

JIA TING
JIA OYU
GAN GAO

· I · 学前分册

家庭教育 纲要

席家焕主编

中国妇女出版社

家庭教育纲要

· I ·

学前分册

席家焕 主编

中国妇女出版社

(京)新登字 032 号

- 责任编辑 杨南莺
- 封面设计 刘亚非
- 版式设计 吕 青

家庭教育纲要

JIATING JIAOYU GANGTAO

学前分册

席家焕 主编

中国妇女出版社出版 新华书店经销

湖北省荆门市印刷厂印刷

850×1168毫米32开本 8.5印张200千字

1992年1月第1版 1992年1月第1次印刷

印数:1—7000

ISBN7—80016—640—6/G·390 定价:4.00元

《家庭教育纲要》编委会

主 编	席家焕		
副主编	黄解放	张国元	
	王新宇	吕友智	
编 者	(姓氏笔画为序)		
	王新宇	卢家凡	乔文林
	吕友智	李尚学	李祖圣
	张国元	张家好	周五一
	周崇典	席家焕	黄解放

序

邹时炎

家庭,是孩子的第一所学校;父母,是孩子的第一任教师。家庭教育,包括父母对孩子的种种有意无意的引导和影响,对孩子的启蒙、成长、成才起着不可估量的作用。古人云:养不教,父之过。养子、教子,把孩子教育培养成有用之才,这既是父母对子女的爱,也是父母的一种天职。家庭教育重要,正如鲁迅先生所说:“生了孩子,还要想怎样教育,才能使这些生下来的孩子,将来成为一个完全的人。”

我国有两亿以上的家庭,抚养教育着三亿以上的少年儿童。他们是祖国的希望和未来,他们的状况如何,关系到祖国的前途,民族的命运,社会主义现代化事业的成败。因此,党和国家极为重视少年儿童的健康成长,一再号召每个家长都要教育好子女,并提倡通过各种途径,提高家庭教育子女的责任感,帮助家长提高家庭教育水平。同时,还通过法律和社会舆论来规范家长对其子女的教育,强调把社会主义精神文明建设落实到每个家庭,充分发挥家庭的教育职能。

令人欣喜的是,随着社会主义物质文明与社会主义精神文明建设的发展,越来越多的家长开始重视对孩子的教育培养,并以强烈的责任意识,进入了“第一任教师”的角色位置,为了教育好自己的子女,不少家长在潜心研究家庭教育理论,探讨教育途径,切磋

教育艺术；许多学校和地方相继成立了家庭教育委员会或家庭教育研究会；开办了家长学校，组织家庭教育咨询，举办家庭教育讲座，出版家庭教育的书、刊，等等。正是由于家庭教育的蓬勃开展，现在迫切需要的，就是要更多更好地给热心家庭教育的家长、实际工作者以科学的培训与指导。

《家庭教育纲要》正是在这种情况下问世的一部有意义的家庭教育指导用书。它的最大特点，就是较好地运用了系统论的方法，对家庭教育进行了全方位的研究，并把它作为一项系统工程来设计，因此，它不是一般理论的介绍或释疑解难，而是与学校教育、社会教育同步的、系统科学的家庭教育的指导。《家庭教育纲要》紧紧把握了中小学、幼儿园的培养目标和家庭教育的特点与规律，按照儿童年龄特征和教育的基本要求，分成学前、小学，中学三册单独成书，每册的基本内容按生理心理特征、生理心理保健，家庭德智体美教育、家长的教育艺术等几方面构成框架，且每方面的教育内容在各册之间又保持纵向的有机衔接，使其体现教育的层次性、系统性和实用性。这种把家庭教育作为一项系统工程的总体设计，还是具有新意的。

这部《家庭教育纲要》的出版，不仅将对广大家长进行家庭教育给予热忱帮助，而且对我国家家庭教育的理论研究与实际工作也是一份奉献。因此，我祝贺《家庭教育纲要》的出版，愿此书能成为广大家长和从事家庭教育工作的同志的良师益友，成为合格家长走向成功的台阶！

