

RUXUEQIANZHUNBEI YU LIANGHAOXIGUAN PEIYANG



望子成龙系列

(三)

# 入学前准备 与 良好习惯培养



- ◎ 集古今育儿理论精华
- ◎ 汇中外神童培养经典
- ◎ 融思维脑科学为一体
- ◎ 育新时代英才所必读

董成刘冰主编



科学技术文献出版社

# 入学前准备与 良好习惯培养

主 编 董 成 刘 冰

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

**图书在版编目(CIP)数据**

入学前准备与良好习惯培养/董成,刘冰主编.-北京:科学技术文献出版社,2005.11(重印)

(望子成龙系列;3)

ISBN 7-5023-4883-2

I. 入… II. ①董… ②刘… III. 智力开发-学前教育-教学参考资料 IV. G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 121102 号

出 版 者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图书编务部电话 (010)58882959,(010)58882958(传真)

图书发行部电话 (010)68514035(传真),(010)68514009

邮 购 部 电 话 (010)58882952

网 址 <http://www.stdph.com>

E-mail: stdph@istic.ac.cn

策 划 编 辑 张金水

责 任 编 辑 张金水

责 任 校 对 唐 炜

责 任 出 版 王芳妮

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 利森达印务有限公司

版 ( 印 ) 次 2005 年 11 月第 1 版第 2 次印刷

开 本 850×1168 32 开

字 数 73 千

印 张 4.625

印 数 6001~10000 册

定 价 8.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

Source: <http://www.fishbase.org> (2009-09-23).

本系列丛书从准备受孕开始到学龄前教育,系统地介绍了育儿过程中各个不同时期智力培养应当采取的方法和注意事项,依据现代科学对脑科学的研究,结合人类

法和注意事项,依据现代科学对脑科学的研究,结合人类

大脑思维的形成和发展规律,围绕人类的智力问题进行了既深入本质,又浅显易懂的理论探讨,融科学性、理论性、实用性为一体,对学龄前儿童的教育和智力培养进行了全面、系统的介绍,是新时代每个家庭对儿童智力培养的必备之作。

为了方便读者,我们把入学前这段时间,根据不同时期智力培养的重点分为三册进行介绍,读者可以根据需要选择。第一册《快乐孕妇与胎儿智力培育》;第二册《智力发育高峰与培养最佳时机》;第三册《入学前准备与良好习惯培养》。

由于作者水平所限,在编写过程中尽管花费了巨大的时间和精力,力争立论准确、论述精辟、浅显易懂、减少漏误,但错误之处仍恐难避免,希望读者不吝赐教。书中引用了多位研究者的文献资料,如引用不当,与原作者无关,在此声明,并对所有被引用资料的专家、学者深表谢意。

董 成 刻 冰

# 目 录

2019年10月10日 10:10:10

## 第一节 3~4 岁儿童智力的培养 / 1

一、3~4 岁孩子生理发育特点 / 2

二、如何提高 3~4 岁孩子的语言能力 / 4

三、抓住 3~4 岁孩子的记忆特点 / 6

四、3~4 岁孩子思维能力的培养 / 9

五、启迪孩子的想像力 / 15

六、培养孩子的观察能力 / 16

七、舞蹈对提高智力的作用 / 19

八、培养孩子绘画的兴趣 / 22

九、孩子计算能力的培养 / 24

十、让孩子接受自然洗礼 / 26

## 第二节 4~5 岁儿童智力的培养 / 30

- 一、如何丰富孩子的语言 / 30
- 二、让孩子成为记忆的天才 / 33
- 三、思维能力的培养 / 34
- 四、在运动中培养智力 / 40
- 五、如何保护孩子的视力 / 41
- 六、创造意识的培养 / 43

## 第三节 5~6 岁智力培养的重点 / 45

- 一、活动安排 / 46
- 二、营养与智力培养 / 49
- 三、把握孩子的思维特点 / 52
- 四、努力培养孩子的想像力 / 55
- 五、观察力的培养 / 59
- 六、如何培养孩子的注意力与专注性 / 63
- 七、让孩子具有丰富的创造力 / 66
- 八、培养孩子良好的性格 / 70
- 九、培养孩子的勇气与胆量 / 75
- 十、注意发挥孩子的特长 / 78

