皮亚杰 Jean Piaget

亲子游戏育儿法

THE GAMES & PARENTING

爱立方（LOVE CUBIC）出品

郭建红 主编



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

THE GAMES & PAR

和孩子一起游戏，是一种非常有效的育儿方式，除了有助于孩子各方面的能力发展，还是建立良好亲子关系的最佳途径，让孩子在游戏中体验爱与信任，完成健康的人格塑造。希望这本书能带给您的孩子一个开心而丰富多彩的童年，一次快乐的成长体验，同时也带给您一个良好而温馨的亲子关系。



上架建议 亲子·家教
ISBN 978-7-5640-5560-8
9 787564 055608 >
定价：45.00元

皮亚杰 Jean Piaget
亲子游戏育儿法
THE GAMES & PARENTING

爱立方（LOVE CUBIC）出品
郭建红 主编

北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目（CIP）数据

皮亚杰亲子游戏育儿法 / 郭建红主编. —北京：北京理工大学出版社，2012.3

ISBN 978-7-5640-5560-8

Ⅰ. ①皮… Ⅱ. ①郭… Ⅲ. ①智力游戏-学前教育-教学参考资料 Ⅳ. ①G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 009920 号

出版发行 / 北京理工大学出版社
社　　址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号
邮　　编 / 100081
电　　话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)
网　　址 / http://www.bitpress.com.cn
经　　销 / 全国各地新华书店
印　　刷 / 北京市联华宏凯印刷有限公司
开　　本 / 700 毫米×1000 毫米　1/16
印　　张 / 34
字　　数 / 540 千字
版　　次 / 2012 年 3 月第 1 版　2012 年 3 月第 1 次印刷　　责任校对 / 陈玉梅
定　　价 / 45.00 元　　责任印制 / 边心超

图书出现印装质量问题，本社负责调换

让孩子在游戏中成长

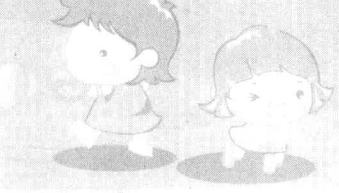
我们每个人，都曾经在游戏中获得对人生的最初体验，并在游戏里实践了自己对这个世界的最初主张。可以说，游戏是我们人生的预演。

著名的瑞士儿童心理学家皮亚杰是发生认识论创始人。他对于儿童各类概念以及知识形成的过程和发展进行过深入的研究。在研究的过程中，他提出了自己的儿童游戏理论。

他认为，儿童在成长的过程中，不得不经常适应一个不断从外部影响他的、由年长者的兴趣和习惯所组成的社会世界，与此同时，又不得不经常适应一个对他来说理解得很肤浅的物质世界。因此，为了达到必要的、情感上和智慧上的平衡，儿童需要一个可以利用的活动领域。在这个领域中，既不需要强制，也不需要处分。儿童身处其中，并非为了适应现实，恰恰相反，他们要让现实被他们自己所同化。这样一个活动的领域，便是游戏。

游戏是认识新事物的方式，是形成和扩大知识与技能的方式，是把思维和行动结合起来的方式，是儿童智慧发展的重要手段。在游戏中，儿童可以扩大认识，形成一些概念，能够让思维变得灵活，进而可以用实物、动作和语言来表现周围世界。

皮亚杰在他的游戏理论体系中还提出，儿童的智慧发展阶段决定了他们不同的游戏方式，比如练习性游戏、象征性游戏和有规则的游戏。它们分别与智慧发展的感知运动阶段、前运算阶段和具体运算阶段相对应。



根据皮亚杰的理论，国内著名教育专家、儿童心理专家郭建红老师主编了本书。本书根据发展心理学所阐述的幼儿认知阶段划分，为0—6岁的幼儿分阶段准备了语言能力、运动智能、精细动作、认知能力、情绪与社会性以及艺术能力等六个方面的游戏，以帮助孩子在每个阶段获得最佳的发展。

语言类游戏可以预先发展、培养宝宝的听力、口头表达能力；运动类游戏可以锻炼宝宝的关节肌肉，训练宝宝协调能力和反应能力，促进宝宝身体的良好发育；动手类游戏可以锻炼宝宝手、脚、眼、脑的协调能力，增强自信心，培养想象力；认知类游戏可以提高宝宝观察能力，促进五觉的发展，帮助宝宝集中注意力；情绪和社会性类游戏能够提高宝宝人际交往能力，加强和宝宝的情感联系，让宝宝学会礼仪、分享、信任和沟通；艺术类游戏能够促进宝宝的大脑发育，发现并提高对音乐、美术等艺术领域的审美能力和兴趣点。

在书中，我们不仅告诉了大家每个游戏的目的与作用，还列出每个游戏需要准备的素材和详细步骤。这些游戏不仅可操作性强、简单、容易实现，而且效果都非常好。另外，孩子的成长，是爱的点滴积累。为了体现孩子成长的脚步，我们在每个游戏后面设计了成长记录。家长们可以用一条微博的文字量来记录孩子做每个游戏的成长故事。这让这本书充满温情，更具有纪念意义。

和孩子一起游戏，是一种非常有效的育儿方式，除了有助于孩子各方面的能力发展，还是建立良好亲子关系的最佳途径，让孩子在游戏中体验爱与信任，完成健康的人格塑造。希望这本书能带给您的孩子一个开心而丰富多彩的童年，一次快乐的成长体验，同时也带给您一个良好而温馨的亲子关系。

CONTENTS

目录

第一篇 0~6个月宝宝的亲子游戏

0~6个月宝宝的语言发展

1.做鬼脸 …… 005
2.亲子交谈 …… 006
3.分辨父母 …… 006
4.唱儿歌 …… 007
5.这是谁 …… 008
6.照镜子 …… 009
7.快乐宝宝 …… 010
8.“a” “o” “e” …… 011

0~6个月宝宝身体运动智能发展

1.皮肤抚摩 …… 014
2.拉手起坐 …… 014
3 气球来了 …… 015
4.“大肚子”爸爸 …… 016
5.跳一跳，望一望 …… 017
6.坐抱 …… 018
7.碰一碰 …… 019
8.宝宝学翻身 …… 020

0~6个月宝宝的精细动作发展

1.捏疙瘩 …… 023
2.玩过家家 …… 024
3.自己翻书 …… 025
4.有趣的门铃 …… 026
5.找豆豆 …… 027

6.打手机 …… 027
7.好多的玩具 …… 028
8.小玩具转转转 …… 029

0~6 个月宝宝的认知能力发展

1.移动的气球 …… 032
2.手指和脚趾 …… 033
3.宝宝玩水 …… 034
4.小球游戏 …… 035
5.味觉小游戏 …… 035
6.搔身乐呵呵 …… 036
7.四处走走 …… 037
8.寻找小糖豆 …… 038
9.黑白图片 …… 039

0~6 个月宝宝的情绪和社会性发展

1.拥抱和触摸 …… 042
2.社会交往游戏 …… 043
3.自己拿奶瓶 …… 044
4.宝宝洗澡 …… 045
5.单独玩 …… 046
6.宝宝起床了 …… 047
7.逗笑宝宝 …… 048
8.袋鼠妈妈 …… 049

0~6 个月宝宝的艺术潜能发展

1.和宝宝一起听音乐 …… 052
2.宝宝的艺术画廊 …… 053

3.印脚印 …… 054
4.蹲蹲舞 …… 055
5.画太阳 …… 056
6.会飞的花瓣 …… 057
7.好玩的炊具 …… 058
8.有趣的水蒸气 …… 059

第二篇 6~12个月宝宝的亲子游戏

6~12个月宝宝的语言发展

1.“听话”的宝宝 …… 065
2.指认物名 …… 066
3.来来去去 …… 066
4.小花猫 …… 067
5.太阳和月亮 …… 068
6.什么玩具来了 …… 069
7.小白兔 …… 069
8.神奇的盒子 …… 070
9.悬挂的字卡 …… 071

6~12个月宝宝身体运动智能发展

1.宝宝学爬行 …… 074
2.大力气爸爸 …… 075
3.站立行走练习 …… 076
4.小兔子坐大船 …… 076
5.床下探宝 …… 077
6.飞呀飞 …… 078

7.和宝宝比力气 …… 079
8.大刺猬和小刺猬 …… 080

6~12 个月宝宝的精细动作发展

1.剥糖果 …… 083
2.会开花的书 …… 083
3.小玩具睡觉了 …… 084
4.老爷爷的胡须 …… 085
5.摘果果 …… 086
6.小豆豆蹦蹦跳 …… 087
7.飘动游戏 …… 087
8.小球钻洞 …… 088
9.夹子游戏 …… 089

6~12 个月宝宝的认知能力发展

1.不一样的感觉 …… 092
2.房间的味道 …… 093
3.小小跷跷板 …… 094
4.在哪儿呢 …… 095
5.苹果和鸡蛋 …… 096
6.宝宝的魔方 …… 097
7.叠起来 …… 098
8.归位游戏 …… 099

6~12 个月宝宝的情绪与社会性发展

1.一起玩耍 …… 102
2.是“对”还是“错” …… 103
3.藏猫猫 …… 104

4.学会肢体语言 …… 105
5.宝宝不自私 …… 106
6.宝宝真能干 …… 107
7.照顾娃娃 …… 108
8.小熊手偶 …… 109
9.洗水果 …… 110

6~12 个月宝宝的艺术潜能发展

1.宝宝的苹果树 …… 113
2.小小斗牛士 …… 114
3.绿树叶 …… 115
4.小鸡吃米 …… 116
5.添画竖线 …… 117
6.纱巾舞 …… 118
7.箱子转转转 …… 119
8.宝宝演唱会 …… 120
9.“雪花”的快乐 …… 121

第三篇 1~2 岁宝宝的亲子游戏

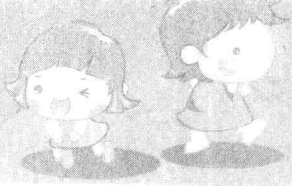
1~2 岁宝宝的语言发展

1.请你跟我做 …… 127
2.看电视，学词语 …… 128
3.“你”“我”“他” …… 128
4.扑通跳下水 …… 129
5.巧学认字 …… 130
6.嘴巴 …… 131

7.动物开会 …… 132
8.看图说动作 …… 133
9.大鞋子 …… 133
10.蝴蝶飞呀飞 …… 134
11.跑到树那边 …… 135
12.学叫声 …… 135
13.填字游戏 …… 136
14.有趣的纸巾 …… 137
15.桌上桌下 …… 138
16.接话 …… 139
17.大灰狼和小羊咩咩 …… 140

1~2岁宝宝的身体运动智能发展

1.双人滚翻 …… 143
2.会跳的小兔 …… 144
3.吹球进筐 …… 144
4.不倒翁 …… 145
5.小猫吃鱼 …… 146
6.有趣的书 …… 146
7.枕头游戏 …… 147
8.墙、笔、花 …… 148
9.玩沙子 …… 149
10.宝宝钻“山洞” …… 150
11.绳上小舞者 …… 151
12.宝宝模仿秀 …… 152
13.跳跃游戏 …… 153
14.拍蝴蝶 …… 153
15.把东西端过来 …… 154



16.走“V”形 …… 155
17.大“拱桥”，小“拱桥” …… 156

1~2岁宝宝的精细动作发展

1.小豆豆跳水 …… 159
2.下雨啦 …… 159
3.扔玩具熊 …… 160
4.学拿笔 …… 160
5.我会穿鞋 …… 161
6.包“糖果” …… 162
7.炒瓜子 …… 163
8.剥鸡蛋 …… 164
9.手指碰碰头 …… 165
10.穿丝带 …… 166
11.有趣的帽子 …… 167
12.制作响葫芦 …… 168
13.书本骨牌 …… 169
14.杯子“排队” …… 169
15.流星雨 …… 170
16.折纸花 …… 171

1~2岁宝宝的认知能力发展

1.不同的声响 …… 174
2.球球泡澡 …… 174
3.麻布刷身 …… 175
4.分水果 …… 175
5.糖果和饼干 …… 176
6.认识青菜 …… 177

7.调制糖水 …… 178
8.辨别形状 …… 179
9.你来选择 …… 179
10.找图片 …… 180
11.每人分一个 …… 180
12.哪个是西红柿 …… 181
13.大帽子与小帽子 …… 182
14.它们都是圆的 …… 183
15.谁的多 …… 184
16.猜猜看 …… 185
17.小算盘 …… 186

1~2岁宝宝的情绪与社会性发展

1.难走的路 …… 189
2.一起来顶牛 …… 190
3.喂鸟 …… 191
4.刷牙 …… 192
5.小狗遇难记 …… 193
6.果皮扔到哪里 …… 194
7.自制礼物 …… 195
8.小兔子乖乖 …… 195
9.哈气暖手 …… 196
10.宝宝捡球 …… 197
11.认出自己 …… 198
12.“别踩我” …… 199
13.宝宝真能干 …… 200
14.宝宝让路 …… 201
15.全副武装 …… 203

16.考考默契 …… 204

1~2 岁宝宝的艺术潜能发展

1.卷筒游戏 …… 207
2.彩色粘贴 …… 208
3.添画竹叶 …… 208
4.如果感到幸福 …… 209
5.指纹画 …… 210
6.有趣的刷画 …… 211
7.树叶贴画 …… 211
8.圆圆的饼干 …… 212
9.小红旗 …… 213
10.大风和小风 …… 214
11.小刺猬运果子 …… 215
12.画五角星 …… 216
13.舞动的小脚丫 …… 217
14.小企鹅爱跳舞 …… 218
15.小小雪花图 …… 219
16.翻书认颜色 …… 220
17.西瓜子 …… 221

第四篇 2~3 岁宝宝的亲子游戏

2~3 岁宝宝的语言发展

1.打电话 …… 227
2.猜一猜 …… 228
3.小兔子过年 …… 228

4.小香蕉 …… 229
5.m 聚会 …… 230
6.问一问，答一答 …… 231
7.有趣的扑克牌 …… 232
8.闻一闻 …… 233
9.寻找字母 …… 234
10.量词歌 …… 235
11.剥豌豆 …… 236
12.字母保龄球 …… 237
13.动物叫 …… 238
14.表达感受 …… 239
15.一起去看小鸟 …… 240
16.汉字转盘 …… 241
17.对歌 …… 242

2~3 岁宝宝的身体运动智能发展

1.时光隧道 …… 245
2.骑“马” …… 245
3.荡秋千 …… 246
4.可爱的小袋鼠 …… 247
5.捉影子 …… 247
6.“采”果子 …… 248
7.宝宝学开车 …… 249
8.降落伞 …… 249
9.追堵游戏 …… 250
10.往返跑 …… 251
11.“信送到了” …… 252
12.卷白菜 …… 253

13.小火车 …… 254
14.我是手推车 …… 255
15.快躲起来 …… 256
16.打气球 …… 256
17.搜寻脚印 …… 257
18.龟兔赛跑 …… 257

2~3岁宝宝的精细动作发展

1.葡萄草莓酱 …… 260
2.纸杯游戏 …… 261
3.摸一摸 …… 262
4.自己穿衣、脱衣 …… 263
5.徒手小游戏 …… 264
6.学“煎鱼” …… 265
7.打鸡蛋 …… 266
8.手指传笔 …… 267
9.摇啊摇 …… 268
10.扣纽扣比赛 …… 269
11.比输赢 …… 269
12.百变橡皮泥 …… 270
13.扔纸球 …… 271
14.寻宝藏 …… 272
15.瓶盖 …… 273
16.好看的线团 …… 274
17.花样玩球 …… 275
18.挤压游戏 …… 275

2~3 岁宝宝的认知能力发展

1.拍一拍，挑一挑 …… 278
2.小专家 …… 279
3.走迷宫 …… 280
4.称米学重量 …… 281
5.数字游戏 …… 282
6.像什么 …… 283
7.数数之旅 …… 283
8.触碰游戏 …… 284
9.会变的影子 …… 285
10.找帽子 …… 286
11.小铃铛 …… 287
12.采集小石子 …… 288
13.辨别玩具 …… 289
14.小水坑 …… 290
15.另一半在哪里 …… 291
16.泡茶叶 …… 292
17.大小分类 …… 293

2~3 岁宝宝的情绪与社会性发展

1.放大镜中的世界 …… 296
2.做家务 …… 297
3.给小兔子搬家 …… 298
4.妈妈哭了 …… 299
5.如果没有眼睛 …… 300
6.表演哑剧 …… 301
7.“对不起” …… 302

8.卖火柴的小女孩 …… 303
9.表情书 …… 304
10.宝宝学礼貌 …… 305
11.小伙伴聚会 …… 306
12.不同的职业 …… 307
13.独处 …… 308
14.学洗手 …… 309
15.给老爷爷捶背 …… 310

2~3岁宝宝的艺术潜能发展

1.从这儿到那儿 …… 313
2.色彩拼贴艺术 …… 314
3.画树叶 …… 315
4.画鸡蛋 …… 316
5.面粉游戏 …… 317
6.花蝴蝶飞呀飞 …… 318
7.模仿画画 …… 319
8.下雪啦 …… 320
9.拍拍手走一走 …… 321
10.水钢琴 …… 321
11.小小舞蹈家 …… 322
12.小小音乐家 …… 323
13.自由作画 …… 324
14.手印画 …… 325

