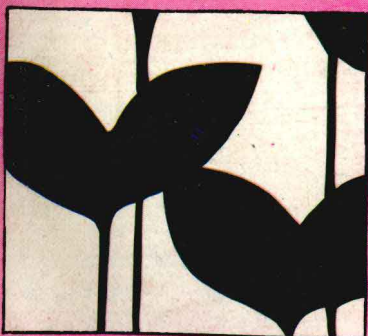


XIAO XUE JIA CHANG XUE XIAO

小 学

家长学校50讲

魏彤 等著



沈 阳 出 版 社

小学家长学校50讲

魏 彤	樊 萍	
关婉霞	陈亚莉	著
赵润琦	吴德刚	

沈阳出版社

小学家长学校50讲

魏 彤 樊 萍 等 著

※

沈阳出版社出版

密云双井印刷厂印刷

新华书店北京发行所经销

※

787×1092毫米 32开 印张：6.5 字数：130千字

1991年7月第一版 1991年7月第一次印刷

印数：1—18000册

ISBN 7-80556-572-4/G · 148

定价：3.80元

目 录

把教育科学送进千家万户 (代序)

..... 吴 刚

第1讲 教育儿童做好入学前的准备..... (1)

第2讲 小学儿童身体发育的特点..... (4)

第3讲 小学儿童认知发展的特点..... (8)

第4讲 小学儿童情感与意志发展的特点..... (13)

第5讲 小学儿童学习动机与品德发展的特点..... (17)

第6讲 小学儿童个性心理发展的特点..... (22)

第7讲 影响儿童心理发展的因素..... (26)

第8讲 家庭中的首要任务——儿童的思想品

德教育..... (31)

第9讲 入队前后的家庭教育..... (35)

第10讲 培养小学生的文明礼貌行为..... (39)

第11讲 要对孩子进行劳动教育..... (42)

第12讲 怎样对小学生进行法制教育..... (45)

第13讲 培养儿童成为学习的小主人..... (49)

第14讲 怎样引导儿童爱学习..... (52)

第15讲 怎样指导儿童会学习..... (56)

第16讲 怎样教导儿童勤学习..... (60)

第17讲 培养孩子的计算能力..... (63)

第18讲 提高解答应用题的能力..... (66)

第19讲 要让孩子耳聪口灵..... (70)

第20讲 词汇丰富语言才能精彩..... (73)

第21讲 要掌握读书方法..... (77)

第22讲	怎样提高学生的作文能力	(80)
第23讲	引导孩子写观察日记	(84)
第24讲	指导孩子的课外阅读	(87)
第25讲	培养兴趣, 形成爱好、发展特长	(92)
第26讲	怎样开发孩子的智力	(94)
第27讲	培养孩子的创造能力	(101)
第28讲	儿童的非智力因素	(106)
第29讲	智能超常儿童的培养	(111)
第30讲	智力低下与学习困难	(118)
第31讲	对学习落后的孩子怎么办	(124)
第32讲	智力低下儿童的早发现、早诊治、早 教育训练	(128)
第33讲	“国家体育锻炼标准”	(134)
第34讲	帮助儿童达到“国家体育锻炼标准”	(139)
第35讲	锻炼身体好处多	(143)
第36讲	怎样指导孩子的游戏活动	(146)
第37讲	儿童的合理营养	(150)
第38讲	注意孩子劳逸结合	(156)
第39讲	养成良好的卫生习惯	(159)
第40讲	常见病的预防	(162)
第41讲	防治孩子的心理疾病	(166)
第42讲	影响儿童形成美感的家庭条件	(169)
第43讲	发展儿童对美的鉴赏力	(173)
第44讲	让儿童学会怎样表现美	(177)
第45讲	独生子女的教育	(181)

第46讲	加强与学校教师的联系·····	(186)
第47讲	父母要做孩子的榜样·····	(188)
第48讲	创造良好的家庭气氛·····	(192)
第49讲	家庭教育要有的放矢·····	(194)
第50讲	优美神话给家庭教育的启示·····	(196)

