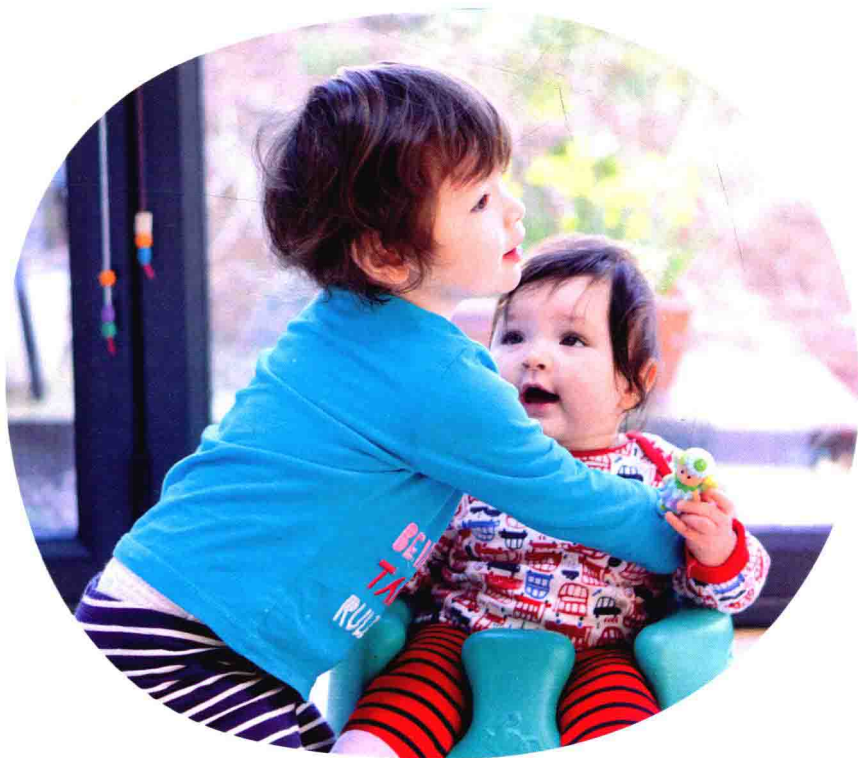


家里的蒙台梭利教室

# Suki和Sula的 早教游戏笔记

0~3岁

安潇 著



家里的蒙台梭利教室

# Suki和Sula的 早教游戏笔记

0~3岁

安 潇 著

CTS 湖南科学技术出版社



## 图书在版编目 (C I P) 数据

Suki和Sula的早教游戏笔记. 0~3岁. 家里的蒙台梭利教室/安潇著.  
—长沙: 湖南科学技术出版社, 2018. 1  
ISBN 978-7-5357-9535-9

I. ①S… II. ①安… III. ①智力游戏—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第226307号

SUKI HE SULA DE ZAOJIAO YOUXI BIJI 0~3 SUI  
JIALI DE MENGTAISUOLI JIAOSHI

**Suki和Sula的早教游戏笔记 0~3岁 家里的蒙台梭利教室**

著 者: 安 潇

责任编辑: 姜 岚 李 霞

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路276号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 长沙市雅高彩印有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市开福区德雅路1246号

邮 编: 410008

版 次: 2018年1月第1版

印 次: 2018年1月第2次印刷

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 13

字 数: 200千字

书 号: ISBN 978-7-5357-9535-9

定 价: 59.00元

(版权所有·翻印必究)

# 最好的早教来自父母的用心

THE BEST EARLY EDUCATION COMES FROM THE CAREFUL HEART OF PARENTS



## 1. 孩子为我的想象力插上翅膀

在单身的时候,我是个天马行空的人,生活的核心是动画、绘画与科幻,从北京到伦敦,再到各地旅行,我喜欢在世界地图上不假思索地“三级跳”。那时我总以为我的任务只是自我完善,而“孩子”两个字太不够轻盈,似乎是实现这个理想的反方向。

后来我遇到了一个同样爱自由的伴侣,他也经常不着边际,喜欢一只脚踏出现实之外。我们想方设法突破各种体验,最后欣喜地发现自我完善的路原来可以两个人并肩同行。

就从那时开始我们想要一个孩子。我体味了怀孕的满足,经历了生育的阵痛,当Suki出生之后,我才豁然发现这一切都不是我之前的想象:孩子并不是我那个天马行空的世界的束缚,她反而打开了门,引领我进入了一个新的世界,她给我的想象力插上了翅膀,让幻想飞扬起来。

