



聪明妈妈系列
CONGMING MAMA XILIE

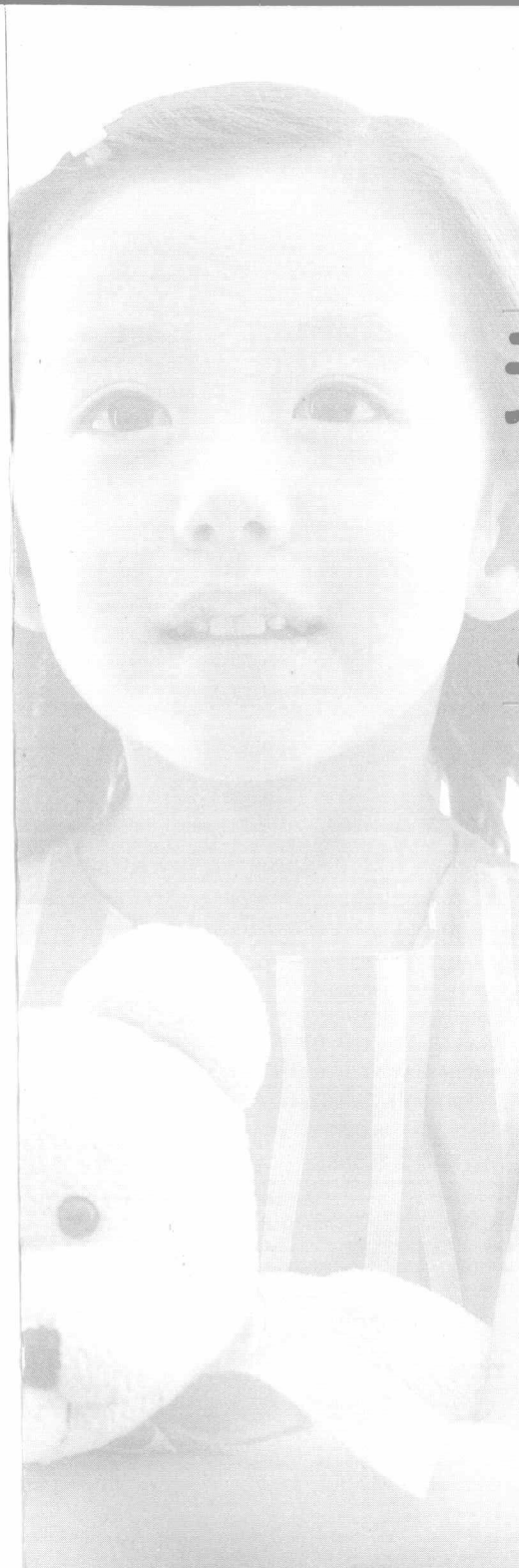


山东科学技术出版社
www.lkj.com.cn

林丽秀 主编

天才妈妈与4岁宝宝

GIFTED MOMMY



TIAN CAI MA MA YU

SI SUI BAO BAO

天才妈妈

与

4岁宝宝

林丽秀 主编



山东科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

天才妈妈与4岁宝宝/林丽秀主编. —济南: 山东科学技术出版社, 2007. 1

ISBN 7-5331-4574-7

I. 天... II. 林... III. 婴幼儿-哺育
IV. TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第127213号

本书由汉湘文化事业股份有限公司授权出版

图 15-2006-010

天才妈妈与4岁宝宝

林丽秀 主编

出版者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路16号

邮编: 250002 电话: (0531) 82098088

网址: www.lkj.com.cn

电子邮件: sdkj@sdpress.com.cn

发行者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路16号

邮编: 250002 电话: (0531) 82098071

印刷者: 济南申汇印务有限责任公司

地址: 济南市王官庄12号

邮编: 250022 电话: (0531) 87966822

开本: 880mm × 1230mm 1/32

印张: 6

字数: 100千

版次: 2007年1月第1版第1次印刷

ISBN 7-5331-4574-7 TS · 234

定价: 15.00元

序

4岁儿的世界

SISUIERDESHIJIE

欢乐和喜悦的开端

对于儿童行为，大人往往喜欢用成人的立场和理论去分析，因此容易对孩子的部分行为产生误解，认为其中的大多数都毫无价值。其实，如果换一个角度站在儿童的立场上，就不难发现，这些行为实际上都有它的存在意义。

