

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子



夏末秋始，开学季如期而至。新学年，又一批小朋友将要走进小学校园。不少家长因此感到焦虑，孩子从幼儿园“小朋友”成长为小学生，在学习、心理、人际关系上会经历哪些变化与挑战？孩子不适应这些变化该怎么办？家长又能做些什么？近日，我们采访了电子科技大学附属实验小学（以下简称电子科大附小）二年级年级主任丁洁、二年级学生家长张欣欣，成都市实验小学课程中心主任白雪，来听听他们在“幼小衔接”中的心得体会。

解锁“幼升小”衔接密码—— 一年级，快乐启航！

■ 实习记者 张玥

授之以渔，助孩子养成良好生活习惯

刚进入小学孩子将面临一个重要的身份转变：从小朋友变成学生，这意味着孩子已经成为了一个具有较强学习能力的个体，在他们未来的人生中，将要开始学习越来越多的技能，面对越来越多的挑战。想要让孩子得到全面发展，“授之以渔”很关键。教会孩子做事情的方法，远比代替他们完成更重要。

孩子升入小学后，需要面对一个挑战——自己的事情自己做。无论是学习还是生活，成为小学生后，孩子需要通过自己掌握的各项技能，来完成自己想要做到的事。家长要相信孩子，从点滴小事中锻炼孩子的自理能力，让他们自觉养成良好的生活习惯。

电子科大附小二二年级年级主任丁洁讲述了这样一个例子：在她的班上，曾有一个学生时常找不到自己的课本，每次都需要家长给老师打来电话，告诉孩子书本放在哪个夹层。

丁洁认为，找寻课本本是小事，但“自己的事情自己做”的意识，却需要在这种点滴小事中慢慢培养。家长应该通过生活中的小事，让孩子养成良好的生活习惯，这样才能让孩子将“自理意识”内化成“自理能力”，自发产生自己料理自己生活的想法。孩子具备应有的自理能力后，在人际交往能力上也会得到提高。丁洁观察到，具备较强自理能力的孩子也更容易和同学打成一片，而“什么都需要他人帮忙”的孩子更容易受到冷落，甚至被同龄人嘲笑。

丁洁建议，家长不应过度放大孩子在幼小衔接中的困难和缺点。一年级新生毕竟还稚嫩，很多看似错误的行为实属正常，尝试以孩子的视角去理解他们的行为，更利于孩子的成长。

在丁洁班上，曾有一个家长连发长文向老师反映自己孩子可能遭受校园暴力。起初丁洁非常重视，连忙同此事涉及的学生谈话。但这些学生均表示只是与这位同学发生过口角，过后大家仍然正常交往，一起放学回家。为了了解事情真相，丁洁还跟这个孩子进行了谈话，发现孩子并未把此前与同学争吵一事放在心上，她只是偶然将学校发生的事情讲给父母听，与发生争执的同学也只是暂时拌嘴，现在仍是天天一起玩的好朋友。

因此，丁洁建议，家长对孩子适度关心很有必要，但也不应过度放大。必要时多听几个孩子的说法，全面了解事情真相，更利于孩子的身心健康。当然，家长也不应陷入另一种“极端情况”，即什么都不管，完全放手。家长可以指定一个标准来衡量孩子是否可以独立完成某件事，即“是否掌握了做某件事的方法”，一旦孩子已经掌握了完成某件事的技能，无论结果怎样，家长都可以适当地选择放手。

幼小衔接，创新课程来助阵

开学前半个月，成都市实验小学（以下简称“成都实小”）陆续上线了“开学热课”系列前置课程视频。内容主要针对即将入学的准新生最容易出现的一系列学习和生活上的问题，集中通过视频的形式作出答复。课程中的一些知识和理念可以为学生、家长们提供借鉴。

成都实小老师们认为入校前应该有前置课程的培训。课程中心主任白雪认为，学习的过程是一场“马拉松”，而不是“冲刺”，踏入小学是这场“马拉松”的开始。特别是在疫情之下，很多小朋友幼儿园在园时间都在一定程度上缩短，“幼小衔接”的过程也会面临更多的不适应和挑战。因此，幼小衔接应该“慢半拍”，在入校前就让孩子对小学生活建立认识，可以让每一个小朋友都

尽可能地适应从幼儿园到小学的过渡，从而在后续的学习中迸发出更大的潜力。家长和教师要耐下性子，让孩子在活动和玩耍的过程中学习各项规则，不仅可以让他们更好地了解规则，还能让他们更好地运用规则。

