
解决问题的能力


手眼协调能力


想象力


节奏感


计数概念


大运动能力

GYMBOREE PLAY & MUSIC
早教专家 全球同步

美国金宝贝早教
幼儿游戏
1~3岁



全美畅销13年
婴幼儿游戏书
权威品牌

[美] 温迪·玛斯◎主编
史凯◎译

北京科学技术出版社


认知发展


社交能力


精细动作能力


创意表达


视觉记忆


听觉能力

G61/282

美国金宝贝早教

幼儿游戏

1~3岁

[美] 温迪　玛斯◎主编
史凯◎译

北京科学技术出版社

Copyright © 2001 Gym-Mark, Inc. and Weldon Owen, Inc.
All rights reserved.
Simplified Chinese translation copyright © 2012 by Beijing Science and Technology Publishing Co., Ltd.

著作权合同登记号　图字：01-2012-0317

图书在版编目（CIP）数据

美国金宝贝早教幼儿游戏 /（美）玛斯编；
史凯译．—北京：北京科学技术出版社，2012.6
ISBN 978-7-5304-5822-8
Ⅰ．①美… Ⅱ．①玛… ②史… Ⅲ．①游戏课－学前教育－教学参考资料 Ⅳ．① G613.7
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 058740 号

美国金宝贝早教幼儿游戏

作　　者：[美] 温迪 · 玛斯
策　　划：赵丽娜
出 版 人：张敬德
出版发行：北京科学技术出版社
社　　址：北京西直门南大街16号
电话传真：0086-10-66161951（总编室）
　　0086-10-66161952（发行部传真）
电子信箱：bjkjpress@163.com
经　　销：新华书店
开　　本：787mm × 1092mm　1/20
版　　次：2012年6月第1版
ISBN 978-7-5304-5822-8/G · 1503

译　　者：史　凯
责任编辑：邵　勇
责任印制：张　良
图文制作：博雅思
邮政编码：100035
0086-10-66113227（发行部）

网　　址：www.bkjpress.com
印　　刷：北京捷迅佳彩印刷有限公司
印　　张：10
印　　次：2012年6月第1次印刷

定价：45.00元

京科版图书，版权所有，侵权必究。
京科版图书，印装差错，负责退换。



目　录



游戏分类表 8
前言 10
介绍 12
做游戏 18
游戏指南 20

12个月及以上 1

传球啦！ 24
手指乐队 25
开心降落伞 26
儿歌串烧 28
快乐的泡泡 30
小手拍拍 32
宝宝自己的步调 34
小蜘蛛 35
枕头路 36
戴帽子喽！ 38
定格舞 39
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
橱柜乐队 44
我猜，我猜，我猜猜猜 46
快乐小脚丫 47
纸板城堡 48
一书一世界 50
重复！重复！重复！ 52
罐中取宝 53
有趣的膝上歌 54
我有一只小鸭子 56
跟我做 57
我是大明星 58
镜子，镜子，告诉我 60
嗨，尼克博克先生 61

18个月及以上 1½

纸积木 64
方寸之间有智慧 66
捂住你的眼睛 68
宝贝，摇起来！ 69
沙滩游戏 70
照片的乐趣 72
音乐的魔力 74
手鼓声声 75
蜡笔画出新世界 76
跟我数 78
捉迷藏 80
麦圈挑战赛 82
形状搭配 83
指指看 84
大自然的艺术 86
我们一起来浇水 88
惊喜！ 89
明快的节奏 90
玩具大游行 92
儿童世界 94
神投手 95
高贵的约克公爵 96
管子里的秘密 98
火车呜呜叫 100
诱人的质感 101
和树聊聊天 102
神奇的冰箱贴 104
伸出小手拍一拍 106

24个月及以上 2

接住沙滩球 110
掌握平衡 112
玩偶游戏 113
火车之旅 114
说“不”阶段 116
骑大马 117
从头到脚 118
转圈歌 120
畅游水族馆 122
纱巾飘飘 124
喂，你是谁？ 125
沙包保龄球 126
哗啦啦下雨了 128
我是谁？ 130
快乐的脚印 131
为娃娃洗澡 132
动物医生 134

形式多样的游戏 136
魔术杯 137
嘀！嘀！ 138
消防车，开动！ 140
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
橡皮泥大师 144
鞋子大配对 146
神秘的声音 147
娃娃物语 148
彩色串球 150



水靶子 154
初级小画家 156
趣味手电筒 158
天性与教育 160
嗨，蹦蹦跳先生 161
弹起来喽！ 162
纸片拼图 163
熟悉的气味 164
泰迪熊之歌 166
瞄准目标 168
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172
转圈圈 173
迷你情景剧 174
彩色汽车对对碰 176
滑稽小脸 177
宝宝的语言 178
扩音器 179
彩带舞 180
放大镜 182
雨声筒交响曲 184
形状分拣工 185
数一数、找一找 186
树叶排排队 187
有样学样 188
动物表演家 190
词汇表 192
技能索引 196



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



游戏分类表



球类游戏

传球啦! 24
神投手 95
管子里的秘密 98
接住沙滩球 110
沙包保龄球 126
彩色串球 150
水靶子 154
弹起来喽! 162

音乐和动作游戏

手指乐队 25
开心降落伞 26
儿歌串烧 28
小手拍拍 32
小蜘蛛 35
定格舞 39
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
橱柜乐队 44
有趣的膝上歌 54
我有一只小鸭子 56
跟我做 57
嗨，尼克博克先生 61
捂住你的眼睛 68
宝贝，摇起来! 69
手鼓声声 75
跟我数 78
我们一起来浇水 88
明快的节奏 90
玩具大游行 92
高贵的约克公爵 96
火车呜呜叫 100
伸出小手拍一拍 106
从头到脚 118
转圈歌 120
消防车，开动! 140
嗨，蹦蹦跳先生 161
泰迪熊之歌 166
转圈圈 173
彩带舞 180
雨声筒交响曲 184

肢体游戏

传球啦! 24
开心降落伞 26
枕头路 36
纸板城堡 48
捉迷藏 80
神投手 95
接住沙滩球 110
沙包保龄球 126
快乐的脚印 131
弹起来喽! 162
瞄准目标 168
彩带舞 180
有样学样 188
动物表演家 190

跟唱及手指游戏

手指乐队 25
儿歌串烧 28
小手拍拍 32
小蜘蛛 35
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
有趣的膝上歌 54
跟我做 57
我是大明星 58
嗨，尼克博克先生 61
捂住你的眼睛 68
跟我数 78
我们一起来浇水 88
高贵的约克公爵 96
火车呜呜叫 100
伸出小手拍一拍 106
从头到脚 118
转圈歌 120
消防车，开动! 140
嗨，蹦蹦跳先生 161
泰迪熊之歌 166
转圈圈 173

戏水游戏

我有一只小鸭子 56
沙滩游戏 70
畅游水族馆 122
哗啦啦下雨了 128
为娃娃洗澡 132
水靶子 154

艺术欣赏

纸积木 64
沙滩游戏 70
蜡笔画出新世界 76
大自然的艺术 86

橡皮泥大师 144
初级小画家 156
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172



探索游戏

快乐的泡泡 30
戴帽子喽！ 38
我猜，我猜，我猜猜猜 46
一书一世界 50
罐中取宝 53
镜子，镜子，告诉我 60
方寸之间有智慧 66
照片的乐趣 72
麦圈挑战赛 82
形状搭配 83
指指看 84
惊喜！ 89
管子里的秘密 98
诱人的质感 101
和树聊聊天 102
神奇的冰箱贴 104
玩偶游戏 113
畅游水族馆 122
喂，你是谁？ 125
我是谁？ 130
魔术杯 137
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
鞋子大配对 146
神秘的声音 147
娃娃物语 148
趣味手电筒 158
纸片拼图 163
熟悉的气味 164
彩色汽车对对碰 176
扩音器 179
放大镜 182
形状分拣工 185
数一数、找一找 186
树叶排排队 187
有样学样 188



想象力游戏

戴帽子喽！ 38
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
纸板城堡 48
纸积木 64
蜡笔画出新世界 76
玩具大游行 92
玩偶游戏 113
火车之旅 114
骑大马 117
喂，你是谁？ 125
我是谁？ 130
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
嘀！嘀！ 138
娃娃物语 148
初级小画家 156
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172
迷你情景剧 174
滑稽小脸 177
扩音器 179
有样学样 188
动物表演家 190



户外游戏

快乐小脚丫 47
沙滩游戏 70
大自然的艺术 86
和树聊聊天 102
掌握平衡 112
纱巾飘飘 124
放大镜 182



触觉游戏

快乐的泡泡 30
快乐小脚丫 47
罐中取宝 53
指指看 84
惊喜！ 89
诱人的质感 101
神奇的冰箱贴 104
畅游水族馆 122
纱巾飘飘 124
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
橡皮泥大师 144
鞋子大配对 146
树叶排排队 187

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

美国金宝贝早教

幼儿游戏

1~3岁

[美] 温迪　玛斯◎主编
史凯◎译

北京科学技术出版社

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



Copyright © 2001 Gym-Mark, Inc. and Weldon Owen, Inc.
All rights reserved.
Simplified Chinese translation copyright © 2012 by Beijing Science and Technology Publishing Co., Ltd.

著作权合同登记号　图字：01-2012-0317

图书在版编目（CIP）数据

美国金宝贝早教幼儿游戏 /（美）玛斯编；
史凯译．—北京：北京科学技术出版社，2012.6
ISBN 978-7-5304-5822-8
Ⅰ．①美… Ⅱ．①玛… ②史… Ⅲ．①游戏课－学前教育－教学参考资料 Ⅳ．① G613.7
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 058740 号

美国金宝贝早教幼儿游戏

作　　者：[美] 温迪 · 玛斯
策　　划：赵丽娜
出 版 人：张敬德
出版发行：北京科学技术出版社
社　　址：北京西直门南大街16号
电话传真：0086-10-66161951（总编室）
　　0086-10-66161952（发行部传真）
电子信箱：bjkjpress@163.com
经　　销：新华书店
开　　本：787mm × 1092mm　1/20
版　　次：2012年6月第1版
ISBN 978-7-5304-5822-8/G · 1503

译　　者：史　凯
责任编辑：邵　勇
责任印制：张　良
图文制作：博雅思
邮政编码：100035
0086-10-66113227（发行部）

网　　址：www.bkjpress.com
印　　刷：北京捷迅佳彩印刷有限公司
印　　张：10
印　　次：2012年6月第1次印刷

定价：45.00元

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

本科版图书，版权所有，侵权必究。
京科版图书，印装差错，负责退换。

特别安全提示

在“金宝贝”，我们鼓励父母要积极、主动地与孩子玩耍。但是当你和宝宝享受书中游戏带给你们的快乐时，请你务必将宝宝的安全放在首要位置。虽然我们设计的这些游戏已经尽量将宝宝受伤的危险降到了最低，但“金宝贝”还是建议家长尽可能排除一切隐患，保证宝宝的绝对安全。

为避免宝宝发生意外，请家长务必遵守以下原则：在尝试本书推荐的所有游戏时，绝对不能让宝宝在无人看护的情况下独自玩耍，哪怕时间很短也不可以；在进行涉水游戏时要特别小心，避免宝宝呛水；不可以让宝宝将小件物品放进嘴里（即使是图片中出现的小物品），因为这可能给宝宝带来生命危险——宝宝很可能因此窒息；给宝宝使用的蜡笔、铅笔和其他书写或绘画工具必须是无毒的，而且要适用于3岁以下的婴幼儿。

书中介绍的游戏都列明了推荐玩耍的适宜年龄段，但在做游戏前家长仍需视宝宝的个体情况而定，因为每个宝宝的能力、平衡感和灵活度的发展程度都是不同的。

虽然我们已经尽了最大努力来保证书中信息的准确性和可靠性——这些游戏都是十分可行的，只要家长按照书中的指示正确操作，基本就可以保证宝宝的安全。但如果家长未能严格按照书中介绍的内容操作并在游戏过程中因不当操作和应用而引发意外，“金宝贝”对此将不负任何责任。





目 录



游戏分类表 8
前言 10
介绍 12
做游戏 18
游戏指南 20

12个月及以上 1

传球啦! 24
手指乐队 25
开心降落伞 26
儿歌串烧 28
快乐的泡泡 30
小手拍拍 32
宝宝自己的步调 34
小蜘蛛 35
枕头路 36
戴帽子喽! 38
定格舞 39
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
橱柜乐队 44
我猜，我猜，我猜猜猜 46
快乐小脚丫 47
纸板城堡 48
一书一世界 50
重复！重复！重复！ 52
罐中取宝 53
有趣的膝上歌 54
我有一只小鸭子 56
跟我做 57
我是大明星 58
镜子，镜子，告诉我 60
嗨，尼克博克先生 61

18个月及以上 1½

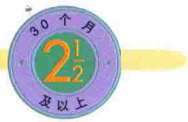
纸积木 64
方寸之间有智慧 66
捂住你的眼睛 68
宝贝，摇起来! 69
沙滩游戏 70
照片的乐趣 72
音乐的魔力 74
手鼓声声 75
蜡笔画出新世界 76
跟我数 78
捉迷藏 80
麦圈挑战赛 82
形状搭配 83
指指看 84
大自然的艺术 86
我们一起来浇水 88
惊喜! 89
明快的节奏 90
玩具大游行 92
儿童世界 94
神投手 95
高贵的约克公爵 96
管子里的秘密 98
火车呜呜叫 100
诱人的质感 101
和树聊聊天 102
神奇的冰箱贴 104
伸出小手拍一拍 106

24个月及以上 2

接住沙滩球 110
掌握平衡 112
玩偶游戏 113
火车之旅 114
说“不”阶段 116
骑大马 117
从头到脚 118
转圈歌 120
畅游水族馆 122
纱巾飘飘 124
喂，你是谁? 125
沙包保龄球 126
哗啦啦下雨了 128
我是谁? 130
快乐的脚印 131
为娃娃洗澡 132
动物医生 134

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

形式多样的游戏 136
魔术杯 137
嘀！嘀！ 138
消防车，开动！ 140
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
橡皮泥大师 144
鞋子大配对 146
神秘的声音 147
娃娃物语 148
彩色串球 150



水靶子 154
初级小画家 156
趣味手电筒 158
天性与教育 160
嗨，蹦蹦跳先生 161
弹起来喽！ 162
纸片拼图 163
熟悉的气味 164
泰迪熊之歌 166
瞄准目标 168
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172
转圈圈 173
迷你情景剧 174
彩色汽车对对碰 176
滑稽小脸 177
宝宝的语言 178
扩音器 179
彩带舞 180
放大镜 182
雨声筒交响曲 184
形状分拣工 185
数一数、找一找 186
树叶排排队 187
有样学样 188
动物表演家 190
词汇表 192
技能索引 196





游戏分类表



球类游戏

传球啦! 24
神投手 95
管子里的秘密 98
接住沙滩球 110
沙包保龄球 126
彩色串球 150
水靶子 154
弹起来喽! 162

音乐和动作游戏

手指乐队 25
开心降落伞 26
儿歌串烧 28
小手拍拍 32
小蜘蛛 35
定格舞 39
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
橱柜乐队 44
有趣的膝上歌 54
我有一只小鸭子 56
跟我做 57
嗨，尼克博克先生 61
捂住你的眼睛 68
宝贝，摇起来! 69
手鼓声声 75
跟我数 78
我们一起来浇水 88
明快的节奏 90
玩具大游行 92
高贵的约克公爵 96
火车呜呜叫 100
伸出小手拍一拍 106
从头到脚 118
转圈歌 120
消防车，开动! 140
嗨，蹦蹦跳先生 161
泰迪熊之歌 166
转圈圈 173
彩带舞 180
雨声筒交响曲 184

肢体游戏

传球啦! 24
开心降落伞 26
枕头路 36
纸板城堡 48
捉迷藏 80
神投手 95
接住沙滩球 110
沙包保龄球 126
快乐的脚印 131
弹起来喽! 162
瞄准目标 168
彩带舞 180
有样学样 188
动物表演家 190

跟唱及手指游戏

手指乐队 25
儿歌串烧 28
小手拍拍 32
小蜘蛛 35
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
有趣的膝上歌 54
跟我做 57
我是大明星 58
嗨，尼克博克先生 61
捂住你的眼睛 68
跟我数 78
我们一起来浇水 88
高贵的约克公爵 96
火车呜呜叫 100
伸出小手拍一拍 106
从头到脚 118
转圈歌 120
消防车，开动! 140
嗨，蹦蹦跳先生 161
泰迪熊之歌 166
转圈圈 173

戏水游戏

我有一只小鸭子 56
沙滩游戏 70
畅游水族馆 122
哗啦啦下雨了 128
为娃娃洗澡 132
水靶子 154

艺术欣赏

纸积木 64
沙滩游戏 70
蜡笔画出新世界 76
大自然的艺术 86

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

橡皮泥大师 144
初级小画家 156
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172

探索游戏
快乐的泡泡 30
戴帽子喽！ 38
我猜，我猜，我猜猜猜 46
一书一世界 50
罐中取宝 53
镜子，镜子，告诉我 60
方寸之间有智慧 66
照片的乐趣 72
麦圈挑战赛 82
形状搭配 83
指指看 84
惊喜！ 89
管子里的秘密 98
诱人的质感 101
和树聊聊天 102
神奇的冰箱贴 104
玩偶游戏 113
畅游水族馆 122
喂，你是谁？ 125
我是谁？ 130
魔术杯 137
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
鞋子大配对 146
神秘的声音 147
娃娃物语 148
趣味手电筒 158
纸片拼图 163
熟悉的气味 164
彩色汽车对对碰 176
扩音器 179
放大镜 182
形状分拣工 185
数一数、找一找 186
树叶排排队 187
有样学样 188

想象力游戏
戴帽子喽！ 38
一闪一闪亮晶晶 40
车轮之歌 42
纸板城堡 48
纸积木 64
蜡笔画出新世界 76
玩具大游行 92
玩偶游戏 113
火车之旅 114
骑大马 117
喂，你是谁？ 125
我是谁？ 130
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
嘀！嘀！ 138
娃娃物语 148
初级小画家 156
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172
迷你情景剧 174
滑稽小脸 177
扩音器 179
有样学样 188
动物表演家 190

户外游戏
快乐小脚丫 47
沙滩游戏 70
大自然的艺术 86
和树聊聊天 102
掌握平衡 112
纱巾飘飘 124
放大镜 182

触觉游戏
快乐的泡泡 30
快乐小脚丫 47
罐中取宝 53
指指看 84
惊喜！ 89
诱人的质感 101
神奇的冰箱贴 104
畅游水族馆 122
纱巾飘飘 124
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
橡皮泥大师 144
鞋子大配对 146
树叶排排队 187

前言

安东尼·D. 佩莱格里尼博士

早在20世纪70年代，也就是我的教师生涯之初，我就对旁观幼儿做游戏颇感兴趣。他们的一举一动可谓是大自然神奇力量的化身——活力无限、灵活机智，更为关键的是他们对周围的一切都充满了好奇。幼儿对游戏的热情，让我们这些大人不由得相信，游戏是他们一生的事业。事实上，对一两岁的幼儿来说，游戏的确非常重要：游戏能够帮助他们认识世界，甚至会对他们的未来产生重要的影响。从观看幼儿做游戏中，我受到了极大的启发，由此我便明确了自己终生的事业方向。时至今日，我从事教育心理学领域的工作已经超过了25年，主要研究游戏如何影响幼儿的社交能力、情感能力和认知能力的发展。

我知道，并非所有的游戏都适合幼儿。对幼儿来说，在电视机前一坐就是好几个小时是一种非常消极的行为，因为这种行为并不能为他们的大脑和身体提供其所需的外界刺激。此外，刻板僵化、与幼儿性格和喜好相冲突的游戏也无益于其身心的发展。而那些有积极意义的游戏应该具有丰富的内容，能够为幼儿提供他们所需的亲密互动和火热的激情，同时又不会让其失控，更关键的是要善于捕捉幼儿的意图。



此外，幼儿在做游戏时还需要能给予其积极鼓励的游戏伙伴。换言之，幼儿在做游戏时非常需要你们，各位亲爱的家长朋友。

虽然幼儿出于本能会依赖父母或是其他监护人，但是充当游戏伙伴的家长想要跟得上这些天不怕地不怕的“小冒险家”有时并不容易。想想看，有哪些游戏能够让孩子乐呵呵地忙个不停呢？

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



在与幼儿做游戏时，只怕想象力再丰富的成年人也得绞尽脑汁冥思苦想。每到这时，便是本书大显身手的时候。“金宝贝”是美国最优秀的早教育儿中心，它基于30多年的丰富经验推出此书，指导父母与孩子之间的互动，可谓家长与幼儿做游戏时的一个好帮手。无论你身居家中还是在外旅游，阅读本书都能使你获得灵感，从而开发出一些有效且具有创造性的游戏活动。本书中的游戏种类丰富多样，充分满足了不同阶段幼儿的需求，同时游戏的规则灵活变通，并积极鼓励家长按照幼儿的喜好与能力进行量身调整。一言以蔽之，本书中的游戏充分体现了“金宝贝”的理念——“有目的地玩”。也就是说，本书旨在全面发展幼儿的认知能力、社交能力和运动能力——一切都在趣味盎然中进行！

我相信家长朋友在阅读过程中一定会发现，本书内容充实丰富，在你与幼儿做游戏时，能够给你无限的灵感，值得大家反复阅读。





安东尼·D. 佩莱格里尼博士

美国明尼苏达大学教育心理学教授

有目的地玩

快瞧，小宝贝们有时咧嘴笑得不亦乐乎，有时却眉头紧锁一脸严肃……不管他们的脸上是何种表情，对家长来说，看着宝宝玩耍实在是件赏心悦目的事情。快看，小宝宝正全神贯注地“搞研究”呢——“哦，太棒啦，终于拆开啦！”每种新鲜的玩意儿、每次满怀热情的尝试、每次全力以赴的投入……每当他们学会新本领，就会释放内心全部的喜悦。这些都告诉我们，在这些“小小探险家”的眼中，游戏是一项严肃而认真的活动。对小宝宝们来说，游戏是他们认识周围世界、认识他人和自己的一种方式，同时也是检验其能力、拓展其思维的绝佳方式，更是他们征服一切挑战的理想方式——无论是建造沙子城堡，还是掌握基本的社交礼仪。



一串泡泡就是一个快乐的魔法——同时它还会告诉宝宝原因与结果之间的关系。

作为父母的你必须清楚，宝宝成长的最初几年是挖掘其潜力的最佳时机。幼儿的大脑发育深受环境的影响，他们现在所接触的东西——或者没有接触的东西——将会对其终生产生影响。也许很多人都认为这种说法有点儿危言耸听，但它的确有值得我们借鉴的地方。首先，宝宝天生就需要学习。其次，出于本能，家长会想方设法为宝宝提供其学习所需的刺激。更为重要的是，既然游戏是宝宝学习的载体，那么只要投入其中，爸爸妈妈和宝宝就都会感受到快乐。

游戏的好处

对宝宝来说，游戏是自然而然的事情，做游戏似乎只是单纯的快乐体验。所以作为成年

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书


只要宝宝能跟得上朗朗上口的节奏，她们就能将协调的动作和节奏完美地结合在一起。

该如何与他人相处，如何遵守一些既定的规则。全神贯注地玩游戏会让宝宝学会应该怎样集中精力、怎样坚持不懈。

游戏为我们开启了一扇可以了解宝宝性格的窗户，而和他们一起做游戏——或者看着他们和别人玩耍——又可以使我们更快地了解宝宝是如何应对阻碍、承受失败、面对成功的。同时你还会看到，宝宝表现出来的独特的幽默感以及他们逐渐养成并逐步提高的社交能力。宝宝在游戏中的行为举止能显示他们的情绪、聪明才智和其偏爱的学习方式——也许你的孩人，我们很容易忽略游戏所能带给我们的诸多益处。但是，无论是对宝宝的情绪、身体发育还是智力发育，游戏都有着深远的意义。通过游戏，宝宝可以学会很多必备的技能——如何与人交流、如何识数及计算、如何解决难题等。宝宝可以通过扔球游戏或爬滑梯来发展身体的大运动能力，还可以通过用刷子或彩笔涂涂画画来发展身体的精细动作能力。当宝宝拿着玩具电话假装与别人聊天或者对着镜子给自己的小脑袋扣帽子时，他们的想象力便会激增。而当宝宝听故事或者绞尽脑汁说出自己的喜好时，他们的语言能力又会得到提高。宝宝和小伙伴、哥哥姐姐、弟弟妹妹、爸爸妈妈以及其他人所玩的每一个游戏都会让他们知道


妈妈带你一起摇呀摇，只要能配合简单的节奏，这样简单的游戏同样会显得妙趣横生。

子对语言指令反应积极，也许他对视觉图像十分敏感，也许他最擅长从自己亲自动手的体验中获得信息……

游戏为你提供了一个很棒的机会，它可以加强你和宝宝之间的联系。宝宝情绪平静的时候，你可以把他抱在怀中慢慢翻看图画书，也可以带着他一块儿搭建一座精巧的积木塔，类似的游戏会带给你们一种温馨、亲密无间的感觉。如果宝宝比较兴奋，甚至还会吵闹，那你不妨和他玩一玩捉迷藏或者掷豆子的游戏，类似的游戏能够向宝宝传递这样的信息——爸爸妈妈不仅关心、爱护他，而且还会陪他快乐地玩耍。当你想要教宝宝学习新技能并打算在之后表扬他为之付出的努力时，你一定要让宝宝相信，你会一直给予他支持，鼓励他更进一步——无数的研究早已证明，只有在充满爱和支持的环境中，孩子才能学得更好、更快。说了这么多，作为家长，如果能变身为宝宝热情的游戏伙伴，就能为其营造一种特别的亲密感，这种感情将伴随宝宝的一生。



仅仅是几个橡皮球就能教会宝宝距离、形状、“大”和“小”等概念。

随着音乐滚来滚去，宝宝（和妈妈一起）尽情地释放自己。



游戏的不同玩法

本书旨在为家长和宝宝提供丰富多彩、简单易学的游戏，能够让他们尽情享受玩耍的乐趣，从而在宝宝的成长时光中留下美好的回忆。书中有和着歌声玩耍的趣味手指游戏、有能够激发宝宝艺术潜力的游戏、有适合

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

洗澡时玩的小游戏、有使用篮子或盒子进行的游戏……此外，书中还有很多富有想象力的建议。本书不但能够给宝宝带来无限的乐趣，还有助于他的成长发育：通过游戏宝宝能够感受到音乐带给人的快乐，通过游戏宝宝的肌肉发育和身体力量都将得到提高，通过游戏宝宝能掌握一些简单的词汇……这些都为宝宝以后的成长打下了坚实的基础。这些丰富多样的游戏涉及宝宝的体力、智力、情感等多方面的内容，每个游戏都是“金宝贝”的专家精心安排、仔细挑选出来的，非常适合不同阶段宝宝的发展需要。其中有些游戏非常经典，有些游戏则是“金宝贝”独创的，它们全都是为了使宝宝能在充满爱的氛围中成长而设计出来的，这些游戏不但能够促进家长与宝宝之间的互动交流，还能让小宝宝认识到自己和父母之间有爱的纽带，并使之形成一种持久的亲子关系。

尽管玩耍和学习之间的联系是密不可分的，但是游戏的关键并不是要让宝宝紧锣密鼓地进行一系列严格的练习。相反，在游戏过程中我们强调的是快乐至上，本书中的这些游戏恰好可以激发相应年龄段的宝宝的能力发展，并为其今后的学习奠定坚实的基础。换句话说，本书能够帮助宝宝学会如何学习。

准备，各就各位，游戏开始！

本书为原本结构松散的游戏提供了准则，相应的指令也绝不生硬——只是作为一种基本指导，家长可以根据宝宝自身的兴趣和喜好进行调整。作为家长，你只需把一切准备好，然后站在一旁，让宝宝自由探索，并让其按照自己的愿望去尝试不同的方法。这一点很关键，这样有助于鼓励宝宝独立完成任务、解决问题、发挥创造性思维、建立自信心并使其形成自主意识。

营造一个舒适且安全的游戏环境不仅能够增强宝宝的独立感，而且能给宝宝带来适当的刺激。比如，用防碎镜子和彩色贴纸装饰儿童房的墙面，把天花板改造成星光闪闪的“夜空”

哼哼唱——只要和扭来扭去乐哈哈的小家伙在一起，唱什么歌都不会觉得傻。



本书中的游戏是以时间顺序排列的，按照幼儿发育的阶段性，我们将每6个月分为一个年龄段。年龄段的划分只是一个指导原则，因为幼儿之间的发展差异非常大。

12个月及以上



1岁的宝宝不论是只能手脚着地爬行，还是已经可以双脚站立行走，他们都很享受自己新掌握的运动能力，因为这可以满足他们对周围世界的强烈好奇心。在这个阶段，宝宝的大运动能力已经有所发展，他们能稳稳地捡起小物体、能搭几块积木。他们喜欢一边听爸爸妈妈的声音，一边看故事书或者哼唱儿歌。他们能理解很多词语、能回应简单的指令，还有很多宝宝已经能说一些简单的词语啦！

18个月及以上

这个年龄段的宝宝的意志很坚定，他们会四处探索、摸摸这儿动动那儿，不管看到什么东西都想尝尝味道，为了弄出响声还会将东西摇一摇、晃一晃或者将其扔在地上滚来滚去。在这个阶段，宝宝不断发展的大运动能力已经相当完备，走路、跑步、攀爬都不成问题。同时，精细动作能力的发展也足以让宝宝能够自己用勺子吃饭、扔起皮球。他们做游戏时喜欢用手摸玩具，从而感受其触感。此外，还能通过摇晃身体来表示自己对音乐的喜爱。这时的宝宝大多已经掌握了十多个词语，而且经常还能说出由两三个词组成的短语。



24个月及以上



到了这个阶段，宝宝的力量、灵活性和平衡能力会得到进一步加强：他们能拧开瓶盖，类似动作的完成展示了宝宝精细动作能力的不断发展。在此阶段，宝宝对音乐的热情依然高涨，而且在欣赏音乐的同时他们还会发挥自己的想象力。很多宝宝喜欢和同龄人在一起，虽然他们不会一起做游戏，但是他们喜欢一个挨一个地坐在一起并自顾自地玩耍。2岁的宝宝大约已经能使用200多个词汇了，而且还会开始说一些简单的句子。

30个月及以上



宝宝又长大了一些，他们开始喜欢更加复杂以及能够拓展其运动能力的活动，比如跑、跳、骑三轮童车、玩老鹰抓小鸡游戏。在这个阶段，宝宝的精细动作能力会继续发展，比如他们会拿着彩笔或画笔涂涂画画。此外，宝宝的注意力保持的时间也会变长，因此他们往往会表现出对分类整理游戏的热情。在此阶段，宝宝的语言表达能力也会突飞猛进，而且能理解抽象概念，甚至会自编自演一连串异想天开的小节目。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

或者用夜光贴纸将天花板打造成奇妙的“海底世界”。此外，还可以在宝宝的房间中放置低一点儿的书架或者在桌子上摆放一个可以旋转的分类架，然后准备一些便于分类储物的小盒子，将宝宝的玩具、书籍和美术用品都收纳在盒子里。在宝宝触手可及的地方放置一个储物盒或者挂衣服的衣架，它们完全可以成为宝宝喜爱的玩具。最重要的是，作为家长的你千万不要认为非得给宝宝采购一大批价格昂贵、制作精良的玩具才行，其实像拼图、玩偶、积木、陀螺和球这些玩具的玩法都多种多样，它们完全可以吸引宝宝的注意力。

等你熟悉了本书之后，就可以随心所欲地一遍又一遍地让宝宝重复他最喜爱的游戏。不断地重复对宝宝大有益处，因为这样做能让他检验并完善其所学的技能，从而带给他成就感（关于重复的话题，详见第 52 页）。此外，在游戏过程中，如果你发现宝宝似乎达不到相应年龄段的要求——比如，1 岁的宝宝玩传球游戏时，不能很好地控制沙滩球，或者恰恰相反，2 岁的孩子很快就记住了所有的儿歌和手指游戏——作为家长，你大可不必为此担心。请记住，每个宝宝的发展都有自己的速度和方式（更多关于发展差异的话题，详见第 34 页），年龄段只是一个宽泛的指导原则，本书中不同的游戏能够满足每个宝宝独特的需要和喜好。

