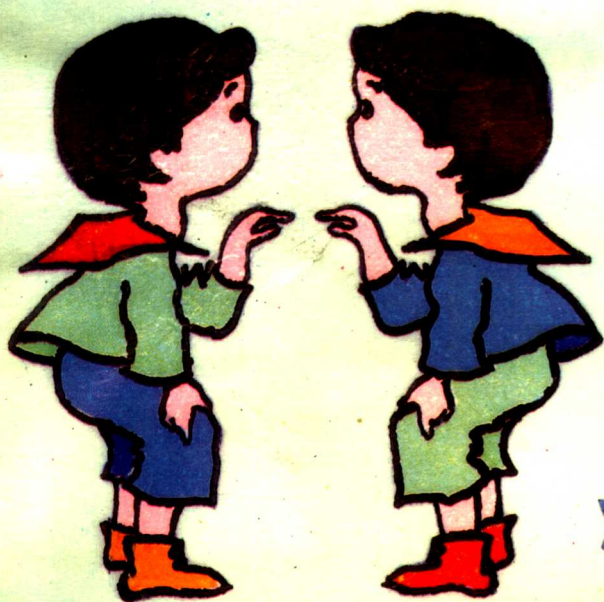


小学生家庭教育咨询



小学生家庭教育咨询

吴 凯 李德伟 著
范德金 徐正纲

档案出版社

责任编辑：李学连 周阿满

封面设计：吴丽珠

小学生家庭教育咨询

吴 凯 李德伟

范德金 徐正纲 著

档案出版社出版

(北京市西城区丰盛胡同21号)

新华书店北京发行所发行

河北省蔚县印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 印张 6.5 字数 144 千字

1988年10月第1版 1989年2月第1次印刷

印数1—15,000册

ISBN7—80019—171—0

G·117 定价：2.25元

序 言

家庭教育既是一门科学，又是一门艺术，它对于儿童身心的健康发展有着极其重要的影响，甚至影响着儿童一生的发展。

目前，越来越多的家长开始重视对孩子的家庭教育，这是一件可喜的事。然而，掌握好家庭教育的艺术，并非易事。只有在家长熟悉一定的心理学知识，了解儿童心理发展的规律及特点，把握某些正确的教育方法的条件下，家庭教育才有可能获得良好的结果。遗憾的是许多家长还缺乏这样的条件。《小学生家庭教育咨询》一书则可为家长们提供这些条件。

本书的作者，吴剡和李德伟二同志是专门从事教育研究的科研人员，范德金和徐正纲二同志是有经验的小学教师。在书中，他们坚持用辩证唯物主义的观点，把现代心理学的理论知识和研究结果与小学生的教育实践经验结合在一起，在心理学理论知识的基础上提出各种正确而适当的教育方法；同时，又把这些理论知识寓于实际应用之中，使得这本书既有理论又有实践。

本书的主要特点是实用性强，对于小学生的家庭教育具有现实的指导意义。

首先，本书作者以科学的态度，向读者系统而通俗地介绍了小学儿童身心发展的主要特点和规律，以及有关的心理学

知识。这是因为，深刻地了解孩子，与孩子有共同语言，是家庭教育获得成功的一个重要前提。本书为小学生家长正确了解自己的孩子提供了必要的帮助。

其次，本书的内容比较广泛，包括了家庭教育中的德育、智育、体育、美育、劳动教育等几个方面。作者对家庭教育中通常会遇到的主要问题进行了生动而具体地论述。有理论知识，有具体事例，还有供家长参考的教育原则与具体方法。这对于家长掌握家庭教育的艺术将有所启发和指导。

本书文字浅显，通俗易懂，层次分明，生动活泼，不失为小学生家长进行家庭教育的一本好书。因此，我愿意将这本书推荐给小学生的家长们以及广大的小学教育工作者。

林传鼎

目 录

序言	林传鼎
儿童入学前的家庭教育	(1)
小学儿童身体发育的特点	(4)
小学儿童心理发展的特点 (一)	(9)
小学儿童心理发展的特点 (二)	(14)
小学儿童心理发展的特点 (三)	(19)
小学儿童心理发展的特点 (四)	(23)
影响孩子心理发展的因素	(28)
家庭中的思想品德教育	(33)
戴上红领巾前后的家庭教育	(37)
小学生文明礼貌行为的培养	(41)
小学生的法制教育	(45)
家庭中的劳动教育	(48)
独生子女的教育	(53)
重视孩子的心理卫生	(59)
培养儿童成为学习的主人	(62)
引导儿童爱学习	(66)
指导儿童会学习	(70)
教导儿童勤学习	(75)
怎样培养孩子算得又对又快 ...	.. (79)
培养孩子解答应用题的能力 ...	.. (83)
听与说的能力要培养	.. (89)

