

## 图书在版编目(CIP)数据

倾情解读蒙台梭利早教精髓 / 吕巧菱著. --北京 :  
海潮出版社, 2013.1

(嘿! 我是早教书)

ISBN 978-7-5157-0341-1

I. ①倾… II. ①吕… III. ①儿童教育—家庭教育  
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第305994号

## 嘿! 我是早教书——倾情解读蒙台梭利早教精髓

---

|         |                                                 |
|---------|-------------------------------------------------|
| 作 者     | 吕巧菱                                             |
| 责任编辑    | 雷 婷                                             |
| 封面设计    | 宋双城                                             |
| 版式设计    | 李 平                                             |
| 责任印务    | 徐云霞                                             |
| 出版发行    | 海潮出版社                                           |
| 社 址     | 北京市西三环中路19号                                     |
| 邮政编码    | 100841                                          |
| 电 话     | (010) 66969738 (发行) 66969736 (编辑) 66969746 (邮购) |
| 经 销     | 全国新华书店                                          |
| 印刷装订    | 北京建泰印刷有限公司                                      |
| 开 本     | 170mm × 240mm 1/16                              |
| 印 张     | 16                                              |
| 字 数     | 260千字                                           |
| 版 次     | 2013年1月第1版                                      |
| 印 次     | 2013年1月第1次印刷                                    |
| I S B N | 978-7-5157-0341-1                               |
| 定 价     | 32.00元                                          |

---

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

## 第一章

### 环境，宝宝成长的第一营养素 001

婴幼儿的气质及智力发育与其家庭的环境有着极大的关系。蒙台梭利认为教育所要求的第一件事，就是为孩子提供一个能够发挥大自然力量的环境。在这个充满爱与自由的和谐环境中，孩子才会自然而然的健康成长。

#### 给孩子创造一个适宜的环境 002

- 宁静与温暖，生命之初的特别关爱 / 002
- 美丽与整洁，给宝宝一个滋养心灵的家 / 005
- 自由掌控，让孩子成为环境的小主人 / 008

#### 爱孩子，就多给他自由 011

- 解放孩子，别捆住宝宝的小手脚 / 011
- 做宝宝的观众，站在远处静静欣赏 / 014



## 第二章

## 敏感期，宝宝学习与发展的“机会之窗” 018

处于敏感期的宝宝充满了活力与激情，他能很容易、很轻松学会每件事情。正如蒙台梭利所说：“经历敏感期的孩子，其无助的身体正受到一种神圣命令的指挥，其小小心灵也受到鼓舞。”尊重自然赋予孩子的天赋吧，及时捕捉并给予宝宝必要的引导和帮助。

## 敏感期，打开宝宝内心世界的钥匙 020

- 灵光乍现的敏感性 / 020
- 发脾气，宝宝敏感性的受阻表现 / 023

## 秩序，给宝宝愉快有序的生活 026

- 宝宝的秩序感，与生俱来 / 026
- 有序的生活，让宝宝安心 / 029
- 秩序，宝宝的快乐因子 / 032
- 执拗，宝宝对秩序的强势捍卫 / 035

## 喜欢细小事物，观察力培养好时机 038

- 碎纸屑，令宝宝着迷 / 038
- 火眼金睛，练就一双会观察的眼睛 / 041

## 动作敏感期，激发与生俱来的生命能力 044

- 走，只是快乐地走 / 044
- 宝宝热衷于玩“高难度” / 047
- 充满智慧和灵性的小手 / 050

### 第三章

## 生活细节，让宝宝 在日常生活中学会自我管理 054

日常生活练习是蒙台梭利教育的起点。通过观察，她发现儿童能够长时间将注意力集中在自己穿衣、清洁、整理物品等事情上，这是儿童为建构自己，能更好适应生活的本性。蒙台梭利认为生活即教育，让儿童自己独立打理日常生活，不仅能让他们体会成功与快乐，还能让他们在自我服务中学会自我管理，变得更独立，更自信。

