

# 家长如何帮助孩子顺利度过幼小衔接?

进入小学,是孩子的一个社会性跨越,从“孩子”转变成了“学生”,孩子角色和所处环境会发生很大的变化。如果不能很好地适应这些变化,孩子在初上小学时会面临一些问题,主要体现为:上课坐不住、做事情磨蹭、不愿意上学。适应得好的,则表现为:学习能跟上、活动能合群、生活能自理。因此,做好幼小衔接的重要性不可忽视。作为家长的您,是否已经做好帮助宝宝适应这些变化的准备呢?



邵怡明 绘图

时女士 公司行政人员 儿子 9岁

## 提前为孩子规划好课程安排

孩子当年上小学的时候,我还是比较上心的,提前跟很多家长交流了经验。像爱磨蹭、没有时间观念、不习惯小学的作息時間等等問題,我都提前掌握了相关信息,所以在孩子幼儿园大班毕业后的暑假,我已经给孩子做好了相关安排。

首先,我给孩子上了幼小衔接班。很多家长都说这种班有点“鸡肋”,但是

我觉得孩子提前上一下也挺好的,相当于入学前的演练了,反正孩子闲着也是玩,还不如多少学点。我认为,当时上完后还是有收获的。暑假期间,孩子已经把拼音的声母、韵母等都能工整地写下来了,20以内的算术、简单的识字等也都会了……

其次就是调整作息。孩子作息这个是我比较头疼的事情,早睡早起对我

自己来说就很困难,所以平时孩子每天也睡的很晚,一直想给孩子调整过来,但是常常是坚持两三天又回去了,不能养成习惯。而且孩子从来不休休,幼儿园的时候就这样。等到孩子上小学的时候,作息时间问题一度让我焦虑,心想“这个夜猫子完了。”

暑假期间,我严格按照小学生的作息规律,起床、睡觉、写作业等都有规定

的时间,但可能是暑假的原因,孩子一点儿都不配合,给我气的不行,以至于最后的作息计划表形同虚设,也就放弃了。不过等孩子真正上小学的时候,发现儿子的适应性比我想象中的强,作息时间竟然慢慢步入了正轨,老母亲我顿时放心了。正所谓“船到桥头自然直”。这也让我有所反思,还是要按照孩子的成长规律来制定计划。

黄先生 工程师 女儿 10岁

## 提前让孩子熟悉各种规则,相信孩子可以掌控小学的节奏

记得女儿上完幼儿园大班之后,我没有让孩子上各种各样的幼小衔接班,而是带孩子疯玩了一个暑假,让孩子好好享受了一把幼儿园毕业的最后狂欢。后期看效果,也没有比那些上了培训班的差多少,我反而觉得让孩子提前进入小学的状态的各种辅导班不利于孩子成长。

著名心理学家格赛尔曾经做过一项著名的“双生子爬梯”实验。实验

中,他让双生子中的一个孩子从出生后48周期每天练习爬10分钟楼梯,而让另一个孩子从出生后的53周起做同样的爬梯训练。而后者在两周以后的爬楼梯的水平就赶上了前者。经过他反复试验后,发现儿童的学习取决于生理上的成熟,在儿童生理成熟之前的学习与训练难有显著的效果。所以,当我看到这个实验之后,我特别认同。孩子幼儿园毕业的时候,她妈准备让

孩子上幼小衔接班,我坚持说不用,这个衔接我帮孩子度过。

虽说孩子从幼儿园到上小学是一个角色转变的关键期,但是我认为孩子对上课学习并不陌生,只需提前让孩子熟悉各种规则即可,孩子完全能够掌控上学的节奏。我就是这么做的,孩子表现的还不错。

首先让孩子适应安静的坐下一个小时。这个时间我选择了读书和玩游

戏。从小我和孩子她妈很注意阅读的培养,从绘本开始,等到要上小学的时候,女儿已经可以自己安静看书了,有时能一看就是一个多小时,我还会让孩子玩乐高玩具,我觉得女儿的专注力还行。

其次就是我不会给孩子灌输上学很苦的思想,我总是给孩子说:“你看戴着红领巾的小哥哥多棒呀,以后你也会很棒的。”不要给孩子营造一种特别辛苦的氛围,我认为这挺重要的。

赵女士 公司职员 女儿 8岁

## 对孩子多点耐心、多沟通鼓励

孩子从幼儿园走进小学,对孩子来说,是求学生涯的正式开始,对家长来说,也是很有意义的时刻。因为从这时候起,家里的孩子,就要正式走进学校,成为一名小学生,可能在家里,孩子被爸爸妈妈、爷爷奶奶、姥姥姥爷宠爱着,可以撒娇、任性,但是走进学校,跟同学们老师们相处,就需要遵守一定的规则。而怎样让孩子能够遵守这些规则,和同学们友好的相处,课堂能听老师的话,不大大

