

### 学校联系方式

地址：四川省绵阳市涪城区剑门路西段228号

办公室电话：0816—2370409 邮编：621000 学校网址：www.jmlxx.cn

### 社工站服务时间

周二至周六：9:30——18:00（国家法定假期或特殊情况将另行通知）

### 社工站联系方式

地址：四川省绵阳市涪城区剑门路西段228号剑门路学校5楼

家长热线：0816—2370409 联系电话：15281686972

联系QQ：2312406564

 启创社会工作服务中心  
QI CHUANG SOCIAL WORK SERVICE CENTER



## • 绵阳市剑门路学校社工站系列读本 •



——小一家长指引手册



绵阳市剑门路星岛苗圃希望学校  
JIANMENLUXINGDAO MIAOPUXIWANGXUEXIAO



启创社会工作服务中心  
QI CHUANG SOCIAL WORK SERVICE CENTER

特别鸣谢：星岛日报 苗圃行动

## 学 校 简 介

绵阳市剑门路学校始建于六十年代初期，是一所有着多年办学经验的九年一贯制学校。学校位于涪城区剑门路西段228号，学校占地7084平方米，现有19个教学班，在校学生近900名，教职工51人，中高级教师23人。主要承担新华社区、剑门路社区西段、元通村、花园市场、高涧槽学区内适龄少年儿童的九年义务教育。因为学校地处绵阳涪城区与高新区结合部，属于城乡结合部，加上花园批发市场这种特殊的地理位置，使我们不仅要满足广大区域内孩子们的入学需求，还要给大量外来务工人员的子女提供优质的教育。我们秉承着“以人为本，让校园充满关爱；面向未来，为成功奠定基础”的办学理念来满足社会对教育的期望。浓厚的办学底蕴和幽静的读书环境使我校的教育教学水平不断提升。近几年中我校先后获得了绵阳市现代远程教育先进学校称号、涪城区教学质量一、二等奖。在学校工作、德育工作、特色教育等方面都获得了各级各类奖励。

## || 学校理念 ||

以爱心传递爱心 用生命影响生命

## || 学校精神 ||

仁爱 和谐 勤奋 创新

## ★ 认识校园多一点



行政楼



教学楼



操场



美术室



图书室



音乐室

## 一年级小学生的特点



- 1、**身体发育特点：**骨骼较柔软，肌肉细嫩。因此运动量不宜过大，注意走路、写字、看书的姿势，避免身体畸形发展。
- 2、**智力特点：**智力发育速度非常迅速，以后会逐渐减慢。因此需要在此阶段多做引导。



研究表明，智力开发依托于语言训练。一年级时应重点发展孩子语言智力（读写能力），所以建议家长在此方面加强，例如适量为孩子购置一些影音材料、书籍等供孩子使用，和孩子一起读书、唱歌、写字。

### 3、心理特征：

- (1) 活泼好动，喜爱游戏，缺乏危险意识，家长应多教小孩关于危险与安全方面的知识。
- (2) 好奇多问，对一切新事物都感兴趣。热切关注周围的人和事，但新鲜感保持时间很短。
- (3) 活动、行为缺乏目的性，不清楚了解自己行为目的，注意力容易被其他事情吸引。
- (4) 模仿能力强，可塑性大，容易受外界和“榜样”的影响。因此家长应当注重自己的言行举止，做孩子的好榜样。
- (5) 喜欢交朋友，但朋友关系很不稳定。小孩子需要朋友，而且需要在某个方面比他强的朋友对其进行激励。
- (6) 以自我为中心，做事很少考虑别人的感受。
- (7) 自我评价几乎完全依赖老师。容易看到自己的优点，不容易看到自己的缺点；较多地评价他人，不善于客观地评价自己。

### 4、注意力的特点：

- (1) 注意力持续时间短，自制力较差，注意力最长只能坚持 10—15 分钟左右，大脑就会出现阶段性疲劳。
- (2) 注意力范围狭窄，一旦把注意力集中在某一感兴趣的问题上，就忘记了别的事情。
- (3) 注意力还不稳定、不集中，容易被别的事物吸引而分散注意力。



## 幼儿园与一年级的差异

### 小学

校舍大、课时多  
较少游戏设施  
缺乏安全感  
气氛较严肃

课堂式授课  
重视课堂纪律  
节数较长  
易生厌倦  
不易集中

科目多、书本多  
定期考试  
功课增多、压力变大

### 幼儿园

环境较吸引、有趣

较多用活动教学法

科目少、较简单



## 安全注意方面 ☺

### 路途安全

- 1、一年级学生需由家长接送。
- 2、上学、放学路途中不得追跑、打闹。
- 3、按时回家，不得在学校或路途中逗留。
- 4、教授孩子基本交通规则。
- 5、让孩子远离水池、电线、高墙等危险地方。