### 讲卫生的宝宝，人见人爱 056

- 洗洗小手讲卫生 / 056
- 脸蛋，因洁净而美丽 / 059
- 一起快乐“洗刷刷” / 062
- 宝宝学会擤鼻涕喽 / 065

### 我的事情，我来做 068

- 穿衣、脱衣我能行 / 068
- 折叠也要讲技巧 / 072
- 整洁的环境，宝宝拥有好心情 / 075







## 第四章

## 语言和数学，宝宝进行思维的工具 078

语言和数学既是思维工具，也是接受知识的工具。蒙台梭利认为，3~6岁的幼儿处在学习读、写、算的敏感期，让他们在没有任何心理压力的情况下，按照自己的发展进度自然而然地“爆发式”地学习，不仅可以提高思维发展的准确性，灵活性和创造性，也为将来更加容易获得复杂文化知识打下坚实的基础。

## 口吐莲花，让宝宝“能说会道” 080

- 语言，对宝宝的深情召唤 / 080
- 爱他，就请理解他 / 083
- 不断重复，体会语言配对的乐趣 / 086
- 自言自语，外部语言向内部语言过渡 / 089
- 妙语连珠，宝宝对新词的无限渴求 / 092

## 阅读书写，激发宝宝的学习热情 095

- 不停地写，体验书写的美妙快感 / 095
- 快乐识字，走到哪读到哪 / 098
- 先学书写，阅读兴趣更浓厚 / 101

## 数学迷宫，妙趣横生 104

- 多彩的数学环境，宝宝爱上数学没商量 / 104
- 日常生活情境，潜移默化提高宝宝数学智能 / 107
- 有趣的数学游戏，在玩耍中建构宝宝的数学能力 / 110
- 把握关键期，让数学教育事半功倍 / 113

## 第五章

### 感官教育，开启宝宝智力门户 116

对于小宝宝而言，感官不仅是他们自然生理发展的一部分，更是接触和认识世界的第一个通道，心灵可以凭借感官经验变得极其灵动。蒙台梭利说“感官是心灵的窗户，是用来理解、领悟外界各种形象的器官的，它对大脑思维必不可少。”

#### 视觉，捕捉灵动的世界 118

- 分辨大小、粗细，增强宝宝目测能力 / 118
- 认识形状，发展宝宝的形象思维 / 121
- 识别颜色，提高宝宝的视觉分辨力 / 124

#### 听觉，收录最美的声音 127

- 有趣的听声辨认 / 127
- 听觉灵敏度训练 / 130

#### 触觉，认知世界的主要手段 133

- 小手也能看东西 / 133
- 感受冷、热——宝宝对温度的感知训练 / 136
- 宝宝小手是杆秤——对重量的感知 / 139

#### 嗅觉和味觉，探索世界的重要途径 142

- 灵敏的小鼻子——宝宝的嗅觉训练 / 142
- 品尝一下“五味人生”吧 / 145

## 第六章

## 智慧的爱，宝宝心灵的滋养与呵护 148

天下父母谁不爱子心切？但，爱真的就那么简单吗？由于爱的形式不同，有的孩子积极向上、快乐健康，有的孩子则偏离了正常的成长轨道。蒙台梭利认为，孩子的不良表现莫不与父母的错爱有关，殊不知正是这种爱成为了孩子发展中的最大绊脚石。而充满理性与智慧的爱，则能使孩子的天性得以充分解放，为宝宝的心灵提供丰富的滋养。

## 爱，就要读懂孩子的心灵世界 150

- 默默吸收，宝宝磁石一样的心灵 / 150
- 感觉正常，孩子心理才健康 / 154

## 用最好的方法爱孩子 157

- 满足内在需求，为宝宝成长助力 / 157
- 孩子不是“私产”，请尊重小小孩的人格 / 160
- 乐此不疲的重复，让宝宝自然而然训练 / 163
- 不厌其烦作答，宝宝好奇心的最好呵护 / 166
- 提供自我教育空间，让宝宝自己教自己 / 169
- 理解孩子的感受，使亲子感情更密切 / 172
- 自由选择，宝宝受益良多 / 175
- 慎用奖惩，让宝宝学会自我约束 / 178
- 虚心认错，更能赢得宝宝的尊重 / 181
- 混龄玩耍，更利于宝宝与人相处 / 184





