

科学育儿知识丛书

婴幼儿教育 (七)

韩文 主编

延边大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿知识丛书/韩文主编.

—延吉: 延边大学出版社, 2004.11

ISBN 7-5634-1732-X

I. 科…

II. 韩…

III. 婴幼儿—保健—基本知识

IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 111169 号

延边大学出版社出版发行

(吉林延吉市公园街 105 号 邮政编码 133002)

中铁十六局印刷厂印刷

787×1092 32 开 495.75 印张

2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1~1 000 册

定价: 1504.00 元(本卷 16.00 元)

目 录

◎给他一双观察的眼睛.....	1
◎立家规：良好习惯由此开始	3
◎父母们请等一等孩子.....	7
◎自信的起步.....	11
◎电梯满了谁该下.....	20
◎把爱注入孩子“情感油箱”	23
◎小心！我正处于注意力低谷	26
◎培养好习惯，治疗爱心缺乏症.....	29
◎适时教育，让孩子“当家”	36
◎适应环境下生存.....	42
◎鼓励宝宝一起动手做事情.....	46
◎重塑父母自身做孩子好榜样	49
◎让责任感与孩子的成长同行	55
◎好的生活习惯从一点一滴做起.....	58
◎宝宝是真的任性吗	63
◎管得住，放得开.....	69
◎“永远都要坐前排”的精神	76
◎治疗“胆小怕黑”的绝招.....	80

◎乐观父母培养乐观的孩子.....	83
◎调整竞争心态，笑迎挑战.....	88
◎嫉妒，心灵里的一株杂草.....	92
◎淘气的背后.....	96
◎家庭中的感觉统合失调训练.....	100
◎澳洲：想家的女孩长大了.....	106
◎从小培养一个合群的小宝宝.....	108
◎新入园宝宝自理能力速成班.....	114
◎怎样来培养一个合群的孩子.....	118
◎关心过度兴奋的儿童.....	123
◎从小培养孩子五种良好品质.....	128
◎训练孩子遵守纪律的好习惯.....	134
◎让孩子体验赠予的快乐.....	135
◎美国宝宝的早期幽默感训练.....	137
◎世间最美的礼物：关爱之心.....	141
◎怎样养育不同气质的小宝宝.....	143
◎自控，孩子抓住情绪的缰绳.....	149
◎宝宝道德品质之全方位指导.....	154
◎在孩子做事过程中赏识孩子.....	158
◎蹦蹦跳跳的童年.....	165
◎怎样去培养婴幼儿的专注力.....	182

◎家长们你了解孩子的气质吗	187
◎注重婴幼儿的行为素质培育	190
◎怎样纠正考试怯场的坏习惯	193

◎给他一双观察的眼睛

宝宝如果没有细致的观察力，就不可能对事物有明确的认识，也不可能有活跃的思维，更不可能产生丰富的想象。幼儿时期是智力发展十分迅速的时期，教宝宝学会观察，是培养智力的有效方法。

教幼儿观察事物，可不仅是让他用眼睛看，而是要引导他通过各种感觉器官，即用眼看、耳听、鼻闻、口尝和手触来全面地认识事物：看一朵花，知道这朵花是红的；闻一闻，知道这朵花是香的；摸一摸，知道花瓣很细软。只有在这样的观察中，运用感官认识许多事物。

年轻的爸爸妈妈，不仅要在生活中引导幼儿多观察，培养他仔细认真的观察习惯，还要教会他观察的方法，这样才能更好地发展他的观察力。培养幼儿的观察力，应掌握从近到远、由浅入深、从易到难的原则。

