

无论您在生产岗位上的责任多么重大，
无论您的工作多么复杂、
多么富于创造性，
您都要记住：
在您家里，
还有更重要、
更复杂、
更细致的工作等着您，
这就是教育孩子。



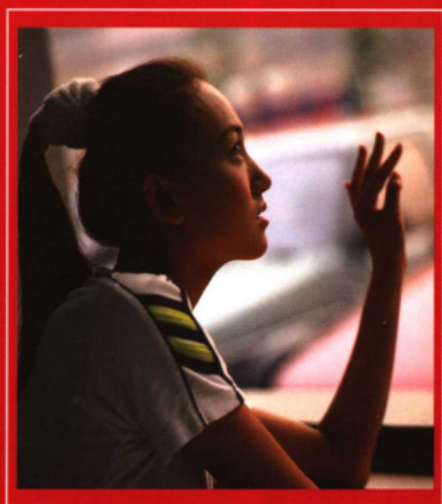
(高中一、二年级学生家长必读)

——苏霍姆林斯基

成功父母阶梯培训教程

我的孩子最好

主编 蒋超



中国言实出版社

责任编辑：张青

责任校对：刘涛

封面设计：肖博

成功父母阶梯培训教程

我的孩子最好

（小学一、二年级学生家长必读）

（小学三、四年级学生家长必读）

（小学五、六年级学生家长必读）

（初中一、二年级学生家长必读）

（初中三年级学生家长必读）

（高中一、二年级学生家长必读）

（高中三年级学生家长必读）

ISBN 7-80128-744-4



9 787801 287441 >

ISBN 7-80128-744-4

G·83 定价：14.00元



(高中一、二年级学生家长必读) 第2版 (913) 自出版五年来

成功父母阶梯培训教程

我的孩子最好

主 编：蒋 超

插图绘画：尹春霖

中国言实出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我的孩子最好. (高中一、二年级学生家长必读) / 蒋超主编.

—北京: 中国言实出版社, 2006. 1

ISBN 7-80128-744-4

I. 我...

II. 蒋...

III. 中学生—学习心理学

IV. G442

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第 124009 号

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编: 100101

电 话: 64924716 (发行部) 64924865 (编辑部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司

版 次 2006 年 2 月第 1 版 2006 年 2 月第 1 次印刷

规 格 850 × 1168 毫米 1/32 7 印张

字 数 150 千字

定 价 14.00 元



成功父母阶梯培训教程

丛书编委会

执行主编：王明霞

教育顾问：关鸿羽

肖 川

姚 岚

徐兆泰

编 委：任铎锋

张晓庆

张 明

庄富文

林 琳

张 辉

前言

和孩子一起成长

高中教育是个分水岭，前承九年义务教育，后启高等教育，是孩子世界观、人生观和价值观逐步形成的重要时期，自然显得举足轻重。更为关键的是，孩子三年后将面临高考，这人生的一大转折点。如何让孩子顺利地地完成这个转折，不仅是学校和老师们关心的问题，更是每一位家长十分关注的热点问题。

高一是基础，高二要分班，高三是关键。高中的三年，每一年都不能放松。高一是整个高中教育的起步阶段，是孩子从初中走向高中的“过渡期”。家长应该如何帮助孩子完成这个“过渡期”的衔接教育呢？高二是分化阶段，随着文理科的分班，孩子的学习也会出现分化，家长又该如何帮助孩子把握好这个阶段，让孩子顺利进入高三的迎考阶段呢？在高中学习生活中，孩子会有一个相对较长的调整期——熟悉新的环境，结识新的朋友，了解新的课程结构，摸索新的学习方法，养成新的学习习惯，培养新的爱好，进行新的定位，等等。此时，他们不仅需要学校及老师的指导和教育，同时也需要家长的引导和帮助。面对独立意识更强的高中孩子，家长又该如何指导和帮助孩子的学习呢？



