



5-6 年级， 决定孩子一生的关键

好父母陪孩子顺利走过小升初

8章涉及生活、学习和应试技巧、心理和行为、亲子交流、青春期教育等全方位指导

58个家教要点，丰富的家教事例，深入的分析和高效而有针对性的教育，

解答父母可能面临的所有问题

陶红亮 主编

五六年级是孩子面临小升初的关键转折时期
抛开陈旧思想，从“心”出发，重新认识孩子
采用适合孩子的青春期教育新方式
安排好孩子的生活，轻松面对升学，快乐度过假期
针对升学考试，找到快速提高成绩的方法

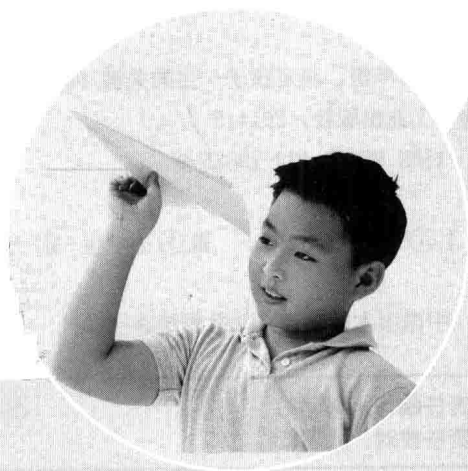


化学工业出版社



5~6年级， 决定孩子一生的关键

陶红亮 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

编写人员名单

主 编 陶红亮

编写人员 郝言言 苏文涛 薛英祥 薛翠萍
唐传汉 唐文俊 王春晓 史 霞
马牧晨 张宁宁 邵 莹 石 柳
李 青 赵 艳 唐正兵 陶红亮

图书在版编目(CIP)数据

5~6年级, 决定孩子一生的关键/陶红亮主编. —北京:
化学工业出版社, 2014. 5

ISBN 978-7-122-19825-9

I. ①5… II. ①陶… III. ①小学生-家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 030607 号

责任编辑: 邹朝阳
责任校对: 战河红

文字编辑: 王 爽
装帧设计: 刘丽华

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 化学工业出版社印刷厂

710mm×1000mm 1/16 印张 12¹/₂ 字数 170 千字 2014 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 28.00 元

版权所有 违者必究

前言



5~6年级可以说是孩子的一道“坎”。因为这个阶段的孩子处于“小升初”的重要阶段，面临着择校等各种问题，很多孩子和家长都非常重视这个关键时期。不仅如此，孩子在这个阶段还面临着青春期的来临，以及身体的明显发育与变化。除此之外，孩子的心理也发生了变化，以心理变化为基础的各种行为表现也相继出现。很多家长对此不知该怎么办。

根据孩子的阶段特点发现问题

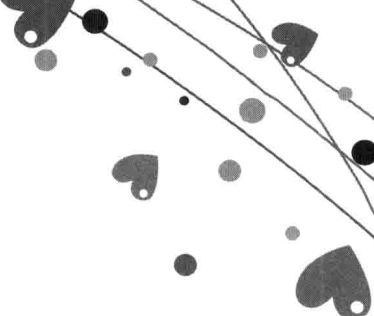
孩子在这个阶段面临着巨大的压力，有可能因承受的压力过大而情绪不稳定。再加上孩子开始步入青春期，身体和心理发展不平衡，也使得孩子的情绪不够稳定，所以孩子的情绪表现得尤为明显。这种时候孩子的变化就成了阶段性的特点，也需要得到家长的理解。如果家长没能认识到孩子的特点，就很难找到合适的教育方法。

顺应孩子的发展方向解决问题

这个时候孩子的自我意识已经得到加强，而且进入了第二个逆反期，所以对于家长的管教总会表现出抵触情绪。如果家长顾虑到自己的威严而强迫孩子听他的话，孩子就会更加抵触。即使家长的想法是对的，也需要孩子能够接受才算是好的教育方法。家长要找到顺应孩子发展的教育方式，而不是站在对立面来找解

