

不想让孩子输在起跑线上吧

那么，请重温这些陌生的教子常识

章佳佳◎著



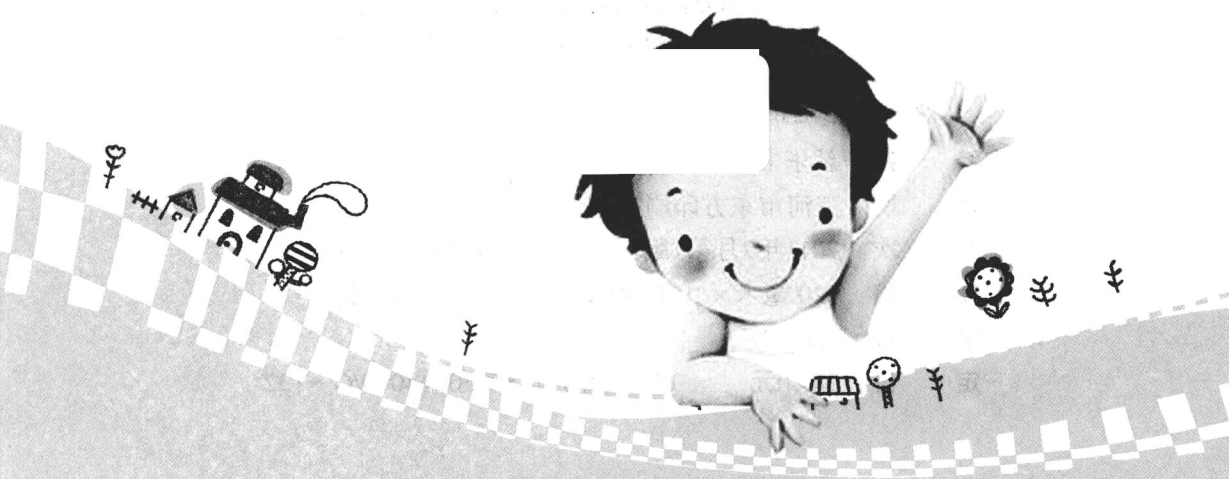
父母一定要教 学前孩子做的 11件事





父母一定要教 学前孩子做的 11件事

章佳佳◎著



中国言实出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

父母一定要教孩子做的11件事 / 章佳佳著.

—北京: 中国言实出版社, 2011. 2

ISBN 978-7-80250-140-9

I. ①父…

II. ①章…

III. ①家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第219680号

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编: 100101

电 话: 64924716 (发行部) 64963101 (邮 购)

64924880 (总编室) 64963107 (一编部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 三河市东方印刷有限公司

版 次 2011年2月第1版 2011年2月第1次印刷

规 格 720毫米×1000毫米 1/16 16印张

字 数 250千字

定 价 28.80元 ISBN 978-7-80250-140-9/G · 132

学前阶段，准确地说3~6岁，是孩子成长的“重要战略机遇期”，许多决定孩子一生的基础和潜质，都是在这个时期奠定的。所以，我为家长们奉上这本书。

这本书是写给什么人读的

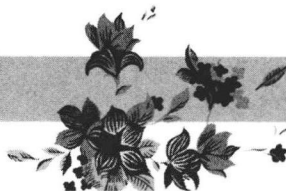
这本书有很明确的读者对象——学前孩子的家长。翻看这本书，对孩子稍大一点儿的家长也不无益处，但是，如果孩子已经进入青春发育期甚至都长得和你差不多高了，我建议就不必读了，“昔日”无法“重来”。即便如此，我还是希望你翻阅一下，如果值得，可以向你的朋友推荐。

这本书里都写了什么

这本书写了11件事，我认为它们都是父母一定要教孩子做的。注意哦，它们必须以实践为载体，要父母教孩子做、父母与孩子一起做并且长期做。教子方法很难说什么是最好的，但我确信，好的教子方法一定是亲子的、行为的和互动的。

这11件事包括：

- ◎走进大自然
- ◎在游戏中学习
- ◎发现人文世界的魅力
- ◎健康也要从娃娃抓起
- ◎教会孩子说“我能行”
- ◎生活技能多几招
- ◎美德靠“教”更靠“养”



