



做好婴幼儿的爸爸妈妈

向即将做父母亲的和已做了

父母亲的年轻人育儿提一点参考

我来帮你做

爸爸妈妈

刘淑珍 ◆ 著

你想有个家吗？

你想做爸爸妈妈吗？

你想了解婴幼儿性格的

形成及家庭早期教育吗？

做婴幼儿工作将近 40 年的亲身体会

 白山出版社

WO LAI BANG NI ZUO
BABA MAMA

我来帮你做爸爸妈妈

刘淑珍 ● 著

白山出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我来帮你做爸爸妈妈/刘淑珍著. —沈阳:白山出版社, 2005.6

ISBN 7-80687-276-0

I. 做… II. 刘… III. 婴幼儿-哺育
IV. TS976-31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 043900 号

出版发行: **白山出版社**

地 址: 沈阳市沈河区二纬路 23 号

邮 编: 110013

电 话: 024-23088689

责任编辑: 朱忠义

装帧设计: 赵连志

责任校对: 彭和群

印 刷: 中共沈阳市委机关印刷厂

开 本: 850×1168 毫米 1/32

印 张: 5

字 数: 110 千字

版 次: 2005 年 6 月第一版

印 次: 2005 年 6 月第一次印刷

印 数: 1-2000 册

书 号: ISBN 7-80687-276-0/G · 49

定 价: 20.00 元

自序

亲爱的朋友们，你们好！我的这本书《我来帮你做爸爸妈妈》费尽了周折，终于出版了。这是我多年来从事婴幼儿工作的梦想和积累的结晶，我把它看做我一生最大的幸事，这里边有我多少苦、辣、酸、甜、累，有多少喜和忧，所有这一切怎能忘记！

记得小时候，因为我父亲没有儿子，爷爷奶奶领我一起和他俩跪在“子孙娘娘”佛像前替我父亲求子，一边磕头一边嘴里不住地祈求。那时由于我年纪小，非常奇怪，怎么“子孙娘娘”身前身后左左右右全是小孩？那情景至今记忆犹新。说来也奇怪，后来我自己当了孩子头，我把自己比做“子孙娘娘”，整天和孩子们厮守在一起，孩子们的苦、乐、吃、喝、拉、撒、睡、玩，全在我的心中，孩子们的趣事说也说不完……

这本书里边有我的领导，有孩子们的家长和我教过的孩子们。这些孩子现在大多都长大成人，他们当中有的大学毕业走上了建设国家的岗位；有的当了解放军；有的当了老师；我真为他们高兴。我希望他们能看到这本书。

也可能这里边有不当之处,有不该写的,请指出,以便于改进。

我希望广大的朋友们在闲暇的时间里,读一读这本书,这是在你们的孩子成长过程中离不开的参考“良方”。我也希望爱我的读者喜欢这本书。在这里我感谢曾经关心、支持、影响我的给我这本书起名的辽北作家——诗人党兴昶,感谢白山出版社的朱忠义主任,还有我的子女对妈妈的支持与帮助。

