

亲 子 互 动 课 堂 健 康 快 乐 成 长



家长课堂

4 年级 家长必读

青 岛 出 版 社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE



写在前面的话

亲爱的家长朋友：

小学阶段的学习，在孩子的学习生涯中至关重要。如何更好地培养孩子的学习兴趣，让孩子打好基础，是每一个家长都在思考的问题。孩子上四年级了，作为家长的你，准备好了吗？

《家长课堂·四年级家长必读》从关爱心灵、亲子游戏、美文欣赏、应知应会、超级资料包五个方面，为四年级家长引导孩子准备了充足的素材。“关爱心灵 健康成长”板块从心理学角度出发，采用案例故事分析的方法，对四年级孩子可能发生的心理问题进行了剖析，案例典型，分析透彻，针对性强。“亲子互动 快乐分享”板块寓教于乐，具有较强的可操作性，解决了孩子“学玩结合”的问题，增进了家长与孩子之间的亲情互动，融洽了亲子关系。“美文欣赏 心灵旅程”板块集中了精选的散文、随笔等，并配有注音、字词解释等条目，非常适合亲子阅读，有利于两代人共同提高文学素养。“应知应会 有效拓展”板块，根据教学大纲



的要求对四年级学生学习中的难点进行了归纳整理,并针对孩子所学知识点进行了拓展,是家长辅导孩子学习的法宝。“家长必备超级资料包”板块融合了四年级学生必背古诗、语文趣味阅读、数学小故事、英语角、科普大观园等内容,免去了家长为孩子寻找阅读资料的辛苦,有助于拓展孩子的阅读视野,加强孩子的知识储备。

家长朋友,如果您正在为孩子不能适应学习生活而发愁,正在为孩子出现的焦虑情绪而无措,正在为帮孩子养成良好的学习和生活习惯而四处寻找良方,那就请您读一读《家长课堂·四年级家长必读》这本书吧!它是为您量身订做的家长辅导书,相信它定会让您和您的孩子一起好好学习,天天向上!

编者



* 目录



关爱心灵 健康成长

- 教孩子学会双赢 / 3 /
- “我有两个家” / 7 /
- 孩子有网瘾怎么办? / 11 /
- 孩子为什么不愿意学习? / 15 /
- 为什么孩子很抑郁? / 19 /
- 培养孩子的抗挫折能力 / 23 /

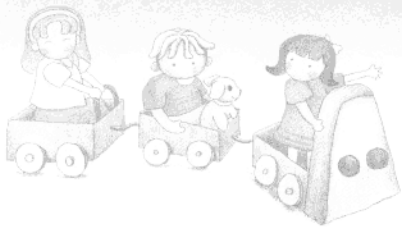
亲子互动 快乐分享

- 带孩子参观科技馆 / 29 /
- 带孩子参观一所大学 / 32 /
- 和孩子一起饲养小动物 / 35 /
- 让孩子当一天家 / 38 /
- 让孩子给自己写信 / 41 /
- 制订家庭电脑使用条例 / 44 /
- 和孩子一起读《波得·潘》 / 47 /

美文欣赏 心灵旅程

- 繁星 / 53 /





目录*

- 你有一颗柔软的心吗? / 56 /
一句话,一辈子 / 59 /
成功并不像你想象的那么难 / 62 /
谁是谁非,没那么简单 / 65 /
请把我埋得浅些 / 68 /
天使的翅膀 / 71 /

应知应会 有效拓展

- 语文学习知识要点 / 77 /
数学学习知识要点 / 90 /
英语学习知识要点 / 98 /

家长必备 超级资料包

- 四年级学生必背古诗 / 109 /
语文趣味阅读 / 116 /
数学小故事 / 121 /
英语角 / 126 /
科普大观园 / 130 /

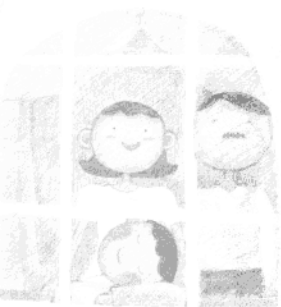




关爱心灵 健康成长

孩子的健康不仅包括身体的健康，还包括心理的健康。心理健康对孩子一生的成长和学习都有着重要的影响。因此，作为父母，我们要时刻提醒自己呵护孩子的心灵世界，让孩子在家长的关爱和引导下学会做人、做事，懂得自尊、自信、自强。

