

# SENSORY INTEGRATION

儿童之家亲子丛书 II

北京儿童之家教育研究中心 编著

# 亲子教育 感觉统合 教育活动

1~3岁



在幼儿期，感知觉和运动发展极为迅速，大脑的学习信息有赖于感官和运动的输入。由于大脑、身体、感官的神经体系非常复杂，所以需要统合。如果这一能力不足，身体、大脑、感官之间便会由于协调不佳而造成混乱，这三者之间的关系在婴幼儿时期已打下80%的基础，所以婴幼儿时期的感觉统合最为重要。

## CHILDREN EDUCATION FOR PARENTS



中国华侨出版社  
北京儿童之家教育研究中心  
Beijing Children's Home Education Research Center

策 划:王 博  
责任编辑:李莎莎  
封面设计:思维工作室  
插 图:聚龙堂漫画社

### 图书在版编目(CIP)数据

儿童之家亲子丛书Ⅱ—感觉统合亲子教育活动(1~3岁)/北京儿童之家  
教育研究中心编著. —北京:中国华侨出版社, 2004.10  
ISBN7-80120-883-8

I.儿... II.北... III.儿童教育:家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第110401号

儿童之家亲子丛书Ⅱ ※感觉统合亲子教育活动(1~3岁)  
北京儿童之家教育研究中心 编著  
销售热线:010-62381280

---

中国华侨出版社出版发行  
北京市安定路20号院 邮编:100029  
新华书店经销 北京集惠印刷有限责任公司印刷  
开本:850×1168 1/20 印张:52 字数:939千字  
2004年12月第1版 2004年12月第1次印刷  
ISBN7-80120-883-8/G·386 全套定价:90.00元(本册:30.00元)

# 致读者

培养新新人类！

改变国人教育观念！！

这是我们儿童之家的希冀，这也是我们的追求。不管前面有多少风雨，我们始终凝聚着生命的真谛，展开双翅，不停地翱翔。

“生命乃是从母亲怀孕那一刻开始。在那一刻，我们面对的是一个微小到无法用肉眼看见的细胞。然而，在这个细胞里，却具有成长为一个人类的潜力”（蒙台梭利语）。如何协助这个细胞（生命）一点一点地成长，是所有父母以及为人师者的甜蜜负荷。

今天，早期教育需要的不是方法，而是观念。这个观念的平台是家庭、园所、社会共同铸就而且缺一不可的，这就是我们儿童之家早期教育主张的“三合一法”。虽然这种提法不很新颖，但这种教育意识从未引起人们的正视和警觉，因此，我们的教育也力践艰辛。但是儿童之家将不遗余力地投入与呼吁家庭、园所、社会同心协力，切实改变教育观念，协助生命自我成长。

无论是蒙台梭利教育、感觉统合教育、还是奥尔夫音乐教育，都有一个共同的基点：一切从人的根本出发，尊重人性，尊重人情。但也各有千秋：蒙台梭利教育如高山般，有永恒的支点；感觉统合教育如河流般，有智慧的点滴；奥尔夫音乐教育如草原般，有美妙的动力。因此，科学的教育应该相互吸取，教育革新才能绽开新的奇葩。因此，我们奉献给您的是结合本民族特点的世界前沿的教育。只有这样，培养的新新人类，才能在宇宙中闪烁出人类的光芒。

婴幼儿时期是一个人一生中最重要的阶段，这个阶段可以影响一个人的未来。家庭、园所、社会借着我们儿童之家的教育，引导孩子创造自我成才的奇迹，这就是我们一直努力的方向。

另外，我们儿童之家将大力推广“发展迟缓儿童”的工作。帮助身心障碍的儿童获得和正常儿童一样的良好教育，是我们儿童之家的教育精神：给所有儿童同样的生命之甘露。在此，我们诚心邀请国内外教育界的专家学者，加入我们的行列，开拓“发展迟缓儿童”的教育事业。

来之于社会，用之于社会，回馈于社会。因此，我们设立了“儿童之家教育基金”，儿童之家产品（图书、音像制品、教玩具）收入的1%，将存入“儿童之家教育基金”，用于对贫困、失学、残障儿童的资助。

