

# 家有新生

张晓东◎编著

jiayouxinsheng



中国社会科学出版社

# 自序

六岁左右的孩子是人生成长的关键期。孩子即将进入小学学习,对孩子来说面临着新环境的适应问题,对年轻父母来说将接受一次教育孩子的全新考验。

即将走进校门的孩子,如何面对入学测试,如何和陌生的老师、同学打交道,从哪些方面对学龄孩子的能力进行全面的培养,如何让孩子对学校充满向往,家长怎样做才能帮助孩子胸有成竹地应付这一切,这是家长们关心的,也是本书重点关注的内容。

刚刚走进学校的孩子难免有诸多的不适应,有的孩子不习惯学校的时间安排,课堂上没法集中精神听讲,记不住老师说了什么;有的觉得学校不如幼儿园好玩,不喜欢上学;有的不明白上学和考试的意义,甚至在第一次测验时不知道该如何答题;有的孩子走进学校后,家长才发现孩子有阅读困难、识字困难,分辨不清字形;有的孩子与小朋友交往有障碍,总是不能与大家融为一体……

那么当孩子遇到这些问题时,我们的家长该如何帮助孩子呢?又该如何快速适应一个新生家长的角色呢?《家有新生》

将全面为您解答这些困惑和难题,详细分析学校生活与幼儿园生活的区别、孩子角色的转变、新生容易出现哪些问题以及新生家长应做的准备等。

本书分为六大部分,分别对新生提出了一些有趣的任务和游戏,在每个章节下面设计了“新生导航”、“教育随想”、“新生百宝箱”栏目,有针对性地介绍这个时期孩子的年龄特点、心理需求、能力训练以及家长需要改变的一些育子观念等。全书文字浅显易懂,每一种方法简单易行,便于家长操作。在每一章后设计了“游戏大串烧系列行动”,共六个系列行动,家长可以和孩子一起做游戏,从中会得到意想不到的收获。

希望这本书能帮助您的孩子顺利适应新生生活,成为一名出色的小学生。

**张晓东**

2005年5月1日书于清华园



## 目 录

### 第一章 激发孩子上学兴趣

1. 学校生活与幼儿园生活的区别…………… (2)
2. 新生容易出现哪些问题…………… (4)
3. 关注新生的心理健康…………… (8)
4. 培养孩子的生活自理能力 …………… (11)
5. 习惯的养成从一点一滴小事开始 …………… (14)
6. 听说写三结合 …………… (19)
7. 重在培养探求知识的兴趣 …………… (23)
8. 学会与别的小朋友友好相处 …………… (26)
9. 为大脑补充能量 …………… (29)
- 游戏大串烧行动一：粗心大意可要误事呀！ …… (34)

### 第二章 注意力集中最重要

1. 新生的四个学会 …………… (41)
2. 注意力不集中影响学习 …………… (46)





- 3. 训练注意力的游戏和方法 ..... (50)
- 4. 学习是件轻松愉快的事 ..... (53)
- 5. 鸟窝和小船 ..... (56)
- 6. 培养创造性品质 ..... (61)
- 7. 克服做事情慢的坏习惯 ..... (66)
- 8. 儿童抽动症的改善 ..... (72)
- 游戏大串烧行动二：跳舞的数字 ..... (77)

### 第三章 学前准备要充分

- 1. 提高小学生实践能力 ..... (84)
- 2. 高斯解“无解”题 ..... (90)
- 3. 悲哀的蝴蝶 ..... (94)
- 4. 独一无二的孩子 ..... (98)
- 5. 让信念为孩子导航 ..... (103)
- 6. 面对考试 ..... (107)
- 7. 几岁上学最适当 ..... (115)
- 8. 客观评价自己 ..... (119)
- 9. 平时的积淀很重要 ..... (122)
- 游戏大串烧行动三：我的自画像 ..... (126)

### 第四章 新生第一课——学做人

- 1. “德”的要求居首位 ..... (134)



