

芝麻开门

——美国父母床头的早教圣经

美国早期教育研究中心审定

周兴旺 李喜 编译

新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

芝麻开门：美国父母的早教圣经/周兴旺，李喜编译．北京：
新华出版社，2002.3

ISBN 7 - 5011 - 5646 - 8

I . 芝… II . ①周… ②李… III . 早期教育：家庭教育—美国 IV . G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 014888 号

芝 麻 开 门

周兴旺 李喜 编译

*

新华出版社出版发行

(北京市宣武门西大街 57 号 邮编：100803)

全国新华书店经销

北京地质印刷厂印刷

*

880 × 1230 毫米 32 开本 12 印张 200 千字

2002 年 4 月第 1 版 2002 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 7 - 5011 - 5646 - 8/G · 2063 定价：23.80 元

如发现印装质量问题，请与承印厂联系调换。

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载！

从一出生就该阅读的成才经典

——致中国读者的贺信

亚当斯·史密斯

《芝麻开门》是美国早期教育与发展研究中心0岁医学与教育工作组多年来一直致力于在全球推广的一套教育计划的重要组成部分，这一计划的新颖之处在于，我们邀请各国经验的早期教育学者提供该国急需的早教问题，然后我中心给予相应的解答与帮助，经所在国学者修改后，最后投放到该国进行推广与执行。该计划的审定则由我中心掌握。

“芝麻开门计划”遴选的是在全球最有代表性的辐射面最广的早期教育方法，要求被遴选的方法已经经过科学或医学的实验或者家庭教育的验证，然后又必须是所在国所紧急需要的。这样的方式保证了计划的权威性和实用性的结合。

人的成才取决于诸多因素，而最为关键最难弥补的因素集中于人的早期经历阶段。从多年来全球推行的早期教育行动来看，早期教育的效能有目共睹，而且早期教育的最大问题似乎已经从“是否有效”变成“过于有效”，也就是说，由于早期教育的超过人们预期的巨大功效，以致于传统的学前教育 and 学校教育面临着被儿童抛在后面的危险。

因此，对幼儿的合理的早期教育犹如阿拉伯神

话中的“芝麻开门”的典故一样，只要花费少许的气力，就能唤醒儿童身上似乎是无穷的智慧和潜能，从而为每个儿童的发展奠定了几乎是无限的可能性。这样的类似于神话的早期教育范例已经屡见不鲜。所以，用“芝麻开门”的咒语来比喻行之有效的早教法则，是恰当而又形象的。

中国是一个人口大国，她的人力资源的丰富程度，令别的国家望尘莫及。如果《芝麻开门》能够为中国众多的年轻父母推进家庭中未来的人才计划助一臂之力，那将是非常鼓舞人心的事情。

美国权威的《教育评论》曾经褒奖《芝麻开门》：“世界上从未有过哪种书像它这样将如此众多的儿童推上了人类精英的殿堂”，那么，《芝麻开门》来到中国，必将显著实现这样的成果。

中国的编译者为本书起草了计划和章节，本书的解释权当然也属于他们。我们对这样的劳动表示钦佩和赞赏。

最后，祝愿中国家长的早期教育与“芝麻开门”同等成功。

美国早期教育与发展研究中心 0 岁医学与教育
工作组执行主任 亚当斯·史密斯

2001 年 12 月于威斯康星

《新民教育文丛》出版致辞

——为中华民族的伟大复兴奠基

北京新民教育研究中心主任 周鸿陵

进入新世纪的第一个年头，我们就成立了北京新民教育研究中心，并着手编辑《新民教育文丛》。

我们之所以要成立一个教育研究机构，这是我们对于世界和中国的发展趋势的严肃和缜密的思考的基础上做出的决定。

我们认为，世界和中国已经进入了一个错综复杂的发展阶段，新世纪充满希望，也挑战丛生。

从世界范围来看，和平和发展的主题并没有得到解决，环境和发展的矛盾日益突出，人的物质世界和精神世界的反差日益尖锐，人类正来到一个十字路口。

从中国范围来考察，一个承载着 13 亿人口的大国正在奔向现代化，发展成为中国的第一主题，而发展首先是人的发展，而恰恰是人口数量多质量低的基本国情成为制约中国进入现代化的瓶颈，不解决人的问题，现代化就是纸上谈兵，缘木求鱼。着眼于人的现代化成为了当今中国的最大的时代课题。