父母一定要教学前孩子

002|做的11件事

◎帮助孩子过好集体生活关

◎做个社交高手

◎我的心理我作主

◎安全防范 一生平安

此外，这本书还有对家长的特别提示：“这样说，孩子才肯听”，意在给家长一些与孩子成功沟通的建议。

这本书的意图

这11件事，构成了一个教子的体系：走进大自然、在游戏中学习、培养人文素质和健康的生活习惯，是任何孩子健康成长(不仅指生理意义)的四大基石，少任何一块都会带来难以弥补的缺陷；说“我能行”(追求卓越)和生活技能，是成长性的，是孩子在面对人生和社会时不可或缺的品质和手段；道德建构、融入集体、社会交往和自我心理调节，是孩子走向成功人生的第一步；而安全防范，可以为孩子的成长保驾护航。

我力求把文字写得短些，再短些。这本书的阅读单元都很短，是“千字文”；结构就更简单了，只有两部分，先把事说清楚，再讲些操作方法和注意事项。我想达到这样的效果：读者花几分钟阅读，就会有几分收获。

必须坦率地说，这本书没有太多独创的观点和方法。很多道理是亘古不变的，我们不必故作惊人之语；变的是时代和我们当下的境遇。所以，这本书要做的，就是立足于时代和当下的境遇，重温那些总结了几千年，也为时间检验了几千年的教子常识，也许，真正有价值的教子方法就在其中了。

最后，请允许我向为本书成书做过许多重要工作的人员致谢。他们是：蒋海伦，杨建忠，蒋敏，杨政，王春红，冯杏芬，常建忠，陆孝红，蒋建新，常明，唐敏佳，赵静，殷皎，朱晓婷，赵霞，刘敏，鲍田军，王雷。

章佳佳

2010年10月

第1件事 走进大自然

父母和孩子一起走进大自然，对于形成孩子以下的品质和能力，具有无可替代的重要作用：好奇、勇敢、坚忍、敏锐、细致、爱心、创意

和孩子一起欣赏闪电 010

天空为什么是蓝的 012

鼓励孩子登上山顶 016

在雾中捉迷藏 018

和孩子一起追踪蜗牛的生活轨迹 021

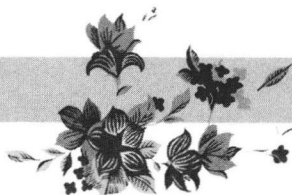
协助孩子为小鸟做餐桌 024

第2件事 在游戏中学习

不想让孩子输在起跑线上吧？那么，教会孩子在游戏中学习吧，这远比带着孩子参加各种学习班重要得多

和孩子做一做“连体人” 028

“百变小樱”的魔幻房间 030



父母一定要教学前孩子

004 | 做的11件事

- 奇妙的录音机 033
- 排一排小木棍 036
- 乒乓球干扰游戏 038
- 和孩子一起“找回忆” 041
- 听故事，想答案 044

第3件事 发现人文世界的魅力

人文素养好比人生的多元营养素，不是发挥一时的作用，但却关乎人生

- 图书馆里的家庭日 048
- 博物馆里的旅行 050
- 破译“凡·高密码” 052
- 每个月陪孩子看一场电影 056
- 记录下孩子的奇思妙想 058

第4件事 健康也要从娃娃抓起

没有一种生活方式是完全健康的。我要给父母的忠告是，培养孩子健康的生活习惯要趁早，改掉孩子不健康的生活习惯更要趁早

- 青菜和肉的争吵 062
- 肯德基的“诱惑” 065
- 让孩子爱上白开水 068
- 鼓励孩子用筷子吃饭 071
- 和孩子一起睡个午觉 074

口腔卫生刷出来 078

让孩子自己“爬马桶” 082

第5件事 教会孩子说“我能行”

大声地说“我能行”，语言可以改变我们自己，也可以改变整个世界

“肯定”孩子是个绘画天才 086

经常对孩子重复他自己定下的目标 089

告诉孩子，下一次他可以做得更好 092

从孩子的兴趣入手 095

和孩子一起数硬币 098

用老花镜制作简易望远镜 101

找个地方把孩子“丢下” 104

辅导孩子要讲“度” 106

第6件事 生活技能多几招

别让教子观念的盲区给孩子的生活带来遗憾。在小的时候多教给他几种生活技能，是父母送给孩子最好的人生礼物

教孩子做一道最简单的菜 110

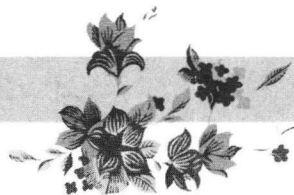
独立用餐的习惯要从小培养 113

让孩子自己倒水喝 116

穿衣、穿鞋一点都不麻烦 118

用孩子废弃的靴子做花盆 121

寻找机会和孩子分房睡 124



别再让孩子丢三落四 127

第7件事 美德靠“教”更靠“养”