刘淑珍

2005年4月23日

目 录

自序 / 1

一、你想有个家吗 / 1

二、什么是人的性格 / 2

三、什么是婴幼儿家庭早期教育 / 4

四、婴幼儿性格的形成与家庭早期教育的关系 / 4

五、婴幼儿的家庭早期教育几点参考 / 5

(一)做父母的企盼与胎教 / 5

(二)婴幼儿家庭早期教育从什么时候开始 / 9

(三)婴幼儿的坏习惯都是教育不当造成的 / 12

(四)什么时候断奶好 / 13

(五)随时随地启发婴幼儿学发音、学说话 / 15

(六)婴幼儿家庭早期教育要防止溺爱 / 19

(七)创造一个好的家庭环境 / 20

(八)夫妻双方采取一致的教育方法 / 25

(九)采取正面教育方法 / 26

(十)注重品德教育 / 32

- 六、婴幼儿的家庭早期教育应和托幼机构教育配合好 / 35
- 七、常见的婴幼儿疾病及其预防 / 39
 - (一) 湿疹 / 39
 - (二) 佝偻病 / 40
 - (三) 支气管肺炎 / 41
- 八、你想了解教育你的子女的有关事项吗 / 42
 - (一) 幼儿从3岁到6岁的智力发育、生活习惯、社会性能力 / 42
 - (二) 教育独生子女 / 44
 - (三) 孩子们的欢笑(记儿童节游沈阳东陵) / 47
 - (四) 从绘画课看小班幼儿语言的发展 / 49
 - (五) 寓教育于游戏之中,促进幼儿体、智、德、美、劳全面发展 / 52
 - (六) 冬天怎样组织室内游戏 / 58
 - (七) 幼儿园教学计划与总结 / 66
 - (八) 我的教育记录 / 76
 - (九) 老师和幼儿启发式谈话 / 95
- 九、教师和家长互相配合教育幼儿记录 / 97
- 十、部分日教学计划 / 118
- 十一、我的成长历程 / 136

一、你想有个家吗

每个年轻姑娘,每个未婚的女青年,逐渐产生了一种美好的憧憬:总不能在父母跟前生活一辈子吧!要生活自立,想要有个家了。有个美好温馨的、幸福的小家。找个身体健康、有正当职业、有远大理想、对祖国对人类有好处的心中白马王子来做自己的终身伴侣。要求这个人将来能够和自己相亲相爱,一辈子相敬如宾,信任体贴,缠绵幸福地在一起生活。这种感情要不断地培养,这当然是婚后的事了。

找到了意中人就要很好地相处,由于两个人感情好、互相帮助、互相鼓励、共同进步,这时的你们就可步入结婚的殿堂,正式有个家了。随着小家庭里生活美好,你们会逐渐产生想要做爸爸妈妈的想法。

那么,你想做个什么样的爸爸妈妈呢?我们中华民族有着勤劳、善良的美德,一旦做了爸爸妈妈,就会用尽精力和爱来养育自己的子女。希望你们能够有个聪明、健康、活泼可爱的孩子,给小家庭带来欢乐和温馨。那么,这个发育完好的孩子是怎样得来的呢?这里边蕴涵着许多学问,简单地说就是两个字“教育”。教育子女是一项漫长

而艰巨的任务,一直伴随着你的孩子到成年。教育强调:从出生到3~5岁这个年龄段最重要,这段教育就是早期教育。

做爸爸妈妈的要学习科学育儿知识,掌握婴幼儿生长发育各个时期的规律和特征,同时,卫生保健知识也得跟上去,这样才能有个好的性格完整的孩子。那么,你们想知道婴幼儿性格的形成与家庭早期教育吗?

二、什么是人的性格

不同人有不同性格。地球上从东到西,从南到北生存着各类人种,统称为人类。人类有多少奥秘?谁人知晓呢?他们的肤色都不一样,我们亚洲人大多数人皮肤是黄颜色的,所以统称为黄种人。欧洲人大多数是白色皮肤叫白种人。美洲人有白种人和黑人等等。又为什么他们的语言也不通,我们中国人说的是汉语,俄罗斯人说的是俄语,美洲那边人多数说英语,等等。文字也不一样,就拿我们伟大的中国来说吧,就是个56个民族的大国,各民族的地方方言不同,风俗习惯也大不相同。我们中华民族自古以来就是勤劳智慧的民族,我们的祖先在我们美丽、富饶的960万平方公里的土地上生息繁衍着,一代一代发展至

今。一方水土养育一方人，不同地方的人，又具有不同性格。

我国是个多民族的大国，正朝着四个现代化的雄伟目标前进着。不久的将来一定要赶上和超过世界上最发达的国家。国富民强，人民过上好日子，这是人们的企盼。那么，这些靠什么呢？要靠中华民族素质的提高，人们素质的提高最主要的就是从婴幼儿早期教育抓起，可见婴幼儿家庭早期教育何等重要。

