

国家“十一五”重点规划出版项目 湖北省音像电子出版物精品工程项目

提高中国儿童学习能力的全面解决方案
东方亲子百万家庭实操菁华个案经验呈献

许薇 主编

湖北省社会公益出版专项资金资助项目

学习 能力

3大能力

如何解决孩子令人头痛的行为问题？
如何开发孩子大脑与生俱来的潜能？
如何走进孩子难以琢磨的心理世界？

6大回报

- ① 可获得该书配套光盘一张
- ② 能体验一次免费的儿童学习能力基础测评
- ③ 可为您的孩子量身定制个性训练方案
- ④ 可参与“家长课堂”，获取解决孩子成长难题的钥匙
- ⑤ 免费参加东方亲子系列讲座一次
- ⑥ 免费获得半年期学习能力电子杂志

15大要素

21 世纪的文盲，不是那些没有知识的人，而是那些不会学习的人。

——阿尔温·托夫勒

学习苦？学习累？
能力是关键
家长喜，学生乐，
全家总动员

送赠品

0-3岁

湖北长江出版集团 湖北教育出版社

提升学习能力

关注孩子未来

■ 策划 蒋海鸥 ■ 责任编辑 吴龙泉 ■ 整体设计 牛红

1 优先发展教育，建设人力资源强国。重视学前教育，关心特殊教育。鼓励和规范社会力量兴办教育。发展远程教育和继续教育，建设全民学习、终身学习的学习型社会。

——胡锦涛在中国共产党第十七次全国代表大会上作的报告

2 无论是一个国家、一个民族还是一个政党，如果不加强学习、不提高学习能力，势必落后于时代。

——中共中央办公厅印发《关于推进学习型党组织建设的意见》

3 推进教育改革。坚持育人为本，大力推进素质教育，加强学前教育 and 特殊教育学校建设。

——温家宝2010年政府工作报告

网媒互动 规划人生

现在读书
book.cnxianzai.com

ISBN 978-7-5351-5743-0



9 787535 157430 >

定价：35.00元

主编
许薇

编委
薛学彬
王媛斐
薛良妮
李妮

学习能力

0-3岁

湖北长江出版集团
湖北教育出版社

PDG

(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

学习能力总动员. (0~3岁)/许薇主编.

—武汉:湖北教育出版社,2011.3

(亲子教育系列)

ISBN 978-7-5351-5743-0

I. 学…

II. 许…

III. 儿童教育:家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 265080 号

现在读

book.cnxianzai.com

出版发行 湖北教育出版社

邮政编码 430015 电 话 027-83619605

地 址 武汉市青年路 277 号

网 址 <http://www.hbedup.com>

经 销 新 华 书 店

印 刷 武汉中远印务有限公司

地 址 武汉市硚口区长丰大道特 6 号

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 13

字 数 203 千字

版 次 2011 年 3 月第 1 版

印 次 2011 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5351-5743-0

印 数 1-5 000

定 价 35.00 元

如印刷、装订影响阅读,承印厂为你调换



国家“十一五”重点规划出版项目
湖北省音像电子出版物精品工程项目
湖北省社会公益出版专项资金资助项目



更多精彩亲子游戏请参见

《剪刀石头布》

序

“如何教育好我们的下一代”，这是一个家庭、一个民族、一个国家永恒的话题。所以，站在 21 世纪的开端，我们不能不思索：怎样的教育才能预示我国教育的未来？怎样的教育才能使今天的孩子能为人类的明天，创造更加辉煌的文明？

孟子曾经说过，“授人以鱼仅解一饭之急，授人以渔则解一生之需”。未来学家阿尔温·托夫勒也告诉世人：“21 世纪的文盲，不是那些没有知识的人，而是那些不会学习的人。”基于对这些观点的赞同，我创立“东方亲子”儿童教育机构，旨在帮助家长为孩子提供获得学习能力的最佳方案。

