

从出生到6岁 宝宝能力训练 与早期教育

李铭◎著

轻松掌握**蒙台梭利**五大教育领域的核心内容
更适合中国父母的**贴心早教书**

感官
语言
思维与数学
科学
日常生活

0~6岁
影响孩子
一生

中国妇女出版社

从出生到6岁

宝宝能力训练与早期教育

李铭◎著

中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

从出生到6岁:宝宝能力训练与早期教育/李铭著

. -- 北京:中国妇女出版社,2015.11

ISBN 978-7-5127-1143-3

I. ①从… II. ①李… III. ①婴幼儿—早期教育
IV. ①G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第196803号

从出生到6岁——宝宝能力训练与早期教育

作者:李铭著

责任编辑:陈元

封面设计:尚世视觉

责任印制:王卫东

出版发行:中国妇女出版社

地址:北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码:100010

电话:(010)65133160(发行部) 65133161(邮购)

网址:www.womenbooks.com.cn

经销:各地新华书店

印刷:北京通州皇家印刷厂

开本:170×240 1/16

印张:16

字数:218千字

版次:2015年11月第1版

印次:2015年11月第1次

书号:ISBN 978-7-5127-1143-3

定价:35.00元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误,请与发行部联系)



前言 Preface

0~6岁，是孩子一生中重要的发展时期。在这一阶段，孩子的身体和心理快速地发展成熟，他们渐渐从父母的怀抱、扶持中脱离出来，开始独立行走、奔跑、跳跃，用身体感官探索、了解外部环境。随着孩子语言能力的发展，他们能够与他人交流沟通，获取各种信息，参与更多的行动。孩子的许多基本技能、综合能力、习惯行为以及个性品质等都在这一时期形成。

在孩子的成长发展过程中，健康的身体是一切生活的基础。因此，在家庭生活中，首先应关注孩子身体的成长发育，创造一个让其身心愉快的环境，科学合理地安排营养饮食，组织体育锻炼活动，培养孩子健康的生活习惯。

在心理学家的观察研究中，如果一个人17岁时达到的智力发展水平为100%，那么他在4岁时已经达到50%，8岁时达到80%，由此可以看出，在幼年阶段开发大脑潜能，可以促进孩子智力的充分发展。

与孩子智力发展相关的各项能力的获得都有一个最佳的阶段，这些最佳阶段被称作敏感期。在敏感期里，孩子会对周围环境中的特定事物产生强烈的兴趣。他们能轻松地学会并掌握某些技能，而对另一些东西漠不关心。

比如，当孩子关注那些细小的东西，一块小纸片、一段线头，或者图画里一个不为人注意的小黑点时，那时他便进入了细节发展的敏感期。细节敏感期出现在1.5~4岁。除此之外，孩子还会出现感官敏感期（0~6岁）、秩序敏感期（2~4岁）、语言敏感期（0~6岁）等。

在敏感期内，成人如果能给孩子适当的引导和辅助，为孩子创造适宜各种能力发展的环境，就可以激发孩子内在的潜能，提升其学习能力，帮助孩子更快更好地获得各项能力。如果错过了这一时期，再进行某项能力的学习培养，将会耗费数倍的时间，并且结果往往不能令人满意。

0~6岁孩子的教育开发不应只是以学会知识为目的，而应将培养孩子学会观察思考、探索实践，以及掌握读、写等获取知识的基本技能作为学习的重点。同时，通过日常生活内容，帮助孩子建立规则意识，培养独立能力、人际交往能力等，从而使孩子在未来能够积极地适应环境，顺利地适应社会生活。

孩子天生喜欢游戏、喜欢玩儿，尤其在0~6岁这一阶段，更应该给孩子充分的时间享受玩儿的乐趣。游戏是孩子的一种生活方式，也是孩子开始认识世界的方式。在游戏中，孩子触摸、攀爬、奔跑、跳跃，感官获得了刺激，身体得到了锻炼，同时游戏过程也促进了孩子基本技能和综合能力的获得。游戏时孩子需要与同伴交流，语言能力得到了发展，游戏活动也促进了孩子想象力和创造力的发挥。因此，成人如果能够将知识的学习、技能的练习巧妙地融入游戏当中，孩子便可以在轻松愉快的氛围中获得各项能力。

在本书中，每一主题都安排了一些相关的活动案例，它们以游戏的形式呈现。有的活动帮助孩子练习身体感官的某种技能，有的活动促进孩子的语言能力、思考能力，有的活动让孩子了解某些自然现象，学习观察环境中的各种生物，尝试着去探索发现。这些活动只是提供了一些

游戏的思路，家长可以根据日常生活内容去创编更多的活动，家庭成员一起参与游戏，寓学于玩儿，寓教于乐。

孩子在0~6岁，尤其是在低龄阶段，接受知识和认识事物的能力都有限，给孩子输入的信息内容要符合他们身心的发展特点和认知规律。在游戏活动中，可以参考蒙台梭利的三阶段教学法，帮助孩子学习新的概念，掌握新的知识内容，巩固记忆，加深理解。