帮助孩子积累词汇	(92)
教会孩子读书方法	(96)
提倡写“观察日记”	(100)
指导孩子看课外书	(103)
发展孩子的兴趣、爱好与特长	(109)
让你的孩子更聪明些	(112)
培养孩子的创造能力	(119)
儿童的非智力因素	(124)
对学习落后的孩子怎么办	(130)
什么是“国家体育锻炼标准”	(134)
怎样达到“国家体育锻炼标准”	(138)
让孩子养成锻炼身体的习惯	(142)
做孩子的游戏伴侣	(146)
合理休息，劳逸结合	(150)
培养孩子的卫生习惯	(154)
小学生常见病的预防	(158)
家庭膳食与儿童的合理营养	(162)
影响孩子形成美感的家庭条件	(167)
在艺术欣赏中发展孩子对美的鉴赏力	(172)
让孩子学会怎样表现美	(176)
家庭与学校教师的联系	(180)
父母榜样作用的力量	(184)
家庭气氛的影响作用	(188)
研究孩子，有的放矢地进行教育	(190)
优美的神话与有趣的实验	(194)
后记	(199)

儿童入学前的家庭教育

当您的孩子接近入学年龄的时候，当您接到学校给您孩子入学通知的时候，您是否已经意识到儿童将面临一次重大的转折与飞跃，他们将在人生的道路上迈上一个新的台阶；与此同时，您，也就成为一位小学生的家长了，您将对社会、家庭承担许多新的义务和责任了。

的确是这样的，儿童从学前期步入学龄期，从幼儿成为学生，在儿童的发展过程中是一次重大的转折与飞跃。儿童在入学前，无论是在家庭还是幼儿园，他们的生活是以游戏活动为主要内容的。一入小学，他们的生活立即变成以学习活动为主要内容了。他们将在教师的指导下过严格的有纪律的集体生活，学习系统的最基本的科学知识，从德育、智育、体育、美育、劳动教育等几方面得到新的发展。在这个转折与飞跃面前，有不少儿童是不适应的。例如：有的儿童怕上学，说什么也不进学校的门；有的儿童还离不开爸爸妈妈，一下课又跑回家去了；有的儿童不会与小伙伴们和睦相处，经常与别人吵吵闹闹；有的儿童在课堂里坐不住，不能集中精神学习；有的儿童不懂得每天要完成作业，放学后就知道玩；有的儿童没有养成按时休息、按时吃饭、按时搞好个人卫生等习惯，上学经常迟到，在学校随便吃零食，个人卫生较差等。上述所有现象表明，儿童从学前的幼儿成为学校的学生，应该有一个逐步过渡与逐渐适应的过程。我们做

家长的，应该采取有效的教育措施，引导和帮助儿童及早地顺利地完这个过渡，让儿童较快地适应学校的学习和生活。我们认为，下面的一些教育措施，最迟也应该在儿童入学半年前进行。

一、教育儿童爱学校、爱老师、爱同学，激发 儿童渴望上学的强烈愿望

家长应该带着儿童到学校门口走一走，让儿童看看小学生上学与放学的情景。如果能跟学校联系好，还可以利用节假日领着儿童进学校参观校园，在教室里坐坐，在操场上跑跑，让儿童亲身感受到学校是非常可爱的。

家长还可以通过看电视、看电影、看小人书、讲故事等方式，告诉儿童老师是可爱的、可敬的、可亲的。绝对不允许用老师来吓唬儿童，以免儿童产生怕老师的心理状态。

让儿童与亲友中的小学生多接触，请这些小学生向儿童介绍学校中丰富多彩的生活，是最容易收到教育效果的方法。家长应善于为儿童创造这样的条件与机会。

对于独生子女，要及早组织他们与邻居的小伙伴交往，让他们多在一起活动，一起游戏，教育他们相互谦让，相互帮助，不打架，不骂人，团结友爱，和睦相处。

二、组织一些家庭的学习活动，培养儿童的学习能力，为进学校学习准备条件

家长应组织儿童看电视，听广播，读适合幼儿看的书。每一次时间不要太长，大体上在10—15分钟左右。要求儿童踏踏实实地坐稳，专心致志地看、听、读，不能边学边玩，

边学边吃，要坚持到底，不许中途而废。学习活动以后，可以通过让儿童复述、家长与儿童谈话等方式检查儿童的学习结果。通过上述的多次活动，培养儿童的注意力、记忆力、思维能力与口头表达能力，这些都是学校学习中必须具备的能力。