所谓能力，就是能胜任某项任务的主观条件，换个角度理解，也就是努力运用条件实现某些效果的可能性。效果是目的，知识是条件，能力才是获得条件的有效手段。我们会发现有些孩子懂了但不会做，也就是说，掌握了知识，但还没有获得能力；有些孩子想好好学习，却管不住自己，上课不能专心听讲；还有些孩子不自信，人际交往困难重重……这些都是由于孩子某一项或多项学习能力落后所致。然而，今天的父母并没有意识到这些，以至在孩子的教育问题上存在太多困惑和误区，于是他们越来越感到心有余而力不足，特别是孩子学业及成长方面的问题，甚至让一些家长丧失了教子信心。

东方亲子中心接待和受理了近百万个家庭的咨询和求助，从初生婴儿，到小学儿童。我发现父母们有着无尽的烦恼：孩子注意力不集中；孩子自私；孩子自制力差、生活能力不足；孩子胆小、怕

黑；作业拖拉；孩子阅读困难、理解力差……父母们开始紧张和焦虑了。他们为了培养出优秀的孩子，可以付出巨大的努力，但效果却往往不尽人意，甚至适得其反。于是，不少父母过早放弃了对孩子的期望，也逐渐丧失了对自己的信心。对于孩子频繁出现的学习能力问题，做家长的开始感到茫然和无助，他们不得不求助于各种儿童教育机构，或者直接就把孩子送进各种补习班、培优班，希望自己孩子身上的诸多问题可以在社会的帮助下得到根本解决。殊不知，家庭教育才是培养教育孩子全面提升学习能力的重中之重，家庭教育的地位是无法替代的。所以，家庭教育的方法是否科学合理，对孩子一生的发展起着重要的作用，甚至是改变孩子一生命运的关键。那么，如何帮助家长去了解孩子行为背后的真正原因？如何指导家长遵循孩子成长规律、掌握科学的教子方法？如何与家庭携手共同帮助孩子获得使他们终身受益的学习能力？这些都是我们在家庭亲子教育体系中亟待解决的问题。

东方亲子秉承“为孩子的学习能力提供全面解决方案”的理念，经过多年的实践操作和个案训练，总结出一套全新的学习能力训练体系——将行为、脑力、心理三者融为一体的适合中国国情的“三合一”教学体系。继而，又建立起一套能使教学体系正常运转的“三合一”管理体系，即：家庭配合、中心训练、学校反馈。如“中心训练”这个环节，在遵循孩子身心发展规律的前提下，我们针对不同的孩子、不同的年龄、不同的生理和心理现象，采取个性化的训练方法，即“一对一”教学方案，从而配合其他环节，全面

提升孩子的学习能力。

然而，我们越来越清醒地意识到在整个体系中“家庭配合”这一环节的不可替代性。因此，这套《学习能力总动员》便应运而生，它旨在家庭配合这一环节为家长提供切实可行的学习能力“家庭”训练教育指导方案，配合中心训练，帮助引导孩子充分发挥其潜在能力，使其在生理上、心理上得以健康成长。

为了给更多的家庭和父母们提供育儿蓝本，为了指导父母们以正确的观念、科学的方法来对待孩子的问题，为了帮助父母们找到孩子行为背后的原因，为了教给孩子应对学习和生活难题的技能，我们酝酿构思成这本《学习能力总动员》。书中从行为、脑力、心理三方面就家长比较关心的孩子学业及成长中的问题，引导家长静下心来观察、分析并了解孩子行为背后的真正原因，并提出建议，帮助家长制订系列亲子训练方案。我真心地希望通过这套书籍的出版，能够帮助到那些为孩子的教育和成长寻找方法的父母们。让我们共同把“学习能力”训练进行到底，把孩子培养成能力型的孩子，引导孩子由被动学习变为主动学习，真正让孩子的潜能得以理想发展。

