

ZHONGGUOJIAZHANGXUE



EXIAOTUIJIANJIAOCHAI

中国家长学

校推荐教材

中国家庭子女教育

3-6 儿童教育家长读本

国家基础教育实验中心组织编写



中国法制出版社

ZHONGGUOFAZHICHUBANSHE

国家基础教育实验中心组织编写

中国家庭子女教育

3~6岁儿童家长读本



中国法制出版社

图书在版编目(CIP)数据

3~6岁儿童教育家长读本/国家基础教育实验中心
组织编写. —北京:中国法制出版社, 2000. 10

(中国家庭子女教育)

中国家长学校推荐教材

ISBN 7-80083-752-1

I. 3... II. 国... III. 学前儿童-家庭教育-教材
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 72235 号

中国家长学校推荐教材

中国家庭子女教育——3~6岁儿童家长读本

ZHONG GUO JIA TING ZI NU JIAO YU——3~6 SUI ER TONG

JIA ZHANG DU BEN

编者/国家基础教育实验中心组织编写

经销/新华书店

印刷/朝阳新华印刷厂分厂

开本/850×1168毫米 32

印张/ 5.75 字数/121千

版次/2000年10月北京第1版

2000年10月北京第1次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 7-80083-752-1/G·08

全套定价: 90.00 元

(北京西单横二条2号 邮政编码 100031)

本册定价: 8.50 元

(如发现印装问题请与本社发行部联系

电话: 66062752)

国家基础教育实验中心
中国家长学校推荐教材 审定成员

主 任:王建国 史宁中
委 员:(按姓氏笔划为序)

马云鹏 李玉先 吴玉琦
宋成栋 赵 刚 赵 鑫
赵忠心 祝立明 袁桂林

总 主 编:赵忠心 赵 刚

本书主编:焦 健

前 言

改革开放以来,我国的家庭教育越来越受到社会和广大家长的重视。家长们清楚地看到,社会的发展,知识经济社会的到来,使我们的孩子面临着越来越严峻的挑战。对孩子进行素质教育,是广大家长的惟一选择。家长们迫切需要对子女的家庭教育进行指导,以便使自己能够很好地承担起历史赋予的培养教育子女的崇高任务。

前些年,受教育部基础教育司委托,国家基础教育实验中心社区与家庭教育研究所所长、北京师范大学研究员赵忠心主持起草了《家长教育行为规范》和《全国家长学校教学大纲》。为了进一步落实这两个家庭教育条例的精神,解决全国各级各类家长学校和家长缺乏统一的教材的状况,国家基础教育实验中心组织了一批专业工作者编写了这套《中国家庭子女教育》系列教材。

首批推出的教材共8种。在组织编写的时候,我们既考虑到要适应从孩子一出生到高中毕业,不同年龄阶段孩子的家长的需要,也考虑到不同类型家庭子女教育的要求,目的是使家长们在对孩子进行系统培养教育的过程中,每一个年龄阶段、每一种特殊情况都能获得有针对性的指导。

这套家长学校推荐教材,是经过了长时间的酝酿、准备,认真总结了我国20年来家庭教育成功的经验,借鉴、吸取了古今中外家庭教育理论研究的优秀成果,由国内知名的教育、心理方面的专家、学者集体编写而成的。具有以下特点:

一、具有鲜明的时代感

家庭是社会的细胞,也是社会的缩影。社会政治、经济、文化的变革,肯定要通过各种途径渗透到家庭生活中去,影响家庭教育的实施。随着我国市场经济的发展,家庭教育承担着新的任务,面临着许多新情况和新问题,家长们在思想上也产生了许多困惑和困难。这套教材对这些新任务、新情况、新问题做了系统的分析、说明、论述,并对当前家长感到困惑和困难的问题——做了解释和指导,学习以后,会使家长对子女教育工作充满信心。

二、具有强烈的针对性

这套教材,编写者虽然都是教育学、心理学方面的专家、学者,但是,并没有按照教育学和心理学的学科体系来编写,而是根据家庭教育的实际需要出发,想家长之所想,急家长之所急,努力回答家长在家教中遇到的种种实际问题。家长阅读以后,会觉得这套书就是为你写的。