希望孩子有良好的品德，当然要靠教育，但这还不够，更要靠日积月累的养成，简单地说就是美德靠“教”更靠“养”

让孩子懂得“垃圾入箱” 132

把排队的任务交给孩子 134

教孩子分清“拿”和“偷” 136

原谅孩子犯的错 138

给孩子只买一双鞋 141

让孩子养成尊敬长辈的好习惯 143

要求孩子每天写一封感谢信 146

献血不可怕 148

这个假期让孩子在农村过 151

第8件事 帮孩子过好集体生活关

父母要帮孩子过好由“小王子”、“小公主”到集体中一份子这个关。千万不要以为孩子可以自然而然渡过这一关，也不要用自己儿时的经验想当然

教孩子主动向陌生人介绍自己 156

叫孩子一起搬桌子 159

让孩子给小伙伴分一分果珍水 162

支持孩子把最心爱的玩具拿出来“共享” 165

鼓励孩子与“讨厌的人”合作 168

输与赢，都要笑 171

夏令营里的较量 174

第9件事 做个社交高手

对成人而言，可能是下意识的言行和司空见惯的常识，对孩子来说却是需要学习的。技巧当然很重要，但态度的转换往往更重要

让孩子不欺负比他弱小的伙伴 178

培养孩子言而有信的好习惯 181

请让我来帮助你 183

让孩子学会对自己的行为负责 186

让孩子做一做“客人”与“主人” 189

“听”与“说”一样重要 191

让孩子适当参与异性间的游戏 194

第10件事 我的心理我作主

幼儿期是情感教育的最好时机，不断的正面情绪体验，会使孩子大脑的联系通道定型，进而形成稳定的范式，从而有助于形成健康的情绪心理反应习惯

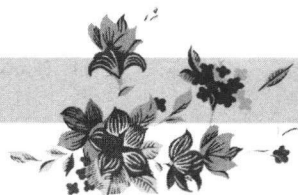
怎样对待生气的孩子 200

把孩子的自卑化为自信 204

给骄傲的孩子“泼盆冷水” 208

和孩子一起做“快乐面包” 210

乐观的心态让孩子受益终生 212



捅破嫉妒的窗户纸 215

第11件事 安全防范 一生平安

如果不想让小概率事件毁了孩子的一生，那么，从小在他们健康的心态上，播下自我保护的种子吧

模拟广播寻人 220

外出游戏时注意玩耍安全 222

让孩子带领家长过马路 226

和孩子玩一玩“陌生人”的游戏 229

家里也有伤害孩子的“黑手” 231

特别提示 这样说，孩子才肯听

或许，当父母肯蹲下来平视着与孩子对话时，就开始真正走进彼此的世界

画张“爱的检查表” 236

适时的沉默也是一种沟通 238

孩子并非不可理喻 241

蹲下来和孩子说话 244

放下架子对孩子说“对不起” 246

营造轻松愉快的家庭氛围 249

为孩子创设私密空间 251



人是自然之子，大自然中的花草虫鱼、山川河流、风霜雪雨、百态千姿，是人类最好的家园和老师，我们在这里栖息，惊诧、好奇并产生创造力。因此，我建议父母要教孩子做的第一件事，就是一起走进大自然。不要让城市的高楼挡住孩子的眼，不要让防盗门锁住孩子的心，也不要让电视、电脑的人造幻境桎梏了孩子想象与创造的世界。

父母和孩子一起走进大自然，对于形成孩子以下的品质和能力，具有无可替代的重要作用：好奇、勇敢、坚忍、敏锐、细致、爱心、创意……

和孩子一起欣赏闪电

.....
你若失去了财产，你只丢掉了一点；你若失去了荣誉，你就丢掉了许多；你若失去了勇气，你就把一切都丢掉了。

——歌德
.....

