

7-8 年级，孩子成长过程中最为重要的转折期



一线教育·作品



性格塑造+学习辅导

7-8 年级， 陪孩子走过中学转折期

方 舟◎主编

勤引导

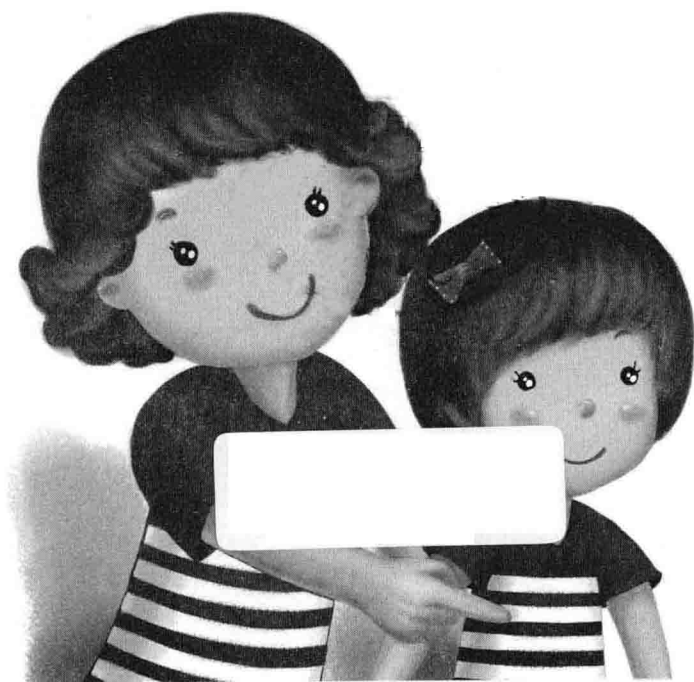
初中前两年，是
中学阶段的重要转折
期，决定了孩子成绩
的走向。



朝華出版社

7-8 年级， 陪孩子走过中学转折期

方 舟◎主编



 朝華出版社

图书在版编目(CIP)数据

7~8 年级,陪孩子走过中学转折期 / 方舟主编.

—北京:朝华出版社,2014.8

ISBN 978-7-5054-3722-7

I. ①7… II. ①方… III. ①初中生-家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 198544 号

7-8 年级,陪孩子走过中学转折期

作 者 方 舟

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 楼淑敏

责任印制 张文东

装帧设计 千一凡文化

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16 字 数 230 千字

印 张 15.5

版 次 2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3722-7

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



作为一名从教多年的教师,在如何对孩子进行科学而有效的家庭教育方面,我一直信奉这样一条教育理论:“教育孩子,小时候要严,长大要宽!”

很多家长也许会问,这个长大以什么来界定?如何判定自己的教育是该严格一些,还是宽松一些?

对此,很多有经验的教师和家长都会有这样的共识:这个时期一般指从孩子升入初中,7-8 年级开始。

针对这一问题,在朝华出版社相关编辑的组织 and 协助下,我和几位教师同行,并邀请了部分教育专家、学生家长,一同坐下来,对孩子中学阶段的成长过程,以及这些孩子日后的学业情况、现今的生活状况等进行了一次详细的梳理。反观孩子在中学阶段的整体发展和表现,我们更是惊奇地发现:7-8 年级,对孩子的一生来说,实在是太关键了!甚至可以称得上是塑造和改变孩子一生的关键转折期!

