



中国教育学会“十一五”国家规划重点课题
北京课题组研究成果

走进孩子的世界

亲子教育专家与您面对面

宗文革 ◎ 主编



西藏人民出版社

走进孩子的世界

——亲子教育专家与您面对面

宗文革◎主编

西藏人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

走进孩子的世界 / 宗文革主编. -- 拉萨 : 西藏人民出版社, 2012

ISBN 978-7-223-03376-3

I. ①走… II. ①宗… III. ①学前儿童—家庭教育—问题解答 IV. ①G78-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 049504 号

走进孩子的世界

作 者 宗文革

责任编辑 曾 恒

出版发行 西藏人民出版社 (拉萨市林廓北路 20 号)

邮政编码: 850000 电话: 0891-6826115

印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司

开 本 710×1000 1/16

印 张 6.75

字 数 180 千

版 次 2012 年 6 月第 1 版

印 次 2012 年 6 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-223-03376-3

定 价 18.00 元

版权所有 翻印必究

前言

没有人能不经过培训就走上岗位。可是，在孩子成长过程中承担最重要的责任人——年轻的父母却没有经过任何专门的培训就自动“上岗”了。父母是孩子的启蒙老师，如果从孩子呱呱坠地起，年轻的父母就已经学习或开始系统学习如何应对孩子在成长各阶段遇到的问题，认识孩子的身心发展规律，掌握孩子特有的言行、思维和情感方式，获得与孩子相处的特殊技能，并且能给孩子提供适宜的环境和刺激，那么，他们就有希望成为是最合格的父母。宝宝在他们的精心培育下，也一定能够健康、快乐、自信地成长。

通过对近三年0～3岁亲子教育的研究，在同近三十所幼儿园与看护人员的沟通交流中，我们看到了看护人员的困惑，了解到了看护人员在养育孩子过程中的诸多问题。我们把这些问题与0～3岁婴幼儿发展水平的几个方面——大运动、精细动作、言语、认知、情感和社会行为、身体保健、生活习惯等结合，按照孩子从小到大的月龄为序进行了整理和归纳。这些问题多数来源于园所的家园咨询（面对面咨询、电话咨询），对看护人员了解0～3岁孩子发展水平及特点，解决日常养育中常见的问题有很大的借鉴作用。《走进孩子的世界》分析了相关问题并给出方法和建议，适合0～3岁亲子教育的从业教师学习和使用，它对亲子教师掌握孩子年龄特点，有针对性地对看护人员进行观念的引导、养育方法和养育行为的指导将会有很大的帮助，最终提升亲子教师的专业化水平。

当亲子教师面对看护人员的问题时，我们总结了回答问题的四个技巧：

1. 学会倾听（注意与对方进行眼神交流）
2. 作出判断（辨别这是特点，还是缺点）
3. 给出方法（提出指导孩子行为的具体办法）
4. 提出建议（这些建议家长要努力做到）

虽然《走进孩子的世界》中所涉及的几个方面问题数目多少不一，但这几个方面的划分并没有轻重之分，它们对于孩子的发展都非常重要，它们之间是相互渗透，有机结合的。

序 一



丰台分院的宗文革老师自 2009 年被中国教育学会“十一五”科研重点课题——“0～3 岁早期教育师资培训研究”聘为北京指导教师以来，一直带领着课题组老师有目的、有计划地开展研究工作。她的工作对园所早教工作起到了积极的指导作用，对教师的专业成长起到了及时的引领作用，对家长 0～3 岁教育观的转变与科学育儿能力的提高起到了服务与促进作用，对 0～3 岁婴幼儿发展的研究有了进一步实践与创新，对课题的研究作出了贡献。

