

LOVELY BABY

可爱宝贝

凌立 主编



北京出版社

LOVELY

BABY

可爱宝贝

主 编 凌 立

副主编 张 静 龚 政

撰 稿 韩银平

统 稿 马 岳

LOVELY BABY

北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

可爱宝贝/凌立主编. —北京:北京出版社, 2003
(亲亲宝贝)

ISBN 7-200-05140-3

I. 可... II. 凌... III. 学前儿童-儿童心理学
IV. B844.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 118399 号

可爱宝贝

KEAI BAOBEI

凌立 主编

*

北 京 出 版 社 出 版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码:100011

网 址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

北京市朝阳燕华印刷厂印刷

*

889×1194 32 开本 6 印张 60 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

印数 1—20 000

ISBN 7-200-05140-3

G·1764 定价:20.00 元

前言

儿童是人类的未来，是父母的希望，他们的一举一动、一颦一笑都牵动着父母的心。自从呱呱坠地，儿童就有着自己鲜明的性格和气质特征，父母不仅要在生活上照顾他们，更要在情感、性格上尊重他们，从而使他们成为对社会有用的人才。

为了您的孩子能身心健康、快乐地成长，拥有一个多姿多彩的童年，北京大陆桥文化发展有限责任公司以自己的精品电视栏目《传奇》中的《你好，宝贝》、《与婴儿对话》和《童年的秘密》等生活育婴类系列片为素材，与北京出版社联手，为年轻父母及准父母倾情打造了这套集知识性、趣味性、实用性为一身的《亲亲宝贝》丛书。

该丛书分为《健康宝贝》、《聪明宝贝》和《可爱宝贝》三册，以真实的家庭生活为背景，在一个个充满童趣的宝贝成长故事中，为您诠释0~6岁婴幼儿喂养保健、智力开发和素质培养等人生关键问题；带您走进童真世界，了解宝贝的生命需求，并获得丰富的育婴知识，从而培养出一个健康、聪明、可爱的亲亲宝贝。愿宝贝的成长故事为您留下甜蜜温馨的回忆。

