

回归原生态，尊重个性差异，
培养出能力强、心智丰沛，具有良好的社会性的优秀孩子！



育儿那些事儿

3~6岁孩子 就要这么养

日本家喻户晓的汐见博士
为零经验的父母贴身定制育儿方案

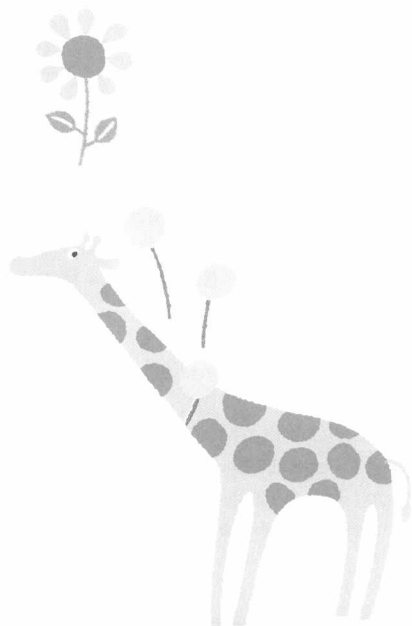
〔日〕 汐见稔幸 ○著
祁焱 ○译



亚马逊
一级畅销品

风靡全亚洲的绿色育儿宝典
育儿是一件很好玩的事儿！

漓江出版社



育儿那些事儿

3~6岁孩子 就要这么养

〔日〕 汐见稔幸 ◎著
祁焱 ◎译

桂图登字: 20-2011-132
图书在版编目(CIP)数据

育儿那些事儿: 3~6岁孩子就要这么养 / (日) 汐见
稔幸著; 祁焱译. — 桂林: 漓江出版社, 2014.7

ISBN 978-7-5407-7104-1

I. ①育… II. ①汐… ②祁… III. ①婴幼儿—哺育
IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第131167号

3~6SAI NOURYOKU WO NOBASU KOSEI WO HIKARASERU © Toshiyuki Shiomi 2010
Originally Published in Japan by Shufunotomo Co.,Ltd.
Through EYA Beijing Representative Office
Simplify Chinese translation rights © 2014 by Lijiang Publishing House

育儿那些事儿: 3~6岁孩子就要这么养

作 者: (日) 汐见稔幸

译 者: 祁 焱

责任编辑: 周群芳

装帧设计: 宗沅书籍设计

责任监印: 周 萍

出 版 人: 郑纳新

出版发行: 漓江出版社

社 址: 广西桂林市南环路22号

邮 编: 541002

发行电话: 0773-2583322 010-85893192

传 真: 0773-2582200 010-85890870

邮购热线: 0773-2583322

电子信箱: ljcs@163.com

网 址: <http://www.lijiangtimes.com.cn> <http://www.lijiangbook.com>

印 制: 北京大运河印刷有限责任公司

开 本: 889×1194 1/20 印 张: 10 字 数: 73千字

版 次: 2014年7月第1版 印 次: 2014年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5407-7104-1

定 价: 28.00元

漓江版图书: 版权所有, 侵权必究。

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与出版社调换。

前言

很快就到幼儿期了。孩子一生中可以称之为原风景的各种体验，带着它们丰富的色彩，将永远留在孩子的记忆之中。

几乎所有人都会记得1岁或2岁时候的事情。但是随后的4岁或5岁时期的事情却留在了记忆里。

想想真是不可思议呢。

有一种说法认为，这是因为所记忆事情的内容必须是一个故事，才比较容易回想起来的缘故。“在这样的情况下，有了这样的条件，所以发生了这样的事情，感觉很开心。”自己能够创造这样的“故事”以后，所记住的事情就附着在故事上，让人回想起来。

这是很有趣的事情。也就是说，一两岁的时候，孩子还没有自己创造自己的故事的能力，所以无法浮现在回忆的画面上。但是，据说那时他们已经有记忆。

如果这是事实，说明人类的本质是具有故事性的。这是件很值得探讨的事情。

我们究竟怎么做，才能让很久之后的记忆更加丰富呢？也就是说，究竟怎么做才能让更多的故事深深刻印在记忆中，在很久之后还可以一遍一遍地回想起来并且乐此不疲呢？这是孩子3~6岁时期最重要的事情。