这一学习过程为：第一阶段：给物体命名，由家长指认物品并说出物品名称，帮助孩子建立物品与名称之间的关系。比如，培养孩子建立几何形状的概念时，家长从一堆各种形状的积木中拿出一个三角形或者指着家里一个三角形的物品，告诉孩子“这是三角形”，并确保孩子能够集中注意力，看到、听到成人的示范。

第二阶段：孩子辨认，给孩子几个不同的几何形状，问孩子：“哪个是三角形？”请孩子进行选择，并引导其用完整的句子回答：“这是三角形。”如果孩子拿错了，不要立即指出，可以请他再拿一次，或者暂停这个活动，重复一次物品命名活动后再进行辨认活动。

第三阶段：检测记忆，让孩子根据自己的学习经验说出物品名称。家长提出问题：“这是什么？”孩子回答：“这是三角形。”

分阶段练习使孩子循序渐进地获得新的知识和体验，实现一个阶段的目标再继续下一阶段的练习，避免了跳跃式的学习给孩子带来的障碍，这个过程让孩子获得了自信和成就感，激发了他们学习新知识的热情和兴趣。

在活动过程中，家长需要注意观察孩子的反应和表现，并且适当地给予启发或者重复。如果孩子在回答问题时表现出犹豫，甚至说错，说明前一阶段的练习不够，他还没有掌握概念。练习活动就应退回到前一阶段。

在本书的写作过程中，对于相关内容我做了一些研究和考察，但是

有些问题还需要更加深入地分析和探讨，由于时间和水平有限，书中必定存在不当之处，敬请前辈同人和广大读者不吝指教。

一直以来，在学习、工作、生活中我得到了家人无尽的支持和帮助，在此深深地感谢所有家人。

爱是不可辜负的。

谨以此书献给妈妈。

李 铭

2015年5月

CHAPTER 01 感官篇

——孩子智力和情感的起点

01 孩子不同感官的发展 / 004

视觉：视觉为孩子打开通向世界的第一扇窗 / 004

听觉：听觉使孩子眼前的世界变得生动 / 005

触觉：孩子凭借触觉快速地融入环境中 / 006

味觉和嗅觉：孩子有了自己的喜好 / 007

知觉：孩子的认识和情感逐渐丰富、完整 / 008

02 通过感官活动获得知识和能力 / 010

孩子具有强大的感官行动力 / 010

孩子通过不断重复的动作对事物产生自动反应能力 / 012

强大的吸收性心智让孩子轻松获得大量信息 / 016

感官刺激的最佳时机 / 018

03 影响智力和情感的感官综合活动 / 020

观察力——决定孩子未来的学习力 / 020

注意力——决定孩子智力发展的关键因素 / 023

记忆力——为孩子智力和情感积累素材 / 029

想象力——推进游戏的发展，为创新做准备 / 034

04 感知觉家庭活动方案 / 038

视觉活动方案 / 038

1. 水果接龙 / 040
2. 五彩花瓣 / 041
3. 看看缺了什么 / 041
4. 可爱的卡通熊猫 / 042
5. 小马和小鹿 / 043
6. 搭建亭子 / 043
7. 蝴蝶的生长 / 044

