

【上海交通大学昂立国际教育集团指定用书】

主编◆邓 远



家 长 亲子行动方案

邹玲静 邓立群 欧 敏 尹金秋◆编著

小学 **2** 年级

亲子营造和谐
行动铸就未来



湖南人民出版社

家长 亲子行动方案

邹玲静 邓立群 欧敏 尹金秋◇编著

小学 **2** 年级



湖南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

家长亲子行动方案. 小学二年级 / 邓远主编. — 长沙:
湖南人民出版社, 2005.8

ISBN 7-5438-4076-6

I. 家... II. 邓... III. 小学生—家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 089408 号

总 策 划: 袁铭萱

审 定: 章洪波

责任编辑: 张志红

特邀编辑: 周 霞

装帧设计: 虢 剑

家长亲子行动方案·小学二年级

邓 远 主编

*

湖南人民出版社出版、发行

(长沙市营盘东路3号 邮编: 410005)

新华书店经销 湖南望城湘江印刷厂印刷

2005年8月第1版第1次印刷

开本: 880×1230 1/32 印张: 10

字数: 240,000 印数: 1-20,000

ISBN 7-5438-4076-6

G·955 定价: 20.00元

使 用 说 明

古往今来，父母对孩子最殷切的期许莫过于“望子成龙”，然而，对于怎样去培养和教育孩子，做父母的往往感到十分困惑，不知道该从何处入手。孩子的培养与教育关乎其未来的人生旅程，也关乎做家长的责任。当今社会竞争日趋激烈，如何使孩子能适应竞争，并在竞争中脱颖而出，成为于家、于社会、于民族、于国家皆有用的人才，的确是摆在父母面前的一个极为重要的课题。我们所处的21世纪，应该说是一个人才竞争的世纪。每个孩子一旦步入社会，都将面临“适者生存，强者发展”的考验，而这种考验是非常现实而严峻的，甚至可以说是非常残酷的。因此，有远见的家长，愈来愈注重孩子的早期培养，力图为孩子未来发展打下一个良好而坚实的基础。

未来社会所需的人才，不仅应该具有广博的文化知识、较高的创造才能和直面竞争的勇气，还必须具备强健的体魄和优秀的理财能力。基于对未来人才需求趋势的前瞻性分析与研究，教育学家提出了旨在培养具有高智商、高情商、高健商、高财商的高素质人才的“全人教育”理念。本套丛书全面汲取这一全新教育理念的精髓，尝试以教育学、心理学、营养卫生学及经济学为理论依据，采用有利于孩子健康成长的互动施教形式，为家长提供一套较为系统的、切实可行的家庭教育方案，力求协助家长找寻到一个实现“望子成龙”心愿的有效途径。家长在使用本套丛书循序渐进教育孩子的同时，亦将充实自己的教育文化底蕴，与孩子建立起更加浓厚的亲情。

本套丛书按周次编写，除综合各学科知识外，还广泛涉猎了其他诸多方面的知识，文字深入浅出，通俗易懂。考虑到家长的时间安排，本套丛书在使用方式上着重于灵活、简便。每天，家长可抽出十几分钟时间来阅读本套丛书，掌握其要领。这样，在和孩子玩耍、交谈的过程中，甚至是在餐桌上、路途中，家长就能轻松自如地借助本套丛书，在不经意间完成切实有效的亲子教育活动。本套丛书所倡导的是随时随地的点滴教育模式，力求让孩子在“玩中学，学中玩”的轻松

家长
亲子
行动
方案

美好氛围里，汲取知识的营养，接受爱的熏陶。

“不积跬步，无以至千里。”培养和教育孩子，贵在循序渐进、持之以恒。使用本套丛书也是同样的道理。

为了帮助家长朋友更好地使用本套丛书，现就丛书中各栏目的具体使用作一些简要说明。

一、有梦想才有希望。每个人（包括孩子）都会有自己的梦想。“梦想花园”“家庭会议”等栏目为孩子提供了放飞梦想的平台。家长可根据栏目中的提示，和孩子一起制定一个学期或一个阶段的学习、锻炼及其他方面的目标，并帮助孩子尽可能地实现这一目标。

