

六年级

决定孩子一生的

关键期



边 佳◎编著



六年级

决定孩子一生的

关键期



图书在版编目(CIP)数据

六年级,决定孩子一生的关键期/边佳编著.

—南昌:江西科学技术出版社,2010.10

ISBN 978-7-5390-3986-2

I.①六... II.①边... III.①青春期—家庭教育 IV.①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 158965 号

国际互联网(Internet)地址: <http://www.jxkjcbbs.com>

选题序号: ZK2009320

图书代码: D10105-101

六年级,决定孩子一生的关键期

编著 边佳

责任编辑/邓玉琼 李露萍 程宁宁

出版发行/江西科学技术出版社

社址/南昌市蓼洲街2号附1号

邮编/330009 电话/(0791)6623491 6639342(传真)

经销/各地新华书店

印刷/深圳市彩美印刷有限公司

版次/2010年11月第1版

2010年11月第1次印刷

开本/787mm×1092mm 1/16 15印张

字数/180千

书号/ISBN 978-7-5390-3986-2

定价/27.00元

赣版权登字-03-2010-278 版权所有,侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误,可向承印厂调换)



前 言

一把大锁挂在铁门上,铁棒想撬开它,费了九牛二虎之力,也没能打开。
小小的钥匙来了,轻轻一抬手,锁开了……

铁棒疑惑:这时代不是靠实力说话吗?

钥匙微笑:我最懂它的心……

等什么呢,开启孩子智慧人生的钥匙就在你手中!没有不会学的孩子,只有不会教的家长、老师,哲学家笛卡尔说:"最有价值的知识是关于方法的知识。"给予孩子一个好未来,父母不仅要懂得孩子的心理,更要掌握科学的教育方法。

孩子的成长和发育是个连续而非匀速的过程,存在若干关键时期,六年级就是一个重要的时期。六年级,是孩子即将升入初中的重要阶段,在这个阶段中,孩子的学习压力增加了许多,亲子关系可能出现紧张,甚至一些青春期的问题也随之而来……家长可能会发现,本来成绩不错的孩子,分数开始走下坡路;与孩子沟通的时候,孩子变得爱搭不理;更有可能在某一天,家长会意外地在孩子的书包里发现一封情书……在六年级这样一个关键时期,孩子更需要家长关切的眼神、真诚的鼓励和热情的帮助,只要家长能够正确引导,孩子就会顺利度过这一时期。

本书围绕下面几个方面的内容,帮助家长在孩子这样一个充满了"变数"的年龄段,给予孩子最科学、最有效的教育:

第一章 六年级,孩子学习成绩的动摇期

第二章 六年级,亲子沟通的敏感期

第三章 六年级,孩子综合竞争力的提升期

第四章 六年级,孩子人际关系的紧张期

第五章 六年级,孩子思维能力的发展期

第六章 六年级,孩子健康心态的形成期

第七章 六年级,青春期教育的关键期

书中给家长提出了切实可行的建议,使家长既能够全面了解孩子,帮助孩子提高学习成绩和综合素质,又能解决孩子成长过程中可能会遇到的困惑和问题,能给每位家长带来一份喜悦,更带来一份沉甸甸的收获,让孩子以一个全新的姿态奔向人生的又一个驿站。

最后声明,书中部分内容来源于网络,请相关作者与我们联系,愿意支付相应稿酬,联系电话:010-81745237。

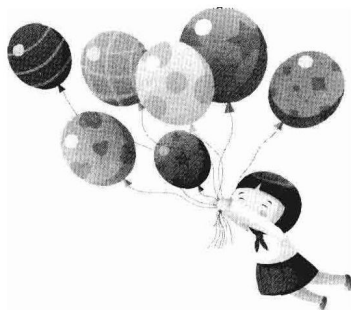
边佳

2010-8-23

第一章

六年级,孩子学习成绩的动摇期

- 兴趣是孩子最好的学习动机 /2
- 用兴趣的“甜”代替学习的“苦” /6
- 为孩子选择个性化的学习方式 /10
- 协助孩子做一个学习计划 /14
- 精心利用有限的学习时间 /17
- 培养孩子学习上的自我控制能力 /20
- 帮助孩子远离考试境遇性焦虑障碍 /24
- 孩子的考试情绪要适度紧张 /27
- 把必要的考试技巧教给孩子 /32