一九九一年九月五日

前 言

家庭教育,是对人的一生最早起作用,并将终身发生深刻影响的教育。家庭教育的重要,愈来愈被更多的家长所认识。为了教育好自己的子女,广大家长迫切需要给他们以科学的方法论指导。

诚然,已有不少研究家庭教育的同志先后编印了一些关于家庭教育的著述和资料,这对指导和推动家庭教育工作起到了积极的作用。但我们考虑的是,家庭教育作为教育的一种基本形态,有它自身的特点与规律,应作为一个系统工程来研究,而作为一项系统工程的家庭教育的指导用书,不应只是一般理论的介绍或释疑解难,而应是和学校教育、社会教育同步的系统科学的家庭教育纲要的指导。有鉴于此,我们依据中小学、幼儿园的培养目标和家庭教育的特点与规律,在经过几年精心准备的基础上,组织编写了这本《家庭教育纲要》,以奉献给广大热心家庭教育的家长和教育工作者。

在编写过程中,承蒙不少专家、学者的热忱帮助,尤其是张儒芝、吕青、赵伟士同志给予了大力支持和具体指导。我们还从一些书籍杂志中引用了一些资料,在此一并致以诚挚的谢意!

感谢国家教委副主任邹时炎同志特为本书作序!

编者

1991年9月

目 录

第一章 幼儿期的生理与心理	1
第一节 幼儿的生理发育	1
一 幼儿身高、体重的生长发育	1
二 幼儿骨骼和肌肉的生长发育.....	4
三 幼儿心脏和呼吸器官的发育.....	6
四 幼儿神经系统的发育.....	7
第二节 幼儿的心理发展	8
一 幼儿言语的发展.....	8
二 幼儿认识过程的发展	10
三 幼儿情感、意志的发展.....	17
四 幼儿个性的初步形成	19
第二章 幼儿生理保健教育	24
第一节 幼儿的营养与饮食	24
一 幼儿所需要的营养素	24
二 合理安排孩子的饮食	32
第二节 幼儿生活习惯的培养	34
一 生活习惯应从小培养	34
二 培养良好的饮食习惯	36

三	培养良好的睡眠习惯	38
四	培养良好的卫生习惯	39
第三节	幼儿体育锻炼指导	41
一	培养孩子对体育活动的兴趣	41
二	正确指导孩子进行体育锻炼	42
三	利用日光、空气和水进行锻炼	44
第四节	幼儿家庭护理	47
一	幼儿的安全保护教育	47
二	幼儿常见病防治	48
三	家庭幼儿保健药箱	54
四	家庭幼儿急救常识	56
第三章	幼儿心理保健教育	60
第一节	幼儿的心理卫生	60
一	注意孩子的心理健康发育	60
二	影响幼儿心理健康发育的因素	62
三	幼儿心理卫生保健要点	66
第二节	幼儿健康情绪的引导	69
一	正确处理幼儿情绪行为	70
二	引导孩子进行积极情绪的体验	71
三	让孩子生活得轻松愉悦	72
四	恐吓有碍孩子的健康	74
第三节	幼儿优良性格的培养	76
一	必须重视幼儿性格的塑造	76
二	帮助孩子从孤僻到合群	78
三	正确对待孩子的独立性行为	80
四	培养孩子的坚强意志	82
第四节	常见的幼儿行为障碍与调控	84
一	幼儿非社会行为	84