二、“一目了然”集中体现了本套丛书内容与学校教育紧密结合的特点。孩子正处在知识积累的重要阶段，对其智商的培养显得尤为重要。本栏目正是基于此而设置的。家长务必重视并密切关注孩子的学习情况，可利用本栏目中提供的内容，采取提问或讨论的方式，及时、全面地了解孩子一周内的在校学习情况。需要说明的是，目前的中小学教材版本呈多元化，本套丛书主要依据使用较为普遍的人民教育出版社的教材编写，但这并不意味着本套丛书只适用于使用该版本教材的读者。智力的培养只是本套丛书强调的一个方面，而“一目了然”又仅是智力培养的一种体现，并非全部。从这个意义上来说，教材版本的差异并不影响家长朋友使用本套丛书。

三、家长讲述“故事点心”“心海导航”中的故事，应不失时机地利用故事中蕴涵的深刻道理对孩子进行情感教育，培养孩子坚强的意志和优秀的品质，提高孩子驾驭人生风帆的素质和能力。“国文选粹”的设置，意在让家长与孩子一起朗读、背诵其中的经典名句，帮助孩子领悟其中的隽永含义，学会为人处世的道理。家长可利用“口语交际”中提供的素材，以演讲或对话的形式来帮助孩子进行口语练习，培养其口头表达能力和交际能力。“爱心留言”则为家长和孩子提供了一块亲情传递的互动园地。家长可在其中留下关爱、勉励孩子的温馨话语，孩子也可在其中表达对父母的爱。别小看这些家长与孩子进行情感交流的只言片语，它其实是对孩子进行情商培养的重要方式，目的就是让孩子学会关心亲人，关心他人、社会、环境乃至全人类，成为一个富有爱心的人。

四、家长可利用“科学乐园”“国文选粹”“慧眼识珠”“脑筋体操”“边玩边学”“挑战奥数”“制造快乐”“阅读联盟”“网上冲浪”等栏目提供的内容，以智力竞赛、朗诵比赛、做实验或其他更有效的形式，为孩子创造多种展现才智的情境，对孩子进行智商和情商的培养。在活动过程中，家长应善于发现孩子的优点，及时地鼓励孩子，使孩子始终保持积极乐观的情绪。

五、“参观访问”“亲近自然”“边玩边学”“口语交际”等栏目，为孩子提供了与社会广泛接触的空间。家长应抓住这一契机，引导孩子接触社会，了解社会。探亲访友、参观名胜古迹等都是不错的选择，既可开阔孩子的视野，又能增强孩子的交际能力，还能强健孩子的体魄，使其情商和健商得以提高。家长还可利用“安全闹钟”所提供的自我保护、自我保健等方面的相关知识，对孩子进行健商培养。

六、儿童教育专家认为，孩子在小学阶段就应该开始学习和掌握一些基本的理财知识，但在我国，儿童的理财教育目前尚处于空白状态。本套丛书急社会之所需，为家长提供了培养孩子财商的基本理论依据和实践途径。家长可依据“做小主人”“脑筋体操”等栏目所提供的内容，对孩子进行财商教育。