有了孩子做主角又做观众,我那些孩子气的幻想在她身上找到了理所应当的施展空间。从Suki 2个月大开始,我给她拍摄“Suki的电影场”,把她打扮成电影里的各种角色,用手工制作的道具还原经典电影场景。这个过程娱乐了亲友和我自己,原来孩子的出现并没有拴住我的玩心,她反而成了我最好的玩伴。

## 2. 思考什么是最好的早教

孩子像面镜子,在审视她的过程中,许多回忆和思绪碰撞着,让我重新发现了自己。我反复思考着自己的童年,意识到自己思维里的固有局限,了解到童年的教育多大程度地塑造了成年的自己。我如饥似渴地阅读儿童心理学和幼儿教育书籍,这个思考和阅读的过程让我愈发相信一个美好的童年是人生最重要的根基。

我决心给孩子最好的童年,并思索着什么才是最好的早教。我想,既然我是这么爱玩的妈妈,那我就要全身心地陪她玩,让她玩得痛快、玩得彻底。我希望她在游戏中学会独立和勇敢、学会生活、学会与人相处、学会去爱,希望她在玩耍中不被打扰地找到真正的自己,也许这样的方式就是最好的早教。

从1岁开始,Suki变得非常好动,我把自己当作一个观察者,追随着她的探索欲望。我针对她渴望求知的方向,提供相应的游戏和环境让她玩个够。她口欲期最旺盛的时候,我收集各种天然又安全的材料,擦拭干净,让她咬个够,用嘴巴去感受和了解世界;当她总是抢我的化妆瓶企图开盖子的时候,我收集了很多不同的瓶瓶罐罐,让她尽情地玩盖盖子的游戏;当她开始对冷热与材质敏感时,我就让她玩水、玩泡泡、玩冰块。我随时针对她的兴趣窗口设计相应的游戏,让她把这个兴趣探索下去。这种方式给了她很大的满足感,通过游戏,她认知世界、构建自我、找到自信心,学会新技能并大大提高了专注力。

## 3. 我和蒙氏教育一拍即合

Suki快2岁时,我了解到了蒙台梭利,她是百年前一位伟大的教育家,她的教育法极大程度地影响了全世界的儿童早期教育。一个偶然的的机会我参观了蒙氏幼儿园,那里有着宁静而有秩序的氛围,孩子们专注着自己感兴趣的的游戏,快乐而满足。他们沉浸在自然环境中,使用着天然的材料,教室里的早教学习是自发的、由孩子来引领的,老师们对孩子细心观察,完全尊重,不去干扰。

这些特征极大地激发了我对蒙台梭利教育法的好奇。我阅读了蒙台梭利的五本著作,如梦初醒;我之前一直在摸索针对孩子“兴趣窗口”设计游戏的早教方法,不就是蒙台梭利所强调的敏感期教育吗?蒙台梭利为孩子设计了很多早教教具,她倡导让孩子在玩耍中进行自我发现,实现早教的目的。我深感这种教育方法和我一直以来的思考方向是吻合的,并且把我的很多模糊的感觉都清

晰地理论化,给了我豁然开朗的启迪和更加明朗的教育手法。我认同蒙台梭利教育里的几个主要特征:①早教不是学院式的学习,更重在生活中方方面面的学习,让孩子在玩耍中学会生活,在游戏中培养独立精神、探索精神、专注力、自制力和自理能力,早教是为了让他们最终拥有完整和独立的人格,发展出真正的自我;②父母应该虚心地观察孩子,捕捉他们对事物所产生的敏感和好奇,因材施教地提供帮助,提供他们探索的材料和环境,但不强制他们的兴趣方向,也不打扰他们的专注;③崇尚自然,让孩子的身心都能投入到自然中,使用天然的材料,让他们被植被包围,并给予他们充足的室外和野外活动的体验。

我和蒙氏理论一拍即合。我赞同她所说的:“我们对儿童所做的一切都会开花结果,不仅影响他(她)一生,也决定他(她)一生。”

