

与孩子 一起成长

YU HAIZI YIQI CHENGZHANG

陶海彪◎主编



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

与孩子一起成长

主 编 陶海彪
副主编 王 夫 高 军 郭思多
参 编 邱威莉 董秋颖 曲 森
邓艳伟 吴 晶 孟艳杰
刘铮铮

东南大学出版社
· 南京 ·

内容提要

本书内容涉及家庭教育的方方面面,既有对传统家庭教育方法的继承和发扬,也有对现代各国成功家庭教育经验的借鉴和吸收,更有教师和孩子父母对现实家庭教育困惑的真知和灼见、经验和教训、理论和实践、警句和故事,相融相生,读起来令人心灵震撼,颇受启迪。因为这些都是编写者的亲身经历和深度思考。

本书将知识性、趣味性、新颖性和启迪性融为一体,致力于可读性、借鉴性和实用性,力图让每一个家庭教育的天空都能升起瑰丽的彩虹。

图书在版编目(CIP)数据

与孩子一起成长 / 陶海彪主编. —南京:东南大学出版社,2009.8

ISBN 978-7-5641-1810-5

I. 与… II. 陶… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 146689 号

与孩子一起成长

出版发行	东南大学出版社
出 版 人	江 汉
社 址	南京市四牌楼 2 号(邮编:210096)
印 刷	南京玉河印刷厂
责任编辑	张绍来
经 销	全国各地新华书店
开 本	850 mm×1 168 mm 1/32
印 张	10
字 数	273 千字
版 次	2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷
印 数	1~5 000 册
定 价	20.00 元

* 东大版图书若有印装质量问题,请与读者服务部联系,电话:025-83792328

● 前 言 ●

本书是由几位优秀的班主任编写的。多年的班主任工作使他们有更多的机会与不同性格的学生及其父母交往和交流,目睹了不同家庭环境下孩子成长的过程,深深地读懂了父母望子成龙、望女成凤的迫切心情,深切地感受到了现实生活中家庭教育的千态万象。对孩子一生负责的使命感,使他们在多年的教育教学生涯中始终与孩子的父母一道倾心于润物无声的家庭教育。成功了,他们会和家长一道浸润在幸福之中;没有成功,他们会和家长一起苦苦求索。这本书的问世,是他们对家庭教育理性思考的一次凝结,是他们对丰富的家庭教育案例精华的一次汲取。与专家的理论论述相比,与成功个案的经验描述相比,这本书更具普遍的指导意义。

本书在编排体例上,从学校的视域,从家长学校教材的角度出发,根据学生的年龄特点和心理特征,根据学生家长的需求,将内容分为低年级篇、中年级篇和高年级篇。

低年级篇适合一、二年级的学生家长和教师使用；中年级篇适合三、四年级的家长 and 教师使用；高年级篇适合五、六年级的家长使用。当然，通览全书，融会于心，会使学生家长的教子更得心应手。

本书由本溪市实验小学策划。自2008年开始，历时近两年，全体编写人员以极其负责任的态度，查阅了大量的文献资料，整理了多年的教育心得，并几易其稿，为本书付出了大量的心血。东南大学出版社自始至终给予本书大力的支持。在此，对参与本书编写的所有作者及东南大学出版社表示诚挚的感谢。

本溪市实验小学的全体教师祝愿每一位父母当好孩子的第一任老师，成为家庭教育成功的父母，为盛世中华，竭力把自己的孩子培养好教育好！

由于时间仓促，水平有限，本书不足之处在所难免，恳请广大读者批评指正。

编 者

2009年10月

目 录

Contents

低 年 级 篇

第一章 你了解孩子吗	(1)
第一节 7~12 岁孩子的生理特点	(1)
第二节 孩子的思维、情感特点	(5)
第三节 孩子的自制力与可塑性	(9)
第二章 跨过入学第一关	(13)
第一节 学校的功能	(13)
第二节 班主任的任务	(16)
第三节 家长如何帮助孩子适应学校生活	(18)
第三章 家庭和谐保证孩子健康成长	(26)
第一节 家庭和谐	(27)
第二节 尊重孩子	(32)
第三节 按社会要求规范孩子	(37)
第四节 赏识但不娇纵	(42)
第四章 习惯决定人生	(47)
第一节 低年级儿童应具备的好习惯	(47)

