

教子
成材
系列
丛书

给\幼\儿\家\长\的

100条建议

■周峰主编

广东人民出版社

教子成材系列丛书

给幼儿家长的 100 条建议

主	编	周	峰	
编	写	丁	静	
学术	顾问	张人杰	周国贤	
		梁琼芳	王锭城	

广东人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

给幼儿家长的 100 条建议 / 周峰主编. — 广州: 广东人民出版社, 1999.12

ISBN 7 - 218 - 03241 - 9

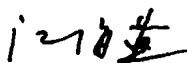
I . 给… II . 周… III . 学前儿童 - 家庭教育
IV . G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 55059 号

责任编辑	王 宁
封面设计	陈国樑
责任技编	黎碧霞
出版发行	广东人民出版社
经 销	广东省新华书店
印 刷	广东翁源印刷厂
开 本	850×1168 毫米 32 开本
印 张	6.5 印张
字 数	150 千字
版 次	1999 年 12 月第 1 版第 1 次印刷
印 数	1~15,000 册
书 号	ISBN7 - 218 - 03241 - 9/G·788
定 价	11.50 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

序



今天在校的青少年儿童是祖国跨世纪的建设者和接班人，他们的素质状况直接影响着国家和民族的未来。从应试教育转向素质教育，就是在知识经济初现端倪，传统的学校教育面临严峻挑战的情况下，党和政府对我国学校教育指明的发展方向。然而，素质教育又是一项系统工程，它涉及中小学教育（包括幼儿园）的方方面面，只有综合配套，才能整体突破。其中，学生家长的积极配合则有着举足轻重的意义。

学校教育只有与家庭教育紧密配合，才能真正在学校实行素质教育，培养高素质的人才。周峰同志近年来不仅致力于素质教育的理论研究，而且积极从事素质教育的应用研究，他还善于从素质教育的现实问题中寻找教育科研的着力点。由他主编的《教子成材系列丛书》，就是面向中小学及幼儿园素质教育，从提高家长的家教素养入手的最新研究成果。该书根据中

小学生及幼儿的不同情况分幼儿卷、小学卷和中学卷，内容涉及家庭教育的各个方面且富有新意，是中小学及幼儿国家家长学校的理想教材。

在我国，“家教”一事历来被国人所看重，人们普遍认为家教水平的高低与子女的成材与否关系极大。因此，提高我国中小学生和幼儿家长的家教水平是提高儿童青少年综合素质的关键因素之一。努力提高家长的家教素养，转变家教观念，改变家教方式，避免家教误区是我国家庭教育的发展趋势，更是家长学校的主要内容。《教子成材系列丛书》的出版，既为家长学校找到了一本好教材，又为家长教子提供了一个好帮手，我相信每位读者都能从该书中得到很多启发。是为序。

1999 年 3 月 9 日

(江海燕同志系广东省教育厅厅长)

目 录

前言	1
----------	---

健体篇	6
-----------	---

一、幼儿健康教育的主要内容	6
二、如何培养孩子按时作息的好习惯	8
三、如何防治儿童的睡眠障碍	9
四、幼儿成长八种营养不可少	11
五、如何纠正孩子的偏食	12
六、孩子要壮不要胖	14
七、让孩子养成饭前、便后洗手的习惯	15
八、怎样教育孩子保护好牙齿	18
九、孩子爱吮吸手指、咬指甲怎么办	19
十、孩子的衣着卫生应注意哪些问题	21
十一、小儿补钙及钙剂的选择	23
十二、孩子体质虚弱怎么办	26
十三、让孩子多参加户外游戏活动	27

十四、怎样让孩子养成锻炼身体的习惯	28
十五、餐桌是健康教育的好课堂	29
十六、常见的营养缺乏与幼儿异常表现	32
十七、儿童常见急症及急救方法	33
品行篇	38
十八、家长要了解幼儿的行为特点	38
十九、亲子关系是道德发展的基础	40
二十、习惯起始于幼年	41
二十一、教育孩子讲文明懂礼貌	43
二十二、“爱心”要从小培养	45
二十三、应强化孩子的责任感	47
二十四、怎样培养孩子的是非观	49
二十五、孩子好说脏话怎么办	50
二十六、孩子经常说谎怎么办	51
二十七、如何消除儿童过强的攻击性行为	54
二十八、从小培养孩子的劳动习惯	55
二十九、家境富裕更要培养孩子的勤俭美德	57
三十、赞扬孩子要讲点艺术	59
三十一、对孩子要科学地使用“惩罚”	61
三十二、要学会对孩子说“不”	64
三十三、独生子女要“独立”	65
智能篇	68
三十四、要培养孩子全方位智能	68
三十五、什么叫“多元智能”	70
三十六、如何培养孩子的自信心	73