## 4.在家“建”一个早教教室

我非常希望Suki能够在蒙台梭利的环境中长大。但是家附近没有适合的蒙氏幼儿园。遗憾之余,我决心自己在家“建”一个蒙台梭利教室。正好我来自“手工星球”,又是动画导演,这个家庭教室不正好成为我的想象力的释放场地吗?我相信这并非天方夜谭,因为最好的早教一定来自父母的用心。

从这一刻起,我以蒙台梭利理论为蓝本,基于我对女儿的观察,又注入自己的创造,为Suki设计了许多早教游戏。在我们玩得正默契时,二女儿Sula出生了,我感到很幸运,可以让Sula从生命的最初就在游戏中畅游。我为2岁的Suki设计幼儿游戏的同时,也开始为Sula设计婴儿游戏。在这些游戏中,她们得到了快乐和自我发现的机会,实现着认知世界的早教目的。

在这样的游戏中,作为妈妈,我得到的最大收获是自己变得更加虚心:把自己当作一块丰厚土壤,给她们耐心的陪伴、充分的养料、自由成长的空间,让她们成为自己想要绽放的那种花朵。我对她们的天然使命充满了敬畏和尊重,要求自己不用局限性的思维去强行打扰她们。

## 5. 父母是最好的老师

在这段时间里,很多妈妈和我交流她们的烦恼:宝宝并不那么喜欢玩玩具,买来的玩具浪费了钱又占了空间;想要孩子拥有最好的早教,似乎送去昂贵的早教班才是唯一的选择,此时,我的早教游戏笔记给了妈妈们别样的启发:早教不一定需要花费很多金钱,它可以非常简单并且信手拈来,可以用生活中常见的材料,为孩子量身定做。这些游戏可以随时布置起来,结束了也易于整理,不会占用很大空间,许多材料还可以回收利用。最重要的是,爸爸妈妈成为了最好的早教老师,只有亲自和孩子游戏互动,才能够敏锐地觉察孩子的敏感期,体会他们正在成长的方向,感叹他们的点滴进步。孩子还没有丰富的语言,做这些游戏就是他们最好的沟通和对话的方式,在游戏中孩子和父母相互传递着爱与欢乐,相互滋养,共同成长。

而这就是这本书诞生的原因,我希望把这些简单的小游戏分享给更多想要和孩子亲密互动和共同成长的父母们。在下雨天、阴冷的冬天、被困在家足不出户的日子里,我希望这本书能带给父母和孩子们更多欢笑和相互了解的感动。

祝愿所有的孩子都健康快乐,所有的父母都能轻松如愿地成为孩子最好的伙伴。

安 潇

2017年12月于伦敦



# 游戏指南

0-3岁婴幼儿游戏指南



本书的游戏内容分为婴儿篇和幼儿篇。

婴儿篇(0~1岁): 婴儿时期是人的一生成长变化最大的时期, 这一时期的宝宝无论身体还是智力, 每个月都有显著的不同。因此, 本书婴儿篇按照月龄, 为从新生儿到1岁的每个阶段的宝宝设计了相应月龄的游戏。

幼儿篇(1~3岁): 本篇是设计给1~3岁宝宝的游戏。之所以把1~2岁和2~3岁的游戏合并在一起, 是因为我在实际操作中发现很多游戏都适合这两个阶段的宝宝玩耍。在宝宝比较小的时候, 比如1岁多时, 可能大多游戏需要父母全程陪伴, 进行辅助, 他们也许手很生疏, 也有点胆怯, 随时需要得到鼓励和帮助。但随着年龄增长, 相同的游戏他们可以做得更加熟练和自信, 甚至不需要父母的帮助就能独立完成。再者, 不同孩子的敏感期并不一样, 比如有的宝宝1岁就开始着迷于拼图, 但另一些宝宝可能2岁多才对拼图产生兴趣。因此本书幼儿篇没有刻板地按照年龄来对游戏进行划分, 而是鼓励父母观察自己孩子的敏感期, 再从这本书中寻找适合的游戏。