婴幼儿的性格与遗传因素有关，科学家们研究的细胞学、基因学等都是关于遗传方面的科学，但决定婴幼儿性格的更主要的是后天的影响和教育。

人的性格就是人们非常熟悉的而又经常说的那样：有的人是急性人，干事敏捷从不耽误，但是这样的人往往对事物处理考虑不周全，办事容易出差错。有的人是慢性人，形容慢性人的性格火上房都不着急。有内向型性格的人，什么事也不外露，放在心里。有外向性格的人，善于表达，开朗好交往，等等。中国有句古语：“一母生九子，九子还个别”，这说明每个人有每个人的独特性格。举例说明，一个母亲先后生了几个子女，同样是一对父母所生，母亲从怀胎开始，母亲的年龄段不同，地点、气候、季节、环境都不一样，抚养的方法，喂养的方法也不同，这大概是孩子性格不同的原因吧。有句俗话说的是，“江山易改，秉性难移”，一个人的性格一旦形成了是不容易改变的，这个俗语说明，婴幼儿的性格形成是非常重要的。

三、什么是婴幼儿家庭早期教育

我认为婴幼儿家庭早期教育，并不是单纯的指教婴幼儿认识多少个文字，学会算多少道数学题，而是从母亲受孕时起，就在接受教育了，同时，这也是小儿性格逐渐形成的开始。不管父母亲是有意识的或是无意识的，你为你的子女所做的一切都是在早期教育。父母给予他正确的爱，悉心照顾使子女吃好、睡好、玩好甚至连洗澡、换衣服等等，每一天生活每个细小环节都是在对婴幼儿进行早期教育，这也是婴幼儿性格形成的最关键时期，这就是婴幼儿家庭早期教育。

四、婴幼儿性格的形成与家庭早期教育的关系

婴幼儿家庭早期教育伴随着生长发育，也就是婴幼儿性格逐渐形成的过程，是婴幼儿性格形成的最佳期；抓住这个有利时期进行教育，婴幼儿才能形成一个好的性

格。一个新生儿出生时体重3公斤左右,如果呵护得好,喂养得好,母亲奶水好,到了满月体重可增加1公斤多。如果对婴儿不好好教育,漠不关心,认为长大了一切都会自然好起来的,对婴幼儿教育抚养不动脑不用心,严格说来就是对自己孩子没有尽到做父母的责任。干什么都得下功夫,何况是育人?社会上那些低智能儿、呆傻儿甚至夭折儿,他们的背后情景是可想而知的了。婴儿来到世上,多数父母都希望他健康成长,包括各个方面:身体的健康、道德品质的高尚、做事的能力、勇敢、遇事有办法、能承受艰苦的磨难等等。从小培养这些好性格、家庭早期教育就必须跟上去。这时的家庭早期教育就是呵护好,包括及时换尿布、洗澡、喂母乳、细心观察婴儿一天每个细小变化等。人是高级动物,能用语言说话,除了遗传因素外,绝大部分性格形成都是经后天教育而形成的。没有教育是不能成为一个素质高尚的人的,所以人的性格形成与家庭早期教育的关系是密切的,是至关重要的。

五、婴幼儿的家庭早期教育几点参考

(一)做父母亲的企盼与胎教

母亲是一个了不起的象征,母亲是伟大的、崇高的、

无私的。人们常常把祖国比做母亲，海外学子无论走到天涯海角，都忘不了养育他的祖国，渴望落叶归根，就是这个道理。是祖国母亲养育了中华民族。做一个中华民族的公民都要结婚，成立家庭，做父母亲，而每个父母亲都企盼自己子女长大成人，为祖国建设，为祖国经济腾飞，为民族振兴做贡献，成为有用之才。这是每个父母、每个小家庭的愿望。生儿育女不是我们每个公民、每个家庭的私事，而是对国家负责。父母肩负着为振兴祖国、为建设祖国输送高素质人才的重任，父母教育子女是给祖国尽义务。