第五篇 3~4岁宝宝的亲子游戏

3~4岁宝宝的语言发展

1.看图编故事 …… 329
2.拍纸牌 …… 329
3.复述句子 …… 330
4.倒着说 …… 331
5.宝宝的书 …… 332
6.捉迷藏 …… 333
7.动物找家 …… 334
8.字母找家 …… 335
9.小小火柴盒 …… 336
10.奇妙的口袋 …… 337
11.拼字游戏 …… 338
12.听音找字 …… 339
13.小蝴蝶找花 …… 340
14.春天的绿草 …… 341
15.宝宝学方位字 …… 342
16.踩“石”过河 …… 343
17.娃娃家 …… 344

3~4岁宝宝身体运动智能发展

1.跳呼啦圈 …… 347
2.光脚丫游戏 …… 348
3.棉被真好玩 …… 349
4.用脚取空瓶 …… 350
5.书本游戏 …… 350
6.用纸盒运球 …… 351

7.踩老鼠 …… 352
8.吹羽毛 …… 353
9.小鸡出壳 …… 354
10.袋鼠妈妈和小袋鼠 …… 355
11.巧玩绳子 …… 356
12.揪尾巴 …… 357
13.举乒乓球 …… 357
14.顶球 …… 358
15.快乐的皮球 …… 359
16.谁是不倒翁 …… 360
17.踢“足球” …… 361

3~4 岁宝宝的精细动作发展

1.好玩的筷子 …… 364
2.欢乐球赛 …… 365
3.投掷硬币 …… 366
4.击罐砰砰响 …… 367
5.制作手镯 …… 368
6.捕“鱼” …… 368
7.手指转球 …… 369
8.赶球比赛 …… 370
9.抓尺 …… 371
10.穿纽扣 …… 372
11.简单的排列游戏 …… 373
12.拼贴图游戏 …… 374
13.柚子灯 …… 375
14.卷绒球 …… 376
15.毛线创意项链 …… 377

16.漂亮的头饰 …… 378
17.自作糖葫芦 …… 379

3~4岁宝宝的认知能力发展

1.辨别水果 …… 382
2.小水滴搬家 …… 383
3.变幻的云 …… 384
4.手帕会不会湿 …… 385
5.多了什么，少了什么 …… 386
6.手腕数字带 …… 387
7.循声找图 …… 388
8.闭眼猜物 …… 388
9.学序数 …… 389
10.油珠和水珠 …… 390
11.神奇的纸盒 …… 391
12.考考你的记忆力 …… 392
13.照镜子取物 …… 392
14.我的家人 …… 393
15.区别男女 …… 394
16.快速观察数数 …… 394
17.水果连连看 …… 395

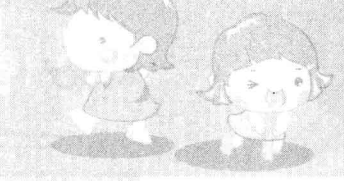
3~4岁宝宝的情绪与社会性发展

1.分辨季节 …… 398
2.撕破的故事书 …… 399
3.找优点 …… 400
4.体验农家生活 …… 401
5.宝宝和小伙伴 …… 402

6.导盲犬的作用 …… 403
7.认识公共汽车 …… 404
8.宝宝做自我介绍 …… 405
9.和妈妈一起做饭 …… 406
10.安全还是不安全 …… 407
11.交通警察 …… 408
12.记住地址和电话号码 …… 409
13.找朋友 …… 410
14.红绿灯游戏 …… 411

3~4岁宝宝的艺术潜能发展

1.美丽小屋 …… 414
2.跳棋子画 …… 415
3.谁来了 …… 416
4.水果脸 …… 416
5.把大老虎关起来 …… 417
6.抢坐椅子 …… 417
7.我是一片小树叶 …… 418
8.我是谁 …… 419
9.水彩印记 …… 419
10.瓜果艺术画 …… 420
11.彩色望远镜 …… 420
12.漂亮的曲线 …… 421
13.快乐的圈圈 …… 421
14.吹出来的画 …… 422
15.染色 …… 422
16.音乐模仿游戏 …… 423
17.立体蝴蝶画 …… 424



第六篇 4~6岁宝宝的亲子游戏

4~6岁宝宝的语言发展

1.接龙游戏 …… 429
2.数星星 …… 429
3.卖柿子 …… 430
4.反义词对答 …… 431
5.宝宝写“汉”字 …… 432
6.找字游戏 …… 433
7.编故事 …… 434
8.复述故事 …… 435
9.翻字围棋 …… 436
10.归类识字 …… 437
11.猜谜语 …… 438
12.宝宝买蔬菜 …… 439
13.天气预报员 …… 440
14.小水滴的故事 …… 441
15.传花篮 …… 442
16.做节目主持人 …… 443

4~6岁宝宝的身体运动智能发展

1.投球游戏 …… 446
2.跳数字 …… 447
3.巡逻兵 …… 448
4.跳房子 …… 449
5.小兔赛跑 …… 449
6.人体克隆 …… 450
7.瞎子穿拖鞋 …… 450

8.托球看字 …… 451
9.用杯子运水 …… 452
10.听指挥 …… 452
11.地雷阵 …… 453
12.现在几点了 …… 454
13.夹沙包比远 …… 454
14.跳格 …… 455
15.学跳绳 …… 456
16.丢手绢 …… 456
17.玩皮球 …… 457

4~6岁宝宝的精细动作发展

1.冰棍棒 …… 460
2.抓子儿 …… 460
3.左手摸右眼 …… 461
4.一起来种草 …… 461
5.打“保龄球” …… 462
6.夹豆子 …… 463
7.钓鱼比赛 …… 464
8.自制铁圈 …… 465
9.用筷子运球 …… 465
10.制作小汽车 …… 466
11.火柴游戏 …… 466
12.拍球比赛 …… 467
13.拉橘子 …… 467
14.拍扑克牌 …… 468
15.水的压力 …… 469
16.不会翻倒的铅笔 …… 470

17.月亮变化图 …… 471
18.美丽的泡泡 …… 472

4~6岁宝宝的认知能力发展

1.放回原处 …… 475
2.动物吃什么的 …… 475
3.萝卜喝水 …… 476
4.比高和低 …… 477
5.加法和减法 …… 477
6.有趣的算数题 …… 478
7.神奇的地图 …… 479
8.豆子宝宝变魔术 …… 480
9.蜗牛之谜 …… 481
10.神探亨特 …… 481
11.闭着眼睛猜东西 …… 482
12.猜面具 …… 482
13.猜拳游戏 …… 483
14.五角和一元 …… 483
15.有趣的实验 …… 484
16.给气球娃娃戴帽子 …… 485
17.空气游戏 …… 486
18.空气有重量吗 …… 487

4~6岁宝宝的情绪与社会性发展

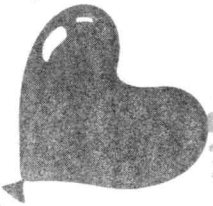
1.小朋友爱清洁 …… 490
2.布娃娃 …… 491
3.猜猜我是谁 …… 491
4.学会整理仪表 …… 492

5.理解健康、卫生 …… 492
6.远离危险事物 …… 493
7.如何解决问题 …… 494
8.接待客人 …… 495
9.识别职务 …… 496
10.学会遵守规则 …… 496
11.开商店 …… 497
12.了解商店 …… 498
13.相互帮助 …… 499
14.学会看表 …… 500

4~6岁宝宝的艺术潜能发展

1.蜡烛画 …… 503
2.我是小演员 …… 503
3.家庭时装秀 …… 504
4.小小摄影师 …… 504
5.有趣的音乐游戏 …… 505
6.小房子 …… 506
7.橡皮泥奶牛 …… 507
8.蔬菜印画 …… 508
9.彩色的画 …… 509
10.一串红 …… 510
11.吹泡画 …… 511
12.挥舞塑料瓶 …… 512
13.可爱的小猪 …… 513
14.老爷爷的萝卜 …… 514

第一篇 0~6个月宝宝的亲子游戏



游戏是学习新的物品和事物的方式，是形成和扩大知识与技能的方式，是把思维和行动结合起来的方式，是儿童智慧发展的重要手段。

儿童在游戏中扩大认识，形成一些概念，思维变得灵活，用实物、动作和语言来表现周围世界。游戏是儿童智慧活动中的重要方面，它对儿童的智慧发展以及整个心理建构的发展都具有重要意义。

——皮亚杰

0~6个月宝宝的语言发展

实际上，从宝宝呱呱坠地的那一瞬间起，他就开始通过自己独特的方式与父母进行交流了。他的第一声啼哭，仿佛在告诉家长：“这里好陌生哦，我觉得好饿！”那是宝宝与世界的第一次交流。等到他一天一天长大，他会开始发出声音，并试图去理解别人在说些什么。慢慢地，也会用一些简单的语言参与交谈。

幼儿时期是语言发展的关键时期，特别是宝宝出生后的第一年，家长可以通过各种手段和形式来让宝宝获得语言的发展。皮亚杰曾强调：“儿童是在周围环境的影响下，通过主客体的交互作用而获得心理发展的。”适宜的周围环境和心理环境，能让宝宝产生学习的欲望，增强宝宝的主动活动意识，从而促进宝宝的语言发展。尽管这个阶段的许多宝宝还不会说话，但他们会努力去模仿发音、练习发音。到6个月的时候，他们已经能发出很多声音了，比如“ma-ma”“ba-ba”等双音，甚至多音。

很多宝宝天生就具备学习和使用任何一种语言的能力。在宝宝1个月的时候，他们能感知语言音节。到两个月的时候，当大人逗引他时，他会发出声音。3个月的宝宝已经能清晰地发出“啊”“呀”这些声音了。这是宝宝最早的发音游戏。

宝宝3个月的时候，会开始微笑。当你用各种不同的语调跟他说话时，他会试图理解这些语调，努力去辨认各种语调的不同，比如，家长是在问他问题还是在唱儿歌。这时候，家长可以用语言或夸大自己的面部表情来让宝宝识别。经常抱着宝宝，边走边告诉他一些色彩鲜艳的东西，和宝宝多交流，鼓励宝宝发出声音，让宝宝开始最初的语言模仿。

当宝宝哭闹的时候，家长也可以问问宝宝“怎么了？”“是不是小肚肚饿了？”这可以让宝宝把听到的声音与自己的声音联系起来，从而提高宝宝对语言的领悟力，使宝宝对外界的语言刺激更加敏感。平时，家长也应建立起快乐的家庭生活氛围，注意观察宝宝的各种需求信号，并作出恰当的、积极的回应。

一般宝宝4个月的时候，已经能对家长说的“不”作出一些反应了。家长躲在宝宝不远处的地方发出声音，宝宝就会环顾四周去寻找声音的来源；给宝宝播放轻快的曲子，宝宝就会留意音乐声。

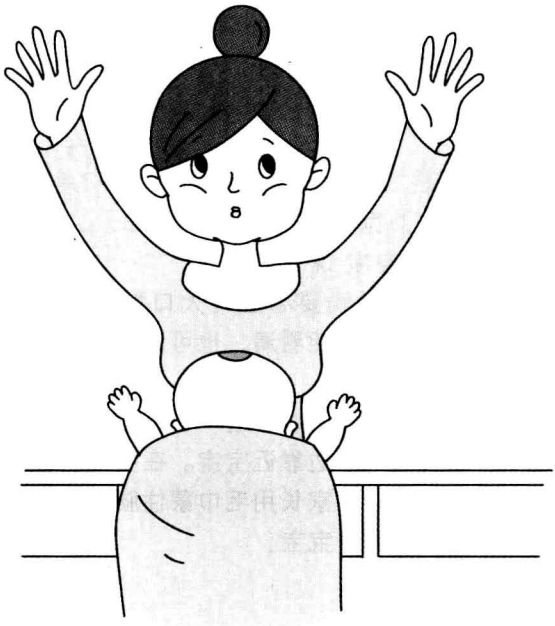
这个阶段的宝宝已经开始咿咿呀呀学语了。他们独自一人或者在和家长玩游戏的时候，能发出更多近似辅音和元音的声音，包括“p”“b”“m”等音。6个月左右的宝宝还会通过手势来向父母表达自己的一些简单的愿望和需求，尽管这个时候他们几乎还说不出一个字来。这个阶段的手势发展对宝宝来说非常重要，因为这可以促进宝宝语言的良好发展。家长可以在宝宝清醒和愉快的时候给他播放一些简短的儿歌和音乐，也可以试着让宝宝用手势来表达自己的需要，比如让宝宝去够他喜欢的玩具。

宝宝的语言发展应当建立在良好的亲子关系基础上。在日常生活中，家长应该多为宝宝提供与大人或其他宝宝交流或玩耍的机会。在宝宝舞动小手、发出“嗷”“嗷”等一些愉快的呼声时，家长可以用各种语调模仿宝宝的发音，使宝宝更加高兴，更加满足。也可以抓住这个机会，鼓励宝宝发音，如“ma—ma”等。平时要多关心宝宝，经常与宝宝进行一些眼对眼的直接交流，或尽量多地和宝宝进行身体接触，比如给宝宝一些抚摸、拥抱等。这样既有利于家长与孩子建立密切、友好的亲子关系，又有利于宝宝语言的发展。

1.做鬼脸

成长目标：

促进宝宝的表情变化，锻炼宝宝的口腔和舌头，为宝宝语言的发展做好生理器官方面的准备。



简单准备：

宝宝清醒或心情愉快的时候。

现在开始：

①家长对着宝宝张口笑笑，吐吐舌头，发出“咿咿啊啊”的声音。

②假装咳嗽几声，鼓起腮帮做吹气状、吹口哨、挤眉弄眼、拍拍手……

③边做边根据宝宝的反应适当调整速度，让宝宝产生兴趣，进而模仿家长的动作。

还要知道：

游戏中，家长最好先做动作再说话，而且要在确定自己的动作已引起宝宝的注意后再进行，这样有利于促使宝宝产生积极的沟通愿望。另外，家长所做的任何表情动作，都应该让宝宝简单易学，动作较明显。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.亲子交谈

成长目标：

让宝宝理解语言，促进亲子情感。

游戏准备：



在宝宝心情愉快的时候。

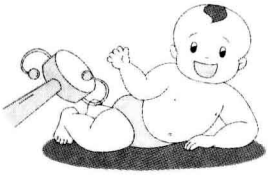
现在开始：

①抱起宝宝，与宝宝面对面，用愉快的声音和表情与宝宝逗乐，使宝宝发出“噢”“喔”“啊”“哦”等声音。

②用平时宝宝喜欢的玩具或者图片逗引宝宝发音，宝宝一高兴就会发出“啊”“呀”等声音。

还要知道：

家长可以在天气晴朗的日子多带宝宝出去走走。遇到宝宝喜欢的人和事物，宝宝就会高兴地发出“啊啊”的声音。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

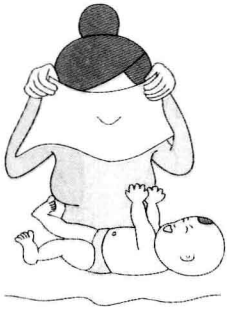
一句话点评：

3.分辨父母

成长目标：

让宝宝熟悉家长的声音，并从中感受爱。

简单准备：



宝宝清醒的时候。

现在开始：

①家长轮流抱着宝宝说话。说话的时候要尽量夸大口型，放慢速度，让宝宝能看清，也可以一边走动一边说。

②家长可以一边叫着宝宝的名字吸引宝宝，一边靠近宝宝。在宝宝看着自己的时候，家长用毛巾蒙住脑袋和宝宝说话，逗笑宝宝。

还要知道：

父母的声音是不同的，给宝宝多听各种说话声能促进宝宝的听觉发展。让宝宝看到一个与平常不一样的爸爸妈妈，这也能有效激发宝宝的好奇心。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

4.唱儿歌

成长目标：

训练宝宝的语言能力，促进宝宝的语言发展。

简单准备：

一些经典的儿歌。



现在开始：

①在平时，家长可以经常给宝宝哼唱一些宝宝儿歌、童谣，如《小娃娃》：“小娃娃，嘴巴甜，喊爸爸，喊妈妈，喊得奶奶笑掉牙。”《小宝宝》：“小宝宝，怀里抱，一逗他一笑，再逗他还笑，老逗他老笑。”唱的时候，注意声音不要太大，每次持续的时间也不要太长。

②在哼唱儿歌的过程中，家长可以配合一些动作，如捏捏宝宝的腮帮子、小鼻子，和宝宝一起手舞足蹈，逗笑宝宝。

还要知道：

0~6个月的宝宝正处在简单发音的阶段，家长应尽量多地给予宝宝各种不同语调和声音的刺激，这样可以有效促进宝宝智力的提高。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.这是谁

成长目标：

培养宝宝的语言能力。



简单准备：

字卡“爷爷”“奶奶”“爸爸”“妈妈”“宝宝”，全家坐在一起。

现在开始：

①家长指着各家庭成员，告诉宝宝这是谁，并出示字卡，反复念几遍，以此类推。

②家长也可请家庭成员送宝宝一件小礼物，同时告诉宝宝这是谁送给宝宝的。

③在宝宝熟悉每个家庭成员以及字卡后，家长请每个家庭成员胸前佩戴字卡，让宝宝指认。也可以将字卡全部放在桌子上，让宝宝选出字卡“宝宝”，贴在自己身上。

还要知道：

游戏结束后，家长可以反复念儿歌“爷爷奶奶，爸爸妈妈，还有宝宝，我们都是一家人”，以帮助宝宝准确发音。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.照镜子