初入学的儿童，不少人在书写上有困难，因此，家长应创造必要的条件，让入学前的儿童有较多的练习机会。开始的时候，可以先让儿童用彩色的笔自由涂画；过一段时间，应让儿童画一些简单的线条与图形；入学前半年，可教儿童书写汉字的笔画、自己的名字和阿拉伯数字等。在练习中，儿童应学会正确的执笔方法与书写姿势，以使手指的小肌肉群得到良好的发展，从而为学校中的书写作业打下基础。

三、培养儿童良好的生活习惯，使儿童及早地 适应学校生活的要求

首先，要使儿童养成早睡早起、按时休息的习惯。家长应在保证儿童每天睡眠至少10小时的前提下，给儿童规定睡觉与起床时间，做到早睡早起，按时休息。千万不能养成晚睡晚起的坏毛病。这样就能避免上学后儿童迟到和上课没精力受疲劳的不良现象。

其次，要培养儿童定时定量吃饭的好习惯，尽量克服随时随地吃零食的坏毛病。不要形成饭没吃饱吃好，平时就想吃零食；平时零食吃得过多，吃饭时又吃不下去的恶性循环。这既不利于儿童的健康，又不利于儿童上学后的学习。

第三，要使儿童学会一些简单的劳动本领，养成一些劳动习惯。如教会儿童扫地、撮土，养成劳动习惯，上学以后

他们在教室里做值日就不会感到困难。又如教会儿童洗手绢、背心、短裤、袜子等，养成搞好个人卫生的习惯，上学以后他们在这些方面就可自理了，这既是很好的劳动教育，又可减轻家长的一些负担。再如教会儿童整理自己的图书，给书包上书皮，用转笔刀削铅笔等，这些本领与习惯跟上学以后的学习有直接关系，家长应认真加以培养。

总之，儿童在入小学前，需要从心理、学习、生活等几方面做好准备。准备得越充分，儿童适应学校的学习与生活越顺利、越迅速。这大概是每一位家长的愿望吧。当然，这些教育工作是十分精细的，需要花费家长不少的精力与时间。但是，作为对社会负责、对儿童负责的家长，应该抓住这个儿童发展的关键时期，尽到自己做父母的责任。

祝您成功！

小学儿童身体发育的特点

孩子的身体发育具有一定的规律性。为了保证孩子健康成长，父母应该对孩子身体发育的一般特点有一定的了解，以便随时注意孩子的身体发育状况。一旦发现发育不良，可及时采取措施，加以补救。平时也可以有针对性地督促孩子积极地参加体育锻炼，有意识地培养孩子形成各种良好的卫生习惯，确保孩子身体健康发育。

孩子身体发育的速度有个一般的规律：入小学之前的幼儿以及小学毕业后的少年，他们身体发育速度都比较快些；

而在小学期间的孩子，身体发育的速度则较为平稳。例如，北京市曾对四个城区、五个郊区的3万多名儿童（年龄从出生到17岁）进行过身体测查。这次测查的结果表明：（1）孩子的成长发育随年龄的增长而增长。（2）年龄和性别不同，影响着身体发育的速度，在小学四年级以前（约10—11岁），男孩的身高与体重指标都高于女孩，但在六年级以后（约12—13岁），女孩则超过了男孩。（3）从身高、体重的年增长情况看，男女儿童在幼儿期生长发育最快，在小学期间增长比较平稳而均匀，但在青春发育期开始之后，生长速度又显著上升。这次测查结果说明：孩子的身体发育不是直线上升的，而是象大海的波浪一样，忽上忽下，只是在孩子7岁至11岁期间身体发育的速度相对比较稳定，也就是说，在小学期间的孩子，身体发育处于比较平稳的阶段。

