



优育篇

YOU YU PIAN

山西人民出版社

12月

YOU YU PIAN

李守民 任艳凤
雷雨 韩军

山西人民出版社

优 育 篇

李守民 任艳凤 雷雨 韩军

*

山西人民出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 山西新华印刷厂印刷

*

开本: 787×96 0 1/36 印张: 4.5 字数: 70千字

1989年3月第1版 1989年3月太原第1次印刷

印数: 1—23000册

*

ISBN 7-203-00851-7

G·341 定价: 1.65元

新婚丛书

顾问 包显瑛 姚文锦

主编 李绍先

副主编 贾琳 谢文德 李廷芝

编委 (以姓氏笔划为序)

马大哲 马茹骏 王改先 王伯牲

支树平 石玉兰 田玉凤

刘太义 李俊喜 孟祥寿 苗根生

郑小峰 胡萍 侯金林

杨守真 张西礼 张华英

张廷魁 解徐庆 管祥镛 冀永裕

装帧 舒因

前言



实现四化，振兴中华，需要大批优秀人材。千家万户望子成才，优生、优育、优教已受到社会、家庭和广大教育工作者的极大关注。那么，究竟怎样才能使您的孩子聪明成才呢？

《优育篇》愿和广大的新婚夫妇、年轻的父母共同探讨这一重大问题。

本书是作者优生、优育、优教实践经验的总结。一个孩子能否聪明成才，与三岁前优育、优教关系极大。因此，本书将以零——三岁儿童生理、心理的发育特点为依据，以德、智、体全面发展为目标，对零——三岁儿童早期教育的意义、内容、方法、科学喂养和卫生

保健等，按照不同年龄，做了较为科学、通俗、条理的论述。

作者主要采用了本书中介绍的内容和方法，对自己的姑娘进行了较为科学的早期教育、科学喂养和卫生保健等，在今年她不到三岁就具有较好的性格、品德，有较强的生活自理能力，身体健康，还能识简谱、做简单的加减法计算，能讲故事，认识汉字2000多个，能阅读小学一年级语文课本、《婴儿画报》、《娃娃识字课本》等儿童读物。作者又用同样的方法在太原市先后辅导了近十名年轻的父母教育、喂养孩子，均取得了较为满意的效果。

本书的读者对象主要是广大新婚夫妇、年轻的父母，因此，是根据家庭教育的模式编写的。也可供广大计划生育工作者、托幼工作者及关心计划生育、托幼事业的同志阅读。使用本书介绍的内容和方法，从小培养孩子具有良好的性格、品德是一个孩子能否成才的关键，那些只抓识字、计算、音乐等，甚至采取强迫、体罚的做法都是不可取的，是不可能把孩子培养成才的。

本书在编写过程中参阅了国内外许多作者的著作和文章，并引述了其中的一些资料，在此谨向马端乾、吴顺虎、高光奇、宋宁、油卫东等有关

作者深表谢意。山西大学教育系心理学研究室主任李树桂副教授、山西省心理学会副理事长陈会昌副研究员曾应作者之请，审阅了书稿，并提示了重要修正意见，在此深表谢意。此外吴顺虎、油卫东、刘文华、王存兴、廉世民、高光奇等同志，参加了本书的部分篇章的编写和文字工作，韩军撰写了《如何保护儿童的眼睛》一节，谨在此一并表示谢意。

作 者

1988年8月



目 录



写给新婚夫妇、	
年轻的父母.....	(1)
1. 儿童早期教育应从零	
岁开始.....	(1)
2. 对儿童进行早期教育会	
不会损害身体健康.....	(7)
3. 儿童早期教育的主要内容	
有哪些.....	(9)
4. 什么叫智力？儿童早期教	
育应该注意哪些问题.....	(11)
儿童早期教育.....	(16)
零岁——一岁	

1. 动作的训练……………(17)
2. 感觉器官的训练……………(22)
3. 语言的训练……………(26)
4. 良好情绪的培养……………(28)
5. 生活自理能力的培养……………(31)
6. 教儿童识字的科学依据和
方法……………(35)
7. 教儿童英语的科学依据和
方法……………(40)

一岁——二岁

8. 动作的训练……………(44)
9. 语言和认识能力的训练……………(46)
10. 良好性格、品德及其
培养……………(50)
11. 生活自理能力的培 养……………(52)
12. 音乐、美工的训练……………(57)
13. 怎样教 计 算……………(61)
14. 怎样教儿童识字和阅读
……………(64)
15. 怎样教婴儿学 英 语……………(69)

