

Parenting
with
Love and
Wisdom



快速成长中的运动小达人
孩子交往中的大学问
再见，幼儿园 你好，小学
父母是养育孩子的第一责任人
“为了诗和远方”的兴趣培养
5—6岁孩子阅读力的养成

这样爱你 刚刚好， 我的5—6岁 孩子

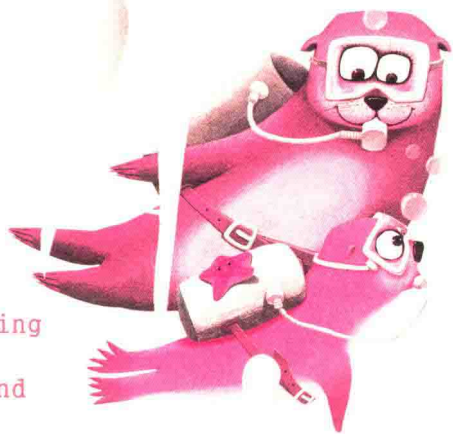
朱永新 孙云晓 李燕 | 主编

中国教育学会家庭教育专业委员会、新教育研究院
学术支持

新父母教材

中国青少年研究中心
上海师范大学
新家庭教育研究院
组织编写





Parenting
with
Love and
Wisdom

这样爱你 刚刚好， 我的5—6岁孩子

朱永新 孙云晓 李燕 主编
蓝玫 副主编 申海燕 陆夏妍 本册作者

著作权所有，请勿擅用本书制作各类出版物，违者必究。

图书在版编目（CIP）数据

这样爱你刚刚好，我的5—6岁孩子 / 朱永新，孙云晓，李燕主编. —长沙：湖南教育出版社，2017.11
ISBN 978-7-5539-5731-9

I. ①这… II. ①朱… ②孙… ③李… III. ①学前
儿童—家庭教育 IV. ①G781

中国版本图书馆CIP数据核字（2017）第214019号

ZHEYANG AI NI GANGGANGHAO,
WO DE 5—6 SUI HAIZI

书 名 这样爱你刚刚好，我的5—6岁孩子
出 版 人 黄步高
责任编辑 舒佩霞 张志红
封面设计 天行健设计
责任校对 鲍艳玲 任 娟
出 版 湖南教育出版社（长沙市韶山北路443号）
网 址 <http://www.hnep.com>
电子邮箱 hnjycbs@sina.com
微信服务号 极客爸妈
客 服 电话 0731-85486979
发 行 湖南省新华书店
印 刷 深圳当纳利印刷有限公司
开 本 787×1092 16开
印 张 12.25
字 数 100 000
版 次 2017年11月第1版 2017年11月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5539-5731-9
定 价 48.00元

如有质量问题，影响阅读，请与湖南教育出版社联系调换。

联系电话：0731-85486979

编 委 会

编委会主任：朱永新

编委会副主任：孙云晓 黄步高 童喜喜

编委会成员：孙宏艳 刘秀英 李 燕

蓝 玫 洪 明 杨咏梅

田儒钦 李 军 李绍龙

把幸福还给家庭（代序）

父母的教育素养，直接影响甚至决定着孩子的发展。

在教育中，家庭是成长之源。一个人的一生有四个重要的生命场：母亲的子宫、家庭、学校和职场。其他三个场所随着时间改变，家庭却始终占据一半的分量，是最重要的场所。孩子的成长，最初是从家庭生活中得到物质和精神的滋养。人生从家庭出发，最后还是回到家庭。

在家庭教育中，父母的成长是孩子成长的前提。家庭教育不只是简单的教育孩子，更是父母的自我教育。没有父母的成长，永远不可能有孩子的成长。与孩子一起成长，才是家庭教育最美丽的风景，才是父母最美好的人生姿态！抚养孩子并不仅仅是父母的任务，也是父母精神生命的第二次发育。对孩子的抚育过程，是父母自身成长历程的一种折射。如果父母能够用心梳理孩子的教育问题，就能回顾和化解自己成长中出现的问题，就能实现精神生命的第二次发育，再次生长。

过一种幸福完整的教育生活，是家庭教育的根本朝向。“幸福”不仅仅是教育的目标，更是人类的终极目标。幸福教育是幸福人生的基础。新教育实验的理想，就是让人们快乐、自主地学习，真正地享受学习生活，发现自己的天赋与潜能，在和伟大事物遭遇的过程中发现自我、成就自我。教育本来就是增进幸福的重要途径。挑战未知，合作学习，应该是非常幸福的。所以，家庭应

