

张红娟◎编著

亲子教育
提高爱的质量丛书



Fumu RangHaizi
FeiDe GengGao

父母让孩子 飞得更高

教育孩子需要异乎寻常的**耐心**和适量的**爱心**

● 父母是孩子最初的模仿对象，也是孩子的第一任老师。父母的言行举止对孩子一生的发展将产生极大的影响。教育孩子是父母义不容辞的职责，是人类精神文明发展必不可少的条件，是社会进步和发展的一项战略任务。

天津科学技术出版社



亲子教育
提高爱的质量丛书

父母,让孩子 飞得更高

教育孩子需要异乎寻常的**耐心**和适量的**爱心**

张红娟◎编著

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母,让孩子飞得更高/张红娟编著. —天津:天津科学技术出版社,2011.4

ISBN 978-7-5308-6256-8

I. ①父… II. ①张… III. ①家庭教育 IV. ①G78
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 047729 号

责任编辑:石 崑

责任印制:白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人:蔡颢

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332398(事业部) 23332697(发行)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

天津新华印刷三厂印刷

开本 710 × 1000 1/16 印张 18.5 字数 253 000

2011 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

定价:28.80 元

前言

从我们成为父母的那一刻起，便展开了一场学习爱的旅程。这是一辈子的学习，也是一生最珍贵的体验。虽然说“爱孩子是连母鸡都会做的事”，但我们会不断意识到，这种“母鸡的爱”是无法成就孩子的，它无法满足孩子发展中对爱的各种需求。对孩子的爱是一种特殊能力，它需要我们付出时间去学习。

孩子的个性各不相同，每一种个性都有其存在的理由，有它的优点和不足，应予以自由发展的空间。父母对孩子的教育应以尊重孩子个性为前提，一切抱怨、强行扭转和不切实际的一厢情愿，都有可能适得其反，使孩子无所适从，对孩子的身心发展均有不利影响。

孩子的兴趣也同其个性一样，千差万别。父母的任务是找到并充分挖掘孩子的长处，引导孩子发展自己的兴趣，而不是将父母未尽的心愿和自己的主观意愿强加给孩子。每个孩子有其独特的兴趣与天分，父母的教育方案应尊重孩子的天赋和志趣。

孩子心中崇敬和喜欢的父母形象，是用自己的双肩支撑起家庭，同时又十分出色地在祖国建设的各行各业发挥着作用。他们用自己的行动，给予孩子一个支撑生命的支点，让孩子懂得什么叫自尊；用自己平凡而勤恳的人生，告诉孩子生命的价值，让孩子知道什么才是生活。

虽然许多父母从事着平凡得不能再平凡的工作，但在孩子的心中，父母的敬业精神却使他们产生了对父母深深的爱。

在孩子的眼中，父母的职业没有高低贵贱之分，无论是当教授、教师、警察，还是扫街、卖菜、养猪，只要尽心尽力去工作，孩子们都引以

为自豪，引以为榜样。

其实，我们每一位父母都应该瞧得起自己的工作，平日在家谈起自己的工作，要充满自豪和自信。这样，你的孩子、你的家人才能以你为荣。只有看重自己，别人才能看重你。同时，我们要尽心尽力的去工作，这不仅是为了挣钱养家，而且也是教子做人。孩子是最先从父母身上读到“敬业”、“进取”这些词的。老师们常讲，看到孩子的父母什么样，就知道他孩子什么样了。那些每天早晨不睡懒觉，按时上班、爱岗敬业的父母带出来的孩子，一般上学都爱学习、守纪律而不会迟到。

本书正是基于培养孩子的理念，以及围绕能力、性格、习惯、心态等内容，系统性地对父母教育孩子的方法作了较为详尽的阐述，希望能给以培养出色孩子为目标的父母带来启示。本书在编写中，还专门聘请了一些教育专家进行指导与审定，对他们的帮助在此表示衷心的感谢！

编 者

2011 年 4 月于北京师范大学



目录

第一章

做个有心的父母

父母是孩子最初的模仿对象，也是孩子的第一任老师。父母的言行举止对孩子一生的发展将产生极大的影响。父母的品质、人格，对孩子有潜移默化的作用，会影响孩子今后的成长。父母对孩子身心健康、心智发展和精神成长所产生的影响，是任何其他人都不可替代的。

