

幼儿家庭教育指南

侯逾璋 程学超 张文新 主编



北京师范大学出版社

幼儿家庭教育指南

侯逾璋 程学超 张文新 主编

北京师范大学出版社

(京)新登字 160 号

责任编辑:康长运

封面设计:孙琳

幼 儿 家 庭 教 育 指 南

侯逾璋 程学超 张文新 主编

北京师范大学出版社出版发行 (邮编 100088)

保定市满城兴华印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:8 字数:160 千字

1994 年 3 月第 1 版 1994 年 7 月第 2 次印刷

ISBN7-303-03526-5/G·2400 定价:4.80 元

前 言

孩子如璞玉浑金，成才，需要学校、家庭、社会三方面的雕琢陶冶，其中家庭教育的特殊功能是不可替代的。每个人都不可避免地要接受家庭给予的“烙印”，并伴随走完全部人生的旅途。家庭教育要为人的一生奠定根基。因此，作为一门学科，越来越多的人重视它、学习它、研究它。社会各界也日益强烈地呼吁为培养合格的一代新人，尽快采取措施提高我国家庭教育整体水平。当今，我国正处在深化改革开放、建立社会主义市场经济体制的伟大变革时期，新的形势要求培养能适应 21 世纪新环境的一代新人。这一育人新要求，与目前我国家庭教育的现状所形成的反差，已经成为社会普遍关注的重要问题。广大家长也急切要求学习和掌握教育子女的科学知识和方法，以期解除家庭教育中的困惑。为了适应这一社会需要，我们编写了这本《幼儿家庭教育指南》，旨在为幼儿家长提供帮助。

近几年，各地普遍开办了各类家长学校，把养育、教育子女的科学知识送进了千家万户，成为提高家长素质的极好形式。为了落实《九十年代中国儿童发展规划纲要》中提出的“使 90% 儿童（十四岁以下）的家长不同程度地掌握保育、教育儿童的知识”的目标，需要进一步加强家长学校的规范化管理。为此，我们广泛征求了教育行政部门、先进家长学校以及部分专家、家教工作者和家长的意见，认为幼儿园、小学、初中开办的家长学校，分别授课 12 次左右、18 次左右、

10 次左右较为适宜。社区家长学校和通过新闻媒介组织的家长学校的授课时间和内容，可根据社会家长的需要而定。我们将根据上述课时安排，精选各年龄段儿童家庭教育的重要问题，作为主讲内容，并配以辅助材料，陆续编辑出版社区、幼儿、小学生、初中生家长学校系列教材，同时也作为教子知识读本献给广大家长。

本册《幼儿家庭教育指南》是由山东省家庭教育研究会组织山东师范大学教育系和山东省妇联部分专家和专业工作者编写的。内容分三部分：家教重点问题论述、咨询问题 100 例、家庭自测。第一部分，除了一般家教基础知识通论以外，突出了时代要求，着重对培养孩子做人、做现代人、做跨世纪人的基础教育问题进行了论述；第二部分，通过 100 个题例，力求为家长提供更实用、更具体的帮助；第三部分，是从现有我国已发表的资料中精选出来的，仅供参考。本书在编写中力求博采众长，科学严谨，重点突出，通俗易懂，增强实用性。愿此书的出版能为我省家庭教育工作提高到一个新水平起到进一步的推动作用。

由于我们水平有限，时间仓促，本书定有不少缺点和不足之处，恭请读者批评指正。

编者

一九九四年元月

目 录

前言	(1)
一、做一个合格的家长	(1)
二、幼儿家庭教育的基本任务和主要内容	(12)
三、正确地认识和进行早期教育	(19)
四、培养一个全面发展的好孩子	(25)
五、培养一个体格健壮的孩子	(31)
六、幼儿的心理特点与教育	(38)
七、培养孩子良好的性格与行为习惯	(45)
八、培养孩子的独立生活能力和社会适应能力	(52)
九、培养孩子健康的情绪情感	(58)
十、正确引导孩子的兴趣爱好	(65)
十一、帮助孩子获取知识技能	(71)
十二、开发幼儿的智力与创造力	(76)
十三、激励孩子上进的秘诀——期望与鼓励	(82)
十四、重视并指导好孩子的游戏	(87)
十五、创设良好的家庭育人环境	(95)
十六、帮助孩子过好入学关	(102)