编者

2004年1月

CONTENTS



上篇 塑造宝贝的健康性格

第一章 艺术的教育

第一节 培养艺术兴趣	3
第二节 享受美妙旋律	7
第三节 绘出多彩人生	12
第四节 舞出美的境界	18

第二章 自信的魅力

第一节 鼓励的艺术	24
第二节 表扬的禁忌	29
第三节 批评的技巧	33
第四节 克服自卑感	37

第三章 告别恐惧感

第一节 认识恐惧	45
第二节 克服恐惧	51
第三节 战胜软弱	56

第四章 从此不孤独

第一节 婴幼儿的自我意识	65
第二节 孤独是成长的阴影	72
第三节 融入集体中最快乐	80

第五章 独立与合作

第一节 练就独立的双手	89
第二节 成就独立的思维	93
第三节 获得合作的力量	97



下篇 培养宝贝的道德情操

第一章 培养好习惯

第一节 以身作则培养生活习惯	107
第二节 持之以恒培养学习习惯	114
第三节 循序渐进纠正不良习惯	118

第二章 正视坏毛病

第一节 小小嫉妒心	121
第二节 谎言的秘密	124
第三节 孩子的脏话	128
第四节 这是偷窃吗	131

第三章 美德教育的开始

第一节 礼貌是通用的语言	135
第二节 热爱劳动是幸福的源泉	143
第三节 学习自控	148

第四章 怎样去沟通

第一节 尊重是沟通的前提	153
第二节 理解是沟通的基础	159
第三节 信任是沟通的桥梁	164

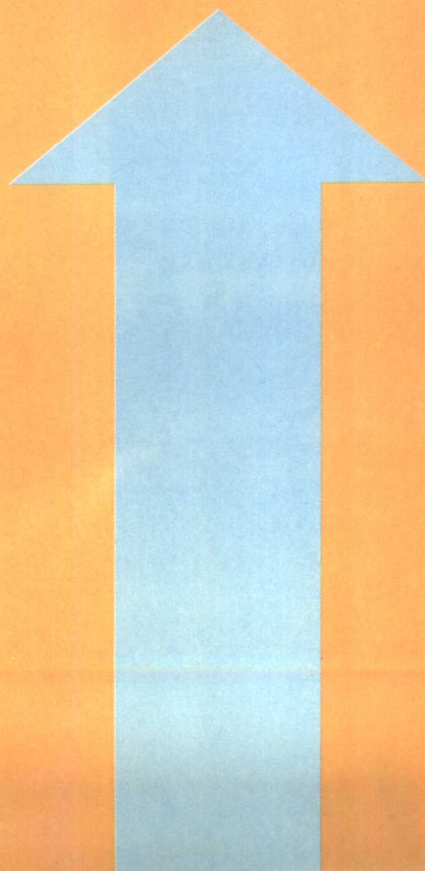
第五章 让世界充满爱

第一节 宝贵的责任感	169
第二节 珍贵的同情心	173
第三节 让孩子心中有爱	180

上篇

塑造宝贝的

健康性格



LOVELY BABY



第一章

艺术的教育

新的科学研究已经表明，早期的艺术教育能促进婴幼儿的大脑发育并提高他们的学习能力。人类脑细胞的数量在出生后不会继续增加，脑部发育是指在脑细胞之间建立必要的联系，而细胞间的联系恰恰是随着人生经验的增長而不断建立的。婴幼儿的大脑更容易建立神经联系，如果经常做音乐、绘画、舞蹈等能力练习，就能够改进他们脑上部的“硬线路”——而这个部位正与创造力和认知能力有关。婴幼儿演奏音乐、涂写绘画和练习舞蹈不仅对提高思维能力有好处，而且有利于情感技能的培养，帮助他们处理精神世界中某些以其他方法无法处理的问题。所以，美术、音乐、舞蹈等一切艺术的教育不仅仅是儿童的娱乐活动，更重要的是这些能够促进他们的大脑发育，净化他们的心灵，使他们变得更聪明、更富朝气。

第一节 培养艺术兴趣

“星期二我上艺术课，我喜欢这门课；星期三，我做蹦床运动，我刚得了块铜牌，太高兴了；星期四自由活动，通常我什么也不做；星期五，我去学游泳；星期六，我要学习演戏、弹钢琴之类的事。”图中穿粉红T恤的小姑娘看起来快乐而自信，这就是艺术带给人们的美好感受。

Y

B

A

B

Y

L

V

O

L



“星期六，我要学习演戏、弹钢琴之类的事。”

这位小姑娘接受了充分的艺术教育，而艺术教育是艺术情感和审美教育的基本内容。不管孩子将来是否成为艺术家，也不管孩子是否具有艺术天分，培养他们的艺术才能是父母的天职。艺术培养不仅丰富了孩子的童年生活，促进了孩子的智能发展，更重要的是让孩子从小就得到美的熏陶，这对他们的一生都将产生积极的影响。

婴儿出生后，大脑不断发育，0~10岁是大脑发育最旺盛的关键阶段，语言能力和艺术潜力都是在这段时间里发展的。婴儿和成人一样，大约有4~5亿个脑神经细胞，但科学家发现，如果不给大脑提供利用这些神经细胞并在它们之间建立通道的机会，那些没能建立回路的神经细胞长大之后也不会再被利用。因此，父母抓住有利时机，及早对宝宝进行音乐、绘画、舞蹈等启蒙教育，提供更多的有益刺激，让宝宝有充分的机会用自己的头脑探索这个世界。

父母们要随时随地地观察自己的宝宝，了解他的兴趣和特长，引导他自发地爱上艺术。艺术的教育不能急于求成，兴趣是打开成功之门的金钥匙，也是快乐的源泉，培养孩子的艺术兴趣远比把孩子培养成一个艺术家重要。而违反孩子认知规律的不科学的训练反而可能使孩子反感、逃避，甚至产生厌恶情绪，永远失去某种能力的发展可能。

