

蒙氏经典认证  欧美精英范本

100 Activités pour bien communiquer avec mon bébé

蒙台梭利 全面育儿教典

100 堂亲子沟通课

[法]娜达莉·博耶-查尔斯 弗拉维·奥什罗 / 著
陈晓洁 / 译

法国亲子沟通活动坊创始人、儿童心理专家
带您尽早进入孩子的世界：

0~2 岁

- ✦ 手语让宝宝更乐于交流
- ✦ 游戏让旅行变得更有趣
- ✦ 歌谣让宝宝爱上吃饭穿衣
- ✦ 抚触让亲子彼此更了解
- ✦ 涂鸦让宝宝学会专注工作



 长江出版传媒

 长江文艺出版社

蒙台梭利
全面育儿教典
100 堂亲子沟通课

[法]娜达莉·博耶-查尔斯 弗拉维·奥什罗 / 著

[法]伊莎贝拉·尼科尔 克里斯托夫·佩诺 / 图

陈晓洁 / 译

图书在版编目 (C I P) 数据

100 堂亲子沟通课 / (法) 娜达莉·博耶 - 查尔斯, (法) 弗拉维·奥什罗 著; 陈晓洁 译
武汉: 长江文艺出版社, 2015. 01

(蒙台梭利全面育儿教典)

ISBN 978-7-5354-7664-7

I. ① 1… II. ①娜… ②弗… ③陈… III. ①婴幼儿—家庭教育 IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 229972 号

100 ACTIVITÉS POUR BIEN COMMUNIQUER AVEC MON BÉBÉ

2012© Éditions Nathan - Paris, France

Chinese simplified translation rights arranged with Chengdu ZhongRen Culture Communication Co., Ltd.

本书中文版权通过成都中仁天地文化传播有限公司帮助获得

选题策划 | 郑迪蔚 中图传媒

责任编辑 | 陈曦

媒体运营 | 张银铃

联合出品 | 金丽红 黎波 严加丰

装帧设计 | 郑迪蔚

责任印制 | 张志杰

出版 | 湖北长江出版集团

长江文艺出版社

地址 | 湖北省武汉市雄楚大街268号湖北出版文化城B座9-11楼

邮编 | 430070

电话 | 027-87679310

传真 | 027-87679300

发行 | 北京长江新世纪文化传媒有限公司

电话 | 010-58678881

传真 | 010-58677346

地址 | 北京市朝阳区曙光西里甲6号时间国际大厦A座1905室

邮编 | 100028

印刷 | 北京市梨园彩印厂

开本 | 880毫米×1230毫米 1/32

印张 | 6.75

版次 | 2015年 1 月第 1 版

印次 | 2015年 1 月第 1 次印刷

字数 | 60千字

定价 | 34.80元

版权所有, 盗版必究 (举报电话: 010-58678881)

目录

序：不可或缺的“蒙台梭利教育”

引言：宝宝一天天长大

宝宝的小手会“说话”

基本手语



日常活动

用餐

1. 开饭啦！
2. 上桌
3. 家的味道

游戏、阅读、探索

4. 游戏歌谣
5. 五根小指头
6. 旅途等待

7. 盖房子

8. 买东西

9. 阅读

梳洗打扮

10. 穿衣服

11. 走在森林里

12. 草坪上尿尿

13. 洗脸歌

14. 剪指甲

家人

15. 用手语起名字

16. 我的家

17. 小乌龟一家

习惯

18. 起床歌



19. 入睡歌

20. 分别和重逢

21. 看相册

情感表达

22. 宝宝不疼了

23. 手指怎么了?



发现世界

动物

24. 动物分类

25. 小猫咪

26. 森林里的小猴子

27. 小兔子, 毛茸茸

自然

28. 小花园

29. 太阳, 太阳!

30. 播种

31. 自种小麦

32. 秋日漫步

33. 太阳公公早上好, 月亮婆婆晚安

34. 下雨了!

35. 雨天的儿歌

36. 起风了!

37. 下雪啦!

