

幼儿园家长学校工作指南

总主编◎朱家雄



Ruhe Dazao Chuse de Haizi

如何打造 出色★孩子

宋冰冰 范美玲 马玉娟◎编著

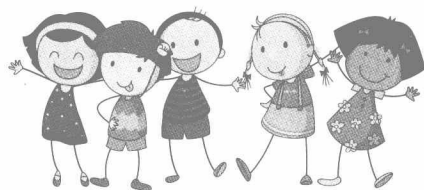


中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位

幼儿园家长学校工作指南

总主编◎朱家雄



Ruhe Dazao Chuse de Haizi

如何打造 出色★孩子

宋冰冰 范美玲 马玉娟◎编著



 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

如何打造出色的孩子 / 宋冰冰, 范美玲, 马玉娟编

著. —北京: 中国轻工业出版社, 2015. 1

ISBN 978-7-5184-0084-3

I. ①如… II. ①宋… ②范… ③马… III. ①学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 000034 号

责任编辑: 刘云辉 责任终审: 劳国强 封面设计: 青 蜓
版式设计: 王志利 责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编 100740)

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2015 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 710 × 1000 1/16

印 张: 16.5

字 数: 300 千字

书 号: ISBN 978-7-5184-0084-3

定 价: 39.00 元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

141591Y2X101HBW

总 序

学前教育是国民教育体系的一个重要组成部分，是基础教育的基础，办好学前教育关系着亿万儿童的健康成长，关系国家和民族的未来。

当今，国家和社会对于学前教育给予了前所未有的关注和重视，先后制定了许多与学前教育有关的政策，如《国家中长期教育改革和规划纲要（2010—2020年）》《国务院关于当前发展学前教育的若干意见》《3~6岁儿童学习与发展指南》等，这些政策的制定和实行，铺就了当下以及今后我国学前教育的发展路径。

随着教育的不断深入，人们越来越深刻地认识到教育是一项系统工程，学前教育必须是幼儿教育机构的教育与家庭教育同步进行、同步发展，缺少任何一个环节，都会影响教育整体功能的发挥。教育家苏霍姆林斯基说：“教育的效果取决于学校 and 家庭教育影响的一致性。如果没有这种一致性，那么学校的教学和教育过程就会像纸做的房子一样倒塌下来。”可见，在培育孩子的问题上，幼儿园和家庭同样重要，幼儿园教师与家长都具有不可推卸的责任。

近年来，国家大力倡导兴办家长学校，旨在通过这一平台把幼儿园与家长联系在一起，达到家园共育，让家长通过幼儿园家长学校的教育更好地了解孩子的成长规律，做到科学监护、科学养育。但是，从目前情况来看，不少幼儿园在创办家长学校这一方面还存在很多问题，有些幼儿园不知如何实施，不知怎样操作，致使家长学校这一美好的愿景变成空洞的形式，没有真正发挥其应有的作用。

为了指导幼儿园举办家长学校，使家长学校能够发挥积极的作用，中国轻工业出版社组织编写了这套《幼儿园家长学校工作指南》丛书。在编写这套丛书的过程中，编者邀请了国内一些优秀的幼儿园园长以及国内幼儿家庭教育方面的专家，由他们撰稿，将他们的经验和研究成果进行了汇总。丛书的内容十分丰富，既包含幼儿园园长和教师需要的内容，诸如如何创建幼儿园家长学校、家园沟通的方式和方法以及幼儿教师应该掌握的育幼知识，也包含在家庭教育中家长应该注意的问题以及教育方法。总之，这套丛书能为幼儿园创办家长学校提供诸多的指导和帮助，也能为家长提供学习的良好范本。

本丛书集理论性、创新性、实用性与可读性于一体，通过内容丰富、形式多样的知识阐释，让幼儿园园长和教师了解幼儿教育目的、内容和方法；使家长充分认识到幼儿教育的重要性以及如何进行教育的途径和方法；使教师与家长之间的沟通与交流更加顺畅，从而形成家园共育的局面，更好地实施对孩子的教育，让孩子健康成长。

朱家雄

2014 年 9 月



序 言

3~6岁是孩子人生的起始阶段，是个性倾向和道德观念形成的萌芽时期，是培养他们良好的道德行为及道德情感的重要时期。著名教育家陶行知先生曾指出：“六岁以前是人格陶冶最重要的时期。这个时期培养得好，以后只需顺着他继续增高地培养下去，自然成为社会优良分子。倘若培养得不好，那么，习惯成了不易改，倾向定了不易移，态度决了不易变。”所以说，人的全部素质都植根于幼儿期。他们的素质如何，直接关系到他们未来的发展。

