

父母必备的早教科普知识手册



# 跟幼儿园教师 学早教

蔡万刚◎编著



以教师的眼光看孩子  
以平和的心态养孩子


- ◆ 不同视角，别样心态
- ◆ 与孩子一起成长
- ◆ 新手爸妈莫要慌，幼儿园教师来帮忙

中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

# 跟幼儿园教师学早教

蔡万刚/编著

 中国纺织出版社有限公司

## 内 容 提 要

每个父母都希望孩子有好的成长和发展，有璀璨的未来和人生，然而千里之行始于足下，如果不能对孩子进行良好的早期教育，就会错过帮助孩子发展诸多能力的关键时期，这显然是父母们所不愿看到的。

本书以儿童心理学作为基础，从儿童身心发展规律和节奏的角度出发进行分析，结合孩子在现实生活中的各种表现，全面分析早教的必要性和重要性，也告诉父母们如何做才是正确的早教，从而更好地引导孩子健康成长。

### 图书在版编目（CIP）数据

跟幼儿园教师学早教 / 蔡万刚编著. --北京：中国纺织出版社有限公司，2020.7  
ISBN 978-7-5180-7365-8

I. ①跟… II. ①蔡… III. ①早期教育—家庭教育  
IV. ①G781

中国版本图书馆CIP数据核字（2020）第075980号

---

责任编辑：王 慧 责任校对：韩雪丽 责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textile.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博<http://weibo.com/2119887771>

三河市宏盛印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2020年7月第1版第1次印刷

开本：880×1230 1/32 印张：7

字数：125千字 定价：39.80元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

## 前 言

没有一个父母不是望子成龙、望女成凤的，尤其是如今在全民教育焦虑的现状下，提前教会孩子各种知识，给孩子报名参加越来越多的兴趣班，把孩子每一分钟的时间都“高效”利用起来……看起来，孩子的童年变得前所未有的充实，而实际上，孩子已经彻底失去了无忧无虑的童年。这样拔苗助长的方式，对于孩子而言真的好吗？

遗憾的是，很少有父母会有这样的反思，因为他们正在忙着把自家孩子和其他孩子进行比较。如果自家孩子十分超前，他们会感到特别兴奋，也很骄傲；如果自家孩子严重落后，他们会感到非常沮丧和失落。作为父母，在未经孩子同意就把孩子进行比较之前，请先把自己和那些优秀孩子的父母进行比较，看看自己哪里做得好、哪里做得不好。相信当父母把自己和其他父母进行比较之后，就会知道比较根本是不合理的，也是毫无意义的。

在这个世界上，每个人都是独一无二的存在，不具备可比性。父母如此，孩子也如此。不知何时，有人提出了起跑线的观点，其实每个孩子的人生根本不存在共同的起跑线，这是因为他们有各自的起跑线。父母只需要知道的是自家孩子的全面



情况，找准孩子的起跑线，这样才能从孩子的情况出发，对孩子因材施教。有人说，鞋子是否合脚，只有脚知道，实际上教育是否适合孩子，也只有父母和孩子才能知道。即便是从那些特别出类拔萃的孩子身上总结出来的教育经验，也未必适应我们的孩子，更不可能让我们的孩子同样获得成功。父母只有想清楚这一点，才能在教育孩子的过程中坚持正确的观点，选择合适的方式方法，为孩子的成长引路。

然而，很多职业都有上岗前的培训，唯独父母没有。偏偏父母又是世界上最难做好的职业，每一个父母必须跟上孩子成长的节奏，与时俱进不断进步，这样才能坚持当好孩子的引领者。说到这里，我们不得不提起一个新名词，那就是“成长型”父母。整个时代都在快速发展，全世界都处于日新月异的发展之中，作为父母如果总是停留在原地，不能坚持进取，引导孩子成长，则会渐渐地被孩子甩下，落后于孩子的成长。这样的状态，显然是很多父母都不曾意识到，也没有主动去面对的。没有人天生会做父母，我们要当好父母，就要和孩子一起努力，坚持成长，为孩子打造“成长型”家庭，这样孩子也会形成积极进取的精神，主动成长，主动进步，变得越来越强大！

当然，孩子在成长过程中会遇到各种各样的问题，尤其是当处于0~6岁的成长期时，孩子各个方面的能力都在快速发展，也会经历人生中无数个第一次。作为孩子的陪伴者和引导



者，父母只能和孩子一起“升级打怪”，和孩子共度难关。当各种问题来袭的时候，面对无助的孩子，父母还要意识到什么时候该全力以赴帮助孩子，什么时候该对孩子放手，这样才能发展孩子各个方面的能力，培养孩子顽强、坚韧的品质。