第二节 怎样培养好习惯·····	(53)
第五章 教孩子学会分享·····	(57)
第六章 什么样的孩子是好孩子·····	(59)
第一节 孝敬父母 关爱他人·····	(59)
第二节 身心健康 阳光快乐·····	(62)
第三节 团结同学 友好相助·····	(66)
第七章 怎样让孩子对学习感兴趣·····	(70)
第一节 养成读书习惯·····	(70)
第二节 勤思考 爱提问·····	(74)
第三节 激励孩子读书·····	(77)
第八章 生活节俭 懂得珍惜·····	(81)
第一节 爱护书和文具·····	(81)
第二节 爱护公物·····	(85)
第三节 热爱自然·····	(88)
第九章 安全教育·····	(91)
第一节 交通安全·····	(91)
第二节 活动安全·····	(94)
第三节 独自在家的安全·····	(97)
第十章 亲近大自然 ·····	(101)

中 年 级 篇

第一章 友善待人 ·····	(104)
第一节 理解他人 ·····	(105)
第二节 平等待人 ·····	(109)
第三节 讲诚信 ·····	(113)

第四节 学会宽容	(117)
第二章 学会自我批评	(121)
第一节 认识自己 了解自己	(122)
第二节 实事求是 知错就改	(125)
第三节 自我约束	(128)
第三章 如何提高孩子观察事物的能力	(131)
第一节 引导孩子关注周围事物	(132)
第二节 给孩子活动的空间	(135)
第三节 经常和孩子研究生活中的问题	(138)
第四章 让孩子体会劳动的快乐	(141)
第一节 劳动创造了世界,劳动是快乐的源泉	(142)
第二节 给孩子分配劳动任务	(144)
第三节 对孩子的劳动指导不责罚	(147)
第五章 让孩子当一日管家	(151)
第六章 培养阅读习惯	(153)
第一节 教会孩子预习、复习	(154)
第二节 定时读课外书并摘抄或写读后感	(160)
第三节 指导孩子正确上网	(165)
第七章 关注身体 保持健康	(171)
第一节 什么是健康	(171)
第二节 生活中的保健	(178)
第三节 常见病的预防	(184)
第八章 纠正不良习惯	(189)
第一节 孩子不爱做家务怎么办	(189)
第二节 孩子说谎怎么办	(192)
第三节 孩子任性怎么办	(195)

第四节 孩子不爱学习怎么办	(198)
第九章 展开想象的翅膀 开创新生活	(202)

高 年 级 篇

第一章 当孩子缺少爱心的时候	(204)
第一节 爱父母 爱同伴 爱老师	(205)
第二节 乐于助人 热爱集体	(210)
第三节 爱护环境	(213)
第二章 当孩子遇到困难的时候	(218)
第一节 明确目标 坚定信念 自立自强	(219)
第二节 不怕困难 做事有毅力	(222)
第三章 当孩子不善于沟通的时候	(226)
第一节 敞开封闭的心扉	(227)
第二节 理解他人 换位思考	(233)
第三节 恰当表达自己的意愿、情绪	(237)
第四章 当孩子身处险境的时候	(241)
第一节 遇到陌生人纠缠	(243)
第二节 遇到灾害	(247)
第三节 遇到突发事件	(253)
第五章 让友谊之花在身边盛开	(258)
第六章 当孩子面对失败和委屈的时候	(261)
第一节 面对失败总结经验教训	(261)
第二节 面对委屈想得开	(268)
第三节 强化自我肯定意识	(272)

第七章 当孩子没有兴趣的时候	(275)
第一节 观察孩子对什么比较感兴趣	(275)
第二节 创造机会让孩子表现	(278)
第三节 营造宽松的家庭环境	(280)
第八章 当孩子有心理压力的时候	(289)
第一节 孩子容易出现的心理问题	(289)
第二节 怎样解决生理变化带来的压力	(294)
第三节 怎样解决心理压力	(297)
第九章 孩子升初中您准备好了吗	(302)
第一节 培养学习的自主性	(302)
第二节 培养环境的适应性	(304)
参考文献	(309)

低 年 级 篇

第一章

你了解孩子吗

做父母的习惯用俯视的角度去看待孩子,教育他们、批评他们、指正他们,这些已经成为父母对待孩子的主体态度。

其实,孩子就像是一片海洋或一座矿藏,虽然看到了他们,但是并不一定了解他们。

想要读懂你的孩子吗? 去接近他、探索他吧!

第一节 7~12 岁孩子的生理特点

孩子健康心理的培养比对孩子身体的关心更为重要,孩子只有具备了健康的心理,才能挑战未来,走向成功。

——[美]布鲁尔·卡特

亲爱的家长朋友,首先祝贺你的孩子开始了一段新的旅程,那每一张可爱的笑脸承载着父母殷切的希望和美好的憧憬。那么我们一起来了解一下我们可爱的孩子吧!