研究扎实、工作踏实、实践真实、成果属实。

李丽惠

中华女子学院学前系主任
中国教育学会“十一五”科研重点课题
“0～3 岁早期教育师资培训研究”负责人

2012 年 4 月

序 二



翻开宗文革老师主编的《亲子教育手册》、《走进孩子的世界》、《玩具在身边》这套书，感慨颇多。宗老师带领着她的团队在近几年的研究中，以先进的育儿理念为指导，运用科学的方法，在实践中探索出一整套适合儿童成长的亲子教育方案，为广大家长和亲子教师提供了全面具体、可操作的教育内容和策略。这些研究成果，蕴藏着宗老师对早期教育事业的热爱，包含着她多年来为此付出的心血，处处体现着新的教育理念和丰富的教育智慧。

相信这套书能够带领老师们迅速“入门”，早日成为称职的亲子教师；相信这套书能成为家长科学育儿的锦囊妙计，帮助他们尽快成为孩子优秀的父母。愿这套书快速走进千家万户，让科学的早期教育理念深入到家长的心目中，落实到养育孩子的实践中，使宝宝们更加健康、快乐地成长。

伴随着宝宝的成长，我们将会更多的发现、惊喜、快乐和幸福……

愿天下所有的宝宝拥有幸福的人生开端！

愿每个宝宝的成长都精彩！

愿宗老师和她带领的团队取得更辉煌的成就！

愿我们的早教事业永远年轻！

梁雅珠

北京教育科学研究院早期教育研究所

2011年12月

序 三



人生快乐有多种，有人说：亲情是终级的快乐，是永恒的。我们幼教工作者和家长在亲子教育活动中享受着快乐与幸福，在既简单又复杂的教育过程中找对了方法，我们和孩子在获得快乐的同时共同成长。

丰台区幼儿园亲子教师们在宗文革老师的带领下，以亲子教研联合体的方式大胆实践，潜心钻研，以丰富多彩的亲子游戏、科学有效的教育策略给予家长教育帮助与支持，转变了家长的教育观念，提高了家长的科学育儿能力。

希望亲子教师们在今后的亲子研究与实践中，结合各地地域特点和人口结构情况，组织开展更为形式多样、内容丰富的亲子活动，研究出更具特色的亲子课程。

丰台区教委学前科科长

2011 年 12 月

序 四



“格格”是宗文革的家人、朋友对她的爱称。

“格格”老师是我的同事和好朋友，她热情、开朗、有童心、有恒心、有闯劲，走到哪里都会得到大家的认可和喜爱。她凭着对教育工作的热爱，专注于对亲子活动的深入研究。她和与她有着同样的信念、同样的追求，极为富有爱心的课题组老师们，历经多年的深入研究与实践，为千千万万的老师和家长们奉献了这套亲子教育的盛宴！

孩子可以选择园所，可以选择老师，但是他们不能选择父母。人们都认同亲子教育的必要性，都想让孩子们健康成长，却又不知怎样才能实现理想。

宗文革老师和她的团队结合先进的教育理念，融合了一线教师与热心家长的经验，结合教师 and 家长的现实需要，总结出了这套实用性、操作性强的指导用书，为教师和家长提供了科学的实践方法，是孩子们健康成长的加油站。

“格格”老师，在教学上她是教师兼学者，在写作上她是学者兼教师！从个人情感出发，我喜欢她的热情与执著，喜欢她的团队敬业精神与高效做事风格，从事业角度出发，我为“格格”和她的团队总结出越来越丰厚的成果而骄傲！

最后再对“格格”说句悄悄话：加油——我永远支持你！

北京教育学院丰台分院学前教研室主任

2011年12月

目 录

前言.....	1
序一.....	2
序二.....	3
序三.....	4
序四.....	5
课题组参与名单.....	6

了解孩子特点，当好第一任老师

一、0 ~ 3 岁孩子的生理、心理特征	3
1. 0 ~ 3 岁孩子的生理发展特征	3
2. 婴儿期心理发展特征.....	3
二、0 ~ 3 岁孩子的独特年龄特征	5
1. 尊重孩子.....	6
2. 转移注意.....	6
3. □径一致.....	7
4. 提供选择.....	7

