



优质家教课堂

温馨摇篮

供0-3岁幼儿家长使用

宋 宁主编



山西出版集团
希望出版社



优质家教课堂

温馨摇篮

供0-3岁幼儿家长使用

丛书主编 宋宁

本册主编 贾宗萍

编著 (按姓氏笔画排序)

甘晓娟 任静 刘芳 吉志远 李玮
张海云 邱娟 金翠萍 赵丽萍 洪悦
贾宗萍 钱震 董文华



山西出版集团
希望出版社

责任编辑 谢琛香 复 审 武志娟 终 审 赵连娣

图书在版编目(CIP)数据

温馨摇篮/贾宗萍主编;甘晓娟,任静等编写. —太原:

希望出版社, 2007.1

(优质家教课堂/宋宁主编)

ISBN 978-7-5379-3749-8

I. 温... II. ①贾...②甘...③任... III. 婴幼儿-家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 071803 号

丛 书 名: 优质家教课堂

书 名: 温馨摇篮

丛书主编: 宋宁

选题策划: 赵连娣

责任印制: 王虎保

出版发行: 山西出版集团·希望出版社

地 址: 太原市建设南路 15 号 030012

网 址: www.xwcbs.com

电子信箱: xwcbs@vip.sina.com

电 话: 总编室 0351-4922243 印制科 0351-4922247

发行部 0351-4168101 4041258 4123120

印 刷: 山西出版集团·山西新华印业有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 毫米 1/32 印张 9.5

2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5379-3749-8

定 价: 15.00 元

* * * * * * 写给家长的话 *

当一个小生命呱呱坠地,作为父母的您一定会开始关注他的成长。宝宝会笑了,宝宝能跌跌撞撞地走路了,宝宝会咿咿呀呀地说话了……宝宝成长中的点点滴滴,一定会根植于您心灵的最深处。

人一生的发展在很多时候需要自身的努力,如果有一个好的起点和好的基础,无疑对宝宝未来的成长有极大的帮助。天下的父母都有一个共同的心愿,希望能给宝宝创造最好的成长环境,提供给宝宝最佳的发展机会。从宝宝出生的那一刻起,或许在更早的时候,您就开始关注宝宝的教育问题了,并一直为此努力着。爱的力量是无穷的,您的努力将会得到好的回报。

教育专家认为,给予宝宝最好的教育,就是在最恰当的时机给予宝宝最合适的教育。任何超前的或者滞后的教育都无法对宝宝的成长形成最佳的影响。而父母并非教育专家,想要深刻理解并遵循教育法则来施教,就必须进修“父母学”这门课程。经常听到有的家长说:“我对宝宝够好了,可宝宝就是不听话。”言外之意,父母的责任全尽到了,该管的管了,该做的做了,剩下的全都是

宝宝的不对了。其实,父母首先应该反思自己的教育观念和教育行为是否遵循了教育法则。家庭教育不是一个简单的“动嘴”过程,教育是一门艺术,必须讲究技巧,这样才能让教育成为亲子间快乐的互动过程,更重要的是成为宝宝幸福的成长过程。

为人父母,也许是人生最艰难的责任,但也是最有意义的责任。怀着对宝宝真诚的爱意和热切的期望,我们为您——年轻的父母奉献上《优质家教课堂》,针对宝宝的身心健康教育,设计了四块内容,即铺垫家庭教育的基石——了解宝宝;把握家庭教育的关键——亲子沟通;明晰家庭教育的重点——塑造行为;化解家庭教育的难点——纠正问题。0—3岁这一发展阶段,在心理学上被称为婴幼儿期,这时候的宝宝被称为学龄前儿童。宝宝在这一阶段将逐步参与社会生活,逐渐形成自己的独特个性,为接受规范化的幼儿园教育做准备。书中的“情境聚焦”为您回放宝宝成长过程中的典型片段,“专家分析”为您剖析困惑,“家教指南”为您保驾护航,“游戏舞台”载您驶向成功家教的彼岸。

我们期待着您能抽点时间翻阅这本书,反思书中的事例,尝试书中的游戏,用心琢磨适合自己宝宝的教育方式。我们热切地希望这本书能给您的宝宝带来一颗幸福的种子!愿父母们幸福!祝宝宝们快乐!