7~12岁的孩子进入小学学习阶段,又称学龄儿童,所谓童年即指人生的这一时期。其生理特点是生长发育迅速,每年可增加体重2.0~2.5千克,身高可增加4.0~7.5厘米。在这一阶段的后期,身高增加尤为明显,同时,独立生活能力逐渐增强,但器官组织远不如成人成熟。在小学阶段,孩子的神经系统发育基本完成,分析综合能力明显增强,使其行为变得更有目的、更有意识,模仿力极强,并有一定的感情色彩,智力发育较学龄前有明显进步,但大脑细胞与成人相比,还较脆弱,故过多过久的脑力活动容易引起疲劳,学习缺乏持久性,自我控制能力弱。

孩子从入学的第一天起,所有的孩子都憋足了劲儿想做一个人见人爱的好孩子。我曾教过这样一个孩子,在幼儿园就特别好动,他经常在教室、操场疯跑疯闹,常把一些所谓的好孩子撞到,因此小朋友都叫他“大疯子”。即使他不小心撞到了别人,哪怕问题不是很严重,幼儿园的老师也会很严厉地批评他。有一次,他班里一位很讨人喜欢的小女孩故意在靠近他时狠狠地推了他一下,一下子就把他推倒在地,他回手就打了小女孩一下,当时小女孩就哭着去告状,老师也没有详细地问明原因就把他批评了一顿。从此他就一点也不喜欢去幼儿园,不愿意与听话、乖巧的孩子在一起玩,这种情况一直持续到上学。刚开学没几天,我就发现了他的与众不同,便及时地与他的父母取得了联系,弄明白了事情的原因。因此我在开学初的那段时间里有事没事就和他一起聊天,说一些他愿意听的小故事。他毕竟是个孩子,没过多久他就和我无话不说了,下课时经常有意无意地拉着我的手,一点也没有了刚入学时的烦恼。因此,建议父母在遇到孩子耍赖、闹脾气时,一定要和孩子像朋友一样非正式地谈心,避开矛盾话题,采取迂回战术,让孩子自己说出问题,千万不能操之过急,一切问题都会迎刃而解。

俄国教育家乌申斯基说过:“注意是心灵的天窗”,只有打开这扇天窗,才能让智慧的阳光撒满心田。小孩子本性就是活泼好动,学习持久性差,注意力以无意注意为主,一切新奇多变的事物都能吸引他

们,都会改变他们注意的对象。书桌里的一张小纸条、一块橡皮、一支铅笔等学习用品以及桌面上的学具、新奇的笔盒,都会吸引学生的注意力,在课堂上玩个不停,分散了学生学习的注意力。我班有一些孩子,近段时间买了好多卡通橡皮,有好几种图案,上课时孩子们就以写错了为借口,把橡皮拿出来玩,这样就影响了听课的效果。还有一些父母给孩子买的文具盒简直就是一个“变形金刚”,这下可好,孩子们可以堂而皇之地在老师的眼皮底下玩玩具,多可笑啊!因此,希望父母配合老师不要把一些与学习无关的东西装入孩子的书包,如果是孩子自己收拾书包,请父母抽空检查一下,以防不必要的干扰,同时也提醒家长朋友,在给孩子买文具时,一定注重实用性,以免好心办了坏事。

孩子的特点是活泼好动,有意注意持续时间短,自制力较差。他们的注意力最长只能坚持 10~15 分钟,大脑就会出现阶段性疲劳。如果课堂上老师只是枯燥地讲解,孩子被动地接受,更会使孩子的兴趣荡然无存,孩子们就会表现为无精打采,注意力分散、溜号。因此,教学过程中老师要根据小孩子的年龄特点,利用灵活多样的教学方法吸引孩子的注意力,培养孩子上课认真听讲、专心学习的好习惯。例如我在讲授“1 分钟能干什么”这节课时,让孩子在 1 分钟内拍球、跳绳、数脉搏、写汉字、背口诀、读课文等,充分调动了孩子的积极性,孩子的注意力高度集中,兴趣极高,接受知识轻松,处于主动学习状态,一堂课下来,孩子们还觉得意犹未尽,怎么可能溜号呢?所以希望父母朋友在看见孩子对学习内容不感兴趣时,想想问题的症结在哪?是否可以让孩子稍休息一下,换一个孩子喜欢的话题,与孩子进行交流,等孩子有了好的情绪,再让孩子学习,往往会事半功倍。但是只要孩子进入了学习状态,家长就不要一会儿送水,一会儿送水果,一会儿又送牛奶,应该让孩子在有效的时间内达到最高的学习效率。