成长目标：

帮助宝宝增强自我意识，让宝宝观察不同的表情以了解他人的心情，并学会发出“啊”“呜”“哈”等声音。

简单准备：

小镜子。

现在开始：

①家长指着镜子里宝宝的眼睛、鼻子、嘴巴、耳朵等，说：“这是眼睛，这是……”待宝宝学会后，就让他自己指认五官，家长还可以说些有趣的歌谣，如“小宝宝，照镜子，镜里有个小娃娃。小娃娃，笑哈哈，眼睛小，嘴巴大。宝宝伸出手，娃娃抓一抓，宝宝想亲他，娃娃撅嘴巴。”逐渐地，可以让宝宝不用镜子指认大人的五官。

②家长和宝宝一起照镜子，家长边说儿歌“宝宝生气，撅小嘴儿；宝宝哭，呜呜呜；宝宝笑，哈哈哈”，边做出各种表情让宝宝观察，引导宝宝发出“啊”“呜”“哈”等声音。

还要知道：

家长可以逗引宝宝做出各种表情，反复教他这样玩。这样宝宝就逐渐认识自己了，同时也能学会区分他人、他物。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.快乐宝宝



成长目标：

让宝宝学会用笑声和叫声来表达自己的快乐。

简单准备：

宝宝清醒且心情愉快的时候，沙发。

现在开始：

①家长让宝宝坐在自己的身边。

②家长用手指在沙发上做爬行状，并说：“四个手指变呀变，变成螃蟹爬呀爬，爬呀爬，就要接近宝宝了，哈哈，终于够到宝宝了！”说的时候，家长的声音要轻且慢，以吸引宝宝对家长手指的注意力。

③触到宝宝时，家长迅速地、轻轻地挠宝宝的痒痒，可以挠宝宝的手指、脖子、胳膊、腰部等，以刺激宝宝的触觉，增加游戏的乐趣，看宝宝怎样表达自己的快乐。

还要知道：

每次游戏可以有些细小的变化，比如4个手指可以爬上宝宝的胳膊，爬的速度可快可慢，挠痒痒的部位也可以不断变化。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：_____

8. “a” “o” “e”

成长目标：

引导宝宝发音，增加宝宝发音的兴趣，锻炼宝宝的语言技能。



简单准备：

宝宝心情愉快的时候，适宜的活动空间。

现在开始：

①与宝宝面对面，用愉快的声音对着宝宝发出“a——a——a——a”“o——o——o——o”“e——e——e——e”“妈——妈——妈”“爸——爸——爸”“喔——喔——喔”“咯——咯——咯”等声音，吸引宝宝模仿自己的口形。

②家长也可以用哼儿歌“嘴巴张大 aaa，嘴巴圆圆 ooo，嘴巴扁扁 eee”来吸引宝宝，还可以用不同曲调唱出“a”“o”“e”来引导宝宝发音。

③家长和宝宝一起唱“a”“o”“e”歌：“a 像阿姨梳辫子，张嘴唱歌 aaa；o 像公鸡早早起，嘴巴圆圆 oo 叫。e 像白鹅玩倒立，嘴巴扁扁 eee。”宝宝也许听不懂，但他一定会高兴得手舞足蹈，并发出“啊啊”的声音。

还要知道：

家长每发次发音之间应略作停顿，以便给宝宝模仿的机会。基本元音是汉语发音中非常重要的音节，家长可以利用游戏的形式，引导宝宝发音，增加宝宝发音的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话寄语：_____

0~6个月宝宝身体运动智能发展

运动智能是人们利用身体各个部位来表达自己想法和感觉的能力，是人类身体活动和外界认知的基础。因为有了这种能力，人们能够运用双手制造出各种精美的器物。运动员拥有的平衡能力、协调能力、敏捷的动作、爆发性、极强的力量以及惊人的速度，都必须依赖运动智能的培养和开发。

世界著名心理学家、教育学家霍华德·加德纳教授在其多元智能理论中将人类的智力潜能分为八种，运动智能就是其中之一，由此可知运动智能的培养和开发对幼儿的重要性。霍华德·加德纳认为，每个正常的人与生俱来都会拥有其中的多项潜能。其多元智能理论在世界教育学和心理学领域产生了深远的影响。

婴幼儿时期是最有利于宝宝运动智能培养和开发的时期。据科学家研究，这个时期培养宝宝的运动智能往往比孩子成长的其他时段更具成效。所以，在这个时候，家长应该使用各种方法来培养和开发宝宝的运动智能。

每一个年轻的妈妈都希望孩子能够拥有优秀的运动智能。但是，要让宝宝具备出色的运动智能，家长还必须掌握一些小窍门，学会使用正确的方法。

刚开始，正如皮亚杰所说，宝宝“只凭个人的意愿和习惯进行游戏”，特别是出生不到3个月的宝宝，因为过于柔弱，一天中的大部分时间是仰卧着的。但是，他们的身体肌肉已经有了一定的运动能力，此时已可以教宝宝做翻身动作了。先让宝宝仰卧，然后在一旁拿着小铃铛、拨浪鼓等小玩具来逗引宝宝，一边说一些鼓励的话。充满好奇的宝宝此时可能会翻身过来抢家长手上的玩具。等宝宝拿到玩具后，及时对宝宝赞扬一番。翻身训练一方面可以锻炼宝宝身体各部分肌肉的力量，另一方面可拓宽宝宝的视野，使宝宝对周边的事物

更感兴趣。

家长还可以对宝宝进行抬头训练，在距离与宝宝头顶略高的地方呼唤宝宝，宝宝听到妈妈的声音，会不断地抬起头来。妈妈可以与宝宝玩一些小游戏，比如手上拿一个能引起宝宝兴趣的玩具，不停地变换位置，引导宝宝的目光上下左右移动，从而使宝宝做抬头或者是扭头的动作。这样能让宝宝的颈肌更有力量，同时也会增强宝宝颈部肌肉的灵活性和柔韧性。

宝宝 4~6 个月的时候，对外界的环境已经基本适应，已能够自由地翻身，并开始尝试爬行了。平躺时，宝宝会看到自己的小脚；趴着时，宝宝能够将腿伸直，有时还会轻轻抬起屁股，但是还不能独立坐稳。宝宝的手指也能够互相配合捡拾东西，还会有意识地抓握物件，具备了一定的行为意识，能够对不同的物体表达自己的好恶。

此时，家长可以教宝宝更为精细的动作，比如爬行。当宝宝在地上爬行时，妈妈可用双手抱住宝宝的腹部，向上略微提起来，让宝宝的手掌和膝盖试着着地爬行。待宝宝习惯之后，用毛巾将宝宝腹部吊起，一只手轻轻提着，另一手拿着玩具，在宝宝面前拨弄，逗引宝宝向前爬行。同时，可以让爸爸同宝宝一起做爬行游戏，这样能增加宝宝爬行的乐趣。

此外，还可以和宝宝一起做传递玩具的小游戏，比如，训练宝宝的坐姿，让宝宝在床上连续翻滚，或者让宝宝学习抓取物品等。总之，通过不断的练习，宝宝的运动智能能够得到有效的培养和锻炼，让宝宝更加健康地成长。

1.皮肤抚摩

成长目标：

发展宝宝的触觉，传递亲子之情。



简单准备：

宝宝清醒的时候。

现在开始：

①边和宝宝说悄悄话，边轻轻抚摩他的皮肤。抚摩部位可以是腹部、背部、四肢、腿、足背、手背等。每天不少于5~6次，每次4分钟左右。

②每次给宝宝洗完澡后，要用柔软的毛巾轻轻抚摩宝宝的皮肤。

还要知道：

家长在抚摩宝宝前，一定要摘下手表等金属物，洗好手，剪好指甲，以防擦伤宝宝的皮肤。另外，动作要和缓、轻柔。家长也可以随着节奏念唱儿歌。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评语：

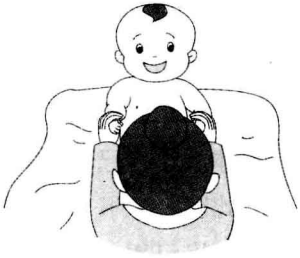
2.拉手起坐

成长目标：

加强宝宝肩部、手部，以及腹部肌肉的发育。

简单准备：

舒缓的音乐，宝宝心情愉快时。



现在开始：

①家长让宝宝仰卧在床上，用两手分别握住宝宝的左右手腕，然后将大拇指放在宝宝手心，其他手指轻轻抓着宝宝手腕，呈握拳状。

②家长用双手轻轻拉宝宝坐起。

③保持这个姿势5~6秒，再让宝宝躺回去。反复3~4次。

还要知道：

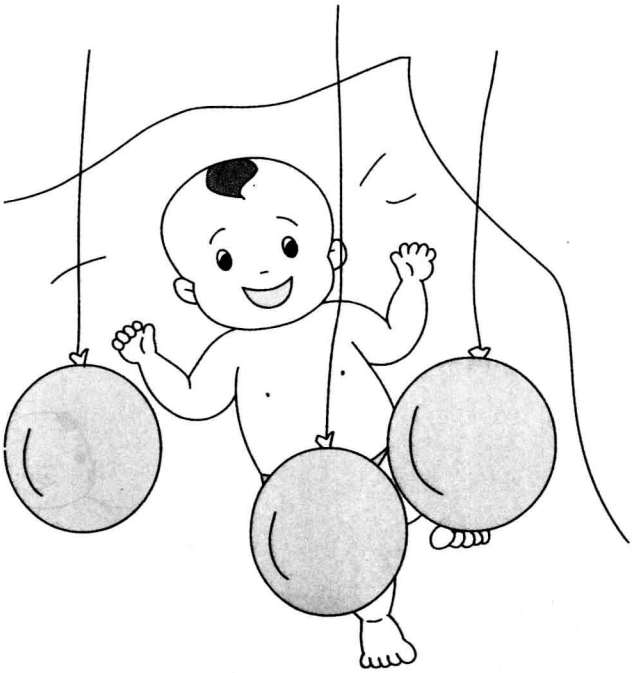
这个游戏要循序渐进，注意不可太用力。5个月以上的宝宝可以练习靠坐。先在宝宝身后放些枕头，让宝宝靠着坐，以后可以逐渐减少宝宝依靠的东西，直到宝宝逐渐独立坐稳。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评语：

3.气球来了



成长目标：

锻炼宝宝眼与动作的配合能力、反应能力，以及大脑的思考能力。

简单准备：

吹好的气球若干。

现在开始：

①当宝宝3个月左右时，让宝宝仰卧在床上，在宝宝的脚上方悬挂一个气球，家长用手晃动气球，使气球忽高忽低，忽左忽右，并说“气球来了”，引导宝宝用脚去蹬踢。

②家长也可以把吹好的气球放在宝宝脸上，同时说“气球来了”。过一会儿再将气球拿开，反复几次，还可以不时地用气球碰碰宝宝的脸，以便吸引宝宝的注意力。

还要知道：

宝宝在等待气球的过程中可以锻炼大脑的思考能力。所选的气球一定要质量好，以保证宝宝的安全。在游戏的过程中，注意用力要轻，以免气球破裂伤及宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

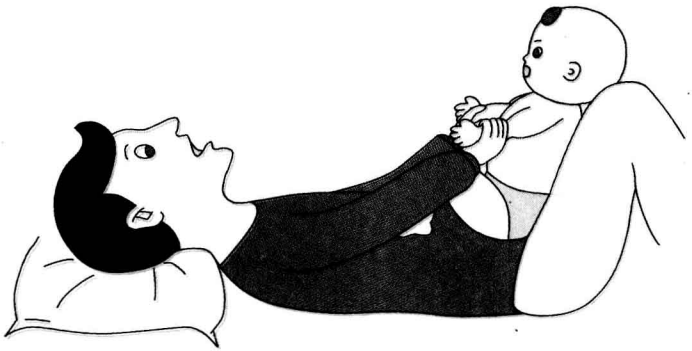
4.“大肚子”爸爸

成长目标：

训练宝宝的平衡能力和勇气。

简单准备：

宝宝清醒或心情愉快的时候。



现在开始：

①爸爸躺在床上，让宝宝趴在自己的肚子上，然后舞动肚子，和宝宝一起做上下起伏运动。妈妈最好在旁边扶着，以免宝宝从爸爸肚子上滑下来。

②爸爸屈膝，让宝宝坐在自己的肚子上，背靠着爸爸的膝盖。然后，爸爸两手扶住宝宝的身体，和宝宝一起做上下颠簸的运动。

还要知道：

这个游戏适合4个月以上且趴着能抬头时间较长的宝宝玩。宝宝再大些的时候，家长也可以让宝宝坐在自己的膝盖上，两手扶住宝宝的身体，引导宝宝向下滑。妈妈在下面张开双臂迎接宝宝，当宝宝滑下来的时候，就一把抱住宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.跳一跳，望一望



成长目标：

锻炼宝宝的下肢力量，训练宝宝的颈部肌肉，让宝宝学会抬头。

简单准备：

天气晴朗的时候，家长带上一个小红球，和宝宝一起去公园坐坐。

现在开始：

①妈妈抱着宝宝坐在椅子上，让宝宝踩在自己的膝盖上站起来（面对着妈妈），并在膝盖上一蹦一蹦的。同时妈妈哼着儿歌“一只小蝌蚪呀，变成了小青蛙，呱呱，呱呱，跳一跳，跳一跳……”当宝宝跳得好时，不要忘了给宝宝一个吻，以示奖励。

②宝宝不想跳的时候，爸爸可以站在妈妈的后面，用小红球在宝宝眼前晃一晃，也可以哼着儿歌：“小青蛙，呱呱，呱呱，对着爸爸笑不停，对着天空望呀望，望呀望，天上有什么？哟，原来是小红球。”这时候看宝宝会不会抬头看小红球。如果宝宝看到小红球时很高兴，家长就把球轻轻放在宝宝的手里，以示奖励。

还要知道：

家长在哼儿歌时要注意节奏，让宝宝尽情感觉语言的节奏美。一般来说，1个月大的宝宝下巴可支在床上向上看，两个月的宝宝可以离床3~5厘米抬头向上看。但每个宝宝的动作发展有一定的差异，家长要根据宝宝的情况再决定是否要开展这个游戏，且游戏时间不宜过长。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：

6.坐抱

成长目标：

让宝宝学习坐的姿势，为宝宝练习拉手起坐打基础，同时为宝宝双手协作提供机会。

简单准备：

宝宝喜欢的小玩具，椅子，桌子。

现在开始：

①家长抱着宝宝坐在椅子上，让宝宝靠坐在自己胸前，用右臂托着宝宝，再用左手取一些宝宝喜欢的玩具，让宝宝双手拿着玩。



②家长把玩具放在桌子上，抱着宝宝坐在桌前，让宝宝用手去够或拿桌子上的小玩具。

还要知道：

为了增加游戏的趣味性，家长可以把玩具放在让宝宝够不着的地方，让宝宝用筷子去够，看他怎样把玩具拿到手，也可以在桌子上放个玩具小车，让宝宝用手去推小车。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.碰一碰



成长目标：

提高宝宝手和脚的动作的协调性，促进宝宝双肩肌肉关节的活动。

游戏准备：

宝宝心情愉快的时候，让宝宝仰卧。

现在开始：

①让宝宝用手分别握住家长的拇指，家长余下四指轻轻抓住宝宝的手腕。先让宝宝的右手去碰宝宝的左脚，再让他的左手去碰右脚，或者双手同时碰双脚。一边碰，一边说：“小手小脚碰一碰……”

②家长将宝宝的双手分别向两侧分开，让宝宝的肘部伸直，牵拉宝宝双手，使宝宝双手在胸前相碰，边碰边说：“小手小手碰一碰……”

还要知道：

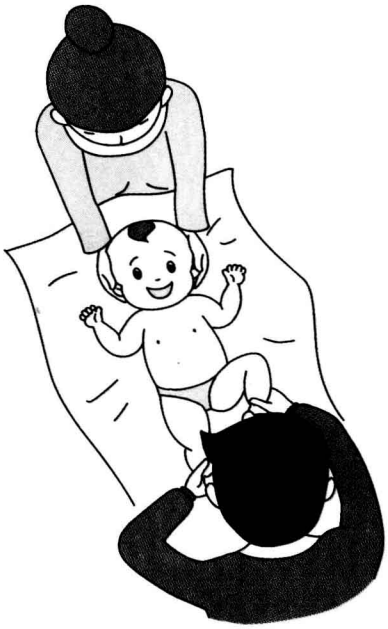
肢体的动作往往可以刺激大脑，使宝宝变得更聪明。例如，手部的动作受左脑顶叶掌控，多做手部的运动，可以促进大脑的智能开发。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.宝宝学翻身



成长目标：

锻炼宝宝的身体平衡能力。

简单准备：

布单，小红球。

现在开始：

①家长在床上把布单铺好，让宝宝躺在布单上。爸爸双手握住宝宝的双脚旋转，同时妈妈用手扶住宝宝的头旋转，使宝宝连续翻身。妈妈可以边唱儿歌“搓，搓，搓油条，滚，滚，滚油条，滚根油条黄焦焦”边做动作。

②宝宝熟悉上面的翻身动作后，家长可以把一个小红球放在宝宝的不远处，让宝宝学会自己翻身去够取小红球。刚开始时，家长可以帮帮宝宝，多练习几次后，宝宝就会翻几个滚自己伸手把小红球拿到了。