二岁——三岁

16. 动作的 训 练……………(73)
17. 语言和认识能力的训
练……………(76)

18.良好性格、品德及其	
培养.....	(79)
19.生活自理能力的培养.....	(82)
20.音乐、美工的训练.....	(85)
21.怎样教计算.....	(88)
22.怎样教儿童识字和阅读	
.....	(91)
23.怎样教儿童学英语.....	(95)
儿童科学喂养、卫生保健	

零岁——一岁

1.儿童聪明成才与营养有关	
吗.....	(99)
2.母乳的喂养方法.....	(100)
3.为什么要给孩子喂水.....	(103)
4.没有母乳怎么办.....	(104)
5.儿童添加辅食的种类	
和方法.....	(106)
6.儿童聪明成才与健康	
有关吗.....	(108)
7.儿童为什么要进行预	
防接种.....	(109)
8.零——一岁儿童怎样	
锻炼身体.....	(110)

一岁——二岁

9. 给孩子断奶的好处和
方法……………(114)
10. 断奶后孩子吃什么……………(115)
11. 孩子不爱吃饭菜怎
么办……………(117)
12. 儿童为什么要定期
进行体检……………(120)
13. 口吃的防治……………(122)
14. 给孩子打针吃药的好
方法……………(123)
15. 一——二岁儿童锻炼
身体的方法……………(125)
- 二岁——三岁
16. 一日生活安排……………(127)
17. 孩子不宜吃贵重食品……………(128)
18. 如何使孩子少得病或
不得病……………(129)
19. 如何保护儿童的眼睛……………(130)
20. 二——三岁儿童锻炼
身体的方法……………(133)

写给新婚夫妇、年轻的父母

1. 儿童早期教育应从零岁开始

怎样使自己的孩子聪明成才？这是每个年轻夫妇都十分关心的问题。“望子成龙”、“盼女成凤”已成为千家万户美好的愿望，也是广大新婚夫妇、年轻父母急切向往的人生大事之一。

儿童的聪明才智是天生的吗？生来聪明的孩子就永远聪明吗？生来愚笨的孩子就永远愚笨吗？不！不是这样。法国著名学者爱尔维修说得好，即使是一个普通的孩子，只要教育得法，也会成为不平凡的人。这其中的奥秘，就在于每一个年轻的父母要对自己的孩子从小进行早期教育，最好是从零岁开始。

这一奥秘正在逐渐被愈来愈多的年

轻父母所认识，并用他们的实践所揭开。

19世纪初，德国的一位牧师卡尔·威特就提出，“神童”是教育的结果。他确信只要从小开始教育，一般的孩子都能成为不平凡的人才，而且公开宣称：一旦自己有了孩子，一定要进行这种实践，以证实自己的观点。

不久，他结婚生了孩子，取名小卡尔·威特。小卡尔刚生下来是个很不称心的孩子，一点也不灵活，邻居们都说他是个痴呆儿，就连他的妻子在当时也说，这样的孩子即使教育也没有用。但是，老卡尔·威特并没有失望，而是踏踏实实地按照自己的计划在小卡尔身上进行着早期教育的实践。开始，教小卡尔认识餐具、食物，当孩子能听懂话时，父亲就给他讲故事，三岁半开始教识字。经过父亲的精心教育，小卡尔的智力发展，竟然轰动了整个欧洲，八岁能说六国语言，九岁考入莱比锡大学，后又转入洛延根大学。由于学识渊博，十四岁被授于哲学博士学位，两年后又被授于法学博士学位，并担任了柏林大学教授。小卡尔成为欧洲法学界的佼佼者，又是研究文艺复兴时期的大诗人但丁的权威。

后来老卡尔曾写下了一部千页巨著，详细介绍了他如何从零岁开始，对孩子进行早期教育的经验。大凡读过这本书，信服老卡尔的观点，并

按照他的经验去实践的人，都取得了较为满意的效果。

当时，曾有一位名叫詹姆斯·萨姆森 的教授，就是按照老卡尔的方法，对他的两个儿子进行了精心的早期教育，结果一个十岁、一个十二岁都相继考入了格拉斯哥大学，十岁的那个后来成为19世纪物理学界的泰斗。

还有一位斯特娜夫人，在孩子刚生下来时，就给他听优美的音乐，在墙上挂着世界名画，在孩子反手腕上系着彩色的气球，三个月又在墙上给孩子写下了英文字母，“1”到“100”的数字，每天教孩子辨认。结果，孩子一岁时会用英语说“鹅鹅”，五岁就写出了小说、诗集和世界语读物，并能出色地演奏小提琴和钢琴等，身体非常健康，赛跑时，他能把同龄的孩子远远抛到后面。