决方式。

本书根据当代孩子的发展特点，选取了这个阶段孩子最容易出现的问题，采用真实案例，进行深入分析，提出顺应孩子发展的教育方式。只有了解了孩子的成长及特点，才能找到合适的教育方式；只有对孩子进行了正确的教育，才能让孩子顺利度过这个关键时期。



目 录

第一章 为什么说5~6年级是决定孩子一生的关键

1

3~4年级是孩子自我意识等各方面萌芽的时期，而5~6年级，则是各方面向着一个方向逐渐稳定发展的时期。这个时期对于孩子的未来，有着异常关键的作用。孩子也将步入青春期，无论从生理还是从心理方面都会发生改变。所以对于家长来说更为关键。本章将详细介绍家长要如何把握这个时期。

迎接孩子人生中关键的转折期 /2

赴约青春期 /5

强化的自我意识 /8

逐渐稳定的习惯 /10

稳定发展的智力 /12

突然出现的厌学情绪 /15

第二章 内心世界，5~6年级的孩子到底在想些什么

19

伴随着孩子的成长，发生变化的不仅仅是孩子的身体，孩子的心理也在发生着巨大的变化。在这个阶段，孩子很可能发生某些家长不能接受的变化，实际上，这些都是孩子心理发生转变的表现。面对孩子出现的不同问题和表现，家长应该如何应对呢？本章将孩子这个阶段的心理变化呈现给您。

学会了解孩子的心理需求 /20

孩子情感的发展与情绪控制 /23

如何正确看待孩子的反抗期 /25

- 孩子有了自己的心事 /29
- 强调孩子个性，不从众 /31
- 怎样引导孩子追求个性 /34
- 如何让孩子克服自卑心理 /37

第三章 小升初，抓住孩子重要的转折期

41

这个阶段的孩子即将面临人生中的第一个转折点，对于孩子来说异常重要。这个阶段孩子将面对很大的压力，无论是从学习上，还是从心理上。小升初阶段的孩子将面临多方面的选择，首先就是择校。如何把握这个关键时期才能顺利升学呢？本章将针对以上问题为家长排忧解难。

- 家长要注意减轻孩子的心理压力 /42
- 和孩子一起制订毕业复习计划 /45
- 选择适合孩子的“名校” /49
- 选择名校的练习材料 /52
- 按照孩子的实际能力选择班级 /55
- 了解招生要求，提升孩子综合素质 /58
- 家长如何对待“初中衔接班” /61

第四章 假期计划，把握好学与玩之间的平衡

65

对于小升初的孩子来说，假期该如何安排也成了很多家长困惑的问题。是让孩子抓紧每一分钟学习，还是利用假期参加特长班？或者让孩子彻底放松？这个时候家长也会面临很多选择。那么，具体要怎样选择才是对孩子最好的呢？本章将为您科学安排孩子的假期，让您的孩子能够充分利用假期。

- 给孩子机会自己安排双休日 /66
- 孩子自学的能力必不可少 /69
- 试着开发孩子的潜能 /72
- 假期生活也要有规律的作息时间 /75
- 假期来了也不要让孩子随心所欲 /78

第五章 提高成绩，不让分数阻碍孩子前进的路

85

面临着升学，对于很多家长和孩子来说，成绩成了关注的重点。但是很多孩子也在这个阶段出现了不同程度的问题。原因是什么也就成为很多家长思考的问题。孩子的成绩如何才能保持、提高？本章将针对孩子在这个阶段出现的不同问题为家长支招。

- 不要过度关注下滑的成绩 /86
- 如何应对努力下的原地踏步 /89
- 如何看待孩子的家庭作业 /92
- 让孩子拥有归纳总结的能力 /95
- 如何提升孩子的阅读理解能力 /97
- 如何快速提升孩子的写作能力 /100
- 营造适合孩子学习的家庭氛围 /104
- 孩子必不可少的学习品质 /107
- 提升孩子的自主学习能力 /111