同时，3~6岁也是孩子人生中非常关键的时期，自我意识开始发展，好奇心强，心理发展出现独立的萌芽，不希望别人来干涉自己的行动；此时正是孩子树立正确的人生观、价值观，形成勇敢、自信、积极乐观的性格，拥有坚忍不拔的意志力的关键时期，这就特别需要家长的正确引导，帮助其度过人生中这特殊而重要的时期。

《如何打造出色的孩子》这本书是以《3~6岁儿童学习与发展指南》的精神为指导，从孩子成长发展的规律，儿童身体发育的标准，各种习惯养成的关键期，提升孩子的智力水平、培养孩子的良好品格，关注孩子的心理健康做了科学而细致的解读，详细地介绍了3~6岁孩子可能出现的问题，从题记、概念解读、案例呈现、专家分析、专家建议五个方面把高深的理论深入浅出地进行了解读，对3~6岁儿童IQ（智商）和EQ（情商）的培养都有具体的目标和建议措施，通俗易懂。希望家长可以借助此书，根据幼儿身心发展的个体差异，按照幼儿身心发展规律培养，做到循序渐进。既不依照成人思维，妄图一

蹴而就，又要适时出手，决不能放任“自然”，以免耽误幼儿身心健康成长的关键期。

本书会带您走近“童心”，帮您了解孩子的成长规律，看清孩子行为背后的原因和需求，让您在孩子成长的每一个关键节点做到心中有数、脑中有术，能给孩子之所需，急孩子之所急，真正做到科学而健康地教育孩子，打造出出色的孩子！

本书的作者都是有着一线教学经验又有着丰富的教育学心理学知识的专家型教师，他们用自己丰厚的理论功底，把专业而复杂的理论知识通俗化，通过概念解读、案例呈现、专家分析，然后给出具体实操性很强的建议，让家长们在读过之后豁然开朗，能够知道应该怎么做才最有效。

相信这本书一定能给家长朋友带来很多收获和惊喜，同时这本书也非常适合幼儿园的老师来阅读，它会使老师从多元的视角来看待孩子，科学全面地了解孩子行为背后的原因，有利于老师和家长沟通，共同培养身心健康的孩子！

作 者

2014 年 9 月

目 录



第一章 尊重幼儿的成长规律	/ 1
一、幼儿需要身心和谐，全面发展	/ 1
二、尊重幼儿的年龄特征	/ 9
三、关注幼儿的个体差异	/ 18
四、情绪调节很重要	/ 27
五、揠苗助长不可取	/ 38
六、走进孩子的心中	/ 45
 第二章 练就孩子健康体魄	 / 54
一、儿童身体发育正常的标准	/ 54
二、平衡膳食很重要	/ 63
三、自理能力早培养	/ 73
四、卫生习惯很重要	/ 82
五、健康身体勤锻炼	/ 90
 第三章 提升孩子智力水平	 / 101
一、在玩中播下智慧的种子	/ 101
二、死记硬背≠开发智力	/ 111

三、语言表达要训练	/ 120
四、提高记忆力有方法	/ 129
五、培养孩子丰富的想象力	/ 141
六、思维品质重培养	/ 152
第四章 培养孩子良好品格	/ 166
一、幼儿期是人格培养和健康品德形成的关键期	/ 166
二、幼儿品德的培养内容	/ 175
三、幼儿品德培养的方法	/ 185
四、良好行为习惯需养成	/ 193
五、品格缺陷有原因	/ 202
第五章 关注幼儿心理健康	/ 215
一、幼儿心理健康教育的意义	/ 215
二、幼儿心理健康教育的内容	/ 223
三、幼儿心理健康教育的方法途径	/ 230
四、幼儿不良心理表现	/ 237
五、幼儿心理健康教育的要点	/ 246

第一章

尊重幼儿的成长规律

一、幼儿需要身心和谐，全面发展



题 记

孩子要不要上兴趣班？是不是从幼儿时期就应该对孩子进行潜能开发呢？该不该早一些对幼儿进行特长教育和定向培养？这些问题一直困扰着学龄前孩子们的家长们。

早期教育不是早点让孩子学习知识，早期教育开发也不等同于早期智力开发，而是促进儿童身心两方面全面和谐地发展。对幼儿的教育要根据幼儿的成熟状态，不能操之过急。幼儿的身心发展遵循自然的法则，逾越这个法则，就可能对幼儿造成伤害。身体动作如此，心智发展也是如此。



