第一图书网, tushu007.com

<<帮助孩子健康成长>>

图书基本信息

书名：<<帮助孩子健康成长>>

13位ISBN编号：9787509107218

10位ISBN编号：7509107210

出版时间：2008-2

出版时间：人民军医出版社

作者：任修瑾 编

页数：328

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<帮助孩子健康成长>>

内容概要

让孩子快乐、健康地成长、成才、成功，是家庭教育和学校教育的共同目标。
北京市启智心理教育研究所与北京市海淀区向东小学共同跟踪研究部分小学生的成长历程，结合教育实践编著了本书。
本书论述了小学生自入学到小学毕业期间的家庭教养问题，着重论述怎样帮助孩子提高学习成绩，做个快乐、成功的小学生。
另外，家庭怎样与学校配合，怎样开发孩子的智力，怎样培养孩子的高情商，怎样进行家庭学习指导，怎样进行家庭生活指导，怎样进行社会生活指导，怎样进行心理健康指导，怎样进行生理健康指导等，这些问题书中均给出了具体的方法。
希望您能有幸读到本书，并把这些方法应用到实践中去。
家庭教育的效果，不仅取决于父母的重视程度，还取决于父母掌握和理解教育知识、运用教育方法的水平。
没有不成功的孩子，只有不成功的父母。

