



中国儿童素质早教工程

家庭中的 蒙特梭利教育

日常生活练习

梁志荣 主编



第二军医大学出版社



中国儿童素质早教工程

家庭中的蒙特梭利教育

日常生活练习

梁志燊 主编



第二军医大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭中的蒙特梭利教育:日常生活练习/梁志榮主编.

上海:第二军医大学出版社,2002.10

(中国儿童素质早教工程)

ISBN 7-81060-257-8

I. 家... II. 梁... III. 儿童教育:家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 053653 号

中国儿童素质早教工程

家庭中的蒙特梭利教育:日常生活练习

主 编:梁志榮

责任编辑:单晓巍

第二军医大学出版社出版发行

(上海翔殷路 818 号 邮政编码:200433)

全国各地新华书店经销

北京忠信诚胶印厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:6 字数:120 千

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 7-81060-257-8/G·022

定价:12.00 元

《家庭中的蒙特梭利教育》

编委会名单

主 编：梁志燊

编 委：（按姓氏笔画排序）

王 利 李良红 吴 蕾

刘冷琴 侯 静 徐朝霞

作 者：（按姓氏笔画排序）

叶晓峰 孙 颐 肖 红

陈丽君 孟旭红 林爱军

俞 竞

实验单位：

中共中央办公厅警卫局幼儿园

国家外经贸部幼儿园

国家农业部幼儿园

国家旅游局幼儿园

解放军总参三部前哨幼儿园

新华社保育院

解放军总后勤部五一幼儿园

中国人民大学幼儿园

北京春宇幼儿园

北京中直实验幼儿园

北京市公安局幼儿园

北京崇文区第三幼儿园

国家煤炭工业局机关幼儿园

河北省直机关第六幼儿园

安徽师范大学附属幼儿园

湖南大学幼儿园

广东省委机关幼儿园

民航广州幼儿园

南昌市保育院

成都幼师滨河幼儿园

青海省政府机关幼儿园

海南师范学院附属幼儿园

.....

主编简介

梁志荣 北京师范大学教授，现任中国老教授协会理事、中国老教授协会学前教育研究所所长、中国科学技术协会青少年科技中心专家委员会委员，曾任北京师范大学学前教育研究会主任。



承担的科研项目主要有：1990～1995 年主持联合国儿童基金会项目——《中国社区儿童教育研究》；1994 年至今参加北京师范大学与台湾蒙特梭利研究启蒙基金会合作项目——《蒙特梭利教育中国化实验研究》并任课题顾问；2001～2005 年主持中国教育学会“十五”课题——《幼儿园儿童早期学习模式实践的研究》；2000～2005 年参加教育部《科学教育——青少年潜能开发》课题中子课题《蒙特梭利教育在我国幼儿园的应用研究》并任课题顾问。

著有《现代学前教育》、《幼儿综合训练丛书》、《幼儿园课程实验教材》、《幼儿人格培养》、《家庭教育新观念》、《学前教育学》等十几种专著。

出版说明

去年，我们开始组建“中国儿童素质早教工程”并出版了一套早教图书。该套图书赢得了广大读者的信任与好评。许多家长将它们作为教育和养育孩子的首选读物。也有很多读者来电、来信甚至来人，咨询我们的专家，希望我们尽快完善工程，并提出了许多有益的建议。现在，“早教工程”在众多的年轻父母的参与和专家组的支持下已初具规模。今年，我们又约请了更多的知名专家重新对图书做了更科学、更全面的规划。下面我们就该套图书的出版做一说明。

该套图书主要吸收并融合最流行的蒙氏教育理念与感觉统合理论等先进的早期教育思想，并尽可能以翔实、通俗的文字解答年轻父母在育儿过程中遇到的各种问题，同时也提供全面、科学的育儿知识。

该套图书内容在时间跨度上从孕前一直到儿童满6周岁，具体内容包括：先进早期教育理念的推介、孕产期保健与胎儿大脑发育的促进、儿童智能发育的促进、心理健康的培养与

良好的行为的塑造、营养饮食的合理安排、疾病的预防及康复计划等。

该套图书作者多系国内各自领域内一流的专家，他们将自己多年的经验与科学育儿知识进行了系统的总结，在百忙的工作中笔耕不辍，为我们的读者奉献出了最好的作品。

我们重视图书与工程其他部分的配套问题，力争在内容衔接与后续服务方面形成一个完美的整体，为缺乏经验的年轻的父母们提供一套可以信赖的、完善的育儿服务体系，帮助他们树立教子成材的信心。