当然，父母们也要注意孩子的年龄特征和能力发展情况，不要让孩子过于紧张。下面这个孩子的话中已经流露出无奈：“我要学弹钢琴，跳芭蕾，还要学骑马。我忙得够呛，只有星期一这天无事可做。”《成年期》的作者、家庭治疗师毕德夫认为，不管父母们的初衷如何美好，过多功利性的艺术培训剥夺了孩子们的童年，就像日本模式，人的一生都在为求职做准备。他说：“孩子们需要有做梦的机

会，有消磨时间和四处游玩的机会。实际上，这是人的性格发展的重要部分，是内心充满想像和梦幻的重要阶段。我们的咨询门诊部里反映的情况足以说



《成年期》的作者、家庭治疗师毕德夫。

明这一点：比如男孩的 ADD (Attention Deficit Disorder, 注意力缺乏和混乱失调) 病, 女孩的体重紊乱问题等, 这些都是由于他们生活在很不适合他们这个年龄的环境中, 感受到巨大压力的结果。”

另外, 孩子的艺术细胞只有在充满艺术情趣的环境中才能培养出来。父母是孩子的第一环境, 是孩子产生艺术情趣的关键所在; 家庭是孩子的第二环境, 为孩子的成长和发展提供了最初的意识环



美好的自然环境给孩子的心灵提供了广阔的艺术想像空间。

境, 大自然是孩子的第三环境, 美好的自然环境给孩子的心灵提供了广阔的艺术想像空间。爸爸妈妈们, 从婴儿出生起就把温柔的话语、动听的歌声、美妙的音乐送给他吧, 这是多么及时、多么宝贵的心灵刺激; 把缤纷的小床、和谐的居室、美丽的色彩送给他吧, 这是多么可爱、多么温馨的视觉刺激; 把高山流水、日出日落、草长莺飞送给他吧, 这是多么鲜活、多么生动的美的记忆……

第二节 享受美妙旋律

音乐教室内，孩子们神情专注地拉着小提琴，《字母歌》的旋律从琴弦间缓缓流出。他们的演奏不够娴熟，也不很整齐，但琴声悠扬动听。“停”，这时指导教师告诉孩子们：“这个部分声音要高一点，要柔和一点。声音再拉高一些，要柔和。”孩子们重新认真地开始训练。

就像这些练琴的孩子一样，所有的儿童在很小的时候就能感受到音乐的魅力，而音乐对孩子的心智发展也能起到非常良好的作用。美国加利福尼亚大学物理学家格登·肖博士和心理学家弗朗西斯·劳舍尔博士1990年开始用莫扎特的音乐做实验。他们在研究中发



女孩神情专注地拉着小提琴。

现,大学生在听10分钟莫扎特D大调钢琴奏鸣曲后再接受空间——实践能力测试,比他们听10分钟空白磁带或消遣性磁带后的测试成绩高出8~9分,这就是著名的“莫扎特效应”。这个发现使研究人员产生了一个想法:或许音乐具有促进神经细胞传递信息的功能。于是,劳舍尔博士和肖博士开始以城市贫民区的学龄前儿童为实验对象,研究音乐教育影响他们大脑发育的可能性。两位博士把受试儿童分成4组:第一组上键盘音乐课,第二组上计算机课,第三组上声乐课,第四组除了常规课程外不上其他课。半年后,上键盘音乐课的学生在空间——时间能力测试中的成绩比其他各组学生高出34%。

孩子是天生的音乐家,在个体可能具有的所有天赋中,音乐天赋出现得最早。幼儿期是进行音乐启蒙的最佳时期,每一



孩子们在认真练琴。

LOVELY BABY

亲亲宝贝

可爱宝贝

个发育正常的宝宝都具备接受音乐启蒙教育的先天条件和素质。音乐能力的培养包括听、唱、读、写、弹奏与创作6部分内容，其中每项内容的启蒙时间都与生理机能的生长有关，比如说：

听力：胎教的主要作用就是培养胎儿的听力。研究表明，怀孕5个月后，妈妈就可以对胎儿进行音乐的熏陶了。在子宫里，婴儿能听到母亲的心跳，并对声音作出反应。不同风格的音乐，都可以刺激胎儿的听觉器