白雪介绍，成都实小的系列幼小衔接课程会持续半年，孩子们将有半年的时间完成从幼儿园小朋友到小学生的转变。在这半年的实践中，一年级新生将跟随有趣的校园原创卡通人物一起化身“超级英雄”。小英雄们通过“闯关”的形式，解决一个个入学需要解决的问题。他们在校园游戏中“过关斩将”，最终变成合格的小学生。

不仅如此，成都实小的一年级新生还将人手一本“开学护照”，这

本护照中介绍了从认识学校、结交朋友、了解老师、建立规则等方面的知识，用故事和游戏的方式引导学生在了解、参与公共生活的过程里逐渐积累班级主体意识和规则意识。

在今年的前置课程中，成都实小课程中心还为学生们制定了“挑战21天”的好习惯养成任务卡。卡片要求，孩子们在入学前21天养成早睡的好习惯，每天在21:20前入睡就可以在卡片上打钩。完成这21天的连续早睡挑战，就能在开学时到班主任处领取学校的“超级文创礼”。“养成一个好习惯需要21天，我们用这样的方式鼓励孩子在入学前培养早睡早起的好习惯。”白雪说。

同时，“家校共育”也是“幼小衔接”的重要途径。白雪认为，在幼小

衔接的过程中，学生不仅需要前置课程循序渐进地掌握进入小学的各项技能和规则，家长也应该跟着孩子一起学习，共同适应步入小学的各种变化。

例如，在成都实小的系列课程中，有一节是教授学生如何进行文具课本收纳的课程。这节课不仅针对儿童学习收纳规则，家长同样可以参与到收纳规则的学习中来。

白雪说，很多成年人有丢三落四的毛病，究其原因很可能是儿时并未养成合理收纳的好习惯。成都实小课程研究组在收纳管理的相关课程中，还加入了一些美育内容，这样不仅可以帮助孩子养成良好的生活习惯，还可以在在生活中了解一些学科知识，家长也在陪伴孩子学习的过程中掌握了“收纳美学”。

智慧家长献妙招，化解“幼升小”焦虑情绪

在幼小衔接过程中，家长的态度会直接影响到孩子的生活、学习等方面。电子科大附小二二年级学生熊天择的妈妈张欣欣，用“佛系”的家庭教育，与孩子一起轻松度过了这个阶段。

张欣欣认为，家长有焦虑情绪很正常，但传递给子女后，却很可能适得其反。因此，家长要自己消化焦虑情绪，并展示给孩子稳定平和的精神状态。

“一年级本身需要学习的知识并不多，但是掌握学习技能和规则意识非常重要。”张欣欣说。很多同熊天择年龄相仿的孩子在升入小学之前，都曾报过“幼小衔接”的课程培训，但张欣欣却选择把孩子带到大自然中，带到操场上，让他在户外和生活中体验“幼小衔接”。

诗词背诵是很多孩子初入小学的难题，怎样让孩子既能快速背诵古诗，又能体会到古诗词的内涵？张欣欣采用了“边玩边学”的方法。

“小孩子的联想能力很强，因此我们会尽量在一些特定的场景中教他背诗，这样他的记忆是最深刻的。”张欣欣说，她曾带孩子去峨山周边旅行。在旅行中，她为孩子诵读了《七律·长征》，并结合场景，向

孩子讲述了这首诗的创作背景。在边看边玩中，熊天择很快学会了背诵《七律·长征》，也记住了不少红军长征的故事。

张欣欣还在很多碎片时间中融入了一些“小知识”，在她家的卫生间，有很多古诗诵读小卡片。这些卡片并非要求孩子上厕所时还要“背诗”，而是为了加深他对诗词的记忆，养成利用碎片时间学习的习惯。

同时，张欣欣认为，家长不该将孩子只视作“小孩”，六七岁的孩子已经具备非常敏锐的观察能力，家长的很多行为都会传递给孩子一些信号。有一次，熊天择考试成绩不如以前理想，他便小心翼翼地试探父母：“如果我没考好，该怎么办？”孩子的一句话引起了张欣欣的思考，孩子已经具备了察言观色的能力，假如自己在孩子成绩不好时表露出负面情绪，将会给孩子产生“父母对我的爱来源于我优异的成绩”的感受。

通过这个细节，张欣欣意识到，“对孩子的爱应该是没有条件的，要照顾孩子的情绪，尊重他的独立人格。”因此在张欣欣家，有了这样一条规定：父母做关于孩子的决定时，都必须询问孩子的意见。