## 第七章

### 自然与运动，造就天才的秘密 188

每个父母都希望自己的宝宝聪颖伶俐，才智过人，于是背负起沉重的教子使命和责任。在痛苦的重压下，非但父母身倦力竭，小小的宝宝也过早的身陷樊笼，失去了童年的快乐与自由。不妨放手，把孩子交给大自然！蒙台梭利告诉我们，“大自然会帮我们安排好一切，我们只需给孩子自由，看着他们健康地成长，做个奇迹的见证者吧！”

#### 自然，可以创造奇迹 190

- 大自然，赋予孩子成长的力量 / 190
- 拥抱自然，才能收获才智与快乐 / 193
- 自然之声的呼唤，让宝宝懂得爱和责任 / 196

#### 运动，打造健康聪明宝宝 199

- 运动，可以使孩子养心又健脑 / 199
- 随心而动，让宝宝自发运动别强迫 / 203
- 与之同行，要符合孩子的运动节奏 / 206







## 第八章

## 性格与能力，成就宝宝璀璨未来 210

拥有良好的性格和高超的能力，才能让宝宝在未来的生活中更轻松、更快乐。蒙台梭利认为，0~6岁是儿童性格塑造和能力培养的最佳阶段，是大自然为其发展奠定基础的时期。父母要充分了解孩子的天性，并及时给予恰当的引导和帮助，以使他们拥有一个快乐的童年，顺利成长为参天巨树。

## 性格，自然的渐近累积 212

- 宽养，给宝宝一个好性格 / 212
- 忘情“工作”——让偏离的性格回到正轨 / 216
- 我本善良——鼓励宝宝关爱、帮助弱者的天性 / 219
- 学会等待——宝宝耐心的培养 / 222

## 能力，宝宝成功的基石 225

- 别打扰孩子的兴趣——注意力的培养 / 225
- 安静练习——提高宝宝的意志力 / 228
- 错误也美丽——培养宝宝自行纠错能力 / 231
- 不要急于插手，让孩子自己解决问题 / 234

## Chapter 01

### 给孩子创造一个适宜的环境 002

宁静与温暖，生命之初的特别关爱 002

★★★ 美丽与整洁，给宝宝一个滋养心灵的家 005

自由掌控，让孩子成为环境的小主人 008

### 爱孩子，就多给他自由 011

解放孩子，别捆住宝宝的小手脚 011

做宝宝的观众，站在远处静静欣赏 014



# 给孩子创造一个适宜的环境



儿童只有在一个不受约束的环境，即一个与他年龄相适应的环境中，心理才会自然而然发展并成熟。这种环境充满着爱的温暖，有着丰富的营养，这个环境里的一切都乐于接纳他，而不是伤害他。

——蒙台梭利

🕒 阅读时间：25分钟 🎓 受益指数：★★★★★



## 宁静与温暖，生命之初的特别关爱

刚出生的小宝宝还不能适应阳光、噪音和诸多陌生人的亲昵。此时此刻，他最需要的是一个和子宫里一样宁静而温暖的环境。



### 故事的天空

婴儿室里，刚出生两天的小宝宝安静地躺在小床上，他已经睡醒。窗外，金属般的阳光强烈而刺眼，室内，厚厚的窗帘使宝宝感受着犹如子宫里温暖而宁静的生活。

这时，门铃大作，接下来一帮人大呼小叫着拥了进来。这是妈妈的同事，他们前来探望初涉人间的“小天使”来了！盛情难却，妈妈只好把大家引进宝宝的房间。一位年轻女同事说这房间太暗了，“哗”的一声把厚厚的窗帘拉开。房间顿时明亮起来，耀眼的阳光直射在宝宝的脸上，小家伙紧紧闭住眼睛，表情有些痛苦。一群人围在孩子四周兴高采烈地品评着。这时，一位长发姑娘端详一下胖嘟嘟的小婴儿，忍不住俯下身子，轻吻着小家伙嫩嫩的脸蛋。呼出的热气令宝宝很是不舒服，垂下的长发散落在他的脸上，小家伙咧开嘴用嗷嗷大哭拒绝着这份亲昵。

