

幼儿

陈文德 编

一步一传授,为人父母的育儿技能。

生活习惯的教养

- 让孩子勇敢面对困难的方法
- 如何纠正孩子的不良行为
- 如何训练孩子的独立性格



儿童身心发展的特点

幼儿生活习惯教养中应注意的问题

奖励在幼儿生活习惯教养中的作用

岭南美术出版社

幼儿生活习惯的教养

陈文德 编

： 湖南美术出版社

责任编辑:张之夫

封面设计:王 平

幼儿生活习惯的教养

陈文德 编

岭南美术出版社出版总发行

广东省新华书店经销

广东中山市新华印刷厂印刷

1997年11月第1版 1997年11月第1次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:9 字数:180千

印数1-3000

ISBN 7-5362-1720-X/I·1560

定价:17.00元

内容提要

幼儿养成良好的生活习惯,不仅对其身心健康有利,而且对孩子未来的发展有着重要的影响。所谓“养不教,父之过”,幼儿生活习惯教养的责任自然落在父母肩上。那么父母如何培养孩子良好的生活习惯?此过程中是以奖励为主,还是惩罚为主,抑或二者兼而有之?培养孩子的生活习惯应该从哪些方面入手?本书都有详尽的解答。

目 录

上 篇 总 论

第一章 儿童身心发展的特点

1. 学前儿童的思维——特殊、具体 (3)
2. 孩子求知欲强, 具有喜好变换活动的天性 (4)
3. 孩子既喜好模仿, 又喜好独立活动 (5)
4. 孩子易动感情, 好冲动 (6)
5. 孩子具有很强的自尊心 (7)
6. 孩子具有的气质类型 (7)
7. 小结: “孩子是父母道德生活的一面镜子” (10)

第二章 幼儿生活习惯教养中应注意的问题

1. 育人的实质 (12)
2. 孩子不听话的主要原因是父母对孩子的溺爱 (12)
3. 一些溺爱孩子的父母的错误观念 (13)
4. 对孩子的爱不是商品, 不能拿来作交换 (14)

5. 宠坏的孩子多半是独生子女, 由于从小建立了
错误的人生观, 对家庭、社会都产生了严重危害 … (15)
6. 娇惯坏了的孩子多半是独生子女, 不但养成特殊感,
而且也形成意志薄弱的性格, 缺乏生活能力 …… (17)
7. 谈谈对惯坏了的独生子女进行再教育的问题 …… (18)
8. 对儿童教育应注意的问题 …… (19)

第三章 对孩子严格要求的问题

1. 父母和教师应尊重孩子, 培养他们的个性 …… (22)
2. 对孩子要求的态度要有一贯性 …… (24)
3. 对孩子的要求应掌握适当的分寸, 要根据孩子的
具体情况提出要求 …… (26)
4. 大人对孩子在家庭和幼儿园的要求必须一致 …… (30)
5. 父母对孩子提出要求时, 要注意方式方法 …… (33)
6. 注意吩咐孩子时的表情和声调, 不要大喊大叫 …… (34)
7. 正确要求孩子的方法 …… (36)

第四章 奖励在幼儿生活习惯教养中的作用

1. 奖励的重要性: 让孩子获得做好事的动力 …… (37)
2. 奖励应注意的事项 …… (38)
3. 奖励的方式和方法 …… (40)

第五章 对惩罚的认识

1. 端正对孩子惩罚的认识与态度 (44)
2. 惩罚的目的 (45)
3. 惩罚所采取的各种方法 (46)
4. 处罚应注意的事项 (50)

第六章 关于“听话”

1. 家庭要有合理的生活制度 (55)
2. 要让孩子养成遵守制度的习惯 (56)
3. 大人应参加孩子的活动 (58)
4. 让孩子参加家务活动,使孩子在活动中受到教育... (59)
5. 让孩子在家庭中学会关心、体贴、听话、守纪律..... (61)
6. 培养孩子的集体主义观念,让孩子和小伙伴们
建立正常的关系 (64)