新民教育研究中心秉承“新教育 新公民 新人类”的发展宗旨，致力于中国人的现代化，关心教育，研究教育，推进教育便成为了我们义不容辞的责任。

邓小平曾经说过：不重视教育、不支持教育的领导人不是合格的领导人。

我们也可以换句话说，在当今时代，不重视教育，

不支持教育的公民不是合格的公民。

正是基于这样的认识，我们着手编辑出版了这套《新民教育文丛》，我们的目的就是只有一个，就是通过这套丛书，唤起全体公民对教育的责任感，团结所有的仁人志士，为振兴中华民族的教育贡献力量。

教育是一个创新的事业，惟有创新才有进步，惟有创新，才有收获，惟有创新，才能展示人类不屈的意志和不竭的潜能。

江泽民指出：创新是一个民族的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力。

创新需要付出勇气，那些那些敢于超越前人、敢于挑战传统、敢于战胜的自我，才能走上创新之路，才能言人所未言，行人所未行；创新更需要付出代价，没有那一项创新成果不是付出热血、眼泪、汗水乃至牺牲换来的。

《新民教育文丛》遴选的是国内外具有创新价值的教育成果，奉献给大家，我们在认真吸取这些成果的同时，首先要向创造这些成果的教育专家们致以崇高的敬意，真是因为你们付出了勇气 and 心血，才使得我们能够站在你们的肩膀上。我们也希望读者朋友从这些有价值的成果中吸取营养，大胆地运用到自己的教育实践当中去。

“和而不同，和衷共济”，是我们新民教育研究中心的学术宗旨。我们热忱欢迎各界人士对文丛提出宝贵意见，以改进我们的工作。让我们携起手来，共同为中华民族的伟大复兴贡献力量！