意大利著名的教育家蒙台梭利说，儿童是成人的父。要想更好地陪伴孩子成长，对孩子开展早教，父母还要跳出“怪圈”。很多父母在不知不觉间都扮演着孩子救世主的角色，对孩子总是一副居高临下的派头，嘴上说着要尊重和平等对待孩子，给孩子充满爱与自由的成长环境，实际上总是想要指挥和控制孩子，总是在无形中压迫着孩子的生存空间。作为父母，切勿觉得自己总是高孩子一等，而是要感谢孩子以自己的纯真、赤诚，给予了父母又一次走进童真世界的机会。所以不是父母引领孩子成长，而是父母和孩子共同成长，相互学习和促进。

0~6岁，还是孩子性格形成的关键时期，在这个阶段，孩子会完成80%~90%的性格塑造，为此心理学上把这个阶段称为潮湿的水泥塑造期。可想而知，在这个阶段里，孩子性格的可塑性很大。0~6岁，孩子前3年是在家里度过的，后3年通常要上幼儿园。作为父母，要抓住这个关键时期对其进行性格塑造，也要为孩子选择合适的幼儿园，从而实现家校合作对孩子进行统一的教育。过了这个阶段，孩子在7~12岁之间，被称为凝固的水泥期。显而易见，这个时候想要对孩子进行大的塑造很



难，只能对孩子进行引导，完善孩子的性格形成。经历了这两个水泥期之后，孩子进入青春期，开始了向成年的过渡，父母再想塑造孩子就会很难。由此可见，学龄前的早期教育对于孩子很重要，父母要形成早期教育的正确观念和理性态度，才能肩负起对孩子开展早期教育的重任，也才能让早期教育对孩子起到正面的作用和积极的效果。教育，何时开始都不算早，父母一定要重视早期教育，抓住教育孩子的黄金时期！

编著者

2020年1月

# 目 录

第01章	早教：关键能力的有效培养和激发手段	001
	早教是什么	002
	如何进行早教	004
	快乐的早教就是快乐地玩儿	008
	让孩子学会独自面对	010
	为孩子挑选合适的幼儿园	012
第02章	激发宝宝潜能：早教的宝宝更聪明	017
	在共读时光里激发孩子的阅读兴趣	018
	培养孩子热爱学习的好习惯	020
	培养孩子的求索和钻研精神	022
	激发孩子思考的欲望	025
	具有成长型思维的孩子更加潜力无穷	028
	放下成人的偏见，保护孩子的求知欲	031
第03章	早期体能培养：运动开发让宝宝茁壮成长	035
	不会走路的婴儿，也可以散步	036
	和爸爸一起奔跑	037
	想运动总有机会	040



小小的家庭足球队·····	042
扭扭车和三轮车都是孩子的好伙伴·····	044
在一年四季的景色中做喜欢的事儿·····	046
有院子的孩子很幸福·····	048
<b>第04章 培养科学探索精神：让宝宝拥有严谨的思维·····</b>	<b>051</b>
算术题在生活中无处不在·····	052
孩子就要有寻根究底的精神·····	054
春天来了，我们去植树吧·····	056
给昆虫们开一场聚会·····	057
这个药水真的很神奇·····	059
小小建筑家的梦想·····	061
<b>第05章 培养自主独立性：</b>	
独立是在这个世界立身生存的第一要义·····	065
让孩子独立入睡和安眠·····	066
九个月的孩子可以上托儿所吗·····	068
专注吃饭，才能保证营养·····	072
孩子应该得到需要的营养·····	074
吃完饭，你忘记做什么了·····	076
学会制作简单的早餐·····	078
小小导游健步走·····	080



<b>第06章 培养宝宝好性格：性格好的孩子命运自然少不了</b> ·····	083
自信是孩子人生的翅膀·····	084
安全感让孩子远离焦虑·····	087
当好妈妈，才能给予孩子安全感·····	090
身体要疏远，心灵要亲近·····	093
孩子为何会有分离焦虑的表现·····	096
<b>第07章 培养宝宝好习惯：好习惯决定孩子的一生</b> ·····	099
一口好牙齿是孩子的福气·····	100
孩子可以独立如厕了吗·····	102
帮助孩子养成早睡早起的好习惯·····	105
孩子为何总是粗心呢·····	108
不要太早让孩子看视频·····	110
玩具多并不好·····	113
<b>第08章 沟通能力培养：明明白白和孩子说话</b> ·····	117
表达清晰，才能对孩子传情达意·····	118
随便夸孩子真的好吗·····	120
漂亮女儿就该人人都夸·····	122
给孩子爱的表达，传递更多爱意·····	124
你经常对孩子说“对不起”吗·····	127
设身处地为孩子着想，才能与孩子共情·····	129