下篇 各 论

第一章 饮 食

1. 小儿挑食怎么办 (69)
2. 孩子不爱吃肉怎么办 (70)
3. 怎样培养孩子自食的习惯 (71)

4. 边吃饭边看书好吗	(72)
5. 小儿暴饮暴食有什么害处	(73)
6. 为什么饮食不当可导致儿童孤独症	(73)
7. 小儿少食多餐好吗	(74)
8. 怎样培养幼童的良好饮食习惯	(75)
9. 孩子不爱吃饭怎么办	(76)
10. 怎样合理安排幼童的零食与加餐	(76)
11. 孩子随便吃零食为何不好	(77)
12. 幼儿吃饭为何要细嚼慢咽	(78)
13. 幼儿多吃汤泡饭为何不好	(79)
14. 幼儿的饮食为何不能太咸	(79)
15. 为什么不能忽视幼儿的早餐	(80)
16. 多吃豆制品对幼儿有什么好处	(80)
17. 多吃粗纤维食物对幼儿有何益处	(81)
18. 幼儿为什么要多吃蔬菜	(82)
19. 幼儿为什么要控制吃糖	(83)
20. 幼儿为何不宜多吃肥肉	(83)
21. 幼儿为何不宜吃生鸡蛋	(84)
22. 多喝牛奶为何对幼儿不利	(85)
23. 幼儿吃冷饮和瓜果为何要有节制	(86)
24. 为什么幼儿吃瓜果要洗净和削皮	(87)
25. 喝茶对幼儿好吗	(88)
26. 小儿多吃巧克力好不好	(88)
27. 如何克服孩子贪吃的毛病	(89)
28. 怎样防止孩子肥胖	(91)
29. 孩子不爱吃水果、蔬菜怎么办	(92)

30. 怎样教孩子吃饭.....	(93)
31. 吃饭定时定量定地点.....	(95)
32. 如何教孩子不独食.....	(97)
33. 小儿边吃边玩有什么坏处.....	(99)
34. 为什么孩子在进食时不能说笑	(100)
35. 孩子吃饭慢怎么办	(101)
36. 用筷与大脑有什么关系	(103)

第二章 睡眠习惯

1. 怎样正确对待幼儿夜哭.....	(104)
2. 为什么不宜让幼儿睡沙发或软床.....	(105)
3. 为什么幼儿不能蒙着被子睡觉.....	(105)
4. 怎样培养幼儿良好的睡眠习惯.....	(106)
5. 为什么1岁多的小儿不易入睡.....	(107)
6. 幼儿临睡前为何不宜吃糖果、饼干	(107)
7. 为什么有的小儿睡觉时磨牙.....	(108)
8. 幼童不睡午觉可以吗.....	(109)
9. 怎样教会孩子自己整理住室和床铺.....	(110)
10. 怎样培养孩子按时作息的好习惯	(111)
11. 孩子不愿睡觉怎么办	(112)
12. 如何培养孩子分床睡觉的习惯	(113)
13. 孩子早上爱睡懒觉怎么办	(115)
14. 孩子被褥枕头的选择	(116)
15. 孩子睡前不要兴奋	(117)
16. 养成睡前盥洗的习惯	(117)

17. 为什么幼儿不能捏物入睡 (118)
18. 为什么教孩子自己穿脱衣服 (119)
19. 怎样教孩子穿脱衣服鞋袜 (120)
20. 怎样教孩子叠被 (121)
21. 为什么脱下的衣服不能盖在被上 (122)
22. 如何妥善放置脱下的衣服鞋帽 (123)