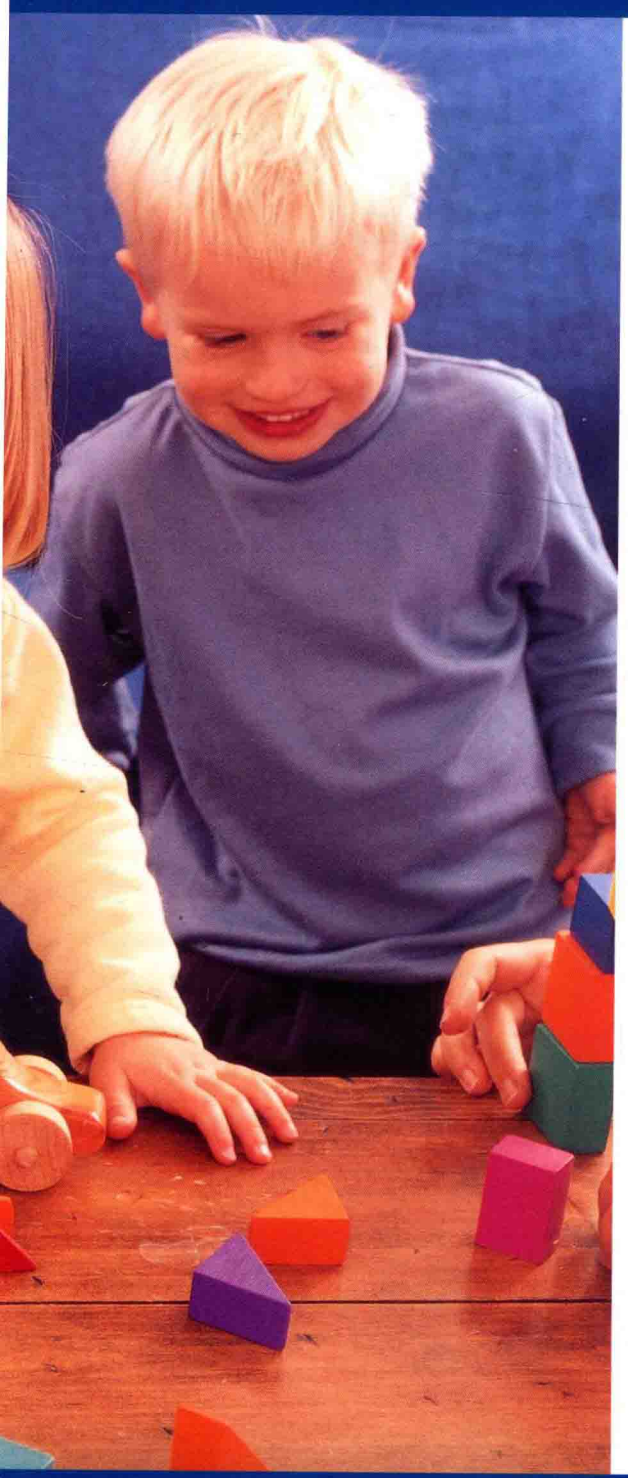
好啦，我们开始吧！请穿上适合做游戏的衣服，清一清嗓子，看看书中的游戏，准备进入宝宝的世界，陪他一同探索未知的世界。这些游戏能够帮助你为宝宝营造一个更加丰富、更具启迪意义的环境，同时也会留给你一笔充满欢乐的记忆宝藏，你将成为宝宝的第一个、同时也是最棒的一个游戏伙伴。

请记住：不要表现出偏爱男孩或喜欢女孩的倾向，书中指代性别的代词（他 / 她）有所不同，这是为了符合所配照片中宝宝的性别。



手指游戏可以帮助你家的小可爱发展语言能力、提高运动能力。


关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



做游戏

本书列举了100多个专为幼儿设计的游戏，这些游戏一定会满足他们的需要，同时也会给他们带来自我挑战的乐趣，从而让家长与宝宝共同度过的游戏时间成为宝宝最难忘的欢乐时光。书中的游戏种类繁多而且意义丰富，既有手指游戏、想象力游戏、肢体游戏，也有涉及艺术欣赏和动手制作的游戏，家长可以视情况选择那些最符合宝宝情绪和兴趣的游戏。这些游戏形式灵活而且具有开放性，让家长可以利用最少的工具、最大限度地发挥孩子的想象力。还等什么，快翻开这本书，看看你和宝宝能有什么样的新体验吧！

游戏指南

怎样使用这本书

你是否和大多数父母一样，虽然非常疼爱自己的宝宝，但是陪伴宝宝的时间很少呢？为此，《美国金宝贝早教幼儿游戏》收集了大量简单易学的游戏，供忙碌的家长们参考，你们只需简单地翻看本书，就能轻松学会各种不同的游戏。本书的特色在于家长能够通过相关的游戏类别，迅速找到与之对应的游戏，而且这些游戏都便于理解、易于开展——你只需很短的时间就能读完游戏说明，然后可以留出更多时间和宝宝在一起快乐地玩耍。



育儿小贴士让家长能够洞察宝宝细微的发展和进步，同时还能为家长提供宝贵的建议，使其成为宝宝的第一任老师和玩伴。

彩色图片中的宝宝——常常和家长在一起——正在展示游戏的玩法。

歌词呈现在黄色的背景区域，宝宝可以随着音乐的节奏吟唱，这其中的大部分歌词都包含双手和身体的动作。

（**译者注**：本书中的儿歌都是经典的英文儿歌，因此译者在保留英语原文的基础上，配上了可以和着乐曲演唱的中文译文，方便读者理解和演唱。）

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

方便查找，本书将所有游戏按照类别进行了划分——从艺术欣赏到球类游戏，再到戏水游戏——家长可以很快找出符合宝宝兴趣爱好的游戏。

每个游戏都附有简洁且便于操作的游戏说明，它会告诉家长还可以怎样变换花样、怎样随着宝宝的成长对游戏进行调整，使这些游戏能够长时间地吸引宝宝的注意力。

年龄标签标示了宝宝进行相应游戏的最佳年龄段。本书中的游戏分为 4 个年龄段（更多关于宝宝的身体发育与不同年龄段之间的联系，详见第 16 页）。年龄标签只是一个概括性的引导，它可以帮助家长找到适合宝宝做的游戏。此外，大多数游戏在进行适当调整后，都能够满足 1 ～ 3 岁宝宝的游戏需要。



研究报告突出展示了最新的科研成果，披露了近年来关于幼儿发展和学习技能方面的研究成果。

相互对照列出了与本游戏相关的其他游戏，宝宝或许会喜欢这些主题或内容相似的游戏。

巧手课堂向家长提供了帮助，教家长将便宜的日常用品改头换面，使之成为宝宝的临时玩具和道具。

技能点睛解释了每个游戏发展的重点技能，列举了游戏的主要效果，供家长参考。


关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



12 个月及以上

12个月·上以及

传球啦！

适合初学者的球类游戏

技能点睛

学会滚动皮球和让滚动的皮球停下来，有助于发展宝宝的大运动能力，提高宝宝的手眼（或脚眼）协调能力。同时还能帮助宝宝培养时间感，因为她要在游戏过程中判断出球到达自己面前所需的时间。

虽然接住球对很多宝宝来说都是一个难以完成的动作——这需要很好的协调能力——但是宝宝们都特别喜欢这个可爱的玩具，他们会推一推、踢一踢、抓一抓球。家长可以选择到户外平整的草坪上，也可以在室内选择或清理出一块空间来和宝宝做这个游戏。游戏时，家长坐在离宝宝一两步远的地方，轻轻将球滚到宝宝面前，鼓励她把球滚回来。当宝宝熟练掌握这个过程后，家长就可以慢慢扩大自己与宝宝之间的距离。此外，家长还可以试着轻轻拍球，将球弹给宝宝，之后再让宝宝将球弹回来。

身体感知能力 ✔

协调性 ✔

大运动能力 ✔

最好选择与宝宝脑袋大小差不多的球——如果球太大会吓到宝宝；如果太小，宝宝可能不容易抓住球。





如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 98 页的游戏“管子里的秘密”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

12个月及以上 1

手指乐队

虚拟伴奏

宝宝的“音乐课”开设得越早越好，如果家长能在音乐课上模仿演奏乐器时的手势就更好啦！不必担心你的宝宝从来没有听过单簧管或长号演奏的声音，她肯定会兴致勃勃地观看并模仿你手部的动作。做游戏时，家长的手势一定要清晰有力。如果刚开始宝宝不会模仿，家长可以手把手地教她，帮助她移动手和手指。一旦宝宝熟悉了这些动作，而且完全能够模仿家长的动作，你就可以一边唱歌，一边做腿部抬起、落下的动作。你要试着变换歌声的大小——时而轻柔、时而响亮，并向宝宝说明声音的高低变化。



在开始这场音乐盛宴前，先要让小小音乐家坐在你的腿上，认识一下即将登场的手指乐队。

“The Finger Band”（手指乐队）

和着乐曲 **“The Mulberry Bush”（桑树丛）**

唱第一节儿歌时，家长要竖起手指，左右摆动。除第一节外，家长要一边唱儿歌一边模仿演奏每种乐器时的手势。

The finger band has come to town,	手指乐队来表演，
come to town, come to town,	来表演，来表演，
the finger band has come to town,	手指乐队来表演，
so early in the morning.	一大清早来表演。
The finger band can play the drums,	手指乐队会敲鼓，
play the drums, play the drums,	会敲鼓，会敲鼓，
the finger band can play the drums,	手指乐队会敲鼓，
so early in the morning.	一大清早来敲鼓。
The finger band can play the flute,	手指乐队能吹笛，
play the flute, play the flute,	能吹笛，能吹笛，
the finger band can play the flute,	手指乐队能吹笛，
so early in the morning,	一大清早来吹笛。

你还可以模仿其他乐器的演奏手势来重复表演这首儿歌，如钹、单簧管、钢琴、长号、吉他、小提琴。

- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 语言发展
- ✔ 听觉能力

开心降落伞

轻松锻炼宝宝的平衡能力

技能点睛

降落伞游戏有助于增强宝宝的平衡能力，从而促进宝宝自主活动能力的提高，因为平衡能力是宝宝学习走路、奔跑以及跳跃、翻滚等复杂动作的前提。降落伞质地光滑、色彩鲜亮，本身就会吸引宝宝的注意。别忘了告诉宝宝降落伞上不同颜色的名称，以此来强化他对色彩的认知。

让宝宝坐在降落伞上，然后由家长拉着降落伞走动，这无疑会让宝宝欢欣雀跃。借助这个游戏，家长就可以放心地锻炼宝宝在运动中的平衡能力啦！在铺着地毯的房间，让宝宝坐在或躺在迷你彩色降落伞上，然后家长轻轻地、缓缓地拉动降落伞，带着宝宝转圈。还可以用毛毯或床单代替降落伞。在和宝宝一起进行室内探索之旅时，要避免碰到家具或有坚硬棱角的物品。

- 另找一位成年人做帮手，和他一起在宝宝头顶上方撑开降落伞。如果宝宝能轻松地站起来，就可以采用下面的方法试试他的平衡能力：趁宝宝的注意力被头顶降落伞的色彩和图案吸引时，你们慢慢地上下抖动降落伞。动作一定要小心，因为即使很轻的降落伞落下都可能绊倒蹒跚学步的宝宝。

平衡能力 ✔
触觉刺激 ✔
视觉分辨能力 ✔

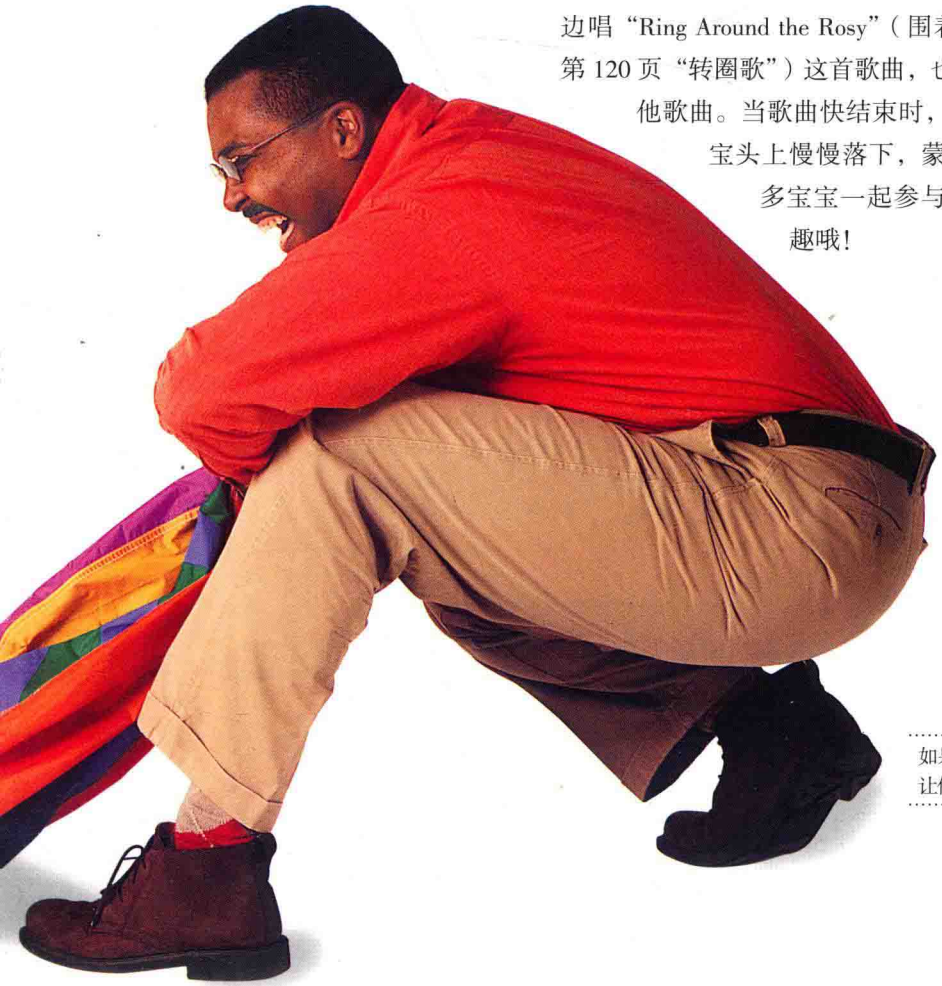


“魔毯，魔毯，你的主人在哪里？”每个宝宝都有一个梦想——能坐上爸爸“驾驶”的彩色降落伞（亦可用床单或毛毯代替）。

关注微信公众号“手手宝贝”免费获取更多育儿书



“魔毯飞喽！”



● 在宝宝头顶上方撑开降落伞或毛毯，一边转圈一边唱“Ring Around the Rosy”（围着玫瑰转圈）（歌词见第 120 页“转圈歌”）这首歌曲，也可以唱宝宝喜欢的其他歌曲。当歌曲快结束时，家长要让降落伞从宝宝头上慢慢落下，蒙住宝宝。如果能有很多宝宝一起参与这个游戏，会更加有趣哦！

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第39页的游戏“定格舞”。

儿歌串烧

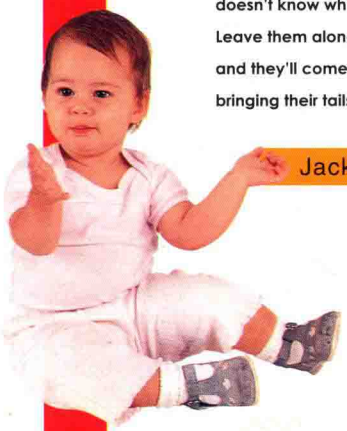
儿百年来，儿歌一直深深吸引着孩子们。虽然并不是每首儿歌的歌词都富于深意，但是儿歌中那些合辙押韵的句子可谓别具魅力、美妙无比。儿歌所使用的语言本身也因此更加有趣、朗朗上口、便于传唱。此外，儿歌还为家长和宝宝提供了一个共享的交流平台。下面这些英文儿歌堪称经典，快快发挥你的聪明才智，给它们配上专属于你和宝宝的手势和动作吧！

Little Bo-Peep（小波比）

Little Bo-Peep has lost her sheep and 小小波比弄丢了羊，
doesn't know where to find them. 不知该去哪里找。
Leave them alone 波比别心急，
and they'll come home, 它们会回来，
bringing their tails behind them. 带着它们的大尾巴。

Humpty Dumpty（鸡蛋胖胖）

Humpty Dumpty sat on a wall, 鸡蛋胖胖，坐在墙上。
Humpty Dumpty had a great fall. 一不小心，跌在地上。
All the king's horses and all the king's men 摔得胖胖，全身是伤。
couldn't put Humpty together again. 就连国王，也没法帮。



Jack Be Nimble（灵巧的杰克）

Jack be nimble, 杰克真伶俐，
Jack be quick. 杰克真够快，
Jack jump over 杰克就一跳，
the candlestick! 跳过蜡烛台。

Jack and Jill（杰克和吉尔）

Jack and Jill went up a hill 杰克和吉尔爬上山，
to fetch a pail of water. 打来一桶水。
Jack fell down and broke his crown, 杰克摔跟头，摔破他的头，
and Jill came tumbling after. 吉尔也跟着摔。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

Round and Round（一圈又一圈）

Round and round the garden
goes the little bear.
（让宝宝坐在你对面，用你的手指在他的肚子上画圆圈。）

One, two, three, four,
（轻轻地捏宝宝的手和脚，数一个数捏一下。）

tickle under there!
（挠一挠宝宝的下巴，逗逗他。）

小熊啊小熊，
在花园里转啊转。

一、二、三、四，

在树上蹭来蹭去。

Hickory Dickory Dock（滴答，滴答）

Hickory dickory dock,
（来回摆动你的食指，模仿钟摆摆动的样子。）

the mouse ran up the clock.
（伸出两根手指沿着宝宝的胳膊向上移动。）

The clock struck one,
（伸出一根手指。）

the mouse ran down.
（让手指沿着宝宝的胳膊向下滑。）

Hickory dickory dock!
（模仿滴滴答答的钟声。）

滴答，滴答，钟声响，

老鼠爬到时钟上。

时钟一敲，

老鼠逃跑。

滴答，滴答，钟声响！

Little Miss Muffet（小玛菲特）

Little Miss Muffet sat on a tuffet
（让宝宝坐在你的怀里。）

eating her curds and whey.
（假装给他喂东西吃。）

Along came a spider
（让你的手像蜘蛛那样缓缓爬向宝宝。）

and sat down beside her
（把你扮演“蜘蛛”的那只手放在宝宝腿上。）

and frightened Miss Muffet away!
（抱好宝宝，然后快速站起来。）

小玛菲特坐板凳，

吃着凝乳和奶酪。

一只蜘蛛来，

和她排排坐，

吓得她赶紧跑。

宝宝肯定喜欢模仿家长手部的动作，比如伸出一根手指，表示时钟敲一下。



快乐的泡泡

追泡泡、踩泡泡

技能点睛

追泡泡、抓泡泡、踩泡泡的游戏可以促进宝宝的手眼协调能力、刺激她的感官、培养其身体的协调性、发展其大运动能力。而让宝宝自己试着吹泡泡，又能够让她认识到事物之间的因果关系。此外，踩泡泡的游戏还会让宝宝发现：有些东西看似坚硬，但是稍稍一碰它就会破裂，甚至消失——这可是她的第一堂物理课哦！

巧手课堂

将 1 杯水、1 汤匙甘油（多数药店有售），以及 2 汤匙洗洁精混合在一起制成能够吹泡泡的液体。我们可以用吸管、塑料圈、铁丝圈，甚至旧笔筒等工具来吹泡泡。

- 手眼协调能力 ✔
- 大运动能力 ✔
- 语言发展 ✔
- 触觉刺激 ✔

在日常生活中，假若存在一个可以让宝宝进入痴迷状态的魔法公式，那这个公式中一定有一瓶能够吹出泡泡的液体和一根吹管。吹泡泡、追泡泡、踩泡泡可谓是刺激宝宝的运动能力、强化其手眼协调能力的绝佳游戏，这个游戏可以让宝宝在比较中熟悉“大”和“小”、“高”和“低”的概念。游戏开始前，家长不妨准备一些规格不同的吸管来吹泡泡。如果你发现宝宝酷爱这个游戏，以至于“泡泡”这个词成了她经常挂在嘴上的词语的话，你可不要吃惊哦！

- 用塑料圈吹出大泡泡，鼓励宝宝追泡泡、踩泡泡并在一旁为其欢呼。再用吸管吹一些小泡泡，重复这个游戏。想要吹出如雨点般的小泡泡需要用力，想要吹出大泡泡用力则需轻柔。在高处和低处都要吹一些泡泡，当泡泡四处飘舞时，你就可以告诉宝宝什么是“高”、什么是“低”。
- 带宝宝到户外吹泡泡，告诉她风不仅可以吹走落叶、吹动头发，还可以吹走泡泡呢。鼓励宝宝用手捏破或用脚踩破泡泡。如果你能一边倒着走，一边吹泡泡，那你就能看到宝宝边追着你跑边抓泡泡的一幕了。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



如雨点般飘舞的泡泡会让宝宝十分着迷。追赶泡泡，可以锻炼宝宝的协调能力和大运动能力。

小手拍拍

晃动身体的歌

技能点睛

对一两岁的宝宝来说，掌握身体各部位的名称，学会控制自己的手、胳膊和脚非常重要。下面这首儿歌可以锻炼宝宝的手、脚、胳膊和嘴巴，如果宝宝能熟练掌握这首歌，就能够根据家长的指令指出自己身体的相应部位了。

- 身体感知能力 ✔
- 大运动能力 ✔
- 听觉能力 ✔
- 社交能力 ✔

你听过那首经典的英文儿歌“The Wheels on the Bus”（车轮之歌）吗？现在，你可以通过改变这首儿歌的歌词来让宝宝根据歌词内容做出相应的动作。演唱“clap clap clap”（拍一拍）时，引导宝宝根据歌词做动作。将歌词、动作和节拍三者结合，能让宝宝感受到音乐的节奏并下意识地模仿你的动作，这样可以强化宝宝的节奏感。

- 宝宝其实很想知道人体各个部位的名称，所以家长一定要在演唱时对其进行特别的强调。当你唱到“手”、“胳膊”、“嘴巴”这些词的时候，你要提高嗓门并且要一字一字地唱清楚。为了突出这些词的意思，你的动作幅度不妨夸张一些。
- 你可以不停地变换歌词，从而让宝宝模仿不同的动作，比如让宝宝拍拍腿、扭扭屁股或点点头。
- 宝宝学会这首儿歌后，你可以故意制造几个显而易见的错误，比如应该跺脚时却拍手。这时，宝宝就会哈哈大笑，这说明宝宝已经有了一定的幽默感。



这个音乐游戏简单易学，宝宝会非常高兴地模仿家长拍手或跺脚的动作。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 57 页的游戏“跟我做”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



"Clap, Clap, Clap"（小手拍拍）

和着乐曲 "The Wheels on the Bus"（车轮之歌）

You take your little hands	伸出你的小手
and go clap, clap, clap,	拍一拍，
	（拍拍你的手。）
clap, clap, clap,	拍一拍，
clap, clap, clap.	拍一拍。
You take your little hands	伸出你的小手
and go clap, clap, clap,	拍一拍，
clap your little hands.	拍拍你的小手手。
You take your little foot	伸出你的小脚
and go tap, tap, tap,	跺一跺，
	（帮助宝宝跺跺脚。）
tap, tap, tap,	跺一跺，
tap, tap, tap.	跺一跺。
You take your little foot	伸出你的小脚
and go tap, tap, tap,	跺一跺，
tap your little foot.	跺跺你的小脚丫。
You take your little arms	伸出你的小胳膊
and go hug, hug, hug,	抱一抱，
	（相互拥抱。）
hug, hug, hug,	抱一抱，
hug, hug, hug.	抱一抱。
You take your little arms	伸出你的小胳膊
and go hug, hug, hug,	抱一抱，
hug your mom and dad.	抱抱妈妈和爸爸。
You take your little mouth	撅起你的小嘴巴
and go kiss, kiss, kiss,	亲一亲，
	（撅起你的嘴巴。）
kiss, kiss, kiss,	亲一亲，
kiss, kiss, kiss.	亲一亲。
You take your little mouth	撅起你的小嘴巴
and go kiss, kiss, kiss,	亲一亲，
kiss your mom and dad.	亲亲妈妈和爸爸。
You take your little hand	举起你的小手
and wave bye, bye, bye,	说再见，
	（做挥手的动作。）
bye, bye, bye,	说再见，
bye, bye, bye.	说再见。
You take your little hand	举起你的小手
and wave bye, bye, bye,	说再见，
wave your little hand.	挥挥你的小手手。

宝宝自己的步调



俗话说“三翻、六坐、七滚、八爬、周会走。”意思是宝宝3个月时会翻身，6个月会坐，7个月会来回滚，8个月会爬，1岁会走。这句话可以说是描述宝宝发育状况的时间表。如果爸爸妈妈发现宝宝的成长超前了几周或几个月，他们会非常高兴；一旦宝宝的发育与时间表相比有些滞后，他们则会变得忧心忡忡。过去，儿科医生的确会视此时间表为金科玉律；但是现在，大多数医生只会将其作为一个参考，他们更相信宝宝的健康发育有着较大的弹性跨度。

例如，宝宝第一次翻身的时间从2～6个月不等，而开口讲话的时间通常在1岁左右，有些宝宝会晚一些。未来的足球明星迈出他们人生第一步的时间通常在8～18个月的时候。大部分孩子会遵循一般的发育规律，但是有些宝宝会跳过某个阶段。比如，他们可能一直都不会爬，然而当他们的肌肉张力和协调能力发育到一定程度时，他们就会直接站起来迈开步子走路。每一个发育阶段都是神经和肌肉的复杂生长过程，它们受遗传和环境两方面因素的影响。譬如，某人的家族里如果有小孩子学步较晚的情况，那他的宝宝也可能出现同样的情况。一般情况下，如果孩子某方面的发育相对较慢，那他另一方面的发育就会快一些。通常来说，宝宝在某一阶段发育缓慢与重大疾病有关的概率是很低的。大多数孩子都是在按自己的发育速度正常生长。正如教育心理学家简·海利在其著作《儿童的智力发展》（*Your Child's Growing Mind*）中所描述的：“发育略显滞后的孩子较之其他孩子并无两样，虽然他们的人生列车起步稍慢，但终究会和其他的孩子一样顺利到达同一个终点。”

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



小蜘蛛

宝宝最爱的入门级手指游戏

在演唱这首儿歌时，家长可以用生动有趣的手势和动作来模仿小蜘蛛的遭遇和它顽强的精神。通过重复歌词和相应的手势，家长不仅能逗宝宝开心，还能刺激她的听觉能力和语言表达能力。家长还可以借助其他手势或动作辅助这个游戏，比如让“蜘蛛”爬到宝宝的肚皮上，然后让“雨水”哗啦啦地从她肩上落下来，接着教她将双手手指弯曲，举过头顶，模仿太阳。等宝宝熟练掌握这些手势后，你可以慢慢唱这支儿歌，同时提示她做出相应的手势——她的表演会让你大吃一惊哦！

“Itsy-Bitsy Spider”（小蜘蛛）

The itsy-bitsy spider went up the water spout,	小小蜘蛛爬呀爬水管，（手指作向上爬行状。）
down came the rain and washed the spider out.	大雨哗啦啦，冲跑小蜘蛛。（抖动手指作下雨状。）
Out came the sun and dried up all the rain	太阳公公出来，晒干了雨水。（将手指弯曲成圆形，模仿太阳。）
and the itsy-bitsy spider went up the spout again.	小蜘蛛呀快快爬，再爬上水管。（手指再次作向上爬行状。）

- ✔ 精细动作能力
- ✔ 听觉能力
- ✔ 触觉刺激



模仿小蜘蛛爬行的动作不仅可以提高宝宝的听觉能力和语言表达能力，还能训练她的精细动作能力。

枕头路

跨越障碍的第一步

技能点睛

宝宝酷爱运动和探索，因此，如果能为其营造一个趣味盎然的环境，引导宝宝动起来，那他一定能度过一段非常欢乐的时光。这个游戏有助于宝宝大运动能力的发展。游戏中，宝宝必须面对并克服眼前的障碍，这不但锻炼了他的大运动能力，还增强了他的平衡能力与协调能力。

平衡能力 ✔
身体感知能力 ✔
手眼协调能力 ✔
大运动能力 ✔

在客厅或家庭活动室里把枕头或靠垫依次排列，这样一条简单又安全的障碍路就铺好了。你可以根据室内的空间，尽量把这条路设计得蜿蜒曲折一些。

- 鼓励宝宝从头至尾走完或爬完这条障碍路。这条路高低不平又弯弯曲曲，即便宝宝已经学会走路了，刚开始做游戏时家长也得牢牢牵着他的手。等宝宝的步子迈稳之后，再松开宝宝的手让他自己走。不过这时家长仍然要守在宝宝身旁，以防他跌倒。把宝宝的鞋袜脱掉，可以帮助他更好地掌握平衡哦。
- 将两三个枕头叠放在一起，增加这条路的起伏程度。如果你还想进一步提高游戏的难度，可以将枕头放在桌子下面，这样宝宝就得设法从桌子下爬过去。你还可以把枕头绕着房间摆放一圈（注意避开家具的棱角），这样宝宝就得学着在沙发、凳子、椅子等家具之间小心穿行。
- 使用规格各异、颜色和质地不同的靠垫和枕头，可以提高这个游戏的趣味性。如果你的小宝贝会偶尔停下来用手或脚触碰障碍物，你不必大惊小怪。要让宝宝自己去探索，并温柔地鼓励他继续前进。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第 26 页的游戏“开心降落伞”。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



宝宝踩着房间里曲折排列的靠垫或枕头，踏上了他学步的道路。在此过程中，爸爸的帮助是必不可少的。

12个月及以上 1

研究报告

宝宝开始学走路的年龄跨度很大——从7～18个月不等——这说明走路看似简单，其实远比我们预想的复杂。在学习走路时，宝宝的大脑和身体会同时探索着该如何迈出第一步。只有神经细胞实现顺利工作，宝宝才能做出稳健、可控的动作，而这是需要时间的。此外，宝宝的双腿还必须具备足够的肌肉张力，同时他的平衡能力与协调能力也需要逐步精进。当然，上述技能的发展进度是因人而异的。



戴帽子喽！

尝试不同的头饰

技能点睛

向宝宝描述你和他头戴的帽子，宝宝就能够在游戏中接触到新词语，而这些词语日后会成为他所掌握的词汇的一部分。就算家长更换不同的帽子，宝宝也会意识到虽然你看上去和平时不一样，但妈妈还是妈妈，爸爸还是爸爸。宝宝再大一些，就能借助帽子扮演不同的角色了，这可以提高他的想象力。

- 认知发展 ✔
- 语言发展 ✔
- 社交能力 ✔

当看到家长把棒球帽反着戴时，宝宝准会乐得咧嘴大笑。给宝宝戴上各式各样别致的帽子，他就会乐得合不拢嘴。家长可以从旧货店或老房子的阁楼里搜罗些有趣的帽子，将其戴在自己和宝宝的头上，然后和宝宝站在镜子前，看着你们在镜子里的模样开怀大笑。做游戏时家长要用一些形容词来描述你们所戴的帽子（“这是一顶红色的大帽子”或者“帽子上的这些羽毛真柔软”），这有助于扩大宝宝的词汇量。

等到宝宝快2岁时，他就会通过戴不同的帽子来扮演不同的角色取乐啦。



给宝宝戴上消防队员的帽子时，最好再配以一些特定的声音，比如模仿消防车的警笛声。这样宝宝就会被深深吸引，并冲你笑个不停。换一顶帽子就改变一次声音，这样游戏的效果就更棒啦！

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



定格舞

跳一跳，停一停

准备好磁带或唱片，请他人负责播放音乐、控制音量。将宝宝抱在怀里，随着音乐翩翩起舞吧！你还可以自己录制一些旋律时断时续的音乐。抱紧宝宝，音乐响起后随着节拍夸张地摆动身体，偶尔还可以给宝宝制造点儿惊喜，让他突然“滑下去”。音乐一停，立刻“定格”——保持原有姿势一动不动；音乐响起，继续跳舞，就这样跳跳停停，停停跳跳。大一点儿的宝宝可能自己合着音乐或停或跳，但是大多数宝宝还是喜欢在家长的怀里“定格”。

技能点睛

整个晚上，宝宝都依偎在你的怀里欣赏着美妙的音乐。感受音乐的旋律对发展宝宝的语言能力和音乐技能至关重要。家长在摇摆中的突然“定格”，可以训练宝宝在运动中的平衡能力。音乐忽停忽放，能带给宝宝期望和惊喜，同时还锻炼了他的听觉能力。

- ✔ 平衡能力
- ✔ 听觉能力
- ✔ 社交能力



恰——恰——恰……随着音乐随意摇摆，一定会让宝宝兴奋不已。当家长突然停止摇摆时，宝宝会感到更加惊喜。

一闪一闪亮晶晶

有些儿歌经久不衰、代代相传，那些人们耳熟能详的儿歌能让爸爸妈妈、爷爷奶奶与小宝贝一起重温他们儿时的美好记忆。现在，我们不妨试试老歌新唱，化经典为惊喜。下面是经典儿歌《一闪一闪亮晶晶》的全新唱法，你不妨也即兴创作几个独特的版本，哪怕内容简单，哪怕歌词孩子气十足。



当家长又唱又演《一闪一闪亮晶晶》这首经典儿歌时，宝宝一定会为之着迷。记住，只要不断变换歌词，就能变出无穷的花样。

Twinkle, Twinkle Little Star（一闪一闪亮晶晶）

Twinkle, twinkle little star,	一闪一闪亮晶晶， （双臂举起，双手一张一合。）
how I wonder what you are!	满天都是小星星。
Up above the world so high,	挂在天上放光明， （指向天空。）
like a diamond in the sky.	好像千万小眼睛。 （弯曲大拇指和食指，勾勒出钻石的样子。）
Twinkle, twinkle little star,	一闪一闪亮晶晶， （双手一张一合。）
how I wonder what you are!	满天都是小星星。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