另外,孩子在入学阶段,由于年龄及生理的特点,孩子对上课听讲做作业等学习形式生疏、胆怯,不懂得如何思考问题,甚至连作业都记

不明白。记得一位家长曾和我说过,她儿子记的作业简直就是谜语的谜面。这时候,家长需要询问并积极引导孩子如何在课堂上认真听讲,学习知识,监督检查孩子做好作业。用爱心和耐心给孩子帮助,让孩子通过反复地练习掌握课堂知识。众多父母反映,让孩子回家做小老师,给父母上课,效果非常好,既巩固了课堂上所学到的知识,又锻炼了孩子的语言表达能力,同时孩子还不觉得枯燥。这一点非常重要,这是孩子建立信心,步入正常学习状态的关键。但有些父母觉得无所谓,“树大自然直”,这在教育上是无益的。刚入学的孩子心理怯懦,很听老师的话,父母要利用好这一时期进行各方面的教育。对孩子要表现出十足的耐心,不厌其烦地给他讲道理,讲学习方法,讲解孩子尚未掌握的知识,帮助孩子逐步适应一年级的学习生活,让他在学习新知识中获得快乐。

小学三、四年级是上接下连的关键阶段。由于生活条件好,孩子的营养好,好多孩子都提前进入青春期,这个时候的孩子自以为长大了,由于熟悉了学习环境,学到了一些知识,容易出现的问题开始多了,如对不感兴趣的课注意力不集中,违反课堂纪律的事也较以前多,有自己的朋友圈,有时任性胡来,学习成绩会大起大落,不稳定,对老师说的话表面上言听计从,背地里我行我素。因此父母要重视这一阶段孩子的表现,可采取定期检查孩子作业,与老师沟通等方法,及时了解孩子学习近况及思想状况,有针对性地进行教育。对孩子出现的问题既不要小题大做,又不能敷衍了事,要与孩子促膝谈心,使其明辨是非,巩固其优点,克服其不足。这期间对孩子交友要特别注意,择友不利,负面影响是非常大的。

五、六年级是小学学习的最后阶段,要予以充分重视。这阶段的孩子同低、中级的孩子相比有许多不同。无论在生理上还是心理上都比较以前成熟。因此,这一时期孩子的自尊心比较强,家长应注意与孩子交流中的讲话方式,注意不要轻易否定他。比如在吃饭时和睡觉前批评孩子,对孩子身心健康有严重伤害。不要在人多的场合批评孩子,要给孩子保留自尊。批评要讲道理。批评的语气,视孩子所犯错

误的大小或轻或重。我常常见到有的父母,在有許多人在场的时候批评孩子,或使用羞辱的语言,将孩子与他人比较,“你看看谁谁比你强”“谁的分又比你高多少”。这样会使孩子的心里非常不舒服。这些父母的行为,对孩子的自尊心造成极大的伤害,因为他内心已觉得自己不行,天生不如别人,成功的欲望随着自信心的减弱而泯灭,最终自暴自弃。这对孩子的健康成长是十分不利的。

建议

1. 父母每天最好抽出 10~15 分钟的时间与孩子进行交流,形式应该是非正式的、很随意的。

2. 在批评孩子时一定要注意语言的文明,不要为了出气,什么话都说,事实证明,一句侮辱性或鼓励性的语言,孩子会记一辈子的。

第二节 孩子的思维、情感特点

抵制情感的冲动,而不是屈从于它,人才有可能得到心灵上的安宁。

——[英]托马斯

亲爱的家长朋友,你们知道吗? 孩子的思考方式和思维特点与成年人很不一样,要想成功地教育孩子和他“过招”,就必须了解他们的思维和情感特点,这样你才可能“知己知彼,百战百胜”。

一、孩子的思维特点

1. 喜欢模仿

这可不是他的错,因为这是他的思维特点所决定的。

我曾听过这样一个有趣的故事:尼克和他的爸爸一起去探望祖母。火车上,尼克时时把脑袋伸出窗外。爸爸说:“尼克,安静些! 别

把脑袋伸出窗外。”但尼克仍然把脑袋伸出去。于是爸爸很快地拿掉了尼克的帽子，飞快地把它藏在身后，说：“看，帽子被风吹掉了。”