无论教师还是家长,对于 7-8 年级的孩子,都会有着这样的深刻感触:

刚从小学迈入中学的门槛,孩子们似乎在一夜之间长大了,忽然就像个小伙子、大姑娘似的,有了更多属于自己的秘密——他们开始



渐渐远离父母的视线,对父母的管束表现出前所未有的拒绝心态;有了心事,他们宁可向日记本或亲密伙伴倾诉,也不愿与自己的父母进行深入沟通……随着身体的快速发育、理性思维能力的增强,他们正在经历着青春期特有的困惑与苦恼。

特别是随着学习难度的增加、学习方式的变化,在7-8年级,孩子将进入一个重要的“翻坎”阶段。顺利翻过这道“坎”,孩子的学习成绩就会渐渐进入平稳上升期、或者突飞猛进,登上成功人生的第一个阶梯;反之,很多原来学习很好的孩子的成绩则开始大幅下滑,他们或者干脆放弃了学习,转而将注意力更多投向网络、早恋等人生歧途。

从孩子自身角度来说,这种转变也深刻地影响着他们的生活。在7-8年级孩子的日记本以及作文本中,我们不难发现这样的语句:

“我特别不喜欢父母总是唠唠叨叨……”

“学习不好,我也很苦恼,有时候真想放弃……”

“我的未来将是怎样的?我很迷茫,也很困惑,没人能理解我……”

……

7-8年级,这个充满动荡的孩子人生的重要转折期,将给孩子的未来带来怎样的影响?又带给家长以怎样的启示呢?

通过群策群力的分析与研究,我们很多教师和专家都有着如下几点共识:

7年级,是“初中新生综合征”高发期——孩子对崭新的学习环境、学习方式适应的速度快慢,将影响甚至决定着他们整个中学阶段学习自信心的强与弱。

8年级,堪称中学阶段的“多事之秋”——父母一个不留神,孩子就有可能误入歧路。

7-8年级,是孩子学习成绩的突变期——在这两年的时间里,以前成绩不好的孩子很容易“翻身”,而以前成绩很好的同学也很容易进入“差生”的行列。

7-8年级,孩子身体发育进入青春期——他们会对自己身体产生

的变化感到迷茫困惑,因此很容易产生消极和自卑心理。

7-8 年级,孩子心理成长的关键期——在这个最易出现问题的阶段,“动荡”、“矛盾”将常伴孩子左右。

初中生的教育,特别是 7-8 年级孩子的教育,对于所有家长来说,都是一个很大的题目,都是必须面对的一个难题。对此,许多家长常常向教师请教:有什么好办法?有什么灵丹妙药?

事实上,灵丹妙药是没有的,但科学而有效的教育方式和教育方法却是可以通用的。在本书中,我们将站在教师与家长的双重角度,想家长之所想、急家长之所急,从分析 7-8 年级孩子的心理特征、成长特征的角度入手,向广大读者充分呈现本书的四大特色:

特色一:更注重的是方法

在当代,科学的教育理论多如繁星,如尊重教育、赏识教育等。然而,新一代父母们最迫切需要的却是更为具体的方法。他们更想知道,在实际生活中,自己究竟怎样去说、怎样去做,才能给孩子一个好未来。

例如,对于青春期的孩子来说,家长们都知道应该给予更多的尊重和理解。可怎样做才算是尊重?理解孩子的方法又有哪些呢?再比如,任何人都知道预习、复习等良好的学习习惯可以有效地帮助孩子提高成绩,可预习的方法有哪些?家长又应如何指导孩子进行有效的复习呢?

与一味介绍教育理论的书籍不同,本书将要告诉您的是——方法!

特色二:更关注孩子的心理世界

7-8 年级的孩子,正处在心理成长的动荡期,面临着很多困惑与苦恼。在这一阶段,如果父母对孩子的心理特征不加了解,那便会促使更多的“无效教育”产生,甚至会使孩子走上叛逆之路。

所以,本书将更多针对孩子在 7-8 年级这个阶段的心理特征、心理发展走向等问题进行深入的分析与阐述。希望我们的分析,能够帮助家长更加顺利地走进孩子的内心世界,实现心与心的沟通。

特色三:体现家校联合教育思想

新时期,素质教育中很重要的一点要求就是:家校联合,共同育人。家庭与学校,是孩子最重要的两个成长空间。作为与孩子接触最多



的教育者——家长,不仅要在家庭生活中做到了解孩子,更要对孩子的在校情况做到心中有数,这样的教育才是全面而有效的。这,也正是我们写作本书的目的之一。

特色四:倡导家长与孩子做朋友

7-8 年级,不仅是孩子成长过程中的一个重要转折点,更是家庭教育方法的一个转折点。从这一阶段起,家长应以对待成人的方式,来尝试与孩子进行交往和沟通。因此,贯穿本书始终的,也是我们一直在向家长传达的这样一种教育理念:和你的孩子做朋友!