没有勇气就没有一切

要想让孩子成为一个杰出的人才，首当其冲的就是“培养孩子的勇气”。除去一些天性特异的孩子，大多数孩子都会有自己害怕的事物，比如黑暗、闪电、某种动物……单靠孩子自己的力量是很难化解这些恐惧的，父母如果能帮助孩子克服对这些事物的恐惧，那么，孩子不仅能从探索大自然的过程中了解一些自然科学的真相，更能让他们正视自己的内心、锻炼自己的勇气。

被称为“镭的母亲”的居里夫人，是世界著名的科学家，她不仅在事业上取得了辉煌成就，在对女儿的教育上也非常成功，她的长女也曾获得诺贝尔奖。

居里夫人一心钻研科学，很晚才结婚。婚后她生了一个女儿叫绮瑞娜。绮瑞娜出生后，居里夫人把她当做掌上明珠，疼爱地叫她“我的小皇后”。每天她都把女儿的体重、饮食和乳齿的生长情况记录下来，就像观察镭一样细致地观察女儿的生长发育情况。

绮瑞娜的胆子很小，连雨天响雷她都怕。居里夫人心想：一个人要在人生路上有所成就，胆小怕事是不行的，于是便有意地注意培养她不怕打雷闪电的勇气。一次夜里下大雨，居里夫人悄悄地到女儿房里一看，绮瑞娜正用被子蒙住头呢！居里夫人掀起被子，把她领到窗前，给她讲雷电的原理。从此，女儿消除了对闪电的恐惧，胆子渐渐大了起来。

在居里夫人的教育下，她的女儿成了很出色的人。

正因为亲身经历了“闪电教育”，绮瑞娜才克服对闪电的恐惧。这种经历虽小，却能够让孩子的一生发生质的改变。

锻炼孩子的勇气父母要注意以下几点：

首先，父母自己要有勇气，给孩子树立一个好榜样。有些父母，特别是母亲，在闪电的时候自己都挺害怕，试问怎么能让自己的孩子去“欣赏闪电”呢？孩子的性格在很大程度上会受到父母的影响，所以家长在平时点滴的生活中一定要给孩子做良性的“示范”。

其次，一定让孩子明白勇敢与以身犯险的区别。家长在培养孩子勇气的同时，不要鼓励孩子们进行“杂技式”的冒险，要明确地表示不喜欢他们轻率鲁莽，只要鼓励孩子们对于一些害怕的事物勇敢尝试就好了。

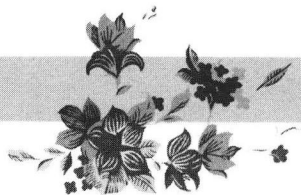
告诉孩子闪电的原理

培养孩子的勇气可以从一件极小的事情开始。绝大多数孩子在闪电的时候都会害怕地捂住耳朵、闭上眼睛。像居里夫人一样，和孩子一起欣赏闪电，告诉孩子闪电的原理就是一个不错的选择。

第一，给孩子安全感。把躲在一旁的孩子轻轻搂在怀里，这个姿势可以让孩子有安全感；关上窗户，站在窗前，如果孩子站在开着的窗户前面会让孩子感觉闪电随时会“进来”，徒增恐惧感。

第二，鼓励孩子睁开眼睛，看着闪电，告诉孩子闪电的原理。大气中的云体之间、云地之间有正负电荷，这些电荷不断地在云层集结，相互摩擦，如果电荷量变得足够强大，就会发生闪电。通常闪电和雷声是相伴的，当闪电横穿天空时，能很快使沿途的空气变热。变热了的空气迅速膨胀，并像发生爆炸那样猛烈地向四周冲击。这样就引起了巨大的声波，这种声波我们听起来就是雷声。

第三，向孩子解释，为什么总是先看见闪电，然后才听见雷声。这个



问题的答案可不是眼睛长在耳朵的前面！闪电和雷声是同时发生的，但它们在大气中传播的速度相差很大，因此人们总是先看到闪电后才听到雷声。

第四，和孩子算算雷声离自己有多远。光每秒能走30万千米，而声音只能走340米。根据这个现象，家长可以和孩子一起算一算闪电离自己的距离。从看到闪电起到听到雷声止，这一段时间的长短，乘以雷声的速度，就能计算闪电发生处离自己的距离。假如闪电在西北方，隔10秒听到了雷声，说明雷距离我们约有3400米远。