还要知道：

家长一定要注意力度和速度，以免弄伤宝宝。宝宝再大些的时候，家长可以剪下一些小动物的图片，贴上双面胶。把这些“小动物”摆在布单上，双面胶的一侧朝上，再让宝宝在这些“小动物”身上滚来滚去。滚完后，家长可以给宝宝照几张相，或者用镜子给宝宝照照，让宝宝看到自己身上的变化，他会非常开心的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

0~6个月宝宝的精细动作发展

皮亚杰曾说过："动作是智慧的根源。宝宝动作的发展是一个循序渐进的过程。"刚开始的时候，宝宝会尝试一些粗大的动作，比如翻转身体、爬行等，然后是分化、特殊的精细动作，比如抓放物品、涂鸦、书写以及转动脚趾、伸缩舌头等。精细动作的发育对宝宝智能发展具有极为重要的作用。

和大动作一样，精细动作也是宝宝动作技能中的一部分。人体在活动的时候需要大动作和精细动作的协调运用。宝宝精细动作的发展需要具备两个方面的条件：一个是宝宝的生理发育，需要宝宝的骨骼、肌肉发育到一定的程度；另一个是不断练习，需要家长的教育训练。

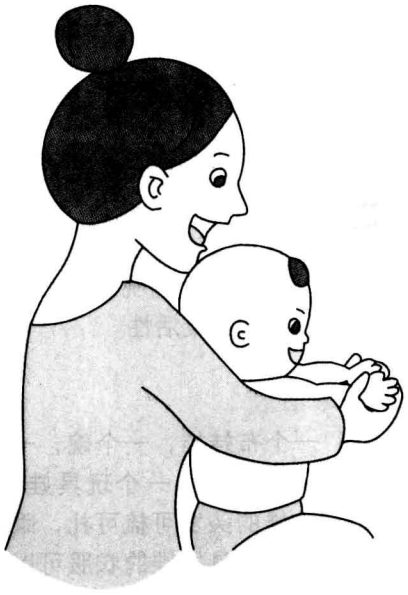
一般来说，3个月的宝宝就能将双手放在胸前互握玩耍，就能短时间地抓握玩具了。但是在这个时期，宝宝用手抓握玩具还不具有目的性，而且手指还不能自如地伸直，什么东西都是一把抓。而到了4个月，宝宝就能尝试主动地去抓桌上放置的玩具了。由于这个时期宝宝的视觉还有待进一步发育，手和眼睛的配合依然不够协调，所以常常抓不到眼前的东西。

家长应该多注意宝宝的手指、胳膊和腿的动作，观察宝宝使用它们的方式，然后提供更多的机会，让宝宝用相似的方法活动自己的身体，这样更有利于宝宝精细动作的发育。妈妈可以经常刺激宝宝的手心，这对宝宝抓握反射的促进会有益处；还可以准备一些软硬程度不同的玩具，让宝宝抓握把玩，这能够促进宝宝感知觉的发展。

在对宝宝精细动作的培养和训练时，要注意他们手指的动作和手眼协调能力，如抓放物品、涂鸦、折叠、书写等。对人类来说，手是认识事物的重要器官，锻炼手的精细动作和手的灵巧性，可以促进大脑发育。著名的苏联教育家曾经说过："儿童的智力在他的指尖上。"手部精细动作的良好发展，能够让

宝宝对事物属性及彼此间的联系有更好的认识，促进宝宝知觉和思维能力的发展。在宝宝6个月大的时候，宝宝的骨骼和肌肉已经发育到了一定程度，动作变得更加灵活自如，活动的范围也更大。他们会对所接触到的东西产生兴趣，并且试着分辨它们的特征。宝宝此时已经不太喜欢抱着自己的手或脚咬，而是将兴趣转移到了外界事物上。这个时候，宝宝会出现撕东西、扔玩具、啃玩具等行为，这是宝宝在使用和测试自己的新能力，家长无须感到奇怪和惊讶。

此外，家长在训练宝宝精细动作时，每次不要持续太长时间。在宝宝情绪好的时候让他们练习精细动作，更能够引起宝宝的兴趣。另外，对宝宝的进步进行表扬和鼓励也是非常重要的。



1.捏疙瘩

成长目标：

锻炼宝宝手指的灵活性，训练宝宝语言与动作的协调能力。

简单准备：

宝宝心情愉快的时候。

现在开始：

①把宝宝抱坐在腿上，使宝宝背靠着妈妈的胸，双手扶住宝宝的双手。

②把宝宝的一只手握成拳头状，对宝宝说：“我们一起来捏疙瘩。”

③念歌谣：“捏疙瘩、捏疙瘩，捏一下、捏两下，捏三下，数一数、算一算，一共捏了几个小疙瘩，捏、捏、捏，一二三四五。”帮宝宝一一打开握拳的手指头。反复玩几次后，当你不握宝宝的手，念一二三四五时，看宝宝是否会自己把拳头打开。

还要知道：

家长也可以让宝宝坐在床上，用两只手把他的一只手打开再握住，家长会看到他的另一只手也在握住、打开，这样重复几次后，宝宝就会做捏疙瘩的动作了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____



2.玩过家家

成长目标：

培养宝宝对自己感兴趣的事物进行较长时间的观察能力，发展宝宝手指的灵活性。

简单准备：

一个布娃娃，一个碗，一把匙，一些豆儿，一个玩具娃娃。玩具娃娃的头发可梳可扎，眼睛要会动。玩具娃娃的衣服可以脱下、穿上，还要有袜子、鞋子等，使得游戏时使用方便。再准备一套玩具餐具。

现在开始：

①给宝宝示范如何给娃娃穿衣服、系扣子、穿袜子、穿鞋子，让宝宝根据自己的观察将爸爸妈妈的动作再重做一遍。

②教宝宝用豆儿喂布娃娃，然后抱布娃娃，哄她睡觉。

还要知道：

每次进行这个游戏的时候，家长可只做一部分动作，具体内容的多少可根据宝宝的发展情况来决定。玩过家家的内容可以是方方面面的，比如给娃娃梳头、扎辫子等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.自己翻书

成长目标：

激发宝宝的翻书兴趣，丰富宝宝的词汇，加强宝宝的精细动作能力以及手眼协调能力。

简单准备：

几本宝宝喜欢的图画书或相册，字卡“翻书”。



现在开始：

①家长拿出字卡，先教宝宝反复读“翻书”两个字，并做翻书的动作。

②家长将几本图画书摆放在桌子上，引导宝宝去拿书，并翻开书去找他喜欢的小动物图画。

③当宝宝翻到蜗牛这一页时，和宝宝讲讲蜗牛一家的故事。如果宝宝对这本书不感兴趣，家长可以引导宝宝去翻看其他的书。游戏可反复进行。

还要知道：

家长平时也可以为宝宝提供各种图书，让宝宝自己去翻。刚开始，宝宝可能只会做打开或合上的动作，渐渐地就会去搜寻里面有趣的图画了。这样慢慢培养宝宝翻书的兴趣，能为宝宝以后阅读图书打下良好的基础。

爸妈记录

宝宝表现情况：□会自己翻 □不错哦 □很好 □为棒！

一句话表扬：_____

4.有趣的门铃

成长目标：

培养宝宝对音乐的感受力以及动手能力，发展宝宝的精细动作，让宝宝明白因果关系，使手指更灵敏、准确。

简单准备：

门铃，字卡“按”。

现在开始：

①家长把宝宝抱到门铃旁边，告诉宝宝这是门铃，然后用食指去按门铃，并说“按一下”，让宝宝进行模仿。

②教宝宝读“按”，并反复示范“按”的动作。



还要知道：

家长还可以让宝宝用食指按电视、电脑、录音机的开关按钮，发展宝宝的精细动作。如果家里有钢琴或电子琴，也可以让宝宝在琴上弹一弹，培养宝宝对音乐的感悟力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：_____

5.找豆豆

成长目标：

培养宝宝的动手能力和协调能力。



简单准备：

豆子，大盒子，宝宝喜欢的小玩具。

现在开始：

①家长先将小玩具放在盒子内，然后引导宝宝抓豆子盖住玩具。

②小玩具被豆豆盖住后，家长先用手左右拨动，再将宝宝的手放在豆豆中，并协助宝宝拨动，很快玩具就露出来了。

还要知道：

宝宝熟悉游戏规则后，家长可以先用豆子将玩具盖上，然后让宝宝自己拨豆子找玩具。游戏时要注意宝宝的安全，玩具要轻巧、圆滑、卫生，时间也不宜太长。

爸妈记录

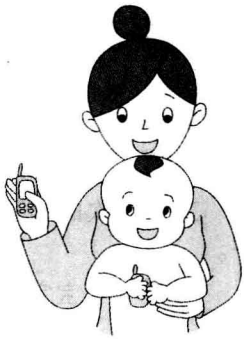
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.打手机

成长目标：

发展宝宝小手肌肉力量和听觉，激发宝宝的好奇心，培养宝宝的专注力。



简单准备：

两个仿真玩具手机。

现在开始：

①家长让宝宝背靠着坐在自己的腿上随意玩，宝宝熟悉玩具手机后，再引导宝宝按手机键，使玩具手机发出声音，增加宝宝玩的兴趣。

②家长拿出另一个玩具手机，装作打电话的样子，引导宝宝按键接听。

还要知道：

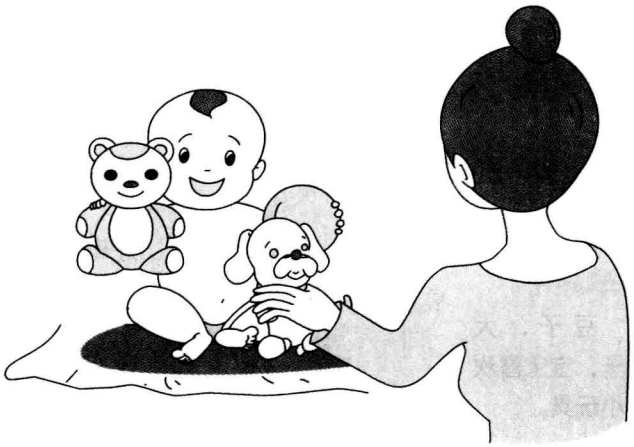
刚开始，家长可以握住宝宝的食指去按手机键，待宝宝熟悉后再让宝宝自己按。还可以玩打电话的游戏，在“电话中”问问宝宝在做什么。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.好多的玩具



成长目标：

培养宝宝的动手能力、手眼协调能力，发展宝宝的注意力。

简单准备：

宝宝喜欢的小玩具若干。

现在开始：

①家长拿出准备好的玩具，引导宝宝抓住一个小玩具后再去抓另一个小玩具。

②当宝宝一只手抓住一个玩具后，再给宝宝另一只手一个玩具，看宝宝会作出怎样的反应。如果宝宝不知道怎么做，家长可以引导宝宝将玩具从一只手换到另一只手上，再取第二个玩具。还可以给宝宝第三个玩具，引导宝宝放下一个玩具，拿起第三个玩具。

③当宝宝两只手都拿着玩具的时候，家长可以引导宝宝将手中的玩具碰一碰，或让他做无规则的摆动动作，反复几次。

还要知道：

玩这个游戏的时候，尽量保持周围的安静，以免分散宝宝的注意力。玩具要结实而轻巧，可以是布制的，也可以是塑料的或木质的。刚开始，家长可将玩具放在宝宝的手中，握住宝宝的手臂并协助宝宝晃动玩具，慢慢地宝宝就会自己玩耍了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评价：

8.小玩具转转转

游戏目标：

让宝宝了解事物变化的内在联系、因果关系，提高宝宝的观察能力、手眼协调能力以及动手能力。

简单准备：

宝宝喜欢的小玩具，细绳。



现在开始：

①妈妈抱着宝宝，爸爸将宝宝最喜欢的小玩具系在一根绳上，并拉着小玩具在宝宝面前转来转去，看宝宝会不会追踪观察小玩具。

②宝宝了解了绳子和玩具之间的关系后，爸爸可以把玩具放在离宝宝不远的地方，引导宝宝用手够取小玩具。当宝宝拉动绳子的一端时，他会发现小玩具动了，并很快用这一动作将小玩具拿到手。

③拿到小玩具后，妈妈扶着宝宝走来走去，让小玩具也跟着宝宝转来转去。听到小玩具在地上转动的声音时，宝宝会非常开心的。

还要知道：

玩这个游戏时，注意绳子不要太长太细，而且家长一定要在旁边保护宝宝，以免绳子绊倒或者缠住宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□真可以呀 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话点评：

0~6个月宝宝的认知能力发展

宝宝一来到这个世界，便开始了与外界环境的接触以及同社会的交往。如同宝宝的身体成长一样，他们的认知能力也是在这种接触和交往的过程中逐步发展起来的。

宝宝出生两天后，就能够辨别人脸和一些其他的形状，他们的眼睛也会随面前缓慢移动的物体而移动。这些认知活动还很原始，很粗糙，并带有条件反射的性质，但却为宝宝认知的发展提供了最初的基础。

在两个月左右时，宝宝对远和深有了一定的认识能力。著名的视崖（用来评估婴儿深度知觉的一种能够产生深度幻觉的平台式装置）实验证明了这一结论。实验大致是这样的，在桌子上盖了很厚的玻璃，玻璃下面是一张方格布，布的一部分直接贴着玻璃，另一部分隔开了几英尺，这样，爬过桌子的宝宝就感觉有掉下去的危险。在这个实验里，即使两个月的宝宝，也能分辨出视崖的两边。当他们探索这个崖时，表现出明显的好奇。当宝宝长大到能爬过视崖的时候，就会表现出明显的恐怖。他们不往深的一边爬，尽管他们的父母在对面，尽管他们也能感觉到玻璃板的坚固支撑。这种从好奇到害怕的变化，也许是因为宝宝爬行动作的发展，使他们能更实际地观察深度和距离，也许是因为他们从经验中得知摔倒是很疼的，所以他们对高度格外小心。

出生四五个月之前，宝宝依然不具有知觉恒常性，没有外界物体是永久存在的观念。在他看来，存在的只有他直接感知到的东西。譬如，一只小鸟，它飞来飞去，在我们的眼里，小鸟的大小、位置变来变去，我们知道不管它在我们眼中成的像如何千变万化，它始终是那只小鸟，然而在这个时候的宝宝眼中，如果小鸟消失在自己的视野里，他就会认为小鸟不存在了。5个月后，宝

宝能听到或追随失落之物，转头寻找。6个月大之后，宝宝才会逐渐认识到物体的永久性，才能真正觉察别人拿走自己正在玩的东西，进而表现出强烈的反抗，这是认知上的飞跃。而且，知觉常性的出现，能使宝宝更好地认识事物的一些稳定的特征。

皮亚杰终其一生，最大的贡献就在于他创立了一门新的学科，即发生认识论。他根据认知结构的质的不同，把儿童认知的发展划分为四大阶段，即感觉运动阶段（0~2岁）、前运算阶段（2~7岁）、具体运算阶段（7~11岁）和形式运算阶段（12~13岁开始）。他认为，在不同的发展阶段，儿童的认知结构具有不同质的差异。刚出生的宝宝更多的是被动地，而不是主动自发地参与游戏。而且，宝宝认识一个事物并不是一蹴而就，从最初的认识到比较完全的认识，需要经历多种阶段，由浅入深。皮亚杰认为，教育是帮助宝宝认识发展的过程，是创造条件，促使宝宝与外界相互作用，使认识结构不断成熟和发展的过程。也就是说，教育的目的不在于增加宝宝的多少知识，而在于使宝宝的认识结构得到发展，把宝宝内心潜在的发展可能性表现出来。家长应该根据宝宝不同阶段的特点，有针对性地对宝宝进行认知能力的训练。

1.移动的气球

成长目标：

刺激宝宝的视觉，提高宝宝的观察力以及专注力。

简单准备：

彩色气球一个。

现在开始：

①家长先让宝宝仰卧在床上，手拿着气球在宝宝面前晃来晃去地做平行移动，让宝宝感受到气球的存在，并渐渐将视线集中在气球身上。

②进行一两次后，家长可改换气球的移动方向。让气球做向上或向下的垂直移动。气球移动到宝宝面部中央时，家长可以稍停一两秒钟，然后用气球碰碰宝宝的鼻子，继续让气球向上垂直移动。

还要知道：

家长每次移动气球都要让气球先回到起点，再向其他方向移动。气球移动的速度一定要慢而平稳，使宝宝的视线能跟上气球移动的速度。这个游戏每天都可以进行，但要避免在宝宝睡前进行，而且时间不宜太长。每次1~2分钟，可连续重复2~3次。随着游戏次数的增加，气球移动的幅度和频率也可逐渐增大。



爸妈记录

宝宝反应情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了



2.手指和脚趾

成长目标：

让宝宝认识自己的四肢，发展自我意识，增加宝宝与家长之间的情感交流。通过念儿歌给予宝宝语言刺激。

简单准备：

一面镜子。

现在开始：

①将宝宝抱坐在膝盖上，摇一摇宝宝的小手，挠挠他的手心，并念儿歌：“大拇哥，二拇哥，三中娘，四小弟，五小妞妞爱看戏。”

②摆弄宝宝的脚趾头，点一个说一个：“一个脚趾头、两个脚趾头、三个脚趾头……”家长一边说一边出示手心或手背，让宝宝模仿家长出示自己的手心或手背。

③拿一面镜子，让宝宝看看自己的手指和脚趾，问问宝宝自己的手指在哪里，脚趾在哪里。

还要知道：

1岁前的宝宝还不知道自己的手指和身边的玩具有什么区别。训练宝宝认识小手、小脚是认识自己身体的开始，也是宝宝形成自我意识的基础。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表现：

