

一年级别只盯成绩！ 关键素养，决定孩子的小学开局

听班主任聊聊一年级孩子的成长关键

孩子刚上一年级，很多家长只顾着抓识字、练口算，拼命盯学习成绩。其实，比起短暂的知识积累，心态底气、交友能力、学习习惯等日常状态，才是决定孩子小学六年发展的关键。

青岛太平路小学一年级班主任、语文教研组长侯广丽，拥有15年一线教学经验、12年班主任带班经历，常年深耕低年级教育，最懂一年级孩子的成长特点与家长的育儿困惑。今天，她带来简单实用、家长可直接落地的育儿方法，帮助孩子稳稳适应小学生活，从容开启小学新旅程。



教师名片

侯广丽，曲阜师范大学硕士研究生，深耕小学教育一线十五载。教学能力扎实，曾斩获区优质课一等奖、市级“一师一优课”优秀奖；育人成果突出，先后获评区优秀班主任、区优秀少先队辅导员，多篇教育论文公开发表，育人案例入选区级优秀案例。

她始终秉持“用温暖守护成长，用细节滋养心灵”的育人理念，不唯分数论成长，更注重孩子的心理素质、品格修养和习惯养成。所带班级班风纯正、学风浓厚、凝聚力强，在各项校园活动中表现优异。

养足内心底气 孩子遇事不怯

很多一年级家长普遍存在育儿误区：过度关注书本知识，严重忽视孩子的内心建设。侯广丽老师强调，小学起步阶段，孩子的自信心和抗压能力，远比一时的成绩更重要。

孩子的自信不是凭空而来的，是一次次直面困难、坚持努力、战胜挑战后慢慢积累的。成长不必一帆风顺，适度的磨砺与挑战，能让孩子在付出中收获知识、提升能力，慢慢养成勇敢、笃定、不服输的良好心态。家长不必过度焦虑，也不要过度保护孩子。允许孩子犯错、体验挫折、独立尝试，帮孩子建立强大的内心底气，这是孩子受益终身的成长财富。

巧用十棒妙招 轻松化解矛盾

刚踏入小学校园，孩子开始集体生活，同学之间的小摩擦、小误会、小争执在所难免。

低年级孩子分辨能力、情绪控制能力较弱，分不清嬉戏打闹与恶意冲突，受了委屈只会哭闹、告状，很多家长也不知道该如何正确引导。简单批评、盲目说教、让孩子打回去，都无法真正解决问题。

对此，青岛太平路小学经过集体教研，总结出一套高效实用的育人方法——“十根小棒法”，家长在家也能直接使用，教会孩子理性处理同伴矛盾。

整套方法分为清晰五步：讲经过、分责任、找原因、想办法、说打算。首先引导孩子平静讲述事情完整经过，还原真实场景；再用“十根小棒”量化责

任，让孩子客观看待自身问题，摆脱“都是别人的错”的片面思维；接着换位思考，思考正确的处理方式；共同商议解决办法，最后握手言和、修复友谊。

侯广丽老师表示，社交能力是练出来的。家长无需过度干预孩子的小矛盾，科学引导、耐心陪伴，孩子就能慢慢学会情绪管理、礼貌交友、包容待人。

掌握高效学法 孩子快乐乐学

刚上小学，孩子注意力差、坐不住、学不进去，是无数家长的痛点。其实不是孩子不努力，而是没有找对学习方法。

结合低年级孩子的认知特点，侯广丽老师分享两套简单高效、适合家庭落地的学习妙招，轻松帮孩子爱上学习、稳步进步。

游戏化学习：小目标，快反馈

孩子喜欢游戏，核心就是目标明确、即时反馈、不断获得成就感。家长辅导孩子学习，完全可以借鉴这一原理。

把繁重的学习任务拆解成简短、清晰、易完成的小目标，孩子完成后及时给予肯定与鼓励。千万不要在孩子已经按时完成作业后，又盲目加码加题。学习是长跑而非冲刺，孩子的自律、专注与优秀，都源于一次次稳稳的小进步。

费曼学习法：讲明白，才是真学会

检验孩子是否真正掌握知识，最好的方法就是让孩子当小老师讲出来。

每天放学后，鼓励孩子把当天学到的课堂知识复述讲解给家长听。即便孩子讲述得不够流畅、磕磕绊绊，家长也不要苛责，耐心倾听、温柔鼓励，让孩子在输出讲解中夯实知识、锻炼思

维和表达能力。

抓准日常重点 平稳适应小学

很多家长抓错了教育重点，一二年级盲目刷题、苦练书写，反而忽略了低年级最核心的培养目标。

侯广丽老师提醒家长：小学一二年级不布置书面作业，育人核心立足发展学生核心素养，重在培养孩子听、说、读的综合能力，书写训练以在校课堂指导为主，家长不必额外加压、避免过度内卷。

居家陪伴重点抓好两项核心教育：

一是坚持劳动育人，让孩子参与日常劳动，磨砺意志、培养担当，提升沟通协作能力；二是深耕海量阅读，阅读是学习任何一门学科知识的根基。读书不追求数量堆砌，重在深度思考、提炼信息、理解感悟，为日后审题解题、习作表达筑牢坚实根基。

每个一年级孩子，都像刚刚破土的幼苗，需要老师用心培育，更需要家长细心陪伴。家校同心、双向奔赴、科学育儿，就能守护每一位小学萌新，从容迈好入学第一步，向阳而生、稳步成长。