第1讲 教育儿童做好入学前的准备

当您的孩子接近入小学年龄的时候，您是否已经意识到儿童将面临一次重大的转折与飞跃，他们将在人生的道路上迈上一个新的台阶。

的确是这样的，儿童从学前期步入学龄期，从幼儿成为学生，在儿童的发展过程中是一次重大的转折与飞跃。儿童在入学前，无论是在家庭还是幼儿园，他们的生活是以游戏活动为主要内容的。一入小学，他们的生活立即变成以学习活动为主要内容了。他们将在教师的指导下过严格的有纪律的集体生活，学习系统的最基本的科学知识，从德育、智育、体育、美育、劳动教育等几方面得到新的发展。在这个转折与飞跃面前，有不少儿童是不适应的。例如：有的儿童怕上学，说什么也不进学校的门；有的儿童不会与小伙伴们和睦相处，经常与别人吵吵闹闹；有的儿童在课堂里坐不住，不能集中精神学习；有的儿童不懂得每天完成学习任务，放学后就知道玩；有的儿童没有养成按时休息、按时吃饭、按时搞好个人卫生等习惯，上学经常迟到，在学校随便吃零食，个人卫生较差等。上述所有现象表明，儿童从学前的幼儿成为学校的学生，应该有一个逐步过渡与逐渐适应的过程。我们做家长的，应该在儿童入学前半年，采取有效的教育措施，引导和帮助儿童及早地顺利地地完成这个过渡，让儿童较快地适应学校的学习和生活。

一、激发儿童上小学的强烈愿望

家长应该带着儿童到学校门口走一走，让儿童看看小学生上学与放学的情景。如果能跟学校联系好，还可以利用节假日领着儿童进学校参观校园，让儿童亲身感受到学校是非常可爱的。

家长还可以通过看电视、看电影、看小人书、讲故事等方式，告诉儿童老师是可爱的、可敬的、可亲的。绝对不允许用老师来吓唬儿童，以免儿童产生怕老师的心理状态。

让儿童与亲友中的小学生多接触，请这些小学生向儿童介绍学校中丰富多彩的生活，是最容易收到教育效果的方法。家长应善于为儿童创造这样的条件与机会。

对于独生子女，要及早组织他们与邻居的小伙伴交往，让他们多在一起活动，一起游戏，教育他们相互谦让，相互帮助，不打架，不骂人，团结友爱，和睦相处。

二、组织一些家庭的学习活动

家长应组织儿童看电视，听广播，读适合幼儿看的书。每一次时间不要太长，大体上在10—15分钟左右。要求儿童踏踏实实地坐稳，专心致志地看、听、读，不能边学边玩，边学边吃，要坚持到底，不许中途而废。学习活动以后，可以通过让儿童复述、家长与儿童谈话等方式检查儿童的学习结果。通过上述的多次活动，培养儿童的注意力，记忆力、思维能力与口头表达能力，这些都是学校学习中必须具备的能力。

初入学的儿童，不少人在书写上有困难，因此，家长应

创造必要的条件，让入学前的儿童有较多的练习机会。开始的时候，可以先让儿童用彩色的笔自由涂画；过一段时间，应让儿童画一些简单的线条与图形；入学前半年，可教儿童书写汉字的笔画、自己的名字和阿拉伯数字等。在练习中，儿童应学会正确的执笔方法与书写姿势，以使手指的小肌肉群得到良好的发展，从而为学校中的书写作业打下基础。

三、培养儿童良好的生活习惯

首先，要使儿童养成早睡早起、按时作息的习惯。家长应在保证儿童每天睡眠至少10小时的前提下，给儿童规定睡觉与起床时间，做到早睡早起，按时作息。千万不能养成晚睡晚起的坏毛病。

其次，要培养儿童定时定量吃饭的好习惯，尽量克服随时随地吃零食的坏毛病。不要形成饭没吃饱吃好，平时就想吃零食；平时零食吃得过多，吃饭时又吃不下去的恶性循环。

第三，要使儿童学会一些简单的劳动本领，养成一些劳动习惯。如教会儿童扫地、撮土，养成劳动习惯，上学以后他们在教室里做值日就不会感到困难。又如教会儿童洗手绢、背心、短裤、袜子等，养成搞好个人卫生的习惯，上学以后他们在这些方面就可自理了。再如教会儿童整理自己的图书，给书包书皮，用转笔刀削铅笔等，这些本领与习惯跟上学以后的学习有直接关系，家长应认真加以培养。