第五，告诉孩子雷电天气时的安全措施。留在室内，关好门窗，在室外时应躲入建筑物内；不要使用无防雷措施或防雷措施不足的电视、音响等电器，不要使用水龙头；不要接触天线、水管、铁丝网、金属门窗、建筑物外墙，远离电线等带电设备或其他类似金属装置；不要站立于山顶、楼顶上或接近导电性高的物体；如果在旷野无法躲入有防雷设施的建筑物内时，应远离树木和桅杆；在空旷场地不要打伞，不宜把小铁铲、羽毛球拍等扛在肩上。

第六，让孩子有机会给其他小朋友讲讲雷电的知识。当孩子滔滔不绝地用科学解释雷电的时候，其他小朋友惊讶、佩服的眼光一定让孩子信心大增，成为他们中的“勇气与智慧并存”的人。

天空为什么是蓝的

好奇心是智慧富有活力的最持久、最可靠的特征之一。

——塞缪尔·约翰逊

决定一生的好奇心

孩子们大都有过这样的经历，偶尔对着镜子灵机一动，“天空为什么是蓝色的？”“会不会还有另一个我呢？”“如果镜子里的人跳出来怎么



办？”……虽然这些念头只是一闪而过，但相信绝大多数孩子都曾有过这样的想法。也许，家长从来不曾注意到孩子这样的想法，也没有认真思考过，小时候想的那些事情，到底有什么价值？但当德国的一位天才出版人出版了《诺贝尔奖获得者与儿童的对话》之后，人们才赫然意识到，孩子的所思所想，原来就是许多人穷尽一生去研究的所谓“科学”！

在《诺贝尔奖获得者与儿童的对话》里，一个叫约尼的小男孩提出了22个想知道的问题，而这些问题都是获得诺贝尔奖的科学家们小时候曾经提过的：

为什么布丁是软的，石头是硬的？

什么是政治？

为什么要有科学家？

为什么有贫穷和富裕？

为什么我不能光吃油炸土豆条？

我们为什么必须上学？

天空为什么是蓝的？

电话是怎么回事？

不久就有两个我吗？

为什么会有战争？

为什么印第安人不知道疼痛？

妈妈和爸爸为什么必须上班？

究竟是谁发明了戏剧？

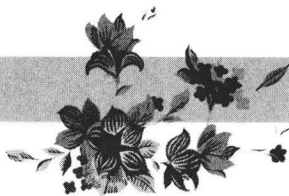
空气是什么？

我为什么会生病？

为什么树叶是绿的？

我如何成为诺贝尔奖获得者？

为什么我忘记一些事情，而不忘记另一些事情？



为什么有男孩儿和女孩儿？

地球还会转动多久？

为什么 $1+1=2$ ？

相信许多家长看到这样一些问题时，一定会联想到，“没错！我的儿子（女儿）也总是问‘为什么石头是硬的！’”但是有些家长只是回答一句“世界本来就是这样的，没有什么为什么不为什”，一句搪塞的话就把孩子的好奇心打了回去。其实，“会有两个我吗？”这不就是最先进的克隆技术所要探索的问题吗？“天空为什么是蓝的？”这不正是光的折射、反射问题吗？科学家最终能够攀登科学的殿堂，与其童年时保持强烈的好奇心有关，他们身上有一个最显著的特点：终生都没有失去孩子气的好奇心。家长无意识地破坏了孩子的好奇心，也就大大削减了孩子成为“诺贝尔奖得主”的可能性！

好奇心是孩子们的天性，也是他们敢于探索新知、敢于创新的动力。好奇心就像是一双巨大的翅膀，能带着孩子在知识的天空里展翅高飞！那么，父母怎样做才是真正珍惜孩子的好奇心呢？

第一，鼓励孩子细心观察生活，大胆地提出问题。日常生活中，有许多新奇的事物吸引着孩子。父母可以培养孩子从小事、小细节中受到启发，引发更深层次的思考，并鼓励孩子勇于发现问题。

第二，时常和孩子讨论问题，尊重孩子的观点。父母可以在与孩子闲谈的过程中，把闲谈深入一步，转为对某一问题的讨论。讨论的话题应该是孩子感兴趣的，在讨论时，不能把自己的观点强加给孩子，毕竟，孩子也有自己的想法，有自己的思维方式。

告诉孩子天空蓝色的秘密

当孩子问起“天空为什么是蓝色的”时，家长要认真地倾听，并加以引导，尽可能地让孩子自己找到天空的这个秘密！

第一，告诉孩子阳光中有很多颜色。这是向孩子解释“天空为什么是蓝