在幼儿篇游戏的分类上, 本书按照蒙台梭利博士的早教方法, 分为感官训练、身体技能、数学与秩序、科学与自然、生活实践、语言发展和美术与创意几个方面, 以便家长们按照所需搜寻游戏。每一款游戏, 都交代了需要准备的材料和执行的方法, 以及所对应的早教学习内容, 并附上了Suki和Sula的游戏表现以作参考, 同时也对游戏安全或者不同的游戏形式给出了提示。

需要注意的是, 做游戏时不同年龄的宝宝所需要的安全保护也是不一样的。对于正处于口欲期的宝宝尤其要注意材料的安全性, 避免他们吞咽大颗粒物而产生危险。对于一些游戏材料和道具, 本书也给出了适合口欲期宝宝的不同选择。

**为确保宝宝的安全, 书中推荐的所有游戏都应在大人的看护下进行。**



# 目录

CONTENTS

## Part 1 婴儿篇 0~1岁

0<sup>+</sup>  
月龄

- 3 晒着太阳听妈妈唱歌
- 4 柔软世界的“社交”聚会
- 5 视觉训练的黑白卡片
- 6 在院子里观赏天空下摇曳的枝叶
- 7 平躺的秋千
- 8 视觉瓶子
- 9 和家里的宠物做朋友
- 10 与月龄数字合影
- 11 随风舞动的彩色挂件

3<sup>+</sup>  
月龄

- 13 童话和电影的摄影游戏
- 14 声音瓶子
- 15 袜子上的惊喜
- 16 充气圈里的俯卧时间
- 17 裸身感受天然
- 18 妈妈的“绗缝被”游戏毯
- 19 天然质感的手抓玩具
- 20 手工制作一套毛毡小动物
- 21 水气球

6<sup>+</sup>  
月龄

- 23 低矮的镜子
- 24 音乐盒子
- 25 绸带墙
- 26 绸带瓶子
- 27 练习手指的木头玩具
- 28 泡泡活动毯
- 29 捡拾小零食
- 30 橡皮圈手摇瓶

- 31 多材质感官板
- 32 吹泡泡
- 33 气球缆车

9<sup>+</sup>  
月龄

- 35 蓝色意面的海洋
- 36 感官瓶子
- 37 厨房用具的藏宝篮子
- 38 开启绘本阅读模式
- 40 乐器探索
- 41 腾空和填充的游戏
- 42 彩色水笔和洗衣筐的孔洞投掷游戏
- 43 海绵与毛根
- 44 地面和玻璃窗上的彩色胶带
- 45 浴室里的拼贴画
- 46 窗帘里的“躲猫猫”
- 47 一至四块的拼图
- 48 学一套手舞操

## Part 2 幼儿篇 1~3岁

### 感官训练

- 51 冰格藏宝
- 52 藏着宝贝的水袋
- 53 软硬材质的园林设计师
- 54 彩色意面
- 55 藏声音的蛋壳
- 56 惊喜口袋
- 57 小猪佩奇拼图
- 58 色彩配对游戏
- 59 沙砾盒子
- 60 彩色米粒
- 61 DIY插图歌本

- 62 姐妹俩的音乐课
- 63 洗手池里的冰山海洋
- 64 捉迷藏
- 65 对瓶子里的小人儿说

## + 身体技能

- 67 筛子与毛根
- 68 吸管插“碉堡”
- 69 麦圈串串穿
- 70 钉子、锤子和橡皮筋
- 71 吸管蜡烛和面团蛋糕
- 72 彩带舞
- 73 吸管、剪刀和细绳
- 74 穿珠子
- 75 画在地上的迷宫
- 76 沿线剪纸
- 77 草地皮球
- 78 气球缆车
- 79 桌子下的密室
- 80 穿越“红外线”
- 81 蹦床
- 82 滚草坡

## + 数学与秩序

- 84 形状分拣游戏
- 85 水果配对
- 86 谁的盖子在哪儿
- 87 安静书：小猪存钱罐和钱包
- 88 勺子和豆子
- 89 用豆子描绘图案
- 90 弹珠数数
- 91 色彩分类
- 92 几何绘图模板

- 93 立体积木拼图
- 94 几何皮筋板
- 95 数字圣诞树拼图
- 96 迷你立柱
- 97 袜子配对
- 98 形状拼图
- 99 数字纸盘
- 100 七巧板拼图
- 101 数数教具
- 102 穿珠子数数