## 第四节 如何评价智力 / 82

- 一、怎样判定孩子智力超常 / 84

二、如何判定孩子智力落后 / 87

## 第五节 影响智力发育的因素 / 91

一、尽力避免分娩中的不利因素 / 91

二、让孩子沐浴在母爱之中 / 93

三、智力的培养要远离溺爱 / 96

四、智力培养要禁用打骂 / 98

五、给孩子创造一个良好的家庭环境 / 100

六、尽力避免经济贫困 / 102

## 第六节 影响智力发育的疾病 / 104

一、脑积水 / 104

二、脑外伤 / 106

三、低血糖 / 107

四、甲状腺代谢异常 / 109

五、脑炎 脑膜炎 / 111

六、营养不良 / 113

七、缺铁性贫血 / 115

## 第七节 入学前的准备 / 118

一、入学的年龄以多大为宜 / 118

二、克服紧张情绪 / 119

三、培养良好习惯及自主能力 / 121



四、入学前的体检 / 123

五、报名与入校 / 124

**第八节 独生子女培养中的问题 / 127**

**第九节 用脑过度 有害无益 / 136**

## 第一节 3~4岁儿童智力的培养

3岁之前是大脑发育最快的时期,是出生后第一个发育高峰。3岁之后便进入开发应用大脑功能的阶段,是儿童智力发育的黄金时期。这个阶段,孩子大脑的各项功能快速发展,其记忆能力、思维能力、理解能力等各方面都处于人生中发展最快的阶段,如何充分利用这一黄金阶段,抓紧智力培养,会为今后的成才打下坚实的基础,对孩子的一生至关重要。

从3岁开始,孩子大脑的各种功能进入了迅速发育的时期。从整个大脑的重量来看,3岁时可达1 000克;到7岁时,可达1 300克,已达到成人的水平。从大脑的功能来看,从3岁开始,孩子的记忆能力、思维能力、理解能力等开始较快的发展,到7岁时以上各种能力已接近成人水平。从智力发育的时机上说,3岁到4岁这个时期是大脑功能发育的关键时期,此阶段加强儿童的智力培养,对今后智力的发展至关重要。其培养的重点有:语言

能力、记忆能力、思维能力和计算能力。

### 一、3~4 岁孩子生理发育特点

发育正常的孩子满 4 周岁时体重可达 16 公斤左右，营养状况好的和稍差者可相差约 1 公斤，均可看作是正常水平。一般来讲，在 10 岁之前，女孩的体重略落后于男孩；而在 10~16 岁前后，女孩发育可能要快于男孩，故其体重一般略高于同龄男孩。但这些也不是绝对的，因人而异，因为影响体重的因素很多，除先天遗传因素外，还有后天营养等因素。

满 4 周岁时，男孩子身高在 99~102 厘米之间，女孩子多在 97~102 厘米。在运动方面，4 岁的孩子能自己跳跃，基本上能够自己穿衣服，不需要大人的协助。无论是男孩或女孩，这时身体的发育已显得比较结实，能自己信心十足地进行各种儿童活动。如果在此之前教育训练有素的话，他们开始注意和监督大人的行为，如饭前要洗手、不乱扔垃圾、不随地吐痰等，如果大人在饭前偶尔忘记了洗手，孩子会及时提出，嘱其洗手。各种日常生活已经有一定的规律，自主性明显增强，一些生活习惯基本形成。

这个阶段的孩子记忆能力较以往明显增强，只要大人曾告诉过的事情，什么是好的，是可以做的；什么是坏的，是不能做的，基本上能牢记，并且会主动地落实在实

际生活之中。说明这个时期的孩子不但记忆力有了发展,而且已经有了明显的是非观念,在这一点上女孩似乎优于男孩,这可能是由于女孩心理思维比较细腻,男孩心理思维较粗的原因。4岁的孩子对两性的观念已有模糊认识,玩耍时开始分出男女界线。