2. 责任重于泰山····· (140)
  3. 孩子害怕上学怎么办····· (145)
  4. 爱的殿堂靠一沙一石来构建····· (152)
  5. 关于爱的家庭作业····· (158)
  6. 诚实是一个人最宝贵的品德····· (162)
  7. 打骂孩子是最无能的表现····· (168)
  8. 奖你四块糖····· (174)
- 游戏大串烧行动四：助人的爱心魔杖····· (181)

## 第五章 开启孩子自由天空

1. 理解记忆最牢固····· (186)
  2. 用牛奶画的白云还真棒····· (191)
  3. 书中自有黄金屋····· (199)
  4. 用彩虹做碗面····· (206)
  5. 导致儿童学习障碍的原因····· (211)
  6. 好莱坞影星也有阅读障碍····· (216)
  7. 开发孩子右脑的体操····· (224)
  8. 请你大声歌唱····· (228)
- 游戏大串烧行动五：练就鹰的眼睛····· (232)

## 第六章 快乐人生的始端

1. 被父亲拒之门外的朋友····· (240)





2. 学会控制自己的情绪…………… (248)
  3. 帮助孩子梳理情绪…………… (253)
  4. 隐形杀手…………… (258)
  5. 小学生心理健康的标准…………… (263)
  6. 给孩子的心理“美容” …… (267)
  7. 让坏心情从身边走开…………… (270)
  8. 学会宣泄愤怒的情绪…………… (274)
- 游戏大串烧行动六：开心温度计 …… (282)





## 第一章 激发孩子上学兴趣

家中的宝贝马上就要上学了，将要成为学生家长的您，是否做好了各项准备？有不少家长对孩子入学前的准备存在认识上的误区。由于小学一年级主要学习语文、数学两门课，于是家长很容易将识字、做算术作为入学准备的内容。

其实，入学准备主要不是教孩子学知识，而是要培养孩子的好习惯、学习兴趣和盼望入学的心理需求。有经验的低年级教师普遍认为：最难教的学生不是那些学前知识准备不足的孩子，而是习惯较差、没有学习兴趣和缺乏上学愿望的孩子。

下面让我们共同努力，为将要上学的孩子打好基础吧！







## 1. 学校生活与幼儿园生活的区别

### ◆ 新生导航

#### 分享孩子上学的喜悦

今天孩子第一天到学校，肯定有很多见闻和感受。在回家的路上，可以和孩子交流一下，如问孩子：你觉得你们的学校好吗？说说你看到了什么？老师都问你什么问题了？你是怎么回答的？当孩子回答你的这些问题时，要不时地肯定孩子的优点，同时也要分享孩子的喜悦。如果孩子第一次面试时，表现得不是太好，也不要责怪孩子，而是要告诉他今后该怎样做。

### ◆ 教育随想

#### 学校生活与幼儿园生活的区别

孩子们怀着喜悦的心情走进小学校园，但他们却面临着很多不适应的问题。

第一是作息时间不适应。在幼儿园没有严格的上、下课时规定，上课也比较自由。而上了小学就要严格遵守



时间安排，早上不能迟到，上课时不能自由活动。

第二是学习内容的变化。幼儿园以玩为主，上了小学就以学知识为主了，学起来没那么轻松。

第三是心理压力的变化。当孩子遇到学习困难的时候，往往会情绪低落。还要面临着各门功课的成绩反馈和验收。

第四是环境的变化：（1）新校园的变化；（2）活动环境的变化——集体性；（3）人际群体的变化。刚上一年级的孩子对陌生的环境需要一个适应过程。

### ◆ 新生百宝箱

## 和孩子一起包书皮

孩子第一次领到这么多书本，自然是欣喜万分。家长可利用这个教育契机：对孩子作爱护书本的引导。先教孩子认识所发的书名。再准备一些书皮，可以是旧挂历、旧画报，也可以是简单的书皮专用纸。和孩子一起包书皮，教孩子方法，告诉孩子要爱护书，不把书弄折、撕破，也不要在这书上乱画。包好书皮后，在书皮上写上：书名、孩子姓名、年级班级、学号等。