咨询百题

卫生保健	(110)
1. 幼儿身体健康的标准是什么?	(110)
2. 您孩子的体重符合标准吗?	(111)

3. 怎样判断孩子的身高是否符合标准?	(112)
4. 怎样使孩子长得更高些?	(112)
5. 怎样培养幼儿良好的睡眠习惯?	(113)
6. 应培养幼儿哪些良好的饮食习惯?	(114)
7. 幼儿饮食有哪“十忌”?	(115)
8. 怎样科学地安排孩子的“食谱”?	(116)
9. 多吃什么食物可使孩子聪明?	(117)
10. 为什么说早餐要吃好?	(118)
11. 孩子“挑食”、“偏食”、“厌食”怎么办?	(119)
12. 孩子喜欢“吃零食”怎么办?	(120)
13. 怎样预防孩子的“肥胖症”?	(120)
14. 该不该给孩子吃高营养食品和补药?	(121)
15. 幼儿每天需要多少水?	(122)
16. 怎样给孩子挑选饮料?	(123)
17. 为什么孩子不宜多喝冷饮?	(124)
18. 为什么不能在餐桌上训斥孩子?	(125)
19. 为什么不要强行制止孩子的哭泣?	(126)
20. 如何保护牙齿、预防龋齿?	(127)
21. 怎样预防孩子生活性铅中毒?	(128)
22. 怎样预防幼儿的呼吸道、肠道疾病?	(128)
23. 怎样预防幼儿缺铁性贫血?	(129)
24. 怎样预防幼儿佝偻病?	(130)
25. 怎样替孩子诉说病情?	(131)
26. 怎样培养孩子对体育活动的兴趣?	(132)
27. 幼儿在家庭中可以进行哪些体育活动?	(132)
28. 辅导孩子锻炼身体时应注意哪些问题?	(133)

29. 儿童着装打扮应注意什么?	(134)
30. 幼儿看电视应注意什么?	(135)
智能开发	(136)
31. 早期教育有哪些关键年龄?	(136)
32. 怎样培养幼儿的观察力?	(137)
33. 怎样培养幼儿的注意力?	(138)
34. 怎样培养幼儿的记忆力?	(139)
35. 怎样培养幼儿的想象力?	(140)
36. 怎样培养幼儿的思维能力?	(141)
37. 怎样鼓励幼儿的创造性?	(142)
38. 创造力强的孩子有哪些主要特点?	(143)
39. 为什么要对幼儿进行感官刺激?	(144)
40. 怎样培养幼儿的口语表达能力?	(145)
41. 怎样培养幼儿的动手能力?	(146)
42. 怎样帮助孩子形成“数”概念?	(147)
43. 怎样指导孩子认识图形?	(148)
44. 怎样教孩子辨别颜色?	(149)
45. 怎样指导孩子看幼儿读物?	(150)
46. 怎样培养孩子读书的兴趣?	(151)
47. 怎样为孩子选择读物?	(152)
48. 如何帮孩子选择玩具?	(152)
49. 怎样给孩子讲故事?	(153)
50. 如何对待幼儿的提问?	(155)
品行培养	(156)
51. 家庭品德教育主要有哪些方法?	(156)
52. 如何在幼儿心中播下“爱祖国”的种子?	(157)

53. 怎样培养孩子勤俭的美德?	(158)
54. 怎样对孩子进行文明礼貌教育?	(159)
55. 怎样帮助孩子摆脱“自我中心”?	(160)
56. 怎样培养孩子的分享行为?	(161)
57. 怎样培养和保护孩子的自尊心?	(162)
58. 怎样培养孩子的自信心?	(163)
59. 怎样培养孩子的自我控制能力?	(164)
60. 怎样正确对待孩子好动的特点?	(165)
61. 怎样判断孩子是否有“多动症”?	(166)
62. 怎样使孩子活泼开朗?	(167)
63. 怎样使孩子不怯生?	(168)
64. 怎样帮助孩子克服恐惧心理?	(170)
65. 怎样教育孩子坚持做完一件事?	(171)
66. 怎样对待“淘气”的孩子?	(172)
67. 怎样教育喜欢“听好话、戴高帽” 的孩子?	(173)
68. 怎样对待孩子撒谎?	(174)
69. 怎样处理孩子之间的纠纷?	(175)
70. 孩子爱哭怎么办?	(176)
71. 孩子提出不合理要求怎么办?	(177)
72. 怎样对待爱发脾气的孩子?	(178)
73. 孩子打滚撒泼怎么办?	(179)
74. 孩子执意买不该买的东西怎么办?	(180)
75. 孩子“人来疯”怎么办?	(181)
76. 孩子跟大人顶嘴怎么办?	(182)
77. 孩子嫉妒心强怎么办?	(183)