第一图书网, tushu007.com

<<帮助孩子健康成长>>

书籍目录

第1章 让孩子做个快乐的小学生 第一节 入学前的准备 一、要及时送孩子入学 二、入学前先培养上学的兴趣 让孩子心中有一个美好的校园 开学前参观和了解学校 三、学习心理与学习用具 四、与老师建立联系 第二节 早晨的事情 一、起床与穿衣 按时起床，别太紧张 给孩子穿适用的衣服 二、富于营养的快乐早餐 早餐给孩子吃什么呢？
孩子不爱吃饭怎么办？
三、离家前的准备 第三节 上学路上 一、让孩子适应走路上学 了解上学路上的障碍 让孩子了解交通规则 天气不好时要穿有反光标志的衣服 让孩子适应每天的上学之路 二、只有技术熟练才可以骑自行车 第四节 指导孩子适应新环境 一、低年级孩子如何适应新环境 二、孩子怕上学怎么办？
三、孩子喜欢学校里的什么 四、让孩子晚上睡个好觉 五、安定情绪的游戏能帮助孩子入睡 把声响“听到最后” 仔细瞧 手摸判断 第五节 学校里的事情 一、你叫什么名字？家在那里？
二、在学校取得好成绩的秘密 听、说、看 关心孩子在学校中的忧虑 三、我的孩子在学校是否“正常” 能听话 听和理解 鼓励孩子提问 如果耐心很快就消失 没有兴趣、真烦 真正的气恼 老师不喜欢我 其他孩子比我聪明 我就是不行 别人老是找我麻烦 我老是跟不上 四、上学出现的问题 关于学校的噩梦 引人注目的孩子和不引人注目的孩子 受威胁的孩子 大事要认真对待，小事无关紧要 第六节 放学回象 一、接还是不接 二、听孩子讲述学校的事情 细心适应孩子的情绪 学校里有什么事情发生 你怎么了 让孩子安静一会 三、何时做家庭作业 四、参加家长会 第七节 假期 一、欢迎小朋友到家来做客 二、朋友是重要的，该怎样找到朋友？
三、带孩子去旅游 四、送孩子去才艺培训班 五、去图书馆与博物馆 六、家务活第2章 父母的期盼 第一节 希望孩子成为有成藏的人 一、发现孩子的真正意愿 二、协调父母的期望与孩子的意愿 三、充分认同孩子的独立性 四、正确对待孩子的兴趣 第二节 父母的期望值 一、希望孩子独立自主，在音乐方面有所发展 二、期望孩子能与同学互助合作 三、希望孩子将来从事科技工作并成为佼佼者 四、期望孩子身心健康、品学兼优 第三节 让孩子有一个快乐的童年 一、让孩子形成乐观进取的生活态度 二、创造和谐愉悦的交谈气氛 三、让孩子克服焦虑第3章 家庭教育与学校素质教育 第一节 学校素质教育的基本内容 一、什么是素质教育 二、素质教育的基本内容 三、小学生素质教育的发展目标 第二节 家庭教育的内容与要求 一、家庭教育的内容 二、家庭教育的作用 三、家长的职责 四、家长的类型 第三节 家教与校教配合可提高学生综合素质 一、家庭教育是学校教育的补充 二、家庭教育与学校教育一致有利于学生的稳定发展 三、家教与校教配合有利于提高学生的学习成绩 第四节 家庭教育怎样配合学校素质教育 一、家长要了解孩子的在校表现 二、尊重和采纳老师意见 三、注重老师家访 四、老师家访后要妥善做好孩子教育工作 五、家长与学校一线通 第五节 家长要了解家庭教育学的基本知识 一、家长的言行应与学校的理念相配合 二、配合学校执行《守则》和《规范》 三、家长要有良好的作风和修养 四、善于与孩子接近和交流思想 五、尊重孩子的选择 六、致力创造一个和谐、欢乐的家庭 七、懂得儿童心理和教育规律 八、家长教育行为规范 九、小学生日常行为规范 第六节 家庭教育与学校教育一体化第4章 怎样开发孩子的智力 第一节 影响智力的因素 一、什么是智商？
二、如何看待智商？
三、影响智力的因素 四、聪明的关键 五、大脑越用越聪明 第二节 培养孩子智力的要点 一、激发孩子的智慧 二、保护孩子的好奇心 三、为孩子创造好的家庭环境 四、为孩子提供创造的机会 五、对孩子的兴趣给予关心和鼓励 六、让孩子体会成功的乐趣 七、理解孩子的心理 八、营造轻松愉快的智力活动氛围 九、多用表扬来激励孩子 十、强制教育压抑孩子的智力发展 十一、给孩子自己发展智力的空间 十二、让孩子自己动手可以训练孩子的智能 第三节 智力开发的有效方法 一、浮想联翩法 二、引趣法 三、迁移法 四、诱导法 五、实践法 六、智力游戏法 七、仿生思维法 八、风暴法 九、数学游戏法 十、设问法 第四节 培养孩子的思维能力 一、启发诱导和帮助孩子去思考 二、强化孩子的思维训练 三、发展右脑的形象思维，开发右脑 第五节 培养孩子的创