The Apple Tree（苹果树）

"Twinkle, Twinkle Little Star"（一闪一闪亮星星）

Way up high in the apple tree	在那高高苹果树上， （双臂向上伸展。）
two little apples	两个小苹果，
looking down at me.	低头看着我。 （将大拇指和食指弯曲成圆圈，放在眼前。）
I shook that tree	我双手握着树，
just as hard as I could,	使劲摇啊摇， （双手模拟摇动果树的动作。）
down came the apples	苹果身边落，
and "mmm" they were good!	味道真不错。 （摸摸肚子，对宝宝微笑。）
I shook that tree	我双手握着树，
just as hard as I could,	使劲摇啊摇，
down came the apples	苹果身边落， （双手模拟使劲摇动果树的动作。）
and "mmm" they were good!	味道真不错！ （摸摸肚子，对宝宝微笑。）

The Sky So Blue（蓝蓝的天）

"Twinkle, Twinkle Little Star"（一闪一闪亮晶晶）

Way up in the sky so blue	高高的天空蓝蓝的， （双手指向天空。）
two little clouds said "peekaboo."	两朵白云捉迷藏。 （双手遮住脸。）
The wind blew the clouds	大风吹着云，
just as hard as it could,	使劲吹呀吹， （搓手，作寒冷状。）
down came the raindrops	滴答滴答下雨了， （手指向下抖动。）
and "oooh"... they felt good!	哦，感觉真不错。
The wind blew the clouds	大风吹着云，
just as hard as it could,	使劲吹呀吹， （搓手，作寒冷状。）
down came the raindrops	滴答滴答下雨了， （手指向下抖动。）
and "oooh"... they felt good!	哦，感觉真不错。



车轮之歌

音乐 · 交通工具 · 旅行

技能点睛

简单易记的旋律、轻松易学的动作，适合宝宝进行相应的技能训练。重复吟唱这首儿歌有助于宝宝听觉能力的发展，相应的手势和动作有助于宝宝理解歌词的内容。随着宝宝运动技能和记忆力的逐渐提高，他能慢慢模仿家长的大部分动作，没准还能猜中你要做的下一个动作呢！

这是一首经典的英文儿歌，这个游戏可以有多种玩法，最简单的方法就是让宝宝和家长面对面坐好或者让宝宝背对家长，坐在家长的腿上。如果宝宝是坐在家长腿上进行游戏的话，家长可以握住他的手，慢慢地引导他做动作。

- 游戏开始后，家长边唱歌边做不同的动作，同时鼓励宝宝跟着自己一起做。
- 如果灵感迸发，你可以自创歌词和动作——宝宝肯定喜欢你的创作。

开动汽车，载着你的乘客去旅行。看，汽车车轮转啊转，雨刷器刷啊刷。

身体感知能力	✔
认知发展	✔
协调性	✔
语言发展	✔
听觉能力	✔



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

"The Wheels on the Bus"（车轮之歌）

The wheels on the bus go	汽车车轮
round and round,	转啊转， （转动前臂，表示车轮在转。）
round and round,	转啊转， （转动前臂。）
round and round.	转啊转， （继续转动手臂。）
The wheels on the bus go	汽车车轮
round and round,	转啊转， （转动前臂。）
all through the town.	跑遍整个城。 （手臂在空中画个大圆圈。）
The horn on the bus goes	汽车喇叭
beep, beep, beep,	嘟嘟嘟， （用手做按喇叭的动作。）
beep, beep, beep,	嘟嘟嘟， （用手做按喇叭的动作。）
beep, beep, beep,	嘟嘟嘟。 （用手做按喇叭的动作。）
The horn on the bus goes	汽车喇叭
beep, beep, beep,	嘟嘟嘟， （用手做按喇叭的动作。）
all through the town.	响遍整个城。 （手臂在空中画个大圆圈。）
Continue with:	继续：
The wipers on the bus go	汽车雨刷
swish, swish, swish . . .	刷刷刷…… （左右摆动前臂。）
The driver on the bus says	司机忙说：
"Move on back" . . .	"往后走……" （用大拇指指向身后。）
The lights on the bus go	汽车车灯
blink, blink, blink . . .	闪闪闪…… （双手一张一合。）
The baby on the bus goes	车上宝宝
waah, waah, waah . . .	哇哇哇…… （抱着宝宝摇来摇去。）
The parents on the bus say	父母忙说：
I love you . . .	"我爱你……" （拥抱宝宝。）



如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第35页的游戏"小蜘蛛"。



橱柜乐队

锅碗瓢盆交响乐

技能点睛

宝宝敲击不同的物体，就会听到不同的声音，这可以帮助他理解什么是因果关系。例如，让宝宝敲敲碗，他就会明白原来自己也可以制造声音。练得越多，宝宝的协调性和节奏感就越好，在练习的同时宝宝还能认识到，用橱柜里的“乐器”可以奏出很多有趣的声音。

理解因果关系 ✔
协调性 ✔
听觉能力 ✔
节奏感 ✔

找一个较低的橱柜，清空里面的物品，再放入结实的硬木勺、大小不一的金属碗、轻质的平底锅（小煎锅或蛋糕圆模就很不错）、木制的沙拉碗、各式各样的金属盖和塑料量杯等。“乐器”的种类越多越好，这样可以制造出不同的声音、演奏出风格各异的乐曲。尽情发挥你的想象力和创造力，把橱柜填满。如果手边恰好有玩具乐器，也可以将其放进橱柜。

- 对大一点的宝宝，家长可以和他组建一支乐队。宝宝负责“奏乐”，而身为乐队队长的你就负责指挥宝宝演奏——该敲的时候敲，该停的时候停。
- 对年龄小一些的“音乐家”，家长要鼓励他尝试用不同的方式敲击“乐器”，感受不同的声音效果——时而饱含热情、时而轻柔温和、时而缓慢、时而紧张。一定要让宝宝感受到每种声音的不同之处。
- 播放宝宝喜欢的音乐（最好是节奏感强的旋律），然后鼓励他伴着节奏敲打自己手中的“打击乐器”。

除了水槽，厨房里的所有物品都可能成为这个“乐坛新星”演奏的乐器。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

研究报告

教育心理学家简·海利认为，宝宝演奏的“厨房交响乐”尽管听上去刺耳，但它其实是很好的“健脑食品”。海利说：“那些能发出声音或者形状特别的玩具，可以提高孩子的认知能力。不过更重要的是，孩子能够与这些玩具互动。敲击两个煎锅的效果远胜于按下玩具的按钮，听其内置的电子部件发声。敲击煎锅时，宝宝能够把发声的原因和结果联系在一起，也能亲眼看到玩具各部分是如何工作的。”



12个月及以上 1

我猜，我猜，我猜猜猜

说说盒子里是什么

技能点睛

这个游戏能强化宝宝的视觉记忆和精细动作能力。学着把事物的名称和实物对应起来，能提升宝宝的语言表达能力，对他以后的阅读和识字都是非常有好处的。随着宝宝词汇量的增加，家长要不断给盒子里贴上新的图片。

收集各种盒子，比如饼干盒、鞋盒或礼品盒。剪下家人的照片或一些常见物品的图片，将其贴在盒盖内侧。和宝宝一起打开盒子，讨论盒盖里的照片或图片。等宝宝熟悉之后，让他自己打开盒子说出图片和照片上是什么。一旦宝宝拥有了这一能力（2岁左右），家长可以再测测他的记忆力：问宝宝哪个盒子里有爸爸的照片，哪个盒子里有小马或皮球的图片。



打开盒子找妈妈、爸爸或家中宠物狗的照片，不但可以强化小宝贝的探索意识，还能提高他的视觉记忆。

精细动作能力 ✔

语言发展 ✔

社交能力 ✔

视觉记忆 ✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



快乐小脚丫

脚下的缤纷世界

刚刚开始蹒跚学步的宝宝还在不断适应行走的感受，这时，家长要充分利用她的好奇心，脱掉她的鞋袜，带她到户外体验各种质地的路面，比如松软的沙地、光溜溜的鹅卵石路、冷冰冰的水泥路、湿漉漉的草地和软塌塌的泥地。等宝宝再大一点儿，你可以问问她走路时的感觉如何。如果她还不知道该怎样描述，你可以教她一些词，如“热热的”、“硬邦邦的”、“软软的”。不用担心光脚走路会弄脏宝宝的小脚丫，你只需准备一盆热乎乎的肥皂水，问题就迎刃而解啦。让宝宝多玩一会儿吧！



宝宝的小脚很敏感，当她踩在不同的路面上时，她会非常开心，比如软软的草坪上。你也脱掉鞋子，和宝宝一起享受光脚走路的乐趣吧！

技能点睛

对小宝宝来说，光脚走路更容易，因为她能更好地利用脚趾帮助身体保持平衡。在质地特别的路面上行走，会让宝宝笑个不停，同时她也会熟悉不同质地路面的特点，还能学到一些新词。

- ✔ 身体感知能力
- ✔ 语言发展
- ✔ 感官探索
- ✔ 触觉分辨能力

纸板城堡

打造属于宝宝的王国

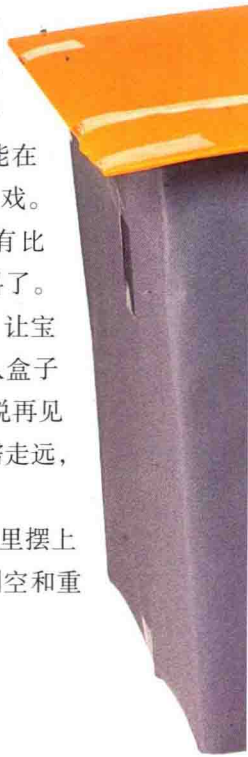
技能点睛

从纸板通道里爬进爬出能锻炼宝宝的协调能力和空间感。与爸爸妈妈玩角色扮演游戏和捉迷藏游戏，可以培养宝宝的社交能力。对大一点儿的宝宝来说，鼓励他们自己挑选城堡装饰物，还有利于他们学会如何表达自己的好恶，同时还能培养他们的艺术天赋。

巧手课堂

长方形的纸箱适合搭建通道，正方形的纸箱适合建造漂亮的小屋。经过绘图纸和绘图笔的装点，纸板城堡显得温馨十足。注意，务必将纸箱的底部固定结实，我们可不希望看到城堡倒塌的一幕。

宝宝喜欢独立自主、不受约束，不喜欢自己不够强大或者家长不准他们做自己能做的事。用硬纸箱搭建一座城堡对大人来说只是小事一桩，而宝宝却能因此拥有自己的王国。将纸箱首尾相连组成通道，这样宝宝就能在里面爬进爬出，和家长玩捉迷藏的游戏。至于搭建城堡所用的原材料，没有比家电包装箱等大箱子更适合的材料了。



- 在纸箱侧面裁出门和窗户，让宝宝可以把它们打开、关上。宝宝从盒子里向外望时，家长可以对她挥挥手说再见或者和她玩捉迷藏的游戏，这样你无需走远，就能锻炼宝宝的独立能力。
- 可以在纸箱里铺上不同材质的毯子，在角落里摆上玩具乐器，再放进几篮五颜六色的物品供宝宝玩倒空和重新装满的游戏。

大运动能力 ✔
感官探索 ✔
社交能力 ✔
触觉刺激 ✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第80页的游戏“捉迷藏”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

“嗨，有人在家吗？”



纸板城堡让宝宝拥有了自己的独立王国。有妈妈陪在旁边，宝宝会信心满满地开始她的城堡探索之旅。



一书一世界

我家有个小书虫

技能点睛

阅读是学习语言的重要途径。宝宝可以从家长和其他人的讲话过程中学到大部分的语法规则。最新一项研究表明，宝宝词汇量的多少取决于她听到的有意义的语篇数量。因此，给宝宝读得越多，她的语言表达能力就发展得越快、越好。

宝宝可能还不会说话，也不能理解家长说的每一句话，但即便是很小的宝宝，也喜欢和爸爸妈妈或爷爷奶奶一起看书。语言的节奏美吸引着宝宝，书中的图片是他们认识世界的窗口。

- 给宝宝看的书应当有清晰的图片，而且图片的内容最好是宝宝熟悉的日常物品。家长边读边指给她看，帮助她学习“椅子”、“房子”和“汽车”等常用词汇。
- 尽量选择用布、塑料或硬纸板做成的书，它们比用普通纸张制作的书籍更结实，这样就算宝宝拿着它又咬又撕也不要紧。此外，封皮有填充物的小开本书更适合宝宝的小手抓握。
- 遇到押韵的句子和宝宝可能感兴趣的有趣说法时，家长要着重强调。
- 删除长篇大论的叙述性句子和晦涩难懂的句子，精简故事情节，多讲讲书中的插图和照片。这样不仅可以引起宝宝的阅读兴趣，还能提高她的观察力。
- 别忘了，小宝宝不可能长时间久坐，家长要根据她的注意力量身打造合适的阅读时间。如果她想玩玩具或者想一个人安静地待着，抑或是想做些她喜欢的事，随她去好了。结束阅读的时间要恰到好处，最好趁宝宝兴致犹在时适时而止，这样读书对宝宝来说才是愉悦的，并且会成为其享受一生的乐事。

语言发展	✔
听觉能力	✔
视觉分辨能力	✔
视觉记忆	✔

即使宝宝年龄尚小，不能理解书中的故事情节，也会被彩色的图画吸引，陶醉于简洁的语言节奏和奶奶抑扬顿挫的朗读声中。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

研究报告

1994 年，美国卡内基基金会的一项调查显示，尽管老师建议家长给学龄儿童读书听，但是只有一半的孩子享受到了这种待遇。儿童保育专家佩内洛普·利奇在其著作《你的宝宝》（*Your Baby and Child*）一书中提到："尽早让孩子接触阅读这一重要的学习与娱乐方式，能让他们（和书）交上朋友，还能学会如何评价一本图书。"同时利奇还建议父母多给宝宝看图文并茂的图书，多花时间给宝宝讲解插图的意思。她还表示："读图是宝宝通往阅读之路的必由起点。"



重复！重复！重复！

陪着宝宝不停地把皮球滚来滚去，无聊吗？一遍又一遍地阅读宝宝喜欢的书，有意思吗？宝宝总是翻来覆去地玩那几个游戏，他不觉得单调吗？作为家长，你会不会有此疑问？



一次次的重复是对家长耐心的考验，然而从宝宝成长的角度来看，重复的作用不容小视。教育心理学家简·海利在其著作《儿童的智力发展》一书中谈到："一项活动必须重复许多次才能在人的中枢神经系统中稳定固化。"换言之，每晚给宝宝讲同样的故事，有助于刺激宝宝的脑细胞，让宝宝把词语和它们所指代的事物联系起来。以滚皮球游戏为例，你很快就会发现宝宝的手眼协调能力是如何提高的。诸如此类简单的活动，为宝宝日后进行复杂的活动奠定了基础，使他能更容易地读懂詹姆斯·乔伊斯的小说《尤利西斯》或参加职业棒球大联盟的比赛。

此外，宝宝不会像成人那样容易厌倦。神经病学专家安·巴尼特在其与丈夫理查德·巴尼特合著的著作《最年轻的头脑》（*The Youngest Minds*）中指出："随着宝宝越来越熟悉儿歌和简单的游戏，他们也会越来越痴迷于此。"学会一种新的技能可以大大增强宝宝的自信心，甚至还会激发他们迎接挑战的欲望。

然而这并不意味着家长应当没完没了地和宝宝玩同一个游戏——这样就连小宝宝也会受不了。你要善于观察，注意宝宝是否流露出烦躁不安的情绪。如果他玩得不亦乐乎，那就让他尽情享受吧，即使一遍遍地重复也无妨。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



罐中取宝

看看罐子里面有什么

收集若干罐体透明、盖子易于打开的塑料罐。分别将宝宝喜欢的玩具或彩色围巾放入罐子里，然后盖上盖子。让宝宝自己打开盖子，取出里面的东西（如果宝宝的手指还不够灵活有力，家长就要把盖子拧得松一些）。宝宝肯定喜欢一次次地重复这个游戏。注意，玩具的直径一定要大于4.5厘米，以防宝宝吞食，发生危险。

塑料罐里的玩具足以吸引宝宝打开盖子。



技能点睛

让宝宝拧开盖子，即使是已经拧松的盖子，也能够提高她的协调能力和精细动作能力。就算宝宝只是试图拧开盖子，也能达到同样的效果。在这个游戏中，宝宝的努力当时就能获得回报，这会激励她一次又一次地重复同一动作。

- ✔ 精细动作能力
- ✔ 语言发展
- ✔ 社交能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第82页的游戏“麦圈挑战赛”。

有趣的膝上歌

对一个时刻都忙不停的宝宝来说，坐在爸爸妈妈腿上绝不是无所事事的时候。家长的腿是宝宝的避风港——玩累了可以依偎在上面休息一下。另外，宝宝还能在爸爸妈妈的腿上找到其他的乐趣，比如读书、摇来晃去、蹦蹦跳跳，还可以唱以下的儿歌，然后想象自己变成了一架飞机、一匹小马，甚至是一只可爱的青蛙。



The Airplane Song（飞机之歌）

和着乐曲

"Row, Row, Row Your Boat"
（划啊划，划小船）

Fly, fly, fly your plane,	飞飞小飞机，
fly your plane up high.	飞得高又高。
Merrily, merrily, merrily, merrily,	多么开心，多么快乐，
high up in the sky!	呼啸冲云霄。

双手抱紧宝宝，举过头顶，让他感觉自己好像是一架直冲云霄的飞机。

宝宝"展翅高飞"时，你的微笑会带给他安全感。父与子，齐欢乐。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

Down By the Banks（在河边）

Down by the banks of	在小河边，
the hanky panky,	湿漉漉，
where the bullfrogs jump	一群牛蛙，
from bank to banky.	跳来跳去。
They went oops, opps, belly flops.	它们呱呱地叫着跳，
One missed the lily pad	突然一只没踩稳，
and went . . . kerplop!	它落水了……真糟糕！

教宝宝唱这首歌时，把他放在你的膝盖上，一边唱一边颠。扶住宝宝，等唱到“呱呱地叫着跳”的时候，让他落到你的两腿之间。

Trot Little Pony（小马快跑）

和乐曲

“Hush Little Baby”
（宝宝，静一静）

Trot little pony, trot to town,	小马啊小马快快跑，
trot little pony, don't slow down.	跑到前面的小镇上。
Don't spill the buttermilk,	小马啊小马要小心，
don't spill the eggs,	小心踩到那鸡蛋上。
trot little pony, trot to town.	小马啊小马快快跑，
	跑到前面的小镇上。

让宝宝坐在你的腿上，双手扶着他，同时双腿颠来颠去，让宝宝感觉自己就像骑在小马上。

When We All Roll Over（我们一起摇摆）

和乐曲

“Have You Ever Seen a Lassie”
（见过那位少女吗？）
（中文曲目《当我们同在一起》）

When we all roll over,	让我们一起摇摆，
roll over, roll over,	摇啊摇，摇啊摇，
when we all roll over,	让我们一起摇摆，
how happy we'll be!	一起快乐无比！
Roll this way, and that way,	摇这边，摇那边，
and this way, and that way,	摇这边，摇那边，
When we all roll over,	让我们一起摇摆，
how happy we'll be!	一起快乐无比！

把宝宝放在你的腿上，一边唱歌一边颠腿。你还可以躺下来，让宝宝脸朝下趴在你的肚子上，抱着他轻轻地摇来摇去。



12个月及以上 1

我有一只小鸭子

戏水儿歌

"I Have a Little Duck"
（我有一只小鸭子）

和着乐曲 "The Wheels on the Bus"
（车轮之歌）

I have a little duck that says	我的小鸭子唱着
quack, quack, quack,	嘎嘎嘎，
quack ,quack, quack,	嘎嘎嘎，
quack, quack, quack,	嘎嘎嘎。
I have a little duck that says	我的小鸭子唱着
quack, quack, quack,	嘎嘎嘎，
all day long.	一直唱。
	（和着节奏拍手。）
I have a little duck that goes	我的小鸭子戏水
splash, splash, splash,	啪啪啪，
splash, splash, splash,	啪啪啪，
splash, splash, splash.	啪啪啪。
I have a little duck that goes	我的小鸭子戏水
splash, splash, splash,	啪啪啪，
all day long.	真开心。
	（和着节奏拍水。）

理解因果关系	✔
语言发展	✔
听觉能力	✔
节奏感	✔
感官探索	✔

宝宝在宝宝游泳池或浴缸里嬉水时，你可以唱响这首欢快的儿歌和他一起做游戏，最好还有玩具鸭子做道具。说到玩水，小宝宝可不用家长多教，而你要做好被水打湿的准备。唱第一节时，在水里将双手手掌并在一起，模仿一张一合的鸭嘴。不知不觉间，宝宝的听觉记忆和节奏感都会得到增强。



你家的"鸭宝贝"听着欢快的儿歌，一边尽情戏水，一边愉快地看着你手掌张合和划水的动作。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

跟我做

找出对应的身体部位

这个欢快的游戏能够充分利用宝宝善于模仿的天性。家长可以把宝宝放在自己的腿上，或者面对宝宝站立。唱歌时，家长要着重强调有关身体部位名称的歌词，同时不要忘记在宝宝身上指出对应的部位。如果宝宝表现得不够配合，你可以温柔地摆弄他的小胳膊、小腿。每遍演唱结束后，鼓励宝宝自己指出与歌词对应的身体部位。等宝宝掌握自如后，你可以试着添加新的动作。



一边唱歌，一边向宝宝演示如何抬起胳膊，这是向他介绍自己身体部位名称的好方法。

"Just Like Me"（跟我做）

和着乐曲 **"London Bridge Is Falling Down"（伦敦桥要塌了）**

逐一表演歌中描述的动作。

Make your arms	将你的胳膊
go up and down,	举起放下，
up and down, up and down,	举起放下，举起放下，
make your arms	将你的胳膊
go up and down,	举起放下，
just like me.	像我这样。
Continue with:	继续：
Move your hands up and down . . .	将你的小手举起放下……
Move your shoulders up and down . . .	将你的肩膀抬起放下……
Flap your elbows up and down . . .	将你的眉毛挑起落下……
Make your legs go up and down . . .	将你的小腿抬起放下……
Move your feet up and down . . .	将你的小脚抬起放下……
Move your body up and down . . .	将你的身体抬起放下……

- ✔ 身体感知能力
- ✔ 认知发展
- ✔ 协调性
- ✔ 创造性动作
- ✔ 听觉能力



我是大明星

录音游戏

技能点睛

或许你已经注意到了，这个阶段的孩子关注的焦点是她自己——她会认为所有的东西都属于自己。宝宝在镜子里看见自己的模样时会着迷不已，在录音机里听见自己的声音时会陶醉其中。录音游戏能够促进宝宝的听觉能力，而这对她的语言表达能力培养又起着至关重要的作用。

- 语言发展 ✔
- 听觉能力 ✔
- 社交能力 ✔

我们都知道，宝宝听到其他孩子的声音会很开心。作为家长，你应该也注意到了，宝宝看到镜子里的自己同样会乐不可支。现在，想象一下，如果能听到自己的声音，她得乐成什么样！录下宝宝的声音能带给她全新的感觉，同时也能用声音记录她的成长过程，这可是宝宝日后值得珍藏的一份大礼。

- 录下宝宝的声音——无论是看到爸爸扮鬼脸时发出的笑声，还是做游戏时咿咿呀呀的自语声，或是拿着玩具电话打电话时的声音，甚至是在浴盆里发出的欢快叫声。
- 录下家长为她念书的声音。等宝宝再大一点儿，就能重温儿时的故事时间啦，而且里面还有她自己说话的声音哟。
- 录音时可以使用带有麦克风的盒式磁带录音机，当然外接式的独立麦克风的录音效果会更好。尽量不要使用录音时间过长的磁带（120 分钟以上），因为经过长时间的工作，这种磁带更容易损坏。
- 宝宝长到两三岁时，就可以鼓励她对着录音机唱歌。如果她害羞，你就要为她加油助威，陪她一起唱。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 60 页的游戏“镜子，镜子，告诉我”。

小家伙一旦知道了麦克风的作用，就会主动拿来玩，冲着它兴高采烈地说个不停，这是宝宝认识自我的全新方式。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

研究报告

最新的研究表明，宝宝能够掌握多少词汇量很大程度上取决于照看他的大人与之交流的程度。芝加哥大学的研究员贾内尔·赫腾洛克发现，同样是 20 个月大的宝宝，那些母亲善于言谈的宝宝与那些母亲不善言辞的宝宝相比，前者掌握的词汇量大约要多出 130 个。到宝宝 2 岁时，这种差距会增加 1 倍。然而，那些长时间用电视机打发时间的宝宝却无法取得同样的效果。孩子要学习新词语、提高词汇量，必须与身边的大人互动、同真实的生活场景和事件发生联系。



12个月及以上 1

镜子，镜子，告诉我

认识自己

技能点睛

宝宝成长的关键是她作为一个人形成的自我意识（因此，她对“我”、“我的”以及“你”、“你的”这些概念很感兴趣）。照镜子可以强化宝宝区分自我和他人的能力，还能激发她对自己身体的兴趣。在镜子前指出宝宝身体各部位的名称，有助于她理解这些名称的含义，激励她进一步认识自己。

当宝宝还是个小不点儿时，她就对自己的形象充满了好奇。但直到她满1岁后，镜子所能带给她的乐趣才能显现出来，因为此时她明白了镜子里的人就是自己——在此阶段，宝宝最感兴趣的恰恰就是认识自己和自己身体的不同部位。

家长可以看着宝宝在镜子前做出各种表情——高兴、难过、滑稽。对大一些的宝宝，要鼓励她模仿你的表情、动作，指出她的胳膊、腿、眼睛、鼻子以及身体其他部位的名称。别忘了在此过程中你也要指出自己身体对应的部位哦。

问宝宝镜子里哪个是妈妈，哪个是宝宝。很快，你就会惊讶地发现宝宝已经能够将自己和他人分得清清楚楚啦。

- 身体感知能力 ✔
- 语言发展 ✔
- 自我意识 ✔
- 社交能力 ✔
- 视觉分辨能力 ✔



看见大镜子里的自己，可以强化宝宝已形成的自我意识，让她明白自己是一个真实存在的人，有胳膊、眼睛，还有一张笑呵呵的小脸呢。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

嗨，尼克博克先生

一个孩子的乐队

让宝宝坐在你的腿上或者面对你坐在地上来唱这首惹人爱的童谣。首先，你要用双手轮番拍击地面，然后再拍手，这样反复，以创作一个缓和的节奏。开唱后，要引导宝宝和你一起拍手。重复这首儿歌的前两行，再做出新的动作、发出新的声音。如果你的宝宝试图控制自己的身体发出某种声音（如跺脚或叩齿），这意味着他的语言能力和运动技能都得到了提高。

和宝宝重复演唱这首儿歌时，家长可以配以自创的有趣声音，与宝宝共度一段欢乐的时光。



"Hey Mr. Knickerbocker"
（嗨，尼克博克先生）

Hey Mr. Knickerbocker, boppity, bop!	嗨，尼克博克先生，你高兴吗？（先拍拍地面，再拍拍手，重复以上动作。）
I like the way you boppity, bop!	我喜欢你高兴时的样子。（交替拍地面、拍手。）
Listen to the sound we make with our hands.	来听听我们用手发出的声音。（搓搓手，发出摩擦声。）
Listen to the sound we make with our feet.	来听听我们用脚发出的声音。（随着节奏用力跺脚。）
Listen to the sound we make with our knees.	来听听我们敲打膝盖的声音。（随着节奏用手轻轻地敲打膝盖。）
Listen to the sound we make with our teeth.	来听听我们牙齿发出的声音。（轻碰上下齿。）

继续通过拍打、摩擦等方式让身体的不同部位发出声音。

- ✔ 精细动作能力
- ✔ 大运动能力
- ✔ 听觉能力



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



18 个月及以上

1 1/2

纸积木

搭积木，盖大楼

技能点睛

积木游戏能锻炼宝宝的精细动作能力，提高他们分辨大小和形状的能力。孩子大多喜欢搭积木，之后再将其推倒，这能训练他们的平衡能力，让他们明白原因和结果之间的关系。如果宝宝在自己搭建的城堡或洞窟里留出了一片只容得下他自己的空间，这说明他的自我意识正在日渐形成。

- 理解因果关系 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 解决问题的能力 ✔
- 分辨大小和形状的能力 ✔
- 空间意识 ✔

这个年龄段的宝宝手还很小，面对较为笨重的木制积木还无能为力。但是，家长可以自己动手，用纸袋和牛奶盒等物制作一些又大又轻的积木。这样宝宝就可以轻松玩转积木，同时家长也不必担心积木会伤到宝宝。

- 做大的纸积木时，只要把报纸揉成团，塞进购物袋或纸箱，然后像包装礼物那样把袋口或箱口封好。和宝宝一起装点这些超大的积木块，你可以使用能擦涂的记号笔、蜡笔、包装纸或贴纸等。
- 做小的纸积木时，可以用彩色的包装纸将牛奶盒包起来，还可以将纸表面画成砖块的样子（这样就能盖“砖房子”喽）。
- 接下来轮到你家的“小建筑师”上阵了。鼓励他把积木垒得越高越好，或者用积木搭建一座城堡。让宝宝充分利用家里的沙发、桌子和床单，将它们当成城堡的“墙”和“屋顶”等。
- 你还可以给宝宝演示怎样把小积木放在大积木上，搭出一个和他一般高的积木塔。拆塔的时候，家长和宝宝要逐个轮流取下积木，一边取一边大声数数。鼓励宝宝和你一起建造更多的“工程”。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第 48 页的游戏“纸板城堡”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

18个月及以上 1½

“很不堆高高！”



纸积木有助于你家的“小建筑师”学习怎样垒放物品，增强他对大小、形状和平衡的认知。

方寸之间有智慧

正确地套叠杯盆

技能点睛

嵌套游戏有助于开发宝宝的大脑、锻炼宝宝的双手，帮助他学习辨认不同的尺寸，培养其解决问题的能力（“我怎样才能把这些东西放在一起呢？”），提高其手眼协调能力和精细动作能力。家长和宝宝之间的互动也非常重要：家长一边说一边演示，宝宝一边听一边模仿。

- 手眼协调能力 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 解决问题的能力 ✔
- 分辨大小和形状的能力 ✔

对宝宝来说，从容器中取出物体再放回去，是一件乐趣无穷的事情。现在家长可增加点儿难度和趣味——让宝宝试试嵌套物品，也就是说，宝宝要按一定的顺序将物品叠放在一起。

- 你可以在玩具店买到这种嵌套容器，也可以使用大小不同的杯子、碗、盆或硬纸盒，效果是一样的。
- 一些宝宝的手还不够灵活，不能灵巧地把物品叠放或分开，这时家长要有耐心，学会循序渐进。一开始，使用两三个规格差异较大的容器，向宝宝示范它们是如何嵌套在一起的。你可能需要多演示几遍，慢慢地宝宝会和你一起玩，用不了多久他就能自己叠放物品了。
- 一旦宝宝能够熟练地把少量的几个杯子或碗放好，你就可以逐渐增加嵌套物品的数量。



“这些碗能放在一起吗？”炊具亮闪闪，宝宝真好奇。家长在满足宝宝好奇心的同时，也不要错过这个让宝宝认知的好机会——教他分辨物体的大小和形状等。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



18个月及以上 1½

研究报告

宝宝能够按照大小和形状对杯子和碗进行分类，是她初步具备逻辑推理能力的标志。看到宝宝掌握了“相同”与“不同”这对既简单又重要的逻辑概念后，家长一定非常高兴。但是我们要知道，宝宝距离熟悉高级的逻辑思维能力还有很长的路要走。美国加利福尼亚大学伯克利分校的心理学专家乔纳斯·兰格指出，孩子的逻辑思维能力在 4 ~ 8 岁之间会有较大飞跃，但直到 11 岁左右才能真正理解抽象的概念。



捂住你的眼睛

唱歌捉迷藏

"Hide Your Eyes"（捂住你的眼睛）

和着乐曲 **"The Farmer in the Dell"**（山中农夫）

Can you hide your eyes,	你能捂住眼睛吗，
can you hide your eyes?	你能捂住眼睛吗？
Yes you can, you surely can,	当然能，肯定能，
you can hide your eyes.	你能捂住眼睛。
	（双手捂住眼睛。）
Can you hide your nose,	你能捂住鼻子吗，
can you hide your nose?	你能捂住鼻子吗？
Yes you can, you surely can,	当然能，肯定能。
you can hide your nose.	你能捂住鼻子。
	（双手捂住鼻子。）
Can you hide your feet,	你能捂住脚丫吗，
can you hide your feet?	你能捂住脚丫吗？
Yes you can, you surely can,	当然能，肯定能。
you can hide your feet.	你能捂住脚丫。
	（双手捂住脚。）

继续游戏，依次捂住自己的下巴、膝盖、脚趾、眉毛、耳朵等部位。

身体感知能力 ✔

创造性动作 ✔

语言发展 ✔

这个跟唱游戏要配合宝宝最爱的游戏——捉迷藏，宝宝在唱歌的同时能认识相应的身体部位。这样一来，宝宝不但可以学到很多有关身体部位的名称，而且练习了跟唱。

- 刚开始唱这首歌时，要使用一些简单的身体词汇，如眼睛、鼻子、脚以及脚趾。然后慢慢扩大到宝宝比较陌生的词，如胳膊肘、膝盖、下巴、脖子等。
- 偶尔制造几个“错误”，看看宝宝能不能发现。比如，唱到“脚趾”时却捂着你的膝盖，或者捂住宝宝的膝盖。宝宝一定会被这些“愚蠢的错误”逗得哈哈大笑。