第二章

六年级,亲子沟通的敏感期

- 设定合理的期望值 /38
- 别动不动揭孩子的旧伤疤 /42
- 放下“一家之主”的架子 /46
- 变“对抗”为“对话” /49
- 帮助孩子排解烦恼 /52
- 倾听是和孩子有效沟通的前提 /56
- 赏识的言语让孩子乐意与父母沟通 /61
- 原谅顶嘴的孩子 /66
- 正确对待隐瞒错误的孩子 /69



有意识地锻炼孩子的实践能力 /74

在生活中培养孩子的探索能力 /77

发展孩子的观察力 /80

让孩子充满好奇心 /84

毅力是孩子成才的必要条件 /88

鼓励孩子大胆尝试 /92

想象力比知识更重要 /96

培养孩子的领导能力 /99



让孩子摆脱孤僻的阴影 /104

帮助孩子战胜社交恐惧 /108

引导孩子正确处理冲突 /113

不要阻止孩子与成绩差的朋友来往 /117

友谊 VS 正义 /121

改掉孩子不爱打招呼坏习惯 /125

让孩子学会站在“对面”看问题 /128

培养孩子的合作精神 /132

当孩子遭遇校园暴力…… /135



提高孩子思维的灵活性 /140

激发孩子的创新思维 /144

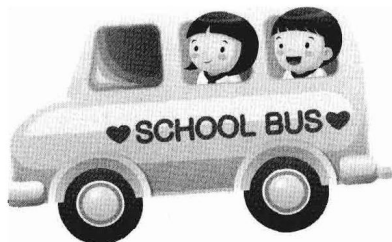
发展孩子的逻辑思维能力 /148

帮助孩子打破思维定式 /152

锻炼孩子思维的系统性 /155

培养孩子逆向思维的能力 /159

孩子的成长离不开反省思维 /162



让责任感与孩子的成长同行 /166

正确对待追星的孩子 /170

提高孩子的耐挫折能力 /174

科学疏导孩子的逆反心理 /178

正确引导贪玩的孩子 /183

帮助孩子摆脱暴躁的脾气 /187

不要放纵任性的孩子 /190

赶走孩子的自私心理 /195

塑造孩子乐观的心态 /199



帮助孩子区别友谊和爱情 /204

正确对待早恋的孩子 /208

当孩子收到了情书……/212

教会孩子把握与异性交往的分寸 /215

孩子“爱”上了老师怎么办 /217

理性面对孩子长不高的问题 /221

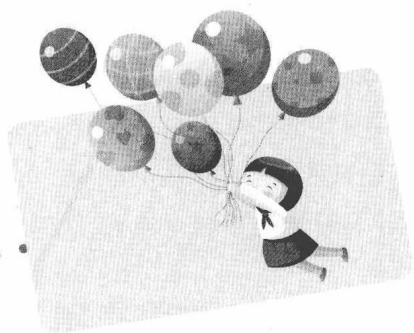
科学地对男孩解释遗精现象 /225

让女孩顺利度过月经初潮 /228



第一章

六年级，孩子学习 成绩的动摇期





兴趣是孩子最好的学习动机

六年级是孩子在小学学习生活中的最后一个阶段,也是孩子终生学习的一个中转站——小学与初中的接轨点。孩子六年级成绩的好坏,会直接影响到其中学的生活,对孩子的一生具有重要的意义。

然而,就是在这么重要的时期,孩子的成绩却总是会出现“动摇”,忽高忽低,这是因为孩子进入六年级,学习生活发生了一些变化:知识面广泛了,内容增加了,难度加大了,作业量相对多了,所以让孩子有些“应接不暇”。在孩子六年级这一重要的学习阶段,家长如何才能“站得高些,看得远些,想得深些,做得实些”呢?帮助孩子形成良好的学习兴趣是首要关键。



