

# Embodied Cognition: Enlightenment of Preschool Education

Lei Zhao

School of Education, Huaibei Normal University, Huaibei Anhui  
Email: 15105618959 @163.com

Received: May 6<sup>th</sup>, 2020; accepted: May 19<sup>th</sup>, 2020; published: May 26<sup>th</sup>, 2020

---

## Abstract

The theory of embodied cognition has changed education from the traditional way of suppressing the body and lifting the heart to the attention of body perception. Education pays more attention to learning environment, body perception and teaching activities. In view of the problems existing in preschool education, such as the “separation” of teaching environment, the “primary school” of teaching content, the “cramming” of teaching methods, and the “strict control” of teaching management, from the perspective of embodied cognition, this paper proposes to create a learning environment with embodied learning environment, attach importance to the role of activities in education, advocate the method of teaching with pleasure, respect and liberate children's body, in order to promote the healthy development of preschool education.

## Keywords

Embodied Cognition, Preschool Education, Body, Environment, Activity

---

# 具身认知：学前教育启示录

赵 蕾

淮北师范大学，教育学院，安徽 淮北  
Email: 15105618959 @163.com

收稿日期：2020年5月6日；录用日期：2020年5月19日；发布日期：2020年5月26日

---

## 摘 要

具身认知理论使教育由传统的抑身扬心转向了对身体感知的关注，教育更加关注学习环境、身体感知和教学活动。针对当前学前教育存在的教学环境“离身化”、教学内容“小学化”、教学方法“填鸭式”、

教学管理“严掌控”等问题，从具身认知角度出发，提出了营造具身的学习环境、重视活动在教育中的作用、倡导寓教于乐的教学方式，尊重和解放幼儿身体，促进学前教育事业的健康发展。

## 关键词

具身认知，学前教育，身体，环境，活动

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 具身认知：教育的身体转向

### (一) 身体与心灵的二分：从柏拉图到笛卡尔

身体和心灵与世界的关系是亘古长新的哲学难题。西方哲学史上存在着心灵 - 身体二分观点及心灵统摄身体等根深蒂固的非具身哲学。柏拉图在《斐多篇》中，以神话故事的形式描述了灵魂至高无上的地位。若灵魂的羽翼丰满即可主宰世界，灵魂依赖理性获得真知，若羽翼受损，灵魂便坠落大地，投向肉身。因此要获得灵魂的升华，就必须摆脱感觉与身体的羁绊与干扰[1]。亚里士多德虽强调灵魂的形式和身体质料构成了生命的完整，灵魂依赖身体，但灵魂能够摆脱身体束缚而独立，将理智灵魂放到了至高无上的神性地位。到近代哲学之父笛卡尔，他认为“灵魂”是个体思维的本原，身体及其他事物的存在从属于心智，将身体和心智看作完全独立的实体，坚持抑身扬心，开启了身心二分的强调理智的哲学传统。

受身心二元论的影响，人们看待问题渐渐抱持身心二分的观点，致使我们的教育教学萦绕着一种“离身”文化。许多教育者把教育仅仅看成一种脱离了身体的心智培养训练活动，学习只是进行思维加工的活动，注重心理习得而忽视身体的影响，带来许多教育症结：教学远离生活；幼儿沦为知识存储器，失去多样个性发展的可能；教师沦为知识灌溉者，缺乏自主性等。

### (二) 具身认知：教育的身体启示

随着理智主义，身心二元理论的深入影响，许多问题陷入无法解释的矛盾之中。此后，以胡塞尔、梅洛·庞蒂为代表的现象学家引入身体主体的概念，重新解读心智、身体及认知与外部世界的关系。梅洛·庞蒂否认先验意识结构，将身体主体上升到主导性的位置。身体并不是心智的低阶附属，是兼备知觉和运动力的联合属性，身体对外部世界的成熟反应标志着心智认知的发展。这意味着，我们只有将外在可观察的身体过程与相关的内省体验结合在一起才能对心智作出说明[2]。瑞士的皮亚杰的发生认知论强调生理机制、身体与环境关联机制的重要，个体通过身体动作与环境的互相作用推动认知的不断发展。

“认识既不是如传统经验主义所假定的主体受教于他以外之物，也不是像先验主义或天赋论所坚持的认识源于主体内部生成的结构；认识起源于主客体之间的相互作用。而作为身体本身和外界事物之间的接触点的中介物并不是知觉，而是可塑性要大得多的身体活动(动作)本身”[3]。法国的杜威强调“做中学”，重视幼儿的感觉运动，认为身体感觉运动是幼儿发展智慧的前提。而我国的庄子在其著作《庄子》中亦体现了具身观念，其中“庖丁解牛”的寓言故事，将牛的身体之肌含括于手的动作中，阐释庖丁的“游刃有余”正是身体中手的外显，从而强调了以身体知。

