

# 幼升小会这三招 孩子轻松背书包

## 第一招： 培养自理能力，可以这么“玩”

孩子从幼儿园进入小学，学习和生活环境都发生了很大变化，不少孩子不能很好地适应。

从历年经验来看，一年级新生主要会出现这些问题：自理能力弱，不能整理自己的学习生活用品，常常丢三落四；规则意识不强，缺乏纪律观念；没有时间概念，写作业磨蹭，要拖到很晚才完成学习任务。

杭州某教育集团的黄老师建议，家长可以针对这三个问题，在开学前帮助孩子顺利平稳过渡入学关。更重要的是，这对孩子未来的学习成绩会起到非常大的促进作用。黄老师是一位有着27年带班经验的资深班主任，可以说是幼小衔接的专家。

## 第二招： 培养规则意识，可以这样“引”

一些家长会对孩子念叨，上小学后需要注意的要点，这样的口头灌输不仅没效果，还可能适得其反，引发亲子矛盾。借用一些优秀的绘本，让孩子了解规则意识，是个不错的办法。例如，《大卫上学去》提示孩子在学校要遵守的规则，《最好吃的蛋糕》让孩子了解要懂得合作，《排队啦，排队啦》则讲的是遵守公共秩序。家长除了将绘本讲给孩子听，还可以和孩子讨论，引导孩子感知规则的意义。

秩序感是一种生命的需求。家长还可以通过提问，一步步引导孩子自己寻找谜底，慢慢养成规则意识。比如关于图书馆吵闹的现象，孩子在与家长的问答互动中，会慢慢意识到不同场合对行为有不同的要求，孩子有了规则意识，才能在将来的集体中健康而有尊严地生活。

## 第三招： 培养时间管理能力，可以这样“练”

孩子进入一年级后，作息时间会发生很大变化，因此让他们学会管理时间尤为重要。家长可以采用“时间有效管理三步训练法”。

第一步：明确目标。家长要根据自己的特点来确定训练目标，切忌拔高要求，建议分小步推进。第二步：乐于训练。家长要帮助孩子寻找到一个感兴趣的任务，使孩子主动参与训练，并且要设定完成任务每一个步骤的时间。比如家长可以让孩子制作一份“30分钟整理书房时间表”，每个步骤设定具体的时间，并绘制简易有趣的图标，以便对自己整理所花时间做到心中有数。第三步：自我评价。完成一轮时间管理训练后，孩子进行自我评价，无论成效大小，家长要注意引导孩子积极认同自己，并且积累经验，调整下一轮训练要求。

这样经历过多次循环练习，逐渐提高孩子的时间观念，初步形成时间管理能力，就能避免一年级入学后出现磨蹭等浪费时间的现象。

在上小学一年级之前，养成好习惯远比学习知识重要。

（据《北京青年报》）





### 家有萌宠

昵称：小宝  
性别：女宝宝  
年龄：6个月  
成长寄语：在爸爸妈妈的眼中你是世界上最好最可爱的孩子，我们为拥有你而感到无比的幸福，你的到来为全家带来了快乐和笑声，愿你今后平安喜乐，顺遂无忧。



### 家教有方

不少家长常抱怨：我家孩子啥都好，就是在外面放不开，连招呼也不打；我家孩子太霸道，什么都不愿意分享……的确，孩子在外不够礼貌得体，让家长觉得没面子，但老是让孩子屈从“礼貌”，可能无形中伤了孩子的心。教孩子懂礼貌，家长应该先做好榜样。

**情况一：逼着孩子打招呼，伤自尊。**家长都希望孩子在外开朗大方，逢人就打招呼，可孩子却害羞地躲在大人身后不肯开口，这时有的家长会低声“威逼”，如果孩子一言不发，家长就会呵斥：“你这孩子太没礼貌了！”全然不顾孩子感受。下一次，孩子可能还是如此，甚至更加相信，我就是个见人不会打招呼的孩子。久而久之，这个标签会内化到心里，让他自尊受挫，感受不到归属感与价值感。