第三章 卫生保健

1. 幼儿总爱玩沙子好吗 (125)
2. 幼儿不爱理发怎么办 (126)
3. 幼儿为什么喜欢玩水 (126)
4. 3岁小儿为什么还吃手 (127)
5. 怎样注意玩具的卫生 (128)
6. 怎样训练幼儿自己大小便 (129)
7. 怎样训练1岁小儿早晚漱口保护牙齿 (130)
8. 怎样教3岁的小儿刷牙 (130)
9. 怎样为小儿选择牙刷、牙膏 (131)
10. 怎样培养幼儿饭前便后洗手的好习惯 (132)
11. 为什么不能让小儿随便挖鼻孔 (133)
12. 怎样培养小孩良好的个人卫生习惯 (133)
13. 为什么说晚上刷牙更重要 (134)
14. 怎样使孩子的牙齿更健美 (134)
15. 孩子的衣着卫生应注意哪些问题 (135)
16. 培养儿童公共卫生习惯要注意什么问题 (137)
17. 孩子爱吮吸手指头、咬指甲怎么办 (138)

18. 孩子要有自己的盥洗用具	(139)
19. 幼儿毛巾的大小及使用	(140)
20. 最好用流动水洗手脸	(141)
21. 怎样教孩子使用手绢	(141)
22. 怎样教孩子擤鼻涕	(142)
23. 孩子大便时应注意的问题	(142)
24. 怎样教孩子注意卫生	(144)
25. 怎样教孩子清洁整齐	(145)
26. 怎样让孩子养成锻炼身体的习惯	(145)
27. 孩子迷上某种体育活动影响学习怎么办	(147)
28. 孩子身体发展不平衡时怎么办	(148)
29. 不爱蹦蹦跳跳的孩子能“动”起来吗	(150)
30. 怎样让孩子学会正确的站姿、坐姿	(151)

第四章 穿衣戴帽

1. 幼儿的衣着选择有什么要求	(154)
2. 什么样的鞋有利于幼童脚的运动和发育	(155)
3. 如何为幼童选择合适的鞋	(155)
4. 打扮孩子有哪4个注意	(156)
5. 四季怎样选择服装	(157)
6. 为什么不穿带拉锁的紧腿裤	(159)
7. 为什么最好穿包住脚趾的凉鞋	(159)
8. 新旧衣服一样穿	(160)
9. 打扮孩子四忌	(161)
10. 为什么要多穿棉布衣服	(162)

- 11. 买鞋的学问 (163)
- 12. 小孩为什么不要用唇膏 (163)
- 13. 4~5岁孩子应学会系带子 (164)

第五章 思想品德行方面

- 1. 培养孩子懂礼貌讲文明 (165)
- 2. 培养孩子活泼愉快开朗的性格 (166)
- 3. 喜欢帮成人做事 (167)
- 4. 培养孩子关心帮助别人 (168)
- 5. 培养孩子与同伴友好相处 (170)
- 6. 培养孩子不抓不推不咬小朋友 (171)
- 7. 培养孩子爱护小动物 (172)
- 8. 培养孩子会做小主人 (173)
- 9. 培养孩子不把别人的东西拿回家 (174)
- 10. 培养孩子不任性 (175)
- 11. 培养孩子不胆小不蛮干 (176)
- 12. 培养孩子不缠人 (177)
- 13. 培养孩子不怕磕碰 (178)
- 14. 培养孩子勇于克服困难 (179)
- 15. 孩子能做的事自己做 (181)
- 16. 鼓励孩子参加竞赛 (182)
- 17. 水龙头未关的小事 (183)
- 18. 在墙上乱涂的对策 (184)
- 19. 如何对待孩子的“我自己来” (186)
- 20. 怎样教孩子正确地表达情感 (187)

