

# 小学入学适应教育存在的问题及应对策略研究

王桂霞

宁夏固原市隆德县第一小学 宁夏 固原 756300

**摘要：**本文探讨了小学入学适应教育存在的问题及其应对策略。学习适应问题、社交适应问题、心理适应问题和生活适应问题是新生面临的主要挑战。为解决这些问题，本文提出了加强入学前的准备和指导、关注学生心理状况、培养良好习惯、提高社交能力以及建立家校共育机制等策略。这些策略旨在帮助新生更好地适应小学生活，提高教育质量与效率，促进学生的全面发展。

**关键词：**小学入学；适应教育；存在问题；应对策略

## 引言

小学入学适应教育是孩子成长过程中的重要阶段，对孩子未来的学习和生活具有深远影响。然而，许多孩子在升入小学后会面临各种适应问题，如学习压力、社交困难、心理波动等。这些问题不仅影响孩子的学习效果，还可能对他们的身心健康产生负面影响。因此，本文旨在探讨小学入学适应教育存在的问题，并提出有效的应对策略，以期帮助孩子更好地适应小学生活。

### 1 小学入学适应教育存在的问题

#### 1.1 学习适应问题

(1) 学习任务繁重。小学的学习任务相较于幼儿园更加繁重，孩子们需要面对更多的课业负担和考试压力。这种压力不仅来自于学校，也来自于家庭和社会。许多家长望子成龙、望女成凤，过早地对孩子进行各种补习和培训，使得孩子在入学前就已经感受到了巨大的学习压力。(2) 学习环境变化。孩子们从幼儿园升入小学后，面对的是一个全新的学习环境。新的教室、新的同学、新的老师，这些变化都可能让孩子感到不适应。特别是对于那些在幼儿园阶段已经习惯了宽松、自由的学习氛围的孩子来说，小学严格的学习纪律和紧凑的学习安排可能会让他们感到无所适从。(3) 学习方法转变。小学的学习方法相较于幼儿园更加注重系统性和逻辑性。然而，许多孩子在幼儿园阶段并没有接受过系统的学习训练，导致他们在小学的学习中缺乏有效的学习方法。这不仅影响了他们的学习效果，还可能让他们对学习产生厌倦和抵触情绪。(4) 学习内容多样。小学的学习内容相较于幼儿园更加丰富和多样，但同时也更加复杂和抽象。孩子们在面对这些新的学习内容时，可能会因为没有兴趣而缺乏学习动力。特别是对于那些在

幼儿园阶段已经习惯了通过游戏和玩耍来学习的孩子来说，小学的学习方式可能会让他们感到枯燥和乏味。

#### 1.2 社交适应问题

(1) 社交环境变化。孩子们在进入小学后，需要面对一个全新的社交环境。新的同学、新的老师、新的班级规则，这些变化都可能让孩子感到陌生和不安。特别是对于那些在幼儿园阶段已经习惯了与熟悉的伙伴和老师相处的孩子来说，小学的社交环境可能会让他们感到无所适从。(2) 沟通难度增加。小学沟通相较于幼儿园更加成熟和复杂。他们不仅需要学会与同学和老师进行有效的沟通，还需要学会处理各种人际关系。然而，许多孩子在进入小学后，由于缺乏必要的沟通技巧和社交经验，导致他们在沟通中遇到困难，难以融入集体。

(3) 社交恐惧产生。一些孩子在进入小学后，由于对新环境的陌生感和不安感，可能会产生社交恐惧。他们害怕与人交往，不敢主动与他人交流，甚至可能产生孤独感和无助感。这种社交恐惧不仅影响了他们的社交能力的发展，还可能对他们的心理健康产生负面影响。(4) 人际关系紧张。小学的孩子在相处中可能会因为各种原因而产生矛盾和冲突。特别是在班级中，由于人数众多，孩子们之间的相处更加复杂。一些孩子由于缺乏自我控制能力和谦让意识，可能会在处理人际关系时遇到困难，导致人际关系紧张。

#### 1.3 心理适应问题

(1) 自信心不足。孩子们在进入小学后，需要面对更多新的学习任务和挑战。然而，由于他们在幼儿园阶段的学习经验和能力的差异，一些孩子可能会在面对新的挑战时感到信心不足。他们担心自己无法达到预期目标，甚至可能产生自卑感和挫败感。(2) 孤独和无助感。一些孩子在进入小学后，由于对新环境的陌生感和不适应感，可能会感到孤独和无助。他们缺乏熟悉的朋