二	幼儿攻击性行为	86
三	幼儿自我中心行为	88
四	幼儿退缩性行为	90
五	幼儿依赖性行为	91
第四章	幼儿的家庭品德教育	94
第一节	萌发幼儿的道德情感	94
一	萌发孩子爱祖国的情感	94
二	萌发孩子爱集体的情感	96
三	萌发孩子爱劳动的情感	98
第二节	优良品质的早期教育	99
一	教育孩子做诚实的人	99
二	教育孩子与小朋友友好相处	102
三	教育孩子勇敢不怕困难	104
四	教育孩子学会关心他人	107
五	当孩子拿了别人东西时	109
六	教育孩子知错改错	110
第三节	良好行为的早期培养	113
一	帮助孩子学会在幼儿园集体生活	113
二	教育孩子从爱惜玩具做起	115
三	教育孩子养成礼貌的习惯	117
四	指导孩子做自己能做的事	119
五	良好行为习惯的反复训练	122
第五章	家庭早期智力教育	125
第一节	早期智力教育的意义和科学性	125
一	早期智力教育的重要意义	125
二	早期智力教育的科学依据	126
第二节	关于智力的几个问题	127
一	什么是智力	127

二	智力与智力结构·····	128
三	智力的形成与发展·····	130
四	怎样测定孩子的智力·····	133
五	“神童”的识别方法·····	138
第三节	家庭的早期智力教育·····	142
一	培养孩子对学习的兴趣·····	142
二	鼓励孩子多想多问·····	144
三	让孩子有双明亮的眼睛·····	147
四	培养和锻炼孩子的记忆力·····	148
五	让孩子生活在思考的海洋里·····	151
六	让孩子展开想象的翅膀·····	153
七	训练孩子的比较能力·····	155
第六章	幼儿语言的家庭教育·····	158
第一节	幼儿语言与早期教育·····	158
一	幼儿语言发展的过程·····	158
二	幼儿期是发展语言的重要时期·····	160
三	幼儿的语言障碍及其纠正·····	161
四	创造发展语言的良好环境·····	163
第二节	幼儿语言的家庭指导·····	165
一	指导孩子正确发音·····	165
二	指导孩子学说普通话·····	166
三	指导孩子看图说话·····	167
四	孩子的口语表达训练·····	168
五	训练孩子语言的游戏·····	169
六	丰富孩子词汇的办法·····	170
七	教孩子复述、续编故事·····	171
八	对孩子朗诵诗歌的指导·····	172
第七章	幼儿数学的家庭教育·····	175

第一节	幼儿数学与早期教育	175
一	幼儿早期数学教育的意义	175
二	幼儿数学教育的基本内容	176
三	幼儿数学教育应注意的问题	178
第二节	幼儿数学的家庭辅导	179
一	辅导孩子数数	179
二	辅导孩子学习分类、排序	182
三	辅导孩子认数、书写数字	184
四	辅导孩子学习加减法	185
五	辅导孩子认识几何形体	188
六	辅导孩子掌握时间、空间概念	190
第八章	幼儿家庭审美教育	193
第一节	幼儿审美与早期教育	193
一	从小就要对孩子进行美育	193
二	幼儿审美心理及艺术表现的特点	195
三	幼儿家庭美育的任务	196
四	幼儿家庭美育的途径	198
五	幼儿家庭美育要注意的问题	198
第二节	幼儿美育的家庭指导	200
一	指导孩子学习音乐	200
二	指导孩子学习画画	203
三	指导孩子手工制作	206
四	指导孩子的娱乐活动	208
五	指导孩子对美的欣赏	211
六	指导孩子美化环境	213
第九章	家庭游戏与玩具	216
第一节	幼儿游戏的家庭指导	216
一	用游戏打开智慧之窗	216