## 了解语文、数学老师

在正式开学之前，孩子都会有接受学前教育和学前适



应的时间。这也是教育部的要求，在教材的开头也有入学教育，目的是帮助孩子了解学校生活、学习常规等。作为家长，要配合老师，首先让孩子知道自己是一年级几班的学生，认清自己的教室在哪里，班主任姓什么，语文、数学老师是谁。

让孩子说一说：

我们班是一年级\_\_\_\_\_班。

教我们语文的是\_\_\_\_\_老师，也是我们的班主任。

我们的数学老师是\_\_\_\_\_老师。

## 2. 新生容易出现哪些问题

### ◆ 新生导航

#### 按课程表准备学习用具

孩子的课程表一般都在教室黑板边，在老师给家长开第一次家长会时都会让家长代抄，以后就教孩子自己去抄课程表。一年级的孩子一般是上午上四节课，中间有课间操和眼保健操，下午上两节课，有的学校在下午还开设一节课外活动。帮孩子准备一张大小能放在文具盒里的课程表，然后教孩子认识课程安排，督促孩子按照课程表来带



书本和学习用具。

## 让孩子手指小肌肉更灵活

和孩子一起把家中的旧报纸、杂志、挂历收集起来，剪出各类图片和文字贴在花瓶的空白处。如三角形当树叶、圆形当果实，选择各种颜色剪成不同形状当成花朵贴在花瓶上，一个别致的花瓶就出现了。这个过程不仅锻炼了孩子手部肌肉的力量和手指的灵活性，同时还提高了孩子的审美情趣。

### ◆ 教育随想

## 新生容易出现哪些问题

(1) 生活习惯和学习习惯差。小学新生在小学能有一个好的开端，关键是看有没有良好的学习习惯和生活习惯。有一些新生习惯不太好，早上不能按时起床；书本和学习用具乱放；学写字，手势笔势都有问题；一些孩子在很短的时间内，在课堂里安静不下来；站队不听从指挥；与小同伴玩耍不守规矩……这些现象的产生，与学前阶段只注重艺术特长培养、与只注重单一的识字、数数传授有关。一年级学生家长普遍有一种过高的期望心理，希望孩子学



习成绩优秀，而实际上他们对影响学习成绩的重要因素——习惯倒并不重视。

(2) 注意力不集中。六七岁的孩子注意力集中的时间应该是15分钟左右，但有些孩子上课一刻不停地动，没有认真听讲的时间。造成孩子注意力不集中的原因很多，有脑功能障碍，多为产程受损，先天注意缺失；有后天家长不注意引导等。如：有的家长一边喂孩子吃饭，一边教孩子识字；一边看电视，一边写字……这种做法久而久之养成了孩子思想不能集中的习惯，而不少家长并没有意识到这一点。

(3) 依赖心太强，独立性差，生活自理能力差。书包不会整理几乎成为孩子们的一个普遍问题。不会扫地，不爱惜自己的东西。铅笔、橡皮、尺子常常丢失，老师常常拿着同学捡的铅笔问班上谁丢的，常常是没人认领。

(4) 识字多而表达弱。现在一年级孩子识字之多，超出老师预计，但在表达上却表现平平。一是缺少表达的胆量，在校碰到陌生人不敢接触，别人询问时也不敢回答；二是缺少表达的礼貌，遇到老师和同伴时不会或不愿用最基本的礼貌用语打招呼。

识字多的孩子在上课时颇有成就感，对于生字是什么、怎么读，都能迅速作出反应。但当面对需要通过观察、想





象来完成的学习内容时，就体现不出优势。

(5) 不知如何和小伙伴共同合作和游戏。表现在集体活动和课间游戏时，有些孩子不遵守规则，心中没有他人，不能宽容和礼让，造成小朋友间的不愉快等。

一年级学生的这些弱点表现出我们在学前教育上的缺失。现在的学前教育过于偏重知识传授，而在学习习惯、生活习惯、做事习惯和合作意识等方面却教得太少。要想让孩子很快适应学校生活，并为孩子高一年级的学习打好基础，家长要帮助孩子一起度过这一关。