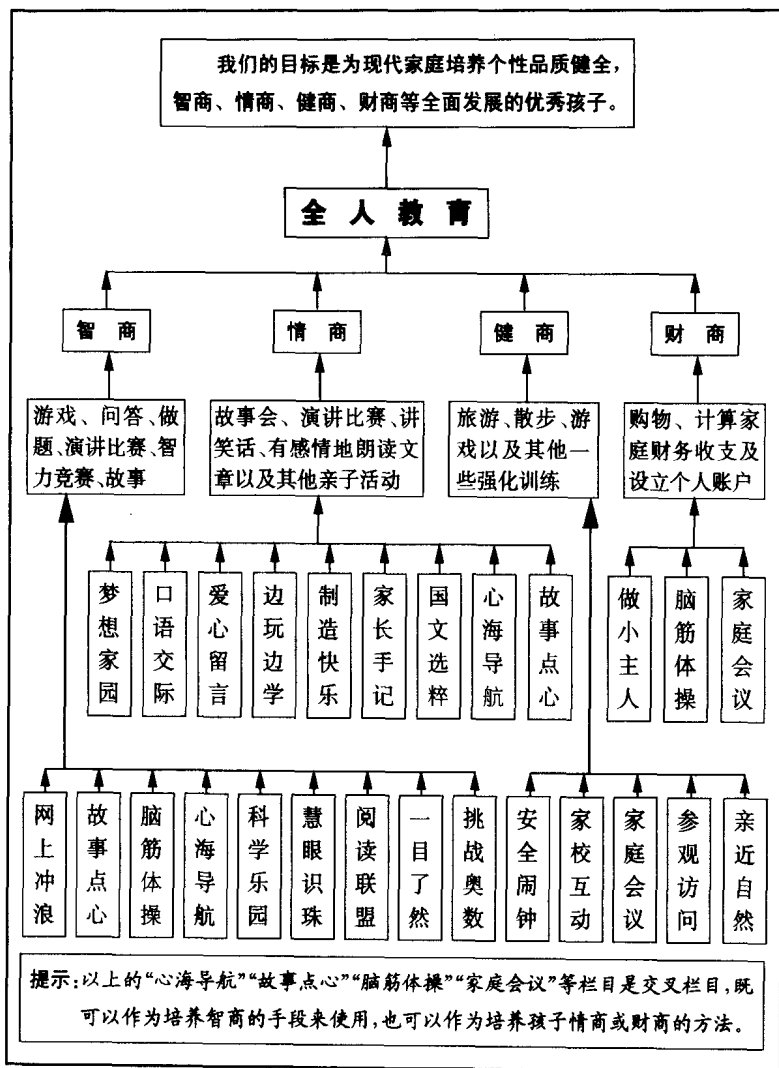
七、孩子的成长离不开学校和家庭的共同努力。家长应利用“家校互动”这一栏目加强与学校的联系，可将联系情况记录在“家校互动”本上，并在“家庭会议”中与孩子进行交流，帮助孩子健康成长。

八、作为家长，培养和教育孩子的感受一定不少。经验也好，教训也罢，都可以记录在“家长手记”栏目中。其内容既蕴涵着家长教育孩子的酸甜苦辣，也印证着孩子的成长足迹。这也可说是本套丛书极具珍藏价值的体现。若干年后，这又何尝不是家长送给孩子的一份弥足珍贵的礼物呢？

九、家长朋友在使用本套丛书的过程中如遇到任何疑问，可登录本中心网站查询。网址为：www.qinz.com.cn

培养孩子是一件任重而道远的事情，为此，我们将不懈地努力，与广大家长朋友一道关注孩子的成长，共同见证孩子的成功！

本书结构图



目 录

上 学 期

第 1 周 展开梦想的翅膀 1

对于每一个孩子来说，他们的未来是一幅富有诗情画意的图画，是美好的梦想。做父母的，给予孩子最好的礼物是“根”和“翅膀”，也就是责任之根和独立之翼。这点，对国家、对家庭、对孩子本人都尤为重要。

第 2 周 诚信是金 8

身为父母，其良好的品德和修养是孩子成长时期的一个不可或缺的榜样。诚信是人生最宝贵的财富。家长要从现在起，教孩子从小做一个正直的、有责任的、令人信任的人。

第 3 周 走进孩子的心田 16

用多种方式走进孩子的内心世界，去感受、去体验，你会发现孩子的心像彩虹一样斑斓。你也会发现孩子其实可以给你很多惊喜。用童心与孩子近距离地接触，可以使你更好地培养孩子。