目 录

家庭教育的基石：了解宝宝

1. 要妈妈 —— 了解宝宝的亲子行为 001
2. 宝宝又哭了 —— 了解宝宝的情绪 004
3. 宝宝不要抱 —— 了解宝宝的拒绝行为 006
4. 宝宝爱管闲事 —— 了解宝宝的性格特点 009
5. 宝宝喜欢的玩具
 —— 了解玩具对宝宝智力发展的影响 012
6. 我错了 —— 了解宝宝道德观的发展 015
7. 两个宝宝 —— 了解宝宝与同伴的交往 018
8. 宝宝吃, 宝宝玩
 —— 了解宝宝的自我意识 021
9. 我的, 我要
 —— 了解宝宝的“自我中心”行为 024
10. 宝宝总拿不住要的东西
 —— 了解宝宝的抓握能力 027
11. 宝宝又生病了 —— 了解宝宝的体质发展 031
12. “鹦鹉学舌”
 —— 了解宝宝学习语言的特点 035
13. 宝宝说不出有几个
 —— 了解宝宝数概念的发展 038

14. 看完电视,睡觉了

——了解宝宝对时间的认识 041

15. 宝宝又“添乱”了

——了解宝宝的“配对”行为 044

16. 我画的是汽车 ——了解宝宝的绘画活动 047

17. 蛋糕做好了 ——了解宝宝的手工活动 051

18. 宝宝能跳舞了 ——了解宝宝的节奏感 054

19. 小鱼又游动了

——了解宝宝对动物的爱心 057

20. 快,爬过来 ——了解宝宝的动作发展 060

21. 宝宝爱和小动物说话

——了解宝宝的想象力 063

22. 小兔的嘴怎么了 ——了解宝宝的观察力 066

23. 东张西望的宝宝 ——了解宝宝的注意力 069

24. 宝宝不喜欢看书

——了解宝宝的兴趣倾向 073

25. 宝宝为什么撕书

——了解宝宝的破坏行为 076

26. 她为什么说谎 ——了解宝宝的说谎行为 079

27. 宝宝喜欢旧布娃娃

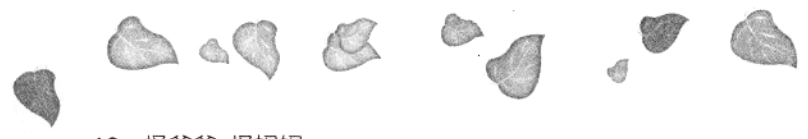
——了解宝宝的“情感饥荒” 084



28. 天天补钙还缺钙 —— 了解宝宝的钙吸收	086
-------------------------------	-----

家庭教育的关键: 亲子沟通

1. 宝宝总和我对着干 —— 学会尊重宝宝	090
2. 听我说 —— 学会倾听宝宝的讲述	093
3. 宝宝真棒 —— 学会欣赏宝宝	096
4. 听话, 妈妈给你买变形金刚 —— 学会正确许诺	099
5. 妈妈抱抱 —— 学会适当地拥抱宝宝	102
6. 装在小罐里 —— 和宝宝一起玩游戏	105
7. 宝宝寻宝记 —— 支持宝宝的探索行为	108
8. 妈妈爱我, 我爱妈妈 —— 学会正确地爱宝宝	110
9. 不听话的童童 —— 学会对宝宝说“不”	113
10. 宝宝咿呀学语 —— 学会和宝宝交谈的技巧	116
11. 广告时间到了 —— 和宝宝一起看电视	119
12. 奶奶吃 —— 教宝宝学会尊重长辈	122
13. 宝宝当妈妈 —— 让宝宝体验家长的辛苦	125
14. 宝宝想要什么 —— 让宝宝学会选择	128
15. 我饿了 —— 学会给宝宝适当的“劣性刺激”	131

- 
16. 怪爸爸,怪妈妈
——让宝宝学会承认错误 134
17. 大的给爷爷 ——教宝宝学会说到做到 138
18. 宝宝自己做 ——让宝宝学会独立做事 141
19. 宝宝不肯叫人 ——让宝宝大方一些 144
20. 收拾玩具了 ——让宝宝学会收拾玩具 147
21. 宝宝哭了
——教宝宝学会表达情绪 150
22. 我也要站着小便
——培养宝宝初步的性别观念 153
23. 搂着妈妈睡 ——让宝宝独立入睡 155
24. 宝宝受欺负了 ——让宝宝学会保护自己 159
25. 宝宝不要爸爸 ——让宝宝喜欢爸爸 161

家庭教育的重点:塑造行为

1. 边玩边吃的宝宝
——培养宝宝良好的进餐习惯 165
2. 扔垃圾 ——培养宝宝的社会公德 168
3. 锻炼时间到了
——培养宝宝的健康生活行为 171
4. 宝宝总爱把东西放到嘴里
——培养宝宝的探索行为 174
5. 宝宝来刷牙 ——教宝宝学会刷牙 176
- 