做朋友,孩子才会与你无话不谈;做朋友,才能让亲子关系日益密切;做朋友,孩子才会愿意接受你所给予的正确指导或引导……

由于篇幅所限,我们在此就不做更多介绍了。最后,衷心希望我们教师 and 所有家长,为给孩子创造一个美好的未来、为赋予孩子更多成就一生的能力而共同努力。

阅读此书的特别提示:

1. 由于参与撰写此书的教师较多,所以我们在人称上统一用“我”以及“我们”来泛指作者,以方便读者阅读。

2. 教育最重要的就是要做到未雨绸缪,提前做好应对孩子种种转变的准备。再加之现在的孩子“早熟”等因素,所以我们建议家长:孩子 6 年级的时候,就可开始阅读此书。

此外,由于初中教育具有连贯性,所以即使孩子到了 9 年级,这本书也同样非常适用。



第一章

7-8 年级,孩子一生的关键期

一 7 年级——家长要警惕“初中新生综合征” / 005

方法一:利用“新开端”让孩子重建信心

方法二:为孩子的“崛起”寻找理由

方法三:教孩子学着列学习计划

方法四:与老师和孩子都多多交流

二 8 年级——帮孩子顺利度过“多事之秋” / 013

方法一:给 8 年级孩子更多的理解和尊重

方法二:不要马上反驳 8 年级孩子

方法三:不要给孩子贴负面“标签”

方法四:巧妙运用孩子的逆反心理

三 7-8 年级,孩子学习成绩的突变期 / 022

方法一:引导孩子做好初中开学前的准备

方法二:热处理——让孩子树立明确的学习目的

方法三:帮孩子战胜惰性

方法四:给孩子介绍科学的学习方法



四 7-8 年级,孩子身体发育进入青春期 / 031

方法一:对待青春期的孩子要宽严相济

方法二:让孩子学会控制自己的情绪

方法三:通过正确的渠道让孩子了解必要的性知识

方法四:向孩子灌输正确的恋爱观

五 7-8 年级,孩子心理成长的关键期 / 039

方法一:及时帮孩子排解压力

方法二:父母要学会倾听孩子的心声

方法三:相信孩子并给予孩子自信

第二章

当好 7-8 年级家长,必须提前做好准备

一 升入中学,家长引导孩子必做的五件事 / 051

方法一:闹钟一响,马上起床——锻炼孩子的行动力

方法二:让孩子学着洗衣、做饭——转变孩子的小学思维

方法三:让孩子每天都读报纸、看新闻——开阔孩子的视野

方法四:多培养一个好习惯——孩子比别人更优秀的资本

方法五:今日事,今日毕——锻炼孩子的意志力、自控力

二 家长要巧妙把握与孩子之间的关系 / 061

方法一:了解孩子最讨厌的教育方式

方法二:不要试图用“发脾气”来使孩子屈服

方法三:少教训,多指导

方法四:对这一年龄段的孩子不要太敏感

三 让孩子走向成功,家长必须要坚持的观念 / 070

方法一:决不能让孩子对自己失去信心

方法二:用放大镜去看孩子的优点

方法三:努力去发现孩子的兴趣爱好

四 7-8 年级,是培养孩子自我意识的关键期 / 079

方法一:创建民主型家庭

方法二:在成功和失败中,让孩子正确认识自己

方法三:让孩子时刻都保持积极的自我情感体验

五 7-8 年级,家长要引导孩子确立人生目标 / 087

方法一:家长不要做“吸臭屁”,而要做“采蜜蜂”