喧哗、不乱吃东西、不四处走动,就需要父母多费点心思了。

我女儿刚上小学的时候,前几天,每次都不想去学校,也不跟其他小朋友玩,课堂上又好动,老是坐不住,我也很担心,但是孩子得适应这个环境啊。然后我就跟女儿谈心,因为我和孩子的关系一直很友好,有什么话孩子都会跟我说,她告诉我,她对学校感到陌生,周围的同学也都不认识,在一个陌生的环境里觉得很无助,课堂时间又很长,老坐

着感觉很不开心……听了这些话,我原本想发火,可是从一个孩子的角度来看,确实是这样的呀。

我就试图跟她说,上学是她人生重要的一步,刚入幼儿园的时候,她不是也天天哭鼻子觉得不开心吗?但是时间长了,有了很多好朋友,不是天天喜欢去幼儿园吗?现在小学也是,刚开始陌生,慢慢就熟悉了,以后朋友会越来越多呀,多好!至于课堂时间,则会学到语文、数学等各个学科

的知识,沉浸在知识的世界里,能获得很多新鲜的内容,不是也挺好的吗?慢慢就适应了。女儿听了我的话,慢慢敞开了心扉,转变了心态,每天回家跟我分享学校里发生的趣事。一段时间后,她交上了很多朋友,也像从前一样活泼开朗了。

对于孩子幼升小的阶段,父母一定要多点耐心,跟孩子多沟通,多倾听孩子的心声,多支持,多鼓励她,时间长了,孩子自然就适应了。

戴宁 北京市昌平区博顿创意幼儿园园长

## 家长做好铺垫,让孩子有入学的心理准备

从幼儿园升入小学,家长可以从入学装备、生活习惯、学习习惯、人际交往等方面给予孩子帮助,引导他们快速适应新生活。

首先,在入学装备上,家长要让幼儿学会自己整理书包,上学带好书包,装上文具、书本、饭盒等用品,不落东西。

其次,在生活习惯上,幼儿园和小学在作息時間上存在很大差异,如幼儿每天早上入园时间宽松,一般在7:30—8:30之间,但小学生必须在规定时间内到校;幼儿园大班一次活动在25到30分钟左右,小学每节课时间是45分钟;幼儿

园一般能保证充足的午睡时间,小学可能只有短暂的午休。

为了使幼儿能较快适应小学生活节奏,家长可以让读大班的孩子8点前入园;在家里做一个“入园时钟”记录单,通过“遵守时间的小明星”家庭活动的开展,帮助孩子逐渐形成时间观念。针对很多一年级老师反映部分孩子一到下午精神就难以集中的现象,家长要在家中适当减少孩子的午睡时间,把2小时调整为1.5小时。此外,家长要告诉小学厕所分男女,让其正确如厕。

在学习习惯上,要培养孩子的专注

力。幼儿生活学习有一半时间在家庭中度过的,尤其是在亲人的关心、爱护、指导、鼓励、教育和共同活动的影响下得到发展。为了巩固幼儿良好的学习习惯,家长在家庭教育中可以开展一些活动:让孩子按时看新闻,并且每天利用一点时间向家长讲一个小新闻,坚持不懈。这样做的意图在于引起幼儿对身边事物的关注,培养观察力、注意力和记忆力,也是为孩子入学后能主动按时完成作业做准备。

让孩子在指定时间里完成一些小任务,如画一幅画,听一个故事后复述内容,写几行数字等。在完成过程中,孩

子慢慢知道了一定要完成作业的道理,以及怎样快速完成作业的方法(包括抓紧时间、集中注意力、不能随便玩耍、做事情不拖拉等),提高孩子完成作业的兴趣和完成任务的意识。

从幼儿园以玩为主到小学以学为主,孩子的角色发生根本性改变,养成良好习惯的孩子都能挑战并适应这个角色的转变。不同的孩子在适应快慢、质量上或多或少存在差异,但是充分、有意识的入学准备,一定能帮助您的孩子有一个精彩的开端。

本报记者 任洁 杨琳琳 余翠平