芝麻开门 目录

从一出生就该阅读的成才经典

——美国早期教育研究中心致中国读者的贺信

中国要有一大批世界一流的父母

——出书缘起

第一章 早教的 10 项基本法则 / 1

导读 人类早教法则是如何开创的 / 5

法则一 如何选择早教时间 / 26

教育必须从出生那天起就开始进行

以最敏锐的感觉去感知婴儿

从体能训练做起

好水，良好生活的肇始

法则二 如何进行婴儿的五官潜能开发 / 30

刺激五官，唤醒他心中的巨人

寂静是孩子听力的天敌

小摇篮边最好五颜六色

食物清淡使他味觉灵敏

翻身抬头满月即做

观察力是一切灵感的源泉

让他从小就信手涂鸦

每天都要散步

注意力不集中是因为无趣味

解放他的手

法则三 语言能力开发从何着手 / 35

15 天起就给他灌输词汇

抓住一切机会跟他说话

芝麻开门 目录

教语言的 7 个诀窍

要发纯正的语音

在他耳边不停地

讲故事是写作的基础

少说这个那个，多说新词

不让他遭受方言和粗话的污染

力求措辞严谨，语言生动

别让语法败坏了孩子的胃口

法则四 如何进行记忆力和想象能力陶冶 / 44

一切智慧源于记忆

不是孩子记不住是方法不对

玩出智力来

世界上最不幸的人就是不善于想象的人

神话和儿歌是想象力的翅膀

法则五 如何激发孩子学习的兴趣 / 47

决不能搞强迫教育

训练技能要首选游戏

跟他玩点小伎俩

法则六 如何教孩子学外国语 / 50

孩子语言潜能无限

让他的耳边洋话连篇

多实践比背诵更易掌握外语

多与外国人交流

好玩才能学得好

特别提示：中国儿童如何学外语

芝麻开门 目录

法则七 如何使学习成为孩子的终身兴趣 / 54

让他尽早读能够进入他灵魂的好书

手脑并用兴趣盎然

怎样使孩子爱上抽象的数学

法则八 如何启发孩子的灵感 / 57

早教不是为了培养书呆子

尽量满足他的求知欲

每天与孩子谈心

世界上再没有比大自然更好的教师了

孩子吵闹源于精力过剩

养小动物可培养爱心

法则九 如何造就孩子良好的风度 / 63

家人的作风决定孩子的作风

决不娇宠和放纵

从小让他对自己的行为负责任

克制是上帝赞赏的美德

早教不是为了培养偏执的天才

法则十 如何培养孩子完美的人格 / 66

批评孩子要有艺术

早教切忌前松后紧

一定不让孩子撒谎

告诉他，无理取闹是行不通的

自尊并尊重孩子

执行纪律要始终如一

赏罚必须分明

芝麻开门 目录

第二章 正确母爱的 10 项法则 / 81

导读 正确的母爱胜过 10 所大学 / 85

法则一 感官训练法 / 92

在她耳边不停地朗诵

让她听古今名曲

触目可见艺术品

色彩刺激要从小就给

玩具要简单鲜艳

处处留心皆学问

看中学 学中看

好学的孩子不会无聊

法则二 语言训练法 / 96

抓住语言敏感期

尽量教完整的句子

走到哪里 学到哪里

以教一门语言为基础

语言能力强的孩子其他方面也好

语言学了马上要用

法则三 游戏训练法 / 101

孩子天性爱游戏

研究型的读书孩子喜欢

艺术教育要寓教于乐

没有音乐的心灵是寂寞的

把好文章用电脑打下来

天天写不停 文思如泉涌

用赌博法学数学

芝麻开门 目 录

法则四 日常生活训练法 / 109

吃太多了的孩子脑子慢

随时随地玩中学

男女搭伴玩 孩子热情高

家里要种植物

母子同玩 效果最棒

天天都欢乐 天天都进步

从小学交际 长大不腼腆

法则五 想象力训练法 / 115

人生的幸福一半来自想象

想象力支配着孩子的未来

传说和童话是心灵鸡汤

什么时候都不要孤独

廉价的玩具 丰富的教益

请尊重孩子的作品

法则六 品德陶冶法 / 118

道德教育应从摇篮时期开始

父母应以身作则

播下品德的种子 收获成功的命运

勤劳是最大的美德

自制力强者可成大事

勇敢而又仁慈

小处不可随便

娇纵孩子等于培养暴君

说谎乃万恶之源

如何革除自私和自卑的陋习

芝麻开门 目录

不搞体罚

孩子变坏 罪在长者

孩子不是大人情绪的倾泻对象

法则七 习惯训练法 / 124

播下一种习惯 收获一种性格

穿衣戴帽 请勿代劳

守时是个好习惯

为孩子建立品行监测表

不搞强迫命令

母亲有威信 孩子才听话

把孩子穿得精神点

好的卫生习惯受益终身

莫用妖魔鬼怪吓唬孩子

告诉他：你能行！

替代包办 养成窝囊废

事事问，好兆头

永远不可欺骗孩子