尼克害怕了，他哭了，想找回帽子。爸爸说：“吹声口哨，帽子或许就会回来的。”尼克凑到车窗外，吹起了口哨。爸爸很快地把帽子放到尼克的头上。

“哦，真是个奇迹。”尼克笑了。他很高兴，模仿爸爸的动作，飞快地拿掉爸爸的帽子丢出窗外，“现在该轮到你吹口哨了，爸爸！”他快活地说。小尼克以为爸爸的帽子也能找得回来呢。

我曾教过这样一个小男孩，他家住在郊区，父母都是生意人，家里的经济状况特别好，但父母没有文化，他们也吃到了没有文化的苦头。因此，父母想方设法让孩子受最好的学校教育，但家庭教育这一块基本是盲区。有一天中午，我看孩子们玩打硬纸片，玩得热火朝天，我便加入了。因为从来没有玩过，手很臭，与孩子根本不在一个层次上，这个小男孩就顺嘴说了一句“什么×手。”说完后便跑到一边玩去了，根本没有意识到他说了一句脏话，反倒是我在那里愣了半天，什么话也没说出来。

听了这两个故事，家长朋友也许只是笑笑，但在孩子身上却很有可能发生。孩子学习的方式主要是模仿，而且他们的模仿能力是很强的，所以在孩子面前，父母要更好地约束自己的言行，以免那些不好的习惯被孩子模仿。当然，父母的文化程度和社会地位并不是家教成败的必然因素，但是父母的教育素质却起了关键作用。因此，要提高孩子的素质必先提高父母的素质。

2. 单向思维

如果你教给孩子 $1 + 1 = 2$ ，但你千万别认为他已经懂得 $2 - 1 = 1$ ，因为他只能从左边推到右边，不能从右边推到左边。

又如，两只同样矮而宽的杯子装着同样多的水，其中一只杯子里的水被倒入另一只高而窄的杯子里，那么让孩子比较哪个杯子里的水比较多时，可能就会出现高而窄的杯子里水多的答案。因为这时他还不能很好地利用运算来解决问题，而利用的只是他们仅有的直观经

验。所以父母在看到孩子对某一看似简单的问题不理解时,千万不要以一句“太笨了”“傻透了”等恶劣的语言来侮辱孩子,你可知道,你的语言或许改变了一位伟人的一生。

3. 形象思维

孩子在进行简单运算的时候,比如还是 $1 + 1 = 2$,知道 $1 + 1$ 为何等于 2 对于孩子来说是一个质的飞跃。因此老师在课堂上经常说一支铅笔加上一支铅笔等于两枝铅笔,一个苹果加上一个苹果等于两个苹果,孩子知道了 $1 + 1 = 2$ 的道理,但他在计算 $1 + 1 = 2$ 的时候,也还是要借助实物的。这样在课堂上有时候用实物举例孩子明白了,但一抽象到具体的数字孩子往往就迷糊了。经过形象思维的积累,才能从一个个的实物中提取出抽象的数字概念。所以当父母遇到这种情况时,一定要冷静,可以利用直观物体,让孩子从实物中得到抽象概念。

4. 主次不分

有这样一个小笑话,杰克放学回家,母亲看见他满脸血迹,就问道:“杰克,你又打架了?怎么丢了两颗牙齿!”杰克急忙说道:“妈妈,牙齿没有丢,我把它放在口袋里了!”可见,孩子完全没有搞清楚妈妈的意思,妈妈责备的是他又和别人打架了,他却说牙齿没有丢。

从孩子的观念来看,牙齿确实没有丢,因为丢的意思对他们来说是找不到了,不见了,而他的牙齿还放在口袋里这能算丢吗?还有一则笑话,也能说明这个问题。一个母亲对孩子说:“留神别吃下苹果里的虫子。”宝宝说:“为什么我要留神呢?该让虫子留神我才是。”这才是孩子的可爱!所以,孩子说话抓不住问题的关键,父母要保持足够的耐心来倾听。

5. 单维思维

妈妈教育孩子说:“凡是重要的东西都应该锁在箱子里,才不会遗失。”儿子记住了这句话。过了几天,妈妈要开箱取东西,却怎么也找不到钥匙了,宝宝在旁边说:“妈妈,钥匙在箱子里面呢!您说钥匙总该是重要的东西吧,所以我把它锁起来了。”可以说孩子只知道钥匙重要,而他却忘了只有钥匙才能够打开箱子的锁。