



如何顺利度过“幼小衔接”？

从“准备好”开始
告别“抢跑”焦虑

■ 本报记者 马晓冰

“这是孩子步入小学前的最后一个暑假,虽然我也想让她快乐玩耍,可周围不少同龄孩子都报了‘幼小衔接班’。不送她去,万一开学后跟不上进度,怎么办?”思来想去,家长陈芸还是给女儿报名了幼小衔接课程。

和陈芸有着同样顾虑的家长不在少数。开学日渐临近,在不盲目“抢跑”的前提下,“小一新生”究竟该做哪些入学准备,才能平稳衔接小学生活?本期,我们邀请到小学教师、幼儿园园长、心理专家共同探讨幼小衔接的关键点。

幼小衔接 不“超前”即“落后”？

暑期过去大半,陈芸用“苦了孩子,累了家长”来形容送女儿上“幼小衔接班”的日子,她甚至有些后悔:幼儿园最后一个暑假,孩子却比上学还忙。虽然的确学到了一些知识,但女儿对小学生活的期待却日渐减少。

从最初的“焦虑”到如今的“迷茫”,陈芸不禁困惑:提前的知识训练,究竟是孩子顺利衔接的刚需,还是家长给自己的“定心丸”?

“很多孩子都提前学了拼音、算数,不提前学会落后。”“小学教学进度快,容易跟不上。”……成都市龙泉驿区教育科学研究院综合部副部长、心理健康教育教研员兰小云表示,这些言论大幅加剧了家长的焦虑,促使不少家长提前给孩子“补课”。“超前学习短期内或许有一定效果,孩子更早掌握某些知识,但这种领先可能以损害长期学习兴趣为代价。”兰小云解释说,根据大脑发育规律,3至6岁幼儿以具体形象思维为主,注意力持续时间短,小肌肉群尚未发育成熟,因此,幼儿教育以游戏为基本活动,孩子们通过增加感知、动手操作和亲身体验来学习。

如果强行让孩子提前学习小学知识,一方面会挤占孩子的活动时间,出现“会背诵但不会交往”“会算数却乱发脾气”的失衡状态。兰小云提醒,5至6岁幼儿的核心任务不是掌握更多知识,而是发展社会适应能力、学习品质和良好的身心状态。

另一方面,“抢跑”的内容对幼儿而言过于抽象,他们只能盲目死记硬背,看似“记住了”却无法理解。长此以往,孩子容易产生枯燥感和无聊感,还未步入小学,就对“学习”产生负面联想和抵触情绪,不利于好奇心与探索欲的培养。

“我见过太多在幼儿园阶段‘抢跑’的孩子,一二年级时看似领先,到三四年级需要考验理解、思考 and 创新能力时,反而后劲不足。”眉山市彭山区锦江幼儿园党支部书记、园长魏灵燕谈道,“当孩子的表现达不到预期,家长容易失望和焦虑,孩子也会感受到压力与否定。长期下来会破坏亲子关系的安全依恋关系,影响孩子的心理健康。”

魏灵燕认为,幼小衔接的关键不是“学不学”,而是“怎么学”和“学什么”。家长希望孩子“赢在起点”的初衷虽好,但幼儿园与小学的教育要求、方式不同,幼儿教育“小学化”违背了儿童身心发展规律,是典型的“拔苗助长”,危害隐蔽且深远。

2025年6月1日,《中华人民共和国学前教育法》正式施行,明确禁止幼儿园教授小学阶段的教育内容,强调学前教育应当以游戏为基本活动,促进幼儿身心健康发展。“这不是限制,而是保护。”魏灵燕说,“给孩子符合年龄特点、快乐且有意义的童年,培养其独立生活能力、社会交往能力、情绪管理能力,才是赋予他们受益终身的‘软实力’。”

科学衔接 从“知识抢跑”到“能力助跑”

“去年9月是我第三次担任一年级教学工作及班主任,在我的观察中,‘小一新生’最让老师‘头疼’的表现是‘坐不住’和‘听不见’。”在成都市新都区东湖小学校教师朱丽晓看来,这并非孩子故意捣乱,而是他们未做好入学准备:小学每节课40分钟,有的孩子听着听着就走神了,玩橡皮、抠手指,甚至站起来看窗外的云彩,这是“规则意识”未建立的表现;有的孩子“指令接收不全”,老师说“把书翻到第5页,拿出铅笔”,他却只听见了“书”和“铅笔”,不知道具体行动;还有孩子自理能力欠缺,书包乱得像杂货铺,拧不开水杯盖急得直哭,上课铃响了才想起来没上厕所……