总之，儿童在入小学前，需要从心理、学习、生活等几方面做好准备。准备得越充分，儿童适应学校的学习与生活越顺利、越迅速。

第2讲 小学儿童身体发育的特点

孩子的身体发育具有一定的规律。为了保证孩子健康成长，父母应该对孩子身体发育的一般特点有一定的了解，以便随时注意孩子的身体发育状况。确保孩子身体健康发育。

孩子身体发育的速度有个一般的规律：入小学之前的幼儿以及小学毕业后的少年，他们身体发育速度都比较快些；而在小学期间的孩子，身体发育的速度则较为平稳。例如，北京市曾对四个城区、五个郊区的3万多名儿童（年龄从出生到17岁）进行过身体测查。这次测查的结果表明：

（1）孩子的生长发育随年龄的增长而增长。（2）年龄和性别不同，影响着身体发育的速度，在小学四年级以前（约10—11岁），男孩的身高与体重指标都高于女孩，但在六年级以后（约12~13岁），女孩则超过了男孩。（3）从身高、体重的年增长情况看，男女儿童在幼儿期生长发育最快，在小学期间增长比较平稳而均匀，但在青春发育期开始之后，生长速度又显著上升。

一、神经系统的发育

人的神经系统是人体的指挥系统，人体各器官系统的活动，都是在神经系统的支配下进行的。在小学期间，孩子的

大脑额叶有明显的增大，这个变化对于孩子的高级神经活动发展具有重大意义。孩子脑重的增加主要是与脑神经细胞的增大、脑细胞纤维的增长相联系。小学期间，孩子的脑细胞分化逐渐完成，这时孩子的抑制能力、分析能力显著加强，感情也逐渐稳定，条件反射比较容易形成，也就是容易形成各种习惯。但是，神经系统的控制力仍较弱，而且工作耐力较差。例如，孩子有好动、好问的特点，学习过程中，神经会显著紧张，容易疲劳。因此，父母要注意督促孩子遵守合理的作息制度，晚上不应睡得过晚，特别要控制观看电视节目的时间，要说服孩子按时睡觉，保证充足的睡眠，以防止疲劳。通常，小学低年级的孩子应每天睡足10~11个小时，高年级的孩子应睡足9~10个小时。如果孩子的生活作息有规律，大脑皮层兴奋与抑制的活动有节奏，就可以使神经细胞在最低消耗的基础上收到理想的生理效果。同时，在饮食方面，父母应多让孩子吃些含蛋白质多的食品，诸如鸡蛋、牛奶、肉类和大豆等，因为蛋白质可以影响大脑皮层的兴奋与抑制活动。据有关研究认为，小学儿童每天饮食中的蛋白质供应量标准应该是：7岁至10岁为60克，10岁至13岁为70克。此外，还应利用体育锻炼来提高神经系统的功能。

二、骨骼与肌肉的发育

儿童的骨骼比较软，它的骨化是一个逐渐完成的过程。所谓骨化，即骨骼随年龄的增长逐渐变硬的过程。小学期间的孩子，颅骨已完全骨化，管状骨也已变得粗壮，但脊柱和胸廓却最易变形。倘若胸廓变形，内脏器官的正常生理活动

会受到影响。若脊柱变形，不仅内脏器官受影响，而且体姿不良，劳动易疲劳。通常，致使脊柱变形的原因有：（1）桌椅过高或过低，使孩子读书写字时姿势不正。（2）单侧负重过多，如单肩背书包。（3）固定向一侧卧位睡觉。因此，父母要注意培养孩子正确的坐、立、行、睡的姿势。例如，给孩子使用的桌椅高低要适当。坐时身体要端正，读书写字时身体不要趴在桌子上，站立时两足分开，挺胸收腹。行走时应挺胸抬头，给孩子买双肩背的书包，若是单肩背的书包，则提醒孩子两肩轮换背。睡觉时要翻身，两侧卧位轮换。