第一图书网, tushu007.com

造力 第六节 培养孩子优良的智力品质 第七节 让孩子的智力与能力协调发展 一、智力的发展差异 二、智能的发展 三、非智力因素不可忽视第5章 培养孩子的高情商 第一节 情商是决定孩子能否成才的重要因素 一、什么是情商 二、情商的能力 三、高情商是一种优势 第二节 培养孩子高情商的法则 一、让孩子愉快地面对生活 二、让孩子学会面对挫折和失败 三、帮孩子建立自信 四、让孩子自己解决生活中的问题 五、培养孩子的自我控制能力 六、训练自我控制能力的方法 七、做一个受欢迎的学生第6章 理想的家庭教育模式 第一节 家庭互动式的家教模式 一、什么是家庭互动 二、家庭教育是在家庭互动中进行的 三、家庭互动的特征 四、家庭互动的过程 五、家庭沟通的类型 六、有效沟通的要素 七、家庭沟通的障碍 第二节 怎样与孩子沟通 一、营造良好的家庭沟通环境 给予孩子理智的爱 要有民主的家庭气氛 二、要成为一个善于沟通的父母 学会倾听孩子的心声 言语合情合理 提醒孩子但不哆嗦 经常与孩子交流 学会与孩子沟通 三、态度决定沟通效果 与子女保持亲近 注重一言一行 陪孩子一起成长 保持乐观身教 融洽的交谈 要有无限的耐心 四、与孩子轻松沟通的技巧 和谐的环境下沟通 情感的传递 共同交流 当作大人 让沟通更幽默 利用孩子的兴趣来沟通 五、具有教育效果的沟通技巧 摆事实讲道理 把枯燥乏味变得生动活泼 让故事更精彩 询问孩子的心理活动 让孩子积极主动与你沟通 让孩子正确发表意见 适应孩子的情绪 深入孩子的世界 商量行事 让爱产生共鸣 第三节 在与孩子沟通中培养孩子 一、心灵上的沟通是激励孩子上进的原动力 二、消除父母与孩子沟通的障碍 三、在与孩子沟通中培养孩子 培养孩子追求成功的精神 培养孩子的成就感 培养孩子学会合作 培养孩子爱劳动的习惯第7章 家庭学习指导 第一节 创建良好的学习环境 一、良好的家庭给予孩子的学习环境 二、问题家庭环境带给孩子的不幸 三、注重创造益智的环境 第二节 培养孩子的学习兴趣 一、怎样提高孩子的学习兴趣 二、培养学习兴趣的具体方法 第三节 帮助孩子掌握学习方法 一、讨论学习法 二、观察学习法 三、阅读学习法 四、比较学习法 五、发现学习法 第四节 指导孩子的学习 一、正确的读书方法 二、提问的原则 三、示范是练习的前提 四、讨论增进学习的进步 五、培养孩子良好的学习习惯 六、避免陪孩子做作业 七、学习方法 第五节 开发孩子的学习潜能 一、对潜能的认识 二、引导孩子发展潜能 三、发展潜能的条件 四、自我概念 五、重视情感的发展 第六节 正确对待考试与分数 一、考试与分数 二、正确对待孩子的考试成绩 第七节 请家教的问题 一、要不要请家教 二、正确地给孩子请家教第8章 家庭生活指导 第一节 培养弦子乐观向上地面对生活 一、营造孩子们舒适的生活环境 二、培养孩子的快乐性格 三、让孩子走出孤僻 四、让孩子合群 五、让孩子不退缩 第二节 培养孩子基本的生存能力 一、对孩子进行生存教育 二、让孩子“学会生存”、“学会关心” 三、帮助孩子独立克服困难 四、让孩子学习同陌生人相处 第三节 培养孩子的自理自立 一、让小学生自己动手增强自立 二、培养瞬间行动的能力 三、树立自信 四、在生活中培养孩子独立的能力 五、学会做人、生活、学习、劳动 第四节 审美教育有利于小学生的个性发展 一、家庭美育影响孩子的个性 二、为小学生营造家庭关育环境 三、家长要成为美育的导师 四、帮助孩子懂得外表关 五、培养孩子从感受自然美中体会审美观 六、参加艺术活动增强孩子的创造关 七、珍惜童心之关 第五节 培养孩子的劳动观念 一、明确让孩子做家务的目的 二、让孩子明确在家中的角色 三、父母怎样指导孩子做家务 第六节 教育孩子自我保护 一、怎样教育孩子自我保护 二、教孩子自我保护和求助他人的方法第9章 社会生活指导 第一节 培养孩子学会社会公德 一、教给孩子做人之道 二、培养孩子遵守社会公德的自觉性 三、让小学生掌握道德规范和准则 四、培养孩子的高尚情操和完美人格 五、让孩子学会宽容 六、帮孩子克服嫉妒心 第二节 培养孩子的“亲社会行为” 一、支持孩子参与社区活动 二、让孩子走出家庭生活圈 三、培养孩子的“亲社会行为” 四、让孩子学会观察社会 五、纠正孩子的社会行为偏差 六、让孩子接受磨炼 七、让孩子感知苦难 八、教孩子正确的消费观 第三节 培养小学生社会性的家教规范 一、教育培养型的家教方式 二、思维开拓型的家教方式 三、丰富开放型的家教方式 四、自觉型的家教方式 第四节 小学生的安全教育 第五节 小学生的自我保护意识培养 一、教育孩子树立自我保护的意识 二、让孩子学会用法律来保护自己 三、教给孩子自我保护的知识和方法 发生水灾时怎么办 地震时怎样保护自己 遇火灾时怎么办 游泳时怎样注意安全 怎样注意交通安全 当被人欺侮时怎么办 被坏人绑架或诱拐时怎样自护第10章 心理健康指导 第一节 小学生心理健康的标准 一、心理卫生的概念 二、心理健康的标准 第二节 小学生心理特点和心理卫生问题 一、小学生的心理特点 二、小学生常