三十七、如何培养孩子的胆识	75
三十八、孩子好问怎么办	76
三十九、孩子喜欢问科学问题, 怎样回答他	78
四十、为什么要支持子女积极与人交往	79
四十一、怎样提高幼儿的交往能力	81
四十二、什么是“情绪智能”(EQ)	83
四十三、怎样对待孩子的挫折	85
四十四、家长要积极发展孩子的“逆境智能”(AQ) ...	87
四十五、要重视开发孩子的右脑	89
四十六、面对各种“学习班”, 家长怎么办	91
四十七、婴幼儿该读什么书	92
四十八、布置适当家庭环境, 促进幼儿智力开发	93
四十九、哪些家庭活动有利于开发孩子的智力	95
五十、带孩子外出时如何培养孩子的智力	97
五十一、“游戏”才是幼儿的工作	99
五十二、多开扩孩子的梦想	101
五十三、玩具——孩子智慧的钥匙	103
五十四、如何指导孩子看电视	106
五十五、怎样配合幼儿园培养孩子的智力	108
五十六、对天资好的孩子如何进行智力培养	110
五十七、对低智能的孩子如何进行智力培养	112
五十八、对顽皮的孩子如何进行智力培养	114
问题篇	116
五十九、孩子调皮淘气怎么办	116
六十、如何对待任性的孩子	118
六十一、孩子的“棱角”不可磨平	120

六十二、如何克服孩子的害羞感	121
六十三、孩子太“乖”也不好	122
六十四、怎样对待孩子乱涂乱画的行为	124
六十五、千万不要强迫幼儿长时间坐下来学习	125
六十六、不妨笑对孩子	127
六十七、不要讽刺挖苦孩子	128
六十八、左撇子是否应该矫正	129
六十九、怎样对待生病的孩子	130
七十、如何运用“不理睬”的教育方法	132
七十一、聪明家长常犯的四大错误	134
七十二、如何消除孩子的性神秘感	135
七十三、如何使孩子正确认定自己的性别角色	137
七十四、怎样才能减轻父母离婚对孩子的伤害	138
七十五、要防止“隔代抚养综合症”	141
七十六、城市孩子的培养应注意哪些问题	144
七十七、农村孩子的培养应注意哪些问题	145
七十八、不要随便把孩子的名字缝在衣服上	146
七十九、孩子跟生人接触，家长要进行指导	147
八十、在家如何防止孩子触电事故	148
八十一、家中哪些常用液体、药品要上锁	149
综合篇	151
八十二、孩子上幼儿园意义何在	151
八十三、对 3 岁孩子的育儿建议	153
八十四、小孩也是独立的人	155
八十五、教育子女的 10 个“时机”	157
八十六、儿童有哪些心理需要	160

八十七、孩子入园前, 父母怎么做	162
八十八、如何消除孩子初入园时的焦虑情绪	164
八十九、怎样帮助孩子树立安全意识	166
九十、教给孩子自我保护的方法	168
九十一、影响独生子女心理发展的不利因素	170
九十二、现代的城市孩子缺些什么	174
九十三、孩子喜欢什么样的家	175
九十四、教育儿童的基本原则	176
九十五、父亲, 藏起你一半的爱	178
九十六、母亲, 不要心太软	180
九十七、做父母的欠儿女们什么	183
九十八、西方家教观透视	185
九十九、怎样帮助孩子做好入学准备	187
一百、家长要重视幼儿园与小学的衔接问题	188
 主要参考文献	 190
后记	192

前 言

随着独生子女的日益增多，家长望子成龙心切，但他们普遍缺乏必要的科学教子方法，甚至闹出许多家教悲剧。前苏联著名教育家苏霍姆林斯基指出，父母是创造未来的“雕塑家”，儿童成长的“基石”是由父母双手奠定的，教育自己的子女是一个公民的基本义务。在我们 12 亿人口的泱泱大国，有数以千万计的家庭，数以亿计的中小学生和幼儿园儿童，如果家长们都能掌握家庭教育的科学，走出家教的误区，那么，整个民族的素质和社会文明的程度必定大大提高。因此，对于中小学及幼儿园来说，实施素质教育，就必然要重视“抓一代、促两代”的工作，自觉地把提高学生家长的素质作为自己应尽的责任。