具身认知引发传统意识哲学的倒塌，开启了对身体、心智及世界关系的新认识，给教育教学提供了

崭新的视角,一些新的教学理论为解决当前教育教学存在的问题,正确引导教育教学的改革方向提供了基础。首先,具身认知强调认知是“身、心、境”和谐统一的一体,人们总是处在具体多变的环境中,环境影响人的认知过程和认知结果,强调了环境在认知中的重要性。其次,人的认知发端于身体,依赖身体,认知是有感觉的、鲜活的、运动的身体的体验。再次,重视活动在教育中的作用,制定科学的行动计划,构建身心交融的教学环境、根植于生动鲜活的生活世界,关注对生命价值的培养目标,使个体生命不断在教育教学中获得身心统一的体验成长。

## 2. 学前教育教学问题分析

学前教育(Preschool Education)主要指教师和家长采用不同的方法系统的、计划的、科学的对学龄前幼儿的大脑进行刺激,使大脑的各项功能渐趋完善进行的教育,包括学前社会教育和学前家庭教育。本研究范围为学前社会教育。

梁启超先生曾说:“人生百年,立于幼。”人才培养是艰巨的任务,在人生的众多学习阶段中,学前教育处于整个教育过程的初始阶段,学前教育是幼儿认知发展极为重要的阶段,幼儿学习是典型的具身学习。自80年代以来,加强学前教育成为世界教育的主要目标之一,许多国家试图以新的改革促进本国学前教育的发展,学前教育被纳入了义务教育和终身教育的体系之中。我国也多次在政府工作报告中提出深化学前教育改革,学前教育有了一定的发展,但目前来看我国的学前教育仍存在许多问题。本文将对家长和教师进行访谈,将问题呈现在下述总结中。

### (一) 教学环境的“离身化”

教学环境包括学前教育中的教育教学环境和日常生活环境,具身认知强调身体在心智学习和环境适应中的作用,但目前我国学前教育阶段的学习环境都是一种“离身性”的。

**教师 A:**“户外活动不利于我们对幼儿的管理,一般会选择在教师里让幼儿听故事或者应家长要求讲解一些知识。”

学校作为学前幼儿主要的学习与生活场所,课堂和日常活动场所都是幼儿习得经验知识的有效途径。在日常生活环境中,幼儿室内学习将身体受限于有限的教室空间里,束缚在桌椅之间,没有身体的解放,幼儿感受到的是身心的压抑,在教学课堂上,不注重情境的设置,师幼的互动,教学空洞,流于空洞的经验形态。无疑,这些“离身化”的教学环境不利于幼儿的健康发展。

### (二) 教育内容的“小学化”

学前教育“小学化”,即在幼儿正式进入小学之前就读幼儿园和学前班时,幼儿园和学前班教授小学所学的知识。随着教育竞争压力的增大和教育市场化的推进,学前教育“小学化”的问题越来越成为一种普遍性的现象。

**家长 A:**“我觉得孩子再幼儿园还是要学习些小学的知识,如果不提前学习,担心孩子上小学后很难赶上别的孩子,幼儿园应该让孩子尽早学习知识。”

当代竞争激烈的社会中,教育使促进阶层流动,弥合社会分化与差异的最佳途径,孩子的教育成为家长严重的头等要事,“不能让孩子输在起跑线上”成为家长的口号。所以在幼儿阶段就强迫幼儿接受超量的知识学习,导致学前教育“小学化”,殊不知不让孩子输在起跑线上的初衷实则幼儿后续学习力不足埋下了隐患。学前教育的“小学化”让处在懵懂阶段的孩子背负沉重的负担,典型的“揠苗助长”式教育。根据皮亚杰认知发展理论四阶段,学前幼儿处于2~7岁的前运算阶段,根据皮亚杰的容积守恒实验和质量守恒实验,我们可以发现处于前运算阶段的幼儿的思维被知觉事物的显著特征所影响,仅看到事物的一种形式状态或事物发展的单方面,幼儿将感知到的动作内化为表象,主要进行的是表象思维。而小学阶段的幼儿处在具体运算阶段,在此阶段内,幼儿的认知由表象图示演化为运算图式,心理操作