孩子对学习没兴趣的原因

俄国教育家乌申斯基说过:“没有丝毫兴趣的强制性学习,将会扼杀孩子探求真理的欲望。”兴趣是推动孩子求知的强大内在动力,是孩子学习的先导,特别是六年级的孩子,学习压力大,学习内容也日益加深,如果没有兴趣作为强有力的“后盾”,孩子很容易对学习产生畏难情绪和厌倦心理。

现在,许多家长面临的难题是,孩子对学习总也提不起兴趣来,他们爱唱歌、爱跳舞、爱上网,就是不爱学习!



小华小时候,家人都说她非常机灵、可爱。自从她懂事起,父亲就把满腔希望都寄予她的身上,他要求小华将来要比他更有所作为。可是,小华上了六年级后的表现令父亲很担忧。

三四年级时小华便开始喜欢唱歌跳舞,并参加了“苦舞训练班”,她声称这是她的最爱。可能是上五年级时的内容较简单吧,尽管她花在唱歌跳舞上的时间不少,但成绩还过得去。同时父亲也认为在现代这个社会,能有一项自己的兴趣爱好也是挺好的,所以也就没有过多地干涉她。

但六年级之后,学校的功课越来越紧,可小华对文艺的热爱丝毫不减,仍然花大把的时间在这方面,甚至半夜还偷偷起来上网看“超级女声”的比赛,结果成绩一落千丈。

父亲看在眼里,急在心上,他经常批评小华:“学生学生,学习最重要,不要把精力放在唱歌跳舞上!”

“要是考试考唱歌就好了……”小华嘟囔着嘴说。

父亲听后叹了口气,为什么女儿爱唱歌,爱跳舞,却不爱学习呢?

孩子的兴趣不在学习上,原因有以下两个方面。

第一,目标问题。目标决定行为,比如小华称唱歌跳舞是自己的最爱,而父亲并没有过多干涉,从某个角度上来说也是默认了小华的这种价值取向,强化了她的选择。上六年级后,虽然学业难度加大了,功课更紧了,可小华的价值取向并没有变,依然把唱歌跳舞当作生活的主要内容,这也是小华进入六年级了依然花大把的时间唱歌跳舞的原因所在。

第二,意志力问题。意志是有意识地支配、调节行为,通过克服困难,以实现预定目的的心理过程。意志具有引发行为的动机作用,但比一般动机更具有选择性和坚持性,故它可以看作人类特有的高层次动机。构成人的意志较稳定的方面即意志品质,它包含四个方面,分别是独立性、果断性、坚定性和

自制力。其中自制力指善于掌握和支配自己行动的能力,与它相对立的意志品质是任性,即不能约束自己的行动。六年级的孩子由于年龄或个性的关系,在心理上还未完全成熟,所以不能较好地控制自己的行为,当面临诱惑,不由得把学习置之脑后。



激发孩子学习兴趣的策略

要想让孩子爱上学习,就要从培养孩子的学习兴趣入手,只有对学习有了兴趣,孩子的学习才有动力。

第一,教给孩子积极的自我暗示。积极的自我暗示就是从改善孩子自身的心理状态入手,让孩子对自己不喜欢的学科充满信心,相信该学科是非常有趣的,自己一定会对这门学科产生兴趣。一位学生对学习地理毫无兴趣,总是怀着一种焦急的心情等待下课铃声。为了培养对地理的兴趣,他作了这样的练习:“我喜欢你,地理!”重复几遍之后,他觉得地理不像从前那样枯燥无味了。第二天他在图书馆借了一本有关地理的书,回家后,收拾一下房间,高高兴兴地读了起来,再上地理课时也开始听老师讲解了,后来很喜欢地理,总是急不可待地盼着上地理课。想象中的“兴趣”会推动孩子认真学习该学科,从而导致对该学科真正感兴趣。