家庭教育现状不容乐观

当前，如何把青少年儿童培养成材，已成为广大学生家长普遍关注的问题。由于家庭教育是以一个个家庭为单位进行的，而家庭教育的实施者——家长大多不具备科学的家教知识，在实践中往往凭个人直觉和某些传统经验来施教，这使得家庭教育出现了许多问题，产生了很多误区。具体来说，主要表现在三大方面：

1. 家教方式的误区。

在现实生活中，不科学的家教方式很多，典型的有三种：

一是娇宠型，主要表现为家长不重视孩子自理能力、劳动习惯的培养，对孩子的要求过于满足。过分地娇宠孩子，会使家庭的教育功能弱化。有专家指出，“娇生惯养的孩子，不是社会的叛徒，便是家庭的暴君。”二是专制型，主要表现为一些家长恪守“不打不成材”、“棍棒底下出好人”的信条，对子女采取严厉管制和强迫教育。三是放任型，主要表现为一些家长本着“树大自然直”的原则，对子女教育放任自流，不闻不问。

2. 家教内容的误区。

科学的家庭教育应涵盖孩子身、心、智、德等诸多方面，应是对孩子全方位、立体性的培养和开发。家庭教育内容的误区在实践中表现为一些家长对孩子的教育重身体素质培养，轻心理素质培育；重智力开发，轻非智力因素培养；重知识传授，轻能力培养。这使得儿童中体壮如牛却胆小如鼠、意志薄弱，腰圆膀宽却自私自利、心胸狭窄，知识丰富却能力低下、夜郎自大者比比皆是。从特定角度看，我国青少年在社会转型时期出现的理想失落、道德失范、心理失衡等问题无不与此密切相关。

3. 家教观念的误区。

在现实生活中，很多家庭把对孩子的教育看成是自家的私事。这种把子女当私有物进行培养的观念，使得一些家长对正当、合理、科学的学校教育与社会教育不予积极配合，当家庭的教育价值观与之发生冲突和矛盾时，常出于某种狭隘的目的而另搞一套。这常使得孩子无所适从，在社会化的过程中，难以形成健康的人格、心理和价值观念。

家庭教育亟待变革

在世纪之交的社会转型时期，随着社会主义市场经济的逐

步确立，现代信息网络的建立，儿童青少年的家庭教育必将进入一个全新的阶段，其赖以实现的社会经济条件、文化环境、道德氛围发生的巨大变化，在一定程度上规定了家庭教育发展的基本方向。今天的教育是为了明天的社会发展，为了适应21世纪的发展需要，我国中小學生，包括幼儿园儿童的家庭教育必须走出误区，实现家庭教育的变革。

1. 变目标单一型教育为综合型素质教育。

在独生子女家庭中，家长普遍较重视对孩子的教育，家庭作为个人社会化的重要场所，正在发挥着巨大的作用。但是，在施教过程中，许多家长把教育的目标简单地定位于智力开发，而忽视非智力因素的培养，忽视孩子的身心健康；而且在进行智力教育时，多数家长把智力教育等同于文化知识教育。其实，这些做法和认识都是有失偏颇的。我们应根据21世纪社会发展的需要来规划今天的教育，建立符合未来社会发展和个体发展规律的、具有超前战略的多元目标体系。具体说来，科学的家庭教育应该是以智力教育为中心，融孩子的身体素质、心理素质、人品素质、科学文化素质为一体的、全面的、综合性的教育。

2. 变知识型教育为能力型教育。

当前，现代科技的发展已将培养能力提高到比传授知识更重要的位置。对家庭教育而言，它要求家长不但要给孩子“干粮”，还要给孩子“猎枪”。因此，我们应改变传统的重知识传授的教育方法和培养“两脚书柜”的人才观念，实现知识型教育向能力型教育的转轨。能力是个人完成任务或实现目的的智力、心理和体力条件的总和。能力不同于知识技能。一定的能力是掌握一定的知识技能的必备前提，能力决定个体掌握知识技能的难易、快慢以及应用知识解决实际问题诸方面，它是在

个体学习知识技能的过程中得到相应的发展。在知识经济初现端倪的今天，面对浩如烟海，又不断更新的知识，靠积累式学习和教育已不能适应社会的发展。家庭教育必须从以知识教育为重心转移到以培养能力为重心方面来。