以“纸箱”为例，对于大人来说，它仅仅是纸箱而已，而儿童在跳进跳出玩耍的过程中，则会展开想象的翅膀，把它看成浴盆、汽车，甚至自己的家。

由此可以看出，对于成人可以分得很清楚的两大世界——现实世界与虚构世界，儿童们很容易将之混为一谈。如果您了解了这一点，就能够理解儿童那些看似不可思议的行为，和他们成为好朋友。

儿童们天性顽皮，经常会做出一些超出常理的事，让大人担心和烦恼。其实，孩子的这些麻烦事都是他们迅速成长过程中的副产品。就某种意义上来说，孩子制造的麻烦事越多，说明他的成长速度越快。若能理解这是孩子成长发育的过渡期，就不会怀疑家中的小宝贝是否为过动儿多动症了。如此一来，就能与宝宝一起分享他的快乐，并深切感受到孩子的成长。

深刻理解发育

要想深刻理解儿童独特的内心世界，就必须了解儿童每个阶段的成长特征。如果只是“我可以随口讲出孩子在各时期的成长特征。例如：几岁时他可以做什么什么事……”光知道这些是不够的。那么，究竟怎样做才对呢？比如，孩子开始不听话了。此时，我们应该分析一下，这是一种什

么样的心态？再如，孩子对模仿他人或事的游戏情有独钟。此时又是基于何种心态？为什么会有此种心态？这些问题都非常值得我们深究。也就是说，我们要掌握两把金钥匙——“成长的轨迹”与“成长的法则”。

各成长要素的相关性

为了全面、深入了解成长的法则，我们必须善于分析、整合，把各成长侧面的要素联系起来，找出共通点或相关点。“过家家”是大多数孩子们都喜欢的游戏，因此，本书许多章节都有提及，相信这个例子能使大家更加容易领悟文中的内涵。在此需要说明的一点是：因各章主题不同，所以陈述重点自然不一样，尽管同是“过家家”，但每一次出现都会让你有耳目一新的感觉。从另一方面来说，这些“过家家”的各个侧面之间，必然有着或多或少的联系。抓住这些相关点，必能有效掌握成长法则。

“4岁儿”的定义及其个人差异

“4岁儿”是一个比较模糊的概念。因为，同是4岁儿童，既有刚刚满4周岁的，也有第二天就要过5岁生日的。从整体上来看，在4岁的前半期与后半期，儿童成长的各方面均有显著的差异。另外，在各幼儿园、托儿所的4岁班里，也不乏已经5岁的孩子，更何况，每个儿童的家庭环境、地域环境与接受照料的经验也都不同，可以说，每位宝宝各自具有不同的“发育个性”。所以，切莫拿本书中的普遍规律生搬硬套，以免阻碍孩子的成长。本书是从孩子的成长轨迹着手，分析其原因及对策，从而使空洞的育儿理论得以具体化。这也是本书与其他育儿书籍的一大不同之处。

本书的阅读对象

以前幼儿保育往往被归纳为两大范畴：家庭育儿与幼儿园育儿。事实上，这两者在根本上是一致的，尤其是在社会高度发展的今日，各自独立地看待两者，显然不利于孩子的成长。本书将两者适当地结合在一起，既适合各位家长阅读，又可以满足广大幼教工作者的需求。最后，笔者期望诸位读者都能通过本书得到一些启发。

编者



目 录

第一章 4岁宝宝知多少

4岁儿童的一般特征.....2

- 发育特别旺盛 /2
- 想长大的心情 /3
- 自我主张与反抗意识 /4
- 运动能力和生活技能的增强 /5
- 情感的培养 /6
- 沉醉于想象的世界 /6
- 语言和思维的特征 /7
- 明确个人差异 /8