转化为抽象概念，属于逻辑性的。由此可见，幼儿的发展有阶段性，每个阶段都有一定的劣势和优势，循序渐进，其发展的先后顺序固定不变，不能跨越，也不能颠倒，是连续构造的过程。学前教育的“小学化”则是跨越了发展阶段，损害了幼儿的兴趣，扼杀了幼儿的发展潜能，阻碍了幼儿的正常发展。

### (三) 教学方法上的“填鸭式”

“填鸭式”教学时苏联教育学家凯洛夫提出的，是一种灌输式教育。“填鸭”是指用含糖量高的饲料塞满鸭子从而使鸭子快速增肥的方式。顾名思义，运用在教育上，就是把知识一味的灌输给幼儿，没有技巧性，没有创造性可言，纯粹是为了完成任务的不负责任的教育。

**教师 B:** “孩子太多了，每天孩子还需要学习一些知识，我们只能不断重复知识点让孩子反复记忆反复练习。总之，孩子记住就好了。”

认知需要利用各种感官，眼、耳、手、口，进行知识的记忆。如果幼儿单单只是坐在教室里孤零零的进行单纯的灌输式记忆，没有身体的参与，将违背了幼儿的学习方式。学习过程不是一个由外到内的机械反应过程，知识应该是通过身体的结构以及感觉-运动系统的特殊通道形成的，是被身体“建构”出来的[4]。这种构建需要借助有效的教学方式，吸引幼儿的好奇心，激发幼儿的想象力，让学前课堂教学更加有效。而灌输式得教学方式，无法吸引幼儿的注意力，扼杀幼儿天性。

### (四) 教学管理上的“严掌控”

掌控式的教学模式在幼儿园学前教育中比较常见，对于方面对幼儿进行管理，无论生式课堂上还是课下时间，幼儿活动受到了束缚。

**家长 B:** “我们家儿子自从上了幼儿园变‘乖’了很多，以前很调皮，家里的东西什么都拿出来玩，爱跑爱动爱说爱笑，现在做事规规矩矩，没事就老老实实的坐在那里。有一次，我和他一起做手工，他就把手背在后面，告诉我幼儿园老师说这样做才是乖孩子。”

基于传统的二元认知观念，大部分教师没有认识到学生在课堂当中的主体地位，忽略了幼儿的主体受教育过程中的感受和体验，要求幼儿安安静静地在教室里听课，双手背在身后，双脚并拢放好，姿势端正，这样使得幼儿的身体在固定的模式下，局限在课桌的周围。另一部分教师即使已经认识到教育教学中应顺应幼儿自身特点，让幼儿在宽松自由的氛围下进行学习，但在真正的教学中却没有落实，总是不自觉地对幼儿进行管束，将幼儿的活泼烂漫视作自由散漫，对幼儿的各个方面进行严格的掌控。与此同时，很多幼儿园设置的规矩越来越多，使得幼儿园培养幼儿守规矩的初心没有实现，反而造成幼儿性格的拘谨。这种教学上的严格管控同时也不利于幼儿想象力和创造力的培养，会对幼儿的发展造成限制。

## 3. 具身认知视角下的学前教育启示

### (一) 构建具身的教育教学环境

根据具身认知理论，我们知道身体参与幼儿认知，要在实践环境中用身体去感知知识，因此提供具身化的教育教学环境尤为重要。首先要营造具身的生活环境，给幼儿提供宽敞舒适的活动空间，充足的活动道具，自由的活动时间。当幼儿身处这样的环境中，身体得到释放。正如弗朗西斯科·瓦雷拉等人认为的，认知的形成来源于身体多感官摄取的不同经验，身体能够融入一个更加宽广和舒适的物质环境、社会文化、心理等具体的情境中有助于其多方面感官[5]。其次要科学创设教育情境，幼儿教师要结合教育目标，创设教育情境。如，让幼儿理解“温暖”一词，就要在解释温暖概念的同时，尽量创设温暖舒适的外部环境和教育互动；若要幼儿理解“巨大”的含义，就要在理解意义的同时让幼儿能眼观并手触到巨物。实践证明，恰当的环境，提高的幼儿的参与积极性和学习热情，更容易激发他们的热情，使幼儿在直接体验中认识世界，不断成长。