在工程组建及本套图书的规划与编写过程中，我们得到了中国关心下一代工作委员会专家委员会严仁英主任、中国优生优育协会秦新华会长、北京师范大学林崇德教授、协和医院籍孝诚大夫等众多专家的关心和支持，在此深表感谢。还要感谢“中国早教网”有关同志的大力支持和全体专家成员的辛勤工作，使得本套图书得以陆续出版。

由于我们规划组织能力有限，在工程建设的诸多方面可能做得不足，恳请广大读者及业内专家不吝赐教。

中国儿童素质早教工程规划组

2002 年 10 月

序

蒙特梭利教育法是由意大利女医学博士玛利娅·蒙特梭利博士所创。蒙特梭利从医生成为一名伟大的儿童教育家。蒙特梭利教育法在 20 世纪影响了整个世界，在不同的国家中受到普遍的欢迎和推崇。在人类社会进入二十一世纪之时，蒙特梭利教育仍极具活力，它不仅在一百多个国家依然存在，而且在更广泛的教育领域中得到发展，它的传播给整个教育界带来新的提升。

蒙特梭利充分研究了儿童，强调生命的最初几年，即 0~6 岁，是人生的最重要时期。她发现儿童是带着巨大的潜能降生的，出生后以力所能及的方式积极探索周围的环境，吸收环境中的一切，自己建构自己的心理，渐渐走向独立。她还发现许多心理发展的敏感期如语言、动作、感知、关注细小事物、秩序感、社会化等相继出现在六岁前，敏感期是发展的最佳时期，因而是儿童学习的机会之窗。

蒙特梭利教育的基本特色就是必须保障儿童的自由，为他们提供一个准备好的环境。

科学的蒙特梭利教育不仅是幼儿园和学校中应用的教育模式，更应伴随儿童生命的开始在家庭中应用起来。家庭教育是教育的起点，莫使儿

童虚度童年的宝贵时光，让儿童在爱的抚慰中，自由、快乐、有序地活动，探索和尝试，体会成功、树立自信，使儿童获得更有价值的发展，是每一位家长的责任。帮助孩子的方法就是蒙特梭利家庭教育的核心问题。家长如何才能更好的帮助孩子呢？下面提供几个要点：

1. 准备一个适合孩子安全活动的空间并提供和孩子的体格相当的优质的美好的实物，满足孩子喜欢使用和成人一样的物品的愿望。

2. 家庭中应过着有规律的生活。在遵守规则的条件下孩子可以自由地活动，做他想做的事情，如孩子喜欢做一些生活上的事情，穿、脱衣服、用餐、扫地等，就应放手让他自己去做。尊重孩子的选择，给孩子各种选择的自由。孩子遵守的规则，由家长和孩子一起共同制定。

3. 在生活中尽量给孩子提供成功的机会，成人要以步骤清晰和放慢的动作向孩子展示每件事情的正确做法，并相应为孩子提供他易于使用的物品，这样孩子便会模仿运作，他体验着成功的喜悦，增进了自信，激发了自发性。

4. 家长不要轻率地使用“真笨”、“这样做不对”、“你怎么没记性”等指责性词语，这样容易使孩子有自卑感和失去进取心。家长应换之以称赞、鼓励、肯定、感谢等积极态度，容忍孩子的失误，放手让孩子再做尝试。孩子的时间感觉差，动作尚不协调，所以做事速度自然缓慢。

家长切记，决不要催促孩子，要尊重孩子的速度，给孩子充足的时间，让他按自己的速度行事，这将产生积极的教育效果。

5. 多创造在家庭之外和其他儿童接触的机会。三岁以下的孩子和其他孩子在一起的机会过少，会造成长大后不会主动去找朋友的社交障碍，家长应积极寻找机会，有条件的可带孩子参加亲子园活动，在充满教育性的亲子园中既有利于孩子增长智慧，又培养了社交能力。

为了将蒙特梭利教育充分地运用于家庭教育中，我们特编写了本套丛书，献给年轻的父母亲、准父母亲以及年长的祖父母们，希望你们从书中领悟蒙特梭利教育精髓，把握有特色的蒙特梭利教育法。丛书实用性强，如日常生活练习、感官系统训练、语言能力培养、数学素质培养等均提供了适用于家庭中从婴儿到幼儿的操作活动。我们呼吁：让您的孩子尽早享受到蒙特梭利教育法的熏陶，成为身心正常发育，具有独立能力、充满活力、充满自信、充满情感、遵守纪律、求知欲旺盛、有自我学习能力和创造力的优秀儿童。奠定儿童终生教育全面发展的基础。

梁志燊

2002年10月于北京师大

前 言

21 世纪的今天，全世界有识之士都在不断探索培养人材的幼儿教育方法。在众多的教育理论中，我们更推崇蒙特梭利教育的理念。蒙特梭利非常重视儿童早期智力开发。她巧妙地利用儿童自身成长的需要，在不损害儿童的自由与快乐的前提下，实现教育的目的。她主张从日常生活的训练入手，配合良好的学习环境与丰富的日常生活用品，让幼儿自发主动地学习，养成独立思考，自我教育的良好品质。

