

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

图书基本信息

书名：<<東大爸爸這樣教養孩子>>

13位ISBN编号：9789862481493

10位ISBN编号：9862481498

出版时间：2011-2

出版时间：大好書屋-日月文化

作者：[日]陰山英男

页数：224

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>

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

前言

前言 擁有幸福家庭，要靠經營和學習！

文／陰山英男 我家有三個小孩。

其中有考取東大的優等生，也有曾讓我和妻子被學校請去作客的調皮學生。

雖說如此，但他們三人都有各自的生活方式，也和週遭維持著良好的人際關係。

對我而言，這是最感到欣慰的一件事。

如今，他們逐漸長大、獨立，也開始面對各種人生的煩惱。

或許正因如此，家中時常瀰漫著一股幼鳥即將展翅離巢的氣氛。

到目前為止，孩子們陸續經歷了許許多多的磨難。

以孩子們的立場來看，他們因為父親工作的關係，而被迫面臨生活環境的改變，不僅與家人分居兩地，還必須離開原本的朋友，到外地唸書……我想，這種種突如其來的變故，肯定對他們造成了極大的壓力。

因此，他們之中甚至有人揚言絕不看我的任何一本著作。

儘管如此，我也有我的苦衷，那就是，無法同時兼顧家庭與工作。

「家人是最重要的」、「孩子的學力要靠家庭提升」 雖然我在書中不斷強調這一點，但自己卻總是反其道而行。

這樣下去的話，總有一天，我會面臨家庭破碎的悲劇。

這樣的情況，可說是現代典型的家庭問題。

而在與這種困境纏鬥的同時，我終於發現，家庭關係也是需要經營的。

換句話說，光仰賴親情和血緣，是無法維持家庭關係的。

在現今社會中，人與人的關係疏離，每個家庭都不得不在大環境的激流下，奮力地尋找出路。

我與其他人的不同之處，在於我的生活會被放大檢視。

事實上，同樣的問題與不安，在許多家庭中都會發生。

為了克服眼前種種的危機，並攜手向前，每個家庭都必須學習更具體的解決之道。

其中，最重要的，便是將「何謂家庭幸福」的觀念灌輸給孩子，並努力將想法付諸實行。

從前每逢節慶，家中便會舉辦各式的家庭活動。

現在為了因應大時代的潮流，我們不得不放棄過去的傳統。

然而，我認為這些活動的名目，說穿了，就是維持家庭關係的一大要素。

在各項傳統式微的情況下，我們有必要思考出另一套替代方案。

但現代人的生活繁忙，在各種壓力之下，逐漸喪失了處理家庭問題的智慧。

這樣的結果，導致家庭破碎的案例激增。

或許有不少人認為，經營家庭只是小題大作，但這卻是每個家庭都必須面對的課題。

要解決這樣的問題，我認為首要之務便是「時間管理」。

早睡早起、準備早餐、家人的健康……是需要時間來維護的。

此外，為了強化現代社會日漸脆弱的家庭關係，我們也必須多增加與人接觸的機會。

在有限的時間和預算之內，我們不得不學習有效率地運用家庭經營的技術。

而經營的重心，便在於孩子的教育。

在過去物資貧乏的時代，父母對於孩子的物質生活，常陷入心有餘而力不足的窘境。

相對的，在金錢不虞匱乏的現代，父母大多樂意為子女解開荷包。

因此，社會上便出現了各式各樣的生意手法，其中也包括許多有害的資訊。

除此之外，孩子的學力問題也是影響家庭關係的關鍵之一。

這些事實，在在印證了家庭經營的最大課題，便是孩子的教育。

有鑑於此，本書將以孩子的教育問題為中心，並以我個人的經驗為例，提出六十項家庭經營的有效方案。

我深切盼望每一位父母都能從自身出發，努力尋求使家庭和樂的具體方法。

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

內容概要

親身實證，東大生孩子的全方位教養書！
重視教養的父母，你們知道嗎？

「表示驚訝」其實比「褒獎」更能激勵孩子；讓孩子認清現實，比讓他們接受理由更為重要；「愛的教育」只能幫助孩子「清除障礙」，並不能教導他們「跨越障礙」；孩子善用說謊來保護自己，父母千萬不可輕易低頭；優質的睡眠與孩子的學習力及生活態度有極大關聯；當孩子表露「求知」的欲望，以及「不懂裝懂」時，便是智力伸展的前兆；孩子的理解能力如同一條橡皮筋，不成長時便維持原貌，成長時則有驚人的彈性……日本教育大師陰山英男鑽研出一套獨特的教養方式，成功教養出優秀的東大生孩子！