旧歌换新词，让宝宝唱歌游戏两不误。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



宝贝，摇起来！

声音试验

如果你想让宝宝接触新的声音和节拍，不妨让她试试儿童沙槌等打击乐器（大多数玩具店有售）。当然，你也可以选择自己制作“乐器”：把大米、干豆子或硬币分别装进塑料瓶（拧紧瓶盖并用胶带封好瓶口，以防发生意外）。摇一摇每个瓶子，然后交给宝宝，给她讲一讲每种“乐器”发出的独特声音。播放几首节奏不同的儿歌，鼓励宝宝随着节拍摇晃手里的“乐器”，同时还要随着旋律扭动身体。



想让宝宝动起来吗？只需要一件手工制作的乐器和一首好歌就够啦！

技能点睛

用乐器做游戏能刺激宝宝的听觉反应，培养她的节奏感，这是开发宝宝语言能力的基础。让宝宝辨别不同的声音能让她学着用不同的音调和音量说话或唱歌，而舞蹈、摇摆和演奏乐器还能激发宝宝的创造力。如果你打算自制沙槌，可以先让宝宝摸摸大米、豆子和硬币，再将其封进塑料瓶，这样可以刺激她的触觉（不过要千万小心，别让宝宝吞食这些东西）。

- ✔ 创造性动作
- ✔ 听觉能力
- ✔ 节奏感
- ✔ 感官探索

沙滩游戏

沙土上作画

技能点睛

对宝宝的艺术探索之路来说，沙子是绝好的材料，因为宝宝可以和沙子来个亲密接触。抓起一把沙子再撒开或者借助工具玩沙子，都能训练宝宝的精细动作能力，刺激他的触觉发展。

- 创意表达 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 触觉刺激 ✔

沙画师可以用沙子作画，推土机司机可以用推土机在沙子上碾出各种图案，这些我们的宝宝也一样办得到。无论是在沙滩、操场，还是你家后院的沙坑里，用沙子做游戏都是吸引人的、富于创造性的、有趣的，它将艺术和户外运动完美地结合在了一起。

- 准备一些适合宝宝使用的工具，包括沙土玩具（塑料小桶、铲子和模具）、厨具（锅铲、木勺和塑料容器），以及园艺用具（喷壶、小耙子）。
- 往沙子上洒些水，使其更容易成形，这样做模型就会更容易。
- 向宝宝演示怎样使用工具绘制图案。比如，可以拖着小耙子在沙子上走，在上面画出一道道或直或弯的线；用平底锅在沙子上扣出一个大大的圆圈；还可以用空酸奶盒和潮湿的沙子堆出城堡或者小塔。
- 让宝宝观察你的动作：只要双手在沙地上一抹或者往沙地上倒些水，你的“杰作”就不见踪影了。接着让宝宝自己试试擦掉沙土上的图案，重新创作新的图案或搭建新的建筑，这样他想玩多少次都可以。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第86页的游戏“大自然的艺术”。

宝宝大多喜欢玩沙，你可以演示如何用玩具和厨具在沙地上创作，带给宝宝更多的欢乐。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书


18个月
1½岁

照片的乐趣

看图识人

技能点睛

通过倾听大人的话语，宝宝可以掌握一些简单的语法规则。但仅靠听，她无法知道比尔表哥是谁，也想不出鸵鸟长什么样，她需要借助照片或图片把相应的名称和所指的人或物对应起来。这个游戏旨在拓展宝宝的词汇量，进而帮助她分类记忆事物，学会与人共享记忆。

巧手课堂

将照片或图片贴在扑克牌或者索引卡上。为防止宝宝撕破卡片，可以去照片冲洗店或装裱铺对卡片进行压膜处理。如果要将照片或图片悬挂起来，最好使用胶带或大块的磁铁，不要使用图钉和小块的磁铁。

看上去宝宝对生活的认识似乎仅仅停留在“待在这儿”或者“现在就给我”上，然而事实上早在宝宝6个月大的时候，她的大脑就已经能储存和检索记忆了。现在是你训练她记住并说出周围的人和事物名称的时候了。这种游戏是一种不失乐趣的记忆练习方式。

- 将家人和朋友的照片贴在索引卡上（这样宝宝能更容易地将照片拿起来），指着照片里的某个人，对着宝宝说出他/她的名字。要不了多久，宝宝就能脱口而出这些人的名字了，甚至比你还快呢。
- 把照片贴到彩色卡片纸上，制成个性化的托垫。
- 从杂志上剪下图片制作成卡片，卡片上应当是一些宝宝还没有见过的东西，比如食蚁兽、长颈鹿或者直升机。把卡片挂在与宝宝眼睛齐高的地方（如冰箱上），时不时告诉她这些是什么并指给她看。
- 给每一张图片编个小故事，帮助宝宝记忆。你可以这样讲：“这是我们和奶奶一起做的蛋糕，对吗？”或者“罗伯家养了一条大狗，是不是啊？”这可以让宝宝知道该如何讲故事，也能让她知道人们都喜欢听故事，而且还可以帮助宝宝对熟悉的事情进行分析。

语言发展	✔
视觉分辨能力	✔
视觉记忆	✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

“卢克叔叔在哪里？”

通过熟悉的面孔和有趣的图片充实宝宝的世界，帮助她增强记忆力。

音乐的魔力

人类对音乐的热爱具有很大的普遍性，具有不同文化背景的父母都会将这种天赋赋予他们的孩子。宝宝会伴着父母哼唱的摇篮曲进入梦乡、会和着父母的拍手声摇摇晃晃地迈出人生的第一步、会和父母在儿歌游戏中度过一段又一段的欢乐时光。音乐对宝宝来说可谓益处良多，最新的研究表明，让宝宝接触音乐不仅能培养他们的节奏感，而且对他们的智力发育也有深远的影响（第 119 页提及的广为人知的莫扎特效应就证明了这一点）。美国哈佛大学医学院的神经科学家马克·特雷莫称，人脑处理音乐的功能，也是语言、数学和逻辑思维发展所需的。他认为，通过音乐训练大脑，可以提高宝宝的认知能力。包括美国佐治亚州州长在内的许多人都非常认同这一观点，州长甚至决定，每一位在佐治亚州出生的宝宝都可以免费获得一张医院赠送的古典音乐光盘。



从第 58 页的录有亲子“二重唱”的磁带到第 90 页的打击乐游戏，本书提供的游戏方法既简单易学又不失趣味，让你能借助音乐丰富宝宝的世界。这些游戏和音乐融合在了一起，可以使宝宝轻松掌握语言和节奏，发展其协调能力，增强其身体感知能力。游戏之余你还可以让宝宝接触不同类型的音乐，作为某些活动的补充——无论你在开车、吃饭、做家务还是工作，都不要忘记播放音乐——这将进一步强化宝宝的听觉能力，拓宽她的音乐视野。如果古典音乐非你所爱，不必勉强为之；选择你喜欢的音乐放给宝宝，当你沉浸在其中时，你的宝宝也能更深刻地感受到音乐的魅力、感悟到音乐的精妙所在。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

手鼓声声

摇出美妙音乐

手鼓声可以愉悦宝宝的耳朵，而演奏手鼓又可以锻炼宝宝的胳膊、手指、脚趾以及身体的其他部位。给宝宝一个手鼓，让他伴着喜欢的歌曲尽情摇、尽情拍或者让他给你伴奏——如果你弹奏乐器，就让宝宝围着你边转圈边摇手鼓。试试不同型号的手鼓：大手鼓和小手鼓的声音有何不同？用力摇和轻轻摇声音有何变化？你和孩子会为彼此的音乐发现备感兴奋。

技能点睛

一些简单的乐器可以衍生出丰富多样的音乐游戏，这些游戏能够刺激并增强宝宝的听觉和触觉。宝宝能在游戏中学习区分不同的旋律和声音。手鼓既能拍也能摇，可以强化宝宝已有的认知——这个世界充满了独特而又多样的声音，他们不仅可以发现声音，还能自己创造声音。

- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 听觉能力
- ✔ 节奏感
- ✔ 社交能力



敲击手鼓会发出嘭嘭嘭的声音，摇晃手鼓会发出叮叮当当的声音，宝宝可以从敲击、摇晃手鼓游戏中学到很多。

蜡笔画出新世界

恢宏的画作

即使你的宝宝只有 18 个月大，他也一定喜欢拿起笔涂涂画画。不过，他未必能控制好画笔，也不知道不能画到纸张外边。与其让宝宝用标准信封大小的纸张作画束缚他的想象力，不如让他展开艺术的翅膀尽情翱翔——让宝宝在尽可能大的画纸上绘制画作。

- 在地上清理出一块较大的空间，然后贴几张大大的画纸。坐在宝宝身边，递给他几支蜡笔或水彩笔，鼓励他在纸上随便画。一开始，你也许得手把手地教他，可是他一旦画起来，就停不下来了。
- 和宝宝边画边聊。告诉他手里的蜡笔是什么颜色的，引导他尽可能使用不同的颜色。无论他画的是什么，你都要表扬他。
- 对大一点儿的宝宝，你可以让他描述所画的东西。比如，你发现宝宝试图画出一个圆形，你就可以告诉他皮球就是圆形的。不要急于帮他画出一个标准的圆。也许你眼前的纸上不过是一些扭扭歪歪的线条，但对宝宝来说，这可是自己的杰作。

技能点睛

使用画笔作画可以增强孩子的精细动作能力和手眼协调能力，同时让他学会辨别颜色。更重要的是，通过选择颜色赋予孩子自由表达的权利，他喜欢什么颜色就用什么颜色、想怎么画就怎么画，这将给他尚处在萌芽阶段的自我意识注入色彩和形状的概念。一边画画一边和宝宝交流，能加深他对某些概念的认知，提高他的交流能力。

- 认知发展 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 社交能力 ✔
- 视觉记忆 ✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第144页的游戏“橡皮泥大师”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

画笔要大，好让“未来的画家”更容易握住。瞧，他已经有喜欢的颜色啦！



跟我数

宝宝总是喜欢在家长的腿上蹦蹦跳跳，听家长唱歌。强调数数的儿歌会增加宝宝的学习兴趣。尽管宝宝看上去只是在听你唱，但其实她已经开始识数了。如前所述，重复能巩固学习效果、强化宝宝的记忆，唱歌亦是如此。

Five Little Raindrops（五个小雨滴）

Five little raindrops	五个小雨滴，
falling from a cloud,	云中落下来，
	（伸出五根手指向下抖动。）
the first one said,	第一个小雨滴说：
"My, the thunder's loud."	"雷声好大啊。"
	（伸出一根手指，捂住耳朵。）
The second one said,	第二个小雨滴说：
"It's so cold tonight."	"今晚好冷啊。"
	（伸出两根手指，打个哆嗦抱抱宝宝。）
The third one said,	第三个小雨滴说：
"Oh, the lightning's so bright."	"闪电好亮啊。"
	（伸出三根手指，遮住眼睛。）
The fourth one said,	第四个小雨滴说：
"Listen to the wind blow."	"风声好大啊。"
	（伸出四根手指，放在耳朵旁作听声音状。）
The fifth one said,	第五个小雨滴说：
"Look, I'm turning into snow."	"我成雪花啦。"
	（伸出五根手指，指尖向下作飘落状。）
So down they tumbled through	五个小雨滴，穿过了夜空，
the cold winter's night,	遇冷变成雪，纷纷落下来。
	（将双臂伸到宝宝身前，向下滑动。）
and turned all the earth to	落到地上面，
a frosty, snowy white.	大地白茫茫。



数数天空落下的雨滴、手上的画笔，甚至是树上的毛毛虫，让孩子轻轻松松学数数。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

The Caterpillar（毛毛虫）

One little caterpillar	一只毛毛虫，
crawled on my shoe.	爬上我的脚，
	（伸出一根手指，在脚上扭动，模仿毛毛虫爬行的样子。）
Along came another and	两只毛毛虫，
then there were two.	爬上我的脚。
	（伸出两根手指，模仿毛毛虫爬行的样子。）
Two little caterpillars	两只毛毛虫，
crawled on my knee.	爬上我的腿，
	（伸出两根手指在腿上扭动。）
Along came another and	三只毛毛虫，
then there were three.	爬上我的腿。
	（伸出三根手指在腿上扭动。）
Three little caterpillars	三只毛毛虫，
crawled on the floor.	地上慢慢爬，
	（伸出三根手指，在地上慢慢向前移动。）
Along came another and	四只毛毛虫，
then there were four.	地上慢慢爬。
	（伸出四根手指，在地上慢慢向前移动。）
Four little caterpillars	四只毛毛虫，
all crawled away.	慢慢爬走了，
	（伸出四根手指在地上慢慢移动。）
They will all turn into	总会有一天，
butterflies one fine day!	羽化成蝴蝶。
	（舞动双臂，模仿蝴蝶翩翩起舞的样子。）

Ten Little Crayons（十支蜡笔）

和乐曲

"Ten Little Indians"
（十个印第安小男孩）

One little, two little, three little crayons,	一支、两支、三支小蜡笔，
four little, five little, six little crayons,	四支、五支、六支小蜡笔，
seven little, eight little, nine little crayons,	七支、八支、九支小蜡笔，
ten little crayons in a box.	盒子里有十支小蜡笔。
	（每数一次，伸出一根手指。）
Take out a red one and draw a big circle.	拿出红蜡笔，画个大圆圈。
	（用手指画个圆圈。）
Take out a blue one and draw a straight line.	拿出蓝蜡笔，画条长直线。
	（用手指画条直线。）
Take out a yellow one and draw a little triangle.	拿出黄蜡笔，画个三角形。
	（用手指画个三角形。）
Then put them back in the box!	画好后放回盒子里。
	（假装把三支笔放回盒子里。）





“爸爸在哪里？”
“爸爸在这儿呢！”
捉迷藏是一个令人兴奋的游戏，它既能激发宝宝的好奇心，也能减少宝宝的分离焦虑。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



捉迷藏

循声找人

当宝宝还是婴儿的时候，他看到你把脸一遮一露地逗他玩会非常高兴。等他长大后，就会躲在墙角趁你毫无防范的时候冷不丁地大叫一声，吓你一跳。捉迷藏就是专门为处在这个年龄段的宝宝量身设计的游戏。

- 趁孩子的注意力没在你的身上时，你可以在附近找一棵树、一把椅子或者一面墙，躲到后面。然后冲宝宝大喊一声："我藏起来啦，快来找我啊！"当宝宝四处寻找你的时候，你要不断用声音引导他向你靠近。要不了多久，他就能学会顺着声音寻找你，发现你的手、腿和肩膀，直到重新看到你灿烂的笑脸。这时候，给他一个热情的拥抱以示祝贺，然后再玩一次。
- 让宝宝藏起来，由家长来找。宝宝十有八九会只顾着藏起脑袋，却忘了腿还露在床外或者小手还抓着毛毯。不过你得假装没有看见，等一会儿"无意间"找到他时还要表现得很惊讶。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第147页的游戏"神秘的声音"。

技能点睛

顺着声音的方向寻找声源，比如爸爸的声音，能锻炼宝宝的听力。当宝宝发现，借助你没有藏起来的某个身体部位——无论是肩膀还是脚，就可以找到你时，他的视觉记忆将会得到增强。

- ✔ 认知发展
- ✔ 听觉能力
- ✔ 社交能力
- ✔ 视觉分辨能力
- ✔ 视觉记忆

18个月 1½ 2岁及以上

麦圈挑战赛

倒出瓶里的东西

技能点睛

这个看似简单的游戏可以培养宝宝解决问题的能力，帮助她直观地认识“里”和“外”的概念和事物的因果关系。一旦宝宝掌握了这个游戏，你就要提高标准，教她玩另外一种视觉游戏：准备3个不透明的容器（如酸奶盒），在其中一个容器里放入1个麦圈，再将3个容器混在一起，让孩子找到装有麦圈的那个容器（参见第137页的游戏“魔术杯”）。

理解因果关系	✔
认知发展	✔
精细动作能力	✔
解决问题的能力	✔

准备一个干净的小口瓶（塑料奶瓶即可），将宝宝最爱吃的早餐麦圈或零食放入瓶中，拿给宝宝看瓶中的麦圈，让她想办法取出来。可以先让她自己试试，不过一旦宝宝屡试屡败，情绪变得急躁的话，就要向她演示如何把杯子倒过来。为了增加游戏的难度，可以轻轻拧上瓶盖或者要求宝宝把麦圈倒出后再放回瓶中。换不同形状的容器重复此游戏，这样可以训练宝宝的精细动作能力。



瓶子大反转！没有比零食更能激励你家小天才的东西了。你只需在一旁观看，要知道，她学得快着呢！

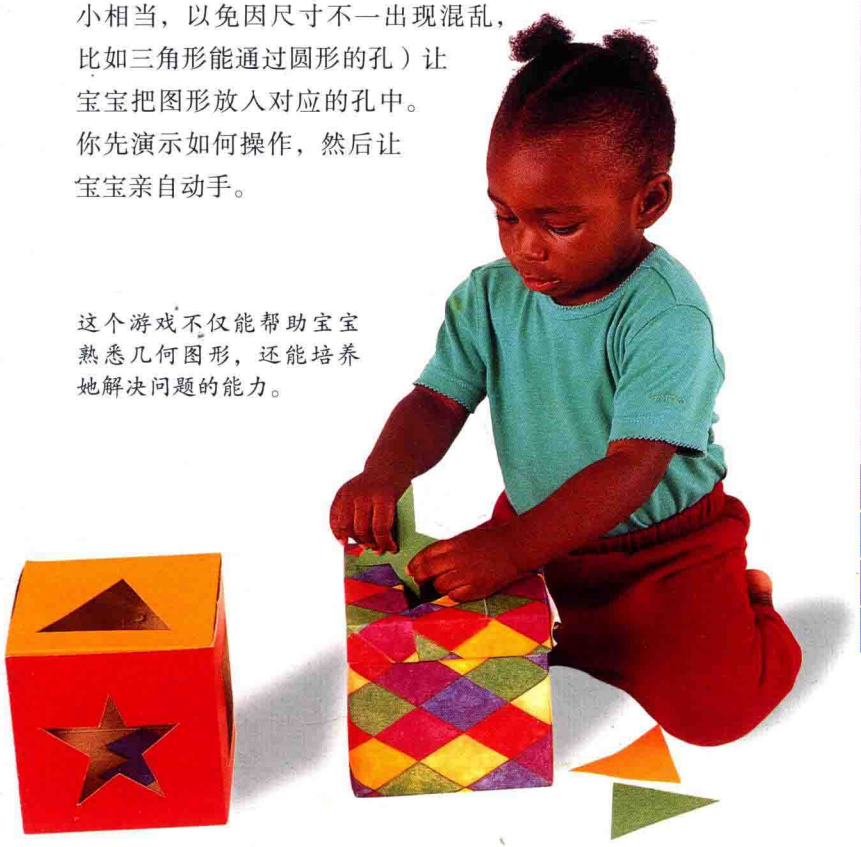
关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



形状搭配

为问题解谜

不同的图形分别对应哪个位置呢？小宝宝都很喜欢图形解谜游戏，在家长的帮助下宝宝在游戏过程中能够轻松找到问题的答案。准备一个形状轮玩具，你也可以找些硬纸盒，在其侧面和顶部剪出三四个简单的图形。（确保所有的图形大小相当，以免因尺寸不一出现混乱，比如三角形能通过圆形的孔）让宝宝把图形放入对应的孔中。你先演示如何操作，然后让宝宝亲自动手。



这个游戏不仅能帮助宝宝熟悉几何图形，还能培养她解决问题的能力。

技能点睛

学会分类、辨别大小和形状是一项基本技能，这不仅能够帮助宝宝认识世界，还能为她今后在游戏小组、夏令营和幼儿园里可能参加的活动做准备。宝宝在游戏时必须动手操作，这可以促进其精细动作能力和手眼协调能力的发展，有助于宝宝学习使用叉子、汤匙和各种玩具。也许宝宝得练习一段时间才能很好地区分各种形状，但大多数这个年龄段的孩子都乐此不疲。

- ✔ 分类技能
- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 精细动作能力
- ✔ 分辨大小和形状的能力



指指看

认识不同的身体部位

技能点睛

认识并重复说出某个身体部位的名称，对宝宝语言能力的发展起着重要作用。这样宝宝不但知道鼻子在哪儿，还能将其与“鼻子”一词联系起来。此外，摸鼻子、用鼻子呼吸，还能带给她直观的体验，这会增强她对身体各部位的认识。

认识身体部位是孩子建立独立的自我意识的第一步。宝宝会在1岁左右开始认识自我，1岁之后这一过程会加快。这个简单的游戏有助于宝宝认识自我，还能锻炼宝宝的记忆力、语言能力，增强其身体感知能力。

- 游戏开始时，家长要与宝宝相向而坐，摸摸她的鼻子。然后拉着宝宝的手指，点点你的鼻子，同时要多说几遍“鼻子”。接着让她指指自己的鼻子。之后以同样的方法指出身体的其他部位，如头、胳膊、腿和脚。刚开始，她不能很快分辨出“妈妈的鼻子”和“宝宝的鼻子”，但这一状况很快就会发生改变。这个游戏一定会成为她非常喜欢的游戏，因为此游戏会带给她成就感。
- 如果她能说出某几个身体部位的名称，你就可以指着相应的身体部位让宝宝说。你也可以自己设计一个动作游戏，给她演示如何摇头、跺脚、用鼻子吸气，以及晃动她的小脚趾。

身体感知能力 ✔
认知发展 ✔
语言发展 ✔
听觉能力 ✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第68页的游戏“捂住你的眼睛”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



分清妈妈的头发和自己的嘴巴，是宝宝成长路上的重要一步，她会为此感到骄傲。下一步，给她讲讲为什么她的手小而妈妈的手大。

“瞧它多美！”



后院里散落的花草、树叶、枝条是大自然赐予我们的宝藏，采摘、分辨这些花花草草，能够培养宝宝在户外活动的兴趣。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

大自然的艺术

制作自然拼贴画

宝宝喜欢户外活动，喜欢收集，喜欢涂涂画画——想必你已经注意到了，她会在早餐桌上用手指蘸着燕麦粥画画，也许你还看到了她绘制的蜡笔壁画。现在，你可以和她一起制作极具自然风格的拼贴画——将艺术创作、亲近自然的户外活动和收集爱好融合在一起，增强宝宝的兴趣。

- 带宝宝到后院、公园或树林里散步，收集些树叶、花草、枝条、羽毛以及任何她喜欢的东西（但必须是安全的）。
- 一边散步一边和宝宝聊聊你们的发现，教她一些新的概念和表达方式（“看到这根羽毛了吗？这是小麻雀的羽毛。”或“瞧，花儿都朝着太阳开放。”）。
- 回家后，取出一张一面有黏性的纸（如装饰贴纸），将其胶面朝上放入烘焙糕点的烤盘里。用胶带把纸的四个角固定在烤盘上，防止纸黏住手。
- 和宝宝一起把收集到的东西摆在黏性纸上。
- 还可以在拼贴画表面粘一张透明的薄塑料来保护宝宝的作品。
- 把拼贴画挂在窗户上、冰箱上或者宝宝的房间里……任何她可以骄傲地展示作品的地方都是不错的选择。





如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第102页的游戏“和树聊聊天”。

技能点睛

制作拼贴画时，要让宝宝自由选择（比如，选择红色的花还是黄色的花）、自己摆放，这有助于她发现并表达个人的喜好。在户外收集材料时，多和她聊聊大自然，这有助于宝宝认识世界、描述世界。把收集来的材料摆放在黏性纸上的过程，可以增强宝宝的精细动作能力。

- ✔ 创意表达
- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 精细动作能力
- ✔ 语言发展

我们一起来浇水

边听音乐边模仿

"Water the Plants"
（我们一起来浇水）

和着乐曲 **"The Mulberry Bush"**
（桑树丛）

This is the way we water	我们一起
the plants,	给花草浇水，
	（一只手叉腰，另一只手向外弯曲，模仿水壶的壶嘴。）
water the plants,	给花草浇水，
water the plants.	给花草浇水。
This is the way we water	我们一起
the plants	给花草浇水，
whenever they get dry.	在花草干了时。
We water the plants	给花草浇水，
so they will grow,	让它们成长，
	（弯腰趴在地上，再慢慢直起身子。）
they will grow,	让它们成长，
they will grow.	让它们成长。
We water the plants	给花草浇水，
so they will grow	让它们成长，
way up to the sky.	向着天空快成长。
	（双臂向上，象征高高的大树。）

平衡能力 ✔

协调性 ✔

这首园艺儿歌能教给小宝宝一条大自然的基本法则：植物生长离不开水！游戏时身体朝一边倾斜，模仿水壶倒水，这是一个训练平衡能力的好方法。如果宝宝好动，你不妨把他抱起来当水壶。不管在室内还是户外，都可以让孩子替你给真正的植物浇水，这可以巩固他所学的园艺知识。帮家长做家务（参见第188页的游戏"有样学样"）、养真的植物或动物也会成为孩子的乐趣所在。



摆出水壶浇水时的样子可以帮助孩子更好地理解水使植物生长的道理。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



惊喜！

拆开礼物的包装纸

对宝宝来说，礼物的包装纸同礼物本身一样有趣。他们喜欢鲜亮的彩色包装纸，喜欢揉搓包装纸时发出的声响，喜欢探索包装纸里未知物品带给他们的惊喜。这个游戏完全不受时间和季节的限制，你随时可以当着宝宝的面用彩色包装纸把他喜欢的玩具包起来（不要贴胶带）。

每次只给他看一个包裹，问他“里面包的是什么？”鼓励宝宝自己拆开包装。如果他因打不开包装而情绪急躁，你可以帮他一把。把包装纸揉成一团，和宝宝交流一下包装纸发出的声音，并说说包装纸的手感。

技能点睛

要拆开包装纸需要宝宝想办法，而且还要求他的手指很灵巧。接触不同图案和质感的包装纸可以刺激宝宝的视觉、触觉和听觉，尤其是在他揉搓或撕裂包装纸的时候。

- ✔ 协调性
- ✔ 解决问题的能力
- ✔ 感官探索
- ✔ 触觉分辨能力



在“生日聚会”之类的游戏中，拆开礼物的包装本身就已经充满了乐趣。

明快的节奏

敲起鼓来

技能点睛

宝宝的节奏感与生俱来。但是让她学习敲鼓，尤其是和家长一起练习，会让她明白怎样才能使其与音乐、舞蹈等节奏感较强的活动更好地配合。敲鼓可以提高她的手眼协调能力，学习变换敲击的速度和音量还能强化她的肌肉控制能力。

巧手课堂

想要做出一面鼓其实很简单，反扣平底锅或木碗即可。用金属的、塑料的或是木质的小勺做鼓槌，会产生不同的声音效果。使用大小不同的容器做鼓，会产生不同的音调（容器越小，音调越高）。

宝宝已经能制造很多声音了，她会用勺子敲打桌子、会拍拍小手、会使劲敲门。现在，家长可以教她按照节拍敲鼓，引导她向音乐领域发展——当然这也能强化她的节奏感。

- 你既可以选择购买鼓和鼓槌，也可以自己动手制作。坐在宝宝身边，教她如何用鼓槌或小手敲鼓。先轻轻敲，再使劲敲。速度要时快时慢，这样就能让她体会到节奏的快慢变化。
- 播放欢快的音乐，演示如何使鼓声与之配合。切忌不切实际地期望她的操作精准无误，毕竟她还太小。随着节奏摇摆身体、跺脚、拍手或摆头，告诉她表现旋律的方式不止一种。你也可以拿起鼓槌，和宝宝来一段疯狂的二重奏。



理解因果关系 ✔
创意表达 ✔
听觉能力 ✔
节奏感 ✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第69页的游戏“宝贝，摇起来！”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

为你家的小鼓手演示一下不同的鼓声，接着就放手由她去探索吧。



玩具大游行

玩具新玩法

技能点睛

游行表演开始了，让宝宝把自己想象成游行表演的开路人，爸爸妈妈和玩具此刻都变成了参加游行表演的演员。踏着音乐的节拍昂首前进，可以培养宝宝的节奏感。同时，宝宝必须带领身后的“游行队伍”前进，这能提高她身体的协调能力。

创意表达 ✔

精细动作能力 ✔

大运动能力 ✔

每个人都喜欢看游行表演，但你不必非等到过节的时候，不必抱着宝宝挤进拥挤的人群中也能让宝宝参与其中。你可以在家里举办一次小规模的游行表演——有音乐助兴、有名人出席（虽然是一些毛茸茸的家伙），还有主持人……一切应有尽有。而你的宝宝就是游行表演的最高指挥官。

- 把所有带轮子的玩具集中在“广场”上（比如你家的客厅）。用短绳将玩具连接在一起，以便宝宝能拉着这些玩具四处行走。如果家里有玩具马车，可以在车上放几个毛绒玩具充当名人。为了使游行表演更精彩、更气派，还可以为玩具装饰上横幅和彩带，甚至可以撒些彩色纸屑做点缀。



宝宝拉着带轮子的大象、马和狮子前进的时候，什么都休想影响这支游行队伍。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

● 等宝宝长大一些，你可以为游行表演配以欢快的进行曲，挥舞着指挥棒或敲着鼓（只需一个锅加一把勺子即可），和孩子排成一队开始游行表演。一开始，宝宝也许只顾大步向前却忘了牵玩具，或者是只顾牵着玩具却忘了迈步前进，这时你得帮她拉着“游行队伍”，好让宝宝挥起小胳膊，昂首阔步向前走。



研究报告

心理学家安东尼·佩莱格里尼和彼得·K.史密斯在英国和美国进行的研究表明，孩子生下来就明白游戏和自由活动的重要性。他们表示，一旦孩子自由玩耍的天性在一段时间内受到限制，那么“被剥夺的权利一旦恢复，玩耍的程度和强度就会更高”。换言之，限制取消后，宝宝会试图弥补之前失去的游戏时间。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第44页的游戏“橱柜乐队”。

儿童世界



如果你是一对一地跟宝宝玩，往往很容易满足他的要求和愿望。但是如果又多了一个小家伙的话，情况就会有所变化。这时家长必须更富有想象力，想出更多花样才行。

有诸多因素会使情况变得复杂，比如宝宝通常不愿意和别人分享父母的关心，即便是自己的兄弟姐妹也不行。如果孩子们之间的年龄相差超过 2 岁，家长想找到一个适合宝宝们一起玩的游戏会很不容易！比如，妹妹很文静，喜欢独自玩积木；而活泼好动的姐姐偏要帮她搭积木塔，然后再推倒。难怪和宝宝们一起玩的时候，你会觉得自己好像并没有参与到游戏中，而更像是一名裁判，置身于一场颇为激烈的“世界搏斗联赛”的比赛当中。

其实，想要让游戏进行得更顺利、更有趣，还是有很多办法的。首先，考虑一下孩子的年龄和性格差异，然后想出一些既能吸引她们，又能满足她们不同需求的游戏。比如，拿着粉笔或者画笔涂涂画画之类的游戏，是幼儿和学龄前儿童都会喜欢的。带上各种玩具去操场，让孩子们一起玩一会儿，然后让她们按照各自的兴趣独自玩耍。有条件的话，请别忘记准备两套完全一样的玩具——2 盒水彩颜料和 2 个彩球，以免孩子之间闹矛盾从而让父母手足无措。其次，对待孩子要尽量平等，这一点也很重要。尽管我们应该多关心年纪小的孩子，因为她可能更需要帮助，但千万不要忘了夸奖或鼓励年纪大一点儿的孩子。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



神投手

投篮游戏

准备几个大小适中的皮球，然后把它们放在较大的容器里，如洗衣篮、硬纸盒、塑料盆。给宝宝演示如何把球倒在地上，再一个个放回容器里，这对宝宝来说已经很有意思了。一旦他熟练掌握了这个游戏，就让他退到远处，试着把球投入容器中。你可以在房间里摆放若干个容器，鼓励宝宝每次将球投到不同的容器内。



要训练“小球员”的手眼协调能力与运动技能，只需一个皮球和一个“篮筐”，当然一位热心的教练也是必不可少的。

技能点睛

练习投篮能提高宝宝的手眼协调能力和大运动能力。宝宝每投进一球，家长就要大声报数，这样能帮助他理解数字的概念。无论球投入了篮中还是击中了你，你都要积极地配合，把球轻轻地扔回给宝宝，鼓励他练习另一项基础技能——接球。

- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 大运动能力
- ✔ 社交能力

高贵的约克公爵

经典儿歌和模仿

技能点睛

宝宝的空间存在感一天比一天清晰。和爸爸妈妈玩这个儿歌游戏的同时，宝宝还能学习一些方位名词，如“上”和“下”。即使你的宝宝太小，还无法分辨左右，可他至少知道这些词语指的是其他方位而非正前方。

- 认知发展 ✔
- 语言发展 ✔
- 空间意识 ✔

宝宝对空间和运动概念的理解虽然很慢，但一直都在进行。如果宝宝从小就喜欢坐在父母腿上听歌或唱歌，那么类似这种复杂的儿歌会带给他更多的乐趣。

- 做儿歌游戏时，家长的发音要清晰、动作要明显，这有利于宝宝学习重点词汇，同时也会令儿歌听上去更加生动有趣，这样才能充分调动你和宝宝的积极性。
- 等宝宝再大一些，就可以让他站在地上唱歌，而不是坐在你的腿上。演唱时可以配合不同的动作，比如在唱第一节时，要大踏步前进；唱第二节时先向上伸展身体，再向下屈体；唱第三节时，让宝宝仰面躺在地板上，然后家长轻轻地把他的腿往左抬、往右抬、往上抬。



如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第100页的游戏“火车呜呜叫”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

