



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA  
www.chs-ca.org

如需其他有关 CHS 家庭教育计划的材料，请拨打  
(714) 712-7888。如需更多有关 CHS 早教计划的信息，  
请拨打 (888) CHS-4KIDS。

还可在 [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org) 上找到关于家庭教育计划的材  
料和播客，以及关于 CHS 各项计划的信息。



#### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

©2017 Children's Home Society of California

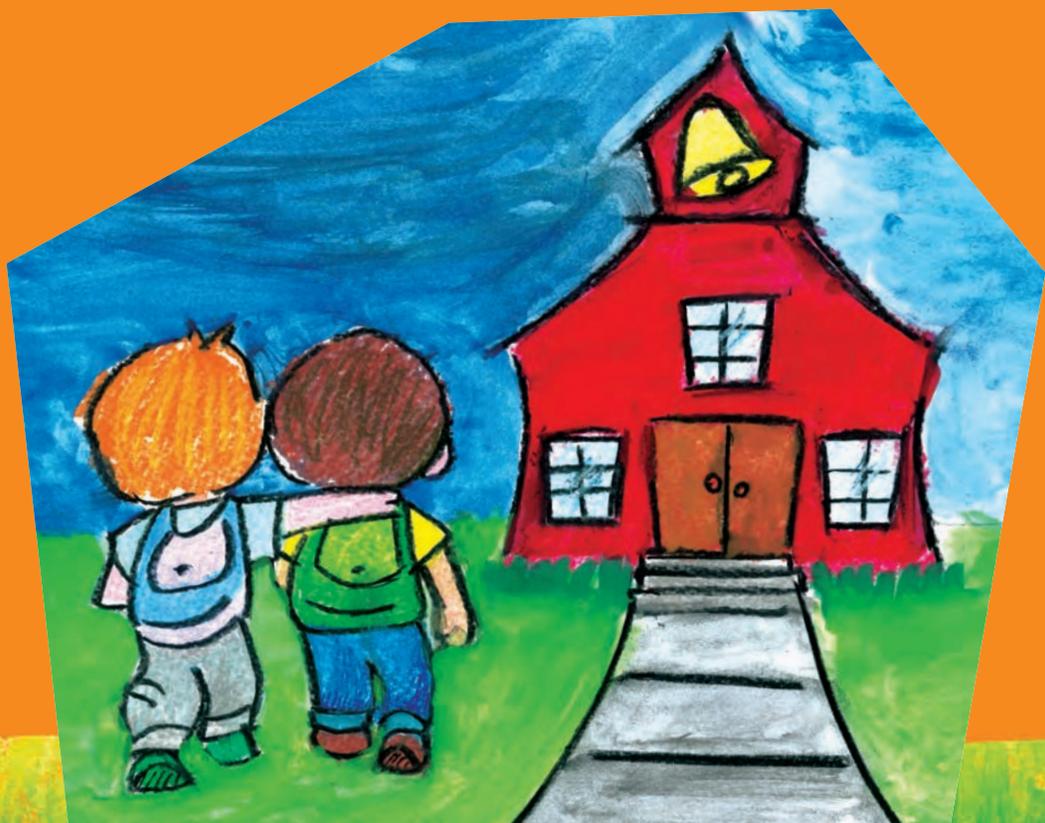
# 入学准备

为每个孩子提供成功技能

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A



让孩子做好入学准备是什么意思？  
学校成功并不单单指学业，而是说  
孩子也需要生活技能这样他们才能  
做好准备并愿意学习。通过了解学  
校准备，我们能够帮助孩子获得学  
业和终身的成功。



入学准备对于从孩子出生到大约六岁这段时间非常重要。然而，每个孩子做好准备的时间有所不同。入学准备包括各个不同发展区域，他们共同作用以支持充分发挥学龄前儿童的学习潜能。核心竞争力（潜能）和学术能力（知识和技能）的综合为孩子做好成功准备。



## ★ 核心竞争力 ★

核心竞争力对于开始开发入学准备至关重要。这些通常被称为潜能。核心竞争力包括：顺应力，自我调节，健康，社交技能和批判性思维。

### ★ 顺应力

顺应力是经受压力和应对挑战的能力。具有顺应力能够帮助人们适应新的环境，保持乐观的看法，克服风险和困境，并对他们自己的决定负责。

建立顺应力的提示：

- 制定长期计划，这样孩子能够学着相信放学后父母就会回来。
- 通过进行要求轮流的游戏来支持自我控制，例如吹泡泡，荡秋千，跷跷板，踢足球或打篮球。
- 通过描绘你和孩子擅长的事情建立自尊心。当你有更多发现时，继续画更多图画或者一起列表。