二	幼儿游戏的特点与分类·····	218
三	正确引导孩子做游戏·····	225
四	注意幼儿游戏的卫生·····	228
第二节	幼儿玩玩具的家庭指导·····	229
一	玩具是儿童的天使·····	229
二	玩具的种类·····	231
三	买玩具的学问·····	233
四	正确引导孩子玩玩具·····	235
第十章	做家长的艺术·····	237
第一节	现代家教思想·····	237
一	家长应真爱孩子·····	237
二	家长应相信孩子·····	239
三	家长应尊重孩子·····	240
四	家长应引导孩子·····	241
五	家长应放开孩子·····	243
第二节	幼儿家教艺术·····	244
一	取得孩子信任的艺术·····	245
二	建立父母威信的艺术·····	246
三	跟孩子说理的艺术·····	248
四	表扬、奖励孩子的艺术·····	250
五	批评、惩罚孩子的艺术·····	251
六	对孩子进行安慰的艺术·····	252
七	拒绝孩子不合理要求的艺术·····	254
八	对淘气孩子教育的艺术·····	255
九	回答孩子提问的艺术·····	257
十	解决孩子间纠纷的艺术·····	258
十一	家长与幼儿园联系的艺术·····	259

第一章 幼儿期的生理与心理

幼儿期又称学前期,是指儿童从3岁到6、7岁这一时期,这是儿童进入幼儿园的时期。幼儿期的儿童,不论在生理还是心理方面都发生着急剧的变化,这是一个人身心发展的关键时期。那么,幼儿期儿童的生理发育和心理发展有哪些主要特点?如何对他们进行教育?这些都是每位家长在进行家庭教育时首先必须弄清的问题。

第一节 幼儿的生理发育

一 幼儿身高、体重的生长发育

衡量儿童的体格发育是否正常,常用的指标是体重和身高。儿童的体重和身高有规律地增长,是健康状况良好的表现。

身高(身长)反映骨骼发育的情况,体重在一定程度上反映骨骼、肌肉和脂肪发育的综合情况。由于受遗传和环境因素的影响,儿童的生长发育在个体间是有一定差异的。在环境因素中,地理、气候条件、季节、生活习惯、卫生状况、疾病、营养和体育锻炼对儿童生长发育的影响最为明显。一般在春季,身高增长较快,秋季体重增加较多,炎热的夏季有些儿童的体重甚至有减轻的趋势。关心

孩子体格发育的父母,应定期对孩子的体重和身高进行测量,最好是体重测量每三个月进行一次,身高测量每半年进行一次。每次测量的数据要详细记录,还要将这些数据与同年龄、同性别儿童的正常标准进行比较,从而判定自己孩子的体格发育正常与否。

孩子的体重总的趋势是在增加,但不是所有孩子的这种增加都是均衡的。在日常生活中,儿童体重的数值有时升高、有时减轻,如果连续几个月减轻就要请医生检查,在排除疾病后要了解其营养状况。如果体重的数值高于正常标准的最大值,可能是发育良好的表现,但也要警惕有肥胖症的可能,如果经过检查发现有水肿,则属病理现象。对于身体较矮的儿童,不能一律认为是不正常,可能是由于家族遗传因素造成的,也可能是由于出生时体重不足或出生后患病使生长发育缓慢所致。

为了便于各位家长衡量自己孩子体格发育的情况,这里给大家介绍全国妇联提供的“我国3—6岁儿童体格发育测量表”。这组测量数据是根据1985年我国儿童体格发育调查的结果计算出来的,这个测量表对我们每位家长检测孩子的体格发育会有很大帮助。表中的三行数字,中间一行数字是均值,左边一行是正常标准的最大值,右边一行是最小值。儿童的体重和身高的数值在表中最大值和最小值之间都属正常。

我国3—6岁儿童体格发育测量表

表1—1 城市儿童身高、体重

年 龄	性 别	身高(厘米)			体重(公斤)		
		最大值	平均值	最小值	最大值	平均值	最小值
3岁	男	102.3	94.7	87.1	16.59	13.81	11.03
	女	102.3	94.7	85.8	16.04	13.26	10.48
3.5岁	男	105.8	98.0	90.2	17.67	14.65	11.63
	女	104.7	96.9	89.1	17.00	14.21	11.24