第六章 成功素质，父母送给孩子最好的礼物

115

随着时代进步，很多家长的思想也出现了转变。从以孩子的学习成绩为中心转向对孩子能力的培养。因为很多能力是孩子未来能否成功的重要因素。孩子在这个阶段应该注重哪些能力的培养就成为了本章集中讲解的内容。

- 妈妈如何成为孩子的营养专家 /116
- 孩子独一无二的个性需要尊重 /119
- 孩子未来不可缺少的领导能力 /122
- 生活自理能力应该如何提高 /125
- 人生支点，自律能力的培养 /129
- 家长要让孩子学会适应 /131
- 如何提高孩子的交往能力 /134



让孩子了解钱的价值 /138

培养孩子自己做抉择 /141

第七章 考试技巧，用对策略事半功倍

145

相信很多家长对于孩子的考试都看得尤其重要。平时的学习成绩确实很重要，但是，是否能够考上理想的学校往往需要升学考试的成绩。一次失误就有可能和理想的学校失之交臂。相信考试的作用在很多家长和孩子心里都已经无需再强调。那么，考试的技巧您又知道多少呢？不妨通过本章来学习如何提升考试成绩。

怎样让孩子保持最佳状态 /146

如何消除孩子的紧张感 /149

怎样进行有效的冲刺复习 /152

冷静地看待考试结果 /155

让孩子认识到考试的根本意义 /158

如何减少孩子考试中的失误 /161

帮孩子找到技巧应对考试 /164

第八章 初露端倪，陪孩子一起走过青春期前期

169

随着社会的发展，孩子的成熟期也提前了。升入5~6年级就到了青春期的入口处。即将步入青春期，孩子除了各方面发生变化以外，很多问题也随之出现。虽说随着孩子的成长，问题的出现是必然的，但是作为家长，您忽略过一些本该注意的问题吗？对于这些问题应该如何解决也成了本章的重点内容。