第 4 周 珍惜时间 23

生命的过程，就是消费时间的过程。在时间面前，最伟大的人也无逆转之力。因此，珍惜生命，就是珍惜时间，也就是最佳地运用时间。

第5周 热爱祖国 31

祖国是孩子成长的摇篮，也是一种崇高的信念。教育孩子热爱自己的国家，是每一个家长应尽的责任。因为国家的未来，民族的全面振兴，都寄希望于这一代孩子。

第6周 心灵深处有挚情 37

亲爱的家长，保持一颗鲜活的心吧，别拿忙碌作借口。多听、多看、多关怀家人。不以金钱和物质衡量一切的人，才能明白生命的真谛。即使在阴霾的下雨天，只须懂得排解，也会出现欢乐的歌声。

第7周 关注孩子的健康 44

快乐可以由我们自己来创造，而健康就是快乐最大的保障，它是一种比金子还贵重的财富。因此，引导孩子科学地饮食，合理地锻炼身体，你就为孩子创造了一份珍贵的快乐！

第8周 欣赏别人 51

“人无完人。”每个人都有优点，也一定会有缺点。当我们和人相处，既要看到别人的不足，更要看到别人的闪光点。世界上原本没有十全十美，给别人以欣赏和信任，我们的生活就能海阔天空。

第9周 换一个角度思考 58

怎样看问题、想问题，从某种意义上来说，属于一种人生的大智慧。勤于思考，并且善于换个角度思考，是开启未来之门的金钥匙，也是实现美好梦想的捷径。

第10周 合理的教育 65

在对孩子的教育中，爱和管束就像一个天平的两端，往住会失去平衡。爱得太多就管得少；管得太多就爱得少。要

这天平保持平衡，家长就应多想想，怎样做到爱和管理平衡和合理。

第 11 周 放飞反哺 73

友情是人世间最温馨的情谊，它能带给人一生的快乐，能帮助你克服困难。告诉孩子，当别人进步了，成功了，要学会为别人的成功鼓掌，用自己真诚的心去分享他人的快乐与骄傲。

第 12 周 和孩子一起进步 81

家长对孩子的态度与信心至关重要。孩子成年后的不成功，并非是他能力上的不足，而是因为其早期的发展不尽如人意。因此，只注重对孩子的要求而忽视自身努力的父母，对孩子的成长与发展不可避免地会带来负面影响。

第 13 周 岁月如歌 89

在人生的旅途上，是平平淡淡度过一生，还是轰轰烈烈地有所成就，这全取决于我们自己的志向。知识提高能力，能力提高素质，素质改变命运。告诉孩子，只要不懈地努力，终能成功！

第 14 周 给孩子以鼓励 97

作为家长，要对孩子所取得的每一个细小的进步及时予以肯定和表扬，以激励孩子学习的自觉性和自信心。同时，也要允许孩子对学习有一个适应过程，提醒孩子正确看待成败得失和他人的评价。