目 录

21. 如何启发和培养孩子们的同情心	(188)
22. 纠正孩子的粗秽语言	(189)
23. 如何纠正孩子撒谎的坏习惯	(190)
24. 发现孩子有偷摸行为怎么办	(192)
25. 如何培养孩子的自立能力	(193)
26. 为什么要让孩子自己成长	(194)
27. 允许孩子收藏自己的“宝贝”	(195)
28. 怎样使孩子不打人不骂人	(196)
29. 孩子不尊敬长辈怎么办	(198)
30. 孩子不关心家庭怎么办	(199)
31. 怎样帮助孩子克服看不起他人的毛病	(201)
32. 小孩在家议论教师的缺点好不好	(202)
33. 小孩爱嘲笑和捉弄残疾人怎么办	(203)
34. 怎样教育孩子不糟蹋粮食	(204)
35. 大人说话时, 孩子老爱插嘴怎么办	(205)
36. 儿童不爱惜公共财物怎么办	(207)
37. 孩子拾到钱物不交还失主怎么办	(208)
38. 孩子染上“贪小便宜”的行为时怎么办	(209)
39. 怎样改变孩子的“独占”行为	(210)
40. 怎样教育爱无理取闹的孩子	(212)
41. 孩子发脾气乱砸家具怎么办	(213)
42. 如何对待孩子间抢玩具	(215)
43. 怎样培养孩子言而有信的优良品质	(216)
44. 孩子在外欺负小伙伴怎么办	(217)
45. 怎样引导孩子参加社会公益劳动	(218)
46. 怎样引导孩子参加力所能及的家务劳动	(219)

第六章 其 它

1. 幼儿易养成哪些不良习惯? 怎样预防和纠正…… (220)
2. 光脚散步对小儿发育有什么好处…… (221)
3. 幼儿总爱发脾气怎么办…… (222)
4. 幼儿怕黑怎么办…… (222)
5. 幼儿常吃补药好不好…… (223)
6. 怎样正确引导幼儿的涂涂画画现象…… (224)
7. 幼童怎样进行冬季锻炼…… (225)
8. 为什么不能限制幼童的活动…… (226)
9. 小儿吃饭后剧烈活动有什么害处…… (226)
10. 小儿剧烈运动后立即休息有什么不好…… (227)
11. 是否应鼓励幼童交朋友…… (227)
12. 怎样帮助孩子消除恐惧感…… (228)
13. 小儿看电视要注意些什么…… (229)
14. 小儿运动时应注意些什么…… (229)
15. 怎样给孩子零用钱…… (230)
16. 读书习惯要早培养…… (231)
17. 引导孩子欣赏自然美…… (233)
18. 让孩子高兴地进入音乐世界…… (234)
19. 为准备入学, 培养孩子一定的生活习惯…… (234)
20. 教孩子懂得交通规则…… (235)
21. 教孩子认钟看时间…… (235)
22. 孩子放学后家长没下班怎么办…… (236)
23. 让孩子定期剪指甲…… (237)

目 录

24. 不要过多带孩子串门	(237)
25. 不带孩子去影剧院	(239)
26. 教孩子连贯地说话	(240)
27. 教孩子分辨早晨晚上白天黑夜	(242)
28. 教孩子使用剪子	(243)
29. 水杯打碎的时候	(244)
30. 冰棍掉地的时候	(245)
31. 孩子染上吸烟的恶习怎么办	(246)
32. 孩子看电视爱与大人抢频道怎么办	(248)
33. 怎样使孩子同别的孩子一起游戏玩耍	(249)
34. 父母怎样指导孩子做游戏	(250)
35. 孩子迷恋电子游戏机怎么办	(251)
36. 孩子做家务要父母付小费怎么办	(253)
37. 孩子对父母不满甚至提出批评时怎么办	(254)
38. 怎样看待和处理孩子的离家出走	(256)
39. 孩子外出迷了路怎么办	(258)
40. 如何看待孩子的商业行为	(259)
41. 孩子很难控制自己的行为怎么办	(260)
42. 孩子交异性朋友好不好	(261)
43. 怎样指导孩子交往	(263)
44. 孩子有了“追星”意识行为怎么办	(264)

上篇 总论