概念解读

所谓身心和谐，是指孩子在身体、心理和社会适应方面的良好状态。

所谓全面发展，《3~6岁儿童学习与发展指南》（以下简称《指



如何打造出色的孩子

南》)中明确指出:“儿童的发展是一个整体,要注重领域之间、目标之间的相互渗透和整合,促进幼儿身心全面协调发展,而不应片面追求某一方面或几方面的发展。”

儿童的发展是整体的,身心健康缺一不可;不仅要发展幼儿的智力、才艺,还要发展幼儿的情感态度、行为习惯、智力能力等,幼儿各方面的发展内在都有着不可分割的联系,幼儿期全面发展的重要性超过了人生其他任何阶段,过早地将可塑性极强的幼儿定型化是不妥的。在幼儿时期不应将幼儿会背多少首诗、会算多少道算式题列为孩子聪明不聪明的标准。我们不应只关注幼儿某一方面的发展,而应以幼儿的强项带弱项,在培养孩子学习能力的同时,更要培养孩子生活的能力,有效促进幼儿身心健康、全面协调地发展。

著名的幼教专家陈帼眉教授说过,家长对小孩子的教育,一是培养他良好的生活习惯;二是跟孩子做亲子游戏。幼小的孩子,最希望的就是和父母一起玩耍。



案例呈现

再也不上美术班了

小童今年5岁,在家里最喜欢做的事就是画画。家里的墙上、地上、桌上都留下了她的“大作”。看到小童对画画如此有兴趣,妈妈在征求了小童的意见后,决定送她上一家在当地颇具名气的兴趣班。上了5次之后,妈妈发现小童不再像以前那样在家舞弄颜色了。又上了3次之后,小童跟妈妈说,不想学画画了。妈妈问她原因,她说不好玩。妈妈觉得这样半途而废不好,就强迫她继续上。后来,只要一提到上美术班,小童就找理由拖延,或东躲西藏地不肯出门,有一次甚至还想在路上逃跑。好不容易把一学期的课上完,她说什么也不愿意



再上美术兴趣班了。

保持个性

小麦4岁，很爱画画，妈妈让她在兴趣班学了一段时间的绘画，每次拿回家的画，妈妈都觉得很好看。直到有一天，妈妈在兴趣班教室里看到所有的孩子画出来的画几乎都是一样的，妈妈赶紧给小麦退了学，因为小麦以前所有的创意都被学没了。两年过去了，小麦上一年级了，她依然喜欢自己乱画，有时照着书上的画，有时自己想象着画，虽然没有外面那些学过绘画的孩子画得工整，却非常有灵气。学校组织画展，全年级展出的三张画里有两张是小麦画的。妈妈觉得当时的决定是正确的。就是因为小麦的画充满个性，才在那么多画中脱颖而出。从小麦的成长过程可以看出，让孩子跟着自己的想象力去画画，会让孩子的作品更具个性呢！

不和别人合奏

艺艺在4岁时开始学琴，现在上幼儿园大班的她已经是比较娴熟的小提琴手了。这是一个有才艺又漂亮的小姑娘，可是她性格怪僻，生活得一点也不快乐。幼儿园园庆要演节目，艺艺想独奏，而老师安排她和另外的小朋友合奏，她就不高兴了，还当着老师的面把那个小朋友给推倒了。当被问起为什么要这么做时，艺艺很委屈地说那个小朋友拉得没有她好，她才不肯和别人合奏呢。



案例解读

特长教育对孩子来说，的确有其积极的一面。但是，孩子毕竟是孩子，贪玩是他们的天性，同时他们的兴趣与爱好都具有较大的可变性，今天喜欢的东西，明天也许就不再喜欢了。因此，家长要注意因势利导，激发孩子的学习兴趣和欲望，但事实上相当一部分家长



如何打造出色的孩子

却没有做到这一点，当孩子对学习生厌时，家长不是循循善诱地加以引导，而是采取强迫压制的办法逼着孩子去学，结果往往事与愿违，这正好应验了那句老话：“强扭的瓜不甜。”

