、打群架对他

来说已算不了什么。李小千的妈妈在学校的幼儿园工作，这给李小千的入托与教育带来了方便，但同时也带来了一些不利因素。幼儿园的老师都是妈妈的同事，对他照顾有加，他得到的食物、奖品等基本上都是最大、最好的。在整个幼儿园阶段他几乎没有受到过纪律方面的约束，更不懂得要为自己的不良行为付出代价。这为他今后的入学埋下了不幸的伏笔。

小学阶段的作业比较少，加上李小千比较聪明，功课应付起来不太困难。所以业余时间还学习了钢琴，弹得甚至可以说有板有眼。但无论弹钢琴还是做作业，他的集中注意时间都非常短，学起东西来显得浮躁且缺乏耐心。这时候发生的两件事，可以说对他的将来都产生了深刻的影响。一次，他用剪刀剪断了前排女生的辫子，被女生的家长找到家里。本来他忐忑不安，躲在屋里不敢出来，认为这下要倒霉了。没想到母亲轻描淡写，三言两语就把对方给打发走了，说：“不就是几根头发吗，剪断了还可以再长。”另外一件事发生在李小千进入初中后。随着课业负担的加重，李小千和大多数孩子一样，睡眠时间越来越难以保证。但爸爸让他无论是否完成作业都要在晚上九点钟准时睡觉。理论依据是：他推崇西方的快乐教育，决不拿孩子的健康作代价去换取可怜的分。一开始，李小千还不安地问：明天挨老师批评怎么办。爸爸说：“别去管他。”既然有了老爸的“尚方宝剑”，还有什么可担心的呢？后来，李小千索性把不完成作业当成了家常便饭。而且，学习上自由轻松惯了，纪律和其他行为规范方面也想自由自在。老师算老几，批评几句又有什么？爸爸是研究儿童心理学的，留过洋，难道会比他们懂得少吗？

就这样，李小千在已倾斜的人生道路上越走越远。等到李教授感到不妙，欲收回这把“尚方宝剑”为时已晚。最严重的是他

两度被学校开除。一次是因为从学校教务处偷窃试卷。另一次则仅为了一句小小的口角，将一位农村学生的眼睛差点打瞎，使那个学业不错的孩子不得不因为视力的急剧下降而离开心爱的校园。人本来就会趋利避害，更何况是孩子。在两者取其轻重的时候，他们一般都会做出有利于自己天性的轻松选择。因为，他们还成熟。

【案例2】

前几天，我在市场上曾经遇到这样一件事：一位父亲给儿子买了3.4斤葡萄，每斤1.7元，他让正在读小学的8岁儿子算算总共要多少钱。几个好事的顾客马上围过来看这场“智力测验”。没想到，在众目睽睽之下，孩子紧张慌乱，先说“5元”，后又说“8元”，乱猜一气。那位父亲气急败坏，抬起手打了孩子一记耳光，还气咻咻地骂道：“真没有想到你这么笨，完了，你这辈子算完了！”

孩子吓得哭了，却又不肯放声大哭，样子极其痛苦。第二天，听邻居说这个小男孩儿在当天下午偷偷地喝下农药而悄然地离开了人间。那位父亲哭得死去活来，后悔晚矣！

【案例3】

家长秋惠说：记得那是在5月农忙的时节，见邻居都出去插秧挣钱了，我也买了靴子、方巾、手套等，给了孩子5元钱，就去插秧了。当我晚间回到家，看到餐桌上摆着炒好的豆芽炒干豆腐，电饭煲里煮着热腾腾的饭时，我看了问：“女儿，这饭是谁做的？”女儿说：“妈妈，是我做的。”我说：“做菜的钱是哪来的？”女儿告诉我，是她午饭钱买的。我看着眼前的一切，听着女儿的话语，不由得心里产生了一股暖流，激动得热泪盈眶。虽然女儿做的饭由于水放得少，饭是硬的，豆芽炒干豆腐忘了放

盐，但是我吃到嘴里，却甜在心上。我及时鼓励女儿说：“今天女儿做的饭，最好吃，下次再做饭时，如果再多加一点水，炒菜别忘放盐，就更好了。”女儿听到我的表扬，非常高兴，说：“妈妈，我记住了，明天我还给您做饭。”