关注孩子发展，走进孩子的世界

一、动作发展类.....	11
1. 孩子刚学会走路停不下来，怎么办？.....	11
2. 孩子走路总是不稳，爱摔倒，为什么？.....	12
3. 孩子快三岁了还不会双脚跳，怎么办？.....	12
4. 孩子重复做一个动作，为什么？.....	13
5. 亲子园会练习一些简单的精细动作，为什么？.....	13
6. 孩子总是乱敲乱打，怎么办？.....	13
7. 孩子在家中不玩穿珠，在亲子园却很爱玩，为什么？.....	14
8. 孩子动手能力差，怎么办？.....	14
二、言语发展类.....	15
1. 一岁半的孩子喜欢说脏话，是不是有问题？.....	15
2. 孩子不爱学说话，怎么办？.....	15
3. 孩子 21 个月，会用“我”这个代词了，他是不是很聪明？.....	15
4. 孩子倒着看书，为什么？.....	16
5. 孩子发音不清楚，怎么办？.....	16
6. 孩子都两岁了，还不会讲话，为什么？.....	17
7. 孩子不会说一句话，就会说一个字，怎么办？.....	18
8. 孩子识字是否合适？.....	18
9. 两岁左右的孩子适合看什么书？.....	19
10. 孩子自己的事情自己不肯做，怎么办？.....	19
11. 溺爱会减缓孩子的语言发育吗？.....	20
12. 怎样和孩子一起看书？.....	21
13. 孩子在外面不爱说话，在家却说个没完，怎么办？.....	21
14. 如何面对孩子没完没了的问题？.....	22
15. 怎样从小培养孩子良好的语言表达能力？.....	22
16. 孩子见东西就要，怎么办？.....	23
17. 孩子发音不准确，怎么办？.....	24
18. 怎样培养孩子的阅读兴趣呢？.....	25

三、认知类..... 26

1. 如何培养孩子的注意力？..... 26
2. 孩子爱问一些古怪的问题，如“我是从哪来的？”怎么办？..... 26
3. 孩子玩玩具不专心，怎么办？..... 27
4. 孩子数数时不按顺序，怎么办？..... 27
5. 如何培养孩子良好的音乐素养？..... 28
6. 如何了解孩子在想什么？..... 28
7. 幼儿不识色，怎么办？..... 29
8. 孩子不听家长要求，怎么办？..... 29

四、情绪与社会行为类..... 30

1. 如何减少孩子的分离焦虑？..... 30
2. 孩子故意把玩具扔到地上，为什么？..... 31
3. 孩子喜欢说“不”，坚持要自己做事，怎么办？..... 31
4. 孩子见到生人就哭，为什么？..... 32
5. 孩子不按老师的做法做，怎么办？..... 33
6. 孩子不会与他人交往，怎么办？..... 33
7. 孩子不和老师打招呼，怎么办？..... 33
8. 孩子最近变得爱发脾气了，为什么？..... 34
9. 孩子总与其他小朋友抢玩具，怎么办？..... 34
10. 孩子占有欲特别强，怎么办？..... 35
11. 孩子在家和在幼儿园不一样，为什么？..... 35
12. 孩子不爱洗澡，怎么办？..... 36
13. 两岁孩子喝水还是喜欢用奶瓶不用水杯，怎么办？..... 36
14. 孩子太好强，怎么办？..... 37
15. 怎样让孩子判断是与非？..... 37
16. 孩子一到人多的场合就淘气，怎么办？..... 37
17. 孩子经常把看的书撕坏，怎么办？..... 38
18. 孩子到了逆反期，家长该做些什么？..... 38
19. 孩子胆小，不爱与人接触，怎么办？..... 39
20. 孩子任性，怎么办？..... 40
21. 孩子性格内向，不爱与人交谈，怎么办？..... 40
22. 孩子每次洗手都要很长时间，怎么办？..... 41