78. 孩子拿了别人的东西怎么办?	(184)
79. 孩子不合群怎么办?	(184)
80. 给孩子讲道理不听怎么办?	(185)
81. 该不该给孩子零花钱?	(187)
82. 孩子生病时家长该怎样对待?	(188)
家长修养	(189)
83. 称职的家长有哪些要求?	(189)
84. 造就杰出儿童有哪些诀窍?	(190)
85. 哪几种家庭教育方式是不好的?	(190)
86. 家庭教育中有哪些心态是不好的?	(191)
87. 家长应怎样正确地爱孩子?	(192)
88. 家长教育子女为什么必须“口径一致”?	(193)
89. 老人宠孩子怎么办?	(194)
90. 家长怎样才能建立起自己的威信?	(195)
91. 怎样把握教育孩子的时机?	(197)
92. 怎样看待“超前教育”和“过度教育”?	(198)
93. 家长怎样与幼儿园配合共同教育孩子?	(199)
94. 怎样对幼儿进行性教育?	(200)
95. 责备孩子应注意什么?	(200)
96. 家长教育孩子的语言有哪些禁忌?	(201)
97. 为什么不能对孩子随便许愿?	(202)
98. 为什么不能打骂孩子?	(203)
99. 为什么不能吓唬孩子?	(204)
100. 没时间教育孩子怎么办?	(205)

体智自测

一、体格生长发育的衡量.....	(206)
二、智力自测.....	(211)
(一) 智力包括哪些成分.....	(211)
(二) 介绍一种简易智力自测法.....	(211)
(三) 在日常生活中测查幼儿的智力.....	(215)
(四) 介绍几种主要智力成分的测查方法.....	(215)

一、做一个合格的家长

大家知道，家庭教育是指在家庭生活中由家长（教育者）对子女（受教育者）实施教育的过程。大量事实和研究材料告诉我们，家庭教育的成败或质量的高低，主要取决于家长是不是一个“合格”的教育者。这也就是说家庭教育的关键在于家长本身是否具有教育子女的良好素质和修养。因此，本书第一讲就来和大家谈谈“做一个合格的家长”的问题。

（一）家长是不是合格关系到家庭教育的成败

家长是不是合格，说到底就是家长本身的素质和修养水平高低的问题。家庭教育实践和理论研究说明，家长素质高低既关系到家庭教育的结果——家庭教育的成败，又影响着家庭教育的过程。

1. 家长素质直接关系到家庭教育的成败

古人说：“合抱之木，生于毫末”，“人生之路，起于孩提”。这话很有道理。现代儿童心理学研究指出，从出生到入学前是人一生中身心发展最迅速、最重要的时期。人生最初几年是在家庭中度过的，“人之初”教育起始于家长。家长本人素质及其对子女进行的教育，对子女有着强烈而深远的影响。中外历史上的许多名人，他们之所以成才，对社会做出重大的贡献，原因当然是多方面的，但与父母对他们的影响和培养是分不开的。我国广为流传的“孟母断织”、“岳母刺

字”的感人的家教故事说明，孟子之所以成为我国著名的思想家、教育家，岳飞之所以成为民族英雄，无不与他们幼年时期受到良好的家庭教育直接相关。我国著名历史学家、文学家司马迁的父亲是古代的一个史官，从小熟读诗书和历史，立志要写一部史书。司马迁在父亲的教育培养下，不仅练就了写好文章的本领，而且立志成就一番大事业。他在父亲去世后，决心子承父业，尤其难能可贵的是在他受酷刑以后，仍能以顽强的毅力写出千古流传的不朽著作《史记》。再拿岳飞来说，由于他从小受到母亲的良好教育，立志忠心报国。当他成了统率十万大军的将领之后，自己的生活仍然十分简朴，对子女要求非常严格。他的孩子吃的是粗茶淡饭，穿的是粗布衣服。他还让孩子亲自种菜种粮，目的是让孩子懂得种田的艰辛。他的长子岳云多次出生入死，屡建战功，但为了防止孩子骄傲，他多次压下战功不报。由于岳飞的言传身教，岳云终于成为一员英勇善战的名将。