## + 科学与自然

- 104 吹出泡泡山
- 105 穿隧道
- 106 洗衣夹空中缆车
- 107 滑坡赛车
- 108 家庭植物研究
- 109 羽毛研究
- 110 冬季插花
- 111 太阳系拼图
- 112 观察微型蜘蛛
- 113 磁铁棒和铁砂盘
- 114 纸尿裤栽培植物
- 115 迷你全息投影
- 116 寻找自然中的颜色
- 118 气球喷泉实验
- 119 池塘里的小蝌蚪
- 120 制作干花
- 122 带她去无人之境
- 123 糖豆彩虹盘

## + 生活实践

- 125 打蛋器打泡沫

- 126 水杯、筛子和海绵
- 127 切水果
- 128 属于她的洗手台
- 129 剥鸡蛋壳
- 130 给室内的小绿园浇水
- 131 硬币、钱包和购物袋
- 132 制作草莓果冻
- 133 形状毛毡与扣子
- 134 挤柠檬
- 135 帮爸爸收拾花园
- 136 橡皮泥的烹饪游戏
- 137 如厕训练区和“便便”的绘本
- 138 做冰棍
- 139 洗葡萄
- 140 晾衣服
- 141 给妹妹拌土豆泥
- 142 带妈妈回家
- 143 给妹妹修复图书
- 144 做一个胡萝卜菠萝蛋糕
- 146 扫地
- 147 餐具放入洗碗机
- 148 做比萨
- 150 剥豆荚
- 151 自己决定行李中的物品
- 152 许愿单
- 154 有家庭照片的钱包

### 语言发展

- 157 家庭照片的幻灯片
- 158 安静书：“下午茶”和“数字车库”
- 160 小熊穿衣拼图
- 161 在沙子中寻找字母
- 162 用字母模板写字
- 163 羊毛毡的“老白薯先生”

- 164 绘本《奇先生妙小姐》
- 165 绘本《饥饿的毛毛虫》和树叶穿孔游戏
- 166 字母拼图
- 167 Emoji小蛋壳表情模仿游戏
- 168 字母饼干拼单词
- 169 反义词卡片
- 170 乐高娃娃屋
- 171 乐高唐诗
- 172 可反复粘贴的情景贴画
- 173 三只小猪的布偶剧
- 174 超市购物实践

### 美术与创意

- 177 澡盆里画水彩
- 178 自由线条画
- 179 自由拼贴画
- 180 包装一份礼物
- 181 全家福纸板圣诞树
- 182 装饰一棵圣诞树
- 183 橡皮糖牙签建筑
- 184 捕梦仪
- 185 用托盘和滴管画水彩
- 186 拼贴卡片
- 188 春节纸灯笼
- 189 口袋里的油彩
- 190 纸雕塑
- 191 用积木印刷形状图案
- 192 做一个复活节彩蛋挂饰
- 194 冰块画水彩
- 195 水气球绘画
- 196 喷绘
- 197 全身肖像
- 198 画一张蓝天白云



# PART I

婴儿篇 0~1岁

# 0+ 月龄 0 TO 3 MONTHS OLD

Suki刚出生的时候,我经常入迷地看着她:她努力睁开眼睛,张开手指,用身体的每一寸皮肤接收来自外界的信息。她的成长变化发生得太快:一个只知道吃和睡的小家伙,似乎一夜之间就懂得看着我的眼睛对我笑了。当她把头抬起来,发出“咿咿呀呀”的声音,试着用小拳头触碰我的脸时,我感动地体会着弱小的她在多么努力地适应着这个世界,渴望着和外界互动。作为妈妈,我想用最温柔的方式帮助她建立自己和外部世界的联结,让她在这个大大的世界中找到小小的自我。我与她亲密地游戏,观察和满足她的感官发展的探索需要,并让她在游戏中建立安全感,体会爱,帮助她逐渐成为一个独立的个体。

两年后二女儿 Sula 出生,我吸取互动游戏中的经验,让她从出生起就有了一个可以随时根据她的需要变化的、充满亲密时光的“家庭教室”。



# 晒着太阳听妈妈唱歌

LISTEN TO MUMMY SINGING

10元

## • 方法和准备

在傍晚温和的阳光里,初生10天的的小Suki第一次到院子里来晒太阳,我们抱着她,让她的小手小脚在阳光里裸露几分钟。我一直在她耳边轻轻哼那些她在胎儿时期就能每天听到的歌。