- 
6. 宝宝来洗手——培养宝宝的洗手习惯 180
7. 宝宝要尿尿了
——让宝宝养成有规律的大小便习惯 183
8. 我来尝一尝——培养宝宝接受新食物 186
9. 故事里说什么
——培养宝宝的倾听习惯 189
10. 宝宝是个“小尾巴”
——培养宝宝的独立性 194
11. 我家的“小问号”——培养宝宝的好奇心 197
12. 不想睡觉的小宝
——培养宝宝良好的睡眠习惯 201
13. 阿姨好——培养宝宝的礼貌行为 205
14. 轻轻拿,轻轻放
——培养宝宝爱护物品的行为 209
15. 红灯停,绿灯行
——培养宝宝的规则意识 213
16. 她像小男孩——培养宝宝的性别角色行为 216
17. 我不碰——培养宝宝的安全意识 220
18. 花儿好看我不摘
——培养宝宝爱护花草的行为 223

家庭教育的难点:纠正问题

1. 宝宝怕——纠正宝宝的恐惧行为 226

- 
- 
2. 不要抱他——纠正宝宝的嫉妒行为 230
 3. 抢别人的东西——纠正宝宝的攻击性行为 233
 4. 又把积木推倒了——纠正宝宝的破坏行为 236
 5. 要这要那的宝宝——纠正宝宝的任性行为 239
 6. 手指不能吮——纠正宝宝吮吸手指的习惯 243
 7. 入托了——帮助宝宝尽快适应亲子园生活 246
 8. 就不吃药——纠正宝宝不吃药的行为 250
 9. 认生的宝宝——纠正宝宝的害羞行为 253
 10. 我不吃苹果——纠正宝宝不吃水果的行为 256
 11. 不爱吃胡萝卜——纠正宝宝的偏食行为 259
 12. 爱缠人的宝宝
——纠正宝宝爱缠人的行为 263
 13. 别急,慢慢说——纠正宝宝口吃的毛病 266
 14. 宝宝又不听话了——纠正宝宝的倔犟行为 270
 15. 抱着小狗睡觉——纠正宝宝的恋物行为 273
 16. 我要妈妈抱——纠正宝宝的依赖行为 276
 17. 一个小宝两个样
——纠正宝宝的两面性行为 280
 18. 爱翻东西的宝宝
——纠正宝宝乱翻东西的行为 283
 19. 果奶真好喝——纠正宝宝爱喝饮料的行为 286
 20. 宝宝又咬人了——纠正宝宝的咬人行为 290

家庭教育的基石



家庭教育的基石：了解宝宝

No.1 要妈妈

——了解宝宝的亲子行为



情境聚焦

凡凡(两岁)的爸爸平常工作很忙,早上儿子还没醒来就出了门,晚上回到家时儿子已经睡着了。这天,他难得准时下班回到家,看到儿子正在客厅里玩积木,就想陪儿子玩。没想到他刚拿起积木,凡凡就哭起来,并大声喊:“妈妈,我要妈妈。”“爸爸陪你玩啊。”爸爸解释着。凡凡说:“不要,我要妈妈。”爸爸不解,为什么凡凡对自己这么冷漠,不论做什么只让妈妈陪,自己一参与,凡凡就会拒绝,甚至哭闹。这令爸爸非常苦恼。



专家分析

宝宝一岁以前就已经会认人,时常出现在他面前、经常抱他、陪他说话的人,就会成为他依赖的对象。在这个阶段,如果爸爸陪伴宝宝的时间不够多,宝宝亲近妈





妈、不要爸爸的情况,自然就很容易出现了。宝宝的行为是有特点的,婴儿期(一岁半以前),宝宝会倾向经常照顾他的人。如果妈妈是全职妈妈,宝宝会缠妈妈;如果大部分时间是由保姆照顾,宝宝则会缠保姆。一位儿科医生说:“宝宝尤其倾向他半夜醒来时照顾他的人,因为会得到莫大的安全感。”忙于工作的父母,白天无暇照顾宝宝,可以通过晚上照顾宝宝作为弥补。专家认为,一岁半至两岁的宝宝已有脱离母亲影响的想法,他会因不同的需要选择倾向父亲或母亲。如果你留意宝宝的行为,就会发现这时的宝宝在需要呵护时会选择妈妈,需要有人跟他玩时会选择爸爸。

家教指南

当宝宝出现缠着妈妈、不要爸爸的情形时,千万别责备他,这可能是因为爸爸平常疏忽了对宝宝的关心和照顾,从而导致宝宝做出的一种反应。要改善这种亲子关系,爸爸最好每天抽些时间陪宝宝一起玩,跟他聊天,讲故事给宝宝听,了解宝宝的心理,也让宝宝了解爸爸的爱。宝宝从出生到进入青少年时期前,是家长能抽时间陪他、建立亲密亲子关系的关键期。如果错过这段时间,当宝宝慢慢长大,有了自己的世界,家长想陪他也许连机会都没有了。但是在宝宝最需要陪伴和照顾的这个阶段,爸爸却常常为事业、为赚钱,占用了大部分精力与时间,很少有时间陪宝宝。当爸爸发现宝宝不愿与他亲近时,想要弥补往往需要花相当长的时间,并要费尽心思来引导,这对爸爸来说是一种痛苦的煎熬。