法则八 体验教育法 / 131

尽可能多地到郊外去

收集标本长知识

和大自然感情融洽的人不可能是坏人

养点小动物

望星空 看大海 开阔胸襟

不仅要看书而且要表演

为人类的福祉培养孩子

芝麻开门 目录

法则九 健康训练法 / 136

新鲜的空气和水是最好的养料

吃得过多健康受损

吃饭时，心情好；消化时，吸收好

健全的精神寓于健全的身体

运动从两三周时即可开始

别把婴儿裹得像个包袱

洗澡刷牙天天做

忙是孩子快乐的秘诀

每晚怀着欢乐入睡

法则十 为母之道 / 141

教育应从改造母亲开始

从少女时代就应该为做母亲做准备

胎教，母亲的必修课

排除妈妈心中的毒素

新婚燕尔宜节制

多生子无益 教好是关键

没生孩子的妇女不能体会人生真谛

挑选保姆要严格

让美进入基因

母亲的义务是把家庭变成乐园

所有的母亲都应该成为教育家

第三章 潜能开发的 10 项法则 / 147

导读 让每个孩子都有出息的奥秘 / 151

法则一 如何创造一个让孩子成才的环境 / 178

芝 麻 开 门 目 录

优越的才能出于精心的培养

只要努力，总有长进

铃木培养能力的9个要点

法则二 如何与孩子相处 / 181

每天的寒暄必不可少

注意观察孩子的常同行为

鼓励孩子做白日梦

法则三 如何判断孩子的特长 / 185

别相信你的孩子在某方面没天赋的的鬼话

每个婴孩头上都有根接收天线

你着力培养什么，他就拥有什么

从小伙伴中物色楷模

法则四 如何培养一个自信的孩子 / 189

责备越多反抗越烈

疾言厉色于事无补

不要养个冷血动物

你对他有信心 他才有自信

耐心听孩子把话说完

法则五 如何让孩子具有卓越的行动力 / 195

空想家办不成事

有瞬间行动能力的孩子进步快

以时代精神为指导培养孩子

法则六 如何让孩子保持盎然的学习兴趣 / 198

缺乏内动力将一事无成

让孩子为自己的行为真心喜悦

天生厌学的孩子几乎没有

芝麻开门 目录

法则七 如何养成孩子良好的性格 / 202

性格就是能力

发火的脾气终身受累

溺爱导致任性

摔倒了，不扶他行不行

家庭暴力孕育孩子的暴力倾向

自卑者多失败

法则八 如何培养孩子的自觉性 / 209

“要用功学习”这种督促是徒劳的

你爱读书，孩子才会爱书本

及时表扬能让孩子做得更好

注意力是能力的重要指数

干得快不难 干到底最难

厚德载物 自强不息

小步快走，永不停息

法则九 如何对幼儿进行头脑刺激 / 215

音乐止哭法

涂鸦训练法

音乐启智法

手感训练法

法则十 如何进行快乐教育 / 222

幽默的课堂效率高

会笑的孩子幸福多

换个方式做作业

芝 麻 开 门 目 录

第四章 亲子教育的 10 项法则 / 227

导读 像缔造索尼一样缔造婴儿 / 231

法则一 如何抓住亲情建立的关键期 / 266

亲子关系的关键期是孩子出生后的 15 分钟

母亲们：请你在月子里一定要自己抱孩子

从小失养的孩子带不亲

法则二 如何让孩子耳灵目聪 / 272

“关键期”错过了就不能弥补

给孩子一个有教育价值的环境

没有刺激的房间对婴儿有害

婴儿的床边不能冷清

儿童房无需太整洁

别破坏幼儿的秩序感

法则三 如何造就博学的孩子 / 281

让他从小沐浴书香

大自然是小孩子学习的宝库

学习，没必要正襟危坐

抽象的概念要用浅显的方法教

法则四 如何从小培养运动健将 / 286

第一位的任务是运动，第二位的任务还是运动

及早锻炼运动神经

最佳的运动方式是走路

“会爬”的幼儿语言能力强

芝麻开门 目录

法则五 初为人母应注意什么 / 291

母亲没有任何理由推脱亲自育儿的责任

孩子是你的老师

母亲比父亲更重要

母亲，你无权强迫孩子

两岁前，严是爱

两岁后，严是害

不要给孩子规定前途

母亲的虚荣心犹如毒药

妈妈没有定见，孩子无所适从

法则六 如何培养孩子爱的能力 / 301

乖孩子不值得你高兴

5个月时是个坎

在他需要你的时候一定要出现

孩子顽皮是因为渴望刺激

鼓励他大声说不

母子关系冷淡 孩子爱的能力低下

法则七 如何锻炼孩子的动手能力 / 306

孩子能做的事妈妈别代劳

爱做家务的孩子要多夸

自己的玩具自己收拾

手脑并用齐头并进

手脚并用语言飞进

法则八 如何训练被忽略的右脑 / 311

右脑，常被忽略的处女地

传统早教过分偏重左脑