家庭是人才的摇篮 /3

做最好的父母 /6

树立现代家庭教育理念 /10

我们的孩子有什么特点 /14

了解孩子智能发育的六大敏感期 /18

父母应具备哪些良好素质 /21

第二章

钢铁是怎样炼成的

教育孩子是父母义不容辞的职责，是人类精神文明发展的必不可少的条件，是社会进步和发展的一项战略任务。父母要依据孩子的心理、年龄特征和个体差异给予良好的社会影响和教育训练，使孩子头脑聪

明、情绪稳定、意志坚强，具有良好的性格和社会适应能力。

- 相信自己的孩子是天才 /27
- 和孩子一起制订人生规划 /31
- 给孩子一双隐形的翅膀 /34
- 指导孩子实现自己的目标 /37
- 经受磨难和挫折 /40
- 父母的期望对孩子的影响 /43
- 告诉孩子他会成功 /46

第三章

孩子的健康比什么都重要

孩子成长，健康第一。孩子的生理发育尚未成熟，机体对外界环境的适应力、对疾病的抵抗力相对较差，需要家长格外用心，在日常起居、饮食、运动锻炼等方面合理安排，促进孩子的健康成长。

- 了解孩子的成长发育 /53
- 孩子大脑发育过程及必需的营养物质 /57
- 孩子膳食营养学 /60
- 怎样做好孩子的保健工作 /64
- 指导孩子进行体育锻炼 /69
- 孩子常见病的家庭防治 /71
- 突发事件的应急处理 /75
- 孩子的心理健康标准有哪些 /78
- 给孩子一个阳光的心态 /82

第四章

疼爱与规则之间

爱孩子是教育孩子的前提，爱孩子是家庭教育成功的基础。爱的真谛就是给孩子以精神上的温暖、关怀、鼓励和帮助。

对孩子的严格要求应该有度。这里的“度”，就是指所提出的要求必须符合孩子的实际，能为他的思想水平、认识程度所接受，是孩子经过努力可以做到的。如果要求制订得过高或距离现实太远，那么，所谓的严格要求也形同虚设。

- 孩子成长需要爱 /89
- 不要给孩子太多的压力 /92
- 与孩子共同编织一条爱的绳索 /98
- 如何赏识自己的孩子 /102
- 根据年龄采用不同的教育方法 /106
- 如何表扬奖励自己的孩子 /110
- 如何批评惩罚自己的孩子 /114
- 孩子的不良行为及纠正方法 /119

第五章

让孩子学习轻松、快乐一点儿

两千多年前教育家孔子说过：“学而不思则罔，思而不学则殆。”意思是说，如果一个人的学习，只知死记硬背，而不加以思考、消化，那他就毫无收获。我们经常看到，有些孩子在课堂上记了那么多笔记，课后花了那么大气力去背，遇到问题却无从下手，不知怎么解决；也有些孩子做了那么多习题，看了那么多资料，成绩总也提高不了。之所以出现这种情况，

关键在于没有找到学习方法，没有把自己作为学习的主人。

- 给孩子一个好的学习环境 /125
- 怎样让孩子养成爱学习的习惯 /128
- 如何帮助孩子做好入学准备 /132
- 帮助孩子爱上阅读 /137
- 如何为孩子选择读物 /141
- 书桌、书法和握笔姿势 /145
- 识字、计算和外语 /149
- 让孩子掌握一些复习方法 /154
- 让孩子掌握一些考试技巧 /158
- 分数和孩子哪个更重要 /162

第六章

让孩子从父母的身后走出来

有的父母，整天把孩子关在家中，不让他出去与小伙伴玩，怕孩子吃亏受气；有的父母怕孩子出去玩影响学习，把这么小的孩子关在家里认字、写字、数数等。这些做法，会束缚孩子的身心发展。孩子之间的交往，比孩子与成人的交往，具有更重要的意义。孩子们在一起，为了玩好，需要互相商量，这就培养了他们尊重别人意见，互相友爱的品质。在游戏中又能发挥他们个体活动的积极性、创造性。

- 适当的社交对孩子有益 /169
- 教孩子怎样与人相处 /172
- 学会竞争，学会合作与宽容 /175
- 提高孩子的口语表达能力 /179
- 男孩女孩如何更有魅力 /183
- 让孩子走出风度和气质 /186