4岁的孩子自己的事大多已经可以自己料理,生活逐步形成规律,起居可以与大人同步,能够约束自己的行为,大小便基本能自己解决。玩具、物品玩过之后知道自己收拾好,已经有了自己相对固定的兴趣爱好和自己的朋友圈,经常会自己找同龄的小朋友玩耍游戏,各种感觉能力也比较成熟,视力、听力和四肢动作的协调性也逐渐完善。

此时期孩子对空间的认识已比较正常,能够轻松区别两个不同长度的物品,分清物品的距离;对以往听到、看到的故事,能够自己向别人讲出来,对大人安排交待的事,能够守信。不轻易改变对周围事物的认识态度,对自己热爱的事情所表现的兴趣比以往更加浓厚、认真。因为,这时孩子对事物的理解能力正在加强。在成人面前提出疑问的事更多、更丰富也更奇特,几乎是什么都想知道,什么都要知道,表现了从最初的原始性的好奇向求知方向发展。同龄小朋友中竞争的心理开始出现,自尊心较以往变强,并且对文字、图画的兴趣开始增加。如果训

练有素的话,会经常要求学习写字或频繁地模仿大人写字、绘画。因此,如果要想培养儿童的绘画能力,可以从这时开始适当地给予引导和培养。

## 二、如何提高 3~4 岁孩子的语言能力

一般情况下,语言从 1 岁左右开始出现,到了 3 岁时,初步的语言功能已经形成。3 岁后,语言的发展开始进入一个新的阶段,即语言、词汇的丰富和语言能力迅速提高阶段。从大量的观察来看,3~7 岁是孩子语言丰富提高的关键时期。从 3 岁开始,语言的发育开始进入迅速扩展阶段,这个阶段一般要持续到 6 岁才基本完成。大约从 4 岁开始,孩子掌握的语言词汇和数词的数量迅速增加,语言发育较好的孩子这时可掌握 3 000 个以上的词汇,并且随着理解和记忆能力的发展,对语言的兴趣也不同于以往,在此之前孩子是以正确的说出来为目的,而现在则不同了,由过去单纯的讲出变成了以理解其含义为目的的描述。因此,这个时期的孩子对语言文字方面的游戏极有兴趣,如诗歌、顺口溜、绕口令等有特殊的喜爱,只要他听到就会自觉地反复重读背诵,这就是在主动地提高自己的语言水平。对一些特殊含义和比较新鲜的词句,经常会向大人提问,要求给予详细解释,直到明白为止。因此,作为育儿的家庭或育儿工作者,对这个年龄段的孩子要有足够的耐心,详细解答孩子的每一个提问,正

确引导,将孩子领入知识的殿堂,千万不要因为工作忙等原因而对孩子的提问和好奇不理不睬,这样会严重打击孩子求知的积极性,对将来孩子上学后勇于提问造成不良影响。

对3~4岁的孩子,要有效提高其语言能力,应重点从如下几个方面入手。

一是要强调语言的正确性。3岁之前主要是语言能力的发育,而4岁之后开始是学习词汇、丰富语言。这个阶段语言能力的培养,既要要求孩子发音准确,又要注意孩子概念必须清楚。由于这时孩子的词汇量增长较快,相似的语言较多,如果概念不清、发音不准,很容易出现词汇混淆。一旦概念不清,形成错误认识,今后往往很难纠正。因此,要特别注意讲话时概念准确、选择用语恰当。无论是教孩子或大人之间互相交流,都应当注意,有的人一生改变不了自己的方言或口音,失去许多就业或成功的机会,就与3~4岁这个时期接受不正确或不准确的发音教育有关。

二是要为孩子创造一个良好的模仿环境。3~4岁阶段是孩子对大人行为、语言模仿最多的阶段。这个阶段,作为育儿家庭或育儿者要为孩子创造良好的模仿环境,言谈举止要规范、得体,不要带口语,不要让孩子观看宣传暴力的影片或图片,不要让孩子过多接触有口吃等语

言障碍的人群,以免孩子模仿而不易纠正。

三是要加强孩子语法训练。4岁的孩子不但词汇量增加,而且开始讲复合句型,句子不断加长,在表达时容易不按正规的语法要求。针对这种情况,育儿者要注意及时纠正,但不要训斥批评,以免孩子在语言表达时出现紧张,造成口吃。