你想做个合格的父、母亲吗？

做父、母亲要有信心，就是要一定做个好父、母亲，但有了信心还要找出做好父母亲的办法、措施。首先搞好胎教。孕期对女人来说是个漫长、艰苦的日子，俗话说：十月怀胎。这就要求孕妇有个平稳的心情，总是保持乐观向上的精神境界。这里特别指出：孕妇要保证人身安全、不受任何伤害，包括精神方面的，防止造成流产。妇女怀孕在三四个月时要注重防止流产，如不慎流产，容易造成习惯性流产。有一个孕妇在她怀孕期间，有一次，她坐在她丈夫自行车后座上，由于冬季路上有积雪路滑，他丈夫车子倒了，把她摔在地上，后来生下这个孩子个子矮小，经医生检查，原来是先天椎梁骨受伤，造成小儿发育残缺。

做丈夫的，要行为检点：在妻子将要受孕时，不要过量饮酒、吸烟，这样才好，过量饮酒吸烟会使婴幼儿呆傻，

不聪明,或产下畸形儿。确定自己怀孕了,就要到附近的妇幼保健院做检查,到社区办理生育指标;要遵照医生指示定期检查,看看胎儿是否正常发育,这对胎儿的正常发育有好处。

部分妇女怀孕40天,身体开始有不适的反映,伴随着呕吐,平时爱吃的东西突然烦了,不爱吃了,连闻到味都要吐。但人的体质不一样,还有的孕妇什么反应也没有,就是身体感到不舒服,短短一些日子就过去了,这也是怀孕正常反应,不要当病去治疗,吃药不好,孕妇吃药容易造成婴儿发育不健全,造成畸形。听老人说,孕妇不能吃兔肉,防止婴儿出三瓣嘴。这是民间老人们的传说,并没有什么科学根据。总之,要求孕妇不要乱吃东西,在饮食方面多加注意,要合理搭配,多吃蔬菜、水果,这样对婴儿皮肤好,合理地吃些含钙质较多的食品,如鱼、排骨、虾等。这样胎儿在母亲肚里才能生长发育得好。有条件的话,孕期最好多到风景秀丽的地方去游览,接受大自然的风光陶冶,心胸开阔,多听听美妙动听的音乐。我国古代就有胎教之说:妇女怀孕期间“多做善事,少去是非之地,目不见污秽之物”。关于胎教这方面的书不少,可找来看一看。有意识地去找些有关怎样做好母亲、怎样实施早期教育、科学育儿书籍看一看。有一本书名《哈佛女孩刘亦婷》可以参看,看一看刘亦婷的母亲刘卫华是怎样教育女儿的,从中借鉴。我国主张科学育儿,优生、优育、优教、优境等,这里边学问很大。顺便介绍一下优生四原则:

1.优生:胎儿的发育成长,受到遗传因子和周围环境的直接影响,优生就是从健康的受精卵到胎儿的降生这个全过程中防止遗传缺陷和先天性疾病。

2.优生:根据儿童生长发育不同时期的生理特征,提供不同的营养物质,积极预防和及时治疗各种疾病,建立家庭体育和学校体育锻炼制度,完善社会体育设施,使下一代受到科学的体育锻炼。

3.优教:确立在幼儿时期,“教养并重”的观念。根据儿童不同时期的心理状态,适时地进行开发智力教育,从科学的意义来说,孩子一出生教育即应同时开始。

4.优境:孩子在婴幼儿时期,都在一定环境中生活,环境影响着儿童身心健康。良好的环境有利于培养儿童优良的品德和高尚的情操。

计划生育是我国基本国策,国家把优生提到高度重视地位,就是为国家、民族前途着想。年轻父母和面临即将做父母的青年一代必须认识到优生的重要,生一个健康活泼的孩子。青年人在婚前体检就是防止遗传缺陷和避免先天性疾病给新生儿的影响。