方法二:送孩子一个地球仪,让孩子的人生目标更广阔

方法三:从现在开始,引导孩子去思考人生规划

第三章

7-8 年级,孩子更需要掌握学习技巧

一 学好语文——多多阅读是关键 / 097

方法一:让孩子根据自己的爱好去读书

方法二:让孩子在阅读的同时学会积累知识

方法三:鼓励孩子在阅读的时候勤动“手”、多用“脑”

二 学好数学——找到“窍门”是关键 / 104

方法一:把课本“吃”透

方法二:在做题之前,把题目考查的知识点找出来

方法三:做数学题,掌握做题技巧最重要

三 学习英语——让孩子把英语当作一门语言来学 / 110

方法一:培养孩子学习英语的兴趣

方法二:培养孩子的英语思维

方法三:鼓励孩子用最科学的方法学英语



方法四:“重复”是学习英语的利器

四 文科科目学习——学会“记忆”是关键 / 116

方法一:让孩子在记忆之前先去理解知识

方法二:让孩子了解人的遗忘规律后再去记忆

方法三:引导孩子掌握记忆的技巧

五 理科科目学习——信心和方法是关键 / 123

方法一:学好物理的诀窍

方法二:学好化学的方法

方法三:巧妙应对孩子的偏科问题

六 制订和执行学习计划——孩子学会学习的“前奏” / 133

方法一:帮助孩子利用好课堂 45 分钟

方法二:引导孩子用正确的方法记笔记

方法三:教孩子巧妙应对计划执行过程中遇到的特殊情况

七 课前预习——提高孩子学习能力和学习效果的有效途径 / 141

方法一:让孩子把握好预习的时间

方法二:让孩子根据自己的实际情况去预习

方法三:预习的几个基本步骤

八 及时复习——拒绝“狗熊掰玉米” / 148

方法一:课后复习的基本步骤

方法二:协助孩子制订一份详细的复习计划

九 考试技巧——提高学习成绩的重要途径 / 154

方法一:考试之前,千万不要让孩子搞疲劳战术

方法二:让孩子明白,考试中减少失误,就是在接近成功

方法三:让孩子掌握必要的考场技巧

第 四 章

与 7-8 年级孩子沟通,更需要技巧

一 7-8 年级孩子的心里在想些什么 / 166

方法一:孩子脾气暴躁——家长首先要认同孩子的情绪

方法二:孩子开始关注异性——教孩子正确与异性交往

方法三:孩子有了自己的秘密——家长一定要尊重孩子的隐私权

二 如何引导孩子与家长交流 / 175

方法一:把“代沟”降到最小化

方法二:与孩子的好朋友保持沟通

方法三:增加与孩子共同做事的机会

三 使亲子关系“升温”的几种沟通方法 / 182

方法一:为亲子沟通增加神圣感

方法二:多一些鼓励,少一些指挥

方法三:增加与孩子使用非语言沟通的频率

四 不要和 7-8 年级的孩子“较劲” / 188

方法一:从欣赏孩子开始

方法二:向孩子说说自己的心里话

方法三:给孩子足够的“参政权”

五 与 7-8 年级的孩子沟通时,家长必须掌握的技巧 / 196

方法一:认真倾听是有效沟通的开始

方法二:选择合适的沟通场所

方法三:选择恰当的时机与孩子沟通

方法四:选择一种合适的沟通方式



第五章

青春期问题,积极应对孩子的“危险禁区”