北京儿童之家教育研究中心

# PREFACE 前言

## 感觉统合教育

### ——完善心智的教育

人类遗传基因中，都有感觉统合的基本能力，每个幼儿生下来都有此本能。但这种本能必须在孩童时期和环境的互动中，在大脑和身体不断顺应反应下，才能够高度和健全地发展。

——珍·爱尔丝

#### 一、感觉统合教育理念

感觉统合教育是由美国著名心理学家珍·爱尔丝（1923~1988）创立的。

大脑是人类思维、情绪、学习等心理活动的物质基础，它的功能状况意味着人的心智完善与否。大脑活动的最基本过程就是把身体各种感觉器官传来的感觉信息进行有效地分析、组合和综合处理，将所有散乱的信号组成一个完整一致的整体信息，然后再发出指挥肌肉、关节的运动指令，这个过程就是感觉统合。

儿童的大脑功能具有发展性、可塑性的特点，大脑从单纯的各种感觉发展到初级的感觉统合，进一步发展到身体双侧的协调、眼手的配合、注意力集中、情绪的稳定性及目的性活动，最后发展到高级的感觉统合能力，如知觉动作能力、符号认知能力、数理能力、自控能力、学习能力等。

##### 1、大脑的稳定需要感觉

感觉是我们从外界获取信息的必要途径。它不仅使我们能够知道外部事物的不同特征，如颜色、气味、声音、光滑和粗糙等，还能使我们知道自己身体所发生的变化，如身体姿态、运动状态、位置等。如果感觉缺少刺激，大脑不能稳定的获取事物信息，人的情绪会波乱不堪，如别人说话的声音大一些或者周围的人多一些，都会使他紧张。所以，人们常认为好动的孩子聪明一些，而安静的孩子往往就不那么聪明。

##### 2、大脑的发展需要感觉

正处于大脑发育关键期的婴幼儿，感觉还有刺激神经细胞发育的重要作用。孩子的大脑在出生时已具备与成人一样多的神经细胞，但是，这些细胞的功能还未充分发展。

大脑细胞的功能发展和联系的形成需要在大量适宜信息的刺激下才能完成。如婴儿利用自己的感觉器官、运动器官不断地在看、在听、在闻、在尝，并不断地探索、模仿，以至每时每刻都接受着各种新奇的刺激，使得神经细胞突起又不断地分出侧枝，延展。这

样，信息源源不断地刻印在脑中，使脑细胞形成致密复杂的网络，改变脑的微观结构和提高整个大脑的功能，为婴儿的智能、潜能的开发奠定了宽厚的基础。

### 3、认知能力需要感觉与运动

感知运动阶段也就是婴儿出生后神经发育的头两年，是奠定基础阶段，它影响日后认知能力的正常发展。感觉运动成熟与否，是日后认知学习或思考前期（3~6岁）孩子成功与否的基础。缺乏这方面能力的孩子，即使能够用大脑进行记忆性学习，在观察、组织、想象、推理上的大脑功能将会有应用上的困难。在这个阶段，婴幼儿的神经连接较少，还无法以抽象概念来完成对外界事物的认识，而必须以实际的感觉和操作来认识与学习。

## 二、感觉统合教育的内容

感觉包括视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉、本体感觉、前庭感觉等。了解环境中各种事物的意义及复杂的学习过程，需要多种感觉的参与，例如，认识香蕉颜色时，孩子需要把身体调整到合适的姿态，眼睛控制在适宜的程度，这些需要运动觉和本体觉的参与，而感受颜色则需要视觉的参与。

感觉统合教育的内容主要概括为以下几个方面：

### 1、视觉

视觉是人们获得知识最重要的一个途径，是人类大脑对客观事物的认识，大脑的视觉处理中心处理外界传来的感觉信息，并使它们与感觉信息相关联，形成了对环境的基本认知，并且知道环境中各种事物的位置。然后信息传送到脑干和小脑，以便协调脑干产生的运动信息，这些运动信息，将被传送到肌肉，使眼睛和头颈动作协调起来——这就是我们用眼睛盯住一个移动物体的大脑神经活动过程。

### 2、听觉

听觉是感受高低不同、强弱不同和性质不同的各种声音。大脑中的听觉处理中心很靠近视觉处理中心，两者可交换信息。例如，听觉和视觉相配合时，儿童对所学习的内容学得快，记得牢；孩子唱歌时，如果能看到与歌词内容相符的电视画面，就很容易记住歌词和曲调。

### 3、触觉

在胎儿发育过程中，触觉系统是最先发展起来的感受系统，当视觉、听觉系统刚开始发展的时候，触觉系统已能有效地发挥功能。当孕妇温柔地轻抚隆起的腹部时，腹内的胎儿就可以通过触觉系统体验到舒服的感觉刺激，而促进大脑神经系统的发育。母亲