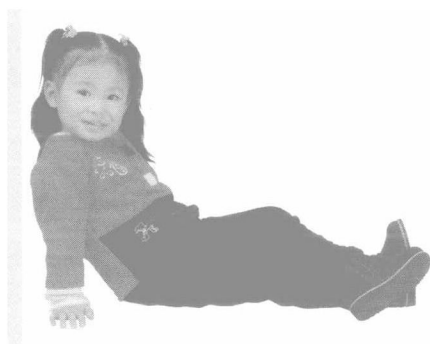
第二章 4岁宝宝的发育与教养

身体的发育与健康

身体发育的特征.....13

- 维持发育的正常 /13
- 身体发育的过程 /14

身体的比例 /16
 身体与体重的关系 /17
 骨骼的发育 /19
 力量的增大 /20



幼儿生病时该怎么办.....22

疾病与预防接种 /22
 养成洗手的习惯 /24

营养与饮食.....25

4岁儿所必需的营养 /25
 零食很重要 /26
 供给零食的正确方法 /26
 孩子的喜好 /27
 纠正偏食的习惯 /28
 肥胖与饮食 /29

4岁儿的运动 运动能力的培养.....31

4岁儿运动的基本原则 /31
 运动能力 /32
 被动的运动 /34
 跑 /34
 跳 /36
 球的操作 /37
 翻滚运动 /38

身体的柔软运动 /38
爬上爬下的运动 /38
平衡运动 /40
需要技巧和协调的运动 /40
手工技能 /41

促进运动能力的发育.....44

竞争的乐趣 /44
规矩和规则 /45
安全措施 /47

生活与生活习惯

4岁儿的生活.....49

生气勃勃的生活 /49
基本的生活节奏 /49
生活圈的扩展 /50
对生活的自律和自立 /53



4岁儿的生活习惯.....55

生活习惯的养成 /55
幼儿园和家长的相互配合 /56

步入社会生活

在与朋友的接触中.....59

反抗的孩子们 /59

需要朋友的状态 /59
 争吵 /60
 朋友间的游戏 /61
 在与朋友的接触中成长 /62
 母亲应当注意的事项 /63

学习社会生活.....64

造型 /64
 帮忙 /64
 规则感的培养 /65
 在周围环境中 /65



4 岁儿的游戏 发现游戏的“魅力”68

观察游戏 /68
 快乐与自主性 /69

“虚拟”世界的魅力.....71

4 岁儿的模仿游戏 /71
 与孩子一起做游戏 /71
 活动身体的快乐 /73

增强游戏的魅力.....74

玩具 /74
 朋友 /75

怎样对待不会玩耍的

孩子.....77

喜欢衣帽间 /77

离不开母亲 /78

4岁儿的情感与欲望

4岁儿的情感世界.....80

开始脱离父母 /80

知识面的扩大 /81



学会自我主张和拒绝.....82

获得自信 /82

被拒绝 /82

忍耐 /84

自负与嫉妒.....85

夸耀 /85

自负 /86

羡慕和嫉妒 /86

孩子之间的虚拟世界.....89

虚构 /89

夸张与幽默 /89

影响兴趣和热情的因素.....91

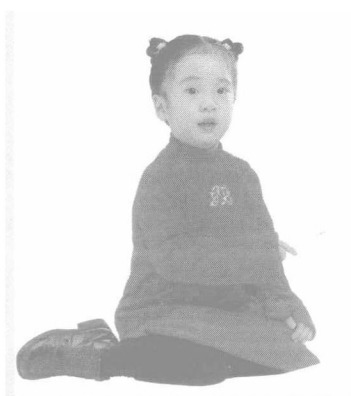
不必要的干涉 /91

自信的丧失 /92

以大人的基准来评判 /92

4岁儿的语言	
4岁儿的语言发展	94
	语言使思维萌芽 /94
从语言看4岁儿的情感世界	96
	扭捏、告发 /96
	挑着读文字 /97
	沉默寡言的孩子 /98
	培养丰富的语言 /99
	如何对待闭口不言的孩子 /100
智力的培养	
4岁儿的智能发育	102
	懂事、沉着 /102
	从日常生活中观察孩子 /104
	
追求更丰富的创造力	106
	智能和创造力 /106
	好奇心和创造力 /107
4岁儿的表达能力	
4岁儿的表达方式	110
	如何培养孩子的表达能力 /110
	4岁儿的典型形象 /111
	多元化的自我表现 /112
4岁儿的造型表达	113
	典型的造型表达 /113

	典型的绘画方法 /114	
	改变造型的表现 /116	
4 岁儿的音乐表现		117
	重视独树一帜的表现 /117	
	提高音乐能力的自发性 /118	
	在音乐中成长 /119	
	“儿歌”与音乐教育 /120	
	音乐的作用 /121	
	音乐教育法的传入 /123	
	为孩子创造与音乐接触的机会 /123	
4 岁儿戏剧性的表现		125
	在幻想的世界里游戏 /127	
4 岁儿在戏剧活动中的 状态		128
	对故事的理解 /128	
	表现的特征 /128	
	角色意识 /129	
	对朋友的表现所产生的兴趣 /130	
照料 4 岁儿常见的问题 及对策		132
	问题 1: 喜欢说粗话 /132	
	为什么会说粗话 /132	
	如何应对 /133	