该和学校、社区一道，努力创造让孩子幸福成长、快乐学习的环境。把童年还给孩子，把幸福还给家庭，是我们这套教材的核心理念。

“完整”的内涵比较丰富，但最重要的精神就是让孩子成为他自己。现在教育很大的问题，就是用统一的大纲、统一的考试、统一的评价，把本来具有无限发展可能的人变成了单向度的人。我们的教育是补短，就算把所有的短补齐了，也只是把所有的孩子变成一样了，而不是扬每个孩子所长。其实，真正的教育应该扬长避短。人什么时候最幸福？发现自己才华，找到自己值得为之付出一生努力的方向，能够痴迷一件事情，实现自己的梦想，一个人在这时才是最幸福和快乐的。这就是新教育所说的完整幸福。

如今，教育是父母最关注的问题，但家庭教育却在父母的焦虑中常常脱离了正确的轨道。为了“幸福完整”这一目标，我们的父母应该建设一个汇聚美好事物的家庭，自身也应该成为美好的人，从而帮助孩子成为更好的自己。

理念比方法更重要，但并不意味着方法没有价值，相反，只有好的方法才能让好的理念真正落地。因此，我们邀请了知名教育研究机构的相关专家，精心编写了这套新父母系列教材。这是国内第一套从孕期开始直到孩子成为大学生的父母系列读本，希望能够为不同年龄、不同阶段孩子的父母提供蕴藏正确理念的有效家庭教育方法。

父母对孩子的爱，再多也不嫌多。父母如何爱孩子？随着时代的变迁，方法也在不断改变。如何才能更好地爱？我们以“智慧爱”的理念，探索着充满智慧的、恰到好处的爱的方法，对此还在不断研究之中，这套书也会不断修订。希望广大父母读者及时提出意见与建议，让我们一起完善这套书，让我们对自己、对孩子、对世界，都能爱得刚刚好。

朱永新

2017年6月16日写于北京滴石斋

目录

第一章 精力充沛，开始走向独立 / 1

1. 5—6岁孩子身心发展特点 / 2
2. 孩子将面临的挑战 / 5
3. 父母该做的调整 / 10

第二章 快速成长中的运动小达人 / 13

1. “小豆芽” vs “小胖墩” / 14
2. 掉牙预示着成长 / 22
3. 动作发展与日俱进 / 26

第三章 读懂5—6岁孩子的认知发展 / 31

1. 孩子的最强大脑 / 32
2. 游戏中的思维发展 / 36
3. 语言发展大揭秘 / 40

第四章 5—6岁孩子的小情绪 / 47

1. 认识孩子的情绪 / 48

2. 教孩子学会表达和调节情绪 / 54

第五章 孩子交往中的大学问 / 63

1. 孩子的个性和社会性发展的具体体现 / 64

2. 共建良性的同伴关系 / 69

3. 良好的亲子关系益处多 / 74

第六章 父母是养育孩子的第一责任人 / 79

1. 隔代教养是把“双刃剑” / 80

2. 父母才是最好的老师 / 84

3. 不做“影子爸爸” / 89

4. 拒绝“咆哮妈妈” / 93

第七章 “为了诗和远方”的兴趣培养 / 97

1. 关于兴趣班的几点认识 / 98

2. 父母为孩子的兴趣助力加油 / 105

3. 兴趣直通车 / 110

第八章 再见，幼儿园 你好，小学 / 115

1. 幼小衔接，父母该了解的事 / 116

2. 幼小衔接的正确打开方式 / 120

3. 跳出幼小衔接误区 / 127

第九章 5—6岁孩子阅读力的养成 / 131

1. 5—6岁孩子阅读的关键特征 / 132
2. 避免误区，快乐阅读 / 136
3. 亲子阅读力量大 / 138
4. 为亲子阅读所做的事 / 141
5. 跟孩子一起玩“阅读” / 147
6. 给父母和孩子的阅读推荐 / 151