妈妈慌了，赶紧手忙脚乱地把宝宝抱起来，宝宝的哭声更加响亮，即便妈妈已经及时把乳头第一时间塞到宝宝的嘴里，仍旧止不住他的大声啼哭。宝宝这是怎么啦？难道对妈妈也不满意了？





## 吕姐爱心课堂

在我们的现实生活中，当小宝宝一降生，众多亲朋好友便迫不及待地轮番前去探望。大家都觉得，刚刚经过痛苦分娩后的母亲需要休息静养，而可爱的“小天使”却是可以人人都亲近的。真的是这样吗？

其实，刚出生的小宝宝并不喜欢有人随意打扰，他的第一声响亮啼哭不是自豪地向人们宣布“我来了”，而是不满宁静的生活被打破。他从来就没有想到自己有一天被赶出温暖的子宫，来到这个嘈杂的世界。同时，他也是恐惧的。刚刚从狭窄的产道被挤出，此时此刻，他最渴望的就是安静地喘息，最想得到的就是能如同子宫里一样温暖而安逸的生活环境。

“分娩”对于母亲而言，是痛苦和疲乏的；而“诞生”对于宝宝来说，同样经历了剧烈的冲突和磨难。除了身体上的筋疲力尽，他还要面对这个与子宫完全不同的陌生环境，所以当经历了出生的考验以及随之而来的各种能力苏醒之后，宝宝需要安静地独处一段时间，即与群体分离。这段时间宝宝的 身体需要得到充分的休息，同时，也是为适应新的环境做热身。在自然界里，各种哺乳动物都有藏匿新生幼崽的行为，目的就是利用这个缓冲期，让幼崽能够适应新的环境，为今后的群体生活做准备。

蒙台梭利说：“环境对刚出生的婴儿来说，是最重要的影响因素。一个人如果在婴儿阶段受到不良影响，将会阻碍他一生的发展。”她认为，新生儿之所以大部分时间都在睡觉，其实这是生命的一种保护性措施，以避免经受过于强烈的更多刺激。从静谧幽暗的液体世界来到这个充满光明与欢声笑语的人世间，宝宝的 身体机制需要一个过度。也就是说，小家伙从心理上不愿意被打扰，生理上还不能立刻适应外面这个明亮、纷杂的世界。



## 蒙氏支招DIY

当宝宝降临人世间，面对环境突变，他一时还难以适应。所以，在宝宝刚刚出生的前几天，一定要尽自己所能，给宝宝提供一个与母



体类似的生活环境，以使宝宝有一个逐渐适应的过程，慢慢帮他过渡到新环境。

· **给宝宝自由，更有利于他的发育。**如果室内温度允许，最好让宝宝裸露皮肤躺在温暖柔软的小床上，使他在子宫里的自由活动得以延续。即使给宝宝穿上衣服，也要宽松柔软，不妨碍他的自由伸展肢体。需要包裹时，应将宝宝的两只小胳膊放在包单外面，从腋下包住身体，但不要太紧，使两条小腿儿处于自然放松弯曲状态就可以了。

· **温暖、安静的家居环境。**刚出生的小宝宝喜欢身体暖暖的感觉，这和他们在妈妈肚子里的感觉一样舒服，因此，宝宝房间的温度要温暖舒适。室内光线应幽暗些，不要过于明亮。对于那些令人烦恼的噪音，最好让它们远离宝宝，让宝宝待在听不到街道上嘈杂噪音的环境中。家里的人也要尽量保持安静，别在宝宝周围大声喧哗。当然，这样的日子并不需要太久，经过充分的休息，宝宝会很快适应新环境，快乐融入新生活了。

· **减少宝宝人际间的来往。**为了减少各种刺激，在宝宝出生的第一个月，有必要减少各种人际间的来往。除了必须照顾宝宝的人员，尽量让宝宝多休息，少见人。

· **妈妈应多与宝宝交流。**妈妈是宝宝最温暖的怀抱，在子宫里他就熟悉了妈妈的声音和心跳，所以，妈妈要尽可能地多陪伴宝宝，给他安全感，为他适应外部世界提供帮助。喂哺宝宝或宝宝觉醒时，让他的头靠近妈妈的胸部，语音温柔舒缓地对宝宝说些爱他的话语，给他唱唱歌，都可以使宝宝感受到来自妈妈的爱。