各位父母，与成长起来的孩子一起充分享受你们的生活吧。
这就是这一时期育儿的秘诀。

汐见稔幸 白梅学园大学

前言	001
----------	-----

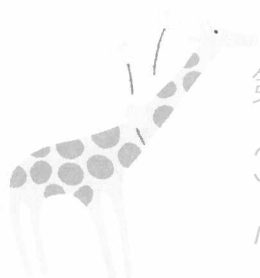
第 1 章

给 3 ~ 6 岁孩子的妈妈

让孩子发展能力、闪耀个性最重要的 10 件事	006
------------------------------	-----



1 重视孩子独有的特点 不要与别的孩子比较, 关注自己孩子的感受方式	008
2 重视活动身体的游戏 要多活动身体, 培养喜欢运动的、感性丰富的身体	010
3 尽量每天读书给孩子听 听读书是孩子真正意义上学习能力的基石, 培养一个喜欢读书的感性丰富的孩子	011
4 培养一个喜欢制作东西的孩子 人类通过制作才有了进步, 通过制作培养孩子的钻研和思维能力	012
5 伙伴中制造能够互相认可的关系 通过被伙伴认可社会性得到发育, 让孩子多多与小 朋友玩耍	013
6 培养一个能主动与人打招呼的孩子 打招呼是交流的第一步, 父母要做典范	015
7 让孩子帮个忙 帮忙可以发展孩子的思考能力	016
8 耐心回答孩子的问题 这是孩子的知识急速增长的时期, 要富有想象地回答他的问题	017
9 文字会 10 多个, 数字学会 10 以内的基础数 聪明的父母在生活中教孩子数数, 让他 对文字产生兴趣	018
10 尽可能多地给予孩子快乐的记忆 幼儿期的快乐和有趣体验是孩子漫长一生的积极动力	019



第2章

3~6岁孩子的能力培养、 心智培养

022

幼儿期的育儿中最重要的事	024
了解孩子的发育特征，育儿会变得更快乐	024
一定要尊重孩子的自尊心	026

3~4岁

从旁关注孩子的挑战	030
身体能力的发展 发展孩子的灵巧性和行动欲	030
知性的发育·心灵的成长 具备了预测结果的能力，对图画书的故事充满兴奋期待	032
增长了知识，什么都想亲自试试	035
★汐见博士专栏★ 心理学家让·皮亚杰的实验证明4岁是孩子知性发育的飞跃期	037
社会性的发育 开始玩初步的过家家游戏 教给孩子与朋友相处的方式	039

4~5岁

自我意识萌生，此时要重视孩子的自尊	042
身体能力的发展 又跑又跳，沉浸于灵活运动身体的快乐中	042
知性的发育·心灵的成长 孩子的思考方式开始接近大人的重要时期	044
自我意识萌发，对纠结中的孩子要尊重其自尊心，多鼓励	047
孩子通过发问发展知性，父母的回答要富有想象力	050
理解别人的感情之后可以加深孩子的读书方式	053
★汐见博士专栏★ 女儿一年间的成长——理解奶奶的拐杖了！	056
社会性的发育 在朋友中被认可变得重要	057

5~6岁

通过在家外玩耍，孩子的知性得到发展	060
-------------------------	-----

身体能力的发展	几乎具备了所有成人运动的基本能力	060
	身体渴望“运动”的时期 充分玩耍是很重要的	063
知性的发育·心灵的成长	自立心变强，能够自己思考如何行动	065
	求知欲旺盛，开始对文字和数字感兴趣	068
	5 ~ 6 岁的反抗期是因为运动不足——让孩子尽情玩	071
社会性的发育	社会性充分发育，此时可以进行正规的教养、教育	073
★汐见博士专栏★	养育环境不同，发育的速度也不尽相同	076

第 3 章

最初的集体生活和幼儿园的选择方式 078



对孩子来说幼儿园是什么？	幼儿园是学习与朋友如何相处，培养社会性的地方	080
幼儿园的选择方式①	能让孩子多与朋友接触，以培养社会性和知性	082
幼儿园的选择方式②	在游戏中孩子能自己学习制定规则	085
幼儿园的生活	不必急躁，让孩子花时间慢慢适应幼儿园生活	088
幼儿园的朋友	即使孩子胆小不主动，也能交到朋友，让孩子自己选择朋友	091
不去幼儿园的时候	不用想得太多，可以陪孩子一起去，渐渐打消其不安	093

第 4 章

与文字和数字的接触 096

接触文字	通过“读书给孩子听”与“听孩子说话”培养其语言能力	098
发展孩子的国语能力①	“让孩子叙述”可以培养孩子的国语能力和思考能力	103
发展孩子的国语能力②	最大限度读书给孩子听	104

接触数字	数数，数物品的数量……在家庭中培养算术的能力	105
为上小学作准备	打好文字和数字的基础，以便顺利开始国语和算术的学习	111
英语教育	要让孩子学英语的话，应该着重培养积极性和表现力	113
早期教育①	过早教育加大了迷失真正自我需求的风险	116
早期教育②	早期教育不会让孩子长成真正头脑好的聪明的孩子	120
早期教育③	幼儿期最重要的是储存温馨的回忆。早期教育能让孩子幸福吗？	122
发育障碍	幼儿期有很多不懂的事情，有担心的问题要请教专家	123
小学入学考试	小学入学考试也主要考查孩子的社会性	126