第二,了解学习目的,间接建立兴趣。学习目的是指某学科的学习结果是什么,为什么要学习该学科。当孩子认为学习没有太强的吸引力时,对最终目标的了解是很重要的。学习过程多半都是要经过长期艰苦努力的,这种艰巨性往往让人望而却步,而学习又是学生的天职,不能不学,所以家长要帮助孩子认真了解每门学科的学习目的,间接培养孩子的学习兴趣。家长可以和孩子一起看书上的绪言部分,对孩子介绍学科发展的趋势,或从国家、社会的发展前景的高度去看待各门学科。例如,记外语单词和语法规则,常常是枯燥无味的。但记住以后,会给听、说、读、写、译等技能的培养带来很大的帮助,而且考试中也会得高分。如果孩子对学习的个人意义及社会意义有较深刻的理



解,就会认真学习各门功课,从而对各科的学习产生浓厚的兴趣。

第三,嫁接原有兴趣。所谓“嫁接原有兴趣”就是指把原有的其他兴趣转移到学习上来,以培养新的学习兴趣。每个六年级的孩子在小时候都有自己特别感兴趣的事,如爱玩汽车、爱搭积木等。到了六年级后,家长就应该鼓励孩子去发现、了解与爱好有关的知识,如怎样当个好驾驶员?汽车是如何发动的?汽车的构造原理是什么?所学的知识中哪些和它们有关系?这样就把孩子对学习的兴趣在原有的基础上发展起来。爱因斯坦当初只对物理感兴趣,不喜欢数学,后来他在向纵深研究物理时发现数学是其基础,便又产生了对数学的兴趣。又如孩子对语文基础知识的学习不感兴趣,而对写作非常感兴趣。这样家长可以让孩子通过写作练习,体会出语文基础知识的学习对写作的重要意义,从而增强对语文基础知识学习的积极性。

第四,培养孩子的自我成功感。培养孩子的自我成功感,可以直接培养孩子的学习兴趣。在学习的过程中每取得一个小的成功,就要对孩子进行鼓励、奖赏,达到什么目标,就给什么样的奖励。有小进步、实现小目标,则小奖赏,如让孩子去玩一次自己想玩的东西;有中进步、实现中目标,则中奖励,如买一本孩子喜欢的图书或乐器等;有大进步、实现大目标,则大奖励,如周末旅游等。这样通过渐次奖励来巩固孩子的行为,有助于让孩子产生自我成功感,不知不觉就会建立起直接兴趣。

第五,用计划来巩固意志。孩子之所以控制不了自己外在的行为,是因为意志力不够强,这一点家长可以用计划来帮助他们。如果孩子爱好唱歌跳舞,又有学习任务,那就订个计划,给孩子规定好唱歌跳舞的时间。最初,唱歌跳舞和学习时间可以对半开。比如,星期一、三、五是唱歌跳舞时间;二、四、六是学习时间,坚决不唱歌跳舞。必须先坚持两周。然后,根据孩子的实际情况,可以再减少唱歌跳舞的时间。比如,每周二和周五唱歌跳舞,其余时间学习。孩子要是达到这样的目标后,再变成每周一次。对一个文艺爱好者同时又是一个要考中学的学生来说,一周做一次自己感兴趣的事情是合理的。



用兴趣的“甜”代替学习的“苦”

家长经常有意无意就能听到孩子抱怨学习“苦”，学习“累”，似乎对学习提不起一点兴趣来，着急之余，却找不到解决办法。

三四年级的时候，汪涵虽然顽皮好动，学习不太用功，但是成绩在班上还是处于前列。那时候作业少，玩的时间多，他生活得非常快乐。自从升入六年级之后，汪涵玩的时间少了，爸爸妈妈的管教突然间好像也“紧”了好多，他每天手忙脚乱，又苦又累，很不适应。

这天，汪涵从学校放学回来，耷拉着脑袋走进了书房。

“涵涵，今天学得怎么样？”爸爸紧跟着汪涵走进了书房。

“不怎么样，累死了！”汪涵有气无力地回答。

“你啊，别身在福中不知福了，我们那时候有学上哪还觉得累啊，都要开心死了。”爸爸不以为然地说。

“那是你们那时候！”汪涵顶嘴说。

“无论什么时候，学习总比爸爸妈妈工作轻松，我们起早贪黑的多累啊！你难道没看见？”爸爸加重了语气。

“你累？我每天学习更累！你们只要每天按时开门摆摊，然后加减乘除算



算账,我在学校一会儿这个考试,一会儿那个达标,好像永远有应付不完的事情!”汪涵大吐苦水。

爸爸听了这话心里也来了气:“就你娇气,所有孩子不都一样在学习嘛,你别给我找借口,认真学习!”