前言

1

有的家长说：“孩子有学校管呢！”有的家长说：“由孩子自己去吧！”可是，现在的孩子大都是独生子女。对于很多家长来说，孩子既是独一无二的宝贝，又是家庭的全部希望！他们希望自己的孩子现在有出色的表现，将来有精彩的人生。但是，随着孩子一天天长大，随着课程一步步加深，家长对孩子的教育也必然会遇到新的难题。作为家长，该如何与走进高中的孩子进行沟通？如何帮助孩子提升学习能力、提高学习成绩呢？

本书围绕以上问题，用大量的事例和通俗易懂的论述，为家长提供了一些切实可行的建议和方法，帮助家长认识高中课程的特点、高中学习的技巧、高中会考的性质、文理分班的原则，了解高中孩子的心智特点、记忆规律、性格与兴趣、气质与潜能……面对孩子学习和成长中的一系列问题，相信这本书会让每一位家长豁然开朗！

对于高中的孩子而言，青春是美丽的，青春是无暇的，青春是不打草稿的，所以每走一步都要看准方向，而这自然离不开家庭的关怀和教育。在积极倡导学习型社会、学习型家庭的今天，让我们每一位家长和孩子一起学习，一起探讨，一起成长，一起分享成功的喜悦。

目 录

第一章 走进高中，踏上新的征程·····	1
第一节 概览高中课程设置，进行整体把握·····	3
一、您了解国家的课程教材改革吗·····	4
二、高中课程是如何设置的·····	8
第二节 引导孩子规划高中生活·····	19
一、帮助孩子确立长远目标	
——《高中三年规划书》·····	19
二、引导孩子树立远大志向	
——设计人生，畅想未来·····	23
【教育心理点滴】想知道	
您属于哪一类型的家长吗·····	27
第二章 引导孩子完成初高中的衔接教育·····	29
第一节 重视孩子初高中的衔接教育·····	30
一、高中的教育教学管理和初中不同·····	31
二、高中孩子的心智特点·····	33
第二节 顺利度过初高中的“过渡期”·····	36
一、暑假里可以让孩子逐渐过渡·····	36



二、态度上帮助孩子

完成两个过渡····· 40

三、听老师和学长讲如何过渡····· 43

【给家长的建议】加强家校合作····· 56

第三章 在日常生活中提高

孩子的学习心理素质····· 57

第一节 帮助孩子树立正确的学习动机····· 60

一、责任感——让孩子有远大的志向····· 60

二、志趣——让兴趣和志向联姻····· 66

第二节 培养孩子优良的学习品质····· 68

一、自信——最宝贵的学习品质····· 69

二、乐观——最积极的学习品质····· 75

三、勤奋——最重要的学习品质····· 80

四、坚持——最难得的学习品质····· 82

【专家谈兴趣】我们究竟在培养谁的兴趣····· 86

第四章 让孩子高效率地学习····· 88

第一节 影响学习效率的不良症状····· 90

一、“君子动口不动手”····· 90

二、“夹生饭”与“炒剩饭”····· 92

三、明日复明日，明日何其多····· 94

四、只埋头拉车，不抬头看路·····	96
第二节 如何提高孩子的学习效率·····	98
一、制定合理的学习计划，做到有的放矢·····	99
二、掌握科学的学习方法，做到事半功倍·····	103
三、学会高效地管理时间，做时间的主人·····	111
四、摸索自己的记忆规律，提高记忆效果·····	115
五、善于集中注意力，做到全神贯注·····	118
【专家论坛】四个记忆高潮·····	121

第五章 让孩子全面发展，

提高孩子的综合能力····· 123

第一节 家长要认识孩子的智能特点·····	125
一、什么是多元智能·····	125
二、“多元智能”与孩子的学习·····	135
第二节 在家庭生活中帮助孩子提升综合能力·····	137
一、教孩子学会竞争·····	137
二、教孩子善于与人合作·····	146
三、鼓励孩子勇于实践·····	150
四、培养孩子的探究意识和创新能力·····	154
五、让孩子学会自我教育·····	158
【教育点滴】多元智能的检测·····	162