3.宝宝玩水

成长目标：

发展宝宝的感知觉、触觉。

简单准备：

一小盆温水，一小盆凉水，宝宝喜欢的可以浮起来的小玩具。

现在开始：

①家长让宝宝把小手小脚放入温水中感受一下，并告诉宝宝“这是温的”，再让宝宝把小手小脚浸入凉水中，让宝宝感受一下，并告诉宝宝“这是凉的”，如此反复多次。



②如果是夏天，可以让宝宝浸泡在水中，注意水温要合适，再在水中放一些可以浮起来的小玩具，让宝宝在水里自由玩耍，可以引导他拍拍小玩具或者让他用手拍水。

还要知道：

这个游戏可以让宝宝感觉温水与凉水的区别，感觉水是流动的，不定型的，有利于提升宝宝的触觉智能。在玩游戏的过程中，家长一定要在旁边看着宝宝，保证宝宝的安全。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

4.小球游戏

成长目标：

发展宝宝连续追视移动物体的能力，训练宝宝的观察力和注意力。



简单准备：

颜色各异的小球若干和玩具小车。

现在开始：

①家长把宝宝抱坐在地毯上，晃动小球，吸引宝宝的注意力，再将小球放在宝宝旁边，让宝宝随意玩球。

②过一会儿，家长再将这些小球放在宝宝面前滚动，让宝宝的头和眼睛随着小球的滚动而移动。

还要知道：

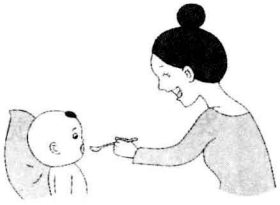
如果宝宝对玩具车感兴趣，可以用玩具车代替小球。如果宝宝的头和眼睛跟随小球移动比较容易，可将小球移动的范围逐渐扩大。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.味觉小游戏



成长目标：

发展宝宝的味觉，提高动手能力。

简单准备：

勺子，菜汁或水果汁。

现在开始：

①家长用小勺盛一点儿菜汁或水果汁让宝宝尝一尝，看宝宝的表情会怎样变化。如果宝宝喜欢吃酸甜果汁，他可能会去抢勺子。如果有苦瓜，也给宝宝尝尝，宝宝可能会闭紧嘴巴表示不爱吃。

②准备一些水果，切成小丁，每尝试一种，就告诉宝宝这是什么味，比如橘子是软软的、酸酸的，苹果是酸甜的。

还要知道：

家长最好不要让宝宝吃太咸的菜汁，因为4个月左右的宝宝肾脏还不能将过多的盐排出体外，盐存留过多会使宝宝皮下积存水分而导致水肿。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.搔身乐呵呵

成长目标：

发展宝宝的感知觉、触觉，培养宝宝的观察力、专注力，增加亲子间的情感。

简单准备：

水彩笔。

现在开始：

①家长握着宝宝的手掌或手腕，用水彩笔在宝宝的手掌或手腕上轻轻描画，比如在宝宝的手掌上画个小太阳，在宝宝的手腕上画一块手表。画的时候，注意引导宝宝朝自己画的部位看。

②家长也可以用手指代劳，比如在宝宝洗完澡后，让宝宝俯伏在床上，用食指在宝宝的背上写简单的数字，或写些英文字母，一边写，一边用语言和宝宝交流。

还要知道：

如果宝宝不喜欢别人在他手上写字或作画，就不要勉强。另外，洗完澡后要确保房间温暖，游戏持续的时间不宜过长，30 秒至 1 分钟已足够。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.四处走走

成长目标：

加强宝宝的视觉训练，提高宝宝对不同强度、频率、音色的声音的辨别能力。

简单准备：

天气晴朗的时候带宝宝到室外去。

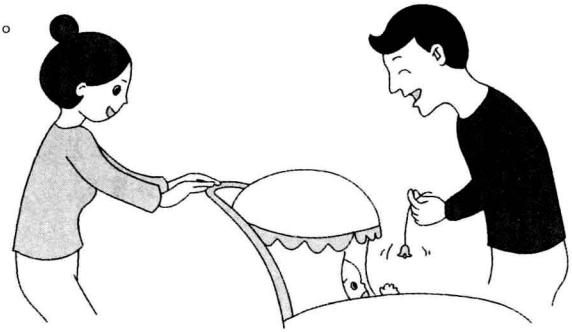
现在开始：

①天气好的时候，家长用小推车推着宝宝到不同的地方走一走，看一看，比如公园、小树林、游乐场等，让宝宝看看各种花、草、树木、车辆、高楼大厦，随机认识蝴蝶、蚂蚁等，听听小鸟的叫声，看看公园里其他人都在做什么。

②妈妈推着宝宝，爸爸拿着小铃铛在宝宝面前摇一摇，或在宝宝面前拍拍手，看宝宝会不会盯着小铃铛或爸爸的手。

还要知道：

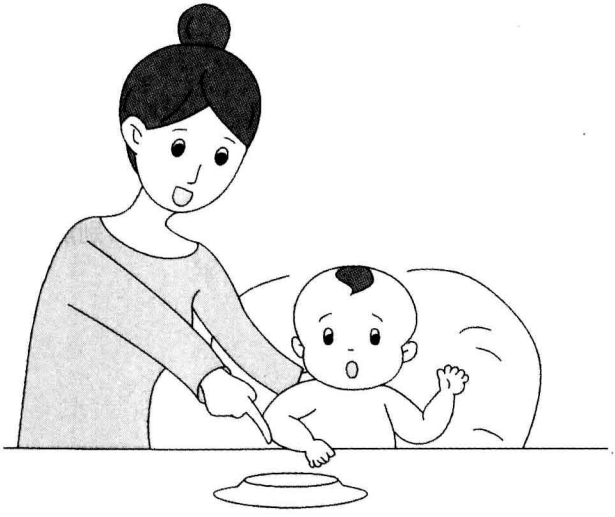
家长平时可以经常带宝宝到小区走一走，让宝宝从周围的环境中直接接触各种声音。家长也可以利用不同的东西，使之发出不同的声音，让宝宝逐渐提高对声音的辨别能力。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



8.寻找小糖豆

成长目标：

发展宝宝的视觉和颈部肌肉，提高宝宝发现、观察细小物品的能力，锻炼宝宝的手眼协调能力。

简单准备：

白色的餐巾纸一张，几粒小糖豆，塑料盘子一个。

现在开始：

①将宝宝抱坐在桌旁或者地毯上，在白色的餐巾纸或纸巾上放一粒小糖豆，对宝宝说："宝宝，仔细看看，糖豆放在哪里了?"

②当宝宝看到糖豆时，鼓励宝宝拿过来，将小糖豆放入盘中。家长再将小糖豆沿着盘子的四周慢慢滚动，吸引宝宝的眼球跟随小糖豆转动，再将小糖豆藏在盘子底下，看看宝宝会不会掀动盘子去找小糖豆。

还要知道：

刚开始，宝宝可能抓不住糖豆，不要紧，只要宝宝能碰到糖豆就表示宝宝的手眼协调能力发展得很好。另外，家长要密切观察宝宝在活动中的细小动作，看到宝宝抓住糖豆时要及时从宝宝手中拿走，防止他吃掉糖豆。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.黑白图片

成长目标：

以强烈的黑白对比吸引宝宝的注意力，让宝宝辨识其色彩及轮廓。

简单准备：

黑纸和白纸若干。

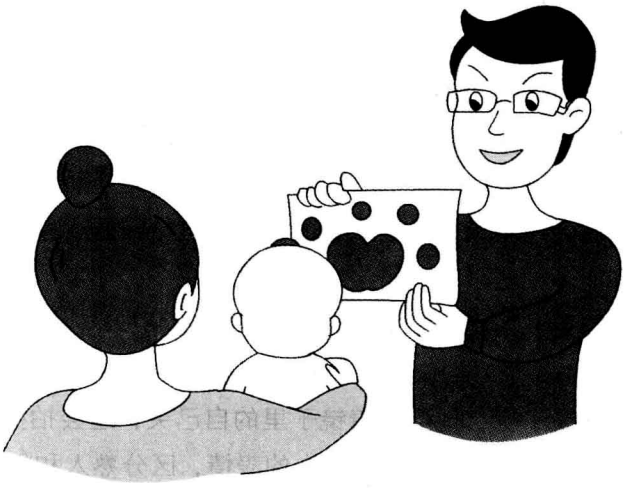
现在开始：

①家长将黑色纸裁成不同形状的小图，再将它们贴在白纸中间，将完成后的贴图放在宝宝眼前让他看，每张图卡停留3~5秒。

②家长再将白纸剪成不同形状的小图，将这些图片分散贴在黑纸上，将完成的贴图放在宝宝眼前让他看3~5秒。

还要知道：

下次再玩这个游戏的时候，家长可以将黑白纸换成其他颜色的两种纸。也可以将黑色小纸片放在自己手上，引导宝宝注意你的手，再将白色的小纸片叠上去，提醒宝宝："妈妈的手变颜色啦！"然后再用其他颜色的纸组合出更多样的色彩，宝宝一定会感到非常好奇的。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

0~6个月宝宝的情绪和社会性发展

人的社会性主要包括人的社会知觉和社会行为方式。皮亚杰认为，社会和情感因素在宝宝逻辑活动的发展中是起作用的。小宝宝从刚一出生开始，就已经能够通过面部表情来告诉家长他们的悲伤、满足以及厌恶了。随着宝宝的不断长大，他们的情绪表现也越来越复杂。

1~2个月时，当家长逗宝宝玩时，宝宝会微笑，发出声音，或做一些动作。平躺时，宝宝有时会看看妈妈的脸。2~3个月的宝宝已经开始有社会性的需求了，他们渴望得到家长的爱抚，所以家长要适时地面对面地逗笑宝宝，多拥抱抚摸宝宝，给宝宝一些愉悦的情感体验。和宝宝交流时，家长要让宝宝看到自己的面部表情，而且尽量让自己的面部表情丰富些，从而帮助宝宝朝着健康快乐的方向发展情绪。3~4个月的宝宝，有了愉快的感受，开始知道怎么表达愤怒和惊讶等，渴望更多的拥抱和交流。这个阶段的宝宝能够区分家庭成员，他们还会用微笑来吸引家长的注意。这个时候，家长要给予积极的回应，平时最好能多抽些时间陪陪宝宝，并且让更多的家庭成员参与你们的活动，让宝宝体会与更多人玩耍的乐趣。

4~5个月的宝宝已经能够通过喊叫和哭闹等方式来寻求帮助了。这时候，给他镜子玩，他会冲着镜子里的自己笑，还会拍打镜子。看到奶瓶时，会用小手拍奶瓶。他还会模仿大人的表情，区分熟人和陌生人。

5~6个月的宝宝会出现“怕生”的现象，情绪转化比较快，刚刚还在哈哈大笑，可能会突然因某事而愤怒或者用哭闹来表达自己的难过、紧张感。照镜子时，宝宝已经能分辨出自己和镜子中的自己的不同了，而且能觉察到自己身体的不同部分，并知道自己与外界的不同。他们还会伸手和发出声音来与熟悉

的大人或其他的宝宝交流。

很多家长担心这个阶段的宝宝会“怕生”，这样会对宝宝以后的人际交往产生不好的影响。其实这并不是坏事，而是宝宝心智发育的一个必要过程。要解决这个问题，平时家长可以让宝宝多熟悉身边的人，让宝宝认识到身边的人和妈妈一样也是安全的，再慢慢扩展他的人际关系。

对于0~6个月的宝宝来说，家长应本着积极和负责的态度去对待他们。尽管宝宝从一出生就会通过各种情绪来表达自己的感受，但在他们的成长过程中，和家长建立起来的情感依恋对他们今后的社会性发展是很有帮助的。平时家长应毫不吝惜自己对宝宝的关心和爱护，对宝宝发出的情绪信号应及时作出回应，尽量满足宝宝在生理和心理上的各种需要，并给予积极的情感支持，多和宝宝进行身体和语言上的交流等。家长尽量在婴儿阶段及时满足宝宝的需要，多拥抱和抚摸宝宝，多花时间陪陪宝宝，为宝宝的社会性发展奠定一个良好的基础。

1.拥抱和触摸

成长目标：

带给宝宝更多愉快的情感体验，帮助宝宝朝着健康快乐的方向发展自己的情绪。

简单准备：

安静的环境。



现在开始：

①妈妈在给宝宝喂奶的时候可以抚摸宝宝，轻拍宝宝的胳膊，同宝宝低声细语。

②家长抱着宝宝的时候，让宝宝可以自由地触摸到自己。妈妈可以把宝宝的手放在自己的脸上，让他的手触摸自己的头发、眼睛、鼻子、嘴。当妈妈把宝宝的小手放在自己的鼻子上时，告诉宝宝“这是鼻子”。以此类推，游戏反复进行。

还要知道：

2~3个月的宝宝已经有社会性的需求了，他的情绪不再完全取决于生理性需要。他们渴望爸爸妈妈的爱抚，这时家长要适时地满足宝宝的情绪需求，多面对面地逗他玩耍。当看到爸爸妈妈熟悉的面孔，或有人面对面逗他玩时，他会非常开心的，而且会朝着面前的人微笑。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.社会交往游戏

成长目标：

发展宝宝的人际交往能力，让宝宝感觉通过语言和动作与人互动的快乐。

简单准备：

天气晴朗的时候带宝宝到室外去。



现在开始：

①家长抱着宝宝在公园玩，让宝宝看看其他的小朋友在做什么，再慢慢走近小朋友。如果宝宝在笑，表示他愿意同小朋友接近。让宝宝同小朋友握握手，打招呼。如果宝宝把头转向妈妈的一边，或者扑到妈妈怀里，表示宝宝怕见生人，这时不要勉强宝宝。

②再大些的时候，家长可以引导宝宝把自己带的小糖果分给其他的小朋友吃，让宝宝真切地体会到分享的快乐。

还要知道：

在宝宝与他人互动中，最重要的是如何引导宝宝用眼睛看着对方，让宝宝充分体会与人在视觉上的交流。同时，在这个游戏中，家长的榜样和身教也是非常重要，这能让宝宝在模仿的过程中感受到人际互动的自然和快乐。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

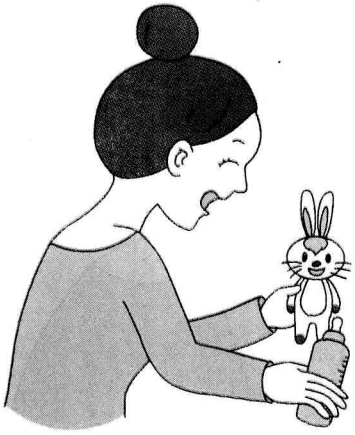
一句话微博：_____

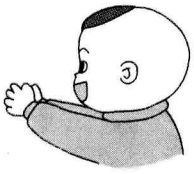
_____

3.自己拿奶瓶

成长目标：

提高宝宝的独立意识以及抓握能力，让宝宝学会观察。





简单准备：

宝宝喜欢的一个小玩具，一个奶瓶，少许牛奶或水。

现在开始：

①家长拿出奶瓶，在宝宝面前晃动几下，看宝宝会不会伸过手来抓握。如果宝宝伸手来够，家长可以退后一点儿，故意让宝宝够不着。

②家长再拿出一个小玩具，看看宝宝会不会停下来去抓小玩具。

③宝宝如果执意要奶瓶，妈妈就可以把奶瓶递给宝宝，教宝宝如何握住奶瓶，再慢慢放手，让宝宝自己拿着奶瓶。

还要知道：

4个月左右的宝宝用手抓握的能力已经有了一些进步，在这个阶段，家长可以训练宝宝自己用手拿奶瓶。注意，刚开始奶瓶里的水或奶不要太多，而且最好选择那种带柄的不易摔碎的小奶瓶。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.宝宝洗澡



成长目标：

让宝宝认识自己的身体部位，培养宝宝爱洗澡、爱清洁的良好习惯，让宝宝充分感受洗澡过程中的轻松、愉悦与自由。

简单准备：

宝宝喜欢的音乐。小动物洗澡的图片，浴盆。

现在开始：

①家长播放宝宝喜欢的音乐，并出示小动物洗澡的图片，让宝宝看看动物是怎么洗澡的，在洗哪些部位，然后和宝宝讲讲图上的内容，比如小松鼠在洗自己的尾巴。

②现在小宝宝也要洗澡啦，妈妈放好水（注意水的温度要调好），给宝宝抹上沐浴露，从宝宝头上开始洗起，每洗到一个部位就说出来，比如“现在要给宝宝洗胳肢窝啦，胳肢窝最容易出汗了”“再搓搓胳膊，洗洗肚皮”。最后用水冲一冲，用毛巾给宝宝擦干身体。

还要知道：

在洗澡的时候，家长也可与宝宝玩游戏：“宝宝宝宝真爱玩，揉揉这儿，摸摸那儿，拍拍宝宝的小肚皮。”引导宝宝对身体部位的认识。但游戏持续时间不宜过长，以免宝宝着凉。

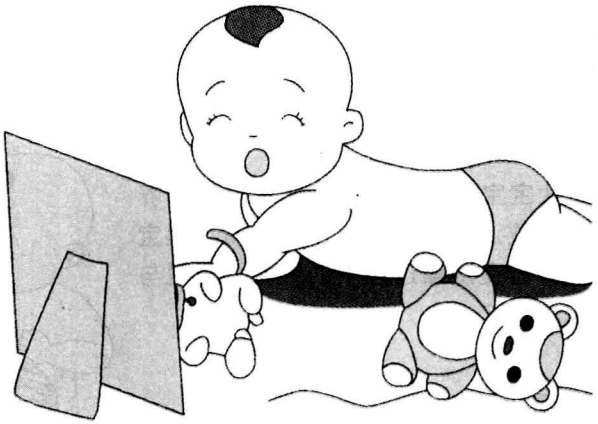
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