第5章

“问题儿童”都是个性闪光的孩子 128

发扬个性①	“问题儿童”的“问题”部分正是其独特个性所在	130
发扬个性②	让孩子天生的性格成为孩子自己的特点	132
比较	拿孩子与别人比较将看不到孩子的优点	135
赞扬·批评①	“可爱”“真聪明”“很努力啊”……不能用点除此之外的语言吗	138
赞扬·批评②	批评孩子时要注意对其心灵的影响	140
未来必备的能力	培养计算机所无法给予的能力	143

第6章

家庭中的生活 与家人的生活 148

规矩教育①	父母以身作则，让孩子拥有良好家教	150
-------	------------------	-----

规矩教育② 基本的规矩是生活习惯，在家庭中养成	152
社会规则 教给孩子社会生活的规则和礼仪，以及保护自己的方式	155
帮忙 孩子的成长离不开帮忙	157
交谈 教给孩子对话的规则，培养交流能力	160
电子游戏 争取让孩子多接触电子游戏之外的游戏	162
图画书 喜欢听大人读书的孩子将来会喜欢读书	165
玩具 选择可以发挥孩子创造力的玩具	168
男孩子·女孩子 不要因为性别而限制孩子的行动	169
兄弟姐妹 不要竞争，要让孩子多多合作	171
体罚 可以只用打屁股来解决	173
对性的兴趣 不是不可以刺激，而是要诚实认真地解释	174
父亲的育儿 父亲参加育儿不仅对孩子、夫妻关系，而且对自己也有益处	176
★汐见博士专栏★ 父亲要改变传统观念，以孩子的 30 岁为目标来育儿	178

第 7 章

小学入学前应该做的事..... 180

国语 教会孩子读平假名，会写自己的名字	182
算术 教孩子数到 30	184
倾听 培养能坐在课堂上听老师讲课的注意力	186
自己的事情 自己的事情自己做。养成一定的生活节奏	189
心理准备 鼓励孩子快乐度过小学生活	191



目 录 contents

前言	001
----------	-----

第 1 章

给 3 ~ 6 岁孩子的妈妈



让孩子发展能力、闪耀个性最重要的 10 件事	006
------------------------------	-----

1 重视孩子独有的特点 不要与别的孩子比较, 关注自己孩子的感受方式	008
2 重视活动身体的游戏 要多活动身体, 培养喜欢运动的、感性丰富的身体	010
3 尽量每天读书给孩子听 听读书是孩子真正意义上学习能力的基石, 培养一个喜欢读书的感性丰富的孩子	011
4 培养一个喜欢制作东西的孩子 人类通过制作才有了进步, 通过制作培养孩子的钻研和思维能力	012
5 伙伴中制造能够互相认可的关系 通过被伙伴认可社会性得到发育, 让孩子多多与小朋友玩耍	013
6 培养一个能主动与人打招呼的孩子 打招呼是交流的第一步, 父母要做典范	015
7 让孩子帮个忙 帮忙可以发展孩子的思考能力	016
8 耐心回答孩子的问题 这是孩子的知识急速增长的时期, 要富有想象地回答他的问题	017
9 文字会 10 多个, 数字学会 10 以内的基础数 聪明的父母在生活中教孩子数数, 让他对文字产生兴趣	018
10 尽可能多地给予孩子快乐的记忆 幼儿期的快乐和有趣体验是孩子漫长一生的积极动力	019



第2章

3~6岁孩子的能力培养、 心智培养

022

幼儿期的育儿中最重要的事	024
了解孩子的发育特征，育儿会变得更快乐	024
一定要尊重孩子的自尊心	026

3~4岁

从旁关注孩子的挑战	030
身体能力的发展 发展孩子的灵巧性和行动欲	030
知性的发育·心灵的成长 具备了预测结果的能力，对图画书的故事充满兴奋期待	032
增长了知识，什么都想亲自试试	035
★汐见博士专栏★ 心理学家让·皮亚杰的实验证明4岁是孩子知性发育的飞跃期	037
社会性的发育 开始玩初步的过家家游戏 教给孩子与朋友相处的方式	039

4~5岁

自我意识萌生，此时要重视孩子的自尊	042
身体能力的发展 又跑又跳，沉浸于灵活运动身体的快乐中	042
知性的发育·心灵的成长 孩子的思考方式开始接近大人的重要时期	044
自我意识萌发，对纠结中的孩子要尊重其自尊心，多鼓励	047
孩子通过发问发展知性，父母的回答要富有想象力	050
理解别人的感情之后可以加深孩子的读书方式	053
★汐见博士专栏★ 女儿一年间的成长——理解奶奶的拐杖了！	056
社会性的发育 在朋友中被认可变得重要	057