第 15 周 拥有自信 105

自信，对于一个人的成长来说极为重要！每个人都希望在自己身上发生奇迹，如果你找到自信，奇迹就会紧随而来。请告诉孩子，自信是成功的第一秘诀。拥有自信，也会同时

拥有快乐和成功。

第16周 珍爱自然 112

万物皆有灵性。大自然给予我们的恩赐无处不在。一棵树，一只鸟，都能触动我们的情思，给我们以启示，让我们难以忘怀。

第17周 坦然面对挫折 121

对孩子来说，挫折本身并不可怕，关键取决于孩子对挫折的态度。父母对生活热爱、执著以及不怕任何困难的态度，是孩子面对挫折时最强有力的榜样和精神支柱。

第18周 做以身作则的家长 129

对于孩子来说，父母的诚实守信是最好的教育。维持亲情不是靠各种理论，也不是停留在口头上，而是要采取实实在在的行动，否则不会取得任何效果。

第19周 成功的背后是勤奋 137

所有的人都很好奇，总想知道成功的背后是什么。其实答案就是：勤奋带来一切，它创造奇迹，成就天才。家长要让孩子懂得：人人都能成功，只要你勤奋，只要你用功。

第20周 学习贵在坚持 144

马上就要进入期末考试了，家长此时一定要给孩子以力量，告诉孩子：要想做成一件事，只需坚持，并不困难。让孩子相信，坚持就是胜利，最甜最美的果子是留给坚持到底的人。

寒假行动计划 从小事做起 150

要成就一件大事，必须从小事做起。做父母的，要让孩子“想到别人”，就要从身边点点滴滴做起。“想到别人”，

的确是一种好的习惯，但是习惯的养成需要大人的提醒。做人的道理，大都是父母在生活中随时随地地教给孩子的。

下学期

第1周 设计自己 157

风和日丽，山清水秀，草长莺飞，百花争艳。春天美妙的境界不知拨动了多少人的心弦。让我们在春天里扬起学习的风帆吧！

第2周 学会尊重别人 164

心灵如歌，蕴涵生命的永恒与博大。每个人都有自己的尊严，在这一点上并无贵贱之分。教孩子学会尊重，因为，尊重别人，也就是尊重自己。

第3周 扬起自信的风帆 171

“自信人生二百年，会当击水三千里。”始终充满希望，相信自己的实力、能力，这种心态往往会产生一种神奇的力量，变梦想为现实。保持积极向上的生活态度，就会振奋精神，勇往直前。

第4周 感怀亲情 178

人类历史的生命长河里，自始至终流淌着圣洁的父母之爱。在父母之爱的阳光中一代又一代人茁壮成长。于是，生命得以延续，人类得以辉煌。

第5周 博览群书，拓宽视野 185

应该让孩子懂得这样一个道理：我们每个人来到这个世

界上的时候，其实都是“无知”的，是读书给了我们智慧。只有广泛地读书，我们才能吸收最全面的“营养”，才会越来越聪明。

第6周 有效沟通 192

一个充满活力与有效沟通的家庭，对孩子的成长起着至关重要的作用。在留意孩子的情感与真实的内心需求的前提下，家长要选择适当的时机，表达出自己内心最真切的想法。

第7周 挖掘孩子的潜力 199

成功，取决于不懈的追求，取决于不懈地运用自己的双手和大脑。家长要注意培养孩子的创新意识和实践能力，最大限度地挖掘他的潜力。

第8周 让孩子自己做主 206

父母都期望孩子有责任感，能独立思考，独立自主。为此，必须从小让孩子面对现实，把决定权交给他，信任他有能力做自己的主人，自己解决困难。

第9周 崛起于逆境中 213

身处绝境中的奋斗，往往能激发人潜在的能力。而没有这种经历，或许永远也不会发现自己的潜能。亲爱的家长，你就是孩子智慧与潜能的开发者！

第10周 母爱如歌 220

母爱，是人类亘古不变的话题。她没有史诗般的撼人心魄，也没有风卷大海的巨浪排空，就像一声春雨，润物无声，仿如一首清歌，绵远悠长。

第11周 生命有限，知识无穷 228

“生命有限，知识无穷”，任何一门学问都是无穷无尽的

海洋，都是无边无际的天空……所以，谁也不能认为自己已经达到了最高境界而停止不前。如果那样的话，则很快将被别人超过。

第12周 培养孩子的社交能力 236

家长朋友们往往更多地关注孩子的学习和品行而忽视了孩子的人际交往能力的培养。其实，对孩子而言，正常的人际交往是孩子心理健康的必要保障之一。悉心培养孩子的社交能力吧，这将为他的明天赢得更多的情谊！