怀抱婴儿时，婴儿通过触觉体验到温暖，并感受到妈妈平稳的气息和心跳，就像回到妈妈肚子里一样，婴儿会感到熟悉、安全。触觉对情绪调节，注意力等发展非常重要，如果没有大量的触觉刺激，神经系统就难以发挥应有的功能。

#### 4、本体感觉

本体感觉器官是一些藏在肌肉、肌腱、关节里的感觉器官。因为有了本体感觉的存在，人类才能在不去看自己的脚时，也能顺利地走路；不去看自己坐的姿势时，也能保持适宜的姿态。如果躯干和腿不能传来适当的本体感受，那么在进出汽车、上下楼梯、爬高、走平衡木，或是做运动时，都有困难。本体感觉不良的孩子，如果不能用眼睛看时，通常做任何事都很困难，即使有眼睛的帮助，动作也难以协调，因为缺乏足够的信息刺激大脑产生指令性调节动作。

#### 5、前庭感觉

人体的空间位置和运动情况，对于人体运动的调节以及平衡运动、速度的变化时，都会刺激前庭感受器。即使人体在静止时，也同样通过这类感受器来感受头部的空间位置，并使其产生重力感觉。当前庭器官受到强度较大的刺激时，常会引起植物神经反应，如恶心、呕吐、眩晕。前庭器官兴奋性高的人，即使不是很强烈的刺激，也会引起植物神经反应，如晕车、晕船、晕机等。

### 三、关于本书

事实上，从胎儿期开始，孩子的感觉统合能力就已经发展。出生后，大脑最基础的发展就是各种感官能力及感觉统合能力的发展。注意、记忆、语言、思维等高级心理功能发展也都离不开感觉和感觉统合能力。只要意识到这一点后，家长和老师就能够积极地为孩子提供丰富而适宜的感觉刺激，并在实施其他的教育手段时，有意识观察孩子的感觉统合能力，使其心智得以按照其内在规律平衡协调地发展，促进大脑潜能开发。

在本书中，我们以感觉统合教育理念为指导，设计了儿童、家长共同参与的主题活动。本书分为两部分：第一部分，感觉统合亲子教育活动（1~2岁）；第二部分，感觉统合亲子教育活动（2~3岁）。每个主题包含以下内容：

#### 1、共渡好时光

与同伴交往是幼儿学习社会知识，发展社会技能的重要社会实践活动。“共渡好时光”以温馨的情境、轻松的游戏为形式，引导幼儿与幼儿之间、幼儿与老师之间、幼儿与家长之间进行交流与互动，从而引导幼儿逐渐学会理解他人、接纳他人、愉悦他人，学会轮流、等待、合作等良好社会行为及建立良好的同伴友谊。



## 2、开心 ABC

0~3岁是语言发展的敏感期。若能在这个时期针对幼儿的语言习得优势，为幼儿创设良好的英语语言环境，从听觉、视觉等各个感官刺激幼儿接触英语，他就会自然习得第二种语言。“开心 ABC”从听、说入手，借助图片、实物、玩偶、故事、情境等以唱童谣、朗诵儿歌及表演、模仿为手段，给孩子提供了一个感受英语的良好环境，使幼儿在轻松、趣味的游戏中感受学习英语的乐趣。

## 3、亲子蹦蹦跳

幼儿期是人体生长发育最快的阶段，幼儿伴随着音乐的旋律和节奏做操，不仅锻炼了身体各部位，而且可获得欢乐的情绪和浓厚的兴趣。“亲子蹦蹦跳”以幼儿、家长为对象，通过韵律儿歌、音乐旋律、体育器械等形式，让宝宝在和家长的共同运动过程中发展了身体动作的协调性，增进了家长与宝宝之间的情感，同时提高了对韵律体操的兴趣性，促进身体动作平衡发展。

## 4、智能大冲浪

以口头语言游戏、灵敏反映游戏、发展小肌肉游戏等智能游戏为形式，提高宝宝的智力、发展潜能，使宝宝的观察力、记忆力、想象力及敏捷反应能力得到锻炼。

## 5、翻斗乐摇摇

针对宝宝身体大小肌肉的协调能力正不断增强的特点。“翻斗乐摇摇”结合宝宝运动的特点，设计了发展宝宝各项大肌肉动作和平衡能力的各项亲子体能游戏内容，让宝宝在走走、跑跑、跳跳、爬爬、钻钻等各项有效活动中，提高全身运动的协调性，并感受亲子运动的乐趣。