### ◆ 新生百宝箱

#### 知道自己是集体中的一员

孩子到了一个新的环境里，要想很快适应，就必须和小朋友们融合在一起。家长要引导孩子认识班上有几个同学，有几个能叫出名字的。如果有条件可邀请住在附近的同学到家里玩；或者和同学的父母也建立联系，平时可以互相交流，掌握班级和孩子的思想动态，避免孩子孤独离群。

#### 安全教育

家长对未成年子女负有重要的监护责任。为了维护孩



子的安全，家长要熟记孩子经常涉足的游戏、读书、购物地点，了解孩子在校情况、交友情况及每日心情等。帮助孩子养成外出告诉家长去向、时间的习惯，不轻易允许孩子在外留宿。放学后直接回家，不在路上玩耍，不与陌生人接触和交谈，不接受陌生人送的礼物。特别是10岁以下的孩子单纯幼稚，缺乏辨别能力，很容易上当受骗，所以不要单独将他们留在家中或将家中钥匙交给他们。

### 3. 关注新生的心理健康



#### 提高孩子对自己的认识

六七岁孩子的自我描述注重比较具体的外部特征，如让孩子回答：“你是谁？”他们往往提到自己的姓名、年龄、性别、家庭住址、身体特征、活动特征等方面。随着年龄的增长，他们会关注个人的品质、人际关系等特点。





## 关注小孩的心理活动

教育孩子是一项挑战智慧的活动，一位母亲说：“儿子有一百个调皮的行动，我就得有一百零一个点子对应他。”一个顽皮小儿，手拿一条蠕动的毛毛虫跑进家，对他妈妈说：“妈妈，快看！多可爱的毛毛虫！”妈妈害怕这软绵绵的家伙，灵机一动说：“快送毛毛虫回家去，它的妈妈一定在找它呢。”小儿一听，转身出去了。妈妈心里正得意自己的招数妙，不料小儿又跑回来了，手上爬着两条毛毛虫，说：“我把毛毛虫的妈妈接来了！”

当孩子学习遇到困难和不愉快的事情时，家长不能批评孩子，而应该多鼓励多帮助，绝不能使孩子对学习失去兴趣。可以先降低要求，告诉他，你现在做得已经很好了，继续努力。发现孩子有一点进步就要大力表扬。老师在学校发的小红花、小红旗，家长不要不当回事，要做出很惊喜的样子，帮孩子细心保存，这样就可以鼓励孩子争取更大的进步，使孩子始终保持乐观向上的精神状态。

开朗乐观既是一种情绪，也是一种性格。调查显示，开朗乐观的人不仅较为健康（其癌症患病率明显低于悲观







抑郁者)，而且婚姻生活较为幸福，事业上也较易获得成功。

开朗乐观的孩子心中的快乐源自各个方面，所以要鼓励孩子有广泛的爱好。一个孩子如果仅有一种爱好，他就很难保持长久快乐。试想：只爱看电视的孩子如果当晚没有合适的电视节目看，他就会郁郁寡欢。有个孩子是个书迷，但如果他还能热衷体育活动，或饲养小动物，或参加演出，那么他的生活将变得更为丰富多彩，由此他也必然更为快乐。

引导孩子摆脱困境。即使天性乐观的人也不可能事事称心如意，但他们大多能很快从失意中重新振奋，并把一时的沮丧丢在脑后。父母最好在孩子很小的时候就着意培养他们应付困境乃至逆境的能力。要是一时还无法摆脱困境，那么可教育孩子学会忍耐和随遇而安，或在困境中寻找另外的精神寄托，如参加运动、游戏、聊天等。

另外，在家庭里要保证孩子有充足的营养和休息。积极锻炼身体，增强体质，也是保持乐观心态的良好物质基础：

(1) 加强营养，特别是早餐要重视，如：牛奶、鸡蛋、面包等高蛋白营养食品。有些孩子由于时间紧不吃或简单吃一点，而早上一连要上四节课，到了第三节课孩子就开