

403位教育专家的权威意见！ 507位高手妈妈的至理箴言！ 6476位妈妈提出的典型苦恼！

幸福
妈妈经

妈妈应该为 小学**三年级**孩子 做的**50**件事

我们一直在思考：妈妈们最需要的到底是什么样的书？

（韩）《柠檬树》编辑部



做孩子最好的引路人！ 中国青年出版社

最科学、最简单、最实用的解决方案！

“日记大王”的语文学习法·数学奥林匹克金奖得主的学习妙招

英语高手的成功经验·如何教孩子管理零用钱·如何与老师保持良好的关系

十岁前必须改正的五个坏习惯·小学三年级孩子应该了解的生理知识

如何增强孩子的独立能力·如何发掘孩子的兴趣和才华·帮助孩子实现目标的时间管理法

妈妈应该为 小学三年级孩子 做的50件事

幸福
妈妈经

(韩)《柠檬树》编辑部

中国青年出版社

图书在版编目(CIP)数据

妈妈应该为小学三年级孩子做的50件事 / 《柠檬树》编辑部著; 李龙译.

—北京: 中国青年出版社, 2010.1 (幸福妈妈经)

ISBN 978-7-5006-9306-2

I. 妈… II. ①柠… ②李… III. 小学生—家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第262939号

55 things to do for my third grade By *LemonTree* Editor Department

Copyright © 2005 by *LemonTree* Editor Department

All rights reserved.

Simple Chinese copyright © 2011 by China Youth Press

Original Korean edition published by JOONGANG m&b

Simple Chinese language edition arranged with JOONGANG m&b through Eric Yang Agency Inc.

妈妈应该为小学三年级孩子做的50件事

作 者: [韩]《柠檬树》编辑部

译 者: 李 龙

责任编辑: 王晓芳

文字编辑: 肖妩嫔 韩 玉

美术编辑: 张 建

插 画: 陈妮妮

出 版: 中国青年出版社

发 行: 北京中青文文化传媒有限公司

电 话: 010-65516873/65518035

网 址: www.cyb.com.cn www.diyijie.com

制 作: 中青文制作中心

印 刷: 三河市文通印刷包装有限公司

版 次: 2011年1月第1版

印 次: 2011年1月第1次印刷

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 70千字

印 张: 12

京权图字: 01-2010-4190

书 号: ISBN 978-7-5006-9306-2

定 价: 25.00元

我社将与版权执法机关配合大力打击盗印、盗版活动, 敬请广大读者协助举报, 经查实将给予举报者重奖。

举报电话:

北京市版权局版权执法处

010-64081804

中国青年出版社

010-65516873

010-65518035

中青版图书, 版权所有, 盗版必究



目 录

前 言	007
-----	-----

妈妈一定要知道的	012
----------	-----

Part 1 学习篇	017
------------	-----

1. 为什么要给三年级的孩子更多关爱和鼓励 / 018

2. 如何扫除语文“拦路虎” / 020

3. “日记大王”教你语文学习好方法 / 023

4. 如何巧用图书馆 / 026

5. 益处多多的“报纸教育”知多少 / 030

6. 如何帮助三年级孩子打好数学基础 / 033

7. 数学奥林匹克金奖得主的学习方法 / 037

8. 如何有效辅导三年级孩子的英语 / 039

9. 英语高手的成功经验 / 042

10. 让电脑服务于学习的E-learning学习法 / 044



11. 如何培养孩子对科学的兴趣 / 048

Part 2 发展篇.....051

12. 培养孩子的创造力须知 / 052

13. 如何发掘孩子的兴趣和才华 / 053

14. 如何帮孩子捕捉创作灵感 / 057

15. 如何增强孩子的独立能力 / 060

16. 寻找适合孩子的学习方法 / 063

17. 如何提高孩子的表达能力 / 067

18. 帮助孩子实现目标的时间管理法 / 072

19. 小学三年级学生应该了解的生理知识 / 076

20. 如何发挥电视的教育功能 / 079

Part 3 同学篇.....083

21. 接受并认可孩子的性格 / 084

22. 如何帮助孩子摆脱落单 / 086

23. 扩大孩子交际圈之不可不知 / 091

24. 孩子不善表达的案例分析 / 094

25. 孩子和问题学生玩会不会学坏 / 098

26. 如何教导不如愿就挥拳头的孩子 / 101

27. 如何应对说脏话的孩子 / 104

28. 妈妈如何当好孩子间的调停者 / 106



Part 4 心灵篇.....109

- 29. 用心发掘孩子的闪光点 / 110
- 30. 警惕孩子错误的价值观 / 112
- 31. 三个不容小视的不良生活习惯 / 115
- 32. 如何改正孩子说谎的习惯 / 117
- 33. 三年级时必须改正的五个坏习惯 / 121
- 34. 妈妈对孩子的错误态度知多少 / 125

