

捕捉孩子敏感期，帮助父母走出教育困境的指南

Ertong Minganqi Jiaoyu Shengjing

儿童敏感期 教育圣经



童笑梅 编著

北京大学第三医院儿科主任、主任医师
硕士生导师、全国知名儿科专家

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

Ertong Minganqi Jiaoyu Shengjing

儿童敏感期 教育圣经

北京大学第三医院儿科主任、主任医师 | 童笑梅^{编著}
硕士生导师、全国知名儿科专家

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童敏感期教育圣经/童笑梅编著. —北京: 中国
中医药出版社, 2012. 12

ISBN 978-7-5132-1264-9

I. ①儿… II. ①童… 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284804号

儿童敏感期教育圣经



中国中医药出版社出版
北京市朝阳区北三环东路28号易亨大厦16层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

廊坊市兰新雅彩印有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 720×960 1/16 印张 16 字数 255 千字

2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-1264-9

*

定价 26.80元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换
版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

前言

民众智力水平，是国力的标志，包括经济力量和技术力量在内的国家竞争能力，最终要归结到人的智力水平竞争上来。

人类教育最根本目的，应该是最大限度地开发人的潜能。

人的各种能力，都有产生与发展的敏感期，在敏感期内，人的身心对于某种学习会具备一种特别适应的生理特点，在这种状态下，很容易学习和发展某些能力，并且铭刻在大脑里；反之，如果错过了这个时期，再进行类似学习和能力培养，会有相当难度，甚至不能够重获某些能力。

敏感期，是人一生中最重要的智力发育和潜能开发关键，而0~6岁的学龄前儿童期里，集中着人生中最重要敏感期，因此，儿童教育中，把握好敏感期教育，是智力发展和潜能开发的关键。

意大利著名幼儿教育家、科学家玛丽亚·蒙台梭利博士创立的蒙台梭利教育法和倡导的敏感期教育观念，主张遵循儿童成长的自然法则，顺应生命的自然规律，利用儿童吸收心智能力，在自由和快乐的学习环境中，获得知识、发展智力、开发潜力，取得心智潜能最大限度的发展。

每一个孩子都要经历不同的敏感期，每个孩子的敏感期都将悄然而至，表现出一些在成年人看来“怪异”、“不听话”、“反抗性”的行为，无论家长还是幼教从业者，只有通过细心的观察和分析，捕捉到孩子行为后面隐藏的敏感期，让孩子充分享有爱与自由的空间，才能把握成长的精彩瞬间。

编者

CONTENTS

目录

|第一章|



“生命法则”与“自然程序” ——什么是敏感期

什么是敏感期	002
敏感期与智力发育	004
儿童心智能力——不断变化的过程	006
幼儿在敏感期的突出表现	008
敏感期与潜能挖掘	011
顺应孩子成长的“活动周期”	012
蹲下来，和孩子平等交流	013
保持童心，陪伴而不要教导孩子	015
当忠实听众——倾听和表达有学问	017
可塑性强，勿乱给孩子“贴标签”	018



|第二章|

尊重孩子成长



——蒙台梭利教育法

玛丽亚·蒙台梭利博士	022
蒙台梭利教育法	024
蒙台梭利的感官教育（感觉训练）	026
蒙台梭利教育法的特点	027
自由——智力发展的关键	029
辨别力——奠定智力的基础	030
选择——提高智能	032
思考——让孩子更聪明	035
感觉教育——培养孩子的智力	038

|第三章|

敏感期来了



——儿童心智发展的最佳时机

把握敏感期的总原则	042
感官敏感期（0~6岁）	043
语言敏感期（0~6岁）	045
秩序敏感期（0~4岁）	047
空间与细小事物敏感期（1.5~4岁）	048

动作敏感期（大肌肉1~2岁，小肌肉1~3岁）	050
社会规范敏感期（2.5~6岁）	051
书写敏感期（3.5~4.5岁）	053
阅读敏感期（4.5~5.5岁）	054
文化敏感期（3~6岁）	056
情感敏感期（4.5~6岁）	057

|第四章|



感官敏感期

——探索世界的起点和教育的基础

感官，一切教育的基础	060
视觉发育期	062
色彩感知练习	066
听力发育期	068
“宁静”的课堂	071
嗅觉与味觉——用小嘴认识世界	072
触觉能力——小手动起来	075
立体感觉训练	079



第五章 语言敏感期



——引导语言发展

语言发展的七个关键	082
学习语言敏感期：0~3岁	090
运用语言敏感期：3~6岁	092
家庭，学习语言的最佳环境	095
学会教孩子说口语	097
“骂人”的孩子	099