這位東大爸爸是怎麼做到的？

陰山英男分享多年擔任教職和為人父的經驗，書中完整收錄超有效60堂課，告訴你：學習日每週最多幾天才好？

如何明確規定孩子「何時」該完成「何事」？

如何監控孩子網路及手機的使用情形？

如何提升孩子的專注力？

看穿孩子的謊言需要具備什麼能力？

何謂讓孩子成長零壓力的「家庭補習班」？

何謂徹底展現學習成效的「百格計算練習法」？

怎麼做能讓孩子愛上閱讀？

60堂課展開「優質教養」第一步 當父母在抱怨孩子生活作息不正常、成天看電視、逛網路、荒廢學業、學習不專心、壞習慣太多、抗壓性低、自理能力差時，其實更應該積極採取行動，設法改善孩子這些不好的習慣。

教育大師陰山英男以親身教養東大生孩子的實際經驗告訴你，教養一點都不難，只要在日常生活中一些小細節多用心，採取適切的因應之道，你也可以教出品學兼優的孩子。

全書針對親子間必修的課題，提出60項積極策略，解決父母教養上的困擾，教你在有限的時間和預算內，掌握最有效率的家庭經營術：從「教養」出發，親子一同蛻變、成長！

最有效率的家庭經營術孩子的教養核心在家庭，家庭經營的重心就是孩子的教育。

身為「幸福家庭的領航者」，父母必須運用一些具體方法，才能讓孩子變得更棒、更懂事！

全書收錄60項教養方針，除有詳盡的解說，更附上圖表佐證，讓父母們一目了然，能有效率吸收書中所傳授的教養智慧。

讓我們一同為教養優秀孩子、經營幸福家庭而努力！

1.揭櫫日本教育大師陰山英男成功教養東大生孩子的祕訣！

2.提出讓孩子成長零壓力的「家庭補習班」及徹底展現學習成效的「百格計算練習法」 3.從家庭到學校60堂親子課，完整的人格及學力教養書

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

作者簡介

陰山英男 1958年出身於日本兵庫縣。
岡山大學法律系畢。
自就任兵庫縣朝來町立（現朝來市）山口小學教師時代開始，因確立其以反覆練習來提升基礎學力之「陰山學習法」，而受到大家的矚目。
2003年4月，經由公開徵選，就任尾道市立土堂小學校長。
繼續在百位數計算及漢字練習之反覆學習等提升基礎學力上，多所努力。
另一方面，由於積極地導入算盤指導、電腦活用等不論新舊之教育方法，實現了孩童們學力提升之目的。
2006年4月，就任立命館大學「大學教育開發及支援中心」教授（兼任立命館小學副校長）。
2008年4月，擔任立命館大學「教育開發推進機構」教授（兼任立命館小學副校長）。
文部科學省中央教育審議會教育課程部會委員。
內閣官房「教育再生會議」學者委員。
著作有《學習真正的學力 - - 在學校內所能做到的事、在家庭內所能做到的事》、《學力新守則》（以上兩本為文藝春秋所出版）、《陰山學習法徹底反覆》系列（小學館出版）、《陰山英男的HAPPY手記》（主婦與生活社發行）……等多本著作。