38. 制作冰碗



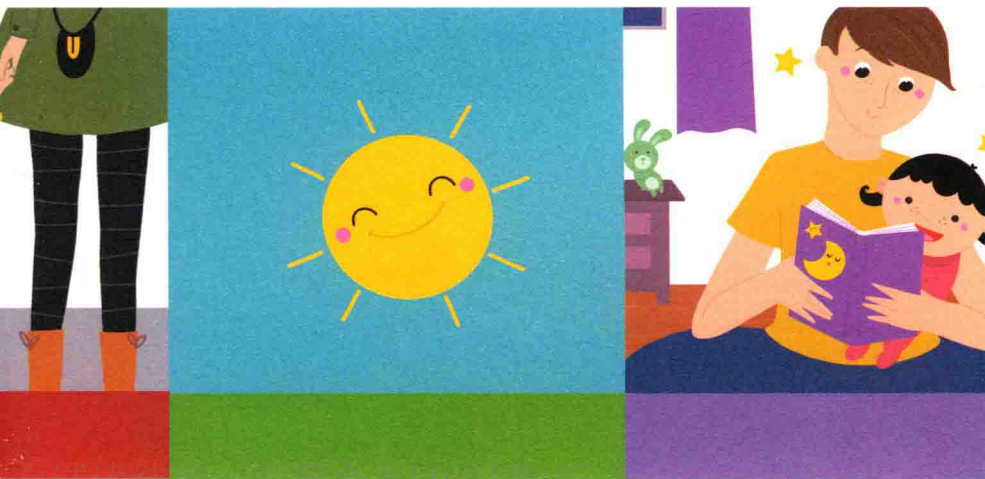
唤醒感官

39. 反光板

40. 声音实验室

41. 嗅觉训练

42. 味觉训练



- 43. 触觉训练之一
- 44. 触觉训练之二
- 45. 赤脚走路
- 46. 平衡训练
- 47. 小马跳
- 48. 鲸鱼游呀游
- 49. 飞起来喽!



抚触和按摩

- 50. 按摩前的准备
- 51. 脸部按摩
- 52. 印式揉搓按摩
- 53. 手部按摩
- 54. 胸部按摩
- 55. 腿部按摩
- 56. 骑车运动
- 57. 双脚按摩

- 58. 爱抚和背部按摩
- 59. 蜘蛛爬
- 60. 披萨饼
- 61. 小熊
- 62. 滚皮球
- 63. 简短按摩
- 64. 结束动作——拉伸
- 65. 吊床摇啊摇
- 66. 小火车
- 67. 瑜伽放松
- 68. 呼吸



激发身体潜能

- 69. 跟随歌谣活动
- 70. 肚子饿的小蚂蚁
- 71. 变换地面材料
- 72. 翻身



- 73. 由俯卧至仰卧
- 74. 由卧到坐
- 75. 由坐位重新回到仰卧位
- 76. 站立
- 77. 大靴子
- 78. 杂技
- 79. 跳舞
- 80. 蔬菜大全
- 81. 大跳
- 82. 手指游戏
- 83. 床上五兄弟
- 84. 双手游戏



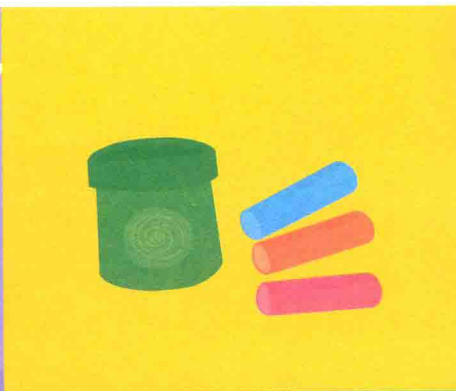
手工和涂鸦

- 85. 艺术家的画本
- 86. 艺术角
- 87. 捏泥人

- 88. 做面团
- 89. 烘焙雕塑
- 90. 涂鸦
- 91. 印章
- 92. 浴室涂鸦
- 93. 玩纸
- 94. 室内戏沙池
- 95. 穿线游戏
- 96. 捉迷藏
- 97. 做家务
- 98. 气息练习
- 99. 吹泡泡
- 100. 泡泡水和“特大泡泡”

结语

作者简介





蒙氏经典认证 欧美精英范本



蒙台梭利
全面育儿教典
100 堂亲子沟通课

[法]娜达莉·博耶-查尔斯 弗拉维·奥什罗/著

[法]伊莎贝拉·尼科尔 克里斯托夫·佩诺/图

陈晓洁/译

序：不可缺席的“蒙台梭利教育”

引言：宝宝一天天长大

宝宝的小手会“说话”

基本手语



日常活动

用餐

1. 开饭啦！
2. 上桌
3. 家的味道

游戏、阅读、探索

4. 游戏歌谣
5. 五根小指头
6. 旅途等待

7. 盖房子

8. 买东西

9. 阅读

梳洗打扮

10. 穿衣服
11. 走在森林里
12. 草坪上尿尿
13. 洗脸歌
14. 剪指甲

家人

15. 用手语起名字
16. 我的家
17. 小乌龟一家

习惯

18. 起床歌



19. 入睡歌

20. 分别和重逢

21. 看相册

情感表达

22. 宝宝不疼了

23. 手指怎么了?



发现世界

动物

24. 动物分类

25. 小猫咪

26. 森林里的小猴子

27. 小兔子, 毛茸茸

自然

28. 小花园

29. 太阳, 太阳!

30. 播种

31. 自种小麦

32. 秋日漫步

33. 太阳公公早上好, 月亮婆婆晚安

34. 下雨了!

35. 雨天的儿歌

36. 起风了!

37. 下雪啦!