一、次序法

培养孩子的观察力，要锻炼幼儿的次序感。观察要按从头到尾，从上到下，从前到后，从左到右，从整体到局部的次序进行。

观察公鸡

观察一只鸡，从整体看，鸡的身体是扁圆的，

两头小，中间稍大，全身长满羽毛。从头到尾看，头上有红红的鸡冠，尾巴还有上翘的长羽毛。

二、比较法

为使幼儿清楚所感知到的事物，可引导幼儿运用比较观察的方法。

如把两种不同但又比较接近的东西放在一起，让幼儿找出它们的相同点和不同点，这样孩子的印象就更深刻了。

三、过程法

让孩子在一个时间段观察一件事物的变化发展，可以培养幼儿全面看待事物，又可以培养孩子的耐力。

观察一群蚕宝宝

在家里养几条蚕宝宝，妈妈和宝宝一起照料。蚕吃桑叶很快，从小虫到长大蚕要脱好几次皮，最后蚕宝宝吐丝做茧，还排出一粒粒黑色的大便，多有趣啊！

四、分析法

幼儿稍微大些的时候，可以引导幼儿在观察现象的同时分析原因，加深幼儿对事物的理解。

观察小金鱼

告诉孩子金鱼每个部位的名称，告诉他金鱼身

上为什么有鳍？因为金鱼是用鳍来游泳的。为什么尾巴要摆动？因为要在水里转弯游动。

五、讲述法

要求幼儿把观察到的内容用简单语言表达出来。

比如：妈妈包饺子，就让宝宝观察包饺子的过程：准备馅料、和面、擀皮、包饺子，下锅。散步时遇到一只小狗，让幼儿观察小狗吃食、摇着尾巴表示着急、跳着接起东西、蹲着吃，然后问一些问题，让孩子将看到的告诉妈妈。

兴趣是观察的动力，培养幼儿的观察力，最主要的是引起他对观察的兴趣。当幼儿对观察表现出极大兴趣时，应让他仔仔细细地观看。当他提问时，家长津津乐道地解答，以加强幼儿的观察兴趣。对幼儿自己发现的感兴趣的观察对象，家长应及时满足他们的观察愿望。

家庭中、马路上、公共场所……供幼儿观察的世界丰富多彩，只要爸爸妈妈们有心选择，你的宝宝一定会拥有一双准确认识大千世界的慧眼。

◎立家规：良好习惯由此开始

常有家长抱怨，孩子在幼儿园和在家时判若两人：在幼儿园里，自己吃饭、穿衣，按时睡觉，和

小朋友们友好相处；可一回家就完全变了个样儿，任性耍赖，胡搅蛮缠。

孩子为什么会变成“两面派”

究其原因不难发现，幼儿园有一套系统、固定的规章制度，而且这些规章制度都带有强制性，任何人都不允许例外，幼儿在长期遵守的过程中，心理上形成了定势，从而转化成一种习惯行为。而在家就不同了，没有各种规定的约束，加上孩子一哭闹，家长就容易妥协，孩子完全不需要自我控制，所以就变得不听话了。

没有规矩，不成方圆

家庭应该制定一些简单、必要的规定，让幼儿从小在有规律的生活中养成良好的行为习惯，并学会自我控制。家规可包括以下几个方面：建立生活规律

家长要根据孩子的年龄制定一份作息时间表，把幼儿一天的生活作出科学合理的安排，起床、睡觉、吃饭、学习、户外活动都应有一个相对固定的时间。作息时间一旦确定就要严格执行，长期坚持，不要因为家里来了客人或大人有活动就随意扰乱孩子的生活规律。当然，特殊情况下，比如节

日、生日时，可以允许孩子自由一些，但事先必须申明原因和具体要求，让孩子明白这是特殊缘故，不至于在平日也提出要求而破坏常规。

制定行为准则

家长可将良好的行为举止制定成必须遵守的行为准则，让幼儿通过反复执行内化成一种自然而然的习惯性行为。例如：

吃饭之前要洗手；吃饭时要坐在固定的位置，不许乱跑或边吃边玩；幼儿长到可以上桌了，应要求他等大人到齐后一起开饭；喜欢的菜不能拉到自己面前；每次要吃完自己的一份饭菜，吃完后把碗筷、椅子放好。自己玩过的玩具、看过的书要及时整理归位；未经允许不能乱动大人的东西；家里的电源插座、危险物品要教幼儿识别，禁止接触。

家中来客要懂礼貌，大人说话不插嘴，客人面前不哭闹，乐意把玩具、食品拿出来与小客人一同分享；随父母外出做客要主动叫人、问好，不大声喧哗，接受礼物、食品要道谢，不得到主人许可不乱动人家的东西，绝对禁止随便开人家的抽屉。