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

書籍目錄

【前言】擁有幸福家庭，要靠經營和學習！

第1章 鍛鍊自我管理的能力，奠定堅韌的「人生基石」Class1明確規定「何時」該完成「何事」Class2養成「記錄習慣」，是改善日後生活的基礎Class3「記事本」，是提升生活效率的最佳工具Class4手機，是決定「規則」與「目的」的工具Class5孩子使用網路，父母擔負監督責任Class6良好的睡眠品質，是改善學力和生活態度的關鍵Class7體諒孩子的負擔，每週最多補習三天Class8要想成績好，看電視以一小時為限Class9培養孩子的專注力，慎選文具用品和服裝Class10正確的握筆方式，有助於日後成大器第2章 幫助孩子培養「求知欲」和「學習欲」Class11早起，是提升學力的關鍵Class12客廳，是孩子最安心的學習場所Class13備齊辭典和圖鑑，讓孩子體驗學習樂趣Class14讓孩子愛上書本的祕訣1親子共尋好書Class15讓孩子愛上書本的祕訣2多與人交流&營造舒適的閱讀環境Class16「寫日記」，可鍛鍊孩子的文筆及思考力Class17「使用電腦」給孩子成就感Class18在日常生活中體驗「自然科學」Class19當孩子表露「求知」欲望及「不懂裝懂」時，是智力伸展的前兆Class20在日常生活中，培養孩子數量的觀念Class21學習英文最忌急躁，請謹記欲速則不達的道理Class22讓孩子成長零壓力的「家庭補習班」Class23徹底展現學習成效的「百格計算練習法」第3章 以穩健的「家庭計畫」，創造優質的「教育環境」Class24「命名」，是對孩子未來的人生負責Class25孩子的將來，由父母從旁引導Class26迷惘時要相信直覺，別錯失決定的時機Class27重視親子間的「心靈交流」Class28運用智慧，讓孩子幫忙做家事Class29看穿孩子的謊言，需要高度的忍耐力Class30「不要和別人做比較」堅守原則Class31對孩子要不吝「責備」，避免「發怒」Class32不要過度保護孩子Class33以精神思想為依據，衍生相信未來的力量Class34仔細分辨孩子的能力Class35重視健康，讓孩子隨時保持活力第4章 運用「家庭經營」與「生活習慣」法則，幫助孩子提升學力Class36「表示驚訝」比「褒獎」更能激勵孩子Class37父母的笑容，是孩子成長的動力Class38在便當袋中放入紙條，讓孩子感受滿滿的愛Class39不要介入「孩子之間的戰爭」Class40保持玄關整潔，有助於人際交流Class41陪孩子聽童謠，令人回味的時光Class42養狗，讓孩子認知生命的豐富及可貴Class43將「大掃除」列入家庭計畫的一部分Class44在家鍛鍊孩子的「基礎」體力Class45下廚做菜之前，為孩子找到合適的用具Class46親子同樂1和孩子一同享受料理樂趣Class47親子同樂2人生的第一場音樂會Class48親子同樂3暑假作業Class49新年度，建立新的家庭計畫Class50規劃家族旅行，創造美好回憶第5章 讓孩子安心上學的祕訣Class51不要干預老師的指導方式Class52教學參觀日，老師和家長謹慎以對Class53與學校和老師之間建立良好關係Class54利用暑假增進學力Class55利用寒假，協助孩子跟上學習進度第6章 提升家庭力，親子關係更緊密Class56「理財教育」應從小開始Class57選車守則1實用耐開的車子，凝聚家人情感Class58選車守則2中古車活用術&聰明選購車種Class59以數位相機留住孩子童年回憶Class60打造舒適環境，維繫全家人的情感陰山英男 VS. 宮本延春 對談【後記】以身作則，培養孩子感受幸福力！

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

章节摘录

6.良好的睡眠品質，是改善學力和生活態度的關鍵 「一旦到了就寢時間，孩子的房間內就不該再出現燈光。

若希望孩子擁有光明的未來，首要條件，便是養成他們早睡的習慣。

」 成功教育孩子的重要關鍵，在於飲食和睡眠。

每當談論起孩子學力降低、缺乏生活規範，以及體力衰弱等問題時，大家總是將責任歸於父母、學校和社會……等外在因素。

然而，就我個人來看，我認為最大的禍源便是睡眠不足。

與其針對問題爭相討論、謾罵，不如試著早點上床就寢，或許才是最佳的解決之道。

有個叫做「如果我是總統……」的電視節目，討論社會上的種種問題和現象。

依我看來，如果我是總統……我會倡導全民實行「早睡早起，吃早餐」的運動，率先強健國人的體魄，再以此成果作為基礎，建議政府將其明文訂為法律。

基於孩子學力降低和勝負成敗的心理壓力，導致家長過度關心課業方面的問題，甚至連社會輿論也產生了一些偏差。

舉例來說，報紙上隨處可見指責考試壓力過重的言論。

然而，同一家報社所出版的週刊上，卻又寫滿了如何考進東大的相關報導。

我無意批判這個現象，只是希望大家能了解，生活習慣的養成，才是最關鍵所在。

我認為，小學低年級生應該在晚上九點、高年級生應該在晚上十點、而高中生也應該在晚上十一點之前上床就寢。

若希望孩子擁有光明的未來，首要條件，便是養成他們早睡的習慣。

身為人父，我當然明白其中的難處。

除了課業壓力繁重之外，孩子還有長時間的社團活動，加上補習班的課程……要達成早睡的目標，確實不容易！

想當然，為了達成目標，勢必得經歷一番親子間的苦戰。

接著，請大家注意以下的表格：（請詳見《東大爸爸這樣教養孩子》） 這是日本廣島縣舉辦的調查結果，以縣內共計兩萬七千名的小五生為對象，研究學力測驗與睡眠時間的相互關係。

正如大家所看到的，當孩子一天睡眠時間在七到九小時之間，最能發揮唸書的效果。

換句話說，睡眠不足或過長，都會對學業成績造成直接的影響。

那麼，我們該如何改善孩子的睡眠問題？

曾有一位教育專家告訴我以下的方法： （1）在固定的時間睡覺和起床。

（2）養成孩子自己起床的習慣。

（3）睡覺時，不可直接面對燈光。

（4）維持房內的環境整潔。

（5）不可讓孩子在睡前接觸電視或電玩等刺激的活動。

（6）睡前不可進食。

近年來，校園暴力、逃學及家庭失和等社會事件不斷上演。

有專家指出，此類現象的衍生，最終仍歸因於睡眠品質低落的問題日益嚴重，因而引發慢性疲勞症候群。

對於這樣的說法，我個人十分認同。

<<東大爸爸這樣教養孩子>>

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>