· **抱起、挪动宝宝动作要轻柔。**刚出生的宝宝身体还很娇嫩，在给宝宝处理便便或是吃奶时，动作一定要轻柔缓慢。不要突然、过快地改变宝宝的状态，他娇嫩的皮肤和骨骼需要呵护有加。



#### 蒙氏小语

环境对于刚出生的婴儿是最重要的，新生儿期是婴儿来到这个世界上适应新环境的准备期。在婴儿刚刚出生的前几天，父母一定要尽自己所能，给他提供一个与母体类似的生活环境，以便他有一个逐渐适应的过程，慢慢过渡到新环境。

🕒 阅读时间：25 分钟

🎓 受益指数：★★★★☆

## 美丽与整洁，给宝宝一个滋养心灵的家

舒适美观的环境，能给孩子以心灵的滋养。在一个优美的环境中，宝宝积极探索与发现的意愿要比他在一个纷杂而混乱的环境下强得多。



### 故事的天空

落地窗前，2岁半的瑶瑶正坐在粉红色的小椅子上摆弄着口琴。窗外有一只小鸟恰好落在护栏上，用尖尖的小嘴笃笃地敲着窗子，好像在同瑶瑶打招呼。瑶瑶嘴里惊喜地叫着“咦？小鸟！小鸟！”把口琴放在身边的小桌子上，站起来手扶着淡绿色的窗栏把嘴印到玻璃窗上，她要和小鸟亲吻。

小鸟飞走了，妈妈和前来看瑶瑶的刘阿姨走进来。向来爱整洁的刘阿姨快步走过来抱起瑶瑶，亲了一下她的小脸蛋说：

“宝贝儿，知道吗？玻璃窗是不能亲吻的。”

瑶瑶妈妈笑着说：“没事的，窗子我每天都用清水擦洗。”

刘阿姨和瑶瑶亲热了一会儿，把孩子放到地上让她自己去玩耍了。她四周环顾着，欣赏一番后，对瑶瑶妈感叹地说：“你真行，看把这小房间收拾的干净光鲜不说，简直就是一个微缩的童话世界。”然后用欣喜的目





光仔细观察一番后，又有新的发现，这间屋子里所有的用具都是微小版的，色彩鲜艳的小圆桌，粉红色的小椅子，带门和抽屉的小柜子，还有低矮的小床。就连喝水的杯子，吃饭的小勺子都是小巧的。她啧啧着，“这真是孩子的世界，小巧得可爱！”

瑶瑶妈妈拉着她的手，说：“可不要小瞧了孩子生活的环境，这对他们习惯和性格的养成，甚至大脑和智力的发育都有影响呢！”

刘阿姨两只手搓着，喜滋滋地说：“别说是孩子，就是我这个大人也喜欢上了这里。看来，我得向你取经。”她用右手轻轻摩挲着微微隆起的腹部，开始在心里筹划着如何给未来的宝宝布置一个童话世界般的“家”了。



### 吕姐爱心课堂

家，就应该是一个舒适而又可爱的地方。优美、整洁的家居环境有助于家人其乐融融地生活在一起。宝宝的心理成长过程，是通过环境经验来实现的，他们的发展也会因为环境经验的缺失而逆转或减慢，这是不可违背的自然发展规律。

美对宝宝来说是非常具有吸引力的，他们最初的活动欲因美而引起。曾经有一个蒙台梭利学校的小姑娘，看到一所别的学校桌椅满是灰尘时，她由衷地说，“一定是老师没给他们漂亮的抹布，如果不给我漂亮的抹布，我也不愿打扫卫生。”因此，环境的舒适美观，与宝宝的学习和活动能力密不可分。在一个优美的环境中，宝宝积极探索与发现的意愿要比他在一个纷杂而混乱的环境下强得多。