由于家长不但和孩子接触最早，而且接触时间最长，“毛细雨湿衣裳”，家长的品德行为、言谈举止无不深刻而久远地影响着孩子的成长。我国著名文学家老舍的父亲去世早，他同母亲相依为命。勤劳俭朴、忠厚善良的母亲给老舍以深刻的影响：老舍爱整洁、讲礼貌、守秩序是从母亲那儿学来的；老舍豪放、热忱、百折不挠的刚毅性格，是母亲传给他的。他在纪念母亲的时候，满怀深情地写道：“从私塾到小学，到中学，我经历过起码有百位教师吧，其中有给我很大影响的，也有毫无影响的。但是，我真正的教师，把性格传给我的，是我的母亲。母亲并不识字，她给我的是生命的教育”。世界发明大王爱迪生，一生发明创造多达 2000 余种，是由于他有一

位伟大的母亲从小就对他实施良好的教育；英国著名物理学家威廉·汤姆逊，10岁就进入大学学习深造，青年时期在物理学领域已有很深造诣；德国法学家卡尔·维特，9岁时已能自由运用6种语言，并通晓物理学、化学、植物学和动物学，尤其精通数学，9岁考入莱比锡大学，14岁获博士学位。这些人之所以能成为科学发展史上有杰出贡献的著名人物，一个重要的甚至是决定性的原因是他们从小就受到了父母的良好教育。可见父母的素质、良好的家庭教育对一个人的成长是多么的重要、多么深远。这正如我国近代著名教育家蔡元培先生所指出的：“家庭者，人生最初之学校也。一生之品性，所谓百变不离其宗者，大抵胚胎于家庭之中。习惯固能成性，朋友亦能染之，然较之家庭，则其感化之力远不及者。社会国家之事业，繁矣，而成大业之人物，孰非起于家庭中呱呱之小儿乎？虽伟大杰士之意见及行为，其托始于家庭中幼年所受之思想者，盖必不鲜。”

相反，家长素质水平低，家长身上的毛病、缺点传给孩子，对孩子的影响也非常大。常言说“父母是孩子的样子，孩子是父母的镜子”。家长的一言一行，无不潜移默化地在影响着孩子：父母见钱眼开，自私自利，孩子也可能极端自我中心，一事当前想着自己；爸爸妈妈虚伪，不诚实，孩子也可能骗人、撒谎；家长手脚不干净，孩子很可能养成小偷小摸、顺手牵羊的恶习。

父母言行不一，嘴里说的一套，实际做的又是一套，也会给孩子以极坏的影响：比如，父母教育孩子勤奋学习，可他们自己下班后不读书不看报，搓麻将，虚度光阴；家长要求孩子和同学团结友爱，但他们自己经常和同事闹矛盾，与

邻居发生纠纷；爸爸妈妈平时嘱咐孩子守规矩，讲礼貌，但当他们领着孩子到商店排队买东西时，就对孩子说：“你人小，到前面夹个塞儿”，……不文明不道德的种子就这样悄悄地撒进了孩子的稚嫩的心田，玷污、腐蚀了孩子本是纯洁的心灵！

