

<<孩子上高三 家长怎么办>>

图书基本信息

书名：<<孩子上高三 家长怎么办>>

13位ISBN编号：9787511709684

10位ISBN编号：7511709680

出版时间：2011-10

出版时间：中央编译出版社

作者：王极盛

页数：229

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<孩子上高三 家长怎么办>>

内容概要

本书共分三个部分。

第一部分以大量的实例阐述了家长该做什么，不该做什么，如：考生家长的五个误区；家长怎样帮助孩子复习功课；家长怎样帮助孩子调节心态；家长怎样帮助孩子填报志愿。

第二部分讨论高三寒假、一模前后、考前半月、考前一天、考试过程等重要时期，家长怎么办，提示家长可操作的具体步骤与可行措施。

第三部分讨论高考后家长怎么办，包括考上大学考生的家长怎么办，没考上大学考生的家长怎么办，特别讨论了复读生的家长怎么办。

王极盛编著的《孩子上高三家长怎么办》面向全体考生家长，包括成绩好、中、差的考生家长，也包括考上大学与未考上大学考生的家长。

<<孩子上高三 家长怎么办>>

作者简介

王极盛，中国著名心理学家，著名高考研究专家，中国科学院心理研究所研究员、博士生导师，国务院特殊津贴获得者，是一位被媒体广泛关注的高考问题研究权威，被公认为中国高考心理指导第一人。

王极盛教授已出版著作40余部，其中《青年心理学》、《科学创造心理学》、《人事心理学》等分别是建国以来该领域的第一本专著。

王极盛教授从1999年开始，连续8年对400多位省级高考状元及其家长进行了访谈，掌握了大量的第一手资料，总结出家庭教育与高考成功的规律，在社会上颇有影响，已使众多考生和家长受益匪浅。

新华社、中央电视台、中国教育电视台、中央人民广播电台、《中国青年报》、《中国教育报》、《中国妇女报》、《北京晚报》、新浪网等数百家媒体曾多次报道了王极盛的研究成果。

<<孩子上高三 家长怎么办>>

书籍目录

一、高考生家长的五大误区

- 1.1 过分保护
- 1.2 过分干涉
- 1.3 过分期待
- 1.4 忽视言传身教
- 1.5 忽视心理健康

二、帮助孩子复习功课做好六件事

- 2.1 帮助孩子制订复习计划
- 2.2 跟着老师步子走
- 2.3 家长少唠叨
- 2.4 提醒孩子要准备几个错误改正本
- 2.5 帮助孩子营造一个整齐有序的学习小环境
- 2.6 远离复习误区

三、帮助孩子调整心态的八个要诀

- 3.1 家长帮助孩子调节心态须知
- 3.2 心态制约考试成绩
- 3.3 以平和的言行感染孩子
- 3.4 营造安静、宽松、和谐、愉快的家庭氛围
- 3.5 平常心对待
- 3.6 做好孩子的心理健康测试
- 3.7 多与老师联系
- 3.8 不同时期侧重解决不同问题

四、帮助孩子填报志愿的秘诀

- 4.1 重视志愿，让分数实现最大价值
- 4.2 发挥家长的优势
- 4.3 填报志愿时家长做什么
- 4.4 填报志愿的要领

五、寒假期间家长做好三件事

- 5.1 引导孩子的三个原则
- 5.2 家长怎么帮助孩子复习功课
- 5.3 帮助孩子调节心态

六、一模前后做好四件事

- 6.1 帮助孩子制定合理的作息时间
- 6.2 帮助孩子每天做到复习有计划
- 6.3 帮助孩子做好开学的考试心理调节工作
- 6.4 正确对待一模考试

七、高考前半个月家长做好九件事

- 7.1 帮助孩子安排好作息时间
- 7.2 保证孩子三餐饮食卫生
- 7.3 有针对性地安排好复习计划
- 7.4 防止孩子过多使用电话
- 7.5 备有常用药品箱
- 7.6 家长不要请假在家陪读
- 7.7 预防感冒
- 7.8 提示孩子积极地休息

<<孩子上高三 家长怎么办>>

7.9 多和孩子交流

八、高考前最后一天家长做好六件事

8.1 帮助孩子生活富有节奏感

8.2 做做题，练练手，热热身

8.3 适当休息

8.4 落实物质准备

8.5 帮助孩子6月6日晚上睡好觉

8.6 帮助孩子做好应急方案

九、高考前家长“五要五不要”

9.1 情绪要稳定

9.2 心情要愉快

9.3 只要孩子尽力就行

9.4 确保孩子身体健康

9.5 做好必要的督促检查

9.6 不要定考试成绩的指标

9.7 不要规定孩子考什么大学

9.8 不要把自己的意志强加给孩子

9.9 不要问孩子考试结果

9.10 不要送孩子上老场

十、榜上有名，考生家长做什么

10.1 总结中学的学习生活

10.2 帮助孩子调整身心

10.3 自我服务的锻炼

10.4 英语学习不能丢

10.5 对恋爱问题要有心理准备

十一、落榜考生家长怎么办

11.1 落榜考生家长的心态

11.2 落榜和没考好的考生家长五不要

11.3 考生没考好家长力求做到五要

11.4 家长怎么帮助孩子调节心态呢？

十二、高考落榜的五个出路

12.1 复读

12.2 民办高校

12.3 网上大学

12.4 自学考试

12.5 出国留学

十三、复读生家长须知

13.1 只要心态调节好，明年定比今年好

13.2 家长怎样帮助复读生调节心态

13.3 复读学校怎么帮助学生调整心态

13.4 怎样选择复读学校

13.5 哪些人适宜复读

13.6 哪些人不适宜复读

<<孩子上高三 家长怎么办>>

章节摘录

版权页：提醒孩子充分利用开学前这一个多月的时间，对身体和心理进行必要的调整，使身心恢复到正常、平衡的状态，为进入大学迎接新的学习生活打下基础。

在这里，家长要特别提醒孩子，不要彻底地玩、无所顾忌地玩，那样做破坏人体的生物钟，不利于体力和精力的恢复。

过于彻底放松，过于体验一些冒险的活动，很容易造成人身的安全问题。

所以，一定要让学生有所警觉，不能因为彻底放松，而忽略安全和健康。

我这里特别提醒，由于过于放松，有些孩子假期里在计算机旁度过，在网上度过，这对进入大学极为不利。

家长要及时提醒孩子，进入大学前要有一个比较合理科学的作息时间安排，以确保得到充分的休息，要松弛有度，紧张有度，心理平衡，心理节律和生理节律都得到保持，这样有助于体力和精力的恢复。

有的孩子考前就说：考完试睡他一个暑假，什么都不想干，就想睡觉，太缺觉了。

是的，高考前的拼搏，忙碌使他们睡眠确实太少，高考后在假期里多睡觉也是可以的，但是不要没完没了地睡，这样做往往不利于体力恢复，使人越睡越懒，越疲倦，越想睡，越头昏脑胀，而且由于活动少，容易体力下降，心情烦躁。

据我的研究，榜上有名的考生在暑假里是否有一个作息时间安排，对过一个愉快而又有意义的暑假是非常重要的。

<<孩子上高三 家长怎么办>>

编辑推荐

《孩子上高三 家长怎么办》：改变3500万高中生命运的助考指南，中国高考研究第一人、心理学家王极盛为考生家长支招。
关键时刻父母帮孩子一把。

<<孩子上高三 家长怎么办>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>