年龄	性别	身高(厘米)			体重(公斤)		
		最大值	平均值	最小值	最大值	平均值	最小值
4岁	男	109.6	101.4	93.2	18.55	15.41	12.27
	女	108.6	100.7	92.5	18.13	15.01	11.89
4.5岁	男	113.0	104.6	96.2	19.67	16.23	12.79
	女	112.2	103.8	95.4	19.37	15.83	12.29
5岁	男	116.3	107.9	99.5	20.66	17.10	13.54
	女	115.6	107.0	98.4	20.22	16.54	12.86
5.5岁	男	119.3	110.5	101.7	21.70	17.82	13.94
	女	118.7	109.9	101.1	21.19	17.33	13.47
6岁	男	125.1	115.3	105.5	23.75	19.33	14.91
	女	123.8	114.0	104.2	23.08	18.60	14.12

表 1—2 农村儿童身高、体重

年龄	性别	身高(厘米)			体重(公斤)		
		最大值	平均值	最小值	最大值	平均值	最小值
3岁	男	98.7	90.5	82.3	15.73	13.01	10.29
	女	97.8	89.4	81.0	14.93	12.43	9.93
3.5岁	男	101.9	93.5	85.1	16.49	13.69	10.89
	女	100.9	92.3	83.7	15.84	13.16	10.48
4岁	男	105.6	97.2	88.3	17.44	14.54	11.64
	女	104.9	95.9	86.9	16.84	13.96	11.08
4.5岁	男	108.8	99.8	90.8	18.23	15.17	12.11
	女	107.6	98.6	89.6	17.48	14.58	11.68
5岁	男	112.1	103.1	94.1	19.26	16.00	12.74
	女	111.6	102.2	92.8	18.73	15.45	12.17
5.5岁	男	115.2	105.8	96.4	20.15	16.71	13.27
	女	114.3	104.5	94.7	19.57	16.09	12.61

年龄	性别	身高(厘米)			体重(公斤)		
		最大值	平均值	最小值	最大值	平均值	最小值
6岁	男	119.9	109.9	99.9	21.83	17.93	14.03
	女	119.1	109.1	99.1	21.10	17.38	13.66

二 幼儿骨骼和肌肉的生长发育

处于幼儿期的儿童,骨骼和肌肉的生长发育应引起家长的特别注意。

骨骼是人体的支柱,儿童全身有二百多块骨头,分为颅骨、躯干骨和四肢骨。颅骨包括脑骨和面颅骨;四肢骨包括上、下肢骨各一对;躯干骨包括胸骨、肋骨和脊椎骨。这些骨头依靠关节连接在一起,构成人体的基本轮廓,同时保护着各种内脏器官,如大脑、心脏、肝脏、肺脏等。骨骼上面附有各种大小肌肉,通过肌肉的收缩而产生运动。骨骼、关节、肌肉和韧带共同组成人体的运动系统。

幼儿的骨头比较柔软,弹性大,容易变形,随年龄增长,骨头逐渐变硬。骨头和肌肉的各种活动,促进着骨骼的发育。

幼儿的头比较大,新生儿的头占身高的 $\frac{1}{4}$,成年人的头占身高的 $\frac{1}{8}$,而且外形也不同。新生儿下肢较短,只占全身的 $\frac{1}{3}$,而成年人的下肢则占全身的 $\frac{1}{2}$ 。婴儿出生时候的头围平均是34厘米,到6岁的时候,头围已经接近成人。

骨骼的生长发育需要大量的血液。儿童骨面上有很多小血管,营养着骨头和骨髓,它的数量比成人的多出好几倍,因此血液供应丰富。当骨头受到损伤以后,也比成人恢复得快。

成人的脊柱有三个弯曲,即颈弯、胸弯和腰弯。新生儿的脊柱,几乎没有什么弯曲。三个月后,能够自己支撑头部的时候,形成颈弯;能够坐起来的时候,形成胸弯;到1岁以后,能自己走路的时候,形成腰弯。但是这些弯曲还没有固定,一般到7岁的时候,颈弯和胸弯才固定,而腰弯的固定要到13岁以后。肋软骨的发育完成