谨以此书献给所有关注孩子成长和教育的父母们！

许薇

2010年11月

第1章 发展运动智能打造良好的学习能力基础 002

- 一 认识孩子的身体运动能力 002
- 二 如何发展孩子的运动智能 008

第2章 不可轻视的感统失调问题 015

- 一 感觉统合功能失调 015
- 二 爬行行为的忽视 021

第3章 感知觉应从出生开始培养 026

- 一 感知觉,智力发展的第一步 026
- 二 不容忽视的触觉发育问题 030
- 三 如何发展孩子的感知能力 032

第4章 行为能力训练从身边做起 038

- 一 不可或缺的游戏 038
- 二 自理能力是人生教育的起点 043
- 三 玩具是孩子的第一本书 055

第5章 注意力是决定孩子智力的重要因素 061

- 一 正确认识注意力 061
- 二 注意力不集中怎么办 065

目录

071-146

■ 脑力篇

第6章 0~3岁,大脑发育和思维力发展的关键期 072

- 一 了解孩子的大脑 072
- 二 认识孩子的思维 077

第7章 让孩子玩出创造力 084

- 一 想象力是创造力的源泉 084
- 二 动手能力与创造力 090
- 三 当心扼杀孩子的创造力 094

第8章 用艺术教育发展孩子潜在的创造力 100

- 一 绘画与想象创造力同行 100
- 二 音乐激活孩子的创造潜能 107

第9章 唤起孩子阅读的兴趣 117

- 一 阅读兴趣的培养 117
- 二 阅读与语言发展密不可分 124

第10章 孩子语言智能开发越早越好 128

- 一 多元智能发展之语言智能 128
- 二 如何培养孩子的语言表达能力 133

147-196

■ 心理篇

第11章 情商——人生成功的翅膀 148

- 一 情商发展关键点 148
- 二 赏识教育其实不简单 156

第12章 决定孩子一生的性格培养 161

- 一 孩子性格的发展过程 161
- 二 给孩子的性格加点“氧” 164

第13章 意志力是一个人成功的关键 172

- 一 孩子意志力的形成 172
- 二 如何锻炼孩子的意志力 175

第14章 交往是孩子社会化行为发展的必修课 181

- 一 与家人的交流 181
- 二 孩子社交能力的培养 185

■ 后记

您知道吗？孩子能专心听讲，并不是因为他天生就比别人聪明，而是因为他在听讲的时候，能够集中注意力，不去想别的事情。那么，孩子为什么不能专心听讲呢？其实，孩子不能专心听讲，往往是因为他在学习的时候，遇到了一些困难，或者是因为他感到无聊、烦躁。如果您希望孩子能够专心听讲，那么您就需要了解孩子在学习上的困难，并帮助他克服这些困难。同时，您也需要让孩子明白，专心听讲是他学习好的关键，也是对他自己负责的表现。

行为篇

孩子初生时只有先天的反射，也只有脑干功能是完备的。神经细胞发达起来后，才会完全地传递大脑的命令，才会掌握许多复杂的肌肉控制技巧，这样当大脑命令右手去搔鼻子，才不会变成踢左脚。因此孩子的运动对于锻炼神经系统和肌肉控制是非常必要的。

一、认识孩子的身体运动能力

现代脑科学研究证实：人体各个器官的每一块肌肉，都在大脑皮层中有着相应的“代表区”，孩子运动锻炼的早期经验越丰富，正在发育中的大脑越能得到有益的刺激。

不足三个月的婴儿的行为大多是建立在反射基础上的。在这个阶段，大部分脑力活动被皮质下区域所占用，如脑干等，因为这部分区域负责控制反射活动。婴儿满三个月后会伸手去拿能看见的东西，这期间，脑力活动是围绕着丘脑（大脑负责伸手行为的区域）不断增强。

婴儿到八个月左右，大脑开始显露出执行较高智力活动的的能力。这期间，脑力活动的增强发生在前额叶皮质——大脑负责较高层次信息处理的区域。

正如大多数人所知，运动锻炼能够促进孩子的身体发育，增强体质，充分显示出孩子旺盛的生命力和天真活泼的精神状态。不仅如此，运动锻炼还能积极地促进孩子的智力提升、自我意识和心理健康。

运动锻炼丰富孩子的感觉和知觉，尤其发展他的空间知觉，这是孩子探索世界和抽象思维的基础；运动锻炼让孩子更加明确自我的存在与能力，影响着他的自我认识和评价，使他自己与他人、自己与环境之间的关系更加娴熟；运动锻炼开阔孩子的眼界，容易树立起自信和在同伴中的威信，有利于积极心态的建构。

从反面说,有的孩子上学后出现学习障碍,有的则检测出患有感觉统合失调,主要原因就是早期童年生活缺乏足够的运动和锻炼导致的。可以说,运动锻炼在孩子一生中的重要价值是其他任何方面的教育都不可代替的。