5.单独玩



成长目标：

有意识地培养宝宝单独玩的能力，以及宝宝的独立意识，锻炼宝宝爬行的能力。

简单准备：

一些柔软的毛绒玩具。

现在开始：

①家长挨着宝宝的小床边放一面光滑又有保护，且不易被宝宝击碎的镜子，让宝宝趴在床上，在宝宝的四周放上各类玩具，让宝宝自己玩。这时候宝宝可能会开始在四周找自己喜爱的玩具，然后不断转动自己的身体。

②转动的时候，宝宝可以看见自己在镜子里的成像。这时候他一定会对镜子里那个与自己动作完全一样的小宝宝感到好奇，他会想方设法地去探究其中的奥秘，他可能会去抓镜子里的毛绒玩具，或者去摸镜子里自己的鼻子，让宝宝尽情地玩吧。

还要知道：

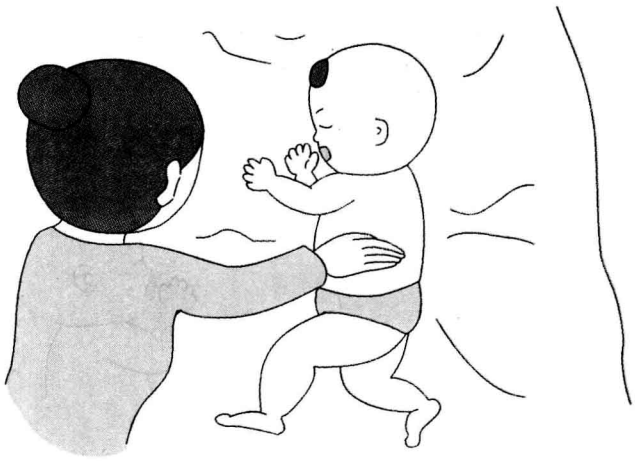
独自游戏是宝宝自立的萌芽。家长要给宝宝独立的私人空间和时间，放手让他自己玩，但放玩具时，家长一定要考虑到宝宝的安全，应选择一些安全柔软的毛绒玩具。并且要隔几分钟去看一下宝宝，以防他一个人着急或从床上摔下来。当宝宝有困难时，家长可给予宝宝适当的帮助和指导。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.宝宝起床了



成长目标：

让宝宝充分感受到父母对自己的爱，增加亲子间的情感。

简单准备：

起床歌。

现在开始：

①家长每天叫宝宝起床时，可以边说儿歌边抚摸宝宝起床：“太阳公公眯眯笑，我的宝宝快起床，醒来吧，小眼睛；醒来吧，小鼻子；醒来吧，小嘴巴；醒来吧，小胳膊；醒来吧，小腿。”（可更换顺序，叫到哪儿，摸到哪里）

②宝宝睁开眼睛后，家长换儿歌：“嘿，小宝宝，睁开眼，眯眯笑，咿呀呀，学说话，伸伸手，要人抱。”这时妈妈伸手对宝宝说：“抱一抱。”让宝宝也伸出手让妈妈抱。爸爸妈妈也可以同时伸手向他示意，看宝宝会让谁抱。宝宝让谁抱时，一定要及时把宝宝抱过来并亲一亲宝宝。

还要知道：

一些研究显示，婴儿期缺乏拥抱的宝宝爱哭易躁，而经常被触摸和被拥抱的宝宝心理素质要比缺乏这些感受的宝宝健康得多。其实，宝宝的情感表达方式简单而直接，对宝宝来说，最好的表达爱的方式就是给宝宝一个温暖的怀抱。通过亲一亲、抱一抱，告诉宝宝你对他的爱，他就能够感受得到，并会给予回报。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



7.逗笑宝宝

成长目标：

刺激宝宝感觉的分化和成长，促进宝宝自由表达情绪体验，促进宝宝上肢动作的发展。

简单准备：

不同质地的物品若干。

现在开始：

①用一些不同质地的物品如羽毛，轻轻触碰宝宝的脸颊，观察宝宝脸部表情的变化。这时，宝宝可能会微微睁开眼睛寻找物品，也可能会“咯咯”地笑起来，并舞动自己的手臂企图去抓住触碰他的物品等。

②家长可以挠宝宝的胳肢窝、小脚丫的背面，逗引宝宝笑出声音来。

③家长用手在自己的嘴上打“哇哇”，再握住宝宝的小手在他的小嘴上打“哇哇”，使宝宝手的动作与发出的声音相配合，这时宝宝一定会“咯咯”地笑起来的。

还要知道：

家长要注意玩具的质料，玩具不要有尖角，不能对宝宝产生伤害。另外，要促进宝宝情绪情感向着良好的方向发展，就要注意培养宝宝的积极情绪情感。平时家长应多和宝宝进行一些互动活动。同时，触觉也是宝宝探索世界的基本途径之一，有助于建立宝宝的安全感。如果宝宝对玩具有抗拒行为，家长不要操之过急，可以边唱儿歌，边分散宝宝的注意力，让宝宝慢慢适应。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.袋鼠妈妈

成长目标：

和宝宝分享自己的喜好，培养宝宝的愉快情绪，增加亲子情感，促进宝宝语言与动作的联系。

简单准备：

安静的环境，宝宝背袋。

现在开始：

①妈妈用宝宝背袋，将宝宝绑在自己的肚子上，让宝宝背向自己，先用自己的额头轻轻碰一下宝宝的额头，并亲切地叫宝宝的名字，说“碰碰头”，使宝宝产生愉快的情绪。



②让宝宝和自己一起看看报纸、电视剧，或者整理一下公文包，也可以主动和宝宝聊聊白天工作上的事情，或讲故事给宝宝听。

还要知道：

家长要懂得和宝宝分享自己喜欢的事物，这样等宝宝长大后，就有谈心、游戏、活动的好伙伴啦！经常和宝宝轻轻碰碰额头，可以增加亲子情感，引起宝宝的愉快情绪。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

0~6个月宝宝的艺术潜能发展

很多家长会发现，有的宝宝哭的时候，如果家长给他听一段旋律优美的音乐，他就会马上停止哭泣，静静地聆听音乐。著名钢琴家顾圣婴的父亲就曾回忆道："刚满月的圣婴躺在摇篮里，妈妈在放唱片，小圣婴闭上眼睛安静地睡着了。可是，当一曲终了，妈妈换唱片时，小圣婴就不安起来。小圣婴睁开眼睛，左顾右盼，似乎在寻找什么。当乐曲重新响起来时，孩子又安静了。妈妈惊奇不已，把这一发现告诉家里人和亲友们，并一次次地'表演'，屡试不爽。"

音乐能起到陶冶宝宝的性情、调节宝宝的情绪、促进宝宝听觉能力的发展等作用。家长都知道，宝宝还在妈妈肚子里时，家长就可以放一些纯净悦耳的胎教音乐对宝宝进行胎教。这样宝宝就会在音乐中快乐地成长。所以，宝宝出生后，家长也别忘了让宝宝多听听音乐。给宝宝听的音乐最好不要有杂音，音调要准确，否则容易损伤宝宝的听觉辨别能力。

一般来说，3~4个月是培养宝宝各方面潜能的重要时期。在这个时期，家长可以逐渐培养宝宝的艺术潜能，比如，宝宝醒来的时候，妈妈可以用音乐般悦耳的声音和宝宝讲话，用柔和的音调给宝宝唱歌听。在宝宝吃饱、情绪稳定的时候，或者在每天晚上临睡前放轻柔的音乐陪伴宝宝入眠。也可以在给宝宝换尿布或洗澡时为他哼哼曲调等。6个月内的宝宝非常喜欢看黑白图片以及白纸上描画的圆形和四方形。家长可以在宝宝床的附近挂一些大的黑白图片，给宝宝一些安慰，愉悦宝宝的心情。但随着宝宝一天天长大，家长要经常更换不同颜色、大小的图片。

宝宝的世界总是很奇妙的，特别是出生4个月后的宝宝，他们会渐渐表现

出对这个世界的好奇，会用各种动作去探索身边的一些小事物。这个时候，如果家长不能营造一个轻松适宜的学习环境，宝宝的一些能力容易因得不到表现而消失掉。所以，家长要尽量创造一种快乐自由的气氛，尽量安排一些要宝宝使用身体和手来完成的游戏。比如，让宝宝去寻找小糖豆；播放轻快的音乐，让宝宝跟着节奏在妈妈的保护下自由扭动；握着宝宝的手，让宝宝尽情地敲打各种炊具，随意涂画，等等。

发展宝宝的艺术潜能，关键在于培养宝宝对审美要素的感受力。但家长千万不要操之过急，对宝宝艺术潜能的发展也不要盲目跟风，要审慎对待宝宝艺术潜能的开发，因为宝宝在不同的年龄段其智力水平和发展情况也是不一样的。皮亚杰就一直强调“对婴幼儿早期教育必须循序渐进地进行”，这样就可以避免宝宝的艺术潜能在尚未萌芽之前就已枯萎。

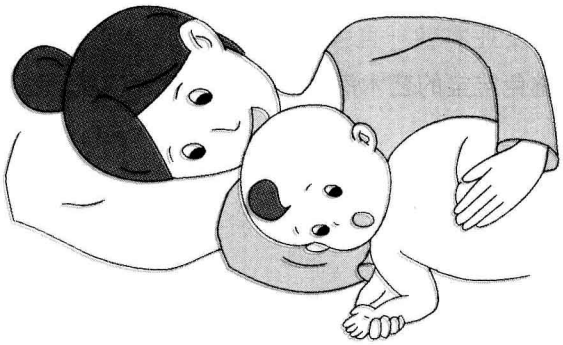
1.和宝宝一起听音乐

成长目标：

培养宝宝的音乐感，感受不同乐曲的曲风特点，促进宝宝的智能发育以及情感发展，锻炼宝宝的听觉。

简单准备：

宝宝吃饱喝足、清醒的时候，准备一些轻柔舒缓或明快的音乐。



现在开始：

①家长和宝宝侧卧在床上，一起静静地聆听一些轻柔舒缓或明快的音乐。

②播放第二遍时，家长抓住宝宝的小手，随着音乐的节奏挥动宝宝的小手臂。如果音乐是明快的，动作可以欢快些；如果音乐是轻柔舒缓的，动作可以轻柔些。

还要知道：

宝宝在出生前，听觉就已经开始发展了，它们能区别声音的高低与强弱。给宝宝听音乐时，应选择中等音量，每次只听一种性质的音乐，每次持续5分钟左右。随着宝宝的成长，家长可逐渐增加一些适合宝宝听的活泼些的音乐，玩的次数也可以酌情增加，但一定要在宝宝清醒的时候进行。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.宝宝的艺术画廊

成长目标：

发展宝宝对特征明显事物的注意力以及对画画的兴趣，促进宝宝的视觉发展，培养宝宝愉快的情绪，促进亲子感情。

简单准备：

图片卡（20×20厘米）若干，爸爸妈妈的黑白照片两张。

现在开始：

①家长拿出黑白图片卡，并在上面分别标好序号：1、2、3…每次只给宝宝看两张，看看宝宝对哪张图片的注视时间长，这就说明宝宝对哪张图片有所偏爱。

②再让宝宝看看爸爸妈妈的黑白相片，指着妈妈的相片对宝宝说："妈妈，妈妈。"指着爸爸的相片对宝宝说："爸爸，爸爸。"看看宝宝又会作出怎样的反应。



还要知道：

图片最好放在距离宝宝眼睛20厘米的地方，图形可以根据宝宝的情况不断变化，还可自己制作一些简单形和复杂形的图片让宝宝观察，看宝宝喜欢什么形状。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

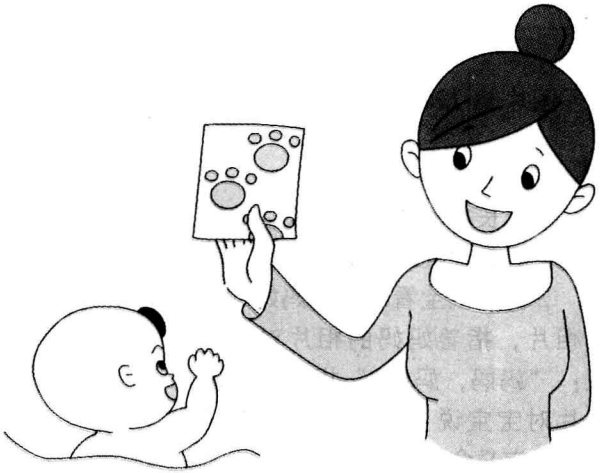
3.印脚印

成长目标：

培养宝宝对色彩的兴趣，加深宝宝对脚的认识。

简单准备：

小鸡和小猫的脚印图片，白纸，红色颜料。



现在开始：

①家长出示小鸡和小猫的脚印图片，引导宝宝观察小鸡和小猫的脚印图片是不是一样的。

②家长将白纸铺在地板上，将红色颜料抹在宝宝的脚底，双手扶着宝宝的手臂，让宝宝行走在白纸上，留下几个脚印。再让宝宝观察自己的脚印和小鸡、小猫的脚印有什么不一样。

还要知道：

刚开始，宝宝看着图片可能只会咿呀呀，没关系，这可以建立宝宝对色彩的第一印象。随着宝宝慢慢长大，宝宝就知道怎么区别脚印和各种颜色了。每次做这个游戏时家长可以变换不同的颜料，也可以把印好脚印的纸放在地板上，和宝宝一起踩脚印，以此加深宝宝对各种颜色以及脚、脚印的印象。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.蹲蹲舞

成长目标：

提高宝宝的乐感，训练宝宝的平衡能力，促进宝宝的体能、左右脑和谐发展。

简单准备：

表现力强、节奏明快的音乐。



现在开始：

①家长先播放表现力强、节奏明快的音乐，然后扶着宝宝，让宝宝站在自己的腿上或椅子上。再放松手腕，让宝宝一蹲一蹲地在自己的腿上或椅子上跟着音乐的节奏跳舞。

②家长不断变换玩法，比如给宝宝戴上小猫的头饰，可以配合儿歌："小猫小猫喵喵喵，蹲在地上吃小鱼。小猫小猫喵喵喵，站起身来伸伸腰。"

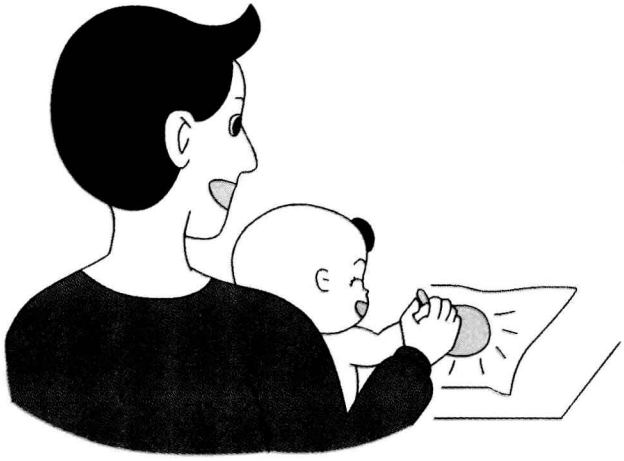
还要知道：

让宝宝学习蹲跳游戏对宝宝保持平衡能力有十分重要的作用，是宝宝练习行走的先决条件。但游戏要在宝宝吃饭后再过一段时间进行。另外，这个阶段的宝宝的支撑力还比较弱，所以游戏持续的时间不宜过长，不要让宝宝感觉疲劳，用力要轻缓，以免伤着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



5.画太阳

成长目标：

加深宝宝对红色、圆形物体的认识。

简单准备：

红太阳图片一张，白纸，笔，红色的颜料。

现在开始：

①家长拿出红太阳图片给宝宝看，或者把图片贴在墙壁上指着图片告诉宝宝太阳是红红的、圆圆的，并反复念读“太阳”，加深宝宝对这个词的印象。

②家长拿出白纸和笔，握着宝宝的小手，在白纸上描画太阳，并涂上红色的颜料，边画太阳，边唱儿歌：“红太阳，圆太阳，照在身上暖洋洋。”

还要知道：

家长在画红太阳的时候要让宝宝看着自己画，以后随着宝宝的慢慢长大，可以让宝宝自己画。在宝宝每天早晨起床的时候，妈妈可以对宝宝说：“天亮了，太阳出来喽，宝宝要起床了。”让宝宝对时间有个初步的了解。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.会飞的花瓣



成长目标：

锻炼宝宝头颈部的力量，让宝宝获得最初的音乐体验，培养宝宝的乐感，调节宝宝的大脑功能。

简单准备：

收集各种花瓣，宝宝清醒的时候，播放轻柔舒缓的音乐。

现在开始：

①在音乐中，家长将收集的花瓣朝宝宝和自己的头上方扔，让花瓣落在自己和宝宝的头上、肩膀上、衣服上、鞋子上，看看宝宝会不会抬起头去看落下来的花瓣，或者低下头去看地板上的花瓣。