第13周 言传身教 242

“谁言寸草心，报得三春晖”，父母的养育之恩，点点滴滴，深远绵长。今天你对父母多付出一份关爱，明天，孩子也会奉献给你更多的爱心。

第14周 给孩子有效的称赞 250

真心实意的称赞远比空洞的表扬有效果，家长不应只对孩子完成了的事情予以表扬，更应该对他为了实现目标而付出的努力大加赞赏，这样，更容易帮助孩子树立起自信心。

第15周 挖掘孩子的潜力 258

信心教育能挖掘孩子的潜力。最简单的方法就是鼓励孩子，经常挖掘孩子的优点，引导他多角度地思考，让他在和谐、民主的家庭氛围中健康成长。

第16周 有效地学习 266

有效而科学的学习，不能仅靠模仿与记忆。动手实践，自主探索得来的知识才会使人理解更深刻，掌握更牢固。因此，家长必须有意识地在这方面引导孩子。

第 17 周 探索科学的殿堂 273

科学，在我们的生活中是无处不在的。引导你的孩子去探索科学，从而爱上科学。让我们与孩子一起走进科学世界，用智慧的目光去观察、发现身边的科学。那里，是一个神奇而瑰丽的世界。

第 18 周 心灵的教育 280

亲爱的家长，学校的教育教给孩子知识，心灵的教育主要是在家里进行，由你来执教。一个富有爱心的、阳光灿烂的孩子是你永远的幸福！

第 19 周 珍惜生命 287

如果说挑战是对生命的发扬，那么明智也是一种美好的境界，是对生命的热爱和尊敬。家长要教育孩子懂得珍惜生命、珍惜亲情。

第 20 周 合理地确定目标 295

对孩子来说，过高的期望或许会使他紧张不安。因此，家长对孩子的期望应该合理、适当，应根据孩子的能力和特点确定他可以实现的目标。

暑假行动计划 允许孩子失败 302

孩子是需要激励的。我们希望孩子成功，也要允许他失败。一个人一生的失败要比成功多得多，要让孩子从小具有良好的心态，关键是家长要有好的心态。从内心里欣赏自己的孩子吧！没有赏识，就没有教育。

后 记 308





展开梦想的翅膀

对于每一个孩子来说，他们的未来是一幅富有诗情画意的图画，是美好的梦想。做父母的，给予孩子最好的礼物是“根”和“翅膀”，也就是责任之根和独立之翼。这点，对国家、对家庭、对孩子本人尤其重要。



一目了然

本周语文学习重点

时光如箭，两个月的暑假生活眨眼间飞驰而过。让我们收拾起心情和行囊，以全新的姿态、饱满的热情投入到新学期去吧！

开学第一周，“识字1”以及课文《秋天的图画》就带给了孩子如诗如画的情境。课文围绕“秋天”这个主题，展开了一幅幅绚丽多彩的画面。建议你和孩子一同走进美丽的秋天中，置身其中，你不仅可以同样获得美的体验，还可以了解孩子对本组课文的掌握情况，可谓一举多得哦！

1. 你可以与孩子一起来有感情地朗读或背诵课文，比比谁读得更好！

2. 给孩子准备一个精美的本子，给它取个好听的名字，

如《采蜜集》，引导孩子从现在开始，学着积累好词佳句，并且督促他长期坚持下去。

提示：《采蜜集》的封面、扉页都交孩子自行设计，让他动手实践，充分享受学习的乐趣。积累词句时，也要尊重孩子的兴趣，家长不要代替。

3. 掌握本周课文内的生字、词，体会作者对秋天的景象及勤劳的人们的喜爱、赞美之情。

本周数学学习重点

1. 认识长度单位厘米和米，初步掌握1厘米、1米的长度概念，知道1米=100厘米。

2. 在掌握1厘米、1米长度概念的基础上，培养孩子的观察能力以及估算物体长度的意识。

3. 学会用尺子测量物体的长度（限整厘米），强调数学与实际生活的联系。

作业设计

1. 做一做。

(1) 拿一张纸条，量出8厘米给爸爸、妈妈看。

(2) 拿一根绳子，量出1米、2米、4米给爸爸、妈妈看。

2. 让孩子找出几个长度大约是1厘米、1米的物体，说给爸爸、妈妈听。

3. 和爸爸、妈妈一起估一估，量一量下面物品的尺度并记录下来。

名称	爸爸中指的长	数学课本短边的长	家里冰箱的高	你的小床的长
估计	大约()厘米	大约()厘米	大约()米	大约()米
量一量	()厘米	()厘米	()米	()米