宁夏幼小衔接专项课题《小学入学适应教育存在的问题及应对策略研究》NXJKG2438阶段性研究成果。

友和亲人,无法找到归属感和安全感<sup>[1]</sup>。这种孤独和无助感不仅影响了他们的心理健康的发展,还可能对他们的学习和生活产生负面影响。(3)情绪波动大。小学的孩子在面对新的学习任务和社交环境时,可能会产生各种情绪波动。他们可能会因为学习压力、人际关系等问题而感到沮丧、愤怒或焦虑。这些情绪波动不仅影响了他们的学习效果,还可能对他们的心理健康产生负面影响。

#### 1.4 生活适应问题

(1)作息时间调整。小学的学习生活相较于幼儿园更加紧凑和规律。孩子们需要适应新的作息时间,如早起、午休等。然而,一些孩子在升入小学后,由于无法适应新的作息时间,可能会导致身体疲劳和精神不振,影响学习效果。(2)自理能力不足。小学的孩子需要学会自己照顾自己的生活,如穿衣、吃饭、整理书包等。然而,一些孩子在进入小学后,由于自理能力不足,可能会在生活上遇到困难。这不仅影响了他们的生活质量,还可能对他们的学习产生负面影响。(3)生活习惯不良。一些孩子在进入小学后,由于缺乏良好的生活习惯,如饮食不规律、缺乏运动等,可能会导致身体健康问题。这些问题不仅影响了他们的学习效果,还可能对他们的成长和发展产生负面影响。

## 2 小学入学适应教育的应对策略

### 2.1 加强入学前的准备和指导

(1)提高家长认识。提高家长对入学准备的认识,掌握正确的教育方法。家长在孩子的入学适应过程中扮演着重要的角色。他们不仅需要了解孩子的学习情况和心理状态,还需要掌握正确的教育方法和沟通技巧。因此,我们可以通过举办家长培训班、家长会等形式,向家长传授入学准备的知识和方法,帮助他们更好地引导孩子适应小学生活。(2)学校准备工作。提前做好新生入学的各项准备工作,如课程安排、教师培训等。学校在新生入学前应该做好充分的准备工作,包括制定详细的课程计划、安排合适的教师资源、创设良好的学习环境等。同时,学校还可以通过举办新生家长会、入学教育等活动,帮助家长和孩子更好地了解学校的教育理念和教学安排。(3)提前了解规章制度。提前了解学校的规章制度,培养良好的学习习惯和生活习惯。学生在入学前应该了解学校的规章制度和学习要求,并养成良好的学习习惯和生活习惯。这可以通过参加入学前的培训班、夏令营等活动来实现。同时,家长也可以在日常生活中引导孩子逐渐适应小学的节奏和要求。

2.2 关注学生的心理状况,提供必要的心理支持和辅导

(1)建立心理辅导机制。学校应该建立心理辅导机制,为新生提供必要的心理支持和辅导。心理辅导老师可以通过开展心理咨询、心理测评等活动,了解学生的心理状况和需求,并制定相应的辅导方案。同时,学校还可以通过开展心理健康教育活动,帮助学生掌握应对压力、调节情绪的方法。(2)增强自信心。激发孩子的好奇心与探索欲,增强自信心。家长可以通过讲述小学生活的趣事、参观小学校园等方式,激发孩子对新环境的好奇心。同时,家长还可以通过让孩子独立完成力所能及的任务、及时给予肯定和表扬等方式,帮助孩子建立自信心。这些措施可以帮助孩子更好地适应小学生活,减少焦虑和恐惧情绪。(3)加强家校沟通。家长和学校应该加强沟通和合作,共同关注孩子的心理状况。家长应该定期与老师沟通孩子的学习和生活情况,了解孩子的优点和不足,共同探讨解决问题的办法。同时,家长也应该积极参与学校的各项活动,如家长会、亲子运动会等,增进家校之间的了解和合作。

### 2.3 培养良好的学习习惯和生活习惯

(1)制定合理作息时间。家长应与孩子一起制定合理的作息时间表,并严格执行。规律的作息时间表可以帮助孩子逐渐适应小学的节奏和要求。家长可以与孩子一起制定作息时间表,包括起床、洗漱、早餐、学习、休息、晚餐、睡前准备等各个环节,并严格执行。这有助于孩子形成良好的生物钟和作息习惯<sup>[2]</sup>。(2)注重饮食均衡。家长应注重孩子的饮食均衡,多提供富含蛋白质、维生素和矿物质的食物。良好的营养是孩子学习和成长的基础。家长应该注重孩子的饮食均衡,提供多样化的食物,避免过多摄入高糖、高脂肪的快餐和零食。同时,家长还应该鼓励孩子定时定量进餐,培养健康的饮食习惯。(3)培养阅读习惯。阅读是打开知识大门的钥匙。家长可以从孩子感兴趣的书籍入手,每天安排一定的阅读时间,与孩子一起分享阅读的乐趣。通过阅读,不仅可以拓宽孩子的知识面,还能提高他们的语言理解能力和表达能力。(4)锻炼专注力。家长可以通过一些简单的游戏或练习来锻炼孩子的专注力。小学课堂对孩子们的专注力提出了更高的要求。家长可以通过一些简单的游戏或练习,如拼图、画画、听故事时保持安静等,来锻炼孩子的专注力。同时,家长也应该避免在孩子学习时过多打扰,为他们创造一个安静、专注的学习环境。