②引导宝宝张开手掌，或者帮助宝宝张开手掌，让花瓣落在宝宝的手掌上，让宝宝摸一摸花瓣，并唱儿歌：“红花瓣，黄花瓣，颜色鲜艳真好看。小宝宝，摸一摸，变成蝴蝶飞上天。花瓣花瓣，像那美丽的蝴蝶，停在花间。蝴蝶蝴蝶，像那会飞的花瓣，忽闪忽闪。”

还要知道：

在宝宝还是个新生儿的时候，音乐就是逗宝宝开心和安抚宝宝的最好的方法之一。给宝宝听音乐，不需要正襟危坐，可以让宝宝跟着音乐扭一扭，跳一跳，或者一起做游戏，这样宝宝才会觉得音乐好玩，觉得这才是属于自己的音乐。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



7.好玩的炊具

成长目标：

增强宝宝的音乐感以及节奏感，锻炼宝宝的注意力、想象力以及手眼协调能力。

简单准备：

锅、碗、盆等，筷子或勺子，背景音乐。

现在开始：

①播放背景音乐，家长把准备好的锅、碗等炊具放在桌子上，口朝下，让宝宝握着筷子，然后一手抱着宝宝，另一只手握着宝宝拿筷子的手，尽情地敲打这些炊具。

②家长一边引导宝宝听各种炊具发出的声音，一边唱：“叮叮当，叮叮当，碗儿响叮当，叮叮当，叮叮当，盘儿响叮当。”

③家长也可以用塑料盆子撞击不锈钢盘子，引导宝宝仔细聆听，看看宝宝的表情有什么变化。

还要知道：

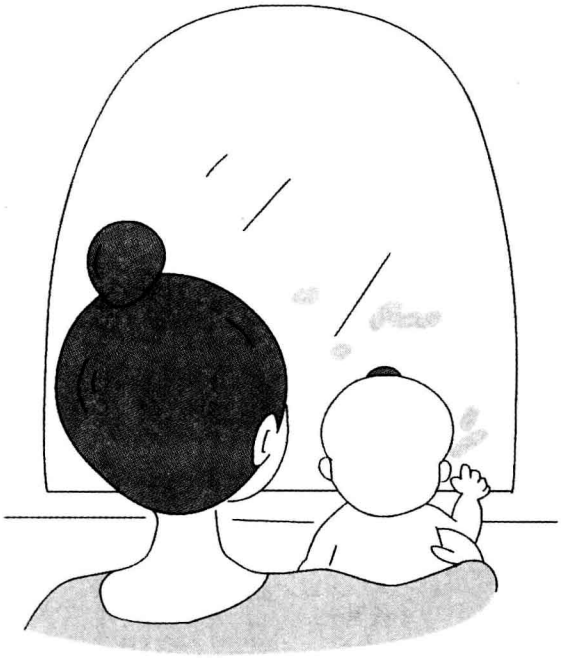
锅碗瓢盆是宝宝的最爱，听到这些物品在敲打下发出的声响，他们会非常开心的。但在敲打的时候家长不要太用力，以免声音太大吓到宝宝。另外，家长握宝宝的手不要太紧，持续的时间要依宝宝的情况而定。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.有趣的水蒸气



成长目标：

引导宝宝尝试大胆、随意地“绘画”，体验最初的绘画过程，培养宝宝对绘画的兴趣，锻炼宝宝的动手能力。

简单准备：

冬天在浴室里放好热水。

现在开始：

①在给宝宝洗澡前，家长先在浴缸中把热水放好，并尽量保持房间内的水蒸气充足，再引导宝宝用手在被水蒸气蒙住的镜子前自由地“作画”：可以用手指点，也可以用拳头在上面滑来滑去，或者在上面印手指印。

②家长也可以抱着宝宝在蒙满了水蒸气的镜子前面，用语言引导宝宝看看自己在镜子中的模糊形像。

③用抹布抹去上面的水蒸气，使宝宝的头像越来越清晰。当宝宝看到清晰的自己时，他可能会高兴地发出“咿咿呀呀”的声音。

还要知道：

如果刚开始宝宝不知道怎样在镜子上“作画”，家长可以握着宝宝的手进行，等宝宝熟悉后再让宝宝自己去做。另外，要注意浴室内空气流通和温度的调节。

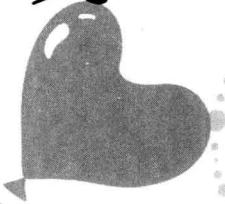
爸妈记录

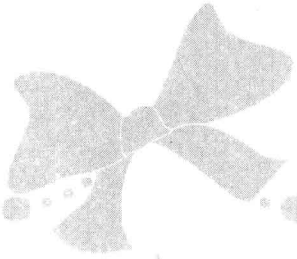
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

第二篇

6~12个月宝宝的亲子游戏





儿童的智慧发展阶段决定了他们不同的游戏方式，皮亚杰提出了三种类型的游戏：练习性游戏、象征性游戏和有规则的游戏。它们分别与智慧发展的感知运动阶段、前运算阶段和具体运算阶段相对应。

——皮亚杰

6~12个月宝宝的语言发展

6~12个月的宝宝其实早已参与到这个世界的环境当中，他们开始理解语言的意思，认识较多事物与动作的名称，已经开始逐步地学习作为人所应当拥有的各种基本能力，包括语言、智力、运动等能力。虽然对于一个尚未满1岁的宝宝来说，这些学习的过程是充满艰辛和困难的，但是宝宝喜欢苦中作乐。所以，这个时期的宝宝也是最无忧无虑的。

这个阶段宝宝语言能力的发展大部分取决于家长对宝宝的影响。宝宝在6~8个月的时候，会一直停留在重复一个音节上，会一直发出“妈妈”“爸爸”“达达”等，并能够在家长的引导下，发出一些基本的音节。这个时候，宝宝能将一定的词语和特定的事物联系起来，比如，当问宝宝“气球呢?”时，他会转向并看着气球。

9~12个月的宝宝，开始懂得一些较之前复杂的词语的意思，比如“再见”“亲一下”等。当家里人对他乱拿东西表示“不允许”时，他会立刻停止错的动作。事实上，宝宝已经能够辨别母语中的各种音素，能够经常模仿和学习新语音。这个阶段，家长必须要让宝宝多体验生活，家长可以多和宝宝进行游戏的互动，在交流的过程中要尽量说话，不要因为宝宝还不能张口说完整的话而拒绝与他进行有效的沟通。在这个年龄，家里人要经常给宝宝灌输外界的东西，比如，给宝宝说说周围各种东西的名称，这个时候的宝宝脑海中就会很容易形成一种印象。

对于6~12个月的宝宝来说，他们还处于初学说话的阶段，很多音都还发不准确，他们会积极地模仿成人，并通过自己的咿呀语表现出来，听起来会模糊不清。但家长是宝宝最为亲近的人，家长应主动和宝宝对话，要耐心地理解宝宝想表达的意思。和宝宝在一起的生活中，家长做的每个动作都应该用简单

的词语表达给宝宝听，让宝宝能够在这个过程中慢慢地熟悉并了解词语的意思。

当然，鼓励宝宝发音也是一件非常重要的事情，那是宝宝开始学会和人沟通的一种有效渠道。在和宝宝的相处过程中，家长应该及时地对宝宝进行鼓励和表扬，让他们时刻感觉到这个世界的美好和有趣。

很多研究已经证明，如果家长能经常和宝宝进行各种语言交流，在这种环境下成长起来的宝宝，将比那些跟着沉默型家长成长起来的宝宝拥有更丰富的词汇量和更清晰多样的表达方式。相信每一个家长都希望自己的宝宝拥有好口才，这需要家长从小有意识地对宝宝进行训练。生活在宝宝周围的人也应该经常给宝宝灌输一些新鲜的东西，比如，先用带有疑问的口气问宝宝身边的各种东西的名称是什么。宝宝通常会好奇地盯着你看。如此一来，你就立刻将名称用适当的语调说出来，以引起宝宝的注意，让宝宝渐渐熟悉该名称。

家长是宝宝最亲密的人，应该时刻记住和宝宝对话，和宝宝在一起的生活中，做每一件事情都尽量让宝宝知道你在做什么，为什么要这么做，这样宝宝才能在良好的语言环境中慢慢茁壮成长。

1. “听话”的宝宝



成长目标：

让宝宝感受低音、高音的不同，发展其倾听的能力，并练习发音。

简单准备：

宝宝清醒时并心情愉快的时候。

现在开始：

①家长抱起宝宝，并轻声叫宝宝的名字，看宝宝会不会看着家长，和宝宝说说话，鼓励宝宝发音。

②另一位家长在另一边轻声叫宝宝的名字，看看宝宝会不会顺着声音去寻找，和宝宝说说话，鼓励宝宝发音。

③家长交替和宝宝说话，让宝宝感受不同的音调，比如妈妈说低音，爸爸说高音，说低音的时候看宝宝是否会去寻找妈妈，说高音的时候看宝宝是否会去寻找爸爸。

还要知道：

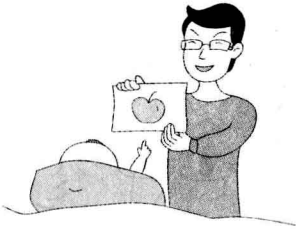
平时家长可以经常和宝宝说说话，这对宝宝以后的语言能力会有很大的帮助。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.指认物名



成长目标：

训练宝宝的语言和听觉能力。

简单准备：

汽车、水果、蔬菜等的图片卡。

现在开始：

①家长拿出图片卡，告诉宝宝这是什么，多重复几遍，鼓励宝宝听到物品名称后能指出来。

②抱着宝宝在家里到处走走，看到什么就指给宝宝看，并告诉宝宝这是什么，也可以让宝宝摸一摸，一边摸一边告诉宝宝它叫什么。

还要知道：

这种做法可以让宝宝练习听声音与物品的联系，从而记住该物品。不过宝宝可能要经过反复温习才能记牢，所以家长要有耐心哦。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.来来去去

成长目标：

通过动作加强宝宝对词语的理解。

简单准备：

宝宝小推车。

现在开始：

①把宝宝放在小推车里，推开小推车说“去”，把小推车拉回来说“来”。



②反复几次后，家长可以换成其他的词，比如推开小推车时说“再见”，把小推车拉回来时说“你好”。

还要知道：

宝宝也许听不懂，但他可以分辨出家长说的是不同的词，反复练习，宝宝会知道不同的词具有不同的含义。如果有秋千，玩这个游戏会更有趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.小花猫



成长目标：

认识小花猫及其生活习性，促进宝宝动作与语言的协调，教宝宝发“喵呜”的声音。

简单准备：

小花猫玩具、图片，手帕。

现在开始：

①家长边念儿歌，边拿出小花猫玩具，让宝宝观察它的外形。并拿出画有小猫吃鱼的图片，告诉宝宝小花猫喜欢吃鱼。

②家长用手帕盖在小花猫头上，一边学小花猫“喵呜，喵呜”地叫，一边慢慢拿掉手帕。

③家长将手帕蒙在宝宝的脸上，又忽然拿掉，同时学小花猫“喵呜，喵呜”地叫，反复几次。也可指导宝宝模仿小猫的动作，并发出“喵呜，喵呜”的声音。

还要知道：

小花猫玩具也可换成其他的小动物的玩具，比如学小狗叫“汪汪”，但游戏中声音不要过大，以免吓着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.太阳和月亮

成长目标：

让宝宝认识太阳和月亮的图形，并念出“太阳”“月亮”两个字。

简单准备：

分别画有太阳和月亮的图片与字卡“太阳”“月亮”。

现在开始：

①家长和宝宝坐在沙发上，家长先将太阳和月亮的图片藏在自己背后。

②家长边念儿歌“太阳出来了，宝宝醒来了，白天真热闹”，边拿出太阳的图片，做慢慢升起状，并说“宝宝快看，太阳升起来喽”。

③当宝宝熟悉太阳的图片后，家长继续念儿歌“月亮出来了，宝宝睡着了，夜晚静悄悄”，同时慢慢拿出月亮的图片。

④家长一手拿着“太阳”字卡和“月亮”字卡图片，不停地变换“太阳”和“月亮”图片，让宝宝指认哪个是“太阳”，哪个是“月亮”。



还要知道：

家长也可以引导宝宝观察太阳和月亮的图片，告诉宝宝太阳是红红的、圆圆的，月亮是白白的、弯弯的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.什么玩具来了

成长目标：

培养宝宝的观察力、注意力和对语言的感悟力。

简单准备：

柔软的地毯，机动玩具若干。

现在开始：

①坐在地毯上，家长拿出机动玩具表演给宝宝看，并结合玩具特点配以适当的语言，比如“小马车来了，哒哒哒”“闹钟闹钟，滴答滴答”。

②反复几次，然后发出声音，让宝宝指认相应的玩具。

还要知道：

游戏中家长要注意观察宝宝的注意力和专注情况，游戏可反复进行。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.小白兔

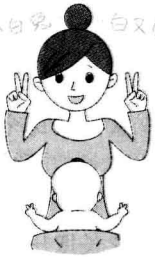
成长目标：

让宝宝认识小白兔，接触白色的概念。感受儿歌的韵律、节奏和趣味性。

简单准备：

小白兔玩具。

现在开始：



①家长拿出小白兔玩具和宝宝一起玩，并告诉宝宝这是小白兔，小白兔爱吃白菜和胡萝卜。

②家长用小白兔配合动作，一边唱儿歌“小白兔，白又白，两只耳朵立起来，立呀立，跑下去”，一边比画着。比如唱到“立呀立，跑下去”时，家长就站起来，做出跑的样子。让宝宝体会到儿歌伴随动作的乐趣。

还要知道：

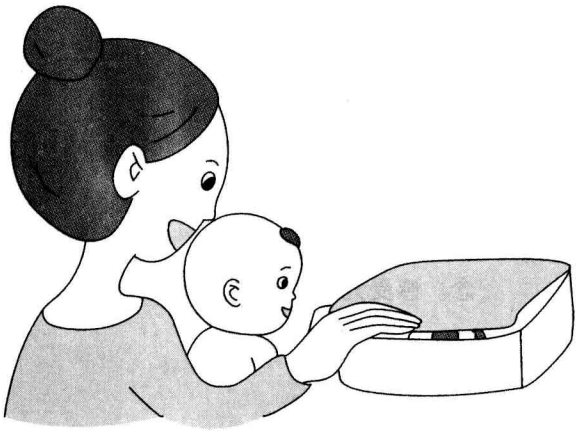
家长可以不断变化事物和场景，以宝宝不感到疲劳为宜。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____



8.神奇的盒子

成长目标：

理解“打开”“盖上”“有了”“没有”等词的意义。

简单准备：

一些容易打开的盒子，一些小玩具。

现在开始：

①家长在每个盒子里放一个宝宝喜欢的小玩具。

②家长打开盒子的时候说“打开”，关闭盒子的时候说“盖上”，反复几次，让宝宝跟着模仿。

③家长取出盒子里的小玩具说“没了”，再轻轻地把小玩具放进盒子里说“有了”，反复几次，看宝宝是否会照着做，把盒子里的小玩具取出来。如果宝宝能打开盒子并把小玩具取出来，家长可以高兴地拍手说“有了”，这样宝宝会非常开心。

还要知道：

宝宝学会这些之后，家长可以再教他盒子里是什么，家长也可以在盒子里装些字卡或图片卡，教宝宝认识一些最简单的字。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.悬挂的字卡

成长目标：

发展宝宝的观察能力，培养宝宝的语言能力。

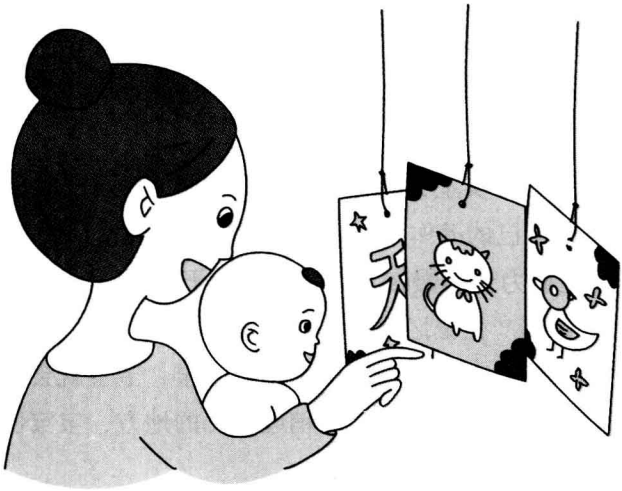
简单准备：

大而清晰并有相应的彩色图片的字卡，比如小花猫字卡。

现在开始：

①在家里选择一个适宜的区域，设置一个字卡角，将大而清晰的字卡贴在墙上，或用毛线悬挂在天花板上（以宝宝抬头就能看到的高度为宜）。

②将宝宝抱到字卡角，用手触碰悬挂的字卡，引起宝宝的注意，并告诉宝宝字卡的内容，鼓励宝宝说话。



③让宝宝自己拍字卡，拍到哪个字卡，就告诉宝宝字卡上的内容，并夸赞宝宝，逗引宝宝说话。

还要知道：

宝宝心情愉快的时候，家长可以抱着宝宝经常去字卡角转转，家长可以不断更换不同的字卡，不过每次最好留几张宝宝喜欢的，再增加新字卡。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6~12个月宝宝身体运动智能发展

