



讓您的孩子 贏在“小一”起跑點上

文：陳禾月

家中的小孩子剛完成了幼稚園，走進小學，踏入一年級，家長怎樣陪伴孩子養成良好的習慣，在小學一年級的起跑點上贏得好的開始呢？

一、早睡早起，健康又精靈

小孩子升“小一”後，在學校沒有午睡課了，晚上要早睡一點，才可應付小學的學習生活。

因此，不管您的工作多麼忙，家務怎麼多，人怎麼累，也要陪孩子養成早

睡早起的習慣。

小孩子的眼睛本來是很美麗的，但由於睡眠不足，一些孩子往往雙眼變得無神、眼圈發黑，樣子怪可憐！倘若孩子習慣早睡，睡眠充足，翌日很早

起牀，上課便會精神奕奕，學習也會精靈很多呢！

如果您的小一孩子早已在幼稚園時養成早睡早起的好習慣，那恭喜您啊，您的孩子有個健康的體魄升上一年級了。

二、喜愛運動和勞動，做事會勤快

小孩子天生都喜愛跑來跑去、玩水、做運動、洗碗、掃地，自己取食物，學大人動手做家務。

可是，過分照顧孩子的家長，怕孩子這樣，怕孩子那樣，不知孩子的智慧是從手腳活動過程中發展出來的。父母事事代勞，很多孩子在家中甚麼家務也無須幫忙，很少去做運動，也不喜歡動手，久而久之連自理的能力都沒有。可憐的孩子，該發展的智慧沒有機會發展，該發展的能力就白白錯過。

運動可以鍛鍊孩子的意志，使其勇於克服困難、天真活潑、身體健康等；勞動可使孩子多認識事物，學會處理事物的順序，提高解決問題的能力。孩子如能自小在運動中“增健康、強體魄”，從生活和勞動中學會思考，就可輕鬆應對小一開始後的繁忙功課。





三、教育孩子愛好閱讀、敢於提問

現在的孩子娛樂很多，興趣班的學習也多，但是一定要自小培養孩子閱讀的習慣，有動也有靜。

家長要告訴孩子，看書可以認識很多有趣的事物，家長可以引導孩子從閱讀中尋找問題的答案，與家人、同學分享閱讀所得到的知識，享受學習知識的樂趣，建立學習的能力。如果孩子早在幼稚園已養成閱讀的習慣，家長應注意協助孩子保持這種習慣，在家中佈置一個“閱讀的小王國”，讓孩子擁有自己的“書庫”和一個閱讀的自由空間。

愛因斯坦說過：“我沒有特殊天賦，我只是好奇。”小孩子本來喜歡問東問西，對萬事萬物充滿好奇，可長大後卻甚麼也不敢問，原因是得不到成人的協助和鼓勵。家長如果經常幫助孩子找

出問題，讓“小一”孩子養成敢於提問的自信，有探索事物的膽量，有善於觀察的“鷹眼”，有挖掘知識寶庫的智慧，有喜愛思考的頭腦，有靈活運用的巧手，那您的孩子不但能像個小博士，而且樂觀、愉快、活潑，更叫人喜愛。

四、讓孩子獨立自理，學會溫習

小學一年級的孩子，在學期開始時還未能完全脫離幼稚園的學習生活，但老師已開始訓練孩子各方面的能力，以適應小學的學習生活。為了配合教師的工作，家長也須特別注意培養孩子良好的生活和學習習慣。

1、依時作息、生活有序

孩子生活有序，有助於孩子管理好

學習時間。所以，引導孩子養成好的生活習慣、依時作息，是十分重要的。

例如睡前、醒來要洗臉、刷牙；時間一到，自覺地上牀睡覺；鬧鐘一響，自動起床；早上自己穿校服、吃早餐；先做完功課，後看電視等等。

2、衛生清潔、生活自理

孩子能自理，能愛護清潔，是培養孩子獨立能力的開始。家長有必要讓孩子每天自己主動洗手、洗臉、刷牙、洗澡、洗頭髮，自己換衣服、穿鞋子和襪子，自己梳理頭髮，將用過的物件放回原位等。

3、學習態度認真負責

小孩子升上“小一”後，學習生活驟然而變：要上課的時間多了，相對遊戲活動的時間少了，上課時必須專心聽老師的教導，要學好每天的學習內容；每天功課多了，要懂得溫習。因此，“小一”的學習態度認真與否，會影響孩子以後的學習成效。

在這個關鍵期，家長要耐心培養孩子認真的學習態度。例如放學回家後，休息片刻，便自動完成功課。即使在學校已完成功課，也要依照手冊檢查功課有沒有欠漏，然後把功課簿一一疊好，以便明天交給同學收集。要把默書、





測驗的內容溫習好，再去做別的事情。

五、不要把學習當作孩子生活的全部

孩子能每天認真、負責完成常規的作業，已表現很好了，家長不要額外“武裝”孩子，教一些教師未教的內容。因為上課時，孩子如認為在家中已學會便提不起勁再學。可是當家長所教的並不全是教師所定的教學目標時，孩子便容易出現“疏忽”，多次的“疏忽”導致“缺漏”，多次的“缺漏”則可能使小孩子的學習愈來愈追不上。

家長不要把學習當作小孩子生活的全部，該留一些時間讓孩子和自己談心，或一起看看電視、讀故事書、玩遊戲，做一些小玩意，幫忙做些小家務，這樣才不會使孩子因害怕讀書而厭學。


六、輔導孩子們自我發展

小孩升上“小一”，家長也如同與小孩一起升班，成為小孩學習的夥伴。孩子的進展有快有慢，真是考驗家長的耐心與愛心。家長必須配合教師的教導，協助孩子“自我發展”，不要以為把孩子交給補習社，便可以取代您們的責任！家長可以與孩子合作創設一些“好玩”的學習方法或遊戲活動。如與孩子製作字庫卡，把所學的字寫在卡片上，用作認字、組詞、口頭造句、找相同部首等等遊戲。也可用紙卡的一面畫圖畫，另一面寫所學的英文生字，玩看圖讀音和串字、看字讀音及說圖，也可以玩組詞遊戲等等。還可把所學的歌兒、中英文詩歌、課文、故事錄下來，在家中設個“廣播台”；製作數

字卡，用作數的大小比較，湊十法等遊戲；可給孩子一本生活記錄簿，讓孩子把生活中喜歡記的事、看過的書、喜歡的相片，用繪圖、文字、相片、圖畫簡單地記下來等。總之，發展孩子的學習能力的方法有很多，當孩子有了一定的能力後，他們會自己“發明”很多方法的。

孩子是家長的寶貝，家長要疼愛他們，但切勿“好心壞事”，損害孩子

的主動性和自我承擔的能力。理性、耐心、時間，是家長給予“小一”學生的必要而寶貴的養分。就像種植一棵小草，澆水施肥，看着他們一天一天的成長，家長該是多麼的喜悅！

誰在“小一”這個起跑點上跑得健康、愉快、活潑，誰在今後長長的跑道上就跑得輕鬆、自在!! 

（作者為資深教師）

當孩子在人生的跑道上跌倒而想放棄時，父母要高呼“加油”、“加油”、“孩子你行”、“你永遠是我們的驕傲”。

周弘：《周弘老師給父母的50個忠告》