问题 2: 开始撒谎 /133	
为什么撒谎 /134	
如何应对 /134	
问题 3: 畏首畏尾, 不敢走入朋友当中 /136	
为什么不积极 /137	
如何应对 /138	
问题 4: 容易情绪不安 /139	
为什么会情绪不安 /140	
如何应对 /141	

易出现的问题背景.....142	
关于 4 岁儿的养育 /142	
表现方式 /143	

第三章 4 岁宝宝的成长环境

孩子与环境.....146	
难以控制的“环境” /146	
投身于广阔的外部空间 /147	
寻求与环境的关系.....149	
孩子创造的空间 /149	
接近自然 /151	
成长环境中的家人.....153	
与母亲的关系 /153	
与父亲的关系 /154	
独生子女 /156	
父母都在工作 /157	
4 岁儿特有的文化和文化资源.....158	
现代小孩的文化 /158	
电视 /158	

文化资源及选择.....161

图书 /161

说话 /162

连环画剧与木偶剧 /162

文化资产及其继承.....164

玩具与游戏 /164

传统游戏 /164

音乐 /165

第四章 4岁宝宝的幼儿园生活

幼儿园和托儿所.....168

各种幼儿园的不同之处 /168

幼儿园的选择 /168

园内生活与保育员的

职责.....170

承认孩子之间的差异 /170

与家长协同创造园内生活 /171

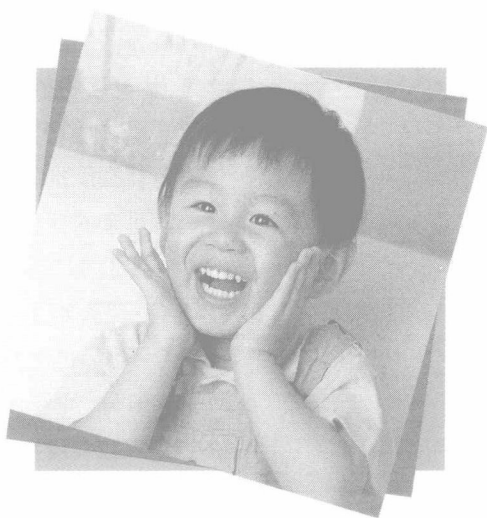
接触社会的规则 /172

通过自己的体验进行判断 /174

积累亲身体验 /175



第一章 4岁宝宝 知多少



4岁幼儿的特征

儿童心理学者认为，4岁阶段的幼儿是“发育极为旺盛”的时期。换言之，4岁幼儿是所潜藏的能力正急速往各个方向发展的时期。

发育心理学家格塞尔对4岁幼儿的行为进行了详细的观察，并在其著述中有如下记载：

“4岁幼儿的确相当多才多艺，恐怕没有不会去做的事情。既能

安静，也能吵闹。有时很沉静，有时则充满自信，喜欢讲话，自大傲慢，还具有独立心。富社交性，是运动家、艺术家。喜欢幻想却又很实际，既富有协调性又常摆出一副漠不关心的样子；喜欢听人讲话，也爱讲话，幽默、独断、淘气、好竞争……”

4岁幼儿是什么事情都想试一试的“发明家”。会使用剪刀，也会一定程度地使用胶带、切刀、拉锯等工具，试图做出某种东西。秋千荡得很好，三轮车也能够骑得很稳，也会跳着简单的舞蹈自娱自乐，非常活跃。

由于他们相当自信、傲慢，具有强烈的自我主张，并富有独立性，因此容易被大人误解为狂妄或具有反抗性，但实际上他对大人并没有什么反抗意识，相反的，他们极富可亲的社交性。

他们非常喜欢讲话，总是滔滔不绝，简直到了“只要睁开眼睛就讲个不停”的地步。因此不论在看书、画画、堆积木还是洗澡时，甚至进入被窝睡着前，都会叽里呱啦地说个不停。

4岁幼儿富有求知欲和尝试的欲望，觉得世界上似乎充满了自