你想做个合格的爸爸妈妈,平时多留心关于教育好子女的书,多注意看长辈人、同辈人是怎样把自己子女教育好的。可在平时谈论家常时自然说起,不必用大块时间。孕妇要适当地洗澡,每次洗澡要着重洗洗乳头,乳头凹的要往外拉,最好用粗布蹭。每晚洗脸时也洗洗乳头,叫乳头露在外边——空气浴,准备婴儿出生后好喂奶,这

样可防止喂奶时乳头裂口疼痛。每次洗干净涂点豆油、香油都行。每次洗澡后都要换内衣,保持身体清洁卫生,减少性欲。怀孕后期要穿宽松肥大的衣服,以免影响胎儿生长发育。要使孕妇怀孕时期身心健康,思想情绪愉快,这样才能生产一个天真活泼又结实的婴儿。孕期的丈夫在自己妻子怀孕期间,应多多体贴关心,给以爱护,支持自己的爱人。孕妇应注意做到的,丈夫同样也应做到。不久即要做爸爸了,要尽到做爸爸的责任,防止强调事业的重要,忽视教育子女的义务。

怀孕一般在9个月再加上一周时间就要分娩了,这时的孕妇不要着急害怕,因为女人生小孩是个自然的事,孩子要出世了,会有感觉的,肚子痛呀,往下坠呀,还有人有像要大便的感觉,还有的下边见红,这时去医院来得及,要自然生产最好,不要做剖腹产手术。剖腹产对婴儿和母亲没有好处,一是婴儿易奶不够吃,再是产妇恢复体力较慢,剖腹产伤原气,所以建议产妇还是采取自然分娩最好。

(二)婴幼儿家庭早期教育从什么时候开始

婴幼儿家庭早期教育,具体说妇女在怀孕同时就开始了,要生一个健康完好的孩子必须注重胎教。从婴儿哇哇落地那一天起,他(她)就在接受成人对他的教育,那么首先父母是婴儿的第一任老师。这就是婴幼儿家庭教育的开始,包括母亲的心情、情绪、夫妻两个人的态度,和睦相处,小家庭的环境等等,这一切都是在进行早期教育,

别看婴儿还小,婴儿敏感性很强,他也是一个有知觉的人,他有知觉,不是物品,做父母亲的,尤其是母亲,更应细心观察和照顾好你的婴儿。

这里还要特别强调指出,婴儿来到世上,他自带食品,那就是母乳。婴儿出生第三天,母亲发现自己的乳房很快肿胀起来,胀的很疼痛,用手摸挺硬,这就是下奶了。产妇首先要保护好乳房,不要挤着压着,弄不好容易使乳腺发炎。准备一个吸乳器,及时用手揉,配合用热毛巾揉,边揉边用吸乳器往外抽,更重要是让婴儿吃奶。刚开始,由于婴儿刚出生孩子小,力气小吸吮乳头费劲,一时很难吃上奶,这时要求母亲把婴儿抱在怀里反复练习叫婴儿吸吮乳头。母乳是越吃越多的,这时产妇刚生下婴儿,体力没有恢复,丈夫可以帮助揉揉乳房,把奶核子揉开,让奶很快下来、产妇还要注意多休息,休息不好会没有奶的。特别是夜里睡觉时不要压着乳房,一旦不小心患了乳腺炎那是很痛苦的麻烦事。据医学上说:哺乳的母亲到了晚年很少有得乳腺癌的。因为妇女生小孩给孩子喂奶,乳房血管是通的,没有栓塞也不易患血栓就是这个道理。

母乳是婴儿最好的食品,任何东西也代替不了最适合婴儿生长发育的食粮。母乳能增强小儿的免疫力,吃母乳的婴儿在周岁前特别是6个月以里,很少有患什么疾病的。所以特别指出每个产妇,千方百计地喂自己的奶。为了保持母亲体型美,要注意不要把乳房让孩子吃偏了,两个乳房轮换吃,头次吃左侧的下次吃右侧的,不要顺手