### 校园安全

- 1、课间不得与同学打闹。
- 2、远离开水壶、消防栓等地方。
- 3、不得攀爬旗台、花坛等地方。



### 饮食安全

- 1、不让孩子自由在校外购买零食。
- 2、剑门路学校没有食堂，尽量带孩子回家吃午饭。
- 3、多吃水果蔬菜，少吃零食。

## 家长如何辅导孩子学习

### 加强孩子学习习惯的培养

- 1、制定学习时间表及任务表。
- 2、不计时不作业，让孩子记录自己做作业的时间。
- 3、“自己准备书本文具”。



### 加强孩子课后复习

- 1、一年级学生较难独立完成复习，需要家长协助。
- 2、通过游戏或课堂模拟的形式引导孩子复习。



### 家庭作业辅导的注意事项

- 1、规定固定的时间，养成良好习惯。
- 2、安排安静的环境，周围少放置或不放置零食、玩具等分散注意力的事物。
- 3、家长需认真正确回答孩子的提问，引导孩子思考，不得直接说出答案。
- 4、要求孩子进行作业检查。
- 5、可尝试使用错题本。

### 正确面对孩子考试成绩

- 1、正确对待考试成绩，掌握解题方法远比分数重要。
- 2、若考得不理想要耐心分析原因，切不可进行打骂教育。



## 如何帮助孩子更好地适应学校生活

从幼儿园生活到小学学习生活，对孩子来说是一个大的转折，因此家长要帮助孩子做好上学的各方面准备。

### 1、心理准备

- (1) 激发孩子上学的兴趣。家长可以带孩子参观校园、讲述学校、课堂有趣的事，鼓励孩子学会讲英语、做题、唱歌等。
- (2) 调动孩子的注意力。家长可尝试给孩子布置任务，比如给父母讲故事、绘画等。

### 2、能力准备

- (1) 培养孩子基本生活、学习和劳动的能力。
- (2) 培养孩子独立意识，教导其课间需整理书本、自己喝水、上厕所及解决困难的能力。
- (3) 教导孩子学校生活的常规知识。比如爱好书本、文具、学会使用剪刀、铅笔刀等工具，并独立按时完成作业。

### 3、物质准备

- (1) 准备一个固定独立的学习地方，让孩子的学习更有效率。
- (2) 准备好学习用品和生活用品。秋冬准备保温水杯；春夏准备解渴清热的茶水。
- (3) 准备早餐，多准备鸡蛋或牛奶等高蛋白的食物。
- (4) 养成早睡早起及午休的良好习惯。

### 4、行为准备：

- (1) 多进行亲子沟通，倾听孩子讲述校园生活。
- (2) 假期尽量带孩子外出游玩，引导孩子学习、增长见识。

## 如何与学校老师联系和沟通

- 1、孩子生病或者有事请假，及时与老师联系并说明原因。
- 2、留下家庭、工作的电话（或手机号码）及家庭地址，让孩子在学校遇紧急情况时联络使用。
- 3、家长双方一起出席家长会，最好不要缺席。
- 4、孩子取得进步要及时感谢老师，肯定老师的工作。
- 5、把孩子情况主动告诉老师，包括优缺点、性格、家庭背景、身体状况等，让老师提前有准备，做到有的放矢。
- 6、除了孩子的学习成绩，孩子的人际关系、品德、是否尊重老师，是否团结同学等也需要和老师沟通。
- 7、与班主任保持联系的方式
  - （1）可以通过发信息、qq聊天、打电话的方式了解孩子情况。
  - （2）利用在孩子作业本签字的机会，把平时孩子在家的情况写在签名后面。
- 8、家长与老师沟通的技巧：
  - （1）与老师谈话，要先约时间和地点（最好选放学那段时间和把地点选在老师办公室）。
  - （2）与老师谈话时，要谈重点，切忌啰嗦，并且认真倾听老师谈到孩子的表现，这样有助于孩子改正缺点。
  - （3）就事论事，理性应对；并保持平稳的情绪，避免不当的情绪反应。
  - （4）如果师生有了冲突或者同学之间有误会，不要光听孩子的一面之词，要多方求证找出真相，同时向老师求证。
  - （5）在与老师沟通中，为孩子树立良好的榜样，不要在孩子面前责备、批评老师。
  - （6）充分信任老师，如果对老师的教学或管理不满意，不宜直接对老师无礼或攻击，而应该用委婉的态度向老师建议。