三、理论和实际相结合

家庭教育,从某种意义上说,就是教育家长。要搞好家庭教育,必须首先切实提高家长的素质。家长的素质不提高,要培养出高素质的子女来,那是不可能的。提高家长的素质,不仅要使家长掌握教育子女的具体的方式方法,也要使家长略知家庭教育方面的科学理论。为了使家长能够读得懂、用得上,作者广泛收集了古今中外的教育子女的典型实例,对现在的家庭教育状况也做了大量的调查研究,并对家庭教育的经验和情况进行了理论上的分析,努力揭示家庭教育的一般规律。读者不仅能在阅读这套教材时“悟”出一些教育子女的道理来,还能从中学会家庭教育的可操作方法。

四、深入浅出、通俗易懂

这套教材的作者深深懂得,具有中等文化水平的家长是主

体,他们迫切希望能读到深入浅出、通俗易懂的家教读物。参加此套读物编写的作者,很多是从事家庭教育调查与实验的研究人员,掌握大量数据与实例,经常与家长保持着联系,他们了解家长的心愿,知道家长需要阅读什么样的读物。他们有能力把深奥的科学理论,运用一般读者都能读得懂的语言写出来。当家长读这套书的时候,你会觉得是专家、学者在与你促膝相谈,共商教子大计,感到十分的亲切。

这套中国家长学校推荐教材,既适合为家长讲授,也利于家长阅读。可以说,它是陪伴家长、孩子的良师与益友,沟通学校、家庭的纽带与桥梁。

**国家基础教育实验中心
中国家长学校推荐教材编委会**



中国家长学校推荐教材

中国家长学校推荐教材

ZHONGGUOJIAZHANGXUEXIAOTUIJIANJIAOCAI

目 录

第一章 帮助孩子尽快适应幼儿园生活	1
一、了解孩子难以适应的原因,为入园做好准备	2
二、让孩子熟悉幼儿园的生活环境,减轻孩子的紧张心理	5
三、恰当对待孩子入园的不适应	6
第二章 培养幼儿良好的生活、卫生习惯	9
一、孩子的身体发育水平是有差异的	9
二、保证孩子充足、均衡、全面的营养	11
三、培养孩子良好的饮食习惯	12
四、让孩子按自己的意愿吃饭	14
五、如何使孩子有食欲	14
六、保证孩子充足的睡眠时间,创设舒适的	

睡眠环境、培养良好的睡眠习惯	15
七、让孩子远离污染	16
八、培养孩子良好的卫生习惯	17
九、良好习惯的培养,要结合孩子的 特点及生活环境进行	18
第三章 3~6岁幼儿常见病的预防和家庭护理	19
一、定期进行健康检查	19
二、斜视早治疗	20
三、疾病的预防胜于治疗	20
四、传染病的预防	20
五、预防接种	21
六、3~6岁幼儿常见病的预防与护理	22
第四章 3~6岁幼儿常见意外事故的预防和 应急处理	31
一、创设安全的生活环境,防患于未然	31
二、父母不是永远的保护伞	33
三、常见意外伤害的应急处理	35
第五章 3~6岁幼儿动作能力的发展与教育	40
一、动作能力的发展是幼儿身心发展 的基础	40
二、幼儿大肌肉动作能力的发展特点 与教育	41
三、保证孩子充足的户外活动	49
四、幼儿小肌肉动作能力的发展特点 和教育	53
五、从小培养孩子的生活自理能力	54
六、通过多样的手工活动培养孩子的小 肌肉动作能力	55

第六章 3~6岁幼儿的智力发展特点与教育	59
一、正确理解家庭早期智力开发教育	59
二、正确理解幼儿的学习	60
三、幼儿智力开发教育的原则	61
四、让孩子喜欢和享受学习	62
五、幼儿感知能力的培养和训练	65
六、培养幼儿的观察力	67
七、培养幼儿的注意力	70
八、培养幼儿的记忆力	73
九、培养幼儿的想像力	76
十、培养幼儿的思维能力	79
十一、为孩子创造刺激思考的环境	81
十二、如何回答孩子的问题	82
十三、培养孩子的创造力	83
十四、培养孩子的创造个性	84
十五、引导孩子看电视	85
第七章 3~6岁幼儿的语言发展与教育	88
一、3~4岁幼儿的语言发展与教育	88
二、4~5岁幼儿的语言发展与教育	91
三、5~6岁幼儿的语言发展与教育	93
四、培养孩子的阅读兴趣	94
第八章 积极情绪和良好性格的培养	99
一、父母要关注孩子的情绪	99
二、父母要了解孩子的情绪特点	100
三、培养孩子积极的情绪	101
四、培养孩子正确的情绪表达方式	102
五、父母的言行举止决定孩子的性格	103
六、让孩子快乐成长	105