有趣的儿歌配上妈妈欢快的起伏动作，有助于宝宝了解上下运动的感觉。



"The Noble Duke of York"（高贵的约克公爵）

The noble Duke of York,	伟大的约克公爵，
he had ten thousand men,	手下有人马一万，
	（让宝宝背对你坐在你的腿上，然后你要上下颠腿。）
he marched them up to the top of the hill,	他让大家登上山顶，
	（抬起双腿。）
and he marched them down again.	然后又下山。
	（放下腿。）
And when you're up, you're up.	上山就上山。
	（抬起双腿。）
And when you're down, you're down.	下山就下山。
	（放下双腿。）
And when you're only halfway up,	如果处在半山腰，
	（双腿抬到之前一半的高度，保持不动。）
you're neither up nor down.	那就不上也不下。
	（快速抬起腿，再迅速放下，记住动作要快。）
He rolled them over left,	他让大家滚向左边，
	（身体倒向左侧。）
he rolled them over right,	他让大家滚向右边，
	（身体倒向右侧。）
he rolled them over upside down,	最后乱成一锅粥，
	（躺下，让孩子躺在你身上。）
oh, what a funny sight!	哈哈哈，真好玩！
	（恢复最初的姿势。）

管子里的秘密

球到哪儿去了？

技能点睛

即使是18个月大的宝宝，也会迷恋这个游戏——仅仅是看着球消失，也会乐在其中。但这并不是本游戏的全部乐趣。把球放进管子里再将其接住（或者追着球跑），可以提高宝宝的精细动作能力与手眼协调能力。在管子的两端轮流放球、接球，能促进宝宝的参与意识和分享意识。而把大小不同的球放进管子里，能帮宝宝分辨物体的大小。

巧手课堂

家长可以在五金店、模型商店等店铺买到长度、直径不等的管子。只要能放进管子里，所有质地柔软的球都可以用来做游戏，比如网球、壁球、布球、软橡胶球、泡沫塑料球。

球从管子的一边进、另一边出，这个在我们大人看来再简单不过的现象，对宝宝来说就像在和球玩捉迷藏一样，令她既迷惑又兴奋。即使她已经知道了答案（“球到哪里去了？哈哈，在那里！”），也不会拒绝再多玩几遍这个游戏。

- 首先，准备一根塑料管或者硬纸管，几个网球或其他质地偏软的球。把球放入管子的一端，将管子倾斜，这样球就会向下滚落，然后让宝宝从另一端将球取出来。重复几次后和宝宝交换位置，让宝宝放球，你来取。
- 使用大小不同的球以增加游戏的难度。哪些球能装进管子里，哪些不能？球的直径不得小于4.5厘米，否则孩子一旦误食就可能发生危险。
- 如果让宝宝接住从管子另一端滚出的球，本游戏便升级为一个锻炼宝宝协调性的游戏。家长站起来，将球放进管子里，让宝宝守在管子的另一端，试试能否抓住球。球越小，难度越大。

理解因果关系 ✔
精细动作能力 ✔
分辨大小和形状的能力 ✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第95页的游戏“神投手”。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

透过透明的管子，宝宝可以看到绿色的小球从顶部一直滚到了底部。如果管子是不透明的，整个游戏就又多了一份惊喜。





火车呜呜叫

音乐陪我去旅行

"The Choo-Choo Train"
（火车呜呜叫）

面朝孩子坐着，握住他的两只手。

Here comes the choo-choo train coming down the track.	火车呜呜叫， 沿着轨道来。
First it's going forward, then it's going back.	首先向前开， 然后向后开。 （把宝宝的一只手向前拉，另一只向后推，双手交替进行。）
Now the bell is ringing: ding, ding, ding!	车铃敲响了， 叮叮叮叮叮！ （作摇铃状。）
Now the whistle blows: whoo, whoo, whoo!	汽笛拉响了， 呜呜呜呜呜！ （作拉绳鸣汽笛状。）
What a lot of noise it makes everywhere it goes!	火车声音大， （用手捂住耳朵。） 呜呜跑四方！

语言发展 ✔

节奏感 ✔

并不是只有通过优美的曲调才能让宝宝感受到节奏，即使是最简单的儿歌也能让他从中体会到节奏感。如果家长能为一些悦耳的韵律配以有趣的动作，再加上宝宝喜欢的主题，比如火车，就能得到一个让宝宝从头乐到尾的游戏。

● 家长演唱“火车呜呜叫”这一句时要边唱边打拍子，好让宝宝兴奋起来，能够随着音乐扭动身体并模仿你的动作。你的动作最好夸张一些，这有助于你家的“小工程师”理解歌词的含义。

这个简单的儿歌游戏能教会宝宝如何感受节奏、如何吹口哨，理解前后移动的基本概念。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



诱人的质感

一本具有丰富感官刺激的书

宝宝对周围的一切都充满好奇，总想伸手摸摸这儿、碰碰那儿，哪怕它们只是一些果酱、死掉的小虫子或者过期的麦片。你可以买一本或自制一本能让宝宝触摸的书，让他通过双手去感知这个世界。

- 制作这样一本书你需要收集不同的材料，比如棉布、粗麻布、锡纸和蜡纸。将每种材料剪下一块粘在硬纸板或者彩色卡纸上，然后装订成册。
- 和宝宝一起开始手指触摸体验，互相描述指尖感受到的奇妙感觉。



翻开由细砂纸或人造毛等特殊材质制作的图书，让宝宝坐在你的腿上开始全新的指尖探索之旅吧。

技能点睛

一本集合了不同材质的感官书能让宝宝感知各种不同的材料，帮助他学习新的概念，如坚硬、光滑、粗糙，甚至是湿软。此外，这样的书还能让宝宝有机会表达自己的喜好：是否喜欢粗麻布那涩涩的感觉？是否喜欢皱巴巴的锡纸？

- ✔ 语言发展
- ✔ 触觉分辨能力
- ✔ 触觉刺激



研究报告

如果你的孩子能够毫不费力地分辨出橡树叶和枫叶，还能轻而易举地区分出环尾狐猴和浣熊的话，那么他所表现出的这种特质也许就是所谓的“自然认知智能”。这个概念由美国哈佛大学著名的心理学家霍尔德·加德纳提出，是指识别动植物并对其进行分类的能力。加德纳还曾总结出其他 7 种智能（如语言智能和数学逻辑智能），他说：“拥有自然认知智能的人能够在生物世界中如鱼得水，也许他天生就擅长照料、驯养动植物，与各种生物进行微妙的交流。”

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



和树聊聊天

野外漫步

无论你住在城市、郊区还是乡下，你的宝宝都会被树木之类的植物所吸引。如果你想让孩子与大自然近距离接触的话，可以带他到树木繁茂的街道、公园或者树林里，引导宝宝发现植物无与伦比的美丽。

- 让宝宝看一看树叶、树干、树根和树枝。鼓励宝宝摸一摸粗糙的树皮、光滑的树叶、粗大的树根。让宝宝听一听（比如，树叶沙沙的响声或小鸟叽叽喳喳的叫声）、闻一闻（比如，肥沃的泥土和芬芳的花朵）。
- 找一找居住在树林里的动物，包括松鼠、小鸟、小昆虫。找一找小动物们的家，比如小鸟的巢。
- 告诉宝宝一定要尊重生命，即使是那些爬来爬去的小虫子。为了让他明白这一点，你可以找一些无害的小动物（蜗牛或蚯蚓），拿近一点儿，让宝宝看清楚。
- 等孩子长到 2 岁或者更大一点儿的时候，带他去收集一些橡子、树叶、松果和脱落的树皮，然后用这些材料制作一幅拼贴画（详见第 86 页的“大自然的艺术”）或者一本标本书。
- 告诉宝宝一些常见树的树名，教他如何识别不同的树木。（“看到有着白色树皮的那棵树了吗？那是桦树。叶子的形状细长似针的树是松树。”）

通过爸爸的视角，向宝宝描述鲜嫩的树叶，有助于宝宝欣赏、感受大自然。

技能点睛

详细了解树木以及居住在树林中的动物，是宝宝了解五彩缤纷的大自然的重要一步。让宝宝从那些爬来爬去的小动物身上发现乐趣——而不是恐惧——可以让他更有同情心，也能让他更早地体会自然科学的奥秘。

- ✔ 语言发展
- ✔ 感官探索
- ✔ 视觉分辨能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第134页的游戏“动物医生”。

神奇的冰箱贴

玩具“黏黏”也好玩

技能点睛

捏着冰箱贴滑来滑去可以锻炼宝宝的精细动作能力——有了这项技能，宝宝就能画画、玩拼图、系纽扣，最主要的是拿笔写字。这些吸引人眼球的冰箱贴有助于宝宝学会区别颜色和大小，还能增加他的词汇量，而让其中的一块冰箱贴“消失”还可以锻炼宝宝的视觉记忆。

巧手课堂

找一些便宜的扁平磁铁，用胶水或胶带将家人的照片贴在上面，还可以贴上宝宝最喜欢的照片、图画或杂志上的图片，这样就可以制作出个性独特的冰箱贴了。当然，还有很多地方可以买到磁性相框。

许多宝宝都喜欢把冰箱贴从冰箱上取下来，以此来展示他们双手的灵巧性——然后为自己获得的“战利品”欢呼雀跃。想要让小小的冰箱贴更具魅力，家长可以将其运用在许多游戏中，让宝宝充分锻炼自己的眼睛、双手和大脑。

- 收集一些彩色的冰箱贴，将其吸附在金属烤盘上（注意：冰箱贴不能吸附在铝盘上）。尽量使用那些带有宝宝喜欢图案的冰箱贴，比如动物、花朵、食物、故事书里的人物、数字或汽车。冰箱贴的直径不能小于4.5厘米，以免孩子因误食造成危险。此外，还要确保冰箱贴的边缘便于宝宝拿取。
- 让宝宝从烤盘上取下冰箱贴，然后再让他放回去。一边观察宝宝的动作，一边和宝宝聊一聊冰箱贴的颜色、大小和上面的图案。鼓励宝宝自己挪动烤盘里的冰箱贴，随意摆放，用冰箱贴创作出独具风格的作品。等宝宝年龄大一点儿后，你可以从烤盘上悄悄拿走一块冰箱贴，让宝宝猜一猜究竟是哪块冰箱贴不见了。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第101页的游戏“诱人的质感”。

- 计数概念 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 分辨大小和形状的能力 ✔
- 视觉记忆 ✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



18个月及以上

宝宝还太小，无法理解什么是磁力。但是，让他知道某些东西能够吸附在烤盘上，恰恰是引导宝宝踏上科学之旅的起点。



伸出小手拍一拍

欢快的节奏和歌曲

"Open Shut Them"（伸出小手拍一拍）

Open shut them,	张开，合拢，
open shut them,	张开，合拢，
	（双手握拳，先张开、再合拢。）
give a little	我们一起来，
clap, clap, clap!	拍，拍，拍。
	（拍三下手。）
Open shut them,	张开，合拢，
open shut them,	张开，合拢，
	（双手握拳，先张开、再合拢。）
put them on your	在大腿上
lap, lap, lap!	拍，拍，拍。
	（用手拍三下大腿。）
Creep them, crawl them,	小手慢慢向上爬呀，
slowly creep them,	一点一点向上爬呀，
right up to your	朝着下巴爬爬爬啊！
chin, chin, chin!	（让手指从胸口慢慢移到下巴处，不停给宝宝挠痒痒，逗她笑。）
Open wide your little mouth,	慢慢张开你的嘴呀，
	（用手指摸一下嘴唇。）
but do not let them in!	别让它们爬进去！
	（快速将手指移回膝盖处，不停挠痒痒，逗她笑。）

创意表达 ✔

精细动作能力 ✔

语言发展 ✔

宝宝非常喜欢自己的小身体，对自己身体各部位的名称也非常感兴趣。此外，她还很享受挠痒痒以及能带给她惊喜的游戏。这首儿歌不但能让宝宝有机会展示自己对身体的认识，而且还能让她玩"爬爬爬"的挠痒痒游戏。

首先给宝宝演示儿歌里的动作，看看她能否跟上。如果宝宝还不太明白你的意思，不妨先和她玩玩手指游戏，直到她能够模仿你的动作。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第68页的游戏"捂住你的眼睛"。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

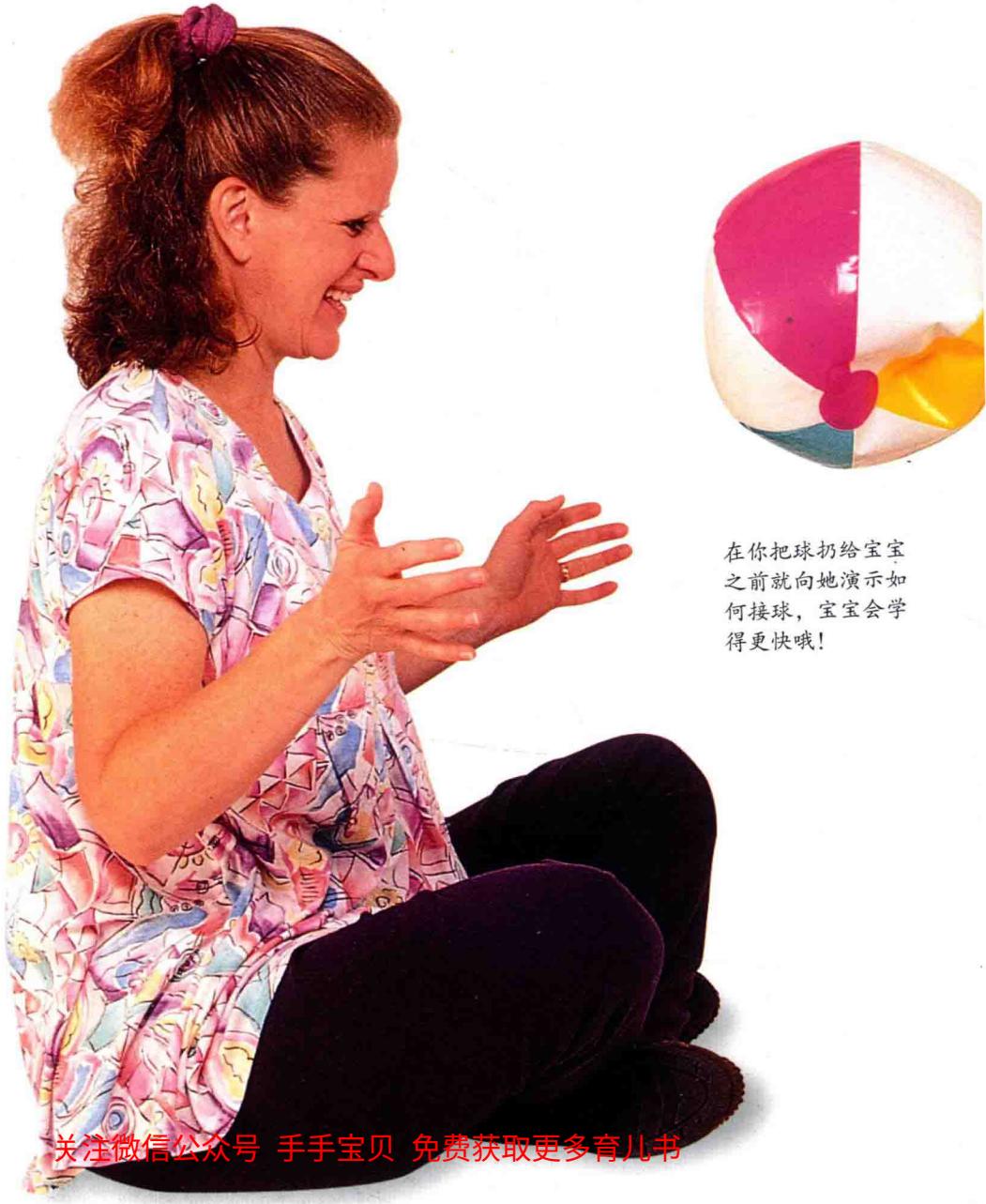


宝宝很喜欢用手指玩“爬爬爬”的游戏。如果妈妈能陪她一起玩，那宝宝就更开心啦！



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书


24 个月及以上
2



在你把球扔给宝宝之前就向她演示如何接球，宝宝会学得更快哦！

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



接住沙滩球

抛接球游戏

大多数宝宝都是先会扔球，才会接球的，而且她们总喜欢用小胳膊把球抱住。做抛接球游戏时，家长必须有足够的耐心，因为只有经过大量的练习，宝宝才能学会如何接球。先把球滚向宝宝，然后让她把球滚回来（详见第 24 页的游戏“传球啦！”）。等宝宝做好试着接球的准备时，你最好选用一个稍微有些亏气的沙滩球，这样宝宝的小手更容易抓住球。

- 你可以跪着或盘腿坐在距离宝宝几步远的位置，让宝宝把沙滩球扔给你。向宝宝演示一下如何接球，然后把球扔给宝宝，让她试着接住。一旦宝宝完成了这个任务（需要非常耐心哦），就可以一点点扩大你们之间的距离。



技能点睛

陪宝宝玩抛接球游戏是一项简单而有趣的活动，它能够锻炼宝宝的大运动能力以及手眼协调能力。要想成功地接住球，宝宝需要有迅速的反应和良好的空间意识，而这些能力的获得需要经过一段时间的练习。鼓励宝宝接球，也是为了教会她如何参与到非竞争性的活动中。

- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 大运动能力
- ✔ 社交能力



掌握平衡

站在平衡木上

技能点睛

在充满好奇的宝宝眼中，平衡木、圆木或者矮墙有着不可抵挡的诱惑力。如果宝宝能在平衡木上越走越稳，那她的平衡能力也就提升到了一个新的水平，同时她的脚眼协调能力也得到了大大增强——拥有了这些至关重要的能力，宝宝才能迈步走，进而开始跑、跳、单脚跳、跳绳——没人知道她能做出什么难以预料的动作来——甚至像体操运动员那样在平衡木上做各种高难度的动作。

- 平衡能力 ✔
- 脚眼协调能力 ✔
- 空间意识 ✔

站在狭窄的走道上寻找平衡是所有小宝宝天生就喜欢做的事，家长大可不必为此担心。你可以在体育馆、公园或者游乐场中找到能让宝宝慢慢在上面行走，并且较为低矮、安全的平衡木。先向宝宝演示一下如何在平衡木上行走，然后握住宝宝的手，让她试着在平衡木上慢慢走。

- 如果一开始宝宝不太情愿，你可以在平衡木的另一端放上玩具，并鼓励“小小体操健将”握着你的手，慢慢地走过去取回玩具。记住，要让宝宝先在柔软或者加有衬垫的地方多练习练习。



有宝宝最爱的“教练”陪在身旁不断给予她鼓励，她一定会走得稳稳当当。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第131页的游戏“快乐的脚印”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



玩偶游戏

一场传统的舞台演出

宝宝喜欢玩偶，因为在他们眼中玩偶拥有神奇的魔力和生命力。如果家长能借助玩偶上演一出活灵活现的滑稽剧，就更能勾起宝宝对玩偶的兴趣了。你可以买几个样式独特的玩偶，也可以用颜色鲜艳的马克笔在袜子或袋子上画张脸自制几个玩偶，甚至可以给自制玩偶缝上耳朵或角，粘上纱线做的头发。

- 你可以将毯子搭在椅背上，也可以直接蹲在沙发后面，把它们当做你的舞台。拿起两个玩偶，给宝宝讲故事、唱歌。别忘了给不同的玩偶配上不同的声音哦！
- 借助玩偶向宝宝提问，鼓励他与玩偶“交谈”。问问他最喜欢什么食物、有什么喜欢的玩具，让他说说自己的爸爸妈妈。让他给玩偶指指自己的鼻子和脚趾——宝宝们通常很乐意这样做。

技能点睛

2岁的宝宝会认为玩偶拥有人类的一切特征，并会把它们视为最好的朋友。如果你能让玩偶的举止更像真实的人，就可以激发宝宝的想象力。讲故事和交谈可以促进宝宝对话能力的发展。

- ✔ 想象力
- ✔ 语言发展
- ✔ 社交能力



胖乎乎的大青蛙和一只带圆点的鸭子正在和小宝宝分享有趣的故事。

火车之旅

想象中的火车

技能点睛

这个游戏可以锻炼你家“小司机”上身肌肉的协调能力，让宝宝学会跟着歌曲节奏摇来摇去。火车带着小乘客呼啸着行驶而去，能增强宝宝全身的协调性和平衡能力——当你大笑不止时，宝宝想稳稳地坐在你的腿上可不是件容易的事。另外，角色扮演也能激发宝宝的想象力。

协调性 ✔
大运动能力 ✔
想象力 ✔
社交能力 ✔

带着宝宝进行一趟幻想的火车之旅怎么样？她身上满溢的活力一定可以为你这辆火车提供充足的动力。大声宣布“火车”的目的地（“第一站——妈妈的腿！”），然后启动火车，假装拉响汽笛（“呜呜！”），让宝宝坐在你的腿上。家长一边发出“咔嚓咔嚓、呜呜”的声音，一边握着宝宝的手画圈（就像快速运转的车轮）。同样，你也可以让宝宝扮成车头，自己扮成车尾，咔嚓咔嚓地绕着房间前进（“下一站，宝宝的卧室！”）

- 来回摆动身体，假装行进中的火车正在拐弯。穿越“隧道”时火车要减速（小心！低头！），还要时不时地停车靠站，让旅客下车。
- 如果“火车”是在家里行驶，你们不妨一边旅行一边演唱喜爱的火车歌谣（详见第 100 页的儿歌“火车呜呜叫”）。
- 想让宝宝更了解火车，更喜欢这个游戏，可以带她去真正的火车站看一看——地铁站也行——让你家的“小司机”看看火车是如何沿着铁轨行驶的。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第140页的游戏“消防车，开动！”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

“呜！呜！上车啦！”



如果能坐在妈妈的腿上活力四射地玩游戏，那宝宝“开火车”和“拉汽笛”的技术一定会越来越精湛。

说“不”阶段

对年轻的父母来说，最震惊的事情莫过于原本温顺听话的乖宝宝竟然变得喜怒无常，而且嘴里似乎还多了句口头禅“不要”——“不要吃香蕉”、“不要洗澡”、“不要唱歌”……然而这些东西他们以前好像从来都来者不拒。正如本杰明·斯波克博士在其著作《斯波克育儿经》（*Baby and Child Care*）里写的那样：“当父母推荐的东西对宝宝没有足够的吸引力时，他们就会固执己见……心理学家把这称为‘违拗症’。”斯波克博士认为，即便是最有耐心的父母面对违拗症的威力也难以招架。这就向家长发出了一个重要信号——孩子正成长为一个独立的个体，他们已经开始独立思考了。



与宝宝相处需要有冷静、理智以及合作的心态，这样才能将他们培养为一个冷静沉着、善于合作、通情达理的人——这是最有效的方法，但这需要时间。在宝宝学会更好地控制自己的情绪前，他不如意时一定会乱发脾气。如果可能的话，最好的办法是对这种行为视而不见，以此来告诉宝宝这种不得体的行为不可能帮他获得自己想要的东西。

在《美式家庭：品质教育家长对策》（*Raising Good Children*）一书中，发展心理学家托马斯·里克纳建议：父母最好能让宝宝保持兴奋而忙碌的状态，当他们焦躁不安时，父母可以试着通过游戏转移他们的注意力，允许他们在安全的环境中自由玩耍。他还建议让宝宝数数，以此来缓解他们烦躁的情绪，比如家长可以说：“我们来看看，当我数到 10 的时候，你能不能坐到椅子上。”另外一种对策是给宝宝提供选择。如果他坚持要穿不合时令的衣服，你可以再拿两件合适的衣服，问他：“今天你想穿哪一件呢？”成年人也许一眼就能识破这种小把戏，但对任性的宝宝来说这是非常有效的，因为他感觉自己不仅享有充分的选择权，而且还获得了内心渴望的自由。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



骑大马

在客厅里遛一圈

你的宝宝肯定觉得图片里的马儿有趣极了，不过让她爱上真正的马儿，可不是件容易的事。家长双膝着地，双手支地，跪在地上扮演小马，然后让宝宝骑在家长背上，这能促进宝宝的平衡能力。确保宝宝已经稳稳地坐在了“马背”上后，游戏正式开始。游戏过程中你千万不能大意，一旦宝宝身体歪斜，你得立刻出手，抓住她的腿。

- 想在游戏中加入音乐吗？（想变成一匹会唱歌的“马”吗？）你可以在屋里边爬边唱《小马快跑》（歌词见第55页）或是宝宝爱听的其他儿歌。在游戏过程中，你的上半身可以先降低，再抬起来（可不要抬得太高哟），或者左扭扭右晃晃，这有助于宝宝学会保持平衡。



爸爸快跑！你可以先在客厅活动一下，热热身，然后再开始牛仔小英雄的马术课。

技能点睛

没错，2岁的宝宝走路不成问题，但这并不意味着她的平衡能力也很好。你可以驮着宝宝，在屋里摇摇晃晃地爬行，这样可以训练宝宝寻找身体的重心，保持平衡。宝宝想象自己骑着一匹乖巧的小马或者奔腾的骏马，这样还能拓展她的想象力。

- ✔ 平衡能力
- ✔ 大运动能力
- ✔ 想象力

从头到脚

唱出身体部位

"Head to Toes"（从头到脚）

一边唱出身体部位的名称，一边触摸相应的部位。

Head, shoulders,	头、肩膀、
knees, and toes.	膝盖、脚趾。
Knees and toes!	膝盖和脚趾！
Head, shoulders,	头、肩膀、
knees, and toes.	膝盖、脚趾。
Knees and toes!	膝盖和脚趾！
Eyes and ears and	眼睛、耳朵、
mouth and nose,	嘴巴和鼻子，
head, shoulders,	头、肩膀、
knees, and toes.	膝盖和脚趾。
Knees and toes!	膝盖和脚趾！

- 身体感知能力 ✔
- 大运动能力 ✔
- 听觉能力 ✔
- 节奏感 ✔
- 视觉记忆 ✔

你可能还记得自己童年时在露营地、学校里，或者和朋友、爸爸妈妈一起唱过的这首儿歌。这首朗朗上口的儿歌能帮助宝宝学习并记住身体各部位的名称。

- 一边对着宝宝唱这首儿歌，一边用双手指出身体的相应部位。一遍接一遍地唱，每次都加快速度。唱着唱着你自己都可能出错，甚至会上气不接下气——但这恰恰是一种乐趣。
- 你的宝宝是不是跟不上节奏了？唱歌的同时，你可以摸摸宝宝对应的身体部位，这样她慢慢就能学会怎样把歌词和动作配合起来了。





如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 120 页的游戏"转圈歌"。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



随着音乐的节奏摸脚趾，既能加强宝宝身体各部位的协调性，又能增强宝宝的节奏感。

研究报告

音乐不仅可以舒缓一个人狂躁的情绪，还能振奋人的精神。1993 年，物理学家戈登·肖和心理学家弗朗西斯·劳舍尔共同开展了一个研究项目，之后他们向世人公开了其研究成果。实验表明：如果大学生在参加时间 – 空间推理能力的考试前能花 10 分钟时间欣赏莫扎特的《D 大调双钢琴奏鸣曲》，他们的成绩平均能够提高 8 ~ 9 分。这项发现及相关研究让美国佛罗里达州的议员大受启迪，并于 1998 年颁布了《贝多芬儿童法令》。这项法令要求儿童保健中心每天给孩子播放 30 分钟的古典音乐。尽管“头、肩膀、膝盖和脚趾”这首儿歌和莫扎特的音乐差别很大，但是劳舍尔认为任何复杂的音乐（无论是古典音乐、爵士乐，还是摇滚乐）都能促进大脑的发育。

转圈歌

在宝宝特别想转着圈奔跑、歌唱的时候，这些经久不衰的儿歌就是做游戏时的最好选择。转着圈、唱着歌、拉着手，这是产生友情的最好方式——不管是和妈妈爸爸，还是一些要好的朋友。



Ring Around the Rosy（围着玫瑰转圈）

Ring around the rosy,	围着玫瑰转啊转， （手拉手围成圆圈，转着圈走。）
pocket full of posies,	口袋满是鲜花瓣，
ashes, ashes,	花瓣飘，花瓣飘，
we all fall down!	我们全都陶醉啦！ （倒在地上。）
The cows are in the pasture,	奶牛奶牛在牧场， （围成一圈坐在地上。）
eating buttercups,	吃着美味的青草， （模仿吃东西的动作。）
thunder, lightning,	闪电啦，打雷啦， （用手拍打地面。）
we all stand up!	我们赶紧躲一躲！ （迅速站起来。）

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

The Mulberry Bush（桑树丛）

Here we go round the mulberry bush, 我们围着桑树丛转啊转，
（手拉手围成圆圈，转着圈走。）
the mulberry bush, 转啊转，
the mulberry bush. 转啊转。
Here we go round the mulberry bush, 我们围着桑树丛转啊转，
so early in the morning. 就在凉爽的清晨。

This is the way we clap our hands, 我们转圈拍拍手，
（围成圈拍手。）
clap our hands, 拍拍手，
clap our hands. 拍拍手。
This is the way we clap our hands, 我们转圈拍拍手，
so early in the morning. 就在凉爽的清晨。

This is the way we stamp our feet . . . 我们转圈跺跺脚……
This is the way we turn around . . . 我们转圈转个身……
This is the way we twist and shout . . . 我们转圈大声叫……
This is the way we reach and stretch . . . 我们转圈伸懒腰……
This is the way we run and run . . . 我们转圈跑啊跑……
This is the way we sit right down . . . 我们转圈坐一坐……
This is the way we wash our face . . . 我们转圈洗洗脸……

Looby Loo（围成圈）

Here we go looby loo, 我们围成圈，
（手拉手围成圆圈，转着圈走。）
here we go looby light, 我们转成圈。
here we go looby loo, 我们围成圈，
all on a Saturday night. 就在周六晚上。
（举起双臂蹦蹦跳。）

Pop Goes the Weasel（黄鼠狼溜走了）

All around the cobbler's bench, 围着鞋匠的长凳，
（手拉手围成圆圈，转着圈走。）
the monkey chased the weasel, 猴子追赶黄鼠狼。
the monkey thought it was all in fun, 猴子玩得正起劲，
POP goes the weasel! 黄鼠狼却溜走了。
（跳起来，然后倒在地上。）

上上下下、转圈圈：转圈歌的节奏很快，玩时小朋友要手拉着手一起转。



畅游水族馆

鱼儿虽假，趣味尤在

技能点睛

模拟鱼缸能够帮助孩子了解鱼类独特的生活习性：它们生活在水中，用鳃呼吸……让宝宝和塑料鱼玩耍，可以训练她的想象力。此外，这个游戏还能扩展孩子的词汇量，让她学到一些描述色彩、形状、质感和动作的词汇。

- 创意表达 ✔
- 想象力 ✔
- 语言发展 ✔
- 感官探索 ✔

不少成年人都会在鱼缸前驻足，欣赏鱼儿在水中自在地游来游去，更何况是孩子。不过与大人不同的是，孩子们似乎并不满足于当观众，她们恨不得把手伸进鱼缸里，捧起一捧水、抓住一条鱼或者揪出一把水草。你不妨带宝宝去水族馆的触摸池亲自体验一次，让她好好过把瘾（注意要保护鱼儿）。当然，你也可以在家里动手制作一个模拟鱼缸，让孩子足不出户就能尽情享受。

- 找一个塑料箱或洗菜盆，在其底部铺一层薄薄的蓝纸，然后放入贝壳、塑料鱼以及水草模型。引导宝宝探索鱼缸中的世界，让她说一说手感如何、水族箱里有哪些颜色的鱼和水草、描述一下鱼儿在水中游动的姿态。如果宝宝（也包括你）想感受水花飞溅的乐趣，请将蓝纸换成真正的水。不要忘了给她准备些清理鱼缸的工具，比如铲子、滤网。
- 如果宝宝的确对鱼儿的世界感兴趣，你可以动手建造一个真正的鱼缸——当然是和孩子一起（一定要向她讲清楚，真正的鱼是不能离开水的）。你也可以带她去宠物店或海洋馆，在那儿她不但能看到各种鱼儿，还能见到海龟、青蛙、蝾螈，甚至海马。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



仅仅是一个模拟鱼缸，就能够带领孩子走近奇妙的水世界。瞧，就算没有水，这条小鱼也很享受。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第134页的游戏“动物医生”。



纱巾飘飘

抓住飘动的织物

技能点睛

2岁大的孩子本能地想要锻炼大运动能力，如跑、踢、跳、滚，这个游戏正包括了此类运动。游戏能够锻炼宝宝抛接物体的能力。纱巾看上去颜色亮丽、摸上去顺滑柔软，令人爱不释手，在空中飘舞时，会形成一副美妙的图画。

宝宝也许已经能够熟练地抓住滚动的皮球、摇晃的瓶盖，甚至是家里的小猫了。下面，我们为她准备了一个全然不同的游戏，充分挑战她的手眼协调能力。找几条色彩鲜亮、质地轻盈的纱巾，然后将它们抛向空中，让宝宝接住缓缓飘落的纱巾。几轮过后，交换角色，由宝宝来扔，你来接。等宝宝再大一些，鼓励她先转几圈、拍拍手，再接纱巾。



用纱巾在空中画出一道彩虹，可以刺激宝宝的视觉，锻炼她的运动技能——而且还很有趣哦。

- 脚眼协调能力 ✔
- 手眼协调能力 ✔
- 大运动能力 ✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



喂，你是谁？

打电话的乐趣

宝宝爱电话，就像狗熊爱蜂蜜。与其让孩子远离家中的无绳电话，不如给她一个电话让她玩。你可以给她一个废旧的电话，或者买个漂亮的玩具电话（有些玩具电话拨号时还能发声）。让宝宝将听筒拿到耳边，对着话筒提几个简单的问题，比如“你是谁呀？”、“你今天做什么了？”、“爸爸，我想和你说说话，好吗？”



“我是克里斯蒂娜，你今天能来看看我吗？”你家的小宝贝拿起玩具电话有模有样地假装和小伙伴交谈，这能帮助她学习如何与人交谈。

技能点睛

学习与人交谈，即使是想象中的交谈，也会促进孩子的语言发展和社交能力。这个游戏还能教给孩子一些基本的电话礼仪（比如“请问你是谁？”或者“我很好，谢谢关心。”），慢慢地她就能替你接电话了。

- ✔ 创意表达
- ✔ 语言发展
- ✔ 自我意识
- ✔ 社交能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第148页的游戏“娃娃物语”。



扔得好！这对小河马沙包来说可能不好玩，但对你的宝贝来说，他会迷上把瓶子打翻的游戏。

研究报告

在《儿童智力发育的五大里程碑》（*Magic Trees of the Mind*）一书中，神经解剖学家玛丽安·戴蒙德和科学记者珍妮特·霍布森都强调了空间训练的重要性，比如沙包保龄球游戏，就有助于促进宝宝生理和心理的发展。她们指出："空间智能（包括对距离和空间维度的判断）是最有形、最实用的思维能力。而空间感训练也是一种让孩子玩出快乐、玩出未来的练习。"





关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



沙包保龄球

学习投掷

把叉子从高高的椅子上扔下去、将光盘从书架上拽下来，这些都会让宝宝兴奋不已——他这样做就是想看看会发生什么（包括你会有什么反应）。这是宝宝理解因果关系的自然方式，也是学习重力和压力等新概念的好方式（尽管他们并不需要清楚这些词的具体含义——至少暂时不需要）。如果你还想让孩子了解“物体的易碎性”的话，可以利用宝宝对碰撞行为的兴趣，带他做下面这个游戏。

- 把若干个又高又轻的塑料瓶、杯子或者空铁罐堆放在一起，给宝宝示范怎样投掷动物沙包能将它们击倒（对宝宝来说，坐在地上投掷沙包会更容易）。演示完毕之后，和宝宝轮流投掷——不要在意得分哦！
- 使用大小不同的球代替沙包，以增加游戏的趣味性。还可以让宝宝坐在离瓶子不同距离的位置，他很快就会发现离瓶子越远，就越得使劲才能击中目标。
- 如果你家的“小投手”已经掌握了击瓶的基本技巧，就要慢慢增加难度，比如让他站着扔沙包。如果你想增加游戏的趣味性，就鼓励宝宝将被击得满屋子都是的东西收集起来。



技能点睛

投掷沙包击中目标可以促进宝宝的手眼协调能力，帮助他理解因果关系。这个游戏能够培养他形成轮流交替的意识，这不仅对宝宝的早期发展具有重要的意义，也能让他懂得如何与他人和睦相处。

- ✔ 平衡能力
- ✔ 理解因果关系
- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 大运动能力



哗啦啦下雨了

浴缸游戏

技能点睛

任何一种形式的戏水游戏都能刺激宝宝的感官。在这个特别的游戏里，当宝宝感觉到、看到并听到一股水流变成“雨”时，她就能边看边听边感受，让自己的触觉、视觉、听觉都得到相应的刺激。此外，这个游戏还能让宝宝接触到“空”和“满”的概念，这有助于她理解水的形态变化。

概念理解 ✔
语言发展 ✔
感官探索 ✔
触觉刺激 ✔

宝宝喜欢哗啦啦的流水声，喜欢浴室里的欢乐时光。现在，她可以自己在浴缸里制造雨水，进而了解大自然的神奇之处。

- 制作降雨设备：在酸奶盒的盖子上（或底部）扎几个小孔，或者使用过滤器和洒水壶，塑料筛子也可。
- 向宝宝演示如何将这些容器浸在水里使其装满水，然后再让水漏出来。往漏锅里注入水，让“雨”下得更大。试着将“雨滴”洒在宝宝身上，同时唱着“雨啊雨，快快走，明天又是大晴天……”有些宝宝会咯咯咯地笑个不停，但有些宝宝要等到几个月后才能体会到被“雨”淋的乐趣。
- 用喷壶对着宝宝喷水（宝宝也很可能拿起喷壶对着你喷），然后教她如何把喷壶灌满水。
- 大一点儿的宝宝可能喜欢用淋浴喷头——享受“雨滴”落在身上的感觉，但前提是你得确保水温适宜。想让游戏更具趣味性，你还可以爬进浴缸，和孩子一起玩。打开淋浴喷头，让“大雨”倾盆而下。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第132页的游戏“为娃娃洗澡”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



只要给小朋友合适的
工具，快乐就会随着
“小雨滴”一起落下来。



我是谁?