听觉活动方案 / 045

1. 身体打击乐 / 046
2. 不同的乐器声音 / 047
3. 数字一连串 / 047
4. 小兔子的好朋友 / 048

触觉活动方案 / 049

1. 神秘袋里有什么 / 049
2. 三个小球 / 050
3. 买饮料 / 051

味觉和嗅觉活动方案 / 051

1. 甜和咸 / 053
2. 帮妈妈做菜 / 053
3. 香泡泡 / 054

01 孩子开口说话了 / 058

孩子开始说话前的准备 / 058

语言爆炸：孩子语言发展过程中的两次重要的突破 / 060

02 在游戏和生活中学习语言 / 062

以游戏的方式帮助孩子练习发音 / 062

用快乐有趣的方式认读汉字 / 063

词语与实物相结合，轻松积累词汇 / 065

03 准确、连贯地表达自己的想法 / 068

说出完整的句子并不难 / 068

在特定的语言情境中学习抽象词语 / 070

为孩子营造良好的语言环境 / 072

04 重视孩子的阅读活动 / 075

阅读是孩子成长的重要指标 / 075

如何让孩子喜欢阅读 / 077

培养良好阅读习惯需要关注的几个因素 / 079

05 语言家庭活动方案 / 082

书写活动方案 / 082

1. 小小连环画 / 084

2. 制作立体文字 / 085

听力活动方案 / 085

1. 听指令做动作 / 087

2. 接龙比赛 / 088

3. 听孩子讲故事 / 088

口语活动方案 / 089

1. 词语接龙 / 090

2. 家庭戏剧 / 091

3. 看图编故事 / 091

4. 续编故事结尾 / 092

5. 口头小作文 / 092

阅读活动方案 / 093

1. 朗读古诗、歌谣 / 094

2. 给故事配文字 / 095

3. 带着问题去阅读 / 096

CHAPTER 03 思维篇

——促进孩子的智力发展

01 孩子思维的最初表现 / 099

把握物体的颜色特征，辨识图形、区分物体 / 099

思维对孩子心理活动和发展的作用 / 100

02 思维发展的三个阶段 / 103

直观行动思维 / 103

具体形象思维 / 104

抽象逻辑思维 / 106

03 孩子思维的特点 / 108

逐渐形成实物、数字、空间和时间的概念 / 108

以表面现象和自己的生活逻辑为依据作出判断 / 111

作出的推理常常不符合客观逻辑 / 112

从理解部分细节发展到理解整体内容 / 113

04 如何促进孩子思维的发展 / 115

积累感性知识 / 115

发展语言能力 / 117

通过让孩子解决问题、完成任务来提高他的思考力 / 118

学会正确的思维方法 / 119

05 思维家庭活动方案 / 122

1. 找相同、找不同 / 122

2. 热闹与安静 / 123

3. 大与小有什么不同 / 124

4. 认识四季 / 125

5. 给小熊拍照片 / 125

6. “浮”与“沉” / 126

7. 喝了多少杯橙汁 / 126

8. 如何把圆变小 / 127

9. 排列照片 / 127

10. 图画故事排序 / 128

11. 看看谁拼的图形多 / 129

12. 怎样把房间装满 / 129

13. 插上想象的翅膀 / 130

CHAPTER 04 数学篇

——让孩子用数、形、量认识和理解外部环境

01 生活中的数学 / 134

数学对孩子生活的意义 / 134

在家中随时学习数学 / 135

02 数学学习内容 / 137

集合概念 / 137

数的概念与运算 / 138

空间与时间概念 / 140

03 不同阶段的数学能力 / 142

3岁之前的数学能力 / 142

3~4岁的数学能力 / 143

4~5岁的数学能力 / 144

5~6岁的数学能力 / 145

04 数学家庭活动方案 / 147

1. 神秘袋取物 / 147

2. 分蛋挞 / 147

3. 奇数与偶数 / 148

4. 一样多的小熊 / 149

5. 有多少颗草莓 / 150

6. 还有几个乒乓球 / 151

7. 几何图形分类 / 151

8. 蔬菜分类 / 152

- 9. 积木排序 / 153
- 10. 几何图形排队 / 153
- 11. 发现排序规律 / 154
- 12. 做长棍“饼干” / 155
- 13. “1”和“许多” / 156
- 14. 一样多的图片 / 156
- 15. 谁的饼干多 / 157
- 16. 串珠一样多 / 158
- 17. 玩沙游戏 / 159
- 18. 找位置 / 160
- 19. 认识时间 / 160
- 20. 分割圆形 / 161
- 21. 学习对称 / 162

CHAPTER 05 科学篇

——用科学的方法探索 and 发现未知

01 生活中的科学 / 166

孩子在生活中的科学发现 / 166

好奇激发了孩子的科学探索欲望 / 168

02 开阔孩子视野的科学活动 / 170

有趣的动、植物 / 170

神秘的宇宙与星球 / 172

神奇的物理化学现象 / 174

我们的身体真奇妙 / 177

变化的气候与季节 / 178

沙、石、土中趣味多 / 180

03 科学探索对孩子成长的价值 / 182

丰富孩子对自然和环境的认识 / 182

提高孩子的动手操作能力 / 184

培养孩子的自信心和坚定的信念 / 186

培养孩子的理性精神和解决问题的能力 / 187

04 科学活动方案 / 190

1. 有生命与无生命 / 190

2. 动物和植物 / 191

3. 我们身边的动物 / 191

4. 哪个种子长得快 / 192

5. 植物如何吸收水分 / 193

6. 植物生长需要什么 / 194

7. 声音是怎么产生和传播的 / 194

8. 如何运送碎纸片 / 195

9. 磁铁能吸引什么 / 196

10. 溶解与不溶解 / 197

11. 地心引力 / 198

12. 光与影 / 198

13. 石头、沙子和土 / 199

14. 我们生活的地球 / 200

01 日常生活中的孩子 / 203

生活内容和习惯的简单重复会给孩子留下很深的印象 / 203

孩子需要各种生活体验 / 205

02 生活与综合能力的获得 / 207

基本生活技能的获得 / 207

如何让综合能力得到发展 / 210

03 孩子的社会性心理 / 212

亲子关系 / 212

同伴关系 / 214

情绪和性格 / 216

冲动和抑制 / 219

04 孩子的生活离不开游戏 / 223

孩子生活在游戏里 / 223

游戏过程也是学习过程 / 226

05 日常活动方案 / 233

基本动作练习 / 233

1. 二指捏动作 / 233

2. 三指五指动作 / 234

生活技能练习 / 234

1. 切割动作 / 234

2. 舀的动作 / 235

3. 清洁和整理 / 236

社会性行为 / 237

1. 公共礼仪 / 237

2. 表达感谢或歉意 / 237

3. 与他人合作 / 238

4. 学会倾听 / 239