家庭是婴幼儿出生后的第一个环境，关爱他最多、影响他最深的家长成为孩子的第一任老师，在父母与孩子亲密的接触中，孩子能以最自然的心境，最专注地去观察、模仿家人的言行举止，那些让成人视为简单、平常的(扫地、擦桌、倒水、刷鞋、浇花等)日常工作，也会成为孩子很乐于参与的活动，因为孩子们会从中实现自我、感受成功、享受快乐。这也是我们编写《家庭中的蒙特梭利教育·日常生活练习》一书的初衷。

本书主要介绍日常生活练习“工作”。所谓日常生活练习工作，就是将家庭中成人所做的一些日常生活活动，当成一项“工作”，让幼儿去模仿着做，去真实地体验，从中培养幼儿良好的人格。本书共分四个部分。第一部分：基本运动。此部分主要是基本动作的练

习，包括那些我们成人看似容易，对幼儿而言有一定难度的活动，如：拧、捏、倒、缝、剪、切、扫、挤的动作练习。我们把一个连贯的动作分解成一段段易懂、易学的具体的动作单位，来激发孩子的兴趣，在反复练习中，掌握基本的动作要领。第二部分：社会交往。主要介绍人们在生存及生活上必要的礼仪、规则等，如：开关门的方法、传递物品的方法、招待客人的方法等。通过练习，培养孩子良好的社会行为。第三部分：关爱环境。主要是培养他们关心爱护周围有生命、无生命的物体的好品格，从小养成美化环境，有序摆放物品的习惯，如：扫地、擦桌子、照顾动、植物等。在练习中，让孩子了解自己和所处的周围环境的关系，获得管理物品及独立的能力。第四部分：自理能力。针对幼儿自理能力差、依赖性强、对自己没有信心的问题，我们设计了一些日常生活中的实例进行练习，如：正确穿衣、穿鞋、刷牙等，通过练习使幼儿产生并强化独立、自主意识，提高幼儿的自理能力。

本书中各个活动的设计，材料多是取之于家庭中的真实的事物，而每一个活动又可以延伸、扩展到其他活动之中。这些活动的设计力图让幼儿集中心志，内化秩序感，让意志力和活动自然结合，在体会成功的喜悦中建立他们的独立性、自信心。

作者

2002年10月



CONTENTS

基本运动

保持正确姿势	(4)
感知心跳	(6)
搬椅子	(8)
一起搬小桌子	(10)
五指抓毛线球	(12)
捏贝壳	(14)
挑出大云豆	(16)
拼摆图形	(18)
使用夹子	(20)
拧瓶盖	(22)
转拧螺丝钉	(24)
倒花豆	(26)
拧毛巾	(28)
自制陀螺	(30)
倒水	(32)
分水	(34)

用勺子舀小米	(36)
煮粥前的准备工作	(38)
折叠餐巾布	(40)
撕纸	(42)
剪纸	(44)
切苹果	(46)
小裁缝	(48)
捶钉子	(50)
捶蛋皮	(52)
磨豆子	(54)
打鸡蛋	(56)
揉面团	(58)
分面团	(60)
擀面饼	(62)
分馅	(64)
捏饺子	(66)
小小厨师	(68)
粘贴	(70)

社会交往

门的开关	(76)
握手	(78)
递交物品的方法	(80)

擤鼻涕	(82)
泡茶	(84)
进餐	(86)
分倒果珍水	(88)
拿水壶	(90)
端拿果盘	(92)
咳嗽、打喷嚏、打哈欠的礼节	(94)

关爱环境

浇水	(100)
扫地练习	(102)
刷灰尘	(104)
刷桌子	(106)
擦桌子	(108)
整理碎屑	(110)
擦玻璃	(112)
洗袜子	(114)
擦拭叶子	(116)
摆餐具	(118)
植物栽培	(120)
泡黄豆	(122)
种植黄豆种子	(124)

喂养小金鱼.....	(126)
擦金属器具.....	(128)
清理地毯.....	(130)

自理能力

照镜子.....	(136)
梳头发.....	(138)
穿衣服.....	(140)
脱衣服.....	(142)
挂衣服.....	(144)
穿鞋.....	(146)
脱鞋.....	(148)
擦鞋子.....	(150)
洗手.....	(152)
洗脸.....	(154)
刷牙.....	(156)
拉拉链.....	(158)
扣纽扣.....	(160)
按扣.....	(162)
系蝴蝶结.....	(164)
解开蝴蝶结.....	(166)