

# 目錄

## 第1章

小三、小四學生的生理發展特質	1
我的子女成長合乎標準嗎？	2
1.1 兒童標準身高及體重	3
1.1.1 我女兒的標準身高及體重	4
0-18歲女性標準身高表	
女性標準身高體重表	
1.1.2 我兒子的標準身高及體重	7
0-18歲男性標準身高圖表	
男性標準身高體重表	
1.2 兒童成長所需營養	11
4-15 歲兒童成長所需營養表	
1.2.1 有助肌肉發育的重要營養素	13
1.2.2 有助骨骼成長的重要營養素	15
1.3 兒童運動須知	15
1.3.1 兒童體能與運動	15
1.3.2 兒童運動宜忌	16
1.3.3 幫助骨骼發育的活動	17

## 第2章

智能發展特質 - 語文能力	19
主動而慎思的小三、小四孩子	20
2.1 小三、小四孩子的智能特徵	22
2.1.1 皮亞傑口中的「具體運思期」	22

2.1.2	艾瑞克森的「勤業與自卑」階段	29
	皮亞傑的四個兒童認知發展階段	
2.1.3	迦納教授提倡的多元智能	31
2.2	小三、小四孩子的語文能力	33
2.2.1	閱讀能力方面	33
2.2.2	寫作能力方面	40
2.2.3	說話、聆聽能力方面	42
2.2.4	理解能力方面	44
2.2.5	寫字能力方面	46
2.2.6	外語學習	49
2.3	如何提升孩子的語文能力？	51
	個案一：家庭經濟差，但想兒子多看書，怎麼辦？	
	個案二：王太家的志偉最容易受朋友影響，朋友喜歡甚麼，他便要跟 做甚麼。	
	個案三：高太的女兒小嫻不愛看書，只愛看電視。	
	個案四：李先生讀書不多，但又嫌聘請補習老師昂貴，怎麼辦？	
	個案五：女兒覺得語文學習很沉悶，成績一直都不理想，究竟怎樣才可 提升她的學習興趣？	
	個案六：兒子說話總是結結巴巴，甚麼方法令他流暢點？	
2.4	父母的反思	61
第3章		
	智能發展特質 - 數學邏輯能力	65
	小三、小四孩子的數學	66
3.1	小三、小四年級的數學理論	68
3.1.1	皮亞傑的兒童發展理論	68
3.1.2	其他心理學者的數學理論	73
3.2	小三、小四孩子的數學能力	76

3.2.1	分數的學習	76
3.2.2	量度的趣味	79
3.2.3	貨幣的認識	81
3.2.4	圖形	83
3.2.5	數據處理	85
3.2.6	小數的加、減、乘、除	90
3.2.7	近似值或約數	94
3.2.8	四則混合計算	95
3.2.9	平均數	96
3.2.10	面積的認識	97
3.2.11	空間概念	100
3.2.12	時間概念	102
3.3	如何提升孩子的數學能力？	104
3.3.1	令他們愛上數學	104
	個案一：邵先生常常對兒子文熙說，數學成績對將來前途十分重要。可是文熙卻總不明白，成績也沒有進步，怎麼辦？	
	個案二：譚太的女兒家欣有天問她：「學算術有甚麼用？」譚太不知道該怎樣回答……	
	個案三：趙太購買了很多數學練習給她的孩子作操練，但孩子每次都顯得很厭惡，常常胡亂作答，怎麼辦？	
	個案四：程先生常常這樣想：假如我喜歡數學，孩子會受我的影響，對數學的興趣濃厚些嗎？	
	個案五：鄭先生想知道除了市面上發售的數學遊戲工具外，有甚麼活動是孩子喜歡，又可以提升他的數學能力？	
	個案六：李太發現她的孩子很愛看名人傳記一類的書籍。她想：如果我對孩子講一些數學名人的故事，能令他對數學產生更多的興趣嗎？	
3.4	父母的反思	114

第4章	
心理發展特質 – 個性特質和社交能力	119
引言	120
4.1 孩子的個性特質	121
4.1.1 喜歡獨立行事	121
4.1.2 興趣漸趨廣泛	122
4.1.3 收藏習慣	123
4.1.4 學會計劃事情	124
4.1.5 喜歡討論問題	125
4.1.6 發展個人特質	126
4.1.7 在意別人的評價	127
4.1.8 處事投入	128
4.1.9 情緒反應不一	128
4.1.10 趕潮流現象	129
4.1.11 記憶力增強期	130
4.2 孩子的社交能力	132
4.2.1 和媽媽關係	132
4.2.2 和父親關係	135
4.2.3 與朋友的關係	138
4.2.4 和兄弟姊妹的關係	143
4.2.5 和長輩的關係	144
4.2.6 和老師的關係	146
4.2.7 影響孩子社交發展的其他因素	148
4.3 父母如何協助孩子成長？	150

個案一：楊先生知道孩子總是喜歡受人稱讚，但「稱讚」是有效的管教方法嗎？	
個案二：方太跟其他家長一樣，當孩子做錯時，便會責罰他們。但是，怎樣的責罰標準和程度才算合適？	
4.4 父母的反思	156
第5章	
心理發展特質 性知識、金錢觀和一般興趣	159
引言	160
5.1 兒童性知識	161
5.1.1 為青春期作準備	161
5.1.2 喜與別人比較	162
5.1.3 喜歡追求潮流	162
5.1.4 對異性產生興趣	163
5.1.5 父母作適當輔導	163
5.1.6 父母須知	164
個案一：曾太太有這樣的煩惱：每次當我跟孩子看到電視劇集中的「接吻」鏡頭時，我都不准他看。我這樣做對嗎？	
個案二：陳先生最怕孩子問及一些跟性有關的問題，因為他都不知怎麼回答才好？又不知道說給他聽。他又理解多少？	
個案三：劉太知道應該對孩子進行性教育，但面對突然而來的提問，真的很尷尬！怎樣做好呢？	
5.2 孩子的金錢觀	168
5.2.1 小三是理想時機	168
5.2.2 正確金錢教育	169
5.2.3 父母影響大	169
5.2.4 零用錢意義大	170
5.2.5 零用錢的數目	171

5.2.6	發放零用錢的時間	173
5.2.7	如何使用零用錢	173
5.3	孩子的一般興趣	175
5.3.1	遊戲	175
5.3.2	閱讀	176
5.3.3	音樂	177
5.3.4	電視	178
5.4	父母的反思	180