23. 孩子胆子特别小, 对小虫子都会害怕, 为什么?	41
24. 孩子不愿自己穿衣服, 怎么办?	42
25. 在玩游戏时孩子之间有攻击性行为, 怎么办?	42
26. 原来听话的孩子突然变得不听话了, 为什么?	42
27. 孩子总喜欢一个人玩, 怎么办?	43
28. 孩子不跟老师做游戏却爱乱跑, 怎么办?	43
29. 孩子什么事都依靠大人, 怎么办?	44
30. 怎样培养孩子有始有终的习惯?	44
31. 孩子迷恋小动物, 怎么办?	45
32. 孩子睡觉时总要吃手才能睡着, 怎么办?	45
33. 孩子坐不住, 该怎么办?	46
34. 孩子在家总是耍赖, 甚至在公共场合撒泼, 不听劝, 怎么办?	47
35. 孩子总是挖鼻孔或是肚脐眼, 怎么办?	47
36. 孩子在吃饭过程中有哪些需要注意的?	47
37. 孩子脾气倔强、执拗, 做错事总是不承认, 怎么办?	48
38. 孩子不愿意与同伴分享玩具, 怎么办?	49
39. 怎样建立良好的母子依恋关系?	49
40. 如何培养幼儿自控能力?	50
41. 孩子害羞, 怎么办?	52
42. 孩子爱发脾气, 怎么办?	53
43. 孩子注意力不够集中, 怎么办?	53
44. 孩子2岁半了, 总是爱打人, 怎么办?	53
45. 孩子习惯吃手, 双手没事情做时就往嘴里放, 怎么办?	54
46. 孩子喜欢撒谎, 怎么办?	54
47. 孩子喜欢乱画, 怎么办?	55
48. 孩子见了生人不爱打招呼, 怎么办?	55
49. 如何培养孩子独立做事情的能力?	56
50. 如何培养孩子的交往能力?	56
51. 孩子明知故犯, 怎么办?	57
52. 如何培养孩子的自信心?	57
53. 孩子总提过分要求, 怎么办?	59
54. 怎样让孩子获得快乐?	60
55. 如何帮助孩子改掉爱磨蹭的习惯?	60
56. 孩子不爱吃蔬菜, 怎么办?	61

57. 为什么要养成孩子饭前不看动画片的习惯？	62
58. 怎样让孩子不赖床，培养孩子良好的睡眠习惯？	62
59. 孩子听话也是缺点吗？	63
60. 如何缩短孩子的入园焦虑期？	63
61. 孩子总会要些不该要的东西，怎么办？	64
62. 孩子在亲子园很听话，在家谁的话也不听，怎么办？	64
63. 如何有效地与孩子建立良好的亲子关系？	64
64. 父母工作太忙没时间陪孩子，怎么办？	66
65. 父母与长辈的教育方式不一致，怎么办？	66
66. 孩子太淘气，家长总批评他可以吗？	67
67. 隔代养育的弊和利是什么？	67
68. 教育孩子容易犯什么错误？	68

五、身体保健类..... 71

1. 怎样预防秋冬季节感冒？	71
2. 如何促进孩子骨骼的健康成长？	71
3. 孩子的小伙伴中个头最小的，为什么？	72
4. 常给孩子吃“汤泡饭”，好不好？	72
5. 天气干燥，孩子起床时会流鼻血，怎么办？	73
6. 孩子迷恋看电视，怎么办？	73
7. 初夏孩子应该多吃什么？	74
8. 孩子发烧时适宜吃什么？	74
9. 怎样预防手足口病？	74
10. 哪些营养是孩子长高的基本要素？	75
11. 怎样避免孩子头被睡偏？	76
12. 父母近视会遗传给孩子吗？	76
13. 孩子的奶奶、爸爸的牙齿都不齐，孩子会不会受影响？	77