第六章 高中会考与文理分班·····166

第一节 了解毕业会考细节，做到心中有数·····168

一、会考是什么性质的考试·····168

二、会考科目是如何安排的·····172

三、家长能为孩子做些什么·····174

第二节 文理分班，家长

如何帮助孩子做出选择·····176

一、以孩子为本，了解孩子的文理偏好·····176

二、综合分析，帮助孩子做出决定·····180

【求助信息】气质与相应的专业或职业·····187

附录：家长备忘录·····194

8-10月备忘录·····194

一、开学初的准备工作·····194

二、学习方面和能力方面的建议·····195

三、期中考试与家长会·····197

11-1月备忘录·····199

一、家长可以从三个
角度帮助孩子调整状态·····199

二、生活方面的建议·····201

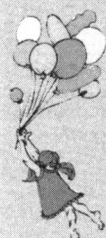
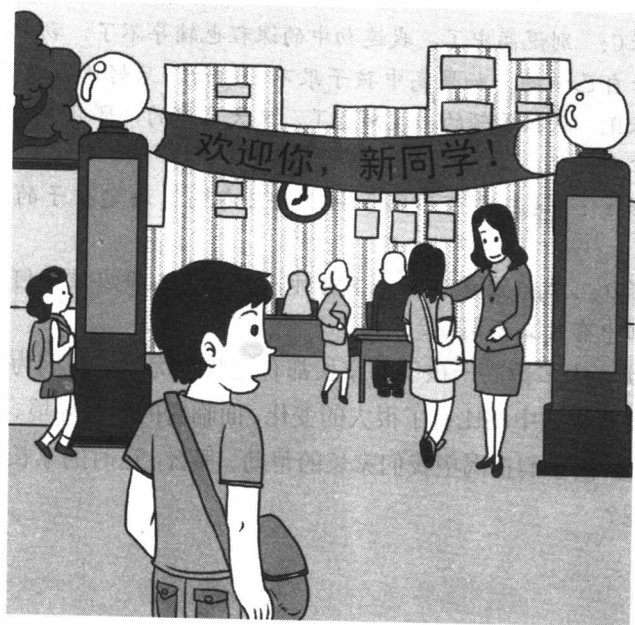
三、期末考试与家长会·····201

合理安排寒假·····	203
一、孩子要反思·····	203
二、家长要反思·····	204
三、一些建议·····	204
3-5 月备忘录·····	206
一、家长可以从三个 方面督促孩子的学习·····	206
二、期中考试与家长会·····	208
6-7 月备忘录·····	209
一、抓紧学习，应对会考·····	209
二、会考前、中、后的注意事项·····	210
合理安排暑假·····	212
一、做个暑期整体规划·····	212
二、三个方面的建议·····	212
三、新学年的展望·····	213



第一章

走进高中，踏上新的征程



第一章 走进高中，
踏上新的征程

高中阶段是我国基础教育的一个重要学段，对孩子日后的发展起着举足轻重的作用。现在我们的孩子站在了这个新的起跑线上，准备迎接新的挑战。与此同时，也意味着新的挑战同样摆在了家长的面前。随着孩子的成长和学业的加深，让许多家长忧心的事情也越来越多了。