父亲说完后拂袖离去,书房里留下了委屈的汪涵,和那堆他看见了就觉得乏味的书本。

像故事中的汪涵这样对学习感到苦和累的六年级学生不在少数,家长如何引导他们呢?



找到孩子“苦”、“累”的原因

六年级的孩子感到学习苦和累,是一种心理适应障碍,来源于环境的变化,心理的不适,影响学习和成长,它主要有以下几个方面的原因。

第一,因为六年级正是青少年发育成长的旺盛时期,也是学习知识、能力训练、接受教育的最佳时期。所以,在这一时期,学习科目增多,知识面也加宽了。再加上从小学低中年级到高年级,有一个学习环境和学习心理的适应过程。例如,对学习时间长、内容多、作业量大等的适应。因此,有的孩子感到学习紧张,又苦又累。

第二,长期以来,由于传统的应试教育的影响,学校、家庭和社会都追求升学率。孩子要承担多方面的压力,学习负担和心理压力加重,因此也会感觉学习的苦和累。

第三,进入毕业班以后,有的孩子学习方法不当,不会安排时间,缺乏学习指导而引起苦和累的感觉。例如,有的孩子在学习过程中,缺乏积极主动的学习态度。虽然他们也下工夫复习、背诵等,但由于在课前不会自学,课堂上不爱发言,遇到一些难题又不好意思问,所以在学习过程中必然会紧张、乏味,并且感觉到又苦又累。



用兴趣的“甜”来代替学习的“苦”

在孩子的学习生活中,怎样才能避免孩子产生“学习苦”、“学习累”的感觉,让孩子学得轻松愉快呢?家长不妨用兴趣的“甜”来代替学习的“苦”吧!

第一,帮助孩子调整学习心态。家长要帮助孩子调整好学习心态,不要把学习当作负担。如果把学习看得太“死板”、“僵化”,学习就会成为孩子心中的负担。要让孩子明白,完成学习任务,一方面是为自己将来更好地生存打基础,不辜负父母的殷切期望;另一方面,要从乐观、积极的方面来看待学习,学习也可以很有意思,很有趣味性。家长可以让孩子把学习看成一些具有不同文字符号的“游戏”,比如理科运算过程中的解题、证明就好像摆积木一样,头脑中掌握的图样(公式、定理)越熟练,摆出的积木形状就越新颖、多样,让孩子慢慢找到学习的兴趣。

第二,摆正孩子的学习动机与生活追求。在生活中,人们对苦和累的感受也是不一样的。作为父母来说,面对社会上激烈的竞争要起早贪黑、辛辛苦苦地工作,面对生活中的苦和累,为什么无怨无悔呢?因为心中有一个坚定的信念——那就是为了生活,为了孩子们的成长,再苦再累心里也是甜的!

在学习生活中,如果能有一个远大的理想,坚定的信念,为了实现这个理想和信念,就不会觉得苦和累了。对于一个贪图享乐、没有明确学习目的、没有学习热情的人,他在学习过程中必然会感觉到又苦又累,一点意思也没有。相反,对于一个有明确学习目的,在生活中追求完美、高尚,并且有高度责任感、荣誉感的人,他一定会起早贪黑、废寝忘食地学习。

所以,家长要引导孩子摆正自己的学习动机和生活追求,带着孩子一起去发现学习的意义。做到了这些,孩子自然而然就会对学习充满兴趣,再也不会觉得苦和累了。

第三,不要让孩子超负荷学习。六年级的孩子处于小升初的关键时期,父母对孩子学习的关心或重视并不意味着要孩子加班加点地超负荷学习。长时