“教育部明确要求小学‘零起点教学’,老师的教学进度有科学、严谨的规范与标准,‘零基础入学’不代表会落后。”朱丽晓表示,拼音、算术等知识会在小学一年级系统教授,提前练字反而可能让错误姿势难以纠正。她建议家长将衔接的关注点从知识训练转向能力筑基,在日常吃、喝、玩、乐、聊中,帮助孩子提升“入学成熟水平”,达到“准小学生”所需的综合素质。

“幼小衔接不等于知识衔接,家长的焦虑源于对学业发展的过度关注,忽视了更本质的‘能力衔接’与‘心理衔接’。”魏灵燕补充道,一些孩子入学后“跟不上”,并非没提前学知识的原因,而是“身体”和“脑子”不能适应小学节奏和要求。她认为,成功的衔接需培养孩子的“三个连接能力”。

首先是自我连接的能力,家长要学会“放手”,让孩子从最简单的事做起,试着自主管理个人物品、时间与情绪;其次是与他人连接的能力,这需要家长多与孩子进行有质量的对话,多创造机会让孩子与同伴互动,让孩子在真实情境中学会分享、合作、解决冲突;最后是知识连接的能力,核心在于将教育目标自然融入日常生活与游戏,家长要学会呵护孩子的好奇心,认真对待他们的每一个“为什么”,培养他们的专注力和任务意识。

“生活是最好的课堂,生活化学习能让孩子在真实情境中全面发展。”魏灵燕提醒家长,学前准备并不局限于上小学前的暑假或幼儿园大班最后一学期,日常习惯养成,恰恰是未来小学生活的重要基础。

魏灵燕举例,可以通过剪纸、串珠、捏橡皮泥等亲子手工,锻炼孩子的手部精细动作;利用沙漏、计时器等工具,帮助孩子建立时间观念;把厨房、超市变成孩子与数学“交朋友”的场所,通过分配食物理解数量关系、比较价格感受数学应用;户外活动时鼓励孩子观察、探索自然,既培养科学思维、促进语言表达,又能拉近亲子关系。

“家长要注重体验过程,而非追求完美结果。孩子遇到困难时适度引导,创设丰富、安全的环境允许孩子试错,用启发式提问代替直接告知。”魏灵燕特别指出,培养基础能力需循序渐进,“慢慢来,比较快”。



开学在即 帮孩子把状态调至“小学频道”

“有时候我觉得,比起孩子,家长更需要调整心态、做好准备。”陈芸表示,越临近开学,她越忐忑,“像开盲盒一样,期待又紧张,不知道孩子入学后会有怎样的表现。”

兰小云理解这种心情,她建议家长陪伴孩子度过入学适应期时,将关注点从“认多少字、算多少题”转移到孩子在适应过程中发生的变化上,耐心观察、积极引导,帮助孩子在新环境中建立积极的自我认知。

同时,家长应建立合理期待,摒弃盲目攀比,允许孩子有一个逐步熟悉规则、建立习惯、找到节奏的过程,不苛求“样样领先”,接纳孩子暂时的困难。“有的种子开红花,有的种子开紫花,每个孩子的发展速度、优势领域各不相同,这是正常现象。家长要关注自家孩子的成长轨迹,欣赏其独特性。”兰小云说。

“这一阶段加强家校、家园沟通也很重要。”兰小云补充道,了解幼儿园的入学准备工作、小学的新生适应训练等,充分的家校协同能有效减少信息差带来的焦虑。

“不抢跑≠不准备,不提前灌输知识≠放养。”对此,朱丽晓建议家长多和孩子“正向聊小学”,比如带孩子参观小学时,可以描述“小学的操场可真大,你能尽情踢球”“科学课上有很多趣味小实验”“图书馆有各种各样的书任你翻阅”;为“准小学生”做思维准备,多玩“找不同”“简单推理”类游戏,比如“杯子里放不同量的水,敲击水杯,猜哪个声音更高”,在家中就能锻炼观察力和逻辑思维;帮孩子建立“我能行”的信念,多肯定孩子的尝试,哪怕他自己收拾东西时有遗漏,也可以称赞孩子“‘准小学生’就是不一样,每天都有进步”。