一 “早恋”→引导孩子树立正确的恋爱观 / 207

方法一:及时发现孩子的早恋倾向

方法二:在任何时候都要相信孩子

方法三:让孩子正确看待影视剧中的恋爱

二 网络→通过“疏导”,引导孩子正确认识网络 / 212

方法一:应对网上聊天→教孩子在网上学会自我保护

方法二:应对网络游戏→转移孩子的注意力

方法三:应对“网恋”→不打、不骂、摆事实

三 孩子开始“学坏”→让孩子树立正确的是非观念 / 218

方法一:引导孩子树立正确的是非观念

方法二:培养孩子的好习惯永远都不晚

方法三:让孩子在心中树立自己的一个光辉形象

四 冷漠、没有爱心→引导孩子树立正确的道德观 / 225

方法一:让孩子学着去热爱生活

方法二:让孩子学会关心他人

方法三:让孩子学会感恩他人

后 记 / 231

第 一 章

7-8年级，
孩子一生的关键期



多年的教学过程中,我一直保持着这样一个习惯,每当我接触新一批孩子时,我都会给他们的家长开一个会。在会上,我会问这些孩子的家长们:“你们认为初中三年哪一年最关键?”家长们的说法各不相同,有的说7年级重要,有的说8年级重要,但大多数的家长还是认为初中的最后一年——9年级最重要。

从小学到初中,孩子上了九年的学,为的就是中考时的最后一搏,所以9年级对孩子来说确实很关键。但在这里,根据多年教学经验,我必须向家长们明确的是:没有7-8年级的知识积累,即使孩子在9年级再努力,往往也会与好成绩失之交臂。

有过教育初中生经验的家长都知道,孩子在刚刚升入7年级,以及在8年级的学习和生活过程中,需要翻越很多道“坎儿”。也正因如此,很多教育专家甚至把7-8年级这个阶段称之为“翻坎”阶段。

例如:在7年级,很多孩子都会表现出诸多的不适应,对新的环境不适应、对科目增加的不适应、对老师的教学方式不适应……在这些“不适应”的影响下,有些孩子的心理开始出现问题,于是原来学习很好的孩子成绩开始大幅“下滑”,个别原来成绩不好的孩子干脆放弃了学习……这些对孩子的成长和发展都有很大的影响。

到了8年级,孩子遇到的“坎儿”会更多,由于没有了刚刚升入初中的那种新鲜感和拘谨,他们的注意力开始转移,有些孩子喜欢拉帮结伙地打架,有些孩子开始出现了早恋现象,有些孩子迷恋上了网络……也就是说,只要家长和老师稍不留神,孩子就有可能走上错误的道路。在8年级这个“多事之秋”,孩子很有可能就会“一失足成千古恨”。

所以,从这种意义上说,家长们必须要树立这样的意识:7-8年级不仅是初中三年的关键期,更是孩子一生的关键期。

在与很多7-8年级家长们接触的过程中,最令我担忧的问题是,很多家长都会为孩子的长大成人而感到欣喜,但他们却不知道,在这一阶段,孩子要面临很多重大转变。当家长们对此没有足够的心理准备,



面对孩子各种各样的“不适应”时,他们只能是束手无策。

正如我们所熟知的,如果事先已经知道了天气的变化情况,我们就不会害怕暴风雨的突然袭击。教育孩子也是如此,如果家长能够对孩子在这一时期的变化了如指掌,那么就能提前做好心理上、知识上的准备,从而做到自如地应对。

一般来说,到了7-8年级,孩子和家长都要面对以下几个方面
的转变:

从学习方面讲,7-8年级,孩子将经历一个成绩突变期。在这两年的时间里,以前成绩不好的孩子很容易就“翻身”,而以前成绩很好的同学也很容易下滑入“差生”的行列。所以,如果家长能够引导孩子重视和利用这一学习成绩的突变期,那孩子就能很轻易地步入优质学习的良性轨道。

从身体发育方面讲,7-8年级的孩子正处于最容易叛逆的青春期。他们会对自己身体产生的变化感到非常迷茫,因此很容易产生消极和自卑心理。

从心理方面讲,7-8年级是孩子的心理动荡期,最容易出现问
题。

那么,家长应该如何做才能帮助孩子度过这一特殊时期呢?这也正是本章将要向您呈现的内容。