第六章 秩序敏感期



——良好习惯起步

悄然而至的秩序敏感期	102
引导孩子度过秩序敏感期	106
“犟”孩子——执拗的秘密	108
审美，心目中的完善	112
规则的遵守	115
自我意识成长	117
生活规律性	120
我不是“倔”孩子	123

附：典型的儿童秩序敏感期表现 125

|第七章|



空间与细小事物敏感期

——体验观察探索乐趣

喜爱“探秘”	128
行走动作——探索范围扩大	130
陪孩子一起做空间游戏	132
鼓励孩子勇于探索	135
关注细微变化	136
成年人：尊重孩子的“能耐”	139

|第八章|



动作敏感期

——身心健康均衡发展

不同阶段大动作发育与促进	142
不同阶段精细动作发育与促进	150
符合孩子成长规律的运动	157
协调性源自运动	160
运动促心智	161
跳跃，开发大脑的运动	164



|第九章| 社会规范敏感期



——独立自主和自然纪律

儿童自由选择倾向	168
不去干涉孩子	169
通过自由实现纪律	172
发自内心的“服从”	174
奖惩，不是最好的方法	176
守纪律，源于“自发动力”	177
孩子具有的自制力	179

|第十章| 书写敏感期



——语言教育和交流理解力

书写敏感期	182
书写的基础	182
书写敏感期的表现	184
书写关键时期	185
书写前的准备练习	186
主动书写练习	188
不宜太早学写字	189

第十一章



阅读敏感期

——训练阅读积累能力

“似模似样”读书的孩子	192
阅读敏感与环境刺激	194
激发阅读兴趣	195
阅读兴趣培养	197
书写与阅读	199

第十二章



文化敏感期

——挖掘潜在天性和能力

孩子的修养体现	202
孩子“听话”和修养并非同义	204
拥有常用的礼仪修养	206
伴随音乐起舞	213
天才绘画大师	215
自然教育	217
感官+语言=文化教育	219
迷恋数数字	220



第十三章

情感敏感期



——心灵关注与情感丰富

敏感期与性格	224
情感敏感期	225
“精神营养”缺乏症	227
通过爱，感受世界	229
让孩子和父母交流爱	230
学会分享，感受人际关系	235
爱小动物、小植物	236
学会重视自我	238
“想结婚”的孩子	241
耐心关注孩子的需求	243



第一章

“生命法则”与“自然程序” ——什么是敏感期



什么是敏感期

儿童的敏感期，是指在初期发育阶段，所具有的一种特殊敏感性，是一种灵光乍现的自然禀性，通常只在获得某种特性时闪现出来，而且，一旦获得了这种特性后，敏感性就会消失。

儿童的成长，不仅与遗传有关，还与本能密切相关。这种本能具有极为神奇的勃勃生机，能促使小小的生命在较短时间内具备极强的适应性和主动性，能促使小生命做出许多惊人之举，仿佛遵循着某种神奇的程序和自然规律，能较快地获得生存、生长、适应外界的调节能力，这种能力往往令研究者和发现者称奇，对于大自然赋予小生命的本领赞叹不已，这种由本能引导而爆发出来的生命能力，被誉为“生命法则”、“自然程序”。

在儿童成长的过程中，孩子要从一无所知，迅速发展适应纷繁复杂的外部世界，凭着天赋的神奇能力掌握语言和与人交流的能力、具备辨别事物的能力，从生存环境中学会熟悉和运用一切细节。这一系列复杂的变化和本领的取得，和成年人相比，是那么快乐、轻松，能在日常生活中无疲劳感、愉快、轻松地学习，并获得能力。从成年人的角度看，一名成年人需要很长时间、很多帮助才能初步适应一种新环境；需要更久、更多外界援助和自己的不懈努力，才能学会一种复杂的新语言，而儿童掌握母语却是那样完美、无师自通。

儿童在敏感期里，能够自我调节和掌握某些本领，能使孩子们以一种独特、强烈的方式来对待外界事物，在敏感期内，孩子们会充满活力、充满激情，轻松地学习很多东西，甚至成年人需要付出很大努力才能做好的事，孩子会轻而易举完成，并且每一次努力都能使自己的能力极大地增强。