尊重长辈，与长辈见面要主动打招呼。

做游戏、下棋要遵守既定的规则，不能因为怕输而耍赖。

提出劳动要求

劳动不仅能使幼儿增长知识、锻炼意志、增强责任心，而且可以培养幼儿做事有始有终、尊重他人劳动等良好品质。幼儿劳动应从自我服务开始，从小要求孩子自己的事情自己做，一般来说，3岁学会用匙吃饭、穿脱袜子、收拾玩具；4岁学会刷牙洗脸、穿脱衣裤、系鞋带；5岁学会用筷子吃饭、整理自己的抽屉。另外，可视幼儿的年龄大小规定他参加一些力所能及的家务劳动，例如：2岁的幼儿可以帮大人拿递小物品；3、4岁的幼儿可以分筷子、端饭；5、6岁的幼儿可以折衣服、叠被子、买小商品等。幼儿乐意做事，而且非常负责，但由于能力和经验的不足，常常会好心办坏事，因此，培养幼儿劳动不有操之过急，要有耐心，多指导，多鼓励，千万别说“帮倒忙”、“越帮越忙”之类的话打击的孩子的自信心。家庭建立家规，应遵循以下原则

- ①符合幼儿的年龄特点，力所能及；
- ②循序渐进，不要一下子太多，幼儿记不住；
- ③标准一致，不可朝令夕改，让幼儿无所适从；
- ④坚持不懈，使幼儿习惯成自然；
- ⑤以身作则，为幼儿树立好榜样。

◎父母们请等一等孩子

孩子有孩子的身心发展规律，有自己的成熟过程，我们要允许孩子按照自己的发展轨迹逐步走向成熟，要善于等待孩子，不要急于求成。

散步观察时放慢速度

鹏鹏的爸爸妈妈都很忙，这个休息日好不容易有时间带着孩子去公园游玩。夫妻二人商量好了要让儿子看“菊展”，教他识别、分辨不同品种的菊花，然后再去儿童游乐场玩。

一进公园大门，爸爸妈妈就催孩子快点走，可是鹏鹏却慢悠悠地东张西望看个不停。道路两旁的青草地那样的诱人，鹏鹏跑进去滚躺在上面玩了起来，真开心啊！原来的计划一下被打乱了，爸爸妈妈无可奈何地看着孩子。

其实，家长何必催着孩子去看“菊展”，何必急于让孩子知道那些有关菊花的知识呢？在公园、户外散步时，重要的是要让孩子用自己的步伐去走，用自己的眼睛去看，用自己的心灵去欣赏、思考。在孩子的眼里，周围的大千世界是那样的神奇奥妙，他们什么都想看一看、摸一摸、闻一闻……当孩子聚精会神地观看蚂蚁爬行、蚯蚓蠕动的时候，当他们被枝头的小鸟吸引着的时候，请不要打

扰他们。要让他们慢慢地看，在观察中获得自由探究的乐趣，掌握观察、比较的能力。

认识客观世界分步进行

孩子呱呱坠地来到这个世界时是一无所知的，在后天的环境与教育下，他们逐渐认识了周围世界。这种认识是一个逐步探索、逐渐积累的过程，父母着急不得。

苗苗是个聪明伶俐的孩子，才满 3 岁就会背许多儿歌，还认识一些汉字，但是爸爸、妈妈还是嫌他太“笨”。“一天到晚算不清楚，4 加 2 等于 6，5 加 3 等于 8，教了多少遍还不会！”其实不是孩子笨，而是父母要求太急了。3 岁孩子思维方式主要是具体形象思维，他们认识事物离不开具体的形象。尤其是对数这一抽象概念的认识，更要依赖于具体形象的事物。对于学龄前的孩子，首先要在生活中结合具体事物教他们分辨“1”和“许多”，而后一个一个地认识数的实际含义，知道数的组成，再学数的加减。这是一个从具体到抽象、从浅到深逐步渐进的过程，绝不能一蹴而就。

孩子认识和掌握社会行为规范，也必须分步进行，逐渐提高认识，规范行为。

星期天的下午，妈妈告诉浩浩：“今天晚上 7

点妈妈带你去看电影，咱们早点吃饭，可不能迟到了。”浩浩很乖，吃完饭后帮妈妈收拾完碗筷，正要出门，忽然门铃响了，原来是妈妈的一位朋友来看妈妈，客人刚刚坐下没一会儿，浩浩就催着妈妈：“快走啊！要不然迟到了。”客人一听，知道他们有事，连忙起身告辞了。妈妈很不高兴地批评浩浩：“真没礼貌！”浩浩觉得很委屈：你不是说不能迟到吗？他也不明白自己怎么没礼貌了，客人进来他让座、端水，该做的都做了，怎么还说没礼貌呢？