当今，十三岁考上中国科技大学少年班的宁泊已广为人知。他1964年出生，奶奶从小便对他开始了早期教育；小宁泊三岁时能数100个数，四岁小宁泊学会了400多个汉字，五岁上小学，六岁读《中医学概论》，十岁升入初中，十三岁已是高二的学生了，同年以优异的成绩考入科技大学少年班，十七岁大学毕业，留校当了我国最年轻的大学助教。

随着社会的进步，科学的发展，人类自身的

奥秘正在被一一揭开，一个人能否成才，已被大量的事实证明与早期教育有着密切的关系。

近年来，早期教育的花朵在祖国大地上如雨后天春笋，已放出奇光异彩。有年方几岁的小画家、小诗人、小演奏家、小发明家。湖南株州的刘俊杰，一岁三个月识字，二岁能阅读《365夜故事》，四岁读小学三年级，六岁考入初中。还有长沙的王昂七岁考入重点中学；江苏东海县的刘小斌五岁被科大录为预备学员……。更为可喜的是在山西省太原市有近十名年轻的父母自愿组合，共同对他们的孩子进行着早期教育的实践，也取得了可喜的成绩。如太钢胜利西街幼儿园的李卓，1985年出生，父母从零岁开始对她进行早期教育，周岁能识字，现在能识简谱，能做“10”以内加减法，已阅读完小学一年级语文课本、《婴幼儿小百科》、《婴儿画报》近百本。

为什么这些儿童早期发展这样突出？他们成功的秘密在哪里？

中科院心理研究所全国超常儿童协作组负责人查子秀教授认为：“尽管他们出生在不同的家庭，而共同的是，他们绝大多数从小受到较好的早期教育。”^①日本著名早期教育专家井深大

① 《智蕾初绽》中国超常儿童追踪研究协作组编。

认为：“人的教育必须从出生之日开始。”“不仅到了幼儿园的年龄，即使从三岁开始也太迟了。”^①

进入80年代以来，对儿童进行早期教育已经不是个别国家了，而是世界性的一种新趋势，美国、日本、苏联、瑞士等国也都出现了零岁开始的教育潮流，人们逐渐认识到早期教育的重要。

美国国立精神卫生研究所所长斯坦利·约莱斯博士说：“在美国的今天，我们正在婴幼儿领域里从事着一项可与文艺复兴比拟的全国性的工作。”1986年元月，日本《现代周刊》刊登了题为《轰动的美国“零岁教育”传入日本》的报道。日本幼儿开发协会专务理事、千叶大学教授多湖辉说：“这在世界上也是绝无仅有的划时代的创举，……要培养出适应于21世纪的人才，零岁教育是必不可少的。在美国零岁教育几年前就引起了人们的注意，并掀起了一个热潮。”

如上事实和论述都充分说明了对零——三的儿童进行早期教育的重要性和必要性。一个人如果错过了早期教育的关键期，将会影响到一个人一生的智力发展，有的还将会终生智力低下，成为愚笨的人。这绝不是危言耸听，下面这个例子

① 《怎样教育婴幼儿》〔日〕井深大著。

就充分说明了这一点。

印度有一个孩子叫卡玛拉，从小被狼叼去，由于母狼失去了小狼，就将卡玛拉当作小狼用奶水喂养大。在卡玛拉长到六、七岁时，才被人们救了回来。但卡玛拉因受到狼窝生活的熏陶，几乎和狼一样，用四肢爬行，吃生肉，咬人，白天睡觉，夜里游荡。人们经过两年扶养教育只学会站立，六年才会直立行走，九年才能讲几句简单的话，出生十七年，智力才相当于三、四岁的儿童。她之所以会成为一个愚笨的孩子，已不能完全恢复人的本性和达到正常人的智力，主要原因是她错过了早期教育的关键期。

因此，各位新婚夫妇、年轻的父母，对儿童早期教育要有一个比较清醒的认识，对教育孩子要有一种责任感和紧迫感。有人预计21世纪将是人才竞争的世纪，而人才来自教育。可见，要想培养出适应于21世纪的高级优秀人才，零岁教育，必不可少。

愿新婚夫妇、年轻的父母，为了中华的振兴，民族的兴旺，家庭的幸福，从零岁开始对你的孩子进行早期教育，把你的孩子培养成健美、早慧、品德高尚的一代新人。