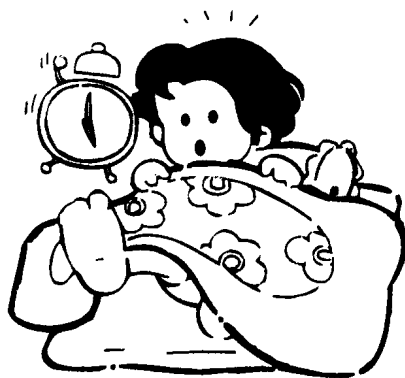
六、生活习惯类..... 78

1. 孩子睡得很晚或不爱睡觉，怎么办？	78
2. 孩子睡觉前总想喝点奶再睡，怎么办？	79
3. 孩子总爱用手拿饭吃，怎么办？	79

4. 孩子小便时不会自己脱裤子, 怎么办?	79
5. 孩子闲着不吃吃饭, 怎么办?	80
6. 孩子晚上总尿床, 怎么办?	81
7. 怎样教孩子刷牙?	81
8. 孩子不爱吃饭, 怎么办?	82
9. 孩子吃饭挑食, 怎么办?	82
10. 孩子吃饭少, 怎么办?	83
11. 孩子吃饭慢, 怎么办?	84
12. 孩子大便干燥, 怎么办?	84
13. 孩子不爱讲卫生, 不喜欢洗澡、换衣服, 怎么办?	85
14. 孩子不爱喝白开水, 怎么办?	85
15. 怎样才能让孩子的自理能力提高得更快?	86
16. 孩子恋物习惯怎么戒除?	86
17. 孩子做事情经常有头无尾, 怎么办?	87
18. 孩子两岁了还在使用尿不湿, 不会蹲着小便, 怎么办?	87
19. 祖辈家长如何培养孩子的自理能力?	88
20. 孩子只吃一种水果, 怎么办?	88
21. 两岁孩子不自己吃饭, 吵着要大人喂, 怎么办?	89
22. 孩子总是边吃边玩, 怎么办?	89
23. 孩子总喜欢吃零食, 怎么办?	90
 附录: 促进孩子成长, 树立榜样作用	 91
给家长的 35 条建议	91
育儿咨询表	93

了解孩子特点，当好第一任老师





一、0 ~ 3 岁孩子的生理、心理特征

父母是孩子的第一任老师，要想教育好孩子，了解孩子的生理特点和心理特点十分重要。0 ~ 3 岁孩子生理的发展，是其心理发展的基础。

1. 0 ~ 3 岁孩子的生理发展特征

人类第一个发育高峰期是从孩子刚出生到 1 岁、2 岁之间。孩子第一年的发育速度最快，身高会比出生时增长 50%，体重会达到出生时的两倍。而第二年与第一年末相比，身高约增长 10 厘米，体重会增加 3 ~ 3.5 公斤。出生后一年中脑的重量增长最快，到 3 岁时会增至 1000 克。

2. 婴儿期心理发展特征

0 ~ 3 岁婴儿的心理发展包含许多方面，其中感知能力、记忆能力、思维能力、想象能力、交往能力、注意特性、情绪和情感特点、意志特征、气质特点、自我意识水平等都是重要的发展方面。而与上述诸多方面密切相关的语言发展状况、动作和行为发展状况对儿童心理的发展有重要作用。

研究发现：新生儿出生后 24 ~ 96 小时就能察觉到移动的光，出生后 15 天就具有辨别颜色的能力，而 3 ~ 4 个月后他们辨别颜色的能力基本上趋近成熟水平。出生后几个小时的新生儿就表现出对声音的粗略定位能力，到 4 个月时声音定位已较为准确。新生儿能以面部表情和身体活动等方式对甜、酸、苦、咸 4 种基本味道作出反应。他们出生一周后能够辨别不同的气味，且表现出对母亲体味的偏爱。3 个月的婴儿已有分辨简单形状的能力，6 个月时已具有深度知觉（即对视觉悬崖装置的知觉）。

3 个月的婴儿出现条件反射的定向反射；5 个月时出现不随意注意；1 岁出现随意注意的萌芽；3 岁以前开始出现有意注意。条件反射的出现是记忆发生的标志；7 个月的认生是再认的表现；1 岁左右的视觉记忆表象是回忆的表现；1 ~ 3 岁陆续出现情境记忆、词语理解记忆与图形符号记忆，思