3. 变亲子教育为亲职教育。

传统的家庭教育是单一的亲子教育。当今的家庭教育过程中，家长也大多把培养子女当作家庭的私事来进行，把子女当作家庭私有财产来培养。许多家长把自己未曾实现的愿望寄托在子女身上，并以家庭利益为出发点来制订培养规划。其实，培养子女既是为家庭培养后代，更是为社会培养人才。因此，为了满足社会对人才的需要，我们必须变革传统的家庭教育，实现亲子教育向亲职教育的转变。亲职教育包括亲子教育，但它更强调家长培育子女、为社会培养人才这一职责，强调家长在履行教育责任的过程中，应充分灌输亲情，使情感倾注与家庭教育高度结合。这种教育不仅有益于提高教育效果，而且有益于促进亲情，从而促进社会关系的融洽。

另外，要实现有效的亲职教育，家长应注意教育内容的选择。在家庭教育中，目前最大的问题不是孩子无知识可学，而是如何教孩子学，引导孩子学什么的问题。在当今的信息社会中，要提高儿童青少年的素质，只有精选最有发展前途、最基本、最具有广泛社会适应性的知识，使受教育者建立起牢固的、可塑性大的弹性知识能力结构，才能最大限度地从根本上提高人的素质。这是十分值得家长关注的。

办好家长学校，提高家长素质

可持续发展战略，是世纪之交各国普遍关注的问题，也是我们一切工作的出发点。在儿童青少年的成长过程中，家庭

教育是其受教育过程的起点站，最初的家庭教育的成败，会直接影响今后学校教育和社会教育的效果。我们主张以提高家长素质为突破口，来实现家庭教育的可持续发展，并使之成为连接学校、家庭和社会的纽带。

随着我国人口政策的落实，独生子女家庭越来越多，重教而不会教的现象十分突出。中小学和幼儿园普遍创办家长学校，可以从教育学、心理学、生理学、人才学、伦理学、社会学等学科中筛选内容，让家长学到科学的教子内容和方法，掌握教子的艺术，转变落后的家教观念、避免家教的误区，全面提高中小学生及幼儿家长的家教水平和家教素养。有人说：

如果孩子生活在批评之中，他就学会了谴责；

如果孩子生活在鼓励之中，他就学会了自信；

如果孩子生活在讽刺之中，他就学会了自卑；

如果孩子生活在表扬之中，他就学会了感激；

如果孩子生活在恐惧之中，他就学会了忧虑；

如果孩子生活在认可之中，他就学会了自爱；

如果孩子生活在……

亲爱的家长，我们的孩子生活在什么之中呢？如果说，教每个子女成材，是我们做家长的共同心愿，那么，我们就有必要首先提高自身的素质，特别是家教的素养，为孩子的成材提供最基本的保障！这也就是我们编写本书的初衷和愿望。

健 体 篇

一、幼儿健康教育的主要内容

学龄前幼儿的健康教育重点是培养良好的卫生习惯。

1. 个人卫生习惯。

培养幼儿爱清洁的习惯和生活自理能力，如自己洗脸、梳头、刷牙、饭前便后洗手、理发、修剪指（趾）甲等。2 岁以上小儿应知道并学会洗手；3 岁以上小儿应逐渐养成早晚刷牙和饭后漱口习惯，学会正确的刷牙方法，适当使用含氟牙膏。

2. 饮食和营养。

3 岁左右的小儿要培养独立进食能力，并逐渐形成合理的饮食习惯。

(1) 按时、定量、有规律地进餐，细嚼慢咽。

(2) 不挑食，不偏食，各类饭菜都要吃，多吃青菜。

(3) 进餐时不说话，不打闹，不乱扔残渣，不剩饭，饭后收拾餐具。

(4) 知道喝生水的害处，不吃变质和不洁食物。

(5) 能精力集中和情绪愉快地吃饭。

(6) 懂得饭后不能剧烈运动。

3. 睡眠。

按时作息，早睡早起。睡前不作剧烈运动，情绪不激动，坚持洗漱（洗脚、刷牙等），不吃糖。及时纠正不良睡眠习惯，如吮手指、蒙头、咬被角等。

4. 预防意外事故。

(1) 教育幼儿遵守交通秩序，如上街走人行道，横过马路走斑马线，学会看红绿灯，不在公路上玩耍、打闹，以免发生车祸等意外。

(2) 户外安全教育。严禁幼儿单独外出游泳、爬山、登高、上树等。在农村，主要教育孩子们不在井边、河边、池塘边玩闹。

(3) 严禁玩弄电器，不接触杀虫剂、洗涤剂等，不独自拿药吃。

5. 心理健康教育。

(1) 培养是非、美丑、善恶的分辨能力。

(2) 培养集体主义情感，团结友爱，关心集体，助人为乐。

(3) 尊敬父母和师长。

(4) 帮助幼儿纠正由于心理障碍所致的某些不良习惯，如怯懦、过分顽皮、遗尿症等。