38. 制作冰碗



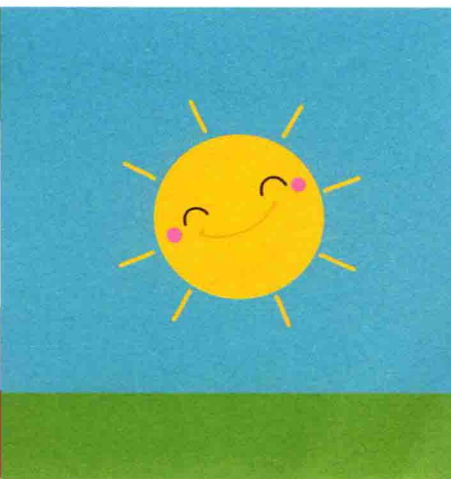
唤醒感官

39. 反光板

40. 声音实验室

41. 嗅觉训练

42. 味觉训练



- 43. 触觉训练之一
- 44. 触觉训练之二
- 45. 赤脚走路
- 46. 平衡训练
- 47. 小马跳
- 48. 鲸鱼游呀游
- 49. 飞起来喽!



抚触和按摩

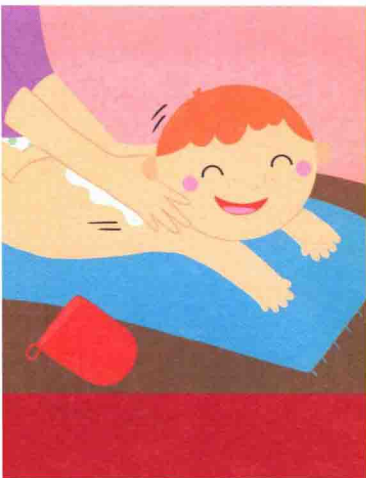
- 50. 按摩前的准备
- 51. 脸部按摩
- 52. 印式揉搓按摩
- 53. 手部按摩
- 54. 胸部按摩
- 55. 腿部按摩
- 56. 骑车运动
- 57. 双脚按摩

- 58. 爱抚和背部按摩
- 59. 蜘蛛爬
- 60. 披萨饼
- 61. 小熊
- 62. 滚皮球
- 63. 简短按摩
- 64. 结束动作——拉伸
- 65. 吊床摇啊摇
- 66. 小火车
- 67. 瑜伽放松
- 68. 呼吸



激发身体潜能

- 69. 跟随歌谣活动
- 70. 肚子饿的小蚂蚁
- 71. 变换地面材料
- 72. 翻身



- 73. 由俯卧至仰卧
- 74. 由卧到坐
- 75. 由坐位重新回到仰卧位
- 76. 站立
- 77. 大靴子
- 78. 杂技
- 79. 跳舞
- 80. 蔬菜大全
- 81. 大跳
- 82. 手指游戏
- 83. 床上五兄弟
- 84. 双手游戏



手工和涂鸦

- 85. 艺术家的画本
- 86. 艺术角
- 87. 捏泥人

- 88. 做面团
- 89. 烘焙雕塑
- 90. 涂鸦
- 91. 印章
- 92. 浴室涂鸦
- 93. 玩纸
- 94. 室内戏沙池
- 95. 穿线游戏
- 96. 捉迷藏
- 97. 做家务
- 98. 气息练习
- 99. 吹泡泡
- 100. 泡泡水和“特大泡泡”

结语

作者简介





序

不可缺席的“蒙台梭利教育”

华夏蒙台梭利教育发展协会理事长 吴梅雀(台湾)

人类因为拥有记忆、想象、学习、分析、推理、判断及创造能力，成为万物之灵。但也会因为情绪波动及人格异常，做出不理性行为。长久以来，我们重视对下一代儿童的知识传授及智能发展，对他们的情绪管理和健全人格培养却相对忽视，以至于工业革命以后，科学技术虽然突飞猛进，人类的犯罪、自杀、心理疾病、种族冲突等问题却日趋严重。在诸多复杂因素中，青年人和成年人缺乏情绪管理能力，或许是颇为主要的一种。

生活中的挫折事件，会导致情绪波动及生理变化，使个体经常处于紧张和焦虑的状态。在承受重大压力的同时，倘若内心强度低，缺乏社会支持，认知形态又有偏差，就无法采取积极有效的对策来解决问题，进而产生不良适应现象，甚至出现身体功能异常或心理疾病。

蒙台梭利教育哲学所对应解决的，正是此类情绪管理问题，从早期教育介入，建构正常的人格发展。其“混龄教育”理念相当于将教室作为一个小小的社会化场合，帮助儿童从小学会处理伙伴关系，积极解决问题，不逃避，不拖延。目标是培养一个“好人缘”的孩子。

自幼接受“蒙氏教育”的孩子，在以下方面会有明显突出的表现：

1. 了解自己的情绪：能立刻察觉自己的情绪、了解产生情绪的原因。如实把握自己对他人或某些决策的感觉，才能掌控自己的生活。

2. 控制自己的情绪：能够安抚自己，摆脱强烈的焦虑、忧虑。也就是能够控制刺激情绪的根源。

3. 激励自己：能够整顿情绪，让自己朝一定的目标努力，提升创造力。

4. 维系圆融的人际关系：能够理解他人，针对他人的情绪做出恰当的反应，维持良好的关系。这也是培养“领导力”的基础，成为一个耳聪目明的孩子。

这些情商方面的优长，不仅能够让孩子们的智商得到更充分的发挥，也是他面对生活波折的动力，对个人健康、