四是给孩子创造更多的机会。提高此阶段孩子的语言表达能力,主要是语言的连贯性,流利程度的训练。训练的方法是,让孩子看图说话。复述以往讲过的故事,在客人面前背诵歌谣,学习唱歌以及简短戏曲、唱词,在游戏中经常与孩子共同说绕口令等。这些不但可以促进孩子的语言连贯性,同时对孩子记忆能力、理解能力等也有很好的促进作用。

### 三、抓住3~4岁孩子的记忆特点

婴儿在出生后4个月时就有了原始的记忆能力,甚至有人观察到在胎教中听过的音乐,出生后孩子再次听到时,会立即表现出安静的情绪等。据此,有人认为,胎儿时期已有了记忆能力。但是,这些记忆都是原始的、无意识性的,真正有意的、具有目的性的记忆是在3岁以后才逐步出现和加强。

人们对记忆规律的研究发现,在人类记忆能力的发展过程中,儿童记忆能力发展的总趋势是由无意记忆发

展到有意记忆,由机械记忆发展到意义记忆(也称为理解记忆和重复记忆)。因为婴幼儿最初根本没有要记住什么东西的愿望和要求,即使可能记忆住了某些东西,并没有什么目的性,过了一段时间会渐渐忘掉,有的儿童在3岁之前能背诵上百首诗歌或童谣,但上学前基本都会忘掉,但对于3~4岁学会的诗歌,有的可终生朗诵,正说明3岁以后的记忆出现了目的性。随着年龄的不断增长,孩子逐渐参与家庭生活等活动,有时为完成父母所交给的任务,他必须有目的、有计划地去记住某些事情,因此有意记忆也得到不断的加强和发展。

3~4 儿童的记忆能力具有如下特点:

从记忆的目的性来说,记忆的目的性和有意性是逐渐增强的。因为,婴幼儿的早期,在学习方面无论是婴幼儿本身或者他们的父母,对其学习都缺乏明确的目的,父母对孩子的教育大多数没有明确的计划目标,多是结合生活随意施教。这时由于儿童年龄还小,也只是凭兴趣去模仿、记忆。所以,这时的记忆带有明显的兴趣和情感色彩,他所记住的东西大多是自己非常喜欢的事情。因此对3~4岁的孩子记忆力的训练,不要勉强让孩子记什么,不要强调记住了多少,主要的重点应是先激发孩子的兴趣,才能使孩子的记忆能力得到更大的加强和发展。

3~4 岁的孩子的求知欲和好奇心明显地增强,表现



为提问增加,会不断地向父母提出,“这是什么、那是什么?”及“为什么?”等问话,有些提问是有目的的,有些也许是没有明确目的性,但是总体上来讲,是孩子兴趣的表现。父母对孩子的提问要认真对待,回答的越是认真,孩子越乐意问,兴趣越是浓厚,记忆也就越牢固。因此,要提高孩子记忆的目的性,父母或其他育儿者就要首先表示出认真。要促进和培养孩子的记忆首先要启发幼儿的求知欲,要注意发现孩子的兴趣所在,并及时加以支持和培养。幼儿的思维常常是具体而形象的,不容易理解比较抽象的事物。发现幼儿对某一事物产生兴趣,父母就应该抓住时机,启发其进一步观察,并可适当地进行有关知识的辅导。在带孩子上街或游公园时,在送孩子上幼儿园的路上,在看电影、电视或到亲友家做客时,都可以向孩子提出各种各样的问题,让其去思考、去解答。天长日久,日积月累,不仅会使孩子的知识面得到扩大,而且可以激发其求知欲望,养成动脑思考的习惯。

父母总希望自己的孩子聪明伶俐,许多父母希望在孩子很小的时候,就让他学习记忆住许多知识,但并不了解孩子记忆的特点,在教孩子时喜欢用学校中或幼儿园里老师教学的方法让孩子正规的坐在那里学习,实际上这种方法效果并不好,这是因为这种方法脱离了孩子的年龄和心理特点。3~4岁的孩子学习兴趣仍然在活动游