孩子开始看淫秽读物怎么办 /170

因为对性好奇而出现的自然现象 /173

让孩子正确认识青春期的身心变化 /176

如何对待孩子异性交友 /179

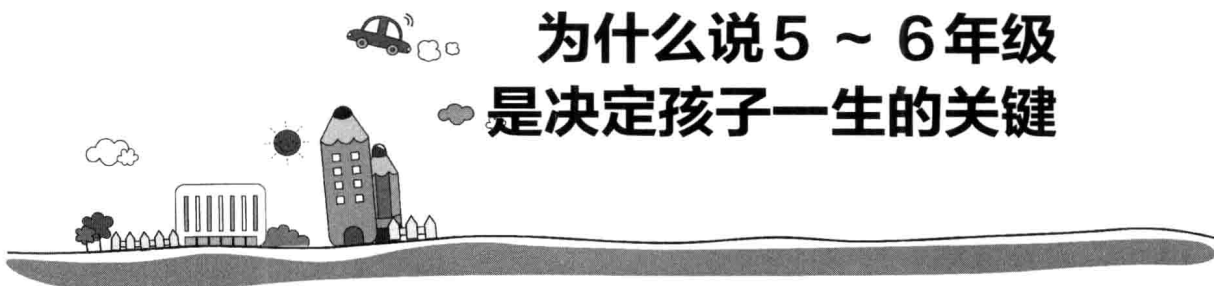
怎样对待情窦初开的孩子 /182

孩子身体的变化要如何说明 /185

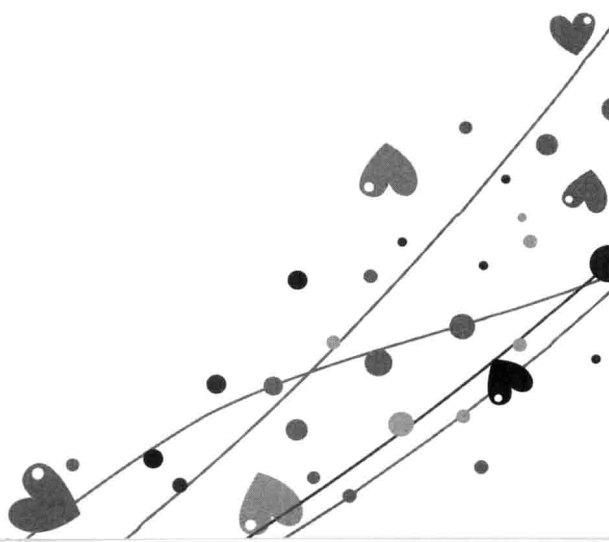
为孩子成长的标志开Party /188

第一章

为什么说5 ~ 6年级 是决定孩子一生的关键



3 ~ 4 年级是孩子自我意识等各方面萌芽的时期，而5 ~ 6 年级，则是各方面向着一个方向逐渐稳定发展的时期。这个时期对于孩子的未来，有着异常关键的作用。孩子也将步入青春期，无论从生理还是从心理方面都会发生改变。所以对于家长来说更为关键。本章将详细介绍家长要如何把握这个时期。





5

6

年级，
决定孩子一生的关键

迎接孩子人生中关键的转折期



很多孩子到了这个阶段，都会面临一个非常重要的转折。不仅面临着小升初的升学问题，同时，因为孩子要进入青春期，所以从身体到心理都会发生一系列的变化。

情景再现

小可的妈妈最近有些困扰，随着小可的升学，发现自己的孩子变化太大了，一时有些难以接受。比如自己的孩子以前一直都非常听话，但是现在他也开始学会和自己顶嘴了，甚至有时还会反驳自己的想法。这让他妈妈觉得非常吃惊，因为孩子以前很少发表意见，现在却有了表达的欲望。她发现孩子的某些看法和见解比较偏激，这让她很担心，但又不知道要怎样引导孩子。不仅如此，她还发现孩子有了自己的心事，比如孩子开始写日记，开始自己思考一些事情。这让她多少有一点恐慌，因为孩子不再什么都告诉父母了，如果坚持问的话孩子就会表现出不耐烦，有一次竟然顶嘴说“你烦不烦”，这让她在愤怒的同时还有一点寒心，不明白为什么儿子有了这些转变。

追根溯源

孩子到了这个阶段，各个方面都会发生变化，也许是因为变化过大，所以很多家长难以接受，感觉孩子在突然之间就发生了改变。其实，这个阶段的孩子在各个方面都面临着重要的转折，所以也可称为孩子成长





过程中的关键时期。那么，孩子在这个阶段会在哪些方面发生变化呢？

首先是身体上的变化。这个阶段的孩子将步入青春期，所以身高和体重都会出现明显的变化，就连体形也开始向成年人转变。这些变化对于这个阶段的孩子来说都是非常明显的转变。很多家长没有注意到孩子身体的变化，这样不利于孩子的成长。一定要进行适当引导，让孩子注意自己身体的变化，才能让孩子成长过程更加顺利。

这个阶段也是孩子价值观、是非观等各种意识形成的时期。这就是孩子开始有了自己意见的原因。除了认识和观念以外，孩子的情感也会出现波动，也就是心理上的变化。在这个阶段，孩子通常因为生理发育和心理发育难以达到平衡而出现不耐烦的情绪，所以当家长还像以前一样教育孩子的时候，孩子就会出现反抗情绪。

这个阶段除了孩子身体和心理方面的变化，还有学习方面的定型。很多家长都会发现孩子的学习成绩越来越稳定，这也是孩子在这个阶段会发生的转变，也可以说是特点。因此这个阶段的学习习惯会影响到孩子以后的学习成绩，这是孩子转折期非常重要的一个方面。