蒙台梭利认为：“美丽整洁的环境会被孩子富有吸收力的心灵吸收下来，因此，会使自己的行为与周围环境相统一。”这是因为他们从小就培养了一种“物品归类和存取”的思维模式。当想拿取某件物品，脑海里就会闪现出该物品惯性的摆放位置；他们想做事时，脑海里就会浮现出该事情以往的处理方式，最大程度上减少了不必要的精力浪费，这都是通过环境经验获取的。

在整洁家庭环境下成长的宝宝，比在脏乱差环境下成长的宝宝思维更具有条理性。他们在适应自己的环境中自由自在地活动，并从周围环境中汲取智慧养分。只有让孩子觉得周围的环境充满了乐趣，并且适合他随意使用，他们的身心才能自然而然地发展并成熟，也才能更喜欢上这个“家”。



### 蒙氏支招DIY

生活环境的丰富多彩，才能够让宝宝产生浓厚的生活情趣，使他们从中汲取经验。给宝宝创设一个健康卫生、多姿多彩的家庭环境，对他的身心健康和一生的行为习惯影响深远。



• **让宝宝拥有自己的空间。**宝宝需拥有一个专属的房间，里面所有的物品都应按照宝宝的需求来配制，并给予他使用的自由和独立权。如果家庭条件不允许，也可以在宝宝经常活动的房间，如客厅，给宝宝配备一些适合的家具，让他拥有一个相对独立的空间是十分必要的。

• **不可缺失的美感。**宝宝可自由支配的用具与活动的场所必须具有美感，无论颜色、光泽、形状都能使宝宝感受到美的召唤。让宝宝在美的驱使下，积极主动地自发活动和做事。如宝宝喜欢的图片和玩具，一两件乐器，漂亮的小桌椅、小扫帚、小簸箕等等，这些适合宝宝的用具会给予宝宝活动的自由，他们的积极性一定会非常高。墙上可粘贴一些美丽的图画，但切记图画的摆放要适合宝宝的高度，以便于宝宝欣赏。

• **专门的橱柜很重要。**为宝宝提供一个高度适合他使用的橱柜，里面分门别类地摆放宝宝的学习用品和玩具，如图书类、感官类、乐器类等，并且让宝宝学会将物品放回原处。这不仅方便宝宝自由拿取，还有助于他养成爱整洁、做事有条理的好习惯。

• **宝宝的用具最好是可以清洗的。**那些可以清洗的用具和家具，如塑料的小桌子、小椅子，陶瓷或不锈钢的小杯子等，除了卫生的因素外，还能给宝宝提供心甘情愿做事的机会。宝宝学会了注意环境卫生，学着把污迹清洗干净，从而养成保持卫生的好习惯。



#### 蒙氏小语♥

儿童的心理成长过程，是通过环境经验来实现的，他们的发展也会因为环境经验的缺失而逆转或减慢，这是不可违背的自然发展规律。美丽整洁的环境会被儿童富有吸收力的心灵吸收下来，因此，会使自己的行为与周围环境相统一。

🕒 阅读时间：30 分钟

🎓 受益指数：★★★★★

## 自由掌控，让孩子成为环境的小主人

环境是有生命的，孩子只有在一个他能自由掌控的环境中，按照自己的意愿去行动，其身心才能得到良好发展。



### 故事的天空

3岁的栋栋站在床前发愁了，他那会叫的塑料小鸟静静地躺在床上不肯再起来，栋栋努力了几次，想爬上床把塑料小鸟拿到手都没有成功，只能伸着脑袋无奈地看着小伙伴躺在那里。其实，玩耍半天了的他也有些累了，好想像塑料小鸟那样很舒服地躺上一会儿，可是高大的床让他无法实现心中的愿望。

栋栋是一个活泼爱动的小家伙，整天跑跑跳跳的，一会儿爬凳子，转眼又想去够大衣柜上的咪咪熊。可是，他很少能实现心中的愿望。对于一个小小孩儿来说，他的高度还不够。正因为如此，他才显得更加淘气，在大人眼里，这小家伙简直是一个不知天高地厚，不知道什么是危险的主儿，妈妈把大部分时间都用到跟在孩子身后当“保镖”上了。

对爱淘气的栋栋，妈妈也觉得无计可施，这孩子咋就这么叫人不省心呢？直到有一天老同学