### (二) 重视活动在教学中的作用

“动”是幼儿的天性，活动不仅可以促进幼儿的身心健康，知识的习得也是从活动中而来。在大多数情况下，在活动中会使用材料，进行实践，幼儿可以在活动的过程中获知识。皮亚杰认为幼儿认识的形成主要通过活动的内化，幼儿只有在亲身接触到各种活动，在实践才能获得真正的认知，从而促进大脑发育。让幼儿感受春天的生机盎然，如果只是拿出有关花草的图片，了解有关花草的知识，没有在自然的环境中体会春天的百花盛开，很难对春有深刻的印象；学习数学知识，只是单纯记忆一加一等于二或背诵乘法口诀，并不能形成幼儿关于数学的逻辑知识，这些知识的逻辑来源于幼儿对客体的动作。在科学设计教学活动的基础上，比如，在对幼儿进行10以内数字进行教学时，不能仅仅出示冷冰冰的数字，可以进行以数字标记人的活动，让幼儿有更直观的认识。这种活动式的教学不仅集中了幼儿的注意力，同时，在活动中幼儿也习得了社会经验知识，帮助幼儿去中心化，学会照顾理解他人。因此，在学前教育阶段，要重视活动的作用，适当延长室外活动时间，鼓励幼儿动手实践[6]。

### (三) 倡导寓教于乐的教学方式

具身认知理论给传统学前教育方式带来了活力，引领学前课堂教学方式的变革。如何学习，我们可以从杜威的小男孩如何习得放风筝的例子中进行思考：“一个小男孩在放风筝，他的眼睛紧紧的盯着风筝，密切关注着手里的风筝线，感受那根线的压力。”当小男孩在放风筝时，他时通过风筝线对手背施加的力来感受风筝在高空的飞行，进而根据手感调节风筝线习得知识。男孩身体的介入与动作心理活动是知识发生的根源[3]。由此可见，认知的形成需要借助幼儿的身体。首先，在学前教学阶段，游戏是幼儿的第一伙伴，通过游戏，寓教于乐，让幼儿在一种轻松愉悦的氛围中认知，培养幼儿学习兴趣，其次，增加教师和幼儿的身体互动，教师以丰富的面部表情，充分的肢体动作，高昂的情绪状态与幼儿进行信息的互换，对幼儿认知的全面发展进行潜移默化的影响。再次，教师也要经常跟幼儿分享自己的身体感受，引导幼儿积极参与游戏，进行科学化的指导，通过游戏让幼儿身心合一，实现真正的寓教于乐。

### (四) 尊重幼儿身体感受，解放幼儿身体

具身认知理论强调身体感受在认知过程中的作用，学前教育走向认知首先要尊重和重视幼儿身体的感受。过于严格的幼儿管理，使得幼儿身体受到束缚。身体对认知过程的参与也能通过认知表达体现出来，身体感受可以帮助人们比较准确、细腻地表达认知结果[7]。因此，学前教育要关注幼儿身体的感受。同时，在尊重幼儿身体的感受的同事要解放幼儿身体，放手让幼儿去运用身体，在教学的活动中应充分重视，让“身体活动”重回课堂。在课下，消除课堂中对身体的各种束缚，给与幼儿身体活动所需的空空间。在具身认知的视角下，身体对于教师教学和幼儿受教均有重要的影响。

## 4. 结论

综上所述，具身认知理论下的学前教育更加注重营造具身学习环境、重视教育教学中的活动作用，倡导寓教于乐的教学方式，从幼儿身体角度出发，注重幼儿的身体体验，激发幼儿的“身体思维”。广大的教育工作者要积极宣传，引导家长了解具身认知内涵，促进学前教育的健康发展。

## 参考文献

- [1] 柏拉图. 柏拉图全集: 第一卷[M]. 王晓朝, 译. 北京: 人民出版社, 2003.
- [2] 费多益. 意志自由的心灵根基[J]. 中国社会科学, 2015(12): 51-68.
- [3] 皮亚杰. 生物学与认识[M]. 尚新建, 等, 译. 上海: 三联书店, 1989.
- [4] 叶浩生. 身体与学习: 具身认知及其对传统教育观的挑战[J]. 教育研究, 2015, 36(4): 104-114.
- [5] 刘海燕, 彭先桃. 具身认知理论视域中的智慧课堂[J]. 教育导刊, 2019(7): 67-71.

- 
- [6] 董爱霞. 论幼儿前运算阶段思维发展特点及对教育的启示——通过验证皮亚杰的相关实验[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2013, 29(6): 189-190.
- [7] 鲍伟红. 具身学习视域下的幼儿社会教育[J]. 教育理论与实践, 2019, 39(8): 24-26.