乔装打扮

技能点睛

2岁的孩子在穿衣方面大多已经有了自己的喜好。很多宝宝会坚持把自己装扮好再出门，哪怕这要花很长时间。这个游戏就像一张许可证，让宝宝能够自己挑选心仪的衣服——随心所欲地享受扮美的乐趣。类似的角色扮演游戏可以提高宝宝的社交能力。

创意表达	✔
想象力	✔
角色扮演	✔
社交能力	✔

宝宝一学会抓东西，就会开始玩围巾、帽子和毛衣等；一学会爬，就会径直爬到衣柜前。现在，让宝宝无拘无束地摆弄自己的衣柜吧。给宝宝准备一些不同风格的衣物（你可以在跳蚤市场、旧货店等地购买，那里的衣物不仅样式丰富，而且价格便宜），让宝宝自由发挥，想怎么穿就怎么穿、想扮成谁就扮成谁。你也可以参与其中，问问她："你今天是谁呀？"让宝宝邀请小伙伴一起出席盛装派对吧！



一位公主、一个牛仔、一位电影明星……宝宝们都喜欢盛装打扮，营造一种戏剧效果。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



快乐的脚印

踏着脚印前进

宝宝还很小的时候，就对自己的小脚丫产生了浓厚的兴趣，比如抠抠脚指头或者看看自己第一双鞋的样子。让宝宝跟着自己的脚印走，能让他从一个全新的视角来观察自己的脚丫，同时也能增强他的运动技能。在彩色卡纸上画出宝宝脚部的轮廓并将其剪下，粘在硬纸板上。将硬纸板摆在地上，排成一条路，鼓励“小开拓者”踏着自己的脚印前进，要让宝宝的脚丫对准硬纸板上的剪影。



让小宝贝顺着彩色的脚印路前进，是培养宝宝协调性的好方法。

技能点睛

不管跟着什么样的踪迹前进，都需要有良好的平衡能力和协调性。改变路线和硬纸板间的距离或者让宝宝在路上跳上、跳下，会进一步挑战宝宝的平衡能力。当宝宝一步步踏着彩色脚印前进时，家长要说出宝宝脚下对应的颜色“红”、“蓝”、“绿”等，这有助于扩大宝宝的词汇量。

- ✔ 平衡能力
- ✔ 协调性
- ✔ 脚眼协调能力
- ✔ 大运动能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第112页的游戏“掌握平衡”。

为娃娃洗澡

爱与关怀的教育

技能点睛

2岁大的宝宝不但会玩角色扮演游戏，而且还会想办法掌控她的世界。在这个游戏中，宝宝不仅要扮演玩具娃娃的家长，还有机会成为一位主导者，这会极大地锻炼她的社交能力和想象力。学着拿起一个浑身涂满肥皂水的娃娃，给它洗澡，可以提高宝宝的精细动作能力。

- 身体感知能力 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 想象力 ✔
- 角色扮演 ✔
- 社交能力 ✔

当宝宝轻轻地拍打玩具娃娃、给它们喂东西、把它们放到床上时，她实际上已经在扮演父母的角色了（参见第148页的游戏“娃娃物语”）。此外，她还喜欢给玩具娃娃洗澡，这个时候她俨然成了玩具娃娃的看护者，通过洗澡游戏宝宝能学会如何清洁身体以及如何用心照料她的“小伙伴”。

- 在脸盆里倒入热水——如果你还留着宝宝婴儿时期的澡盆就再好不过了，为了让游戏更真实一些，还要准备好毛巾、浴巾、香皂和洗澡玩具。
- 让宝宝试试水温（“水是不是太热了？”，“水凉吗？”），然后开始给玩具娃娃洗澡。
- 指出玩具娃娃身体各部位的名称（“这是她的鼻子，那是她的脚趾”）。这能加深宝宝对自己身体的了解，同时也是宝宝最喜欢的活动之一。
- 假装玩具娃娃很脏，让宝宝洗干净娃娃的耳后、脚趾缝，以及所有需要清洗的地方。
- 洗净之后，让宝宝用毛巾把娃娃的身体擦干。记得提醒宝宝别忘记给玩具娃娃刷牙哦。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第84页的游戏“指指看”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书





娃娃在洗澡！2岁的宝宝一定喜欢拿着毛巾给娃娃身上抹上肥皂水。

研究报告

就在几个月前，宝宝可能还不会玩这种角色扮演的想象类游戏。美国哈佛大学的认知神经科学家、教育学家库尔特·费希尔通过追踪研究儿童的颅脑发育、脑电波的活动和神经连接密度发现，大脑在某种可以预测的间隙会受到生长迸发的影响。他说，其中一次迸发出现在婴儿18～24个月之间，这个时期宝宝拥有利用符号想象的能力。换句话说，这是宝宝的第一次心理飞跃——可以把无生命的物品（比如娃娃）看成一个需要好好洗个澡的“宝宝”。



动物医生

学习照料动物

技能点睛

这个游戏能让宝宝富于同情心，能让她学着照料动物，还能丰富她的词汇量，让她知道：鸟儿有翅膀，老虎有爪子，大象有长长的鼻子。给宝宝讲讲动物为什么会生病（“小马吃了太多糖，结果肚子疼。”），增加她对动物世界的认识。

宝宝喜欢小动物（不管是真的动物，还是动物玩具），同时她也对绷带、生病这些概念非常好奇。这意味着她已经迫不及待地想要在家开个动物诊所了。虽然这只是个游戏，但是她很乐意学着照顾那些小伙伴。

- 把宝宝喜欢的动物玩具集中到一起（玩具的直径务必大于4.5厘米，以免宝宝误食发生危险）。
- 准备几个小盒子或水果篮，让宝宝当做笼子或运载工具，把纸巾或围巾当做地毯。
- 告诉宝宝动物生了什么病：它们的爪子是怎么划破的、耳朵里为什么有虫子、翅膀是怎么折断的、肚子为什么会疼。
- 做好宝宝的助手，帮她给小动物清洗伤口、用纱布包扎伤口、缠绷带，最后把小动物放在干净、安静的地方，让它们好好休息（轻轻拍拍它们，说点儿安慰的话）。玩具药箱能派上大用场，药箱里的器械能让宝宝给可怜的小伙伴做全身检查、治疗，同时还能让宝宝学习简单的医疗知识。

概念理解	✔
创意表达	✔
精细动作能力	✔
想象力	✔
角色扮演	✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第190页的游戏“动物表演家”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

“小马受伤了吗？”



让宝宝扮演兽医，能让她轻松学会更多关于动物的知识。

形式多样的游戏

虽然本书一直在强调亲子间的游戏互动，但是让幼儿与同龄人一起玩耍也是非常重要的。1 岁左右的宝宝主要是独自玩耍，因为他正忙着探索这个全新的世界。但他同时也会对其他孩子感到好奇，常常会模仿其他孩子的动作或声音。等宝宝再长大一点儿，他开始喜欢和小朋友们一起玩耍——两个或者更多宝宝坐在一起，玩着相似的玩具或者坐在一起做游戏。但此时他们彼此之间还没有太多的互动，比如他们会各搭各的积木。儿童保育专家佩内洛普·利奇在其著作《你的宝宝》一书中提到："幼儿会越来越需要其他孩子的陪伴"，大概到 2 岁左右，许多宝宝都愿意加入同伴的群体中，但是他们分享玩具的能力和与人进行有礼貌地交流的能力仍有欠缺。宝宝们直到 3 岁左右才能真正地在一起玩游戏——比如两个孩子会一起搭积木——虽然他们可能因为争夺喜欢的玩具或亲人的关爱而闹点儿小别扭。



这些早期的游戏互动会在宝宝心里播撒下优秀品质的种子，他会因此懂得什么是感情的共鸣、自我控制、与人分享、公平和自尊。同时，游戏互动还有助于培养宝宝更多必需的能力，以便他今后解决不同的社会问题。正如本杰明·斯波克博士在其著作《斯波克育儿经》里写的那样："在游戏中，孩子会学习如何与不同性格的孩子及大人相处，如何在给予和获得中感受快乐，如何解决冲突。"这些品质弥足珍贵，作为家长，我们应该给宝宝提供足够的机会，让他能和其他孩子一起嬉戏，这样才能促进其优秀品质的发展。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

魔术杯

挑战记忆力的游戏

虽然这个游戏比捉迷藏更高一级，但原理是相同的。这一刻还在，下一刻就不见了，然后又出现了——但宝宝必须记住这些东西之前所处的位置！首先，当着宝宝的面在3个杯子中选择1个，把小玩具藏在那个杯子底下。然后移动杯子的位置，让宝宝猜玩具在哪个杯子下面。

• 你也许在街头看过杂耍艺人通过这种方式变魔术，作为成人的你对此都感到十分迷惑，更何况小宝宝呢！不要把杯子移动得太快，否则宝宝就找不到玩具了。



哪个杯子底下藏着小鸭子呢？如果她猜对了，就为她鼓掌，这样她会更喜欢玩这个游戏。

技能点睛

宝宝还很小的时候，如果你盖住玩具，她就可能忘记玩具的存在。现在，宝宝已经可以理解被遮盖住的东西其实还在那里——这就是物体恒存性——找到东西后，宝宝会非常开心。当你移动杯子时，你要让宝宝将注意力集中到其中一个杯子上。你可以鼓励宝宝回忆玩具的样子，训练宝宝的视觉记忆。

- ✔ 解决问题的能力
- ✔ 视觉记忆

嘀！嘀！

卡车和小汽车的游戏

技能点睛

玩玩具车特别有助于锻炼宝宝的想象力，使宝宝有机会模仿成人世界的一项活动——开车（这对宝宝来说很有趣）。这个游戏还能促进宝宝的精细动作能力，有助于宝宝识别日常生活中的各种声音。

大多数 2 岁多的宝宝都会对车很着迷，她们喜欢各种各样的车，包括自己坐的童车、街上的小汽车、大卡车、公交车，还有图画书上会“呜呜”叫的大火车。看到火车或者汽车穿过山洞、跨过大桥，宝宝都会特别兴奋。让宝宝推着玩具车穿过隧道，会让她更加好奇（感觉自己终于可以跟在汽车后面一探究竟了）。

- 选择一辆颜色鲜艳的大玩具车（不是迷你小车），这样便于宝宝控制。
- 教宝宝如何推着卡车在地板上前进，模仿卡车在行驶过程中可能发出的各种声音，比如喇叭发出的“嘀嘀”声，刹车时轮胎摩擦地面发出的“吱”的一声，还有发动机发出的“嗡嗡”声。别忘了，在真正的公路上开车时让宝宝听听那些声音。



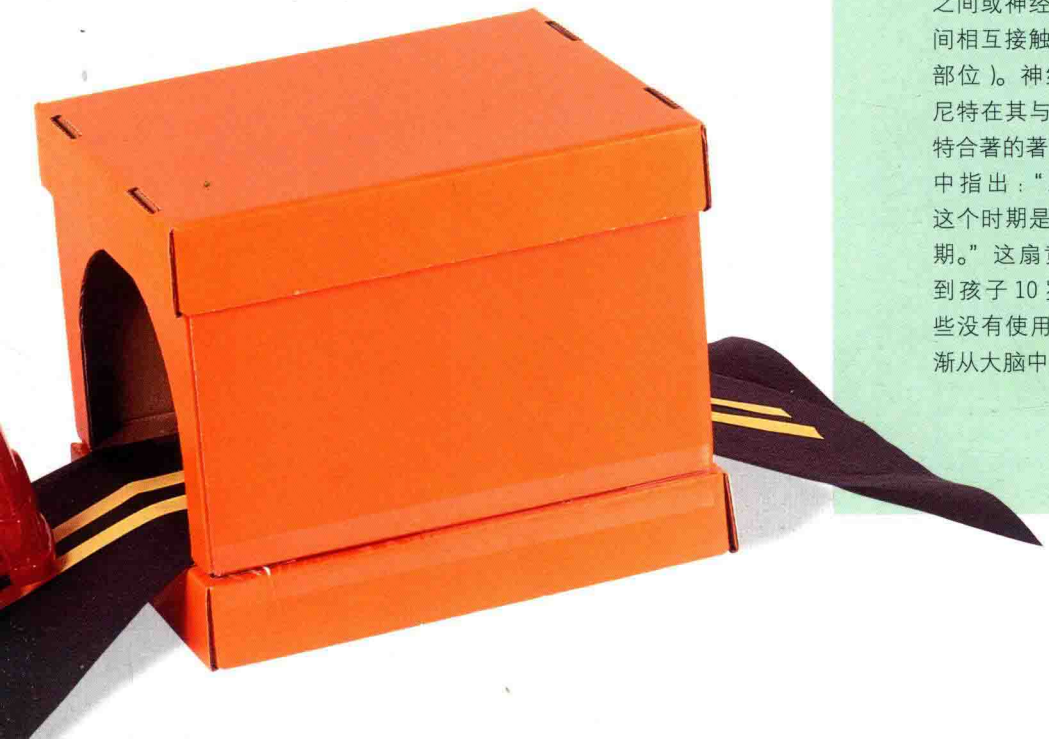
创意表达	✔
精细动作能力	✔
想象力	✔
语言发展	✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



● 在大纸箱的两侧各挖一个洞，做成隧道，给宝宝演示如何推着卡车穿过隧道。告诉宝宝卡车各部位的名称（如方向盘、轮胎），解释清楚为什么在黑暗的隧道中行驶需要打开车灯。你也可以让宝宝猜猜卡车的哪一部分会最先驶出隧道——是车头还是车尾呢？

让宝宝把精力投入到极具创意的玩具车游戏中，你将看到宝宝的运动技能是怎样提高的。



研究报告

宝宝对游戏的无尽热爱说明她正处于一个特殊而奇妙的发展阶段。2岁宝宝的大脑代谢所消耗的能量是成年人的2倍，他们拥有的突触也是成人的2倍（突触是指两个神经元之间或神经元与效应器细胞之间相互接触并借以传递信息的部位）。神经病学专家安·巴尼特在其与丈夫理查德·巴尼特合著的著作《最年轻的头脑》中指出："从生物学角度讲，这个时期是孩子学习的黄金时期。"这扇黄金大门只能开启到孩子10岁左右，之后，那些没有使用过的突触连接将渐渐从大脑中消失。

24个月及以上 2

消防车，开动！

一首最爱的运动歌曲

"Drive the Fire Truck"
（消防车，开动！）

和着乐曲 **"Ten Little Indians"**
（十个印第安小男孩）

Hurry, hurry,	快一点，快一点，
drive the fire truck,	快快开动消防车。
	（模仿开车的样子。）
hurry, hurry,	快一点，快一点，
drive the fire truck,	快快开动消防车。
hurry, hurry,	快一点，快一点，
drive the fire truck,	快快开动消防车。
ding, ding, ding, ding, ding!	当当当，当当当！
	（挥手仿佛在敲警钟。）
Hurry, hurry,	快一点，快一点，
climb the ladder,	快快爬上那云梯。
	（模仿爬梯子的样子。）
hurry, hurry,	快一点，快一点，
climb the ladder,	快快爬上那云梯。
hurry, hurry,	快一点，快一点，
climb the ladder,	快快爬上那云梯。
ding, ding, ding, ding, ding!	当当当，当当当！
Hurry, hurry,	快一点，快一点，
squirt the water,	快快喷洒出水柱。
	（模仿喷水的动作。）
hurry, hurry,	快一点，快一点，
squirt the water,	快快喷洒出水柱。
hurry, hurry,	快一点，快一点，
squirt the water,	快快喷洒出水柱。
ding, ding, ding, ding, ding!	当当当，当当当！

语言发展 ✔

角色扮演 ✔

按下警铃、拉响警报！唱起这首节奏欢快的儿歌，让喜欢大卡车的"小淘气"假装自己正开着最大、最抢眼的消防车跑来跑去——宝宝扮演的可是最令人兴奋的角色。面对面教宝宝开车时手部的姿势，或者站在宝宝背后帮助他完成这些动作。如果宝宝已经为扮演消防员做好了准备，你还可以找一个结实的大纸箱，将其涂成鲜亮的红色，让宝宝坐进去。一边推着宝宝四处转，一边唱"快一点，快一点！快快开动消防车"，并让宝宝模仿开车的动作。



你家的"小消防员"想象着自己正开着消防车，用水枪扑灭了一场大火。他一定会觉得这是最带劲的游戏。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



包中宝贝

在包里找好东西

宝宝总是会对大人钱包或公文包里的东西表示出无限的兴趣。但这可能带给家长一些麻烦（比如宝宝在玩耍中弄丢了你的信用卡）或是带给宝宝潜在的危险（如果包里装着打开的药瓶或者削尖的铅笔）。给宝宝一个属于自己的包，在里面放入安全的东西——可以是她在家长的包里找到的木制梳子、钥匙、镜子、笔记本，甚至钱包——让她随便乱翻。鼓励宝宝用手摸包里的东西（“你能摸到钥匙在哪儿吗？”），或者问她要拿出来什么东西。



宝宝似乎变成了小大人。这是她自己的小提包，里面的东西都是从父母的公文包里拿出来的安全物品。让宝宝探究不同的物品，了解它们的用途。

技能点睛

宝宝从包里向外掏东西的时候，你可以给她解释一下每件物品的用途，通过这种方式加深宝宝对物品的理解。（“你找到了汽车钥匙，真棒！现在我们就可以开车去商店了。”或者“你想不想用这个梳梳头发？”）经常更换包里的物品可以进一步挑战宝宝的分辨能力。

- ✔ 认知发展
- ✔ 语言发展
- ✔ 听觉能力
- ✔ 触觉分辨能力

摸一摸，告诉我

枕头套里有什么？

技能点睛

学会描述常见的物品，不但有助于宝宝了解不同的物品，还有助于他的语言发展。在宝宝视觉记忆的发展过程中，增加触摸这一元素，可以帮助他从三维角度理解物体的属性。

宝宝对周围的事物越来越感兴趣了，他总是满怀热情地探究一切物体的质地、味道、模样和动作。你想知道帮助宝宝研究和分辨不同形状、不同质地的物品会带给他什么样的感觉吗？不妨试试这个经典游戏，你还能变着花样玩呢。

- 在枕套或者帆布包里放一件宝宝熟悉的物品，比如玩具卡车、球、布娃娃或者宝宝最喜欢的勺子或杯子。
- 让宝宝把手伸到枕套里摸一摸（不许偷看哦），然后猜一猜自己摸到的是什么（或许宝宝需要多摸几次才能猜对）。如果宝宝实在猜不出来，就要在他泄气之前公布答案。
- 拿出枕套里的物品，告诉宝宝这件东西摸起来有什么特别之处。你可以向宝宝解释“软”和“硬”、“粗糙”和“光滑”等概念。
- 在枕套里放入另一个玩具，重复游戏。鼓励宝宝一边猜自己摸到的是什么玩具，一边用你教他的词语描述自己的感受。
- 你也可以变个花样，让宝宝把一件玩具藏在枕套里，然后由你来扮演侦探。你还可以把东西放进枕套里，然后让“小侦探”隔着枕套摸一摸，看他能不能猜出里面是什么。

认知发展	✔
语言发展	✔
听觉能力	✔
解决问题的能力	✔
触觉分辨能力	✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第147页的游戏“神秘的声音”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

“看，是我的杯子！”

通过这个动手触摸并说出物品名称的游戏，宝宝能体会到不同物品的质地，学会一些描述感觉的词语。





让宝宝用工具和彩色橡皮泥自由地玩，有助于她的创造力的形成。

研究报告

压、捏、揉、搓……橡皮泥的作用可不仅仅是为了培养宝宝的艺术才能。美国印第安纳大学布卢明顿分校的心理学家埃丝特·西伦主张让宝宝随心所欲地玩橡皮泥，用小手触摸橡皮泥时的感受，有助于发展宝宝“对世界的认识，从而使他们熟练使用不同的材料”。教育心理学家简·海利也相信橡皮泥、沙子、手指画和泥巴对宝宝大有裨益——它们能促进宝宝的触觉发展。简·海利还建议挑剔的父母们：“如果你有洁癖的话，那么请闭上眼睛想象一下，如果大脑里几乎没有（神经）树突分支，那才真是泥糊糊的一团呢！”

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



橡皮泥大师

造型和雕刻

你还记得自己小时候用橡皮泥捏出的各种滑稽可笑的东西吗？现在你家2岁大的宝宝也迷上彩色橡皮泥了。你可以去玩具店买点儿无毒的橡皮泥，也可以自己动手做一些彩色的橡皮泥（详细做法见右边的“巧手课堂”）。给宝宝提供充足的空间和一些安全的工具，比如擀面杖、压土豆泥器和饼干模具，然后让她开始雕刻。

- 大多数孩子更喜欢将橡皮泥压成各种不同的形状。你可以教宝宝把橡皮泥搓成球后再压扁，也可以教她先将橡皮泥搓成长条，再揪成一段一段的，然后再将其揉成团。
- 教宝宝将一些简单的形状（比如圆形、正方形、三角形）组合在一起，做成像脸、帽子或树等能识别的物体。
- 要找一些密封的容器存放橡皮泥，并用相应的颜色做标签贴在盖子上。等宝宝玩完后，让她把橡皮泥放入对应的容器里。

巧手课堂

把一量杯面粉、一量杯盐、一汤匙酒石、一量杯水和一汤匙植物油混合在一起。将混合物倒入锅里慢煮，直到泥开始向锅中间聚集。冷却后，加入5滴食用色素，揉捏至光滑。

技能点睛

玩橡皮泥有助于宝宝体验物体的形状和质地，同时还可以刺激她的感官，加强其精细动作能力。教宝宝使用一些基本的描述物体颜色、形状和质地的词语，可以扩大宝宝的词汇量。

- ✔ 理解因果关系
- ✔ 创意表达
- ✔ 精细动作能力
- ✔ 语言发展
- ✔ 感官探索

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第70页的“沙滩游戏”。

24个月及以上 2

鞋子大配对

整理不同尺码的鞋

技能点睛

这个简单的组合游戏通过让宝宝区分鞋子的大小和材质方面的差异，培养了宝宝早期的分类技能。和宝宝讨论问题，能扩大宝宝的词汇量。而让宝宝猜测不同种类的鞋有哪些用途，能够提高他解决问题的能力。

分类技能 ✔

语言发展 ✔

很多分类游戏都会让小宝宝不知所措，甚至灰心丧气，但2 ~ 2.5岁的宝宝常常急切地想尝试一下简单的分类整理任务——尤其是整理爸爸妈妈的鞋子更能让他们兴奋不已。你可以选择颜色、尺码、样式差别较大的鞋，比如大人的靴子、宝宝的鞋、大人的棉拖鞋，然后让宝宝把鞋子配成对。找到成对的鞋子后，问问宝宝这是什么款式的鞋、是谁的鞋、适合什么时候穿。如果有合适的鞋盒，有些宝宝会觉得更容易整理。



哪些鞋应该放在一起呢？在这个具有挑战性的整理游戏中，宝宝们会成功地将家里的鞋配好对，然后放在一起。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第176页的游戏“彩色汽车对对碰”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



神秘的声音

找到声音的来源

这是什么声音？是从哪里发出来的？这些问题会让你家的“小侦探”全身心地投入一场听力捉迷藏游戏。找一个可以长时间播放音乐的玩具或者其他可以发出声音的物品（比如厨房用的计时器或者钟表），把它藏在一个较低的架子、桌子或者橱柜里。和宝宝一起确定声音的来源并找出发声的物品。在寻找的过程中，你可以让宝宝猜猜这个神秘的声音是什么玩具或者物品发出来的。



用耳朵去寻找声音的来源或许是“小侦探”最爱玩的猜谜游戏了。

技能点睛

宝宝喜欢猜谜，这个游戏有助于提高宝宝的听觉能力。根据声音判断物品的位置，能教会宝宝利用排除法找到正确答案——让宝宝更深刻地意识到学习过程中需要经过思考和猜测。

- ✔ 听觉能力
- ✔ 解决问题的能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第179页的游戏“扩音器”。

娃娃物语

学习照料别人

技能点睛

宝宝总是通过观察父母的行为，学习如何友善地对待他人或者动物。你可以做宝宝的榜样，和她一起照顾洋娃娃（或者动物），教她使用适当的话语和姿势，让宝宝在游戏中学会付出自己的爱心。

- 创意表达 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 想象力 ✔
- 听觉能力 ✔
- 社交能力 ✔

看着宝宝温柔地和她的洋娃娃、泰迪熊以及其他玩具一起玩耍，你一定会被感动。但有时她的热情会过头，或许还显得比较粗鲁——尤其是和小动物或者小朋友一起玩耍的时候。你可以在宝宝和她想象中的朋友相处时，通过和宝宝的互动让她学习如何照顾、体贴他人。

- 让宝宝抱着她心爱的洋娃娃或者毛绒玩具，教她轻轻地给洋娃娃梳头发或者把洋娃娃抱在怀里轻轻摇晃。借助毛绒玩具教宝宝该怎样轻轻地抚摸小动物才会让它们感觉舒服。
- 告诉宝宝洋娃娃或者泰迪熊感觉很冷，让她帮洋娃娃穿上鞋袜和暖和的衣物，这样洋娃娃就会感觉暖和一点儿（或许宝宝需要你帮她为娃娃扣纽扣），或者给泰迪熊盖上毛茸茸的毯子，让它感觉舒服些。
- 你还可以教宝宝给洋娃娃或者动物喂食，因为它们一天都没有吃饭，肯定很饿了。你可以让宝宝给洋娃娃喂玩具食物，也可以给她一个勺子和一小盘麦片或葡萄干——这些东西比较容易清理。
- 宝宝抱着娃娃哄它睡觉时，你不妨和宝宝一起唱一支摇篮曲，然后让宝宝轻轻地把洋娃娃放在床上。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第132页的游戏“为娃娃洗澡”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

研究报告

很多成人都在劳神费力地纠正自己的语法错误，可是让我们感到脸红的是，一个3岁左右的孩子说出的句子中90%在语法上都是正确的。即便是那10%的错误也是因为孩子们太急于使用语法而造成的。比如，在汉语中我们通常会在名词的末尾加上“们”来表示复数，比如孩子们、学生们。但是为什么宝宝说“我想要三个洋娃娃们”的时候，我们却会笑话她呢？其实，宝宝正是严格按照语法规则说的呀！



爸爸在教女儿怎么照料娃娃的同时也给女儿上了重要的一课——怎样关爱他人。



彩色串球

分类、旋转、计数游戏

技能点睛

这个简单的游戏通过区别不同的颜色、大小，提高了宝宝的分类技能。此外，这个游戏还为家长提供了一个好机会，你可以向宝宝介绍一些表示比较的词语，比如，大、更大、最大。

分类技能 ✔
认知发展 ✔
协调性 ✔
语言发展 ✔

串在绳子上的彩色旋转球一定会吸引宝宝的眼球，因为他们喜欢色彩鲜艳而且旋转不停的东西。除了好玩，这个游戏还可以教给小宝贝一些重要的概念。首先，用一根细绳将一些带有小洞的彩球串起来（很多玩具商店都能买到这种彩球）。然后，将绳子紧紧地系在两把椅子之间。向宝宝演示如何旋转彩球、如何把球从绳子的一端滑到另一端。最后，让宝宝只旋转某种颜色的球或者只旋转大球。