### 特别提示：

在亲子活动的各个环节中，我们特意设置了“家庭指导”的环节，为家长如何根据家庭生活的环境与特点，引导幼儿发展提供了一些方法与建议。这同时也是我们亲子活动设计的变化与延伸，因为儿童的教育决不仅仅限于简单的几个活动，儿童的教育源于生活，生活即教育，教育即生活，抓住日常生活中一切有利的因素与机遇促进儿童的发展才是成功的教育。

北京儿童之家教育研究中心

# CONTENTS 目录

## 第一部分 感觉统合亲子教育活动 (1~2岁)

一、我们都是好朋友	002
二、妈妈与宝宝	006
三、我们的家	011
四、快乐的郊游	016
五、多彩欢乐球	019
六、可爱的小鱼	024
七、大大与小小	028
八、我会转转转	033
九、小司机	037
十、大花伞	041
十一、美丽的彩带	046
十二、学做解放军	050
十三、好玩的榻榻米	054
十四、大皮球	058
十五、小动物真可爱	062
十六、有趣的报纸	066
十七、动物运动会	070
十八、多彩的海洋球	074
十九、小蝴蝶飞呀飞	079
二十、西瓜圆又大	083



# 目录 CONTENTS

二十一、拾豆、摸豆豆	087
二十二、小鸭和小鸡	091
二十三、我的小手真能干	095
二十四、打跑坏狐狸	099
二十五、划小船	103
二十六、小熊过桥	107
二十七、笑哈哈	112
二十八、蚂蚁搬棒	115
二十九、小狗啃骨头	119
三十、推大球	124
三十一、我真的很不错	128
三十二、坐花轿	132
三十三、乡村小路	136
三十四、聪明的小猴	140
三十五、老虎学艺	144
三十六、小伞兵藏猫猫	148
三十七、小蜗牛	152
三十八、小树叶	156
三十九、葡萄园	161
四十、海滩散步	165

# CONTENTS 目录

## 第二部分 感觉统合亲子教育活动 (2~3岁)

一、大的和小的	170
二、滚来滚去	174
三、纸棒趣多多	178
四、小青蛙叫呱呱	182
五、宝宝本领大	186
六、报纸变变变	190
七、树叶飘飘	194
八、欢乐球	199
九、响罐总动员	202
十、粗绳子和细绳子	206
十一、快乐的运动会	210
十二、蹦跳的小兔子	215
十三、水果 Party	219
十四、森林火车	224
十五、宝宝开飞机	228
十六、快乐宝宝笑呵呵	231
十七、摇摆的小鸭	235
十八、泥娃娃	239
十九、头、肩膀、膝盖、脚	244
二十、快乐的小动物	249

# CONTENTS

二十一、圆圆和圈圈	252
二十二、小马快跑	257
二十三、铃儿响叮当	262
二十四、猫和老鼠	265
二十五、快乐小娃娃	269
二十六、快乐的一天	273
二十七、金龙长又长	278
二十八、萝卜回来了	282
二十九、蝴蝶蝴蝶飞飞	286
三十、小虫啾啾	290
三十一、小猫钓鱼	295
三十二、劳动最光荣	299
三十三、鱼儿水中游	302
三十四、健康小宝宝	307
三十五、转转摇摇	312
三十六、蝴蝶、蝴蝶你找谁	316
三十七、欢乐恰恰恰	320
三十八、动物大游行	324
三十九、彩绳摆呀摆	328
四十、快乐的小刺猬	332

# 1

## 第一部分

# PART ONE

## 感觉统合亲子教育活动

Sensory Integration Children Education for Parents

(1~2岁)



## 一、我们都是好朋友

### 1、共渡好时光

活动名称：点名游戏

活动目标：引导宝宝相互熟悉小朋友的中文及英文名字。

活动准备：铃鼓。

活动方法：

①老师边拍铃鼓边请宝宝在家长引导下按拍铃鼓的节奏介绍自己的名字。

②老师给每个宝宝取一个英文名字并念给宝宝听,然后请大家重复一下每个宝宝的英文名字。

#### 家庭指导

家长平时应鼓励宝宝大胆称呼小伙伴的英文名字,增进了解;在家中,应尽量用英文名字称呼宝宝。

### 2、开心 A、B、C

活动名称：我的英文名字

活动目标：引导宝宝熟悉其他小朋友的英文名字,学会自我介绍。

活动准备：英文歌曲《Good Morning》;铃鼓。

活动方法：请宝宝听歌曲,在家长带领下自由走动并拍手演唱歌



曲；歌曲结束时，老师敲铃鼓，并发出指令“快快快，找朋友”，宝宝在家长引导下马上找到一个好朋友拉住手，互相介绍自己的英文名字。重复游戏，每次与不同的小朋友拉手，互相认识、打招呼。