### ★ 自我调节

自我调节是一种控制冲动和行为，识别情绪并做出适当反应的能力。建立自我调节能力的提示：

- 通过教孩子放慢速度和保持冷静来帮助孩子学习应对压力和挫折。例如，创建一个当他们遇到问题时能够使用的“我的计划。”“我停下来。我呼吸。我思考。我行动。”
- 教孩子谈判并把问题讲出来。
- 设定清晰的愿景，允许孩子做出选择。例如，“我看到你在踢椅子。如果你需要踢什么东西，我们可以去外面，你可以踢球。”

### ★ 健康

健康是保持良好的精神，情绪和身体健康，培养积极的自尊，并有目标感。塑造健康的提示：

- 每天至少一次与家人一起进餐，这时你和孩子们能够分享想法，情感和担忧。
- 一起制定每周膳食计划和购物清单。
- 教孩子照顾他们自己（健康饮食，自己穿衣，照看好自己的财务，独立照顾好卫生用品，等等）。

### ★ 社交技能

社交技能包括与他人相处，形成牢固积极的关系，解决冲突，诚实，正直，并且显示出敏感性。

培养社交技巧的提示：

- 帮助你的孩子们标注并谈论他们的情感。
- 为孩子提供作为群体一起玩耍的机会。例如，桌上游戏，户外运动，音乐活动和戏剧表演。
- 邀请孩子们制定每个人都能够遵守的安全规则列表。

### ★ 批判性思维

批判性思维是进行计划，设定目标，将逻辑推理应用于这些情况，分析信息，并进行创新思维的能力。促进批判性思维的提示：

- 向孩子提出开放性问题：为什么你的积木倒塌了？为什么你的牛奶洒出来了？你认为接下来会发生什么？
- 为孩子提供多种可重复使用的物品，例如纸板箱，纸，空的纸巾盒，蜡笔，剪刀和胶带。允许孩子创作图形，雕塑和车辆等。
- 画一张你房子内部的地图，并标出房间内的物品。

## ★ 学术能力 ★

学术能力包括语言和读写，数学，创造艺术，科学和社会研究。

### ★ 语言和读写

语言和读写是用英语以及孩子的母语进行听说读书的能力。培养语言和读写能力的提示：

- 唱歌和背诵。
- 按顺序和倒序重述故事。
- 与孩子一起为书中的图片命名。
- 帮助孩子认识他们的名和姓。开始练习写他们的名字。



只要可能，让孩子参加有助于培养独立性和学习能力的日常活动：烹饪，洗衣服，摆餐桌，给花园除草或者散步。

### ★ 数学

数学技能包括认识数字，图形，图案和大小。能够数数，估计数量，测量并了解时间的概念。培养数学技能的提示：

- 对物体计数（10或者以上）。
- 玩记忆游戏或配对游戏。例如，将要洗的衣服分类，把袜子配对，或者把餐具放好。
- 认识形状和大小：圆，正方形，矩形，三角形，椭圆形，菱形，星形，立方体，棱柱，圆柱，球体，大，小，短和长。

### ★ 创造艺术

创造艺术包括表达创造性的不同方法，例如绘画，着色，雕塑，编故事，唱歌，跳舞和作曲。

鼓励创造艺术的提示：

- 用木偶或玩偶讲故事。
- 编与孩子感兴趣的事情相关的舞蹈或歌曲（火车，大自然和动物等）。
- 为孩子提供水彩颜料，蜡笔，书签或颜料让他们按照自己的方式探索和使用。



### ★ 科学

科学技能包括理解原因和影响，调查大自然，提问题和做出预测的能力。培养科学技能的提示：

- 写下可能影响你平衡的不同事情，并尝试去做这些事（闭眼睛或睁眼睛，用右脚或左脚站立，等）。
- 提关于大自然的问题：落到地上的雨发生了什么？为什么树叶是棕色或绿色的？如果你不给这颗植物浇水，会发生什么？
- 探索和辨认自然物：例如岩石，树叶，植物，花朵，树木，贝壳，沙子，水和昆虫。

### ★ 社会研究

社会研究技能帮助孩子与他人建立联系，并了解他们的社区。培养社会研究技能的提示：

- 通过访问警察局，图书馆，消防部门，老年人活动中心，银行和邮局等来发现你的社区。谈论你所看到的内容。
- 体验其他文化并谈论异同点——访问不同的餐厅，与邻居谈论他们的传统或者倾听社区里的不同语言。
- 制作卡片发送到当地老年人中心或者生活在其他城市或国家的朋友。

孩子所能收到的最好的礼物就是你的时间。花在良好沟通或者体验分享兴趣方面的时间都是欢乐时光。时间这个礼物向孩子表明他是安全的，被喜爱的，并且是有能力学习的。