### 2.4 提高孩子的社交能力

(1)学会分享与协作。家长应引导孩子学会分享自己的玩具、食物和想法,同时鼓励他们在团队活动中积

极参与、相互协作。这不仅能增进孩子之间的友谊，还能培养他们的团队合作精神。(2) 扩展社交圈子。鼓励孩子参加课外活动、社团或俱乐部，帮助他们扩展社交圈子。课外活动是孩子社交的重要场所。家长可以鼓励孩子参加各种课外活动、社团或俱乐部，帮助他们结交新朋友，扩展社交圈子。这不仅可以提高孩子的社交能力，还可以培养他们的兴趣爱好和特长。(3) 解决社交困难。家长应该为孩子提供必要的支持和指导，帮助他们解决社交困难。孩子在社交中可能会遇到各种困难和挑战。家长应该给予孩子足够的支持和鼓励，帮助他们克服困难和挑战。同时，家长还可以通过与孩子一起参加社交活动、引导孩子正确处理人际关系等方式，提高孩子的社交能力。

#### 2.5 推进教育信息化，提高教育质量与效率

(1) 信息化促入学适应。在小学入学适应教育里，推进教育信息化对提高教育质量与效率意义重大。通过专业的心理测试系统，能深入洞察新入学儿童的心理世界。比如运用儿童焦虑自评量表，可直观了解他们初入小学的紧张程度；借助社交行为观察量表，分析其社交主动性和融入能力，及时发现心理适应欠佳的孩子。

(2) 心理测评促教育。在学习需求方面，利用智能学习分析系统，全面评估儿童的知识储备，如语文的识字量、数学的运算水平等。同时，还能精准把握他们的学习风格，是偏好视觉学习，还是更适应听觉学习。教师依据这些详尽信息，为每个孩子量身打造入学适应教育方案，助力他们顺利开启小学学习之旅。

#### 2.6 建立家校共育机制，加强家校沟通与合作

(1) 定期召开家长会。学校应定期召开家长会，向家长汇报学生的学习和生活情况，听取家长的意见和建议。这不仅可以加强家校之间的沟通和理解，还可以共同解决学生在学习和生活中遇到的问题。(2) 利用家校联系册。利用家校联系册等书面形式，记录学生的成长轨迹和家校沟通情况。家校联系册是一种有效的家校沟通工具。老师可以定期在家校联系册上记录学生的学习

情况、行为习惯、心理状态等信息，家长则可以回复孩子的在家表现和对学校的建议。通过这种形式，家校双方可以更加全面地了解学生的成长轨迹，共同促进学生的全面发展。(3) 鼓励家长参与志愿活动。鼓励家长参与学校的志愿活动，共同关注学生的成长。家长志愿者是学校教育中不可或缺的力量。学校可以鼓励家长根据自己的特长和兴趣参与学校的各种志愿活动，如协助组织课外活动、参与学校的管理和决策等<sup>[1]</sup>。这不仅增强家长对学校的归属感和责任感，还可以共同关注学生的成长和发展。(4) 提供家庭教育指导。学校应为家长提供家庭教育指导服务，帮助他们掌握正确的教育方法和技巧。家庭教育是学校教育的重要补充和延伸。学校可以通过举办家庭教育讲座、提供家庭教育咨询等方式，为家长提供科学、有效的家庭教育指导服务。这可以帮助家长更好地了解孩子的成长规律和需求，掌握正确的教育方法和技巧，提高家庭教育的质量和效果。

#### 结束语

小学入学适应教育是一个复杂而长期的过程，需要家校双方的共同努力和配合。通过加强入学前的准备和指导、关注学生心理状况、培养良好习惯、提高社交能力、推进教育信息化以及建立家校共育机制等策略，我们可以有效地解决新生面临的适应问题，帮助他们更好地适应小学生活。未来，我们还应持续关注小学入学适应教育的发展动态，不断探索和实践更加科学、有效的教育方法和策略，为孩子的成长和发展创造更加美好的教育环境。

#### 参考文献

- [1]袁樱,李霜.基础教育改革视角下小学入学适应教育现状调查研究[J].菏泽学院学报,2023,45(4):85-89.
- [2]白学军,杨莹,李馨,等.小学一年级新生入学适应教育效果及其影响因素——来自教师的报告[J].天津师范大学学报(社会科学版),2022(2):70-75,94.
- [3]陈冬艳.幼小衔接背景下幼儿入学适应教育研究[J].学前教育论坛,2024(2):53-57.