第十章 你问我答 / 159

1. 我的孩子做事总是很磨蹭怎么办？ / 160
2. 在教育孩子时，父母的观点不一致怎么办？ / 161
3. 孩子为了逃避训斥而说谎怎么办？ / 162
4. 越吼孩子为什么表现得越差劲呢？ / 163
5. 要不要陪孩子一起上课？ / 165
6. 如何做到既和小朋友愉快相处，又有好的学习习惯？ / 167
7. 如何和孩子一起学习？ / 168
8. 怎样“放手”才有价值？ / 170
9. 家有二宝，大宝有反常举动怎么办？ / 172
10. 如何告诉孩子离婚的事实？ / 173
11. “转学后，新老师会喜欢我吗？” / 175
12. 孩子不遵守规则，该怎么引导？ / 177
13. 当感恩教育遇到祖辈溺爱该怎么办？ / 179

主要参考文献 / 181

后记 / 182



1

第一章

精力充沛，开始走向独立

1. 5—6岁孩子身心发展特点

5—6岁孩子身体素质日益增强，大小肌肉的动作更为灵活，对事物的控制能力明显提高，并逐渐获得了自尊、自信的心理品质，初步形成了独立和合作的意识。语言表达和阅读能力急剧发展，并乐于用多种方式来表达、表现自我，创造欲旺盛。

动作更为灵活

5—6岁孩子的走路速度已基本接近成人，平衡、跳跃、攀爬、奔跑等大肌肉运动能力也明显增强了，还可以做一些比较复杂的技巧性运动，如骑小自行车、玩滑板车、滑旱冰等。同时孩子对小肌肉的控制能力更为稳定，能自如地控制手腕进行拍球、跳绳等运动，并能熟练地使用剪刀进行各种剪裁，用橡皮泥等材料捏出各种造型等，还能正确地使用画笔、铅笔进行简单的美工活动。孩子们能自如地运用越来越灵巧的双手做自己想做的事情。

语言表达和阅读能力快速发展

5—6岁孩子词汇量迅速增加，他们能条理清楚地讲述所看到、听到的事情和故事。语言表达能力明显提高，能较好地用语言与同伴、成人进行沟通交流，能自信地表达个人的观点和主张，同时他们的讲话中会有很多成语和精彩的词句等。这个年龄段的孩子不但对图书的阅读兴趣浓厚，能较长时间专心地看书，对内容的理解能力较强，而且开始对文字产生兴趣。当他们在书中或广告招牌中看到自己认识的汉字时会非常兴奋，还常常缠着父母教他们认字，识字的积极性很高，记忆力也很强。他们还常常在自己的绘画作品中歪歪扭扭地写上名字。到了大班下学期，孩子们会聚在一起边看图书边连猜带蒙地念书中的文字，阅读成了他们很大的乐趣。

自我意识增强，进入人生的第二个叛逆期

5岁以后，孩子的个性特点有了比较明显的表现，其中最突出的是自我意识的发展。这一时期，孩子自我意识的发展主要体现在自我评价的能力上，他们不再轻信成人的评价，当成人的评价和孩子自己的评价不一致时，他们会提出申辩，也就是我们常说的“小孩越大，主意越大”。随着自我意识的增强，孩子世界的中心不再是妈妈，而是他自己。他希望事事按照自己的意愿，因此，对父母常常反抗：“我不要那样！我就要这样！”开始进入暴风骤雨的人生第

二叛逆期。不过这个时期孩子的情绪控制能力会越来越强，随意发脾气现象会大大减少，会照顾比自己小的孩子，但同时也开始有自己的小秘密。他不再愿意轻易地把想法告诉成人了，大人经常会问不出他想干什么。他们的兴趣爱好也比较稳定了，有了一定的好友圈子，经常会和好朋友在一起玩，放学后和周末还会与好朋友结伴游戏。

强烈的求知欲和创造欲

5—6岁孩子对周围世界有着积极的求知探索态度，他们不但爱问“是什么”，还想知道“为什么”“怎么做的”。孩子们还常常会提出这样的问题：“鱼会放屁吗？”“为什么大象的鼻子那么长？”有的孩子喜欢把玩具拆开探索其中的奥秘，开始对自然现象和机械运动的原理等产生兴趣，渴望得到科学的答案。