微笑是一种特殊的语言 /189

如何引导孩子追求美 /192

第七章

影响孩子一生的品德和心态

心态是人们对世界和社会的看法，有怎样的心态，就会产生怎样的行动。一个具有好心态的人，他会把失败看做是命运对他的考验，把成功看做是一场游戏中的小小奖赏，把给予看做是一种收获，而把荣华富贵看做是过眼烟云。具有好心态的人，永远有积极向上的目标和宽容友善的心胸。

成由勤俭败由奢 /197

热爱劳动 /200

自信，孩子成功的风帆 /204

做诚实守信之人 /208

帮助孩子树立乐观的心态 /211

具备不可动摇的意志 /214

第八章

挖掘孩子潜在的能力

现代心理学研究表明，每个正常的孩子都具有一定的“潜能”。由于遗传、环境和教育以及个人努力程度等因素的不同，孩子间的“潜能”存在着差异，发展也不均衡。如果说社会上有“三百六十行”，那么，孩子“潜能”、优势、特长的差异恐怕也不少于三百六十种。正如有的教育专家说的，每个孩子都具有某种“潜能”，都有可能成为三百六十行中某一行“状元”的苗子。不仅如此，孩子的发展也不均衡，

体现在：有的早慧，称为“神童”，有的小时“愚笨”，却大器晚成。

- 增强孩子的记忆力 /219
- 培养孩子的创造能力 /222
- 培养孩子的想象能力 /225
- 挖掘孩子的思维能力 /228
- 培养孩子的观察能力 /231
- 培养孩子的注意力 /234

第九章

和孩子一起快乐地成长

艺术是最能熏陶人的心灵，塑造人的性格的魔方。许多有远见的家长，他们对孩子教育的第一堂课，就是艺术课。孩子若能掌握一两项艺术门类，投入其中，必能享受到极高的精神满足感，这种体验对他一生受用不尽。很多投入社会工作的人，在繁忙劳碌的生活中，兴趣成了他们消除疲劳、再次振作的动力。所以，学习才艺，尽管不一定要视它为终生兴趣，它还是可以成为孩子终生的精神伴侣，让孩子体验充实丰盛的人生。

- 给孩子讲故事 /239
- 和孩子一起做手工 /242
- 和孩子一起弹钢琴 /246
- 和孩子一起绘画 /250
- 教孩子学拉小提琴 /253
- 让孩子学习韵律 /257
- 学习音乐舞蹈 /260

第十章

父母是孩子最好的朋友

父母最关心的就是自己的孩子，每天都在为孩子的事情而忙碌，无论何时何处都忘不了自己的孩子，甚至梦中还在牵挂。孩子正是在父母的关心照顾下一天天长大。真正关心孩子的父母不仅要关注孩子的衣食住行，保证孩子安全与健康，还要关注孩子的学习，促进其发展，更要关注孩子的品德和心理健康，使其有一个完善的人格。

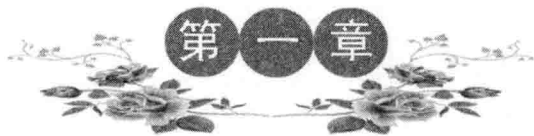
蹲下来看儿童的世界 /265

分享生活的点点滴滴 /268

和孩子一起玩耍 /271

孩子的朋友也是自己的朋友 /275

建立一个和谐民主的家庭 /279



做个有心的父母

父母是孩子最初的模仿对象，也是孩子的第一任老师。父母的言行举止对孩子一生的发展将产生极大的影响。父母的品质、人格，对孩子有潜移默化的作用，会影响孩子今后的成长。父母对孩子身心健康、心智发展和精神成长所产生的影响，是任何其他人都不可替代的。



家庭是人才的摇篮



人的一生，大部分时间是在家庭中度过的。父母对孩子的教育在很大程度上影响着孩子的未来。父母不仅要用牛奶和面包将子女养育大，而且要在他们成长的过程中及时用完美的思想熏陶他们的灵魂，用正确的人生观念教导他们，才能使他们真正成为人类社会的精英，成为德才兼备的接班人。

父母是孩子的第一任也是终生老师，家庭是孩子的第一所也是终生学校。家庭与生俱来的天然性，亲子沟通的情感性，潜移默化的渗透性，决定了其在孩子的成长过程中具有不可替代的作用。