教育支招

● 抓住孩子身体变化的关键时期

这个时期的孩子将步入青春期，因为身体各方面都会发育，所以家长一定要抓住这个机会。首先要保证孩子成长所需的营养，但也要注意不要让孩子营养过剩。因为很多孩子也是在这个阶段发胖的，所以要把握住孩子营养的摄入。要帮孩子认识到自己身体的变化，同时让孩子养成良好的卫生习惯。

● 帮助孩子稳定情绪，保持健康心态

进入这个阶段的孩子有了自己的心事是非常正常的现象，因为孩子





5

6

年级，
决定孩子一生的关键

开始有了自己的领域，这个领域即使是父母也不能踏入。作为父母不要过多探究孩子的隐私，要尊重孩子，只要把握住孩子思想的大方向，引导孩子学会控制自己的情绪，调整心态，积极向上，孩子就能健康成长。很多孩子因为过度压抑而产生消极情绪，没有进行正确的教育最后使得性格也非常阴暗。

● 引导孩子建立正确的是非观和价值观

孩子到了这个阶段，自我意识和价值观、是非观等逐渐形成。所以，父母要把握住这个关键时期。要多关注孩子，在孩子认识和观念出现偏差的时候及时给予引导纠正，培养孩子正确的价值观。如果错过了机会就很可能让孩子的认识出现偏差，以后就很难再改变了。

● 培养孩子良好的习惯

孩子在这个阶段的变化非常巨大，但是经过转折期后，就会逐渐稳定，变化也就越来越小。所以这个阶段也是孩子习惯养成的最好时机，帮孩子养成良好的行为习惯，让孩子受益终身。

专家箴言

孩子的成长，在家长眼里只是一瞬间。很多时候，家长对于孩子的成长变化都觉得非常突然，难以接受。因为孩子一直和自己在一起，所以家长难以察觉孩子的细微变化，直到孩子进入青春期，父母才突然发现孩子已经长大了。所以作为家长要提早做好心理准备，以便当孩子进入这个阶段的时候能够应对自如，引导孩子渡过这个关键的转折期。





赴约青春期

孩子在进入了这个阶段以后，青春期也如约而至，孩子各方面都会发生非常明显的变化，其中最表面的变化来源于身体。青春期也可以说是孩子的一个叛逆期，家长应该如何应对呢？

情景再现

小爽小的时候有一点淘气，古灵精怪。她的姑姑曾说过，她长大了一定是一个非常有个性的女孩子，肯定不好管教，到时候她妈妈就该伤脑筋了。没想到，这句话真的应验了，在她妈妈还没有做好心理准备的时候，小爽就已经开始赴约青春期了，这让她妈妈有点措手不及。刚开始并没有发现孩子的变化，只是觉得孩子越来越难管，越来越不听话。她妈妈一直要求孩子遵从父母的意见，并没有意识到孩子开始表达自己的想法。以前什么都会跟父母说的孩子也开始写日记，并且知道锁在抽屉里。小爽开始注重自己的体重、身材，也学会臭美了。有一次她发现孩子藏了一封情书，让她难以接受，自己的孩子明明还这么小。于是当孩子回来的时候她一怒之下就撕掉了孩子的情书，没想到，因为这件事孩子和自己拉开了距离。直到有一天小爽迎来了她的第一次月经，她妈妈才意识到，原来的孩子已经步入了青春期，自己的教育方式需要改变了。

追根溯源

孩子在进入青春期的时候，最明显的表现就是叛逆。因为进入了青



5

6

年级，
决定孩子
一生的关键

春期，有了叛逆的思想，所以才会反抗父母，如果家长对孩子的教育方式还是以前陈旧的说教，孩子自然会和父母对着干。很明显，小爽的妈妈没有意识到孩子进入了青春期，所以对于小爽一味压制，使得她的反叛心理越来越重。这个时期的孩子也有了很多自己的想法，如果家长过多探究，也同样会引起孩子的反感。比如像小爽的妈妈，发现了小爽的情书，并且当着她的面撕掉了情书。虽然她妈妈是为了教育她，但是很明显引起了孩子的强烈反抗，也因为这件事情使亲子关系变得紧张。这个阶段的孩子开始有了些懵懂的情感，这对于孩子来说非常美好而且不允许现实触碰。小爽收到了异性的情书，这对于她来说有特殊意义，可以说是她青春期的一个美好回忆，也许她并没有恋爱的想法，而是当作一个美好的经历。而她妈妈不问缘由就随意撕毁情书的行为，自然让孩子站在了父母的对立面。