实际上,早期学习能力开发训练,包括语言、大运动、精细运动、认知、生活与交往等能力的训练。3岁前是智能发展的重要时期,体能锻炼是孩子智能发展的关键。但是,因无正确的早期教育引导,父母们往往把早期教育与智力早期开发划等号,提前让孩子掌握认字、背诗、记数等能力,而忽视了体能的锻炼。

1. 体能锻炼对孩子发育的重要性

体能发展不仅能够促进孩子身体健康、减少疾病,同时可促进其身体各系统正常发育。体能锻炼对孩子神经系统的生长发育有着重要的作用。体操、律动、感觉统合等训练活动,能够培养孩子基本的身体协调能力、平衡能力和运动能力,促进孩子锻炼体质、发展体能,促进智商与身体及心理协调发展。研究证明,动作能力强的孩子,他们其他的能力发展也比动作能力差的孩子要好。尤其是在思维能力方面,动作能力强的孩子很早就能在动作中体现最初的思维活动,并且能够完成那些需要一定思维的动作。另外,孩子运动能力强则可以主动接触更多事物,有利于其感知觉的有效发展。

2. 体能锻炼的关键期

孩子的体能锻炼需要有效结合其发育特点,把握各种体能锻炼的关键时期,提前或是过迟进行不符合各系统发育时间的锻炼都有损孩子的正常发育。

(1) 大肌肉运动关键期

3~4个月是孩子翻身能力发展的关键期,对于孩子身体协调性、腰臂力量的发展、初级平衡能力的发展、双手及双脚力量的发展都有重要的作用;7~8个月是孩子爬行能力发展的关键期,作用同翻身,同时有利于培养孩子的探索精神;10~11个月是孩子独自站立能力发展的关键期,对于孩子四肢协调配合能力的发展有重要的作用;11~12个月是孩子独自行走的关键期;24~25个月是孩子单脚站立能力发展的关键期;32~33个月是孩子单脚跳跃能力发展的关键期;36~37个月是孩子控制物体平衡能力发展的关键期。

(2) 精细动作关键期

5~6个月是孩子双手协作能力产生、发展的关键期,有利于培养双手的不同分工和合作能力;7~8个月是单手抓握多物品能力发展的关键期,对于双手手指的握力、灵活性、手指控制物品、运动能力的发展很重要;10~11个月是放

物入孔能力发展的关键期,有利于培养孩子对实物距离、体积以及空间概念的把握;12~15个月是双手控制物品运动能力产生发展的关键期,对于培养孩子发现物品特征很重要;16~17个月是垒叠平衡能力发展的关键期;24~25个月是孩子用笔画直线能力产生发展的关键期;33~34个月是孩子构思建构能力产生发展的关键期。

在这些关键时期,对孩子的体能锻炼要循序渐进、持之以恒,家长应该有意识地适量增加这方面的游戏内容。

· 测一测 ·

0~3岁孩子运动智能发育水平测试

孩子的运动智能发育包括大运动和精细运动。有些孩子因患某些先天性神经肌肉疾病,出生后造成身体运动发育落后。如果家长对孩子的发育过程缺乏了解就不能及早发现,可能延误疾病的治疗。所以,掌握孩子的运动发育顺序和规律尤为重要。孩子的运动发育顺序和规律可归纳为以下三条:

1. 从上部到下部的动作:最早发育的动作是俯卧抬头,此后俯撑、翻身、坐爬、站立、行走,这些动作是按一定顺序规律发展起来的。
2. 从中央到边缘部位的运动:最早发育的是头部、躯干的运动,此后是双臂、腿部有规律的运动,最后是手指的精细运动。
3. 从大肌肉到小肌肉的运动:最早发育的是头部、躯体、双臂、腰部等大肌肉运动,此后是手部小肌肉运动发育及准确的视觉动作。

大运动发育水平测试

1. 抬头:

- 1个月时下颌可以短暂离开床面。
- 2个月俯卧时头部能保持在中线上不再转向一侧,下颌可以离开床面45度角。
- 3个月 after 在直立状态时能竖直头部,自由地扭转头部四处张望。