<b>第09章 交际能力培养：别看宝宝小，同样有社交</b> ·····	133
小宝宝也会有社交·····	134
孩子被打了，要怎么办·····	136
引导孩子学会分享·····	140
培养孩子的餐桌礼仪·····	142
培养孩子主动关爱他人·····	144
引导孩子与小伙伴分工合作·····	146
<b>第10章 让宝宝认知规则：帮助宝宝建立秩序感</b> ·····	149
有规则，孩子的行为才有边界·····	150
暂停的次数多了，也就不管用了·····	152
真正明智的父母，从来不会打骂孩子·····	154
贯彻规则，言行一致·····	156
蹲下来，看到孩子眼中的世界·····	158
家长未必要居高临下对待孩子·····	160
<b>第11章 打造高情商宝宝：人气时代情商比智商更重要</b> ·····	163
延迟满足真的对孩子那么重要吗·····	164
孩子自控力强，才能驾驭自我·····	166
做游戏，让孩子学会自控和等待·····	168
坚持，才是通往成功的真正桥梁·····	170
突破瓶颈期，才能有更好的发展·····	172
管理好情绪，才能更强大·····	174



情绪宜疏不宜堵·····	176
<b>第12章 培养孩子语言能力：一语一世界</b> ·····	<b>179</b>
胎儿可以感受双语的熏陶·····	180
为孩子营造双语的环境·····	181
幽默的故事给孩子带来笑声·····	184
理解能力强，语言能力就不会弱·····	186
让宝宝也当一天妈妈·····	188
利用生活场景激发孩子的语言能力·····	190
寓教于乐，让认知的效率更高·····	192
<b>第13章 培养孩子情感控制能力：</b>	
理解孩子的哭闹，为孩子建立安全感·····	195
孩子性格倔强怎么办·····	196
孩子之间互不相让怎么办·····	198
如何引导孩子消除嫉妒情绪·····	199
孩子，你到底在害怕什么·····	202
认可孩子的积极行为，助力孩子养成习惯·····	204
环境变得简单，冲突随之减少·····	207
孩子总是哭着求抱抱怎么办·····	209
<b>参考文献</b> ·····	<b>212</b>

## 第01章

### 早教：关键能力的有效培养和激发手段

近些年来，随着早期教育的兴起，针对不同年龄段的教育培训机构如同雨后春笋般冒出来，也让很多望子成龙、望女成凤的父母趋之若鹜。难道早教真的这么神奇，可以改变孩子的一生吗？不得不说，成功的早教的确是孩子不可或缺的，但是如果父母对于早教的认知和理解有失偏颇，则非不会对孩子的成长起到助力作用，反而会事与愿违，起到揠苗助长的效果。作为父母，要想对孩子开展早教，就要正确认知和理解早教，也要掌握能够培养和激发孩子幼儿阶段关键能力的手段，这样才能让早教事半功倍。



## 早教是什么

对于早教，很多父母都不理解它的概念，也不知道早教涵盖哪些方面的内容。所谓早教，是早期教育的建成，从广义的角度而言，指的是孩子从出生开始到学龄前这个阶段的教育。从狭义的角度而言，早教也指早期学习。很多父母对于早教的认知都局限在狭义的角度，觉得早教就是提前引导孩子进行学习，或者是有意识地对孩子开展教育。从本质上而言，在整个学龄前，父母与孩子一起生活、产生互动，都属于早教的范畴。为此早教不仅仅指的是花钱送孩子去亲子机构上课，也指的是父母在日常生活的点点滴滴之中引导孩子，陪伴孩子，帮助孩子。

毋庸置疑，早教对于孩子的成长是很重要的。传统的观念认为孩子在五六岁真正懂事记事之前，和谁一起成长、接受怎样的教育都无所谓，但现在科学的育儿观念认为，孩子们在学龄前，各方面的能力都处于黄金发展阶段。父母必须抓住这段时间对孩子进行启迪，激发孩子各个方面的能力，才能让孩子的能力得以快速提升。

2~3岁，是孩子语言能力发展的关键时期，在这个阶段，孩子很擅长模仿，也会在无意识学习的状态中掌握很多的词汇，进行更好地表达。4~5.5岁，孩子对数字会非常敏感，父母