在这一部分里，我们将帮助您走进孩子的心灵世界，开启您教育孩子的智慧之窗，为孩子撑起一片晴朗的天空。







教孩子学会双赢



现代社会，竞争无处不在。孩子在进入学校之后，面临的是人生最初的竞争对手——同学。希腊船业大亨欧纳西斯说过：“要想获得成功，你需要的是比你更强大的对手。”让孩子学会竞争，可以促使其改正缺点、提高能力，从而不断取得进步。不过，家长朋友也要认识到，孩子生活在一个丰富多彩的社会中，在社会分工不断细化、人与人之间的联系不断加强的情况下，富有善意的、能给各方带来共赢的合作必不可少。竞争能使人激发动力，增强活力；合作则能使人友好相处，共同进步。父母在鼓励孩子勇于参与竞争的同时，也不要忘记培养孩子的合作精神。来看下面一则案例：

林林是小学四年级的学生，一天邀请好朋友小于来家里一起做作业。两人都是班里的尖子生，成绩不相上下，不过林林在数学上要比小于强一些。做作业的过程中，小于有一道数学题不会，就



请教林林。林林看了看题,说自己也不会,让小于明天去问老师。小于走后,林林得意地告诉妈妈,说刚刚小于问他的那道题其实他会做,但是害怕小于考试的时候超过自己,便告诉他自己不会。

案例中的林林存在不恰当的竞争心理。我们知道,学习活动包括知识的认知、理解、掌握和运用,在这个过程中,同学之间的相互交流、切磋和讨论非常重要。将自己的解题思路说出来,不仅是对朋友的帮助,同时也是对自己思路的整理,能使之更清晰,更条理。在这种互相帮助的过程中,我们可以体会到人与人之间合作的愉快,以及帮助别人之后心理上的满足和成就感。

在小学阶段,孩子的表现欲很强,而且特别看重竞争的结果。其竞争主要表现在课堂学习、阶段性考试和各种竞赛活动上。孩子想通过自己在竞争中的优秀表现得到老师的肯定和表扬,这是可以理解的。但是,这种竞争心态有时也会导致偏激行为:有的孩子害怕别人比自己强,对同学的求助漠然置之,甚至毁掉或偷走比自己强的同学的学习资料、文具,以此达到心理的平衡和满足;有的孩子因为在竞争中偶有失败,便表现出自卑怯懦、退避畏缩的一面,认为自己不如别人,从而放弃努力;有的孩子生怕自己比不过别人而丢了“面子”,为了不影响自己的“名声”,遇有竞争活动便采取“事不关己,高高挂起”的态度。孩子出现以上种种情况时,家长应该怎么办呢?

下面是林林的妈妈在思考之后对林林所采取的教育方法,或许会对您教育孩子有所启发。





晚饭后,妈妈决定和林林谈一下。她首先表扬孩子“真聪明”,能解答那道难题,接着话锋一转,说:“但是你对小于的做法妈妈并不赞同。”林林问为什么。妈妈循循善诱地说:“小于是不是作文写得很好啊?”林林说是。妈妈又问:“那你想不想向他请教怎样写好作文?”林林点了点头,说自己一直想向他请教,但是觉得那样做会让小于“看不起”。妈妈开导他说:“你的数学比小于好,小于的作文比你。小于向你请教数学,你也可以向小于请教怎样写好作文啊。这样,你们俩一起取得了进步,还会觉得谁看不起谁吗?”林林明白了妈妈的话。最后,在妈妈的鼓励下,林林打电话告诉了小于那道题的解题思路。

在妈妈的正确引导下,林林终于摆正了自己的竞争心态。孩子的一些不正确的竞争心态和行为是他们在成长道路上必然要经历的,父母要认真面对,妥善处理,培养他们正确的竞争与合作意识。