2. 翻身:

4~5个月时可以翻身。

6个月俯卧时前臂可以伸直,手撑起,胸及上腹部离开床面,开始自己从俯卧位翻身成仰卧位。

7个月后能自己从仰卧位翻身成俯卧位。

3. 坐立:

1个月左右扶其肩部呈坐位时头部完全往后仰。

3个月扶成坐位时头部仅表现为轻微后仰。

4个月拉手成坐位时头部不再向后仰。

6个月拉手成坐位时头部主动离开床面抬起,已经可以坐在童车或带围栏的椅子上。

7个月时可以独坐在床上,但有时两手向前支撑。

8个月时不再用手支撑即可以独坐。

9个月时能平稳坐在床上10分钟并保持平衡,身体不倒。

10个月时可以坐得很稳,并能从坐位换成俯卧位或由俯卧位换成坐位。

11个月独坐时能左右转动身体去取东西,身体不倒。

4. 爬行:

5~6个月俯卧时四肢乱动,可以抵足前行。

7~8个月后可以自主爬行。

9~10个月后可以爬行自如。

5. 站立:

5~6个月扶站时下肢可以支撑身体。

7个月扶站时能高兴地跳动。

9个月时能自己扶着东西站立。

10~12个月时能自己独立站一会儿。

6. 行走:

10~11个月时可以自己扶着东西行走。

12个月时牵着孩子一只手即能行走,随后很快就能自己行走。

15~18个月后孩子走路较稳,随后活动量明显增大。

21个月时孩子可以用脚尖走路。

7. 跑步:

18个月时孩子行走加快,可以跑,但还不熟练。

24个月时能连续跑5~6米左右。

30个月时跑得较稳,动作较协调,并在起跑时手的姿势正确,但不能保持到最后。

36个月时跑步姿势基本正确,30秒可跑35~40米左右。

8. 跳跃:

24个月时开始学会跳,双脚能够跳离地面,进而双脚能连续跳,最多可以连续跳10次。

30个月时可以双脚连续向前跳3~4米远,原地跳10~20次,还可从楼梯的最后一个台阶跳下来。

9. 上下楼梯:

18个月时开始在大人的帮助下能上下楼梯。

24个月时能够独立上下楼梯。

36个月时上楼梯时一步一个台阶,下楼时两步一个台阶。

精细运动发育水平测试

1. 抓握动作:

刚出生时有握持反射,即大人用手指或拨浪鼓柄触碰孩子手掌即出现握拳动作,1个月内攥得很紧(拇指放在其他手指的外面)。

2个月时用拨浪鼓柄碰手掌,能握住拨浪鼓2~3秒钟不松手。



3个月时握持反射消失,将拨浪鼓柄放在孩子手掌中,能握住数秒钟。

2. 抓住动作:

3个月仰卧时能用手指抓自己的身体、头发和衣服。

4个月手与拨浪鼓接触时,手会主动张开来抓,并握住、摇动及注视拨浪鼓。

5个月时能抓住近处的玩具。

6个月时能两只手同时各抓住一个小玩具。

7个月时能伸手抓住远一些的玩具。

3. 抓弄动作:

6个月时可以伸手去触摸小玩具并抓住拿起来,而不仅仅是接触。

7个月时所有的手指都可弯曲地做出抓的动作,并能成功地抓住小玩具。

4. 倒手动作:

7个月时先给孩子一个小玩具,待拿住后再给他另一个玩具,他会把第一个玩具换到另一只手里,再去接第二个玩具。

8个月后倒手的动作更加熟练。

5. 对捏动作:

8个月起逐渐形成拇指和其他手指,特别是拇指和食指的对捏。

9个月时将小丸放在桌面上,能用拇指和食指捏起小丸。

10个月时能用拇指和食指的指端捏起小丸,动作比较熟练、迅速。

12个月可以捏起一粒小丸并往瓶子里投放,但不一定准确。

6. 翻书动作:

15个月开始在大人鼓励下出现翻书动作。

24个月时能用手翻捻书页,每次一页,可以连续翻3次以上。

7. 折纸动作:

24个月时会将一张纸折成两折或三折,但不成规则。

30个月时能将纸叠成方块,边角基本整齐。