正是在家庭环境中，在父母教养下，孩子开始了自己的一生。身体发育，语言形成，智力提高，行为习惯养成，他们获得了最初的生活经验和生存技能，获得了对社会的最初认识。可以说，家庭是孩子进入社会之前的“演练场”。有句话叫“先入为主”，父母的启蒙教育，对孩子的生活习惯、思想品德、行为规范等方面的影响极为深刻，给他们终生的发展打上了难以磨灭的印记。正如俗语所说：“幼年学的，好比石头上刻的。”

每一个孩子一生中接受的第一种教育就是家庭教育，家庭教育是孩子接受教育的开端，对孩子的身心健康起着非常重要的作用。在我国这个具有优良家庭教育传统的国家里，家庭教育也一直被摆在非常重要的地位。古书《史典》中说：“至安无如教子”。鲁迅先生也指出，中国不仅需要师范学堂，而且还需要“父范学堂”。这些都说明了家庭教育对孩子的影响是多么的深远！



纵观世界经济发达国家的经验，从教育入手，以人才取胜是至关重要的，而家庭则是人才的摇篮。因此，从某种角度上讲，家庭教育决定着孩子一生的命运！

具有高度责任感的父母必须正确理解家庭教育。在人的成长过程中，家庭教育具有其他教育不能替代的重要作用。

首先，家庭教育是人生的奠基性教育，影响孩子一生的成长。孩子从呱呱坠地之日起，甚至还是胎儿时，父母就以自身的言行举止对其产生直接而深远的影响。除了遗传因素导致的生理相似外，父母的兴趣、爱好、习惯等个性特征和生活方式，尤其是父母的人生观、价值观、是非观和思想意识、道德行为、道德标准、处世方法以及处世原则等，都会给孩子留下深刻的印象，甚至为孩子所效仿。

其次，家庭教育是长久性教育。家庭教育先于学校教育，并且在学校教育的整个阶段内，一般都伴有家庭教育。甚至于学校教育结束后，家庭教育仍在继续，影响孩子终生。有的父母对家庭教育的长期性认识不足，以为父母的任务主要是管好孩子入学前的一段，孩子入学后，把一切都交给了学校、老师，这种想法虽然体现了对学校 and 教师的高度信任，但会导致家庭教育的松懈，对充分发挥校内外整体教育的有效性极其不利。

第三，家庭教育是灵活性强、及时且针对性强的教育。“遇物则诲，相机而教”，家庭教育不受时间、地点、场合和条件的限制，父母可以通过生活实践或与孩子共同参与活动，利用一切机会对孩子进行教育，方法十分灵活，易为孩子所接受。而且，父母了解子女的个性，能够对子女给予及时而全面的引导。父母在促进子女个性发展方面具有任何人都无法比拟的优势。

第四，家庭教育是促进子女全面发展的教育。与学校教育以系统学习科学知识为主要内容不同，家庭教育涉及孩子成长的方方面面。家庭不仅为孩子提供探索世界的机会，也蕴含着独特的人际关系和社会结构，是孩子学习社会和道德价值准则的最早和最重要的环境。

因此，家庭教育是不可忽视的，它是整个人生教育中最基础、最重要的一个环节，对孩子的社会化起着非常重要的作用。特别是在教育已全面

向纵深发展的今天，谁放弃了家庭教育，谁就几乎葬送了孩子的前程；而谁赢得了家庭教育，谁就赢得了孩子辉煌的未来。

家庭教育对孩子具有非常重要的影响，家长应重视家庭教育，使孩子受到很好的影响，从而展开一生的奋斗。

美国心理学家本杰明·布鲁姆的研究认为，若人在17岁所达到的智力水平为100%，那么儿童在4岁时已具备了其中的50%，4~8岁期间获得30%，而8~17岁这一阶段只增加了20%。

在早期所开展的家庭教育中，最主要的是训练孩子的生活能力。训练孩子学习最基本的生活能力、交往能力和行为规范，能为以后接受学校教学、社会教育打下坚实的基础。更重要的是，早期的家庭教育正处在孩子智力发展的最迅速时期，通过家庭教育，培养和发展孩子智力，也是此后接受学校教育的前提。