写给家长的话



1. 培养孩子正确的竞争意识。

家长要经常和孩子沟通，了解孩子，及时发现孩子不良的竞争心态，并给予教育和纠正。主要做法有：第一，帮助孩子正确理解竞争的含义；第二，帮助孩子正确认识自我，确立恰当的奋斗目标；第三，和孩子一起分析成功和失败的原因，扬长避短，发挥自己的优势。

2. 消除孩子在竞争中的“自愧不如”心理。

家长要让孩子明白，每个人都有他的长处和短处，都有他的强项和弱点。我们只有承认别人的长处和优点，才能虚怀若谷地向别人学习，才能在保持良好竞争心态的同时，提高自己的综合素质。也许经过学习和训练，我们最终在某一方面仍然和别人有一定的差距，但是坦然的心态和健康的人生态度足以值得我们骄傲。

3. 反思自己是不是在日常生活中向孩子灌输了不正当的竞争意识。

很多家长因为自己在社会竞争中感到了巨大的压力，对竞争异常敏感，于是刻意培养孩子“好强”、“争做第一”、“做人上人”的意识，甚至告诉孩子为了取得成功可以不择手段。身教胜于言传，家长应该以身作则，树立正确的竞争意识，提高孩子对他人和社会的信任度，鼓励他们参与有建设性的竞争，摒弃充满敌意的竞争。



“我有两个家”



家,对于大部分人来说,都是一个温馨的字眼。在孩子眼里,家更是一方心灵的寓所、爱的领地。然而,随着离婚率的不断升高,越来越多的孩子要面对家庭破碎的境况。单亲家庭的孩子最渴望什么?家长朋友如何绕开不利因素给孩子营造一个健康成长的生活环境?来看下面一则案例:

小云是小学四年级的学生,父母离异后和父亲住在一起。小云原本活泼开朗,但自从父母离异后,内心深处便生出了一种错综复杂的失落感,常常渴望见到母亲,怀念昔日完整的家庭生活。小云甚至觉得自己是父母离异的主要原因,因此内心极度自责。在学校里,小云表现得非常敏感,有时即使是同学开个小玩笑,她也会大发雷霆。渐渐地,同学们都不理她了,课外活动时间她只能一个人待在教室里发呆。



分居或离婚对夫妻来说是一件很艰难的事情,而且此举带给孩子的困扰绝不在他们自身之下。几乎所有父母离异的孩子都有过痛苦的情感经历,如恐惧、失落、愤怒、困扰和迷惑等。只有在正确的引导、接纳和关爱之下,孩子才能学会处理父母离异所带来的问题,心灵上的创伤才会逐渐愈合。下面小云父母的做法可能会给我们一定的启发。



小云的父母发现孩子的变化后,意识到离婚给孩子带来的巨大创伤。他们考虑再三,决定给孩子写封信,以让孩子在感到自己长大了的同时,理解父母的选择。信中写道:“我们亲爱的孩子,爸爸和妈妈离婚只是因为我们之间的感情出现了问题,并不是爸爸妈妈不要你了,更不是你的错。我们还像以前一样爱你……”从那以后,妈妈经常来看望小云,还带小云一起出去玩。这让小云觉得虽然父母不在一起了,但他们对自己的爱却从来没有减少,于是逐渐恢复了往日的快乐。前一段时间,小云写了一篇文章《我有两个家》,表达了对爸爸妈妈的理解和感激。

案例中小云的父母对离婚给孩子造成的伤害有了充分的认识,他们给孩子写了一封长长的信,解释了他们之间的感情问题。



这是一种让小云觉得个体意识受到尊重的交流方式。在后来的日子里，小云的父母在孩子面前友好相处，尽量给女儿更多的爱。这样的父母是理智的，也是负责任的。



家长若出现离异的情况，应该做到：

1. 更关心孩子。

父母离异对孩子来说是一个可怕的变故，让他们感到恐惧，孤独和无助。这时的孩子最需要安慰与关心，一个亲密的拥抱，临睡前轻轻的一个吻，都能让他们的心得到抚慰。家庭的变故容易让孩子变得早熟。当他们感觉到父亲或母亲的伤心和脆弱时，会突然表现得像大人一样，甚至会承担照顾大人的责任。但这不是孩子应该做的。父母要好好照顾孩子，因为这个时候孩子比任何时候都需要一个疼他、爱他的爸爸或妈妈。