七、培养孩子的自信心	106
八、培养孩子战胜困难和失败的勇气	108
九、接受孩子的错误,是孩子诚实的关键	109
十、培养孩子的独立性	111
十一、如何使孩子不再胆小害羞	112
十二、教孩子节约花钱	113
十三、培养孩子的责任心	114
十四、鼓励孩子做家务	115
第九章 3~6岁幼儿的主要发展特点和教育要点	116
一、3~4岁幼儿的发展特点和教育要点	116
二、4~5岁幼儿的发展特点和教育要点	124
三、5~6岁幼儿的发展特点与教育要点	130
第十章 游戏是幼儿的需要,也是幼儿的权利	137
一、游戏是幼儿全面发展教育的主要途径	137
二、选择玩具的学问	138
三、指导孩子游戏,让孩子在游戏中成长	142
第十一章 为孩子顺利开始小学学习做好准备	146
一、正确理解入学准备	146
二、全面的入学准备	147
三、具体的入学准备	149
第十二章 和孩子一起成长	151
一、父母要做情绪的主人	151
二、以成长的眼光看待孩子	152
三、如何对待孩子的挑衅行为	153
四、每个孩子都是独一无二的	154
五、学会拒绝孩子	154
六、批评的艺术	155

七、惩罚奖励须知	156
八、尊重孩子	157
九、平等交流是了解孩子的最好方式	159
十、帮助孩子交朋友	160
十一、教育要一致	161
十二、解放孩子也是解放自己	161
十三、父母要有令必行	162

03542

第一章

帮助孩子尽快适应幼儿园生活

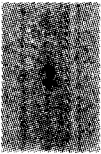
孩子上幼儿园是迈向集体生活的第一步，对家长、孩子来说，都是一件大事。愉快地开始幼儿园生活，不仅可以增进孩子集体生活的经验、锻炼能力、丰富知识，也可以减轻家长的负担。

对于即将上幼儿园的孩子的父母来说，经常要考虑的一个问题是，怎样使孩子尽快地适应幼儿园的生活？

孩子刚上幼儿园时，最常见的情景就是：早上送孩子入园，对很多父母来说都是一件困难的事，孩子哭闹时、父母心里也不好受，而且往往需要费一番口舌。到了接孩子的时间，父母们总是早早地等在幼儿园门口，父母们在一起，最爱谈论的话题就是：你的孩子还哭吗？在幼儿园吃饭、睡觉怎么样？父母最怕的就是孩子生病。见了老师，父母经常问的问题还是：孩子今天哭了吗？吃饭吃的怎么样？喝水多吗？中午睡觉了吗？当孩子因为不

愿意上幼儿园而大哭大闹时很多父母感到不知所措。有的父母会吓唬孩子：你再哭，就不接你了。而有的父母说，即使孩子不愿意去，也只好狠狠心送孩子去，甚至有的妈妈不敢送孩子只好让爸爸去送，当然有的父母只好让步，暂时不送孩子上幼儿园，但这也不是解决问题的办法，可能过一段时间送孩子上幼儿园时他会哭得更厉害。同时，我们也看到，入园对很多孩子来说都有一个困难的适应过程，哭闹、不吃饭、不睡觉以及随之而来的生病是普遍现象。因此，怎样尽快地让孩子适应幼儿园的生活，关系到孩子的健康成长，也是父母极为关心的问题。

一、了解孩子难以适应的原因，为入园做好准备



孩子不愿意上幼儿园，原因是多方面的。其中，离开熟悉的家人来到一个陌生的环境引起的分离焦虑是一个很重要的原因。在长期的共同生活中，孩子形成了对家人特别是与孩子关系密切的父母的依恋，依恋感的产生是自然的，是儿童情感发展的一种正常表现。大部分孩子离开熟悉的生活环境、离开朝夕相处的家人到陌生的环境中，都会感到不适、紧张、害怕和无助。离开熟悉环境产生的这种分离焦虑成为孩子难以适应的主要原因。因此，在入园前增加孩子与不同人的交往经验及家人的分离经验是十分必要的。