### Good Morning

1=D  $\frac{3}{4}$

5 3 1 | 5 3 1 | 5 6 4 |  
Good mor-ning, Good mor-ning, Good mor-ning,  
6 5 — | 5 3 1 | 5 3 1 |  
tea-cher. Good mor-ning, Good mor-ning,  
3 4 3 | 2 1— ||  
Good mor-ning chil-dren.

### 家庭指导

家长在每天早晨，可引导宝宝唱歌曲《Good Morning》与家人、老师、伙伴等问好。

## 3、亲子蹦蹦跳

活动名称：亲子拍拍乐

活动目标：通过对身体的各个部位的拍打动作，增进亲子间的沟通，培养宝宝身体的协调性。

活动准备：欢快的音乐。

活动方法：宝宝与家长面对面站好，听着音乐做操。

第一节：

1~4拍，双手插腰点头四次。

5~8拍，家长与宝宝双手对拍两次。

重复三个八拍。

### 第二节:

1~4拍同第一节1~4拍。

5~8拍, 家长与宝宝相互拍肩两次。

重复三个八拍。

### 第三节:

1~4拍同第一节1~4拍。

5~8拍, 家长与宝宝拍自己的脸两次。

重复三个八拍。

### 第四节:

1~4拍同第一节1~4拍。

5~8拍, 家长与宝宝双手交叉在自己腹部拍两次。

重复三个八拍。

### 第五节:

1~4拍同第一节1~4拍。

5~8拍, 宝宝转过身, 家长拍宝宝背部两次。

重复三个八拍。

### 第六节:

1~4拍同第一节1~4拍。

5~8拍, 家长与宝宝拍自己腿两次。

重复三个八拍。

### 第七节:

1~4拍, 家长与宝宝面对面双手对拍两次。

5~8拍, 五指张开, 手臂伸直在身体两侧从下向上举至头顶再放下。

重复三个八拍。

### 家庭指导

在每天宝宝入睡前可做这套亲子操, 放松宝宝全身的肌肉。



## 4、智能大冲浪

活动名称：快乐举一举

活动目标：在音乐的伴随下配合成人共同动作，训练宝宝听音乐走的能力。

活动准备：音乐《快乐QQ》。

活动方法：

①家长拉着宝宝一起听着音乐走一走，当听到音乐出现“QQ”声时，家长把宝宝从原地举起不动，等“QQ”声过去，再将宝宝放下，接着走；每次听到音乐中出现“QQ”的声音，都要做“把宝宝从原地举起”的动作，直到音乐结束。

②第二次做游戏，当听到“QQ”声时，请家长做抱着宝宝转圈的动作。

### 家庭指导

在日常生活中，家长应尽量多与宝宝相处、共同游戏，增进与宝宝的感情。在练习这个游戏时，家长还可创编更多的动作，如听到QQ声时，可与宝宝拥抱或拍手等。

## 5、翻斗乐摇摇

活动名称：过小桥

活动目标：培养宝宝的平衡能力和触觉能力，提高宝宝身体协调性。

活动准备：平衡木上面分别铺有地毯、榻榻米、石子按摩毯；毛绒玩具小猫放在平衡木对面。

### 活动方法:

①请家长领着宝宝从平衡木一头走到另一头,边走边朗诵儿歌《找小猫》,然后跳下平衡木去抱一只毛绒玩具小猫。

#### 找小猫

小宝宝,过小桥,  
过桥去找小花猫,  
小花猫,喵—喵—喵—



②第二次进行游戏,老师引导宝宝练习爬过“小桥”去找“小猫”,增强宝宝身体协调性。

### 家庭指导

在家中,家长可用布做成不同的触觉袋,装上豆子或大米等摆成小桥,让宝宝练习踩过去并摸一摸,以增强宝宝的触觉能力。

## 二、妈妈与宝宝

### 1、共渡好时光

活动名称:你好、你好