本版图片均为资料图片

在选择延时课程时，熊天择表达了对美术课的兴趣，张欣欣欣然同意了孩子的决定。但上过课后，熊天择发现，小学阶段的美术课程需要学习一些技能类的知识，不像幼儿园那样“好玩儿”。张欣欣知道儿子的想法后，询问他是否还要坚持，熊天择选择仍然坚持学下去。“往往孩子自己的选择会更加坚定，多让孩子自己做决定有助于培养他的责任意识，他也会变得更有主

见。”张欣欣说。

此外，张欣欣还提到，想让孩子养成良好的学习习惯和学习意识，家长应该以身作则，为孩子亲自示范如何正确学习。“如果要求孩子学习，家长却一直玩手机，这样的教育没有说服力。”张欣欣说。她和丈夫每天回家后都会坚持读书、办公一段时间，孩子也在耳濡目染中养成了回家先完成作业再出去玩的习惯。

科学做准备 入学怀憧憬

■ 李宏龙 李明相

孩子从幼儿园进入小学一年级，是一个较大的跨越期。这时，孩子既憧憬着未来的学习，又伴随着对学习、生活方式的改变而产生心理准备不足的焦虑，甚至会产生些许害怕上学的心理情绪。作为父母要充分发挥第一任老师的作用，对孩子心理调适和习惯培养等方面进行指导，帮助孩子克服困难，科学有序为小学生活做准备。

心理引导增期待

孩子进入一年级前，父母可以从“向往入学、情绪良好、积极锻炼和动作灵活”四个方面为孩子做好身心准备。可以阅读《无条件养育》《正面管教》等书籍，学习相关的育儿经验，改变传统

的教育思想和行为。在日常亲子交流、亲子阅读、亲子游戏中有规划地训练孩子良好的心理，发现孩子的兴趣，引导孩子认识自己、了解自己，鼓励孩子大胆表达。

美国心理学家艾利斯的ABC情绪理论认为，要想事情往好的方面发展，一定要有一个积极的态度或情绪。因此，父母要引导孩子做情绪的主人。在亲子交流中引导孩子谈谈对小学生活的向往和焦虑，分享自己小学生活的情景，用孩子熟悉的事例，引导孩子形成安定、积极的情绪，让孩子获得成长的自豪感，建立起积极的人学心理期待，这样，入学后就能缓解初期因各种环境

变化带来的畏难情绪。

习惯培养树信心

好习惯比学习成绩更重要。幼儿教育是保、教并重的教育，而小学教育侧重于知识学习，这就需要父母在培养孩子生活、学习等各方面的良好行为习惯上下功夫。“事无巨细”，往往看似不经意的小事，却蕴含着足以改变人命运的能量。要培养一个优秀的孩子，必须有一份科学的制度规范他的思想言行。日常生活中，父母要有意识地根据家风和《小学生日常行为规范》对孩子的习惯进行细致入微的指导。通过亲子游戏、参与实践活动等让孩子养成自觉遵守规则的意识，引导孩子诚

实守信、知错就改。让孩子的言行举止有章可循，明白哪些事能做，哪些事不能做，哪些话能说，哪些话不能乱说。多一个好习惯，就多一份自律和自信，也就会多一份成功的机会。

亲其师，信其道

父母的一言一行都潜移默化地影响着孩子，父母要更新观念，正面认识教师职业。日常生活中，很多父母爱用老师的“权威”来唬孩子，当孩子不听话时就说让老师批评孩子，或者让老师处罚孩子，这无形中在孩子心里留下了老师很厉害，害怕老师的心理阴影。俗话说，“亲其师，信其道。”父母要引导孩子感知师爱与母爱是一样的，鼓励孩

子相信老师。给孩子讲解老师无私帮助学生的事迹，让孩子对老师产生敬佩之情，从而愿意和老师交往。

认可学校有向往

孩子即将进入一年级时，父母要给孩子讲解小学的美好生活和校园的美丽环境，激起孩子开启小学生活的热情。父母还可以带孩子参观即将就读的小学校园，给孩子讲解校园文化和学校有名的校友故事，让孩子感悟学校历史，提前熟悉校园生活。甚至还可以让孩子走进学校一二三年级进行结对联谊。从一年级孩子哪里了解小学生活的乐趣，听一听哥哥姐姐们的学习感悟与经验……让孩子体验丰富多彩的小学生活。