Part 5 家庭篇.....129

- 35. 如何让沟通和教育变得更容易 / 130
- 36. 身体力行的赞美VS.口头赞美 / 132
- 37. 如何教孩子管理零用钱 / 137
- 38. 如何与老师保持良好的关系 / 141
- 39. 如何与孩子同学的妈妈们交流信息 / 146
- 40. 需要爸爸参与的家庭教育 / 150
- 41. 妈妈如何成为孩子生活的守护者 / 154
- 42. 如何更好地与孩子展开对话 / 157
- 43. 美术馆和博物馆参观指南 / 161
- 44. 怎样通过观看演出丰富孩子的感知能力 / 164
- 45. 家庭体验旅行之最佳推荐 / 166

Part 6 健康篇.....169

- 46. 让孩子独立完成自己的事情 / 170



- 47. 孩子发育缓慢怎么办 / 172
- 48. 孩子体重居高不下怎么办 / 177
- 49. 从现在开始为孩子打好体能基础 / 182
- 50. 如何改掉孩子偏食的坏毛病 / 186



前言

策划意图

我们一直在思考：妈妈们最需要的到底是什么样的书？

想为孩子准备一切，怕能力不足；什么都不做，又怕孩子输在起跑线上；一旦孩子跟上步伐，还会希望孩子跑得更快更好。这是很多妈妈的普遍心理。有些妈妈虽然很努力地对孩子进行了早期教育，可事后才发现遗漏了那个时期某个最需要的部分，等孩子长大后追悔莫及。做好不早不晚的适期教育，怎么找那个基准呢？

“为什么家庭教育指导书总是重复同一句话呢？”在培养孩子的问题上，妈妈们要做很多独立决策，却又时常拿不准，于是只好求助于书本，但很多书只是忠实于理论。理论看起来很正确，却往往并不适用于目前孩子的情况。妈妈不是教育理论家或专业从业者，需要的并不是过于有深度的理论。虽然我们也会向互联网寻求帮助，但网上的典型大多是“很极端的例子”。那么，有没有一本理论和实践相结合，可以真正打消妈妈们的不安和焦虑，有针对性地指导妈妈们现在应该为孩子做什么的书呢？



我们这套系列书就是听到这种呼声而为妈妈们精心策划的。

开发过程

从 6993 位妈妈和 403 位专家的“实际的苦恼”中寻找答案

为了得出“妈妈们到底需要什么样的家教书”这个问题的答案，我们进行了总计 10 次的视频会议和路边调查问卷，获得了很多反馈，而多数意见集中于需要一本“解决妈妈们苦恼的解答书”。为了整理出一个让妈妈们颌首认同的“苦恼清单”，我们的编辑团队一方面集中采访了以韩国儿童咨询委员为中心的 403 位教育专家，并广泛征集了 6476 位妈妈提出的常见苦恼，倾听 507 位经验丰富的高手妈妈的至理箴言，最终筛选归纳出小学一至四年级各年龄段妈妈的核心苦恼，并对其做出了最科学、最简单、最实用的建议和解决方案，旨在做一套优秀的育儿指导书，帮助各位妈妈走出迷茫和困惑，更好地感受身为人母的幸福、快乐和成就。

使用方法

本系列书是以了解教育各年龄段孩子所需注意的事项为目的的育儿书籍。挤出厚度和价格的泡沫，为从实际生活中寻求有效解答投入了很多时间。

小学一至四年级阶段的焦点

小学一年级 培养探索精神，适应校园生活。

小学二年级 探索可能性，挖掘艺体潜能。



小学三年级 聚焦学业，学校功课会变得困难，要确认各个学科的成绩。

小学四年级 减少可能性，制造孩子人生的转折点。

作为参考书使用

本系列书不同于著名学者的论文或教育家的著作。虽接受了权威专家的协助，但力图避免学术著作的深奥晦涩，保留了应有的科学性和实用性。我们在书中提及的基准并不一定就是唯一的答案，真正的答案还是应该在妈妈自己心中。