如果抓住这个时期对孩子开展引导，则孩子会掌握很多数字。6岁，孩子对于大小和方位知觉会很敏感，为此这个阶段的孩子很喜欢确定方位，也最喜欢当全家人的导游。当顺利地走到想去的地方，他们会感到非常骄傲和自豪。总而言之，在0~6岁之间，孩子各方面的能力都在快速发展，父母如果能够抓住这段黄金时间对孩子展开教育和启迪，则能够大大提升孩子的智力发展水平，也为孩子未来的学习和生活奠定良好的基础。

要注意的是，父母在对孩子开展早教的时候，一定要避免狭隘的思想，不要觉得必须让孩子提前学会很多的知识和内容，早教才是成功的。俗话说，磨刀不误砍柴工，如果父母能在幼年阶段大力发展孩子的能力，即使孩子没有在学龄前掌握太多的知识，一旦进入学校开始学习，也会快速积累知识，甚至有可能后来居上。父母切勿把早教的侧重点放在向孩子灌输各种知识方面，而是要意识到孩子只有具备学习能力，形成对于学习的兴趣，同时掌握主动学习的方法，才能在学习方面事半功倍。反之，就算孩子预先学习了一些知识，却有可能随着时间的流逝而遗忘，而且因为知识难度不断增大，而在学习方面呈现出退步的姿态。

早教宜早不宜迟，刚刚出生的新生儿就可以接受合理的早教，前提在于父母要知道针对不同年龄段的孩子进行早教需要注意的事项和采取的方法。日本大名鼎鼎的早教专家木村久一认为，新生儿在刚刚建立认识的时候具有强大的潜能，随着



年龄的增长，他们的潜能呈现出下降的趋势。以这个理论作为基础，我们不难推断出：早教开始越早，效果越好；开始越晚，效果越差。很多父母担心太早开展早教会损伤孩子的智力发育，实际上这种担心完全是多余的。当父母能够正确认识早教，也能够采取正确的方式方法开展早教，则在外部有益刺激的作用下，孩子的大脑会更快速地发育和成长。

作为父母，你做好早教的准备了吗？记住，一定要符合孩子的身心发展特点和规律，一定要以孩子的兴趣作为出发点因势利导，一定要摆正心态避免急功近利，注重方式方法才能保证早教的效果。早教不是刻意为之，而是父母教育理念在日常生活中的渗透和发挥；早教不是急功近利，而是充满耐心的引导和点点滴滴的积累。早教，也可以贯穿在爱与快乐之中，作为父母给孩子的最好礼物。

## 如何进行早教

自从在孕期听到一个教育培训机构负责人的早教讲座之后，妈妈心心念念的都是早教，甚至认为只要孩子经历过早教，就能成长为出类拔萃者。为此，球球才刚刚满月，妈妈就想带着球球去上早教课，后来在爸爸和奶奶的极力劝阻下，妈妈终于打消了这个念头。等到球球过了百天，又学会了翻身，



妈妈再也按捺不住，赶紧给球球报名参加早教班。

从小就上早教班的球球，在3岁之后，就提前开始了课外班生涯。妈妈给球球报名参加了绘画班、跆拳道、舞蹈课、钢琴课、蒙氏数学、英语学习等，足足有八个培训班。看着同龄的孩子都在自由地玩耍，而球球却奔波在各种培训班中，爸爸感到很困惑：“你把钱花出去就叫早教了吗？”在接二连三上课之后，球球明显变得有些疲惫，而且也不像平日里那么活泼和精力充沛了。爸爸咨询的教育专家忍不住批评妈妈：“简直是乱弹琴，早教课不是剥夺孩子的童年，更不等同于提前学习，你们这样只会揠苗助长，反而不利于孩子的身心发展。”听到权威的专家这么说，妈妈赶紧暂停各种培训课程，但是对于如何开展早教，妈妈却感到迷惑了。

很多父母都误以为只要把钱花出去，给孩子报名各种培训班，就相当于完成了对孩子开展早教的任务，接下来的事情只需要交给老师去做就好。其实，这种观点完全是错误的。真正的早教不是提前教会孩子很多知识，也不是压缩孩子的童年，而是要给予孩子更多的关注与爱，为孩子营造自由的环境发挥天性，在观察孩子兴趣的基础上因势利导，培养和发展孩子的兴趣与特长。这样的早教才能起到效果，也才能给予孩子的成长更多的滋养。

要想正确开展早教，就要坚持几个原则。首先，要以孩子的兴趣作为出发点，对孩子正确引导，而不要总是根据父母的