虽然，总的来说，小学儿童身体发育较为平稳，但在这个阶段中，孩子的不同组织器官机能的发育，也还有各自的特点。了解这些特点，有助于父母对孩子的帮助和培养。下面，我们分别做些介绍。

一、神经系统的发育

人的神经系统是人体的指挥系统，人体各器官系统的活动，都是在神经系统的支配下进行的。儿童的神经系统发育得很早，出生后的三四年是神经系统发育最快的时期。以大脑的重量为例，3岁儿童的脑重已达到1011克，7岁儿童的脑重增长至1280克，9岁儿童达1350克，12岁儿童达1400克，这时已接近成人的脑重量。在小学期间，孩子的大脑额叶有明

显的增大，这个变化对于孩子的高级神经活动发展具有重大意义。因为从人类发展进程看，现代人类与类人猿的重要区别之一，就是大脑额叶是否增大；此外，从生理解剖学看，额叶的成熟最晚，它的发达与儿童的有意运动有密切联系。孩子脑重的增加主要是与脑神经细胞的增大、脑细胞纤维的增长相联系。小学期间，孩子的脑细胞分化逐渐完成，这时孩子的抑制能力、分析能力显著加强，感情也逐渐稳定，条件反射比较容易形成，也就是容易形成各种习惯。但是，神经系统的控制力仍较弱，且工作耐力较差。例如，孩子有好动、好问的特点，学习过程中，神经会显著紧张，容易疲劳。因此，父母要注意督促孩子遵守合理的作息制度，晚上不应睡得过晚，特别要控制观看电视节目的时间，要说服孩子按时睡觉，保证充足的睡眠，以防止疲劳。通常，小学低年级的孩子应每天睡足10—11个小时，高年级的孩子应睡足9—10个小时。如果孩子的生活作息有规律，大脑皮层兴奋与抑制的活动有节奏，就可以使神经细胞在最低消耗的基础上收到理想的生理效果。同时，在饮食方面，父母应多让孩子吃些含蛋白质多的食品，诸如鸡蛋、牛奶、肉类和大豆等，因为蛋白质可以影响大脑皮层的兴奋与抑制活动。据有关研究认为，小学儿童每天饮食中的蛋白质供应量标准应该是：7岁至10岁为60克，10岁至13岁为70克。此外，还应利用体育锻炼来提高神经系统的功能。例如，对小学中年级以上的孩子，可以通过逐渐加大距离的慢跑来培养大脑皮层细胞的工作耐力。

二、骨骼与肌肉的发育

儿童的骨骼比较软，它的骨化是一个逐渐完成的过程。所谓骨化，即骨骼随年龄的增长逐渐变硬的过程。小学期间的孩子，颅骨已完全骨化，管状骨也已变得粗壮，但脊柱和胸廓却最易变形。倘若胸廓变形，内脏器官的正常生理活动会受到影响。若脊柱变形，不仅内脏器官受影响，而且体态不良，劳动易疲劳。通常，致使脊柱变形的原因有：（1）桌椅过高或过低，使孩子读书写字时姿势不正。（2）单侧负重过多，如单肩背书包。（3）固定向一侧卧位睡觉。因此，父母要注意培养孩子正确的坐、立、行、睡的姿势。例如，坐时身体要端正，读书写字时身体不要趴在桌子上，当然，给孩子使用的桌椅高低要适当。站立时两足分开，挺胸收腹。行走时应挺胸抬头，给孩子买双肩背的书包，若是单肩背书包，则提醒孩子两肩轮换背。睡觉时要翻身，两侧卧位轮换。

小学期间的孩子，肌肉发育也不平衡，大肌肉群先发育，小肌肉群后发育。例如，小学一二年级的孩子大肌肉发育得早，因此他们可以进行跑、跳、投掷等活动，但小肌肉的发育还较差，从事写字、画画等工作有一定困难。针对这种情况，父母一方面对儿童的手部小动作要求不要太高，另一方面通过教孩子画画，奏乐器，写字等活动锻炼他们的小肌肉活动。在练写字时应注意先学习用铅笔，然后再使用钢笔、毛笔。注意不要让孩子写太小的字。一般来说，7岁至11岁的孩子写字的时间不宜持续过久，因为儿童的肌肉力