作为家长，当我们把孩子送进了兴趣班后，我们的关注点就发生了变化。学弹琴的父母只注重孩子学会了哪支曲子；学画画的父母只注重孩子是否画了一幅完整的画；学珠心算的父母只注重孩子算得是否快；学跳舞的父母只注重孩子是否学会了跳支完整的舞。

当家长把培养幼儿的兴趣，当成是片面定向教育和特长教育的时候，我们便更关注孩子学习的结果。就像案例中的小童一样，当学画画变成了任务，受到了强迫，孩子的兴趣便没有了。案例中的艺艺虽然是一个技艺娴熟的小提琴手，可她既没有感受到快乐，也不能与小朋友友好地合作演出。这已经对孩子的身心健康造成了影响。小麦的妈妈遵循了幼儿的身心发展规律，让孩子身心健康、和谐发展、童年快乐，这才是教育的最终目标。



专家分析

为什么幼儿家长不惜花费大量的人力、物力、财力给幼儿报了各种兴趣班，让孩子学习各种特长呢？

1. 期望自己的孩子成为各项全才

有些父母望子成龙心切，想把孩子培养成各方面的全才，绘画、音乐、外语等各方面技能都样样精通。在这种美好愿望的驱使下，很多家长会做出很多不符合幼儿身心发展的事情来。他们并不知道这种做法完全违背了教育的初衷，甚至会让孩子形成抵触心理，最后既浪费了时间、精力、金钱，也毁了孩子。



2. 把孩子的特长教育作为攀比的内容

许多父母看到别人家的孩子上了什么兴趣班或是学了什么特长，就不甘落后，让自己的孩子报更多的班、学更多的东西去竞争，生怕落在后面。这样导致孩子没有自由和时间，也感受不到童年的快乐。

3. 只重结果，忽视过程

家长只看重结果，无论是给孩子还是给老师都带来了巨大的压力。其实教孩子，学习的过程远比结果更重要。在孩子学习的过程中，能调动他们多个器官、多种感觉，培养多方面的能力。比如，学习弹琴，手眼耳的协调非常重要，耐性、毅力、战胜困难的能力的强弱决定着孩子是否能学习下来，而经过自身努力战胜困难后的成就感也让孩子心情愉悦。贯穿在孩子学习过程中的这些品质，父母可能看不到，但对孩子的未来影响深远。

在学习过程中，一些基本功可能只是学习中的一个小节，比如跳舞，一个舞步要练好长时间，给父母的感觉是孩子几次课后什么也没学到，但实际上，基本功的训练是为让孩子能完整跳下整个舞蹈而打下良好基础。基本功如果不扎实，学到一定程度可能就学不下去了。

4. 把自己的理想强加在孩子身上

有些父母小时候条件不好，没有条件实现理想，而有了孩子后，就把理想寄托在了孩子身上。比如，有一位父亲，英语顶呱呱一直是他的梦想，他便让孩子从3岁就上英语班学习英语，而成绩稍有不好就一通批评。

孩子是一个独立的个体，他有自己的想法。他知道自己喜欢什么不喜欢什么，如果大人把自己的理想强加给孩子，让孩子担负起父母的愿望，那孩子的负担就太重了，孩子学习起来就是一个痛苦的过程。因此，父母应该尊重孩子的兴趣，让他挑选自己感兴趣的東西，对于



如何打造出色的孩子

感兴趣的事，孩子能学得又快又好。而父母自己的理想，还是自己努力去接近目标吧！

5. 认为坐在教室里才是真正的学习，忽视生活中的教育

有些父母忽视自己的能力，认为只有带着孩子上各种兴趣班，让孩子规规矩矩地坐在小椅子上听老师讲课，才是真正的学习，对生活中的知识反而视而不见。

重视孩子的教育，无疑是最值得的投资，但不能一味地投资却忽视孩子的感受。既然是兴趣班，就一定要从兴趣出发，只要孩子有兴趣，就能自主学习，快乐地享受学习的乐趣。

种种的误区让父母更忙，孩子更累，学习的效果自然是不用提了。从孩子自身发展的规律来说，幼儿时期的孩子去上特长班并不符合儿童身心发展的需要。

那么，过早地让幼儿进行特长学习到底会对孩子造成哪些不良影响呢？

从现实的角度看，幼儿将有限的时间过多地集中于某项或某几项内容的学习，必然会弱化其他内容的学习，导致幼儿发展失衡。事实上，幼儿处在人生发展的起步阶段，幼儿的学习是启蒙性、奠基性的学习，幼儿的不同发展领域之间是存在关联的，如果不是忽视了某些领域的发展，所谓的特长也不可能真正发展起来。我们可以创造条件满足幼儿进一步的兴趣和特殊的兴趣，但不必给幼儿确定人为的“特长”和训练方案，更不必为所谓的特长而牺牲幼儿其他方面的发展。