**正确做法：**家长自己要先跟人热情地打招呼，身体力行地影响孩子，在这样的耳濡目染中，孩子自然乐于接受。降低对孩子的期望，打招呼对有的孩子来说易如反掌，对有的孩子却比登天还难。如果孩子没办法做到一口一个“叔叔好”“阿姨好”，不如看看孩子这一次是不是没躲到大人身后，能对人微笑了，给予鼓励。期望一降低，家长和孩子压力都降低了，孩子今后与人打招呼就会轻松自然一些。

**情况二：强迫分享，伤害孩子物权观。**大的让小的，小主人让客人，自己的孩子就要让着别人的孩子，这种强迫谦让、分享的传统礼貌观念，

## 教孩子懂礼貌，家长先做好榜样

深深地刻在很多人的心里。孩子在没有被告知的情况下，常被迫把东西让给别人，会伤害他的物权观。其实，每个人对属于自己的东西都拥有自我掌控权。

**正确做法：**一个母亲带儿子在游乐场玩，旁边的孩子想玩儿子的玩具，儿子便求助妈妈，妈妈说：“这是你的玩具，你自己决定。”于是，儿子拒绝了对方。那个孩子伸手来抢，妈妈过去拦住，坚定地说：“对不起，这是他的玩具，他说不可以。”过了一会儿，儿子玩够了，主动把玩具递给了那个孩子。这个妈妈的做法是让孩子行使支配自己物品的权利，他会有强烈的安全感，这样，她的儿子会从内心真正愿意去分享。

**情况三：强迫孩子表演，失去动力。**有才艺就展示，在人前落落大方，这也是一种礼貌。于是，很多孩子被迫在众人面前表演，一旦拒绝或表演得不好，就会被数落：“你怎么就这么上不了台面，在家不都好好的嘛！”强行表演会让孩子觉得做得好坏与否和自己无关，而是为了让他看见和得到表扬，他会很快失去动力，并反感家长拿自己在众人面前炫耀。

**正确做法：**家长如果真的想“炫娃”，可以赋予这件事情更多仪式感，比如为孩子在家开演奏会或个人作品展，邀请亲朋好友参加，家长自己也可以加入其中，一同表演、展示，这样不仅“炫”了娃，也真正鼓励了孩子，共同分享喜悦。

（据《生命时报》）

## 爱发怪音，长大阅读能力强

近日，国外某研究机构发现，宝宝咿呀学语时发音越古怪，长大后阅读能力或许更强。

该研究由美国佛罗里达州立大学研究人员组织开展，他们对美国英语家庭9~30个月的婴幼儿进行持续跟踪观察。研究人员记录下这些宝宝与照顾者互动时的语言特点，等到他们6岁时，检测评估其识别词语的能力。结果发现，那些咿呀学语较复杂的婴幼儿在后期阅读测试中，识别特定字母、词语的表现更好。

研究人员指出，婴幼儿学语言的复杂性，也许可以作为阅读障碍的早期预测因素，使父母和专业人员能对存在阅读障碍的儿童早发现并干预治疗。

（据人民网）

## 父母太干涉，孩子不自信

父母干涉多的孩子常过分挑剔自己，相对不自信，且会随年龄增长而加重，增大了他们患抑郁或焦虑症的风险。

研究者选取了263名7岁小学生，对他们进行了5年的追踪调查。孩子们要在规定时间内解决一些难题，父母在必要时可帮忙完成。在试验过程中，研究者观察了父母是否干扰孩子解决问题，结果发现，干涉度高的父母会完全帮孩子解决问题。而父母干涉越多，孩子们在量表中的得分就越高，有59%的孩子会同时表现出“自我批评”和“社会规定性的完美主义”倾向。

研究者认为：当父母干涉孩子的生活时，就向孩子表明他们做得不够好。因此，即使犯了轻微错误，孩子也会害怕，并责怪自己做得不完美，从而进一步加剧了他们出现情绪问题的风险。研究者提醒，父母不妨多给孩子一些自主空间。

（据人民网）



### 讲文明·树新风

JIANGWENMING SHUXINFENG

# 弘扬志愿精神 引领时代风尚