如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第154页的游戏“水靶子”。

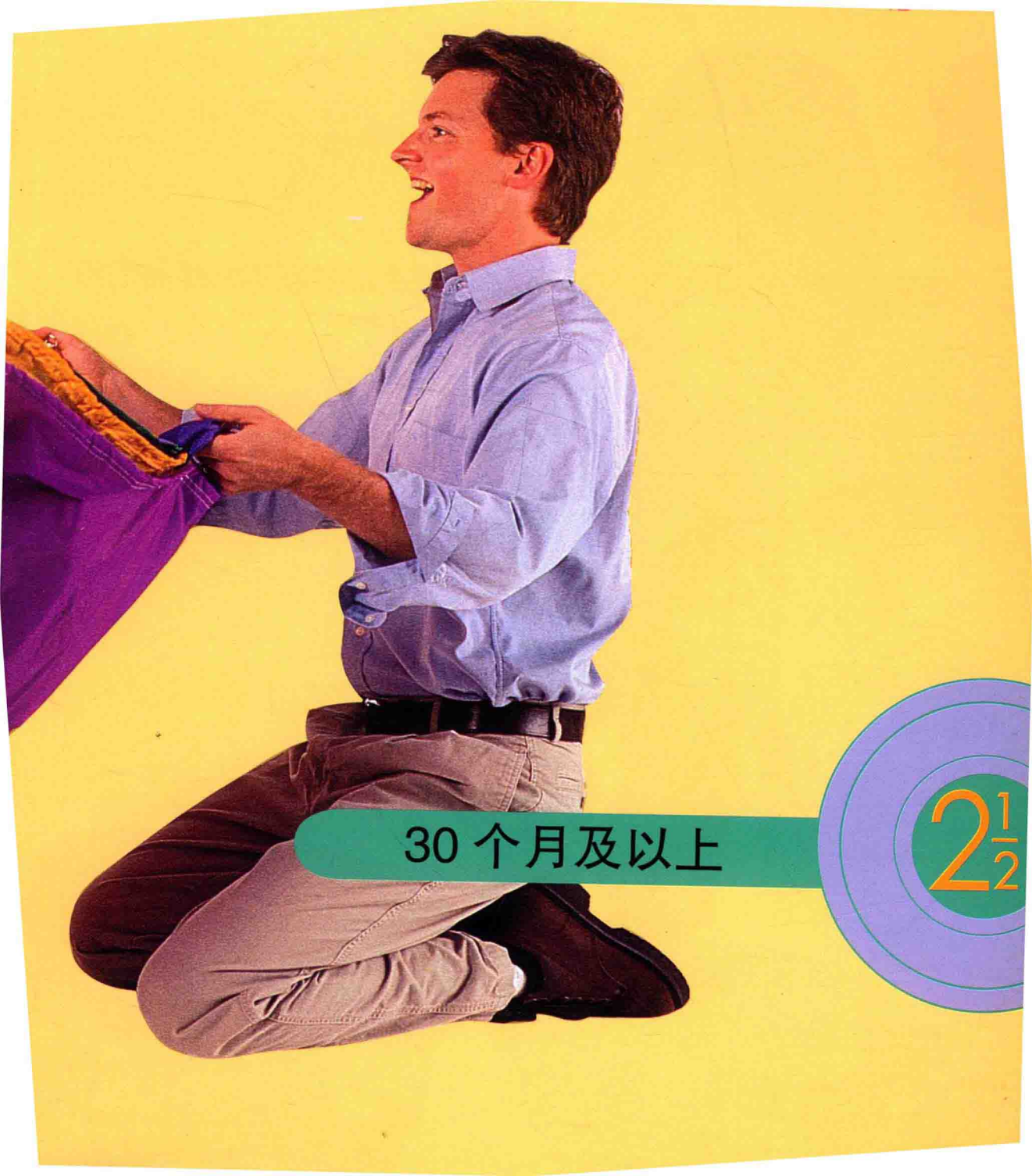
关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



让色彩鲜艳的彩球飞快地旋转起来，宝宝会觉得非常有趣。与此同时，宝宝也可以学会辨认不同的颜色（比如蓝色和红色），学到“大”和“小”、“多”和“少”的概念。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书


30 个月及以上
2 1/2



你家的“小投手”把球投进去了，溅起朵朵水花——宝宝的协调能力必须达到一定水平，才能把球扔进盆里。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



水靶子

击中目标，水花飞溅

水、球、投掷、溅起水花……这样的游戏也许会让家长和宝宝的身上湿漉漉的，但是只要宝宝开心就好。找两三个大塑料盆，在盆内装入一半水。收集一些小球，最好是能漂在水面上的球——比如塑料球或者乒乓球。让宝宝把球投入盆中，最后看看每个盆里能投入多少个球。宝宝每投一次你都要为她鼓掌，哪怕没有投中也无所谓。如果宝宝的投掷水平提高了，就可以增加游戏的难度，让她离盆远一点儿。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第162页的游戏“弹起来喽！”

技能点睛

这个戏水游戏可以提高宝宝的手眼协调能力和大运动能力。同时也是一种教宝宝数数的有趣方法。（“进了1个、进了2个。看！投进3个球啦！”）

- ✔ 协调性
- ✔ 计数概念
- ✔ 手眼协调能力
- ✔ 大运动能力

初级小画家

激发艺术潜能

技能点睛

宝宝30个月大的时候才开始意识到自己能够创造一些东西，不论是用彩笔涂鸦，还是拿着颜料刷乱抹乱画都是他的作品。让宝宝随心所欲地涂涂画画可以培养他的自信心，帮助他表达自己的想法。把日常生活用品变成美术工具有助于开发宝宝的创造力，还能增强他的精细动作能力和手眼协调能力。

- 创意表达 ✔
- 手眼协调能力 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 触觉刺激 ✔

宝宝的年龄还太小，不会画人物，也不会画风景，那他在画什么——你可能根本辨认不出来。但是每个宝宝的内心都潜藏着艺术天分，他们跃跃欲试，渴望一展身手。你应该给宝宝准备好颜料和适合他的小手操作的简单工具，帮助孩子释放自由创作的灵感。

- 把几种无毒的颜料（比如蛋彩画颜料）放入小碗或者烤盘里。准备几种绘画工具，比如画笔、橡皮刮刀和剪成不同形状的海绵。
- 告诉宝宝怎样蘸颜料、怎样在纸上涂抹颜料（也许就是把海绵在纸上滚几下，或者拿着刷子在纸上刷几下）。然后让他随意去画，体验不同的颜色和设计。记住，对这个年龄段的宝宝来说，没有什么对错之分——要让他随心所欲，想怎么画就怎么画，而不是遵照你的要求。
- 如果宝宝需要你的指导，那你就先在纸上画一些不同的形状（比如圆形、正方形、三角形、长方形），尽量画得大一些，然后让宝宝为其填充颜色——但不要指望他能将颜色全都涂在边线里面。
- 请你不要因为害怕脏乱、嫌麻烦而放弃这份快乐。游戏时，只需把大张的纸贴在容易清洗的平面上就可以了（比如餐桌或厨房的地板上）。记住，等你家的“小毕加索”完成大作之后要给他洗个澡。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第170页的游戏“彩色拼贴画”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



“爸爸，看我画的是什么？是一辆消防车！”开发宝宝的创造力就像在纸上涂抹颜料一样简单。



拿着手电筒，到黑乎乎的地方去寻宝。让宝宝在黑暗中使用手电筒，会令她更加兴奋，同时也会让游戏更具挑战性。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



趣味手电筒

寻找隐藏在黑暗中的玩具



拿着手电筒四处挥舞，会让很多宝宝兴奋不已。因为有了这件工具，他们不但可以战胜黑暗，还可以让周围的环境变个样。

- 晚上，把宝宝最喜欢的玩具，比如洋娃娃、一本书或是泰迪熊藏起来。把寻找范围控制在一两个房间里，这样宝宝找起来就没那么困难了。
- 告诉宝宝要找的东西，关上灯（或者只是把光线调暗一些），然后给宝宝一个手电筒（记得先告诉宝宝怎么使用手电筒），当然你也要拿一个手电筒。
- 为了让游戏更好玩、更有趣，你可以给宝宝提供一些线索。如果宝宝还是找不到，而且看起来有点儿沮丧，你就可以用手电筒发出的光引导她走到藏东西的地方。
- 如果能有更大一点儿的孩子加入游戏或者能有几个孩子一起玩，那就更棒了。因为这样你就可以一次藏起好几样东西——一些藏在比较隐蔽的地方——然后看着孩子们举着手电筒你照我、我照你，那也是很有趣的。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试141页的游戏“包中宝贝”。

技能点睛

寻找物品就是将一个困难抛给宝宝，让她集中精力想办法解决困难。第一步，自然是听你描述所藏的物品，这时宝宝需要有一定的理解能力。第二步，她必须想一想自己的玩具可能藏在哪里——这种抽象思维的形成是宝宝的一大进步。这个适合夜间玩的游戏还能缓解黑暗带给宝宝的恐惧和负面情绪。

- ✔ 听觉能力
- ✔ 解决问题的能力
- ✔ 社交能力
- ✔ 视觉记忆

天性与教育



我们是带着与生俱来的能力、缺陷和性格特征降临到这个世界上的，还是我们出生后不过是一张白纸，必须经历后天的打磨才能形成自我？究竟是天性主导，还是教育更重要？在很多科学家看来，不断涌出的有关大脑研究的新成果终于解决了这个由来已久的老问题。结论是什么呢？二者平分秋色。

几十年来，行为学研究表明：人类具有的攻击性、容易害羞、乐于冒险等特征是由基因遗传的。如此看来，在这场旷日持久的争论中，自然的力量（即天性）似乎成了赢家。然而神经学专家却证明：人类的大脑在出生时并未发育完善，环境因素会对人的个性发展产生巨大的影响——有时甚至会改变大脑的特征。20 世纪 90 年代，科学家们终于消除了这两个因素之间非此即彼的对抗格局，结论是：尽管人类生来就具有某些倾向和能力，但是这些特质的发展程度取决于一个人的经历，尤其是他幼年时期的经历。正如神经病学专家安·巴尼特在其与丈夫理查德·巴尼特合著的著作《最年轻的头脑》中提到的那样："行为遗传学家估计，先天遗传因素和后天环境因素的比例大约为 50：50。"

这个观点带给家长一个重要启示。一方面，这意味着如果宝宝天生就有某种行为偏好，家长可以帮助她克服这种倾向——比如，如果宝宝很容易害羞，你可以帮助她变得更外向一点儿；如果宝宝太过冲动，你可以教她学会控制自己的情绪。另一方面，如果宝宝有某种天赋，比如出色的音乐才能或者艺术天分，但是后天没有得到悉心培养，那么这种才能也不会彰显出来。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



嗨，蹦蹦跳先生

随着节拍摇摆

让小家伙随着欢快的节拍跳一跳、扭一扭，有助于宝宝掌握节拍，增强其动作的灵活性。让宝宝坐在你的膝盖上，与你面对面，你要一边唱一边用脚和着旋律踏出节拍。当蹦蹦跳先生向高处蹦时，你也要把宝宝高高地举起；当蹦蹦跳先生向低处蹦时，你只需稍稍把宝宝举一下。演唱第二节时，在把宝宝时高时低举起的同时还要轻轻地摇一摇他（摇晃不要太剧烈，否则会有危险）。你也可以自己增加一些动作——比如拍一拍、挥挥手。宝宝站稳后，你可以边唱边拍手，让他随着你唱的节奏跳一跳、扭一扭。



妈妈的怀抱很安全。伴随着欢快的节拍，宝宝上下飞跃，乐得哈哈大笑。

"Hey Mr. Jumping Jack"
（嗨，蹦蹦跳先生）

Hey Mr. Jumping Jack,	嗨，蹦蹦跳先生，
a funny old man,	一位有趣的先生，
he jumps and he jumps	蹦呀蹦，蹦呀蹦，
whenever he can.	无论何时都在蹦。
He jumps way up high,	一会儿往高处蹦，
he jumps way down low,	一会儿往低处蹦。
and he jumps and he jumps	蹦呀蹦，蹦呀蹦，
wherever he goes.	无论何地都在蹦。
Come on and jump!	加油，加油，继续蹦！
Hey Mr. Jumping Jack,	嗨，蹦蹦跳先生，
a funny old man,	一位有趣的先生，
he wiggles and he wiggles	摇呀摇，摇呀摇，
whenever he can.	无论何时都在摇。
He wiggles way up high,	一会儿在高处摇，
he wiggles way down low,	一会儿在低处摇。
and he wiggles and he wiggles	摇呀摇，摇呀摇，
wherever he goes.	无论何地都在摇。
Come on and wiggle!	加油，加油，继续摇！

- ✔ 听觉能力
- ✔ 节奏感

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第166页的游戏"泰迪熊之歌"。



弹起来喽！

球和降落伞的奇妙组合

技能点睛

这个游戏能够挑战宝宝身体的协调性和视觉的敏锐性。宝宝必须和你同步将毯子抖起来，才能把球高高抛起。同时宝宝还要一直盯着球，才能准确地用毯子接住球。玩这个游戏前不仅需要做一些准备，还需要有一定的合作意识——当然，想要接住球，宝宝还需要好好练习。

理解因果关系 ✔

脚眼协调能力 ✔

手眼协调能力 ✔

无论是夏天还是冬天，室内还是室外，一个沙滩球——或者一个比较轻的小球——就能给宝宝带来无尽的欢乐。玩这个游戏的时候，家长和宝宝要分别抓住毯子或迷你降落伞的两端，把沙滩球放在中间，然后向上抛，在球下落时用降落伞接住它。开始的时候要轻轻颠球，以免球被抛得太高，等宝宝能够很好地和你配合后，你们就可以把球抛得高一点儿了。



球弹起、落下，宝宝开心极了。这个游戏可以锻炼肌肉在运动中的协调性。



如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第110页的游戏“接住沙滩球”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



纸片拼图

将纸片拼起来

如果宝宝喜欢玩拼图和形状配对游戏，你就可以通过一些简单的拼图游戏来强化宝宝理解、分辨形状的能力，加强他的空间认知能力。找一张宝宝喜欢的彩色图片，比如动物图片、卡车图片、娃娃图片或者画有他最爱的食物的图片（杂志上有大量这样的图片）。然后把图片粘到信纸大小的纸或者硬纸板上，并将其剪成 4 大片。接下来，让宝宝将图片恢复原样。如果宝宝成功地完成了任务，你还可以将图片剪得更小些，以增加游戏的难度。



两片两片地将 4 片图片拼成一张蝴蝶图，宝宝现在已经可以完成这种难度的拼图了。

技能点睛

这个游戏不仅可以培养宝宝的空间意识，还能让宝宝对喜欢的图片进行创造和再创造（这也是对视觉记忆的测试），成功后他会有信心挑战更高难度的拼图。

- ✔ 认知发展
- ✔ 解决问题的能力
- ✔ 分辨大小和形状的能力
- ✔ 视觉分辨能力
- ✔ 视觉记忆

熟悉的气味

嗅觉之旅

技能点睛

这个游戏能进一步训练宝宝的感官能力。带着宝宝走进“气味王国”，可以让他了解大千世界的各种气味——不管是宜人的芳香气味，还是呛鼻难闻的气味。教会他描述不同气味的词语，告诉他散发这些气味的物体名称，这样可以扩大宝宝的词汇量。

语言发展 ✔

解决问题的能力 ✔

感官探索 ✔

视觉记忆 ✔

当宝宝边吃饼干边微笑的时候、当他见到西蓝花就撅起小嘴的时候，你就知道宝宝已经具备了味觉分辨能力。不过他的嗅觉如何呢？这个闻味认物的游戏可以帮助宝宝把气味与食物联系起来。

- 准备一些宝宝熟悉的且气味浓郁的食物，比如巧克力饼干、橙子和洋葱。
- 用手帕或围巾蒙住宝宝的双眼（或者直接将双手蒙在宝宝的眼睛上），让宝宝深吸一口气（不准他偷看），猜猜能发出这种气味的是什么食物。然后，让他尝尝这种食物，帮助宝宝更好地将食物和气味联系在一起。
- 宝宝掌握了上述技能后，再准备一些气味差别没那么大的食物。比如，测测宝宝能否区分桃和苹果、饼干和蛋糕、柠檬和橘子。
- 你还可以借助户外的气味来做这个游戏。比如，看看宝宝能否嗅出花、松子、潮湿的泥土和常见植物的气味。
- 让宝宝分辨你家附近可能闻到的气味，比如面包店里新出炉的面包的气味、餐厅里烤鸡的气味或是路边摊铺上时令水果的气味。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第142页的游戏“摸一摸，告诉我”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



“你现在闻到的东西是什么啊？”

呃！生洋葱辛辣刺鼻的气味很容易闻出来，但是这些橙子片呢？

泰迪熊之歌

宝宝们都喜欢泰迪熊，而那些与泰迪熊有关的儿歌的节奏和旋律对他们也有着永恒的吸引力。让宝宝坐在你的腿上，你要随着歌曲的节拍轻轻地晃动双腿，同时鼓励她跟你一起唱，或者陪宝宝一起（和她的毛绒玩具）做出相应的动作。





The Bear（小熊之歌）

和着乐曲

"For He's a Jolly Good Fellow"
（他是个快乐的好伙伴）

The bear went over the mountain,	小熊翻过了山岭，
the bear went over the mountain,	小熊翻过了山岭，
the bear went over the mountain,	小熊翻过了山岭，
to see what she could see.	它能看见什么呢？
To see what she could see,	它能看见什么呢？
to see what she could see.	它能看见什么呢？
The bear went over the mountain,	小熊翻过了山岭，
The bear went over the mountain,	小熊翻过了山岭，
The bear went over the mountain,	小熊翻过了山岭，
to see what she could see.	它能看见什么呢？

Teddy Bear,Teddy Bear（泰迪熊，泰迪熊）

Teddy bear, teddy bear,	泰迪熊呀泰迪熊，
turn around.	转呀转呀转圆圈。
	（唱这一句时跟宝宝一起转圈。）
Teddy bear, teddy bear,	泰迪熊呀泰迪熊，
touch the ground.	摸呀摸呀摸地板。
	（摸摸地板。）
Teddy bear, teddy bear,	泰迪熊呀泰迪熊，
show your shoe.	看呀看呀看鞋子。
	（伸出一只脚。）
Teddy bear, teddy bear,	泰迪熊呀泰迪熊，
crawl right through.	爬呀爬呀爬过来。
	（让宝宝从你的两腿间爬过去。）



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

Marching Bears（前进中的小熊）

和着乐曲

"The Saints Go Marching In"
（圣者的行进）

Oh when the bears go marching in,	看，小熊们正在前进，
oh when the bears go marching in,	看，小熊们正在前进，
oh, how I want to be a big teddy,	哦，我多渴望变成泰迪，
when the bears go marching in.	与它们一起大步前进。
	（和宝宝一起向前走。）
Oh when the bears go jumping in,	看，小熊们正在跳跃，
oh when the bears go jumping in,	看，小熊们正在跳跃，
oh, how I want to be a big teddy,	哦，我多渴望变成泰迪，
when the bears go jumping in.	与它们一起自由跳跃。
	（上下跳跃。）
Oh when the bears go wiggling in...	看，小熊们正在摆动……
	（摆动身体。）
Oh when the bears go tiptoeing in...	看，小熊们踮着脚尖……
	（踮起脚尖在屋子里转圈。）
Oh when the bears go hopping in...	看，小熊们蹦来蹦去……
	（两脚并拢跳。）

Bears Are Sleeping（小熊睡觉）

和着乐曲

"Frère Jacques"
（中文曲目《两只老虎》）

Bears are sleeping,	小熊睡觉，
bears are sleeping,	小熊睡觉，
in their caves,	在山洞，
in their caves.	在山洞。
Waiting for the springtime,	等着春天到来，
waiting for the springtime.	等着春天到来。
Shh! Shh! Shh!	请安静！
Shh! Shh! Shh!	请安静！

爸爸的膝盖是表演二重唱最完美的场所。这些儿歌有助于发展宝宝的语言能力和听觉能力。





瞄准目标

定点着陆

技能点睛

跳跃运动能促进宝宝身体两侧肌肉的发育，增强身体左右两侧的协调性。这个游戏能够与那些只能锻炼一侧肢体的游戏（比如扔球）完美地结合。对于年龄较大的幼儿，跳跃还可以加强他们的脚眼协调能力和平衡能力，因为宝宝需要跳到他的眼睛所看到的位置，而且在落地后必须保持身体直立。

学会跳跃是宝宝的一个巨大的进步，因为跳跃需要协调性、一定的力量和胆量。跳跃也是让宝宝兴奋不已的一项技能：看看小家伙跳进积聚着一大摊雨水的坑后那张兴奋的小脸你就知道了。你不妨帮她变换跳跃的形式，为宝宝设定一个跳跃目标，比如稳固的小凳子、结实的小墩子或者一个安全的着陆垫（请务必保证宝宝能落在柔软的或者有铺垫的表面），这样的游戏可以增强宝宝的信心。

- 把一张大手工纸或者彩纸作为靶子，并用强力胶将其粘在地板上，以免宝宝落地时纸靶子滑动。鼓励宝宝准确地跳到靶子上——要想成功恐怕得多练习几次。别忘了给宝宝鼓掌加油哦！
- 随着宝宝跳跃能力的不断增强，逐步将靶子变小；或者让宝宝从稍微高一点儿的地方向下跳（当然要确保安全第一）。
- 对于这样的跳跃，有些宝宝可能感到紧张。你可以亲自给她示范几次，以缓解宝宝的焦虑，或者在宝宝跳跃时握着她的手。一旦宝宝对自己的跳跃能力信心十足，她就会瞄准靶心一次次地尝试。

平衡能力 ✔
脚眼协调能力 ✔
大运动能力 ✔
空间意识 ✔

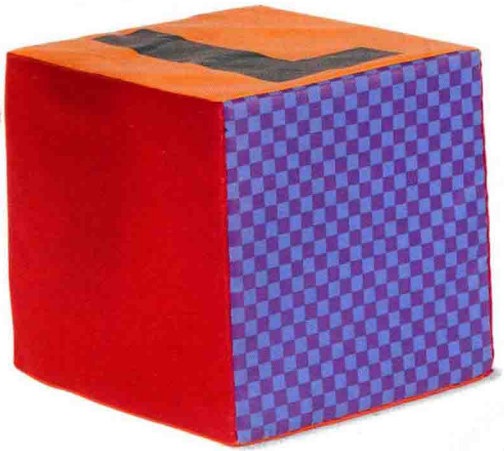
如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 173 页的游戏“转圈圈”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书





准备好了吗？预备，跳！这样跳起来“兜风”的运动能促进宝宝的肌肉发育，增强她的脚眼协调能力。





调查报告

制作拼贴画这样的体验活动可以激发宝宝的创造力，同时对他的成长也至关重要。美国得克萨斯州休斯敦贝乐医学院的研究人员发现，那些失去玩具和玩伴（包括看护人）的宝宝的大脑比正常宝宝的小 20%~30%。想要更好地刺激宝宝大脑的发育，其实并不需要父母给宝宝买很多高科技的小玩意或者价格昂贵的玩具。由美国阿拉巴马大学开展的一项大范围研究发现，简单的玩具（比如美术用品、积木和拼图）其实是促进宝宝认知及身体发育最好的玩具。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



彩色拼贴画

搜集有趣的图片

即便年龄很小，宝宝也一样会有明确的喜好。比如，他可能很喜欢音乐或动物，对园丁或厨师的工作很着迷。你可以帮助他用各种各样的图片来制作一幅趣味盎然的拼贴画，鼓励他发展自己的兴趣爱好。

- 从杂志、报纸甚至垃圾信件里搜集宝宝感兴趣的彩色图片，将它们放在篮子里。
- 让宝宝仔细观察，说一说自己拿的是什么图片。你可以问宝宝图片中的东西是什么（比如小提琴、鲸鱼、花或者蓝莓麦芬）。
- 让宝宝挑出他最喜欢的图片，并将其放在一张较厚的大纸上（比如手工纸）。
- 给宝宝示范如何将儿童（无毒）胶水涂在图片背面，然后将其粘在大纸上来制作拼贴画。
- 可以将完成后的拼贴画挂在显眼的地方，比如宝宝的卧室里、冰箱上或者门厅里。宝宝创作的艺术作品是供人欣赏的，可不能藏起来哦！

技能点睛

让宝宝自己挑选图片并制作拼贴图，能给他提供一个自由表达自己喜好的机会。鼓励宝宝讨论图片的内容能帮助他扩大词汇量。教宝宝用胶水将图片粘贴在纸上有助于锻炼他的精细动作能力。

- ✔ 创意表达
- ✔ 精细动作能力
- ✔ 语言发展
- ✔ 视觉分辨能力

“我喜欢海豚，因为它们生活在大海里。”在宝宝完成艺术创作的同时，你也可以对宝宝有更进一步的了解，因为这些作品能反映宝宝的个性和喜好。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第163页的游戏“纸片拼图”。



漂亮的箱子

装饰玩具箱

技能点睛

这个游戏不仅可以激发宝宝的创造力，而且还能让宝宝充分地表达自己的喜好。游戏将素描、彩绘、涂色和拼贴结合在一起，这样宝宝可以接触不同的艺术形式。此外，这个游戏还能优化宝宝的精细动作能力，提高她的社交能力，尤其是当家长一边和宝宝装饰盒子，一边鼓励宝宝参与讨论的时候。

- 创意表达 ✔
- 精细动作能力 ✔
- 社交能力 ✔

让宝宝把装着她的宝贝的玩具箱装饰得更漂亮，能充分体现宝宝的艺术天赋（尽管只是初级的）。找一个无色无图案的硬纸箱或者彩色纸箱（用白纸将彩色的纸箱包起来），然后给宝宝准备些可以涂画的记号笔和蜡笔，让她能在箱子上随意画些线条或圆圈。帮宝宝在箱子上粘上亮片、彩带或是从杂志、报纸上剪下的图片。你可以先确定一个主题（比如海洋），然后鼓励宝宝展开想象，在箱子上贴上波浪、小鱼、小船和沙滩球的图案。宝宝的作品完成后，记得让她把名字签在这个特殊的盒子上。



让宝宝自由选择蜡笔和贴纸，让她自己动手装扮出一个漂亮的百宝箱。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 156 页的游戏“初级小画家”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

30个月及以上 2½

转圈圈

唱着儿歌转圈圈

让宝宝随着这首儿歌的节拍舞动起来，这种将歌唱与有活力的动作结合起来的游戏可谓趣味十足。连唱几次儿歌《转圈圈》，并让宝宝按照歌词的内容做出夸张的动作，比如唱到“高高跳起来呀”时就要高高地跳起。“我们一起跳！”你家的小宝宝肯定喜欢模仿你的动作。这个游戏可以让宝宝更好地控制自己的身体，从而发展他的大运动能力。跟着儿歌跳舞还能加强宝宝对“上”、“下”、“左”、“右”这些方位词的理解。

随着音乐的旋律舞动，能帮助宝宝更好地控制自己的身体。



“Turn Around”（转圈圈）

和着乐曲 **“Frère Jacques”（中文曲目《两只老虎》）**

按照歌词内容做动作。开始要唱得慢一点儿，以便宝宝能理解自己所做的动作。

Turn around,	转个圈圈，
turn around,	转个圈圈，
touch your toes,	摸摸脚，
touch your toes.	摸摸脚。
Do a little jumping,	高高跳起来呀，
do a little jumping.	高高跳起来呀。
Squat real low.	蹲下去，蹲下去。

- ✔ 平衡能力
- ✔ 协调性
- ✔ 大运动能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第 118 页的游戏“从头到脚”。

迷你情景剧

茶话会开演啦

技能点睛

宝宝喜欢做成人所做的任何事情。这个情景模拟游戏足以让宝宝进入一个想象的世界。与宝宝合作完成各项任务——就算只是假想的——这有助于提高宝宝的社交能力，让她学会分享、给予并表示感谢。

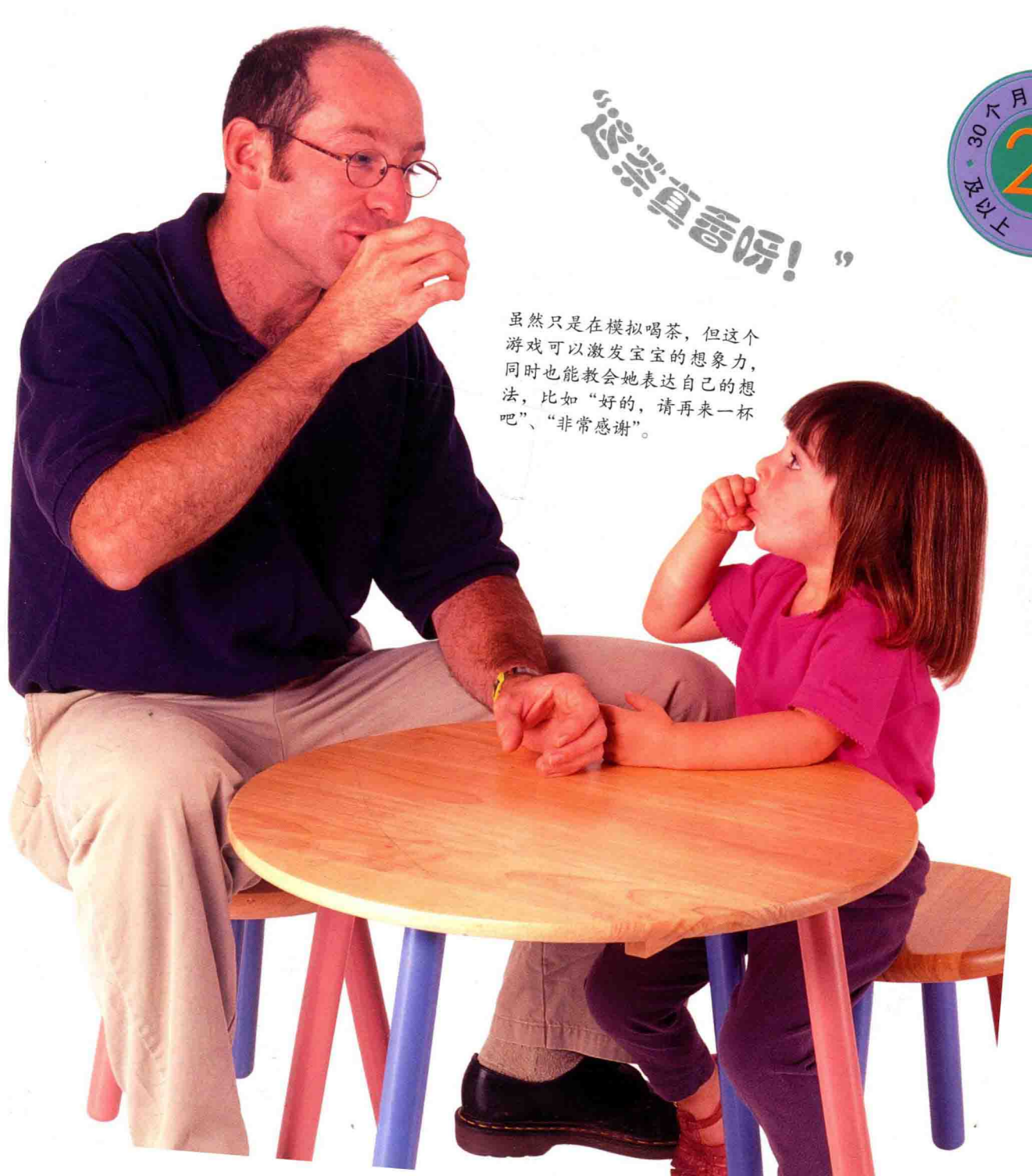
- 身体感知能力 ✔
- 创意表达 ✔
- 创造性动作 ✔
- 想象力 ✔
- 社交能力 ✔

宝宝是不是经常喜欢模仿你的一举一动呢？那就让她参与到成年人的活动中来，和你一起表演各种有趣的情景吧。

- 举行一次没有茶具的茶话会。假装沏一壶茶、端一盘点心，然后边喝茶边吃点心。在此过程中记得要说“请”、“谢谢”和“真好吃”等礼貌用语，让宝宝在游戏中学会讲礼貌，同时也能使茶话会变得更加生动有趣。
- 不用平底锅和原料来烤一个大蛋糕。假装将鸡蛋打开并与面粉充分混合，然后将面糊倒入平底锅里。完成所有工序后别忘了拍掉手上的面粉哦！最后享用一块美味的蛋糕吧！
- 还可以模拟开飞机、打扫房间或者骑在马上奔跑的情景。



关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



虽然只是在模拟喝茶，但这个游戏可以激发宝宝的想象力，同时也能教会她表达自己的想法，比如“好的，请再来一杯吧”、“非常感谢”。



彩色汽车对对碰

色彩配对游戏

技能点睛

准确将颜色配对不仅有助于锻炼宝宝的眼力、能让他区别不同的物体，还能训练他的思维能力——将具有相同特点（这个游戏中，相同特点是颜色）的不同事物联系起来。当宝宝把玩具汽车放到对应颜色的纸上时，家长要在一旁大声重复颜色的名称，以扩大宝宝的词汇量。

2岁的宝宝都对颜色非常感兴趣，而且也愿意辨别不同的颜色。这个游戏很好地利用了宝宝对颜色的兴趣，进一步强化了他识别色彩的能力。准备不同颜色的纸——与宝宝所有玩具汽车的颜色一一对应，把纸铺在地上，同时大声说出纸的颜色。接着，将玩具汽车放在与之颜色相同的纸上（比如，把红色汽车放在红色纸上，黄色汽车放在黄色纸上）。然后，把它们混合在一起，让宝宝把车“开”到对应颜色的“停车场”。

找到正确的“停车场”可以帮助宝宝发现不同物体的相同之处。



分类技能	✔
认知发展	✔
解决问题的能力	✔
视觉分辨能力	✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第185页的游戏“形状分拣工”。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



滑稽小脸

谈论感受

你的宝宝已经开始对情绪有所认知——他有时候高兴，有时候生气，有时候伤心。勺子木偶游戏可以帮助他分辨不同的感情，并能让他以适当的方式表达自己的感情。在3个木勺子上分别画出高兴、伤心和生气的表情。你也可以用手工纸将勺子打扮一番：给它贴上“头发”、“胡子”或者“打个领结”。通过勺子木偶向宝宝表达不同的感情，或者让勺子木偶之间互诉情绪。面带微笑的勺子木偶会说：“哦，宝贝！我今天要去动物园啦！”面带怒色的勺子木偶会说：“不，我不想穿外套！”同时鼓励宝宝表达自己的情绪。