## 我家孩子初长成

九月开学季，您是否有颇多的喜悦，孩子幼升小意味他有了新的成长和目标。然而，新的学校、新的规则、新的目标又会迎来新的挑战。您现在是否开始有这样的担心：

- 孩子经常注意力不集中，专注力不够；
- 孩子内向，担心没有多少新朋友；
- 辅导孩子学习，力不从心……



小一学生刚入学，则需要适应新环境、新规则、新同学及新目标。此过程中，不仅需要老师还需要家长的努力和陪伴。对此，剑门路学校社工站针对小一学生及家长开展系列服务，期望通过各方努力促进小一新生的适应成长。

以下是剑门路学校2012年小一新生适应成长服务列表。

### “我是小学生了” 新生适应成长服务

| 对象 | 服务主题           | 服务目标                                      | 服务节数 |
|----|----------------|-------------------------------------------|------|
| 学生 | “我是小学生了”主题成长课  | 通过绘本故事、图片展示、游戏等方式让学生认识适应新环境、新规则，训练学生的专注力。 | 4节   |
|    | “我是小学生了”主题亲子活动 | 通过手工制作、水果拼盘等方式，促进亲子之间的沟通交流。               | 3次   |
| 家长 | 家长学堂           | 协助家长认识一年级学生身心特点及专注力、情绪管理的培养。              | 4节   |
|    | 家长交流群建立        | 创建家长间相互交流学习的平台。                           | 1个   |

## ★ 服务照片展示

『我是小学生了』  
主题成长课



故事讲解



一起熟悉校园环境



寻找“双胞胎”拼音



动手动脑



爱心家长合照



可爱小熊作品展



六一亲子作品展



水果拼盘大赛合影



我和妈妈的作品



我和爷爷奶奶的作品

主题亲子活动

## ★ 服务照片展示

『小一家长学堂』



家长书写感悟



幼升小家长讲座



情绪与压力管理工作坊



育儿经验交流

活 动 剪 影

## “我是小学生了”新生活适应成长服务

| 对象 | 服务主题           | 服务目标                                      | 服务节数 |
|----|----------------|-------------------------------------------|------|
| 学生 | “我是小学生了”主题成长课  | 通过绘本故事、图片展示、游戏等方式让学生认识适应新环境、新规则，训练学生的专注力。 | 4节   |
|    | “我是小学生了”主题亲子活动 | 通过手工制作、水果拼盘等方式，促进亲子之间的沟通交流。               | 3次   |
| 家长 | 家长学堂           | 协助家长认识一年级学生身心特点及专注力、情绪管理的培养。              | 4节   |
|    | 家长交流群建立        | 创建家长间相互交流学习的平台。                           | 1个   |

基于2012年剑门路学校社工与学校老师、家长多次沟通交流，对一年级新生及家长需求进行了解评估。为协助学生更好适应小学生活、协助家长更好的了解一年级学生身心特点、掌握一定家庭教育知识，从而促进学生健康快乐的成长。社工站针对2013级新生开展如下服务。

| 序号 | 时间         | 名称              | 内容                  |
|----|------------|-----------------|---------------------|
| 1  | 2013.10.18 | 我和孩子一起做朋友       | 了解一年级新生身心特点。        |
| 2  | 2013.10.25 | 谈谈孩子的专注力协助家长    | 了解孩子专注力不集中的原因及应对措施。 |
| 3  | 2013.11.08 | 家长压力管理与情绪控制协助家长 | 了解情绪的种类及控制的方法。      |
| 4  | 2013.11.15 | 孩子学习习惯的培养       | 如何培养孩子良好的学习习惯。      |

P S：课堂时间：14:00——16:00。时间为暂定，可根据大部分家长空余时间调整。  
报名方式：  
电话：15281686972  
小一家长交流群：208232395

## 建议孩子和父母阅读书目

### 孩子阅读书目：

#### 古诗类：

《小学生必背古诗词》

#### 儿歌类

《好习惯儿歌》 《五彩童谣》 《中国新童谣》

#### 童话类

《格林童话》 《安徒生童话》 《影响孩子一生的101个童话》

#### 神话故事

《女娲补天》 《盘古开天》 《精卫填海》 《嫦娥奔月》 《试金石》  
《后羿射日》 《夸父追日》 《宝莲灯》

#### 知识类

卡通版《十万个为什么》 《365天动物趣事》

备注：需购买带拼音的书籍，以便孩子自己阅读。此外，可根据孩子需求购买儿童益智类游戏、成语故事、育人绘本、三字经等书籍。

### 家长阅读书目：

《好妈妈胜过好老师》 《父母的反省》 《打造儿童阅读环境》  
《好妈妈成就好孩子》 《创造力—孩子成长的第一要素》