需要专家协助的情况

孩子们在那个时期、哪个年龄段应该达到什么样的身心发育水平，本系列书提供了很多确认标准，有异常时要尽快寻求专家的帮助，越早发现越早治疗越好。

对咨询委员的感谢

本系列书咨询了韩国最好的育儿专家，他们为这套书投入了大量的时间和精力，将他们列为共同作者也毫不夸张。

高诗焕 曾任韩国顺天香大学和成均馆大学特聘教师，目前在韩国盆唐区经营高诗焕诊疗所并任儿科专家，是小儿肢体短小症和肥胖症领域的权威人士，以家庭幼儿食品“高医生幼儿食品”闻名。

金永勋 毕业于韩国天主教大学医学院，后又获得博士学位。在美国贝勒医科大学进修小儿科和小儿神经学的小儿科专家，是韩国小儿癫痫、语言障碍、头痛、大脑性麻痹、精神疾病领域的权威人士，现任韩



国诚茂医院副院长。

金仁静 毕业于韩国梨花女子大学政治外交系，在美国特洛伊州立大学获得硕士学位后成为幼儿英语教育专家，现任首尔小学英语研修会小学教师研修讲师和蔚山大学小学教师研修讲师。

文美姬 专攻咨询心理学，是韩国首尔大学小儿神经科临床心理专家，人类发育研究所所长。目前，她已是3个孩子的妈妈，也是儿童心理学和父母角色定位方面的权威。

徐玄珠 被称为“希普乐·徐玄珠”的她，是韩国 SUKSUK 网站（韩国最著名的三大育儿网站之一）的负责人。在韩国，因孩子的英语教育而苦恼的父母们都会在 SUKSUK 网站互相交流和沟通，该网站现已拥有30万会员。她的著作《Hello 宝贝 Hi 妈咪》《Let's 宝贝 OK 妈咪》均为韩国家庭教育方面的畅销书。

孙世韩 毕业于韩国延世大学医学部，后又获得博士学位，曾任江北三星医院小儿神经科专家、翰林大学诚心医院小儿神经科专家。目前在延世神经精神医院任职，为儿童青少年的神经健康而努力。

孙宏民 在韩国幼儿园小学美术研修会、淑明女子大学、首尔女子大学、广播通讯大学等处讲授幼儿美术课程。成立了韩国元儿童美术教育研究所，边进行美术指导边负责教育广播（EBS）儿童美术节目。

申东吉 韩国最早的儿科中医院西楚韩医院院长，毕业于韩国庆熙大学韩医部，后又获得博士学位，是中医科小儿专家，目前主要的研究对象是消化系统较弱的儿童。

李仁实 兼任韩国女性部在职托儿所和三星托儿所院长的资深育儿



专家，韩国网络大学、三育大学的育儿教育教授，开创了以实践经验为背景的婴幼儿教育机关 Creabimbo。

玄纯英 毕业于韩国梨花女子大学特殊教育学和特殊教育系。在天主教医大附属医院诚茂医院语言治疗室、红十字会语言治疗室担任语言治疗师讲师，任 EBS、MBC 育儿节目咨询师，同时担任儿童发育研究所所长。

黄静淑 韩国知名图书研究者，自由撰稿人，专栏作家，曾执笔《大不列颠百科全书》韩国区和《大不列颠儿童图书馆》。在《柠檬树》杂志和《东亚日报》连载相关图书。在韩国育儿专门网《好书房》栏目中担任图书推荐专家。



妈妈一定要知道的

孩子上到小学三年级，妈妈一般不会像以前那样时刻担心其学校生活，因为觉得经过两年的锻炼，孩子基本已经适应集体生活了。不过，这个时候妈妈要意识到，孩子就要开始承受学业的压力了。一方面学习科目增多，另一方面课程内容也更加复杂。孩子一旦放松就可能跟不上老师的进度，即便再赶上去便会非常吃力。如果此时孩子还是提不起对学习的兴趣，妈妈就要想办法改变孩子不良的学习习惯，用心培养孩子的学习兴趣。