某中学高一新生学的学前教育在8月16日就拉开了序幕。高一新生到校，许多家长也前呼后拥地跟到了学校。孩子进教室了，家长们还在校园里等待，于是就有了下面的对话：

家长A：你们说这孩子上了高中学些什么课程呢？和初中相比变化大吗？

家长B：不清楚啊！我也担心呢，高中的课程一定加深了，我们两口子可是一点也不懂得辅导啊！孩子能跟得上吗？

家长C：别说高中了，我连初中的课程也辅导不了，初中时就是靠孩子自己学的。如果高中孩子跟不上的话，只好请家教了！

家长D：从孩子领的书就知道了，又大又厚的，那么多，不知道有多少科呢！

家长A：这三年可不同于初中的三年啊！决定孩子的一生呢！

家长D：我们应该咨询一下老师，孩子这三年应该如何学习呢？和初中有什么不同呢？

其实，大多数高一孩子的家长都有这些担忧，这是因为高中的课程设置的初中相比有了很大的变化。面临新的学习环境、新的人生起点，孩子们正渴望我们家长的帮助。那么，这时的家长能做些什么呢？



本章导读

1. 了解国家课程教材改革以及高中课程设置。
2. 了解高中孩子智力发展特点，发现差异。
3. 明确目标，规划人生，畅想未来。

第一节 概览高中课程设置， 进行整体把握

问题：

高中的课程是怎么设置的呢？

建议：

1. 了解国家的课程教材改革。
2. 了解高中的课程设置。
3. 了解高中教材的特点。

许多家长对孩子学习所用的科目和教材不闻不问，觉得与自己无关，“孩子学习好就行了，管他学什么呀！”话是这么说，可是如果家长一无所知，都不知道孩子学些什么，等于少了和孩子交流的一条渠道，这样不仅无法帮助孩子进步，甚至还会招来孩子的不满：“你不知道我学的是什么就不要乱



发表意见！”家长听到这样的话肯定会很恼火，也会很尴尬。要想避免出现这种尴尬局面，家长就有必要了解一下高中的课程设置。

一、您了解国家的课程教材改革吗



一说到国家的课程改革，问题似乎大了一些，家长们会觉得自己遥不可及，根本没有必要知道，或者认为知道了也没用。

李女士曾经也是这么认为的，可是当她的孩子小鹏高考落榜想要复读时，李女士说：“当时我们母子俩就傻眼了，下一届的教材竟然变了！”原来小鹏正好是当地最后一批使用旧教材的高中生，在三年的学习过程中，因为种种因素，成绩一直不很理想，结果名落孙山。李女士则因为只顾忙自己的生意而冷落孩子的学习，再加上小鹏天资聪明，李女士想的是大不了再读一年高中。可是再读时才发现小鹏的课本基本上不能用了，下一届学生用的教材变化很大，让李女士茫然不知所措。为了避免复读带来的风险，只好选择

了放弃。如果在小鹏入学时李女士能及时地从老师那里了解到教材改革之事，那么相信这三年间李女士一定会更加关注孩子的学习，小鹏当年也许就顺利地考上大学了。

由此看来，我们家长了解一些教育政策，还是很有必要的。那么，现在国家在课程改革方面又有哪些举措呢？



你知道吗？

近期以来，在全国范围内都在进行着轰轰烈烈的课程教材改革，这是新中国成立以来的第八次课程改革了。这次课程改革从2001年开始启

动，至今已有许多地市陆续参加了新教材的实验课改，2007年将在全国全面铺开。

1. 为什么要进行课程改革

各位家长想必也知道，我国基础教育的发展现状，与世界其他一些国家相比的确存在着一定的优势，比如学生基础知识掌握得比较扎实，基本技能熟练，解题能力较强等。中国的中学生在国际各科奥林匹克竞赛上屡获大奖，并且我们国家培养出来的中学生一般都比较刻苦和勤奋，这些都是国外中学生所无法比拟的，所以许多国家的教育家都来中国取经讨教。但是中国出了几个诺贝尔奖获得者？美国又有多少个诺贝尔奖获得者呢？据有关资料记载，美国迄今已有43名诺贝尔奖获得者，而中国至今还没有一位在本土获奖的诺贝尔奖获得者。那么，我们中国的“神童”哪里去了呢？有人说“中国的基础教育+美国的高等教育=最好的教育”。我们的问题就在于，我们培养出来的孩子实践能力和生存能力差，创造力差，