【案例4】

有一个男孩，由于三代单传，他的降生给全家带来了传宗接代的希望。两代人整天围着孩子转。孩子5岁那年，把尿尿到碗里让爷爷喝，爷爷就真的喝了下去，还说好喝，说童子尿能治病去火。上小学时，不是爷爷接就是奶奶送。班里的同学都听他的，倒不是因为他学习好，是班干部，而是因为他有钱，谁跟他玩儿谁就有糖、有冰棍吃。老师在家长的再三请求下，放松了对孩子学业的要求。眼看就要初三毕业了，但是，在一次偶然事件中他和同学发生了小小的摩擦，觉得受了委屈，咽不下这口气，于是他大打出手，使得对方致残，自己被送进了少管所。爷爷奶奶急得住进了医院，爸爸气得一个劲儿跺脚，悔恨道：“全是你们惯坏的，现在没人管了。”妈妈整天哭哭啼啼没了主意。

【案例5】

魏永康的母亲说：“我原来怀他的时候心里就想，如果是个男孩的话，我希望他成为华罗庚或者陈景润一样的人；如果是女孩，就成为居里夫人那个样子，我心里一句话，就是希望成为科学家。”自从魏永康升入初中，妈妈一边要到百货公司上班，一边又要抽空到一中去照顾永康，给儿子的送饭一直持续到高三。在她看来，这些本应永康自己做的事情都是无关紧要的小事，只有读书、学习才是最重要的。“万般皆下品，唯有读书高。”妈妈跟他讲：“你学好数理化，走遍天下都不怕，只要有真本事不管在哪里，将来出国也可以。”洗头都是妈妈给他洗的，妈妈又跟他

讲：“这些事不会做，将来如果读博士、博士后，当了科学家有钱了，我可以请保姆帮忙给你做，你做你的事业，家务事你不要管。”

神童魏永康，1983年6月出生在湖南省华容县，2岁的时候识2000多个汉字，4岁就上了小学，3年时间完成了小学6年的课程，在8岁时，他进入中学学习，13岁开始读大学，17岁就考上了中科院的硕博连读。他的经历让人们自然而然想到的就是天才、神童。然而最近，这位少年一帆风顺的成长之路开始有了一些挫折……

老师说：“他入学以后，生活不能自理，经常闹出笑话，同学们都能谅解。他早晨起来起得比较晚，找不着自己的牙膏了，随便找谁的牙膏，用完了又不回归原地，穿鞋子找不着鞋子，把人家的鞋子穿走，袜子也乱丢，发生‘非典’的时候人家都来领药，他不来领药，人家都来领口罩，他也不来领口罩……轮到他值日时也从来不打扫房间，自己也不洗澡，天气热了，一开门，汗臭气扑面而来。”

由于生活自理能力太差，知识结构不适应中科院的研究模式，20岁时，他从中科院被退学回家。经历挫折后的魏永康在亲朋好友的帮助下逐渐适应了生活，后来结婚生子，还考上了北京工业大学的研究生，现在在南京从事软件开发工作。



分 析

（一）个案分析

案例1中的李小千出生在一个知识分子家庭，父亲李先生是

一所大学小有名气的心理学教授，作为一位在儿童心理学方面颇有造诣的学者犯这样的错误几乎让人不可原谅。“养儿不教父之过”。这种“过”不在于他对“快乐教育”理解上的失之偏颇，而在于无形中他走到了学校教育的对立面。他自认为自己是专家，放不下架子去跟老师沟通，使孩子出现问题。再者，他和妻子之间也缺乏沟通，后来李小千身上所发生的事，他往往是事情过了很久才知道。这时已错过了最佳教育时机。一个连自己的儿子都说不上真正了解的人，不可能做到有的放矢。李小千的母亲作为幼儿教师，在孩子犯错误时，不去教育批评，而是帮助孩子解围。也许作为孩子本身来讲这个事确实不那么严重，但作为一位从事幼教工作的老师这样处理，显然犯了教育的大忌。作为孩子，他分不清自己究竟是顽皮还是劣根性。妈妈的话使他轻而易举地给自己的错误找到了充分的理由与借口。而且，有妈妈挡着，也不需要承担什么责任，何乐而不为呢？于是，造成了李小千的顽皮与错误逐步升级，导致两度被学校开除的结果。

这个案例给我们的启示：家庭教育的成功与否与自己所受的教育并无必然的联系。李先生夫妻家庭教育的失败是自身教育观念的失败，观念的失败导致做法上的错误，才会造成结果的失败。夜郎自大与盲目自信会贻害无穷。作为教育工作者如何教育好自己的孩子，如果我们不想对社会犯罪，如果我们想问心无愧地站在讲台上，那就从我做起，从关注自己孩子的身心健康开始，那是一片同样需要爱心与耐心、智慧与科学、辛勤与汗水去耕耘的土地。

案例2中的这位不了解孩子身心发展特点的父亲，是一位不学习、无知识的父亲。一个年仅8岁的孩子，智力还没有得到充分的发展，阅历还很浅薄，也没有独立的思考能力，完全靠大人