家庭教育的基石



常言说得好,“预防比事后弥补容易”。要成为受宝宝欢迎的父母,是需要用心去学习、去体验的。建议忙碌的父母,为自己也为宝宝做一个备忘录,在宝宝成长的每一个阶段,自己该有什么样的准备,该以什么样的心情去面对,事先都要有个书面规划,随时对照检查自己是否做到了,及时提醒自己不能忽略宝宝的成长。因为陪宝宝成长是一项无法预测的挑战,一路上随时会出现各种情况,家长细心去预防,会比将来发现问题时再来弥补容易得多。



名称:我要妈妈,我要爸爸

目标:培养宝宝与爸爸妈妈建立融洽的亲子关系。

玩法:

1. 三五个人围在一起,让宝宝站在中间。
2. 父母都把手伸向宝宝,并问他:“要抱抱吗?”“要谁抱?”
3. 妈妈把手伸向宝宝,边说“妈妈抱”边把宝宝抱起来,亲一下。
4. 爸爸把手伸向宝宝,边说“爸爸抱”边把宝宝抱起来,高高地举一下。
5. 父母再次把手伸向宝宝,让宝宝主动选择妈妈或爸爸,然后张开双手,边说“妈妈抱”或“爸爸抱”边走向妈妈或爸爸。





NO.2 宝宝又哭了

——了解宝宝的情绪



情境聚焦

有位妈妈最近特别烦恼，她的宝宝八个月大了，但是特别爱哭。早晨起床哭，妈妈上班哭，白天在家也要哭上两三次，晚上吃奶、睡觉都会哭。这天早上，妈妈给宝宝喂好奶，让奶奶抱着宝宝到阳台上去玩，准备趁机悄悄去上班。妈妈换上鞋子出了门，谁知关门时却“哐”地响了一声。正在阳台上的宝宝听见了，就“哇”地哭了起来。妈妈站在门外，听到哭声越来越大，叹了口气，狠狠心上班去了。



专家分析

对于还不会说话的宝宝来说，哭或笑既是他们情绪的外在表现，也是他们心理活动的一种表达形式。从宝宝的哭声或笑声中，我们可以知道宝宝“想说什么”。

新生儿的情绪只有愉快和不愉快的区别。随着宝宝逐渐长大，情绪也渐渐分化，变得复杂和多样化。三个月以后，婴儿的情绪分化出快乐与痛苦；六个月以后，

家庭教育的基石



不愉快情绪分化出愤怒、厌恶、恐惧；一岁以后，愉快情绪分化出高兴和喜爱；一岁半后，分化出喜悦、妒忌。

由于每个宝宝与生俱来的气质不同，其情绪的倾向性也不同，有的宝宝爱笑，有的宝宝爱哭，而有的宝宝表情比较平淡。

家教指南

对于还不会说话的宝宝，家长要做有心人，仔细辨别宝宝的哭声，从中了解宝宝的需要。

1. 因为渴了、饿了、冷了、热了、尿湿了、痒了而哭，哭时力气足、洪亮，哭哭停停。
2. 因为生病而哭，声音是突发的、刺耳的尖声哭叫，或是痛苦的低声呻吟。
3. 因发怒而哭，声音往往有点失真。
4. 因恐惧和惊吓而哭，是突然发作，强烈而且刺耳，伴有间隔较短的号叫。
5. 因不称心而哭，起初的两三声缓慢而拖长，持续不断，悲悲切切。

另外，有的宝宝特别爱哭，开灯刺了眼，关门声音大了，家长不高兴了，宝宝都会哭，尤其爱在夜间哭。这类宝宝属于“难养型”气质类型，是先天神经差异造成的。对于这类宝宝，家长千万不能心急，而要以“哄”为主，让宝宝情绪趋于平稳，放松心情，否则可能形成恶性循环。





名称:躲猫猫

目标:引导宝宝体验游戏带来的愉悦感。

玩法:

1. 花手帕。

家长拿出一块花手帕,放在宝宝面前,边给宝宝看边说:“花手帕,真漂亮。花手帕,真漂亮。”然后在宝宝面前晃动花手帕,逗逗宝宝。

2. 躲猫猫。

家长两手展开花手帕,将自己的脸遮起来,再快速将花手帕拿开,露出脸来,并对宝宝叫:“喵——”让宝宝在这种刺激下感受情绪的激动和愉快。

NO.3 宝宝不要抱

——了解宝宝的拒绝行为



情境聚焦

星期天,姥姥过生日,家里来了许多亲戚,有舅舅,有姨妈,有姐姐,有哥哥……家里顿时热闹起来。六个月大