小学期间的孩子，肌肉发育也不平衡，大肌肉群先发育，小肌肉群后发育。小学一二年级的孩子大肌肉发育得早，因此他们可以进行跑、跳、投掷等活动，但小肌肉的发育还较差，从事写字、画画等工作有一定困难。针对这种情况，父母一方面对儿童的手部小动作要求不要太高，另一方面通过教孩子画画，奏乐器，写字等活动锻炼他们的小肌肉活动。在练写字时应注意先学习用铅笔，然后再使用钢笔、毛笔。注意不要让孩子写太小的字。一般来说，7岁至11岁的孩子写字的时间不宜持续过久，因为儿童的肌肉力量较差，容易疲劳。

三、心脏与呼吸系统的发育

小学阶段的孩子正处于生长时期，他们的新陈代谢很快，需要血液循环的量较大。但是，他们全部血管的容积与心脏容积的比却又大于成人，所以儿童的心脏必须加速动作，才能使血液循环加速进行，以满足新陈代谢的需要。成人的脉搏平均每分钟跳动72次，但7岁儿童的脉搏平均每分

钟跳动85—90次，从7岁到11岁，儿童脉搏跳动的频率下降到平均每分钟80—85次。如果人为地使孩子增加新陈代谢，就会使孩子的心跳加快。一般来说，心跳增加会使全身血液循环量加大，造成冠状动脉的血量相对减少，致使心肌供血不足而缺氧。因此，不应该让孩子作过分剧烈的运动和过分繁重的劳动，以免心脏过度疲劳，影响心脏的健康发育。

儿童的呼吸频率与心率（即每分钟心跳次数）一样，也是随年龄增长而递减。一般孩子在6岁至9岁时，男孩为每分钟24—25次，女孩每分钟25—26次；在10岁至13岁时，男女孩均为每分钟19—20次。儿童呼吸器官的活动与肺活量的大小有密切联系，通常把肺活量的大小作为儿童肺功能的重要指标之一。一般地说，肺活量的大小也是随年龄的增长而增长，但是，经常的体育锻炼可以大大提高儿童的肺活量。

除了上述三个方面外，父母还特别要注意保护孩子的视力。在小学期间，孩子的眼球生长并没有定型，如果长时期地近距离使用眼睛，常常会造成眼睛近视。所以，父母应教育孩子看书时眼睛与书本保持适当距离（约1市尺左右），不要经常看过近、过小的物体，或在光线暗的地方和强烈阳光下看书，也不要躺着或在行驶的车辆上看书，以免造成近视或斜视。

第3讲 小学儿童认知发展的特点

从心理学的角度看，人的认识过程包括感知觉、记忆、想象、思维等方面，其中还伴随有注意这种心理现象以及语言的发展。我们可以从这几个方面去把握儿童认知发展的特点。

一、感知觉方面

小学低年级孩子的感知觉一般带有明显的情绪性，而且笼统，不够精确。例如，小学一年级的孩子观察图画、标本及实物时，往往会被新颖的非重点方面所吸引，忘记了观察主要方面。又如，他们很容易把相似的数字（例如6和9，5和2）和字母（b和d，p和q）及文字（例如已和己、衤和礻等混淆起来。到了中、高年级，孩子才逐渐学会比较精确地分析事物，学会分辨出事物的主要特点与次要特点，学会概括各个部分的关系。对于时间的知觉，小学儿童对于10分钟、一刻钟或一节课的时间的估计比较正确，并且对日和周的意义也能理解，但是，对更长的时间概念理解上有困难，诸如“纪元”、“世纪”、“时代”等。对于空间知觉，低年级孩子已能辨认各种事物的形状，能够比较各种东西的长短、大小，并能辨别各种东西在空间的位置，例如上下、前后以及远近等等。孩子对于左右方位往往容易搞错，只有和具体