提前教育对幼儿有损害，对幼儿的童年也是浪费。一项幼儿并不具备充分学习条件的内容，需要幼儿花费大量的时间去学习和训练，而到了具备条件学习的年龄，很快就可以掌握。也许成人觉得有价值的东西对幼儿多多少少都有些价值，这是注重了绝对价值。但幼儿教育还要判断相对价值，要判断教育付出的代价，要判断哪些内容更适



第一章 尊重幼儿的成长规律

合3~6岁的幼儿学习,哪些内容能真正有效地促进幼儿的发展,而超前的学习一定不具有相对价值。

人的有些能力、功能是需要适度保护的,超越了规律就要承担后果。对幼儿的教育要根据幼儿的成熟状态来进行,不能操之过急。专项训练对处于人生发展初期的幼儿来说是极不适合的。幼儿的身体和心智还没有达到需要专项训练的程度,生动活泼、形式多样的游戏活动才是促进幼儿身心发展最合理的途径。



专家建议

要走出上述误区,家长可从以下几方面着手:

首先,家长需要端正认识。孩子不同于大人,不能用对成年人的标准去要求孩子,让孩子接受特长教育,应该根据孩子的心理特点加以引导。只有这样,才能达到家长所期望的效果;同时,家长还应该明白:儿童教育的内容极为广泛,包括知识教育、品德教育以及技能教育等多个部分,特长教育只不过是其中的技能教育的一个组成部分,家长不宜将其看得过重,只能将其看作对学校教育的一种补充,只能在孩子力所能及的情况下进行,以免造成喧宾夺主的不良后果。

其次,家长还需要有正确的教育方法。特长教育不同于幼儿园教育的地方,在于它主要是培养孩子对某些技能学习的兴趣和欲望。因而在教育过程中应有张有弛,松紧有度,并给予孩子足够的自由活动的时间和空间,使孩子在玩中求学、在学中能玩。这样才能收到良好的教育效果。

最后,家长要彻底转变观念。一方面,要进一步增强自身的教育责任,提高育儿信心和能力,重视和珍惜与孩子沟通、交流、分享快



如何打造出色的孩子

乐的重要性，多花些时间了解孩子、陪伴孩子；另一方面，要自觉抵制各种违反幼儿身心发展规律的提前学习和强化训练活动，还孩子一个快乐的童年生活。

把儿童当作儿童，尊重儿童，了解孩子生命成长的特征，在人的生命成长中，有预定好的成长密码。埃里克·斯通说：“人生的每一个阶段都有它自己的意义和目的。发现它和接受它是人生最关键的问题之一。”所以，教育要符合幼儿的年龄特点、生理特点、心理特点和认知规律。

儿童成长的过程是儿童自我创造的过程。孩子通过自己发现探索，自己获取的方法去了解世界，儿童感受到是自己身体的主人，是自己行为的主人，是自己情绪的主人，是自己感觉的主人，是自己心理的主人，是自己精神的主人。儿童自己创造自己的过程，创造一个独一无二的我的过程，就是“完整成长”的过程。

实际上，孩子兴趣的发展是一个持续的过程，可能会一直持续到初高中阶段。幼儿园阶段孩子兴趣广泛，但每一种兴趣的持续时间非常短，用一句话形容比较形象“三分钟热度”，这个现象是很正常的，是因为孩子对所有新的事物都好奇，且注意力也不是很长，所以会造成这种现象。孩子学习会碰到“瓶颈期”，这种时候是因为孩子看不到自己的进步，没有成就感，所以就不愿意继续学了。家长应该正确引导孩子，为幼儿选择兴趣班，更多的是对家长的坚持的考验，对家长来说，孩子的兴趣容易培养，兴趣的保持是需要家长和教育者共同来鼓励孩子继续学习的。

人生是一场长跑，要想让孩子跑得快、跑得远，就要在学前教育阶段对幼儿实施科学的保教，不随波逐流，不盲目攀比。对幼儿家长来说，这不仅需要科学施教的智慧，更需要坚持科学的勇气。用勇气和智慧，还孩子一个快乐而有意义的童年。