## • 学习和表现

新生儿在室内待久了,需要晒一晒太阳。让她在阳光下裸露手脚可以促进钙的吸收,有益于骨骼发育。在不过多刺激的情况下,让她的皮肤感受阳光和微风,听一听自然环境里的鸟叫蝉鸣,闻一闻花的香气,可以促进宝宝的感官发展。妈妈的歌声能让她感到熟悉和安全,在全新的世界里不受太多惊扰。

## TIPS

新生儿晒太阳时,要选择阳光温和的傍晚,避免宝宝被强烈的阳光直射照射。刚开始晒太阳的时间不宜太长,从手脚开始,并注意保暖。慢慢地可以增加晒太阳的时间和范围。





## 柔软世界的“社交”聚会

### A SOFT COLOURFUL WORLD

#### • 方法和准备

宝宝满月以后，就可以开始“社交”了。带她去一个被色彩铺满的房间与其他宝宝见面。这里满是柔软的垫子和婴儿玩具，她可以尽情地吃喝玩乐并睡上一觉，度过充实的“社交”时间。

#### • 学习和表现

小婴儿似乎天然地就对其他宝宝感兴趣，仿佛知道他们都来自同一个星球，他们喜欢观察对方，似乎也在对方的身上看到自己。给他们一个柔软的环境，即使一起睡觉也是一种完美的“社交”仪式。缤纷的色彩、软绵绵的触感、声响柔和的婴儿玩具，其他婴儿的凝视和触摸，都会刺激新生宝宝的感官发展。

#### TIPS



与其他妈妈和宝宝见面，对新妈妈来说也是最好的社交方式，妈妈们相互交换体验、倾诉困扰、缓解压力、分享好笑的瞬间。新妈妈和宝宝都需要走出封闭的室内，到安全又舒适的社交场所里寻求同类的接触与情感沟通。

# 视觉训练的黑白卡片

## INFANTS VISUAL STIMULATION CARDS

### • 方法和准备

我用一套黑白对比鲜明的可爱动物图样卡片，帮助2个月的Sula进行视觉训练。我取出一张卡片，用手举在她面前25cm处，叫她的名字，将她的注意力吸引到卡片上来，用手指在图片上描绘小动物的轮廓，看她能不能用眼睛追踪移动的手指。黑白色的卡片能够很好地吸引她的注意力，并训练她的视力。我尝试把卡片慢慢地从她脸部的一侧移动到另一侧，看她能不能转动脖子追看物体。同时，我向她介绍卡片上的动物，让她熟悉语音。

### • 学习和表现

这是一个刺激和发展视力的游戏，同时可鼓励宝宝转头和聆听。2个月的Sula很喜欢盯着这些卡片听我说话，再大一些，她就会试着用拳头去触碰卡片。



### TIPS

这个游戏除了在宝宝躺着的时候可以玩，也可以用于俯卧时间的抬头练习。在宝宝趴着的时候，把卡片放在她面前，缓缓向上移动，鼓励宝宝追视和抬头。





## 在院子里观赏天空下摇曳的枝叶

BRANCHES, LEAVES AND SKY

### • 方法和准备

我在深秋的院子里铺上厚厚的毯子，Suki舒服地躺在上面，用她的视角观赏天空、白云和摇曳的枝叶，听听风吹树叶的沙沙声响，闻闻树皮、落叶的清香味道。

### • 学习和表现

2个月的宝宝醒来的时间多了很多，她忙碌地观察着周围的世界。这个月龄的宝宝还不能够翻身和坐起，大多数时候只能平躺着，长时间面对着天花板。把宝宝移到院子里，她看到的景色马上就精彩起来。变幻莫测的天空景象一下子就吸引了Suki的注意力，枝叶的鲜艳色彩在她的眼里留下对自然的最初记忆。

### TIPS

宝宝的眼睛柔弱敏感，无法承受过强的光线，观赏天空要在阴天或者光线柔和时进行。黄昏是个好时段，天空有丰富的色彩。