随着小肌肉运动技能的发展，儿童的双手变得更灵巧，操作物体的能力大大加强，他们越来越喜欢那些能满足想象和创造欲望的多变性玩具，他们能长时间专注地探索物体的多种操作可能。例如他们会几个人合作搭建熟悉的建筑物，在体育活动中也会想出别出心裁的玩法。同时他们在歌舞、乐器、绘画、建构等方面的表现能力大大增强，而且还非常热衷于戏剧表演，如在童话剧表演中乐意创编与人物角色相符的对话和动作。

2. 孩子将面临的挑战

5—6岁孩子正经历从幼儿园到小学的过渡期，也是从游戏阶段向学习阶段转折的关键时期，那这个阶段的孩子将面临哪些专属于这个阶段的挑战呢？

表现自己，渴望得到肯定与表扬

5—6岁孩子已经发展了较强的自尊心，就是自己尊重自己、爱护自己并期望受到他人、集体、社会的尊重与爱护的心理。进入学前时期的儿童，具有半幼稚、半成熟、半依赖、半独立的特点，内心世界也开始丰富起来，并有了“我是大人”的感觉。所以，他们不但急切地要求了解自己，并懂得通过了解别人的评价来认识自己（镜像过程），尤其是希望父母及老师能理解、尊重自己。处于学前时期的儿童，开始关注自己的外貌形象，希望获得他人的好评。这个时期的孩子克服了初入园时由于陌生环境和陌生人而产生的害羞与拘束感，变得渴望表现自己。他们总是期望有机会去表现自我，并希望通过这种途径得到自我的心理满足与他人的肯定和赞美。

热爱劳动，却常常受到限制

5—6岁孩子的动作发展较为灵活，大小肌肉能力发展较好，平衡、跳跃、攀爬等能力明显增强，能运用比较复杂的运动技巧进行活动，还能伴随音乐进行律动与舞蹈。手指小肌肉快速发展，能自如地控制手腕，运用手指活动。与日益强大的运动能力发展相对应的是，孩子越来越渴望很多事情能独立完成。他们喜欢参与成人的劳动，在家里愿意帮助父母做一些如扫地、擦桌子、叠衣服等简单的家务，能整理自己的房间和个人用品，在幼儿园里能做一些力所能及的事，如照顾植物和小动物、值日等。在幼儿园各种活动中乐意独立完成自己的作品。由于成人心疼孩子和对孩子能力的不信任，孩子的行为常常被限制，久而久之，孩子劳动的积极性被大大打消，大小肌肉运动能力进一步发展的空间也缩小了。

寻求独立性与合作性的平衡

融入集体生活后，5—6岁孩子在相互交往中，开始有了合作意识。他们会发展和选择自己喜欢的玩伴，能与三五个小朋友一起开展合作性游戏。他们逐渐明白游戏中公平的原则，以及在集体中需要服从约定，也能向其他伙伴介绍、解释游戏规则。比如在棋类游戏中会寻找对手，制定游戏规则；在表演游戏中能根据个人意愿自主分配角色，选择表演曲目，设计台词和动作。在这些游戏或表

演中他们发展了较高的合作水平。与此同时，也存在两种情况：一种情况是部分孩子喜欢独自游戏，不喜欢或不知道怎么与他人合作，表现在需要多人参与合作的游戏时，这些孩子会单独游戏，并与其他孩子无互动或极少互动；另一种情况是部分孩子依赖性太强，任何游戏都希望跟随某一个或某几个孩子，活动中比较被动，当需要独自完成游戏任务时显得手足无措。发展该年龄段孩子的独立性与合作性的平衡能力，是父母需要重视的。

强烈的求知欲和创造欲，没有得到及时的满足

5—6岁孩子对周围世界有着积极的求知和探索欲，他们不但爱问“是什么”，还想知道“怎么来的”“怎么做的”。他们还常常会提出这样的问题：“为什么月亮会跟着我走？”“鱼儿为什么能在水里游？”“电视机里的人怎么会走路、说话？”5—6岁孩子还对创编儿歌感兴趣，他们会为自己的画和手工作品配上儿歌。在体育活动中，他们也常常会想出独特的玩法。面对求知欲强烈的孩子，虽然大部分父母能耐心地给出自己的答案，但由于自身知识面的局限和时间、精力的限制，父母不一定能充分满足孩子这方面的需求。而面对孩子的创造欲，大部分父母未能窥探到孩子颇具“破坏性”的作品背后的创造性。因此，孩子在这方面的探索并没有得到父母积极的鼓励。