朱丽晓表示,聚焦到开学前两周时间,核心是“调频”——调心态、调作息、练规矩,把自己和孩子的身心状态都调整到“小学频道”。家长可以从这些细节入手:把生物钟调到“小学模式”,提前执行小学作息,在家模拟“小学日”,按小学课表的时间块来安排活动,帮助孩子提前适应小学节奏;做积极的情绪准备,用仪式感增强上学期待,例如带孩子去挑选他喜欢的书包、文具、水杯,告诉他“这是你成为小学生的专属装备”;为孩子强化“规矩”这根弦,通过扮演游戏,练习“听到铃声进教室坐好”“发言前先举手”等课堂规则。

除此以外,朱丽晓特别提醒,家长还可以给孩子打打“心理预防针”,通过亲子共读或者聊天,和孩子交流“上小学可能遇到的小麻烦”,告诉孩子“这些都很正常,可以大胆地找老师、爸爸妈妈帮忙”,帮他建立应对困难的信心。

近日,有媒体报道,当下培训市场上出现一种新的培训班——“高大衔接班”,即面向高中到大学过渡阶段的衔接课程,不仅包括大学英语、高等数学等基础学科,甚至延伸到“学生会竞选技巧”“恋爱心理学”等“实用技能”。培训中心教室内,坐满了“准大学生”,角落立着的海报上赫然写着:“大一新生暑假蓄力,入学抢跑一步。”

从“幼小衔接班”“初高衔接班”到如今的“高大衔接班”,梳理教培机构的营销话术不难发现,从“不输在起跑线上”到“大学入学抢跑一步”,变的是衔接的教育阶段,不变的是制造焦虑的商业逻辑。这些衔接班的本质,都是试图打破教育阶段的自然过渡规律,用超前学习制造虚假的竞争优势,最终将教育拖入一场没有终点的内卷“马拉松”。

各类“衔接班”大行其道的背后,既折射出部分家长对教育规律的认知偏差,认为只要不断提前学习、反复抢跑,就能在教育赛道上领先;也反映出一些家长将教育简化为“投入—产出”的功利性经济行为,认为只要花钱购买更多教育服务,就能确保孩子未来的成功。这种扭曲的教育观,不仅加重了家庭经济负担,更可能剥夺孩子自主探索与成长的空间。

国家现行的学制设计,是经过长期实践与科学论证的成果,具有系统性与合理性。从学前教育到高等教育,每个阶段都有其明确的教育目标与核心成长任务,适配不同成长阶段学生的认知特点与发展需求。

事实上,各高校近年来一直在持续完善新生适应支持体系,助力学生平稳度过“高大衔接期”。清华大学的“新生导引项目”通过学业导师一对一指导,帮助新生规划学习路径;浙江大学开设“新生研讨课”,让学生在小组化教学中快速适应大学的研讨式学习;电子科技大学从“思想赋能”“梦想赋能”“实践赋能”“生涯赋能”4个维度开展入学系列教育活动,帮助本科新生顺利适应大学生活;多数高校还设有心理咨询中心、学习支持中心,从心理调适、学业辅导到生活帮扶,为新生提供全方位支持。这些举措远比教培机构的速成课程更具针对性与科学性,更符合大学教育的本质——大学的魅力正在于其包容性与探索空间,让学生在试错中找到方向,在自主发展中实现成长。

面对“高大衔接班”这一教育内卷的新变种,我们需要回归教育的本质:教育不是流水线上的产品加工,而是生命个体的自然成长;大学不是高考后的终点站,而是人生新阶段的起点。家长应当摒弃焦虑,尊重教育规律,给予孩子足够的适应时间与成长的空间;学生需主动培养自主学习能力,而非依赖短期的超前知识灌输;监管部门则应加强对培训机构的监管力度,规范其营销行为,防止其利用焦虑情绪牟取暴利。

教育从来不是一场永不停歇的“抢跑”,而是一段循序渐进的旅程。家长与其在教培机构的营销话术里陷入焦虑内耗,不如选择相信孩子的适应潜力,将升学前的暑假作为一片“自留地”还给孩子,让他们读一本想读的书,来一场充满未知的旅行,与家人共度一段悠闲时光,在自由探索中为人生新阶段蓄力。

『高大衔接』不应成为内卷新战场

■ 何元凯

家教周刊



本版图片均为资料图片