（一）有意识地增加孩子与同龄伙伴的交往及与家人短时分离的经验，培养孩子对分离的承受力。

虽然，大多数孩子上幼儿园都有哭闹的情况，但是与只是和家人在一起、和家庭以外的人接触较少的孩子相比，有上托儿所经验的孩子、从小经常和小朋友一起玩耍的孩子、平时和不同人接触机会较多的孩子适应的更快。为此：

★ 要从小多带孩子外出活动，增加与不同人特别是同龄伙伴交往的机会；

* 可有意识地短时间离开孩子,给孩子独立与他人交往的时间和机会,使孩子逐渐习惯与同伴、他人一起玩耍。

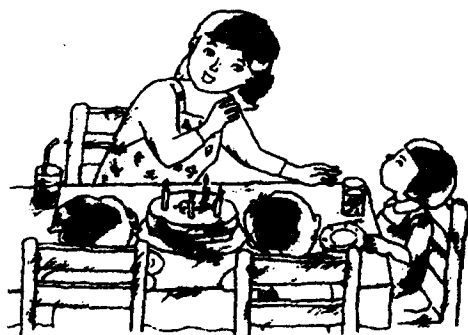


插图 1—给孩子创造同伴交往的机会。

* 随着经验的积累,孩子在2、3岁时,开始能够理解家人离开后还会回来,学会等待和适度分离。因此,孩子3岁左右入园较为合适。

(二)了解幼儿园的生活要求,提前进行能力培养,减少孩子适应上的困难。

孩子的生活自理能力较差是入园适应困难的一个重要原因。

我们都知道,集体生活与家庭生活有一定的差距。在家里,一般是几个大人照顾一个孩子,而且照顾的很周到。但在集体生活中,对孩子生活自理能力要求较高,由家人细致的照顾到对自理能力要求较高的集体生活中,大多数孩子特别是自理能力较差的孩子会感到更为困难和无助,吃饭、穿衣、睡觉、大小便等生活环节遇到的种种困难都会增加孩子适应的难度。

* 要了解幼儿园的要求,在日常生活中有意识地加强生活自理能力的训练,使孩子在入园前掌握基本的生活自理能力:会自己用勺吃饭、用杯喝水、穿脱简单的衣服、鞋袜、会自己上厕所等,以减少适应上的困难。

* 进行必要的物质准备。为孩子入园准备适当的衣服、鞋

袜。式样简单、大小合适、穿脱方便的衣物不仅便于孩子安全的活动,也减少孩子穿脱的困难,有利于孩子适应幼儿园生活。

(三)培养良好的生活习惯和规则意识。

幼儿园的集体生活不同于家庭的个别生活,集体的常规是保证幼儿园正常活动的前提,为了保证集体生活的正常进行,对孩子提出了较多的行为规则,如吃饭时不要随便下地、要按时上床睡觉等。很多孩子不适应幼儿园的生活,是由于平时的生活习惯和幼儿园的生活差距太大,有的孩子在家睡觉没有规律,午觉时间不固定,有时12点、有时一、两点、有时三、四点睡觉,睡觉时还要大人哄着、陪着,这与幼儿园的准时上床、独自入睡形成极大的反差,孩子适应起来自然有困难。

★ 事先了解幼儿园的一日生活安排及常规要求,合理安排孩子的睡眠、进餐时间,使家庭生活与幼儿园同步。

★ 结合日常生活的各个环节如吃饭、睡眠提出一定的要求,教育孩子遵守规则,培养孩子良好的就餐、睡眠和卫生习惯,缩小家庭与幼儿园的差距,使适应顺利。

(四)培养孩子的合作意识和交往能力。

在幼儿园的集体生活中,与同伴的关系是影响孩子适应的原因之一,如果班里有要好的朋友、或能很快与同班的小朋友成为好朋友,也是孩子喜欢上幼儿园的一个重要原因。因此:

★ 平时在家中,让孩子处于平等而非特殊的地位,教育孩子关心他人,与他人分



插图 2—孩子自己吃饭。