由于家长本身的素质、修养以及重视家庭教育程度不同，从不同家庭中出来的孩子的品德和行为有显著的差异。北京市教育科学研究所对108名优秀学生的调查指出，有80%的学生家长本身素质高，以身作则，有民主作风，主动与学校联系、配合，他们特别注重教育孩子学会做人，做一个有理想、爱祖国、爱人民、诚实正直关心别人的人；教育孩子勤劳朴实，对人有礼貌。相反，学校教育的现实也说明，那些在学校不努力学习、成绩差不守纪律、品德和行为表现有这样那样缺点或毛病的“双差生”或“问题儿童”，大都能从他们的家长身上和家庭教育中找到“根源”。对一些失足青少年的研究表明，家长品德不端，行为不轨，常常是孩子失足的“起因”。北京市教科所的研究工作者对北京市108名失足青少年的家长素质和家庭教育状况进行的调查指出，76%的家长素质水平低，家庭教育状况差。其中有63%的家长经常以个人利益为诱饵，引导孩子“向钱看”。13%的家长对孩子的要求标准不高，他们只求孩子不惹事就行了。就教育方法来说，有45%的家长实行独裁、专制主义教育，动辄打骂孩子，孩子不听话就打，结果越打越糟，致使孩子一步步走上了犯罪道路。

青少年犯罪的原因十分复杂，对我国青少年犯罪情况的调查研究指出，家长素质差，不良的家庭教育是构成青少年犯罪的重要原因。有人对某市198名因家庭因素而违法犯罪

的青少年的分类情况说明家长品行不端、娇惯溺爱子女、教育方法不当等对青少年失足犯罪的影响是多么大。(见表1)

表1 不良家庭教育对青少年犯罪的影响

类 别	人 数	百分比
因父母或家庭不和而缺乏教育	59	29.8
双职工、多子女, 忽视教育	38	19.2
家长品行不好对子女的影响	31	15.66
小时娇惯溺爱, 长大管不了	31	15.66
教育方法不当	26	13.3
只抓子女挣钱, 不抓子女教育	13	6.06

上述正反两方面的事实有力地说明, 家长素质高, 家庭教育好, 就会教子成才; 相反, 就会玷污孩子, 甚至会带来灾难性的后果, 断送了孩子的美好前程。可见, 家长是不是合格是家庭教育的关键。

2. 家长素质影响着家庭教育的过程——目标和方式

家庭教育是个复杂的系统工程, 影响家庭教育的因素固然十分纷纭复杂, 涉及到方方面面, 但是最直接、最深刻的影响因素则是家长本身的素质和修养。这是因为家长是家庭教育的主导, 是家庭教育工程的设计师和执行者, 是最直接、最经常、最重要的教育者。家长本身的素质对整个教育过程的影响集中表现在如下两个方面:

第一, 对家庭教育目标的影响。素质不同的家长, 人生观不同, 价值取向不一样, 对孩子的期望值和所设置的目标也不相同。研究指出, 家长对孩子寄予期望, 设置适中的目

标，能有效激励孩子奋发向上，相反，家长如果孩子不抱任何期望，或设置的目标过低或过高，都不利于孩子身心的健康发展。关于这个问题本书第十三讲《激励孩子上进的秘诀——期望与鼓励》已作专门介绍，这里不再赘述。在现实的家庭教育中，由于家长们的素质不同，有的家长对孩子不寄期望，不提要求，相信“树大自然直，人大自然好”的哲学，听之任之，放任自流；有的对孩子的期望很低，认为孩子小，只要身体好，不长病就行；有的受市场经济的冲击，目光短浅，认为“读书成才，不如现在发财”，不惜让已上学的孩子中途辍学；有的家长“重智轻德”，眼睛只盯着孩子的考试分数，对孩子的为人、品德行为，不闻不问；有的望子成才心切，恨不能让孩子一下子变成“超常儿童”，出类拔萃，出人头地；有的过早“定向培养”，不惜工本，强制孩子学书画，学音乐，习武艺，练钢琴……凡此种种，都是当前我国家庭教育中的“误区”，不但不利于孩子的全面发展，有时甚至适得其反，严重影响或摧残了孩子的身心健康。不提高家长素质，不端正家长的价值观、人生观，行吗？！

第二，对家庭教育方式的影响。不同的家长，素质不同，对孩子的教育态度和教育方式也不尽相同。纵观家庭教育现实，凡家长素质高的，对子女的教育态度正确，教育方法对头；相反，凡家长素质低，对孩子的教育态度不正确，教育方式方法往往违反科学规律。心理学研究告诉我们，家长对子女态度不同，孩子在这种态度的长期影响下所形成的性格也有很大差别。请看心理学家鲍德温等人关于父母养育孩子的态度与孩子性格形成的关系的研究（见表2）。