直到孩子出现了成熟的信号，小爽妈妈才意识到孩子进入了青春期。其实从孩子的外形就能够看出是否进入青春期，男孩子会变声、长喉结、毛发开始变浓，甚至出现胡须，有些孩子的身高会长得比较快。女孩子胸部开始发育，声调也会变高，胯部开始明显，这都说明孩子开始进入青春期。如果没有及时注意，像小爽这样的女孩子，为了保持身材而没有足够的营养，很容易影响到孩子的成长。所以，作为家长，一定要注意孩子的变化，让孩子顺利步入青春期。

✿ 教育支招

● 顺应孩子发展，学会尊重

孩子进入青春期之后思想会发生转变，也会出现严重的逆反心理。这个时候如果家长还采取高压政策，只能让孩子的反叛心理越加严重。家长应学会尊重孩子，顺应孩子的发展方向，给予正确引导。比如，不



窥探孩子的隐私，想了解孩子要从平时下工夫，保持良好的亲子关系，让孩子主动而自己倾诉，充分相信自己。这样就要抛开家长的身份，和孩子站在相同的立场。

● 回忆自己的青春，和孩子分享

这个时期的孩子总会有一些隐藏的情感，他们对异性的一些情感没有杂念，是非常单纯的美好。每个人在青春期的时候都有过一段懵懂时期，这个时候家长不妨回忆自己的青春故事，给孩子讲讲自己的懵懂，以此拉近和孩子的距离。

● 让孩子认识到青春期的到来

很多时候孩子不明白什么是青春期，对青春期缺乏了解。作为父母，在孩子感觉困惑和茫然的时候，要让孩子了解青春期。比如孩子情绪波动大，有时连孩子都不明白其中的原因，这个时候家长不能着急，要用平和的心态及语气告诉孩子，让孩子对自己多一分了解，就能更好地引导孩子，不至于让孩子茫然无措。



专家箴言

说到底，家长要认识到孩子的青春期。孩子在进入青春期以后虽然有反叛心理，但是对父母的依赖仍然存在，作为父母，要及时帮助孩子认识青春期，给予孩子引导，让孩子以最好的状态赴约青春期。



5

6

年级，
决定孩子
一生的关键

强化的自我意识



孩子到了这个阶段以后，很多家长会发现，自己孩子的个性越来越明显。这是孩子自我意识开始强化的表现。对于孩子日益强化的自我意识，作为家长通常都会有些无奈，不知道应该怎样应对越来越自我的孩子。

情景再现

雅雅是老师眼里非常有个性的孩子。她非常聪明，个性也非常强烈。以前的雅雅只是有些淘气，现在却变得不服管教，很多时候都让老师感觉头疼，老师说的话也不喜欢听了。雅雅自认为自己的想法都对，所以总是按照自己的想法做。不仅如此，她对不喜欢的学科排斥得更明显了。雅雅不喜欢英语，在英语课上，老师叫她起来回答问题，她连嘴都不张，无论老师说什么她就是不听。班主任向她的家长反映情况，她妈妈知道以后觉得这样不行，于是给她报了英语补习班，因为这件事雅雅和她妈妈闹了好几天，在第一天开课的时候就逃课了。她妈妈对于孩子的变化非常无奈，不知道要怎样管教任性的女儿。

追根溯源

雅雅为什么会发生这样的变化呢？其实，孩子在这个阶段都会有或多或少的问题，很多孩子都有自己的想法，这是因为在这个阶段孩子的自我意识开始增强。