5~6岁

通过在家外玩耍，孩子的知性得到发展	060
-------------------------	-----

身体能力的发展	几乎具备了所有成人运动的基本能力	060
	身体渴望“运动”的时期 充分玩耍是很重要的	063
知性的发育·心灵的成长	自立心变强,能够自己思考如何行动	065
	求知欲旺盛,开始对文字和数字感兴趣	068
	5~6岁的反抗期是因为运动不足——让孩子尽情玩	071
社会性的发育	社会性充分发育,此时可以进行正规的教养、教育	073
★汐见博士专栏★	养育环境不同,发育的速度也不尽相同	076

第3章

最初的集体生活和幼儿园的选择方式 078



对孩子来说幼儿园是什么?	幼儿园是学习与朋友如何相处,培养社会性的地方	080
幼儿园的选择方式①	能让孩子多与朋友接触,以培养社会性和知性	082
幼儿园的选择方式②	在游戏中孩子能自己学习制定规则	085
幼儿园的生活	不必急躁,让孩子花时间慢慢适应幼儿园生活	088
幼儿园的朋友	即使孩子胆小不主动,也能交到朋友,让孩子自己选择朋友	091
不去幼儿园的时候	不用想得太多,可以陪孩子一起去,渐渐打消其不安	093

第4章

与文字和数字的接触 096

接触文字	通过“读书给孩子听”与“听孩子说话”培养其语言能力	098
发展孩子的国语能力①	“让孩子叙述”可以培养孩子的国语能力和思考能力	103
发展孩子的国语能力②	最大限度读书给孩子听	104

接触数字	数数，数物品的数量……在家庭中培养算术的能力	105
为上小学作准备	打好文字和数字的基础，以便顺利开展国语和算术的学习	111
英语教育	要让孩子学英语的话，应该着重培养积极性和表现力	113
早期教育①	过早教育加大了迷失真正自我需求的风险	116
早期教育②	早期教育不会让孩子长成真正头脑好的聪明的孩子	120
早期教育③	幼儿期最重要的是储存温馨的回忆。早期教育能让孩子幸福吗？	122
发育障碍	幼儿期有很多不懂的事情，有担心的问题要请教专家	123
小学入学考试	小学入学考试也主要考查孩子的社会性	126



第5章

“问题儿童”都是个性闪光的孩子 128

发扬个性①	“问题儿童”的“问题”部分正是其独特个性所在	130
发扬个性②	让孩子天生的性格成为孩子自己的特点	132
比较	拿孩子与别人比较将看不到孩子的优点	135
赞扬·批评①	“可爱”“真聪明”“很努力啊”……不能用点除此之外的语言吗	138
赞扬·批评②	批评孩子时要注意对其心灵的影响	140
未来必备的能力	培养计算机所无法给予的能力	143

第6章

家庭中的生活 与家人的生活 148

规矩教育①	父母以身作则，让孩子拥有良好家教	150
-------	------------------	-----

规矩教育② 基本的规矩是生活习惯，在家庭中养成	152
社会规则 教给孩子社会生活的规则和礼仪，以及保护自己的方式	155
帮忙 孩子的成长离不开帮忙	157
交谈 教给孩子对话的规则，培养交流能力	160
电子游戏 争取让孩子多接触电子游戏之外的游戏	162
图画书 喜欢听大人读书的孩子将来会喜欢读书	165
玩具 选择可以发挥孩子创造力的玩具	168
男孩子·女孩子 不要因为性别而限制孩子的行动	169
兄弟姐妹 不要竞争，要让孩子多多合作	171
体罚 可以只用打屁股来解决	173
对性的兴趣 不是不可以刺激，而是要诚实认真地解释	174
父亲的育儿 父亲参加育儿不仅对孩子、夫妻关系，而且对自己也有益处	176
★汐见博士专栏★ 父亲要改变传统观念，以孩子的 30 岁为目标来育儿	178

第 7 章

小学入学前应该做的事..... 180

国语 教会孩子读平假名，会写自己的名字	182
算术 教孩子数到 30	184
倾听 培养能坐在课堂上听老师讲课的注意力	186
自己的事情 自己的事情自己做。养成一定的生活节奏	189
心理准备 鼓励孩子快乐度过小学生活	191



第 1 章

给 3~6 岁孩子的妈妈

让孩子发展能力、闪耀个性最重要的 10 件事

从出生那天起妈妈就一天 24 小时地照顾的那个小婴儿，当他长成幼儿的时候，开始渐渐离开父母身边，与小朋友一起玩，开心地讲话，并且像大人一样使劲地跑来跑去。

在此之前他们都是被家里人围着呵护着生活的，而进入幼稚园或保育园之后开始体验此生初次集体生活。这是他们接触社会的开始，是非常重要的时期。

为了让孩子充分发展能力，让他们的个性张扬，度过自己幸福的人生，在 3~6 岁的时期，一定要注意以下最重要的 10 件事。