量较差，容易疲劳。但儿童肌肉的弹性好，恢复得快。因此，父母要注意控制孩子写字的时间，让孩子有适当的休息间隔。

三、心脏与呼吸系统的发育

小学阶段的孩子正处于生长时期，他们的新陈代谢很快，需要血液循环的量较大。但是，他们全部血管的容积与心脏容积的比却又大于成人，所以儿童的心脏必须加速动作，才能使血液循环加速进行，以满足新陈代谢的需要。成人的脉搏平均每分钟跳动72次，但7岁儿童的脉搏平均每分钟跳动85—90次，从7岁到11岁，儿童脉搏跳动的频率下降到平均每分钟80—85次。如果人为地使孩子增加新陈代谢，就会使孩子的心跳加快。一般来说，心跳增加会使全身血液循环量加大，造成冠状动脉的血量相对减少，致使心肌供血不足而缺氧。因此，不应该让孩子作过分剧烈的运动和过分繁重的劳动，以免心脏过度疲劳，影响心脏的健康发育。

儿童的呼吸频率与心率（即每分钟心跳次数）一样，也是随年龄增长而递减。一般孩子在6岁至9岁时，男孩为每分钟24—25次，女孩每分钟25—26次；在10岁至13岁时，男女孩均为每分钟19—20次。儿童呼吸器官的活动与肺活量的大小有密切联系，通常把肺活量的大小作为儿童肺功能的重要指标之一。一般地说，肺活量的大小也是随年龄的增长而增长，但是，经常的体育锻炼可以大大提高儿童的肺活量。有人曾把北京西城区业余体校的小学生与普通学校的小学生进行了调查比较，发现参加业余体校锻炼的孩子的肺活量比同

龄的普通学校孩子平均高300多毫升。

除了上述三个方面的发育外，父母还特别要注意保护孩子的视力。在小学期间，孩子的眼球生长并没有定型，如果长时期地近距离使用眼睛，常常会造成眼睛近视。所以，父母应教育孩子看书时眼睛与书本保持适当距离（约1市尺左右），不要经常看过近、过小的物体，或在光线暗的地方和强烈阳光下看书，也不要躺着或在行驶的车辆上看书，以免造成近视或斜视。

小学儿童心理发展的特点（一）

通常，人们都相信，父母应该比别人更了解自己的孩子。然而，遗憾的是实际生活中的情形并不完全象人们想象的那样。不少父母往往会对孩子的某些行为表现感到吃惊；有时又会对孩子成长过程中遇到的问题感到失措；有些父母甚至感到对自己的孩子难以理解。我们认为，其中比较重要的原因之一是由于这些家长们缺乏有关的儿童心理知识，不了解儿童心理发展的一般特点。为了帮助家长们解决这个问题，我们将介绍简单扼要的儿童心理发展知识。这一节主要介绍小学儿童在认识过程方面的心理发展特点。

心理学家认为，从整个认识活动的发展趋势来看，小学儿童心理发展的一个主要特点是从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡。一般来说，小学低年级的孩子仍以具体形象思维为主，而高年级的孩子已基本上过渡到以抽象逻辑思维为

主，中年级则是这个过渡的转折时期。从心理学的角度看，人的认识过程包括感知觉、记忆、想象、思维等方面，其中还伴随有“注意”这种心理现象以及言语的发展。我们可以从这几个方面去把握儿童发展的特点。

一、感知觉方面

小学低年级孩子的感知觉一般带有明显的情绪性，而且笼统，不够精确。例如，小学一年级的孩子观察图画、标本及实物时，往往会被新颖的非重点方面所吸引，忘记了观察主要方面。又如，他们很容易把相似的数字（例如6和9，5和2）和字母（b和d，p和q）及文字（例如已和己、丩和丮）等混淆起来。到了中、高年级，孩子才逐渐学会比较精确地分析事物，学会分辨出事物的主要特点与次要特点，学会概括各个部分的关系。对于时间的知觉，小学儿童对于10分钟、一刻钟或一节课的时间的估计比较正确，并且对日和周的意义也能理解，但是，对更长的时间概念理解上有困难，诸如“纪元”、“世纪”、“时代”等。对于空间知觉，低年级孩子已能辨认各种事物的形状，能够比较各种东西的长短、大小，并能辨别各种东西在空间的位置，例如上下、前后以及远近等等。孩子对于左右方位往往容易搞错，只有和具体事物联系在一起的时候，才能正确辨认。中年级的孩子则较少出现这方面的错误。高年级的孩子应该学会看地图，能根据所学的知识来正确判断事物的各种方位。