敏感期，是孩子各项水平发育的关键时期，每一个敏感期的到来，都是孩子生长过程中的自然需求。





儿童的敏感期，有些呈螺旋状出现，或者说在婴幼儿的每个年龄段都会出现，贯穿于整个婴幼儿时期，而有的敏感期则转瞬即逝，来得快、去得也快。

敏感期是大自然赋予儿童的生命魔力期，当敏感期过去、敏感性泯灭以后，孩子心智上的进步，就只能通过思维的加工、主观的努力和不懈的钻研才能够获得。因此，在敏感期内，如果孩子的生理和心理需求受到妨碍，无法得到恰当的发展，就会错失最佳时机，无论能力还是智力都会受到较大影响。如果希望以后重新获得这些东西，就要付出更大的心智，而且很难达到敏感期取得的效果。

0~6岁的学龄前儿童期，是孩子成长的关键时期，孩子在这6年中，从最基本的生命初级需求达到心智水平的发育，要经历一生至关重要的基础阶段，因此，把握儿童的敏感期教育至关重要。蒙台梭利形容“经历敏感期的孩子，其身体正受到一种神圣命令的指挥，其小小心灵也受到鼓舞。”敏感期内，儿童会毫无理由地“对某种行为产生强烈的兴趣而不厌其烦地重复，一直到最后因为这种重复突然爆发某种机能为止”。在这段时期内，儿童所表现出的内省与快乐，正是源于探索外部世界的强烈欲望。

假如父母了解这种敏感期，在适当的时候给予孩子一些帮助，而且善于利用这个时期孩子的特点，能起到事半功倍的效果。相反，如果在任何敏感期的兴趣遭到妨碍而无法发展，就会丧失以自然的方式教育孩子的机会。





敏感期与智力发育

人类智力的高低，并不取决于脑细胞数量的多少、脑容量的大小，而是树突网络的密集程度。婴儿期的生命最初3年，是脑神经细胞形成树突的关键期，也是孩子心智和个性发展的关键。

从胎儿期看，母亲怀孕3周，胎儿的脑细胞开始成长，孕8周时胚胎的大脑皮层已经能分辨出来，15周脑细胞长成，孕32周时，脑神经细胞数已经接近成年人脑细胞。其中，具备感觉、思考等中枢神经功能的神经细胞约有4、5亿个，还有的属于胶质细胞。

为达到大脑复杂化的功能，许多树状突起会分化出来，其中最长的支称做轴突，前端会分支并与另一支神经细胞连接。这4、5亿个脑神经细胞相互连接，交错形成脑部网络。这种巨大而重要的变化，发生在孩子生命的最初3年，这个阶段毫无疑问是脑神经细胞形成树突的关键时期。同时，胶质细胞则起到保护树突的作用，这个过程即“髓鞘化”，髓鞘化愈发达，就愈能够胜任复杂艰巨的工作，大脑愈是使用，髓鞘化程度越高。

正常新生儿的脑神经细胞约为160亿个，和成年人相差不大。这些脑神经细胞的功能，在3岁前约完成60%，8岁完成80%。而且，胎儿神经细胞数量，在孕32周以后就已经接近成年人。新生儿的大脑重量约390克，达到成年人脑重量的25%，但体重只有成年体重的5%，到3岁时，脑重量就达到成年人脑重量的75%，以后随着年龄增长速度渐渐缓慢。

婴儿脑重量的增加，并不是脑神经细胞或称脑神经元增殖的结果，而是脑神经细胞结构的复杂变化。同样，人的智力高低，也不取决于脑细胞数的多少，而是树突网络的密集程度。树突网络的形成，主要源自感官经验刺激的结果。

如果缺少适当刺激的环境，婴儿的脑部网络形成就受到阻碍，由头





脑支配的语言、动作、情绪等能力发展也会受阻。因此，掌握孩子学习敏感期，给予足够的刺激，能使孩子的大脑运用能力更加灵活，为日后心智发展构建优良的网络结构。

孩子生命的最初3年，是一生智力发展的最关键阶段，是一个从“无”到“有”的阶段，这个阶段中的每一分钟，都会影响到孩子的成长，是儿童个性和心智发展极重要的因素。父母是孩子的第一任教师，家庭是孩子们生活最久的场所，对孩子的影响很大。如果能及早准备，用合乎科学的教育方法，来促进孩子智力和品格的发展，必然能奠定孩子身心健康的良好基础。

与此同时要注意的是，父母不是子女的创造者，只是孩子的监护人，必须以崇高使命感的心态来关心和呵护孩子，尊重生命和自然规律，引导和爱护孩子的成长历程，充分发挥敏感期孩子的天性和能量，为孩子提供适宜成长的环境。