事物联系在一起的时候，才能正确辨认。中年级的孩子则较少出现这方面的错误。高年级的孩子应该学会看地图，能根据所学的知识来正确判断事物的各种方位。

二、记忆方面

有人认为年龄越小记忆力越强，这种观点并不正确。心理学家通过研究发现，小学生在单位时间内记忆的数量以及方式，会随着年龄增长而提高。例如，低年级学生主要是具体形象的记忆，并且更多的是依赖于机械记忆，即逐字逐句地记住课文。中年级学生开始发展起词的记忆能力。到了高年级，孩子既具有具体形象记忆能力，又具有词的记忆能力，而且还会采取理解的方法去记忆。如果你让孩子复述课文，低年级孩子只能强记照背，中年级孩子可以部分加入自己的语言，而高年级孩子则能够根据课文的大意，用自己的话自由地复述课文的主要内容和中心思想。

三、想象方面

小学儿童的想象非常生动，而且有很大作用，可以促使孩子们积极地活动，扩大他们的活动范围，充实他们的活动内容。低年级孩子想象的特点是富于模仿性和再现性，但想象出来的形象往往不完整。例如，看了电视剧《济公》以后，就学着济公手执破扇、步履蹒跚的姿态，唱着《济公歌》，重复剧中人的某些话语和表情动作等，创造和加工的成分不多。中、高年级孩子的想象则可以在词的思维水平上进行，

更富于现实性和创造性。例如，一个五年级孩子在作文中这样描写：“肥壮的玉米上挂着红缨缨，象千百杆红缨枪挺立在青纱帐里，……我们到了生产队的场院，只见那里堆了一大片玉米，它们就象胖娃娃似的，一个挨着一个在场院上甜睡。”这反映了高年级孩子的想象既细致又丰富。一般来说，低年级孩子爱听离现实生活较远的神话故事，而中、高年级的孩子则爱听现实的战斗故事或惊险故事。这反映了不同年级孩子想象的现实性差别。

四、思维方面

小学低年级孩子以具体形象思维为主，他们的思维总是离不开具体事物。例如，在数数和计算时，要借助于手指头或小木棒等实物。他们所掌握的概念也还带有很大的具体形象性，只会说明概念的外部特征，并不理解概念的本质特征。例如他们会说：“鸟会飞，会叫。”但说不出鸟的本质特征。低年级孩子还常根据事物的外部特征进行判断，例如“笔是写字的”，“帽子是戴的”。他们首先掌握的推理是比较简单的直接推理。例如，从“5比3大”这个前提推出的“3比5小”这个结论。但他们的推理也有很大的直观性，例如在电影或电视上看到的特务形象常戴鸭舌帽，以后看到戴鸭舌帽的人便认为是特务。中年级孩子处于由形象性向抽象性过渡的阶段，他们的思维在一定程度上可以离开具体的事物，计算时不用再搬手指头和数小棒。在其所掌握的概念中，直观成份减少，本质成份增加，不但知道鸟会飞，而且知道“有羽毛、卵生”等都是鸟的特征。中年级孩子开始能

以多种原因来解释同一事实，例如，“今天某同学没来上学，可能是病了，也可能家里有事，或可能路上发生了意外的事。”有时也能比较独立地有根据地论证一些复杂的判断，例如，“某同学今天没有来上学，很可能是病了，因为我看见他妈妈很着急。”他们的推理也开始以抽象的前提为基础。例如，他们学会了时间、距离和速度三者关系的计算公式以后，就可以运用它来解决比较复杂的行程问题。到了高年级，由于过去几年中的知识经验积累和智力活动锻炼，孩子已能对事物的本质特征进行抽象思维。例如，他们能说出动物与植物的本质区别，知道“鸟是有羽毛、卵生的脊椎动物”。在判断与推理方面也比中年级孩子强，能够直接或间接地论证自己的判断，也能够进行归纳推理和演绎推理。例如，能根据经纬度判断我国处于北温带。

简言之，小学儿童思维发展的一般趋势是由形象性向抽象性过渡。这个一般趋势常出现不平衡的现象。例如，儿童掌握整数概念及其运算方法，可以不需要具体事物，但在学习分数和计算方法时，则需要具体事物的支持。所以，对于小学期间的孩子，家长应注意培养他们思维的抽象性和逻辑性。

五、语言发展方面

小学期间孩子的语言发展趋势是由口头语言向书面语言发展。儿童在入学之前就已经基本掌握了语言交际的能力。入学以后，由于教学和其它活动向儿童提出了新要求（例如必须正确而有条理地回答老师的提问、复述课文、在集体活