是的，对一个 4 岁多的孩子来说，对礼貌的理解就是见人要顺好，对人使用尊称，给客人让座等具体的言行。至于如何审时度势地说话、办事，可就难为他们了。父母不要着急生气，而要结合具体事情，帮孩子深一层理解礼貌的含义。

情绪转换需要时间

聪聪正在聚精会神地看动画片，妈妈在饭厅大喊：“吃饭了！”聪聪没动弹。妈妈过来“啪”的一下关了电视。聪聪大声哭喊：“我还没看完呢！”妈妈气急败坏地喊着：“住嘴！不许哭！快去吃饭！”孩子哪里能敌得住大人，聪聪被妈妈连拉带拽到了饭厅，哽咽着哭个不停，饭也没吃好。

许多家长埋怨孩子不听话，他们要求孩子听到大人的指令立即行动，否则孩子就要遭到训斥甚至打骂。固然孩子的行为应该有所规范，到吃饭时间应该好好吃饭，到睡觉时间也该按时睡觉，但是孩子是活生生的人，他们有自己的兴趣、爱好、情绪情感，孩子的行为不可能像机器人那样任凭成人按电钮操作。学龄前孩子的行为在很大程度上受兴趣、情绪的支配，因此对他们提出要求时，要给他们一定的情绪转换时间。孩子饭前看电视，父母要告诉他：“快吃饭了，看完这一段就要洗手准备吃饭啦。”待电视到一段落后，就让孩子转入到吃饭的准备工作中。如果事先没有提醒，孩子正在干他们喜欢干的事情(看电视、玩玩具等)，大人要求他们立即转入其它活动(吃饭、睡觉、学习等)，就会引起孩子的不满与反抗。

请记住：

孩子的脚很小，跟不上大人的步子，请等一等他们；

孩子的小，周围的大千世界看不够，请等一等他们；

孩子的脑子小，一下懂不了那么多事情，请等一等他们；

孩子情绪性强，不善于控制自己，请等一等他们。 龟

◎自信的起步

自信是面对生命各个不同阶段的挑战的重要因素，应该在很小的时候就使孩子建立自信。为此，我们要表现出肯定和鼓励，同时我们也要知道如何制定限度。

“在沙滩上，他不同别的孩子玩。”“在游泳池，她只缠着我不放。”

“他老在吹牛。”“她很快就泄气了。”“他说自己很无能，长得也不漂亮。”这些说法都使人感到孩子缺乏自信，但事实上却是各自不同。

“缺乏自信的孩子没有标准的画像。”心理治疗专家希高先生肯定地说。然而，到了学期结束时，托儿所、小学的老师直接告诉我们，你的孩子不太自信时，我们就像听到了噩耗一样，六神无主。“我当时吓呆了，”32岁的妈妈斯勒维解释说，“我感到3岁半的女儿一生都要为使人接受自己和让别人听到自己的声音而努力，她会遇到我所遇到的困难。”应该承认，我们希望我们的孩子成为“斗士”，从上幼儿园时起，甚至之前，就准备好去征服世界。

这就是为什么，当我们听到我们的孩子在孩子中间找不到自己的位置会惊慌失措的原因。

自信，究竟是什么意思？自信是同自我评价和自爱紧密相连的。相信自己的能力是平衡和从容的关键，将会使孩子顺利地面对和跨越人生的各个阶段。这就是帮助孩子培养自信和纠正可能发生偏差的重要性所在。

自信家庭的故事

在这个领域，专家们一致认为：在孩子早期建立自身的价值观——爱的能力和对生活的信心极为重要。

希高先生补充道：“家长和教育者对孩子的看法至关重要。要做出坚定的保护者的姿态，因为这会使孩子得到安慰。对孩子肯定的、和善的目光是十分重要的。这个年龄的孩子，当感到被轻视，被人嘲笑或者被人羞辱时，会深深地感到自卑。”

显而易见，人们不是天生就害羞或受到压抑的，而是后天形成的。“当孩子一出生，他周围的父母就为他准备好了‘场地’。”临床心理学家、心理治疗家里贡先生认为。换句话说，一个不是期待中的孩子出生后，其父母会屈服于艰难的命运，那么，这个孩子就会怀疑自己的能力。然而这种自