技能点睛

也许就在几个月前，你的宝宝还只会用一种方式表达难过的情绪——哭。可现在他已经长大了，能用语言表达不同的情绪。而勺子木偶游戏正可以教给他如何进行这样的对话。不知你有没有发现，最近宝宝变得越来越像家里的“小皇帝”了。那不妨试试用笑脸勺子来向他示范一下，如何礼貌地向大人要一杯水而不是蛮横索要。

- ✔ 认知发展
- ✔ 创意表达
- ✔ 语言发展
- ✔ 社交能力

通过游戏宝宝往往更容易表达自己的情绪——因此，你可以让宝宝对着勺子木偶说出自己内心的情绪。

宝宝的语言

正如宝宝天生就有学习语言的本能一样，父母也会自发地通过各种方式促进宝宝这项重要技能的发展。在世界各地的文化中，父母们都会自然而然地采用一种高声调、慢节奏、重复性、吟唱式的方式对着婴幼儿讲话。语言学家将这种说话方式称为“父母语”（*Parentese*）。现在人们普遍认为，这种说话方式便于宝宝学习语言——这种包含韵律的简练语言可以让宝宝将词语与它所代表的事物更快地联系在一起，同时它还为宝宝提供了简化的语法和学习诸多语法规则时所需的重复。



父母还可以给予宝宝其他的帮助。正如第59页的研究报告中强调的那样，经常和宝宝聊天这个简单的行为，对于扩大宝宝的词汇量是至关重要的——即使对那些不会说话的宝宝也是一样。玛丽安·戴梦德博士和珍妮特·霍普森博士在其著作《儿童智力发育的五大里程碑》，中建议：“不管你能想到什么都可以告诉婴幼儿，要让你的宝宝浸润在语言之中。”让宝宝指着书中的图片，重复你说的单词、句子，还可以增加一点儿背景音乐，从而将她牢牢吸引，延长宝宝集中注意力的时间。

在一个真实且充满感情的情景中引入新的词语也是非常重要的。比如，将表示时间的词语“现在”和“之后”与宝宝吃他最喜欢的零食和他去公园的时间联系在一起的话，他就会更快地明白这些词语的意思并将其记住。告诉宝宝房间里每样东西的名称、车里的通行证是干什么用的、市场里有些什么……这样不仅可以满足宝宝无穷无尽的好奇心，还能扩大他的词汇量。宝宝在满2岁前，会将自己学到的这些词语从嘴里一涌而出。最后，别忘了亲身教育的好处：把宝宝抱在怀中，跟他聊聊天或是一起阅读故事，不仅可以增加你与宝宝之间亲密的肢体接触、培养你与宝宝之间的感情，还能加快他学习语言的速度。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



扩音器

有趣的隆隆声

现在她说起话来已经很流利了，而且既可以轻轻地小声嘀咕（当她给泰迪熊“讲故事”的时候），又可以高声尖叫（当她被迫离开游乐场的时候）。你可以用纸质扩音器放大宝宝的声音、训练她的听觉能力。将一张大厚纸卷起来，然后让宝宝从纸卷较细的一端说话，这样就可以改变她声音的音色、方向和音量。拿着扩音器反复大声说话、轻声细语，或者用它放大歌声和笑声。

技能点睛

宝宝在玩耍时会自然而然地发现自己的感官功能，但是这个游戏可以让宝宝更加专注地探索倾听和发声的乐趣。而且动手制作玩具还有助于拓展宝宝的创造力。宝宝是天生的表演家（所以“小人来疯”常常能取悦客人）。

- ✔ 理解因果关系
- ✔ 创意表达
- ✔ 听觉能力
- ✔ 感官探索

快来听一听：宝宝非常喜欢用这个纸制扩音器来扩大她说话的音量。



如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 190 页的游戏“动物表演家”。

彩带舞

随着彩带翩翩起舞

技能点睛

教宝宝跳舞的时候，你可以用上彩带，这样她就会更清楚地意识到该怎样挥动胳膊、转动身体才能让彩带飘起来。这个游戏能锻炼宝宝的大运动能力，增强其身体的协调性。圆环发出的响声还可以激发宝宝的节奏感和创造力。

宝宝已经很喜欢跳舞了，但是加上几条带有圆环的轻盈彩带，她转起圈来就会觉得更加奇妙、乐趣无边。

- 动手为宝宝制作彩带舞的道具：从家中找 2 个小圆环（比如刺绣用的小绷圈），从商店买十几根彩带——也可把旧床单剪成 30 ~ 64 厘米长的细条，将每条彩带的一端紧紧地系在圆环上。



身体感知能力	✔
协调性	✔
创造性动作	✔
大运动能力	✔
节奏感	✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

- 告诉宝宝这些彩带的颜色，问问她最喜欢哪个颜色。
- 教宝宝一边跳舞一边挥舞彩带：可以上下挥舞，也可以左右挥舞。
- 播放你和宝宝都喜欢的音乐，与宝宝一起随着节奏挥舞彩带，让彩带飘起来。
- 把彩带放在地上，绕着彩带跳舞或者绕着彩带前后左右地跳来跳去。

别忘了鼓励宝宝用这个漂亮的新道具来段即兴表演。



宝宝在屋子里旋转跳舞时，一定会爱上这些五颜六色、上下纷飞的彩带。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 124 页的游戏“纱巾飘飘”。

放大镜

小眼看大世界

技能点睛

透过放大镜观察事物是帮助孩子欣赏大自然的绝佳途径。当树叶不再是简简单单的一片树叶，而是一个布满了有趣线条的迷宫或者当一只小昆虫突然显露出眼睛、腿和嘴巴的时候，你的宝宝就会明白，原来大自然是这么丰富而神奇。帮助她描述所看到的物体也有助于扩大宝宝的词汇量。

认知发展	✔
语言发展	✔
分辨大小和形状的能力	✔
触觉刺激	✔
视觉分辨能力	✔

放大镜可以激发宝宝对这个世界的好奇心，能够帮助她换个角度认识世界。透过放大镜，小小的沙粒看起来好像是彩色的石子、看似平整的绿叶上原来还有细细的纹路。看到这些，宝宝一定会惊叹不已。

- 带着宝宝外出散步，开启一次全新的探险之旅。教她如何使用放大镜观察不同的物体，比如树叶、岩石、小草、花朵、沙子，甚至昆虫，并让她仔细观察它们。宝宝细心观察时，鼓励她摸摸那些东西，然后帮助宝宝用最恰当的词语描述它们。
- 告诉宝宝“大”和“小”的概念。（比如，如果我们没有拿着放大镜观察，鹅卵石是很小的，现在，你看它变得多大呀！）不过你千万要记得，在晴天时外出要加倍当心，以免阳光透过放大镜晒伤宝宝的皮肤或是点燃物品。



当宝宝有机会透过放大镜观察物体时，她会发现，普普通通的岩石和松果也能变成迷人的景观模型。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



● 你也可以带宝宝在室内四处看看。让她用放大镜仔细观察一下毯子、面包、盆栽、毛绒玩具和宠物身上的毛。让宝宝讲一讲自己看到的东西，当她不知该用什么词语形容时，你不妨提示她一下。

● 放大镜也可以让宝宝进一步了解我们的身体。让宝宝观察一下自己的脚趾、手指或者是你的眼睛和舌头。





雨声筒交响曲

探索大自然的声音

技能点睛

当宝宝还处于婴儿阶段的时候，他总喜欢用小手去抓摇铃之类能够发出响声的玩具。现在，通过这个游戏他可以听听雨声筒制造出的雨声，并将其和真正的雨声进行比较，这样可以增强宝宝的听觉能力。

看到下雨、听着雨声，宝宝们大多对此十分着迷，那毕竟是从天而降神奇之水。只要用雨声筒你就能随时模拟“哗啦啦”的雨声。你可以在乐器店买到木制的雨声筒，也可以在玩具店买到彩色的塑料雨声筒。当然，你还可以自己动手制作雨声筒：将一杯大米倒进海报包装筒里，然后把包装筒的两端密封起来。给宝宝读关于雨的故事或者唱关于雨的歌曲时，鼓励宝宝慢慢地翻转雨声筒。在雨天，让宝宝听听真正的雨声，然后鼓励他用自己的雨声筒制造出类似的声音，并比较两种声音有什么相似之处。



宝宝翻转雨声筒，会发出“哗啦啦”的声音，这能够让宝宝感知雨的世界和声音的节奏。

- 创造性动作 ✔
- 听觉能力 ✔
- 感官探索 ✔

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第 147 页的游戏“神秘的声音”。

关注微信公众号：宝贝 免费获取更多育儿书



形状分拣工

识别形状并将其一一归类

这个游戏能帮助宝宝轻松快速地识别不同形状。收集一些球形和方形的东西，并将它们混合到一起。取一个圆盆和一个大方盒，让宝宝将所有球形的东西都放在圆盆里，将所有方形的东西都装进方盒里。在游戏过程中宝宝可能出错，但是有了你的帮助，他很快就能熟练地把不同形状的东西区分开来并一一归类。



将球形和方形的物体放入与之形状相似，但体积较大的容器里，这样宝宝就能分清楚物体的形状和大小了。

技能点睛

这种分类游戏能强化宝宝的基本技能：根据特征识别并划分物体——本游戏中的特征是形状。此外，宝宝还会明白，即使是形状相同的物体也会有不同的大小（也就是说，小球是圆形的，盆也是圆形的，但是圆盆比小球大）。

- ✔ 分类技能
- ✔ 认知发展
- ✔ 分辨大小和形状的能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第 187 页的游戏“树叶排排队”。



数一数、找一找

物体对对碰

技能点睛

找出隐藏的物体能增强宝宝的自信心（所以不要把物品藏得太隐蔽哦）。在宝宝找出物品的同时大声数数，这样宝宝既能了解数字的顺序，又能了解基本的加法概念。让宝宝找到几分钟前见过的物品可以增强他的视觉记忆。

计数概念	✔
视觉分辨能力	✔
视觉记忆	✔

所有孩子，无论大小，都喜欢寻找藏起来的东西——不论是宝宝的摇铃、妈妈的脸，还是藏在爸爸口袋里的饼干。多准备几样东西让宝宝寻找，这样宝宝在玩游戏的同时也能学习数数。你需要收集 3 件或 3 件以上的相似物品，比如杯子、鞋、木勺或者彩球。先给宝宝看看你收集到的东西，然后把它们藏在家中不同的位置（注意：“藏”东西时要露出物品的一小部分，这样宝宝可以比较容易地找到），让宝宝想办法将它们找出来。每当宝宝找到一件物品，你就要大声地数一个数并为他的胜利而鼓掌。如果你想要增加游戏的难度，不妨藏起更多成对的物品让宝宝寻找。



“再找一件”，你可以在寻宝游戏中引入数字概念，寓教于乐。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让他再试试第 158 页的游戏“趣味手电筒”。

关注微信公众号“手手宝贝”免费获取更多育儿书



树叶排排队

按照大小分类

宝宝通常喜欢给自己的东西做记号（“那是我的勺子”），还喜欢把他的东西分成几类（“这些是我的帽子，那些是我的鞋”）。家长可以利用宝宝的这个兴趣特点——喜欢对物品做标记并进行分类——来做采集树叶并将其分类的游戏。收集一些大小不同的树叶——小的、中等的和大的，然后从这 3 种树叶中各取出一片，分别将其贴在纸袋或小盒子外面，把其余的树叶混合在一起。让宝宝按照大小把树叶放进正确的袋子或者盒子里。宝宝一边分类，你一边给他讲有关树叶的故事，比如树叶是从哪里来的、它们是什么颜色的。

如果你觉得去户外收集树叶很麻烦，不妨用彩色手工纸剪一些大小各异的纸树叶。

技能点睛

分类游戏对宝宝来说非常有趣，因为这是让他安排甚至控制周围事物的一种方式。这个游戏能够让宝宝了解“大”和“小”的概念，从而帮助宝宝识别不同物体的大小。讲述有关树叶的故事还可以教会宝宝关于颜色和大小的词语，同时也给他上了一堂生动的自然课。

- ✔ 分类技能
- ✔ 认知发展
- ✔ 语言发展
- ✔ 分辨大小和形状的能力



全都归位了吗？想让宝宝充分理解“大”、“中”、“小”的概念，分拣树叶可是个很棒的方法。

拿着鸡毛掸子给家具除尘是宝宝们都很想做的家务，所以不妨让这个小帮手和你一起工作，给枯燥的家务活注入乐趣。干完活后记得要表扬宝宝哦！



研究报告

你在扫地或者擦洗桌面时，有没有想过宝宝能给这些枯燥的家务活带来什么影响？很多家长都惊讶于宝宝为什么对这些日常杂事充满热情。其实早在1个世纪前，意大利的医生兼教育家玛丽亚·蒙台梭利就已经阐述了让宝宝做家务的意义和价值，此外她还针对幼儿早期教育提出了很多革命性的观点。她认为，这种分享家务活的做法能激发宝宝的责任感和自尊心，同时也能让宝宝感到自己为家庭或者班级作出了贡献。如今，世界各地有上千所教育机构以蒙台梭利教育理论为基础开展教学活动，教室里有小水池、小笤帚、小拖布等清洁工具，就连学前班的孩子也要贡献自己的力量，做一些力所能及的事情。

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



有样学样

模仿成人的一举一动

宝宝是不是常常会像你那样挎着手提包，还会学你说话的样子对着宠物讲话？宝宝这样的行为有时候会让你觉得很高兴，但有时候又会让你觉得很尴尬。你真的会用呵斥的口气说“快放下”吗？现在，你可以有意识地让宝宝模仿你的一些活动——在此过程中还能完成一些家务活。



- 鼓励宝宝帮助你干些力所能及的家务活，比如清理院中的树叶、擦拭灰尘、清扫地面、搭建鸟笼或者修理破损的楼梯。你可以让她使用小一点儿的工具，如果让她使用大人的工具，一定要保证宝宝的安全，或者就让她用玩具工具来完成工作。宝宝会非常乐意成为你的小帮手。
- 如果家里有宠物，可以让宝宝给宠物喂食、梳理毛发、洗澡、带它玩耍。这样她不仅能学到新的技能，而且还能学着像你照顾她那样去照顾宠物。
- 如果宝宝主动提出帮你干活，花园是个理想的地方。你可以演示一下如何播种，然后让宝宝动手试一试。一段时间后，如果宝宝忘了自己曾在花园里播撒过种子，等到植物发芽时，你可以给她一个意外惊喜，让你家的“小园丁”看看自己的劳动成果。
- 干活的时候不妨来点儿音乐——一边劳动一边吹口哨或唱歌。

技能点睛

宝宝需要通过观察他人——尤其是爸爸妈妈——来学习新的技能。与宝宝一起玩这个互动游戏是教给宝宝做日常家务活的绝佳方法（虽然现在还不适合给她安排一些复杂的家务活）。这个游戏能够增强宝宝的自信心，因为在游戏过程中她要扮成爸爸妈妈做一些家务活。让宝宝模仿你的声音和动作能增强她的听觉及视觉能力，而随时相伴的音乐又能培养宝宝的节奏感。

- ✔ 协调性
- ✔ 大运动能力
- ✔ 听觉能力
- ✔ 角色扮演
- ✔ 听觉能力

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 174 页的游戏“迷你情景剧”。

动物表演家

模仿小动物

技能点睛

让宝宝像狮子那样追踪目标、像大象那样甩鼻子或者像小鸟那样飞行……要想完成这样的动作，宝宝需要有一定的平衡能力和协调性，而且还要有力量。让宝宝扮演动物能激发她的想象力，同时也能培养她对这个世界上其他生物的感情。

宝宝会冲着狗“汪汪”乱叫、会跟小猫一起爬来爬去，还会因为看到动物园里的各种动物而兴奋不已，甚至做出奇怪的表情。宝宝们非常喜欢动物，喜欢它们的一举一动。教宝宝模仿动物能帮助她发现并欣赏动物的美。

- 先和宝宝一起看书或杂志里的动物图片，然后讲讲动物们的行为举止——怎么走路、吃什么、住在哪里、怎样交流等。你也可以拿出宝宝的毛绒玩具，告诉她这些小动物如果是真的，它们会怎样生活。



不管看见什么动物，你的宝宝都喜欢去模仿，这样做不仅有益于培养宝宝的想象力，还能让她变得更加敏捷灵巧。

认知发展	✔
创造性动作	✔
大运动能力	✔
想象力	✔

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书



● 给宝宝示范每种动物的叫声：狗熊嗷嗷叫、小猫喵喵叫、公鸡喔喔叫、青蛙呱呱叫。然后让宝宝模仿她在公园里或动画片中听到的那些动物的叫声——吼叫声或者嘎嘎嘎的叫声。

● 你也可以给宝宝示范一下各种动物的动作：鸭子一扭一扭地走路，马儿在田野上快步小跑，青蛙在荷叶上跳来跳去，猴子在树枝间攀爬跳跃，大象用长鼻子从树上扯下树叶。让宝宝模仿这些动物的动作——扭来扭去、小跑、跳跃、摆动胳膊、伸展手脚。

如果宝宝喜欢这个游戏，家长可以让她再试试第 174 页的游戏“迷你情景剧”。



词汇表



抽象思维

指人在认识过程中借助概念、判断、推理反映现实的思维方式。它以抽象性为特征，撇开具体形象，揭示事物的本质属性，也叫逻辑思维。假装做事情、理解时间概念、寻找丢失的物品和计划探访亲朋好友等活动，都需要运用抽象思维。

触觉刺激

感觉器官接收的外来刺激，压力、温度以及毛发在皮肤上的运动都可以产生这种刺激。触觉刺激能让幼儿适应全新的感官体验，如第一次品尝某种食物、无意间被碰到。

触觉分辨能力

通过触摸辨别不同形状、不同材质的物体的能力。能够识别不同的物体，有助于幼儿进一步探索、认识周围的世界。（“我的口袋里有一根柔软的羽毛和一块冰凉的石头。”）。

创意表达

运用声音、动作或艺术（比如绘画或素描）交流思想和感情。

创造性动作

运用自己设计的肢体动作交流思想和感情。

大运动能力

控制全身大肌肉活动的能力，比如胳膊和腿部的肌肉。大运动能力包括行走、跑步和攀登等。

分辨大小和形状的能力

分辨不同大小、不同形状的物体以及对不同物体相互关系的认知能力，比如大狗、小猫和方盒子。

分类技能

根据事物的特点（如大小、形状或颜色）将物体分别归类的能力。

概念理解

概念是思维的基本形式之一，它能够反映客观事物一般的、本质的特征。人类在认识过程中，把所感觉到的事物的共同特点抽出来，加以概括，就成为概念。在这里，概念理解是指幼儿通过游戏、探索、运动和体验等掌握已形成的概念的过程。

感官探索

通过各种感官——触觉、听觉、视觉、嗅觉和味觉——来探索世界。

角色扮演

凭借想象力扮演不同的人或物。角色扮演能帮助儿童体会多种情感。

脚眼协调能力

通过眼睛目测距离和高度并处理所得信息，从而协调落脚的时间和位置。比如，踢球、跑上台阶、在

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

不平整的道路上行走都需要借助脚眼协调能力。

节奏感

人捕捉到、感受到、表现出乐曲节奏的韵律、韵味、趣味、情趣等节奏美的一种直觉。

解决问题的能力

处理问题并寻找问题答案的能力。幼儿拧紧瓶盖、捡起杯子的同时不丢掉手中的毛绒玩具等情况就表现了他解决问题的能力。

精细动作能力

控制小肌肉，尤其是手部肌肉来做小动作的能力。比如捏起一粒葡萄干、用剪刀剪东西、写字、扣按钮、打响指、系鞋带。

空间意识

根据他人或其他物体的位置判断自己所处的位置。空间意识能够辅助幼儿在床下爬行、穿过走廊以及进行一些其他的日常活动。

逻辑推理能力

根据已知的事实、依据规律或事物的物理特性判断事物的发展和结果，以实施相应行动的能力。将物品分类、嵌套物品、堆放物品都需要运用逻辑推理能力。幼儿将椅子拉到爸爸的书桌前，以便拿到电脑，同样需要借助逻辑推理能力。



平衡能力

平衡就是几个力同时作用在一个物体上，各个力互相抵消，物体保持相对静止状态、匀速直线运动状态或绕轴匀速运转运动。平衡能力是指宝宝能够在重力影响下保持身体直立并做出各种姿势的能力，它对宝宝学习怎样坐、站、走、跑、跳、滑冰和骑车等活动来说至关重要。



词汇表



认知发展

指人类通过思维活动认识事物、了解事物、获得知识的能力。这里包括识别、分类和比较物体；记忆日常事务、人和物体的位置；作出判断以及解决问题。

上肢力量

脖颈、肩膀、手臂以及上身肌肉的发育程度，上肢力量对爬行、牵拉、搬运重物等活动至关重要。

社交能力

与他人恰当地互动、交往的能力，包括分享、分辨他人的情绪等。

身体感知能力

这里指幼儿不但了解自己四肢、关节和肌肉的感觉，还知道身体各部位所处的位置及其名称。

神经元

动物神经系统的功能单位，又称神经细胞。神经元对信息加工，并将其传递给靶组织——其他神经元、肌肉、腺体等。这通常需要通过某些化合物质——神经递质来介导。我们移动身体、进行思考、调动感官以及表达情绪需要不同的神经细胞发挥作用。

视觉分辨能力

聚焦、区分视野范围内物体的能力。拥有一定的视觉分辨能力后，幼儿才可以识别出图片中的鸟、在人群中找到父母。

视觉记忆

记忆物体、面孔和形象等的能力。拥有视觉记忆，幼儿就可以记住一系列物体或图片，这是学习阅读的基础。

手眼协调能力

根据视觉信息控制手的位置和动作，比如接球。

双侧协调能力

左右两侧肢体相互配合完成左右对称或不对称的动作的能力。拥有双侧协调能力，幼儿才能掌握爬行、走路、游泳、攀爬和跳跃等能力。

条件反射

人和其他动物为适应环境变化而新形成的反射活动（比如，抬起手保护自己不被球击中）。

听觉发育

幼儿听觉系统的成熟是口语发展的必需条件。

听觉能力

分辨各种声音的能力，包括音乐以及口语等。

突触

两个神经元间的特化的联结处，存在于一切动物的神经系统中。一个神经元轴突末梢的神经冲动或通

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

过化学方式（借助神经递质），或通过电学方式（借助局部电流）传递，以影响其他神经元的兴奋度。研究人员认为心理刺激可以增加突触网络的大小和复杂性，由此提高幼儿的认知能力。

想象力

心理学上指在知觉材料的基础上，经过新的配合而创造出新形象的能力。想象力包括结合过去的经验提出新想法的活动以及抽象思维。还包括让幼儿体验不同的角色、预测自己行为的结果和创作新剧本。

协调性

能够熟练地综合运用各种感官，流畅而准确地作出反应，从而完成各种动作，比如踢球。

形状认知

识别圆形、三角形等具体形状的能力。形状认知有助于幼儿学习阅读和书写。

因果关系

原因和结果之间的关系。原因是造成某种结果或引起另一件事情发生的条件；结果是在一定阶段，事物发展所达到的最后状态。让宝宝理解因果关系有助于他明白，自己的行为或动作将会导致什么结果（比如把玩具卡车从高高的椅子上扔下去的话，车就会掉在地上。）

语言发展

获取语言技能的复杂过程，包括理解人类的语言、发出声音、口语表述、扩大词汇量以及掌握读写能力。

自我意识

幼儿对自己作为独立个体的认识。拥有良好自我意识的幼儿自我感觉通常很好。





技能索引



平衡能力

开心降落伞 26
枕头路 36
定格舞 39
我们一起来浇水 88
掌握平衡 112
骑大马 117
沙包保龄球 126
快乐的脚印 131
瞄准目标 168
转圈圈 173

身体感知能力

传球啦! 24
小手拍拍 32
枕头路 36
车轮之歌 42
快乐小脚丫 47
跟我做 57
镜子，镜子，告诉我 60
捂住你的眼睛 68
指指看 84
从头到脚 118
为娃娃洗澡 132
迷你情景剧 174
彩带舞 180

理解因果关系

橱柜乐队 44
我有一只小鸭子 56
纸积木 64
麦圈挑战赛 82
明快的节奏 90
管子里的秘密 98
沙包保龄球 126
橡皮泥大师 144
弹起来喽! 162
扩音器 179

分类技能

形状搭配 83
鞋子大配对 146
彩色串球 150
彩色汽车对对碰 176
形状分拣工 185
树叶排排队 187

认知发展

戴帽子喽! 38
车轮之歌 42
跟我做 57
蜡笔画出新世界 76
捉迷藏 80
麦圈挑战赛 82
指指看 84
高贵的约克公爵 96
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
彩色串球 150
纸片拼图 163
彩色汽车对对碰 176
滑稽小脸 177
放大镜 182
形状分拣工 185
树叶排排队 187
动物表演家 190

协调性

传球啦! 24
车轮之歌 42
橱柜乐队 44
跟我做 57
我们一起来浇水 88
惊喜! 89
火车之旅 114
快乐的脚印 131
彩色串球 150
水靶子 154
转圈圈 173
彩带舞 180
有样学样 188

计数概念

神奇的冰箱贴 104
水靶子 154
数一数、找一找 186

创意表达

沙滩游戏 70
大自然的艺术 86
明快的节奏 90
玩具大游行 92
伸出小手拍一拍 106
畅游水族馆 122
喂，你是谁? 125
我是谁? 130
动物医生 134
嘀! 嘀! 138
橡皮泥大师 144
娃娃物语 148
初级小画家 156
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172
迷你情景剧 174
滑稽小脸 177

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

扩音器 179

创造性动作

跟我做 57
捂住你的眼睛 68
宝贝，摇起来！ 69
迷你情景剧 174
彩带舞 180
雨声筒交响曲 184
动物表演家 190

脚眼协调能力

枕头路 36
掌握平衡 112
纱巾飘飘 124
快乐的脚印 131
弹起来喽！ 162
瞄准目标 168

手眼协调能力

手指乐队 25
快乐的泡泡 30
枕头路 36
方寸之间有智慧 66
手鼓声声 75
形状搭配 83
大自然的艺术 86
神投手 95
接住沙滩球 110
纱巾飘飘 124
沙包保龄球 126
水靶子 154
初级小画家 156
弹起来喽！ 162

精细动作能力

小蜘蛛 35
我猜，我猜，我猜猜猜 46
罐中取宝 53
嗨，尼克博克先生 61
纸积木 64
方寸之间有智慧 66
沙滩游戏 70
蜡笔画出新世界 76
麦圈挑战赛 82
形状搭配 83
大自然的艺术 86
玩具大游行 92
管子里的秘密 98
神奇的冰箱贴 104
伸出小手拍一拍 106
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
嘀！嘀！ 138
橡皮泥大师 144
娃娃物语 148
初级小画家 156
彩色拼贴画 170
漂亮的箱子 172





技能索引



大运动能力

传球啦! 24
快乐的泡泡 30
小手拍拍 32
枕头路 36
纸板城堡 48
嗨，尼克博克先生 61
玩具大游行 92
神投手 95
接住沙滩球 110
火车之旅 114
骑大马 117
从头到脚 118
纱巾飘飘 124
沙包保龄球 126
快乐的脚印 131
水靶子 154
瞄准目标 168
转圈圈 173
彩带舞 180
有样学样 188
动物表演家 190

想象力

玩偶游戏 113
火车之旅 114
骑大马 117
畅游水族馆 122
我是谁? 130
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
嘀！嘀！ 138
娃娃物语 148
迷你情景剧 174
动物表演家 190

语言发展

手指乐队 25
快乐的泡泡 30
戴帽子喽! 38
车轮之歌 42
我猜，我猜，我猜猜猜46
快乐小脚丫 47
一书一世界 50
罐中取宝 53
我有一只小鸭子 56
我是大明星 58
镜子，镜子，告诉我 60
捂住你的眼睛 68
照片的乐趣 72
指指看 84
大自然的艺术 86
高贵的约克公爵 96
火车呜呜叫 100
诱人的质感 101
和树聊聊天 102
伸出小手拍一拍 106
玩偶游戏 113
畅游水族馆 122
喂，你是谁? 125
哗啦啦下雨了 128
嘀！嘀！ 138
消防车，开动! 140
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
橡皮泥大师 144
鞋子大配对 146
彩色串球 150
熟悉的气味 164
彩色拼贴画 170
滑稽小脸 177
放大镜 182
树叶排排队 187

听觉能力

手指乐队 25
小手拍拍 32
小蜘蛛 35
定格舞 39
车轮之歌 42
橱柜乐队 44
一书一世界 50
我有一只小鸭子 56
跟我做 57
我是大明星 58
嗨，尼克博克先生 61
宝贝，摇起来! 69
手鼓声声 75
捉迷藏 80
指指看 84
明快的节奏 90
从头到脚 118
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142
神秘的声音 147
娃娃物语 148
趣味手电筒 158
嗨，蹦蹦跳先生 161
扩音器 179
雨声筒交响曲 184
有样学样 188

解决问题的能力

纸积木 64
方寸之间有智慧 66
麦圈挑战赛 82
惊喜! 89
魔术杯 137

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书

摸一摸，告诉我 142
神秘的声音 147
趣味手电筒 158
纸片拼图 163
熟悉的气味 164
彩色汽车对对碰 176

节奏感

橱柜乐队 44
我有一只小鸭子 56
宝贝，摇起来！ 69
手鼓声声 75
明快的节奏 90
火车呜呜叫 100
从头到脚 118
嗨，蹦蹦跳先生 161
彩带舞 180

角色扮演

我是谁？ 130
为娃娃洗澡 132
动物医生 134
消防车，开动！ 140
有样学样 188

自我意识

镜子，镜子，告诉我 60
喂，你是谁？ 125

感官探索

快乐小脚丫 47
纸板城堡 48
我有一只小鸭子 56
宝贝，摇起来！ 69
惊喜！ 89
和树聊聊天 102
畅游水族馆 122
哗啦啦下雨了 128
橡皮泥大师 144
熟悉的气味 164
扩音器 179
雨声筒交响曲 184

分辨大小和形状的能力

纸积木 64
方寸之间有智慧 66
形状搭配 83
管子里的秘密 98
神奇的冰箱贴 104
纸片拼图 163
放大镜 182
形状分拣工 185
树叶排排队 187

社交能力

小手拍拍 32
戴帽子喽！ 38
定格舞 39
我猜，我猜，我猜猜猜 46
纸板城堡 48
罐中取宝 53



技能索引





我是大明星 58
镜子，镜子，告诉我 60
手鼓声声 75
蜡笔画出新世界 76
捉迷藏 80
神投手 95
接住沙滩球 110
玩偶游戏 113
火车之旅 114
喂，你是谁？ 125
我是谁？ 130
为娃娃洗澡 132
娃娃物语 148
趣味手电筒 158
漂亮的箱子 172
迷你情景剧 174
滑稽小脸 177
有样学样 188

空间意识

纸积木 64
高贵的约克公爵 96
掌握平衡 112
瞄准目标 168

触觉分辨能力

快乐小脚丫 47
惊喜！ 89
诱人的质感 101
包中宝贝 141
摸一摸，告诉我 142

触觉刺激

开心降落伞 26
快乐的泡泡 30
小蜘蛛 35
纸板城堡 48
沙滩游戏 70
诱人的质感 101
哗啦啦下雨了 128
初级小画家 156
放大镜 182

视觉分辨能力

开心降落伞 26
一书一世界 50
镜子，镜子，告诉我 60
照片的乐趣 72
捉迷藏 80
和树聊聊天 102
纸片拼图 163
彩色拼贴画 170
彩色汽车对对碰 176
放大镜 182
数一数、找一找 186

视觉记忆

我猜，我猜，我猜猜猜 46
一书一世界 50
照片的乐趣 72
蜡笔画出新世界 76
捉迷藏 80
神奇的冰箱贴 104
从头到脚 118
魔术杯 137
趣味手电筒 158
纸片拼图 163
熟悉的气味 164
数一数、找一找 186

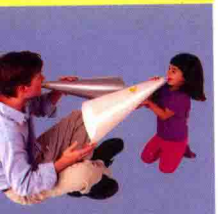
概念理解

哗啦啦下雨 了 128
动物医生 134

关注微信公众号 手手宝贝 免费获取更多育儿书





美国金宝贝早教

幼儿游戏 1~3岁

家长是孩子的第一位老师，而在陪伴孩子的过程中，这位老师也需要一些灵感和外界的帮助，指导他们将宝宝旺盛的精力变成快乐的亲子游戏，从而更好地发展宝宝的各项重要技能。《美国金宝贝早教婴儿/幼儿游戏》系列亲子游戏丛书为平日忙于照顾和陪伴婴幼儿的家长、（外）祖父母们以及其他看护人员提供了大量易于掌握、便于操作的游戏，这些游戏均源于美国“金宝贝”游戏和音乐项目（Play & Music）中最先进的早教理念，由美国“金宝贝”的资深专家精心设计。它既可为婴幼儿带来无穷的乐趣，又可帮助他们开发各种重要技能，其中包括：

- 创造性表达
- 听觉能力
- 分类技能
- 视觉记忆
- 社交能力
- 角色扮演
- 平衡能力
- 双侧协调能力
- 手眼协调能力
- 精细动作能力
- 语言发展
- 空间意识
- 分辨大小和形状的能力
- 计数概念
- 认知发展
- 解决问题的能力
- 抓握能力
- 触觉分辨能力
- 脚眼协调能力
- 大运动能力

上架建议 育儿
ISBN 978-7-5304-5822-8
9 787530 458228 >
定价：45.00元