官，促进他的大

脑发育，同时

还会令妈妈

心旷神

怡，并

自然地

将这些美

好的感觉

传递给胎

儿，使胎儿

受到感染。胎

儿此时虽然还

不懂音乐的内容，但优美的旋律会使他朦朦胧胧地感知到世界的美好与和谐，把“爱”深深刻在脑海里。

歌唱能力：歌唱能力是伴随着语言能力的发展而发展的。不满3岁的宝宝对歌词的理解有限，音准较差，音域也窄，而且普遍存在发音错误，只能唱出简短的歌词；3岁后的宝宝音域有所拓宽，对



宝宝自己打开音响。

Y

B

A

B

Y

L

V

O

L

歌词的含义有了一定的理解，可以开始系统地学习唱歌了；而4~6岁的孩子对旋律和歌词的记忆能力已突飞猛进，音准技能也有所提高，演唱水平能够令父母刮目相看，为家庭生活带来更多的欢乐



利亚在唱《字母歌》。

元素。

读谱能力：4~5岁的宝宝已经能够独立阅读，可以开始培养阅读和书写乐谱的相关训练了。当然，学习乐谱难免让孩子觉得枯燥，但爸爸妈妈可以设计一些有趣的游戏帮助孩子理解和接受。

弹奏：几个月大的婴儿就能随意地摇动发声玩具，从玩具发出的声音中得到乐趣。但乐器的弹奏能力与手指肌肉的发育程度有关，因此过早开始未必就好，可能影响到肌肉的均衡发育。一般4~6岁的宝宝可以开始接触打击类乐器，5岁半以后开始练琴比较合适，而且耐性也会好一些。有条件的话，父母可以给孩子伴奏，提高他的练习兴趣。

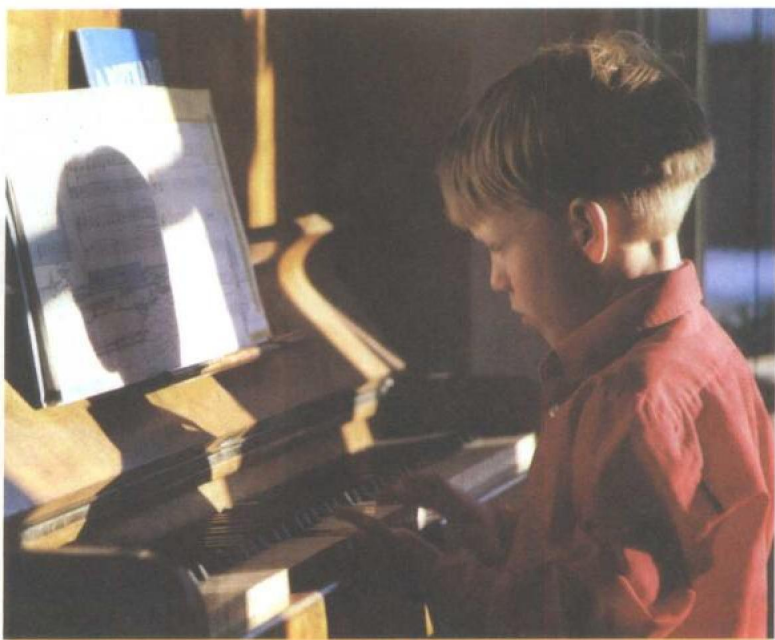
通过以上这些过程的学习，孩子自然能循序渐进地跨入音乐的门槛。当然，不管是为了培养音乐家还是培养音乐气质，

LOVELY BABY

亲亲宝贝

可爱宝贝

父母让孩子学音乐的时候都要充分考虑孩子的兴趣方向和家庭经济能力。让每个孩子都接受正规的音乐教育或是学会演奏一种乐器显然不太现实，但是，这并不代表他们就无缘享受音乐的熏陶。孩子最需要的，恰恰是发自内心的感受。他有耳朵，可以倾听美妙的音乐；他有嗓子，可以唱出动听的旋律；他还有爱他的爸爸妈妈，可以陪他在音乐中游戏，让他在温柔的催眠曲中入睡，音乐完全可以成为他美好生活中不可或缺的组成部分。



5岁半以后的宝宝练琴比较有耐性。

Y

B

A

B

Y

L

V

L