此外，小学三年级的学生在性格方面也会有截然不同的表现。虽然年龄不大，但显然不再是“小孩子”了。他们的个性特征越来越明显，并且有一定能力客观地进行自我评价。因此，无论是在学习指导还是在性格矫正方面，妈妈的育儿策略都要做出相应调整，以跟上孩子身心成长的步伐。

三年级的重点在于孩子新增科目的学习上。如果不在这个阶段下足功夫打好基础，孩子学习越往后会越来越困难，学校在孩子心中也会渐渐失去原有的趣味和吸引力。更严重的是，学习上的挫折可能还会影响孩子



的心理健康，给厌学、青春期叛逆埋下隐患。

生长发育

- ◇ 身高体重持续增加
- ◇ 不比其他孩子瘦小
- ◇ 养成爱惜身体的习惯
- ◇ 能做各类较为复杂的运动
- ◇ 能做足球、篮球等球类运动

语言·生活

- ◇ 定期做运动
- ◇ 经常做家务
- ◇ 生活习惯规律
- ◇ 具备一定的生理知识
- ◇ 不说脏话，措辞准确
- ◇ 礼貌对待家人，不任性
- ◇ 难度较高的事也能做好
- ◇ 独自整理作业和准备物品
- ◇ 能自行计划如何过一天
- ◇ 遵守并区分休息和学习时间
- ◇ 能合理安排时间做想做的事情
- ◇ 知道如何寻求或拒绝他人的帮助

同学关系

- ◇ 礼貌对待朋友



- ◇ 有特别要好的朋友
- ◇ 积极结交新朋友
- ◇ 在朋友中人气很高
- ◇ 不为达到目的而向人挥舞拳头
- ◇ 能向朋友准确阐述自己的主张
- ◇ 能表达清楚对朋友或其他人的喜爱
- ◇ 朋友经常来家里玩，孩子也经常去串门
- ◇ 通过朋友接触到多种事物，能积极学习好的事物

教育

- ◇ 坚持学乐器
- ◇ 跟得上学校课程
- ◇ 坚持阅读，翻看伟人传
- ◇ 坚持写读后感或日记
- ◇ 在阅读中建构逻辑思维框架
- ◇ 能将日程表付诸实践
- ◇ 定期参观博物馆和美术馆
- ◇ 参加野营（冬夏令营）
- ◇ 重视学校开设的英语课
- ◇ 不抗拒补习班或学校功课
- ◇ 有计划地观看电视节目
- ◇ 对语数外有自己的认识和理解
- ◇ 认真准备听写、单元测试等考试



- ◇ 具有理财意识并在生活中实践
- ◇ 关注时事，知道最近的热点话题
- ◇ 把电脑用在学习上，不沉迷网络游戏

父母职责

- ◇ 拜访老师
- ◇ 让孩子信任你
- ◇ 有一套自己的育儿理念
- ◇ 通过与孩子交流发现问题
- ◇ 倾听孩子的问题并及时回馈
- ◇ 了解孩子的优点，多加鼓励
- ◇ 发现孩子的特长，并给予支持
- ◇ 和孩子之间有固定的交流模式
- ◇ 了解孩子的才能和他所关注的事
- ◇ 了解孩子的交友和学校适应情况
- ◇ 就孩子的在校表现多跟老师沟通
- ◇ 与其他家长保持友好关系并经常交流
- ◇ 就青春期身心变化问题和孩子进行交流
- ◇ 在家指导（课外辅导）孩子学习薄弱或重要的科目
- ◇ 爸爸也要关注孩子的成长，指导孩子的生活和学习
- ◇ 为孩子制订学习和才能发展计划，确立长中短期目标
- ◇ 关注学校举办的活动和需家长参加的活动，积极参与



健康

- ◇ 饮食均衡
- ◇ 接种疫苗
- ◇ 很少吃甜食和方便食品
- ◇ 吃快餐一周不超过两次
- ◇ 体力充沛，学习玩乐两不误

其他

- ◇ 认可自我形象
- ◇ 尝试独立完成任务
- ◇ 做事积极，自信自重
- ◇ 拥有健康的生活态度
- ◇ 负责地完成学校的课题
- ◇ 与兄弟姐妹和睦相处
- ◇ 了解家人对自己的期望
- ◇ 对希望和梦想有切实的想法
- ◇ 不缺席，不迟到，好好上学
- ◇ 性格特征渐渐凸显（外向或内向，谨慎或大胆）