第一图书网, tushu007.com

<<帮助孩子健康成长>>

见心理卫生问题 第三节 小学生的心理保健　一、孩子的心理需要　二、小学生心理健康教育的主要内容　三、学习要讲心理卫生　四、正确处理压力　五、消除心理压力 第四节 小学生心理问题矫治　一、学习方面的问题　二、人际关系方面的问题　三、小学生常见的情绪障碍及矫治　抑郁　焦虑　恐怖症　羞怯　发脾气　四、小学生常见行为障碍与矫治　不良行为习惯　退缩行为　品行障碍　五、儿童多动症矫治　儿童多动症的表现　多动症产生的原因　多动症的矫治 第五节 青春前期性教育　一、青春期生理特点　二、青春期心理特征　三、青春期性教育的主要原则　四、青春期心理辅导方法第11章 生理健康指导 第一节 视力保护　一、近视　二、弱视 第二节 龋齿的防治 第三节 沙眼防治 第四节 贫血 第五节 脊柱弯曲异常 第六节 成年期疾病的早期预防　一、动脉粥样硬化　二、原发性高血压　三、单纯性肥胖 第七节 青春前期常见卫生问题　一、痤疮　二、经期卫生　三、遗精　四、手淫　附录：卡尔•威特的家教经验

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第1章 让孩子做个快乐的小学生第一节 入学前的准备一、要及时送孩子入学教育法规定年满6周岁的儿童即达到入学年龄，这当然也是根据小学生的生理特点来决定的。
但有些父母更希望早开发、早培养孩子，喜欢把孩子提前送入小学，认为孩子年龄小，有竞争优势。
根据多年的教育经验，我们认为孩子提前入学优势并不明显。
只有达到一定的年龄的孩子，生理、心理发展水平才能符合小教育的特点。
如果提前入学，正常发育的孩子学习很吃力，会对学习产生畏惧心理，也需要较长时间来适应小学有纪律、有规律的生活。
当然，对于发育正常的孩子来讲，延迟孩子入学也不利于孩子适时授受正规的培养教育，所以，作为教育者，我们的建议是要及时把适龄儿童送进小学。
二、　入学前先培养上学的兴趣在孩子上小学之前几周，家长要注意培养孩子对上学的兴趣。
这包括：让孩子心中有一个美好的校园比如对孩子说：“啊，向东小学真是个好地方，操场很大，有篮球场、足球场、田径运动场，操场上还有国旗迎风飘扬，有很多小学生在玩，有踢足球的，有玩篮球的，还有做操的，赛跑的……。
学校的教学楼很漂亮，楼里还有很多学生在上课，有唱歌的，有朗读课文的，有学英语的，还有弹钢琴的……”我还记得我上小学的事情：“第一次到学校时，老师对我们说：‘欢迎新同学’，第一天我就结识了好几个小朋友，特别开心。
学校里有很多有趣的事，能够学很多知识……”。

第一图书网, tushu007.com

<<帮助孩子健康成长>>

编辑推荐

《帮助孩子健康成长:父母的功课》由人民军医出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

<<帮助孩子健康成长>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com