2. 争吵要避开孩子。

父母离异后，因为存在一些纠纷，可能会发生争吵。父母要尽量做到不让孩子看到或者听到他们之间的争吵，也不要让孩子对他们之间的争执表态，强迫孩子表明支持哪一方、反对哪一方；不要让孩子在他们之间通风报信或者打探消息，更不要让孩子追闹或跟踪对方。这既是尊重对方，也是尊重孩子。



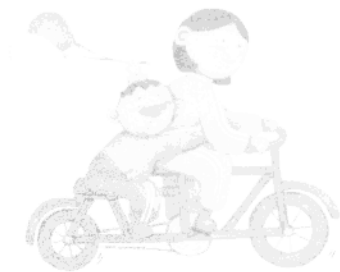


3. 尽量与从前一样。

面对父母的离异,孩子需要稳定的感觉来帮助他们度过刚开始的这段艰难的时光。尤其是在刚刚离异的时候,父母要尽量维持和从前一样的生活习惯,包括与孩子相处的习惯和教育孩子的方式,还有睡觉的时间、一日三餐的安排等等。如果能让孩子觉得周围的一切还是他所熟悉的,他就会感到安心很多。

4. 和老师做好沟通。

让学校的老师知道你离异的情况,以便协调各方面的力量共同帮助孩子渡过难关。学校的老师可以观察孩子的异常表现,及时与家长沟通,共同努力,减轻父母离异给孩子造成的压力。





孩子有网瘾怎么办？



随着社会的发展，互联网已经成为这个时代最强有力的承载和传播信息的工具。它拉近了世界的距离，更方便了人们的生活，是人们日常生活中不可缺少的一部分。随着越来越多的人开始加入“网民”一族，互联网的“负产品”——“网瘾”也开始出现，这在青少年网民身上体现得最为明显。据有关统计显示，目前我国青少年患网瘾的比例达 13.2%，另有 13% 的青少年存在网瘾倾向。如何让自己的孩子远离网瘾？这已经成为不少家长关心的问题。来看下面一则案例：

小辉是小学四年级的学生，今年暑假期间在同学的带领下到网吧上过一次网。网上丰富的内容让他大开眼界，网络游戏更像黑洞一样深深地吸引着他。从此以后，他对网络“一网情深”，欲罢不能，一玩就是一个通宵。白天上课时，他总是无精打采，但放学后一进网吧，他立刻就变得神采奕奕。



好玩是孩子的天性,尤其是网络游戏,更是深得孩子们的喜爱。由于网络游戏很容易让孩子们从“爱不释手”演变至“玩物丧志”,所以,许多家长和老师都“谈网色变”,坚决抵制孩子接触网络游戏。其实,孩子适当地玩一点儿网络游戏并没有什么不妥,它可以使孩子在娱乐的同时训练手脚协调能力,提高反应的灵敏度。问题的关键是,家长应该引导孩子以正确的态度和方式上网玩游戏,让孩子远离网瘾的泥潭。

孩子迷恋网络的原因是多方面的。有的孩子上网玩游戏和聊天是为了缓解学习压力;有的孩子因为自己的学习成绩不好,总是遭到父母的数落,因此自信心受到很大的打击,而在网络世界里,他“过五关斩六将”,可以获得极大的成就感。

不管什么原因,孩子的网瘾必须引起家长的重视。让我们看一下元元的父母是怎样解决这个令人头疼的问题的。



读小学四年级的元元迷上了网络上的“卡丁车”游戏。为给卡丁车买装备,他把压岁钱都花光了,还偷了父母的300多元钱。父母发现以后,心平气和地对元元进行了教育和批评,把电脑挪出了孩子的房间,并且和元元签订了上网公约:如果想上网查资料或者玩游戏,必须向父母提出申请,并遵循约定时间,每次不得