宝宝出生半年后，家长会很清楚地发现，宝宝经常时不时地举起自己那纤巧的小手、小脚，这是宝宝一种想与人沟通的方式。他是在暗示家长说："我想玩，和我玩玩吧。"处于这个阶段的宝宝，能运用自己还发育不成熟的小胳膊小腿进行小运动，代表着宝宝已经开始拥有自己的控制能力，在悄悄地接触这个世界，以及这个世界的人群。

6个月的宝宝是最调皮的时候，他们常常会将各种他们所见到的东西胡乱敲打、乱扔，甚至还会重复地摔东西，还经常在床上滚来滚去。到7个月的时候，他们开始对这个世界充满好奇。比如说，平时有些盒子放在宝宝面前，宝宝不管盒子里装的是什么东西，会反反复复地做一个动作，那就是将盖子拿起来又放下去。又比如在床下或桌子下放一些宝宝喜欢的小玩具，宝宝的第一反应就是爬到床底下把小玩具拿出来。事实上，这种现象是属于正常现象，证明宝宝在这个时期已经开始学习通过自己的动作来获取自己想要的东西了。

宝宝到8~11个月的时候，注意力开始慢慢地发生转移，开始从关注自己的动作到能够将物体前后发生的事情产生记忆联系。比如，家长如果将玩具隐藏起来，让宝宝来找玩具，并用鼓掌或者奖励的方法来刺激宝宝，宝宝就会很兴奋地用余光扫荡四周。如果玩具被旁人放在了位置稍远点儿的地方，宝宝便会爬过去拿自己够不到的玩具。

肢体的运动是宝宝的先天性反应，是宝宝最先拥有的。肢体运动也为其他智能发展奠定了强有力的基础。所以，要想宝宝健康成长、宝宝的身体运动智能得到发展，家长对宝宝的训练也是很有必要的。

首先是爬行的训练。1岁之前的宝宝还不能完全站稳。因此，家长对宝宝

的爬行指导是相当有必要的，可以从各个方面来对宝宝进行引导和陪伴。譬如，把宝宝放置在床上，即便宝宝不小心摔倒，也会安然无事的。然后在宝宝的面前放上能吸引他的东西，比如玩具或者图片之类。如此一来，宝宝就会在好奇心的驱使下往前爬行。这个时候，家长可以在前方对宝宝进行加油助威，这样潜移默化中已经在训练宝宝的爬行能力了。切记不要在爬行途中放上电源等危险东西，要时刻注意宝宝的安全。

其次，可以开始逐步训练宝宝的站立能力，这个时候家长可以扶着宝宝的腋下，然后慢慢地让宝宝完全放松地站起来。虽然这个年龄段的宝宝还站不稳，甚至会像不倒翁一样左右摇摆不定，但家长一定要有耐心，慢慢让宝宝学会站立。

家长在和宝宝的相处过程中，在教会他如何爬行、如何站立的时候，要注意时间的合理安排，要从宝宝的实际出发，多选择一些适合宝宝身体运动智能发展的活动内容，让宝宝能真正学习到各种能力。1岁之前的宝宝是他人生中的开始，所以，对他而言，也是其最为重要的一个年头。

1.宝宝学爬行



成长目标：

教宝宝学爬行，提高宝宝的注意力。

简单准备：

宝宝喜欢的小玩具一个，小老虎面具一个。

现在开始：

①家长铺好床单，让宝宝趴在床单上，先教宝宝屈膝跪起，并把屁股撅起来，再用一只手托住宝宝的腹部，用另一只手的手掌顶住宝宝的两脚掌，引导宝宝蹬着家长的手掌往前爬。

②反复几次后，家长可以放手让宝宝自己爬，也可以在宝宝面前放一个小玩具，吸引宝宝的注意力，引导宝宝爬过去够玩具。

③宝宝熟悉玩具后，家长还可以戴上老虎的面具，唱着儿歌：“两只老虎、两只老虎，跑得快，跑得快！一只没有耳朵，一只没有尾巴，真奇怪，真奇怪！”去追宝宝，追到宝宝后，可以挠宝宝的胳肢窝，逗宝宝笑起来。

还要知道：

家长经常帮助宝宝做运动，不仅能提高宝宝身体机能的灵活性和协调性，还能培养宝宝的空间感，促进宝宝右脑的发育，但家长的动作一定要轻缓。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.大力气爸爸

成长目标：

锻炼宝宝的爬行能力以及感觉统合能力，提高宝宝的专注力和勇气。

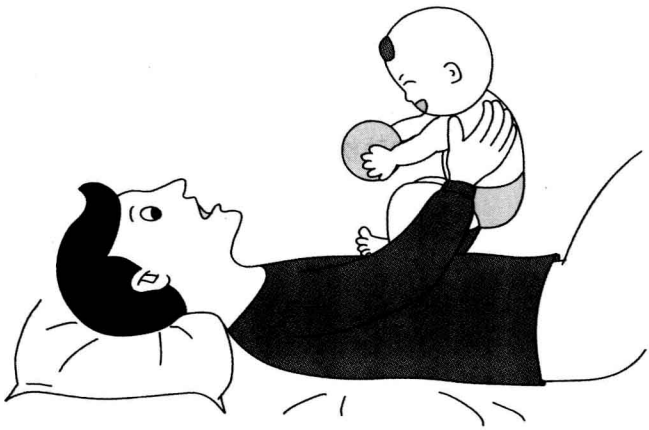
简单准备：

宝宝喜欢的小玩具。

现在开始：

①爸爸仰卧在床上，并在自己的脖子边放一个宝宝喜欢的小玩具。妈妈引导宝宝从爸爸的脚部一直爬到爸爸的脖子处去拿玩具。

②宝宝拿到玩具后，爸爸用手抓稳宝宝，将宝宝举起来，一边举一边说："宝宝真棒，宝宝要带着小玩具坐飞机了。"在高处稍停留几秒钟，爸爸看着宝宝，再将宝宝放下来说："宝宝下飞机喽！"反复玩几次。



还要知道：

这个游戏适合6个月以上的宝宝玩。爸爸是家中力气最大的人。当宝宝被举到高处时，他一定会高兴得"咯咯"笑起来，说不定还会把玩具往下扔呢。当然，爸爸一定要掌握好自己的力度。另外，不要把宝宝举得太高，以免吓着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

3.站立行走练习

成长目标：

教宝宝学站立，学走路。

简单准备：

大纸箱或小推车，长围巾一条。

现在开始：

①家长让宝宝扶着小车、栏杆练习站立，也可以扶着宝宝腋下训练宝宝站立。

②让宝宝推着大纸箱往前走，或者让宝宝推着小推车前进。为了增加游戏的趣味性，家长可以在小推车上放一个小兔娃娃，让宝宝推着兔娃娃往前走。

③可以在宝宝腰上系一条围巾，让宝宝握住围巾，家长拉着宝宝前进。

还要知道：

训练宝宝站立时，可将宝宝双腿略微分开，降低重心，使宝宝站得更稳些。注意每次扶站时间不宜过久。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.小兔子坐大船

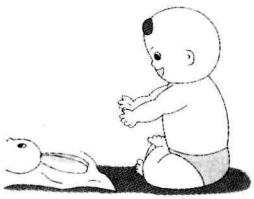
成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力、思考能力、反应能力以及动作的准确性。

简单准备：

枕巾一条，小兔娃娃一个。

现在开始：



①家长将枕巾铺在床上，让枕巾边缘刚好贴近宝宝能触及的范围，然后将小兔娃娃放在枕巾中央，吸引宝宝来拿。

②如果宝宝去够小兔娃娃，家长可以将枕巾拉离宝宝一段距离，让宝宝意识到小兔娃娃与枕巾的关系，引导宝宝用手拽动枕巾，拿小兔娃娃。

还要知道：

家长可以边玩游戏，边唱儿歌："兔娃娃，快过来，我想和你说说话，咱们做个朋友吧。"

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



5.床下探宝

成长目标：

培养宝宝的好奇心。

简单准备：

家长将床下或桌子底下打扫干净，给宝宝创造一个有趣的探险之地，一根长绳，一根小木棍。

现在开始：

①家长将一些宝宝喜欢的小玩具，放在已经打扫好的床下或是桌子底下。给宝宝穿上袜子和厚一点儿的衣裤，将宝宝放在地上，告诉宝宝床下有很多好玩的东西，让宝宝爬进去找找，看宝宝能找到什么。

②家长也可以给宝宝一根小木棍，引导宝宝把床下的小玩具给拨出来。如果宝宝不会，家长可以握着宝宝的手先做示范，反复几次，直到宝宝会为止。

③家长还可以在小玩具上系一根长绳，引导宝宝往后拉绳，看看从床下拉出来的是什么玩具。宝宝会非常享受这个过程的。

还要知道：

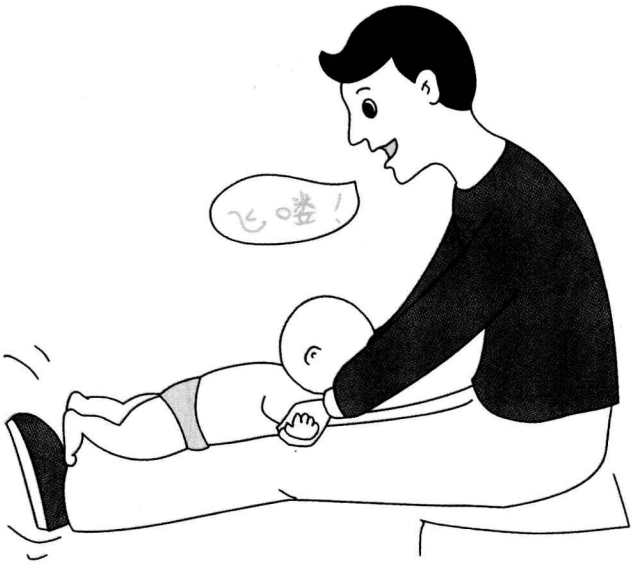
这个游戏适合8个月以上，且学会了爬行的宝宝玩。注意家长在选放在床下的玩具的时候，千万别选那种有硬度的玩具，以免伤着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.飞呀飞



成长目标：

训练宝宝的平衡感。

简单准备：

宝宝清醒或心情愉快的时候。

现在开始：

①家长两手并拢平举，让宝宝俯卧在自己的两只手掌上，宝宝双手伸开做小飞机状。家长可以左右摇晃或把宝宝托上托下或转圈圈，让宝宝尽情地体验飞的感觉。

②家长也可以坐在椅子上，双腿自然垂放，略向前伸，然后让宝宝俯卧在自己的小腿上。家长用手托住宝宝的腋下，让宝宝两手伸开呈小飞机状。

③家长抬起双腿，再慢慢放下双腿，反复几次，让宝宝体会趴在家长腿上“飞翔”的感觉。

还要知道：

在整个游戏的过程中，家长要抓牢宝宝。刚开始，宝宝可能会感到非常紧张，家长可以哼些轻柔的儿歌，比如：“小鸟小鸟天上飞，高高兴兴天上飞，飞上天啊，飞上天，落下来啊，落下来。”也可以播放一些轻柔的音乐，缓解宝宝的紧张情绪，使宝宝有兴趣参与活动。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.和宝宝比力气

成长目标：

增强宝宝上半身的力量，锻炼宝宝的臂力。

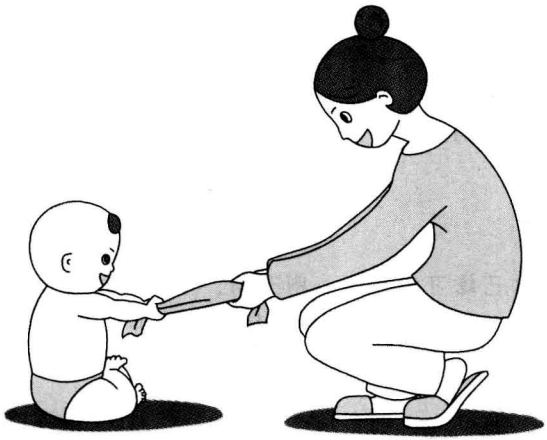
简单准备：

毛巾一条，小沙包（大小、重量，根据宝宝的情况来定）一个。

现在开始：

①家长让宝宝坐在自己对面，让他抓住毛巾的一端，自己抓住毛巾的另一端，轻轻地拉，试试宝宝有多大的力气。家长可以故意让宝宝赢，增加宝宝玩这个游戏的兴趣。

②家长把毛巾放在一边，拿出小沙包，慢慢地将沙包扔到宝宝面前，引导宝宝接住小沙包，并把小沙包再扔回来，反复几次。家长可以边唱儿歌：“健康宝宝做游戏，大家一起比力气，拉大锯，扯大锯，扔扔沙包练臂力。”



还要知道：

有时候，当你试图从宝宝手里拿走他喜欢的某样东西时，他会使劲地拽住这个东西，不让你拿走。好像他在本能地守护自己的地盘，不让别人侵入。这说明宝宝已经学会了抓握东西，他要做的就是如何把它抓得更牢、更紧。那么，开始跟宝宝玩玩比力气的游戏吧，让宝宝变得更加强壮起来。

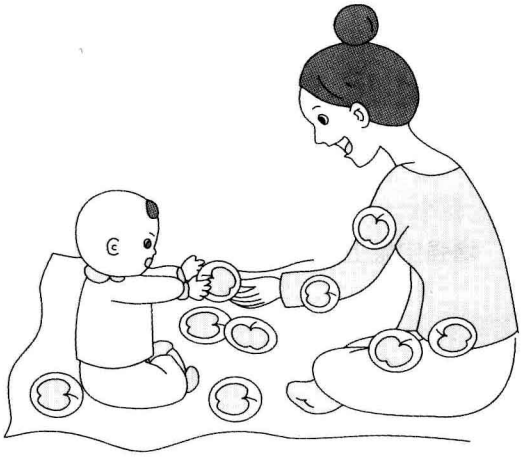
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

8.大刺猬和小刺猬



成长目标：

训练宝宝翻身，锻炼宝宝身体平衡能力和协调性，发展宝宝的运动综合能力。

简单准备：

天气晴朗的时候，给宝宝穿上一件耐磨的衣服，带上照相机和宝宝一起到户外去。准备一些双面胶和红苹果图片，以及一块布单。

现在开始：

①选一块草地，铺上布单，在每个苹果图片上粘上少量双面胶，并把这些图片贴在布单上，让宝宝像刺猬一样在布单上滚来滚去。不一会儿宝宝身上就贴满“苹果”啦。用镜子给宝宝照照，看看宝宝会作出怎样的反应。

②家长把剩下的苹果图片也粘好双面胶，让宝宝模仿自己把粘有双面胶的“苹果”贴在家长身上，家长身上贴的苹果越多，就越要夸奖宝宝。很快家长身上也粘满“苹果”啦。这时候大刺猬和小刺猬可以照张合影。宝宝会非常享受这一快乐时刻的。

还要知道：

一般宝宝到了6个月后，就可以自己练习翻滚了。刚开始，宝宝可能在原地不动或不配合家长。这个时候，家长可以用玩具或做一些搞怪的动作去逗引宝宝，或者帮助宝宝翻滚。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以玩 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：

6~12个月宝宝的精细动作发展

宝宝的小手时刻都在做运动，让人感到新生的力量在心头涌动。手不仅仅是宝宝的一个器官，更是宝宝智慧的来源。俗话说，多动手，一点儿都不掺假，宝宝的大脑要想变聪明，这跟动手能力是分不开的。其实，宝宝精细动作的发展简单来说也就是宝宝的动手能力，这种能力的背后不仅仅是双手的动作，还牵涉到手——眼——脑的协调能力。

宝宝在6个月的时候，已经开始能够运用小手来抓东西玩了，而且还兴高采烈地玩个不停。满脸笑容的宝宝很容易让人心生疼爱之情，这个时候的宝宝最让人百看不厌了。一张纸张放在宝宝面前，宝宝会立刻抓起来，将纸张撕撕扯扯。宝宝在6个月的时候，也只能够用微小的力量来撕东西而已。这个时候可以和宝宝玩给老爷爷贴胡须的游戏。

7个月的宝宝慢慢开始学会了另一种能力，那就是如果家长把玩具放在他手上，他会很有兴趣地跟玩具玩，会运用两只手来互相抓住玩具，或者来回换来换去。这种能力的衍生其实已经证明了宝宝开始初步掌握手的抓握特点。宝宝在玩积木游戏的时候，也可以在拿起一块积木的时候，相继再拿另外一块，虽然，宝宝这个时候堆的积木老是堆不成形，歪歪扭扭，但是他们还是津津乐道。

8个月的宝宝已经学会了随意地拿起东西，放下东西。这些对宝宝而言，属于经常性的动作，所以这个时候的宝宝已经基本具备了动手能力的技巧。另外，宝宝也开始喜欢用别人给的玩具来敲打，而不只是宝宝自己一个人自娱自乐。

9个月的宝宝开始懂得如何对捏。而到10个月后，宝宝就已经在动手能力

方面开始娴熟起来。譬如，故意把很小的东西放在宝宝面前，他就能够通过自己的双手把小东西拿起来。不妨给宝宝一些小夹子，让宝宝随意夹着玩吧。

11 个月的宝宝已经能够将自己的动手能力和脑力活动结合起来，达到自己的小目的了。譬如把小积木用小布包起来，宝宝就会本能反应地将这个有影响的小布掀开，然后找到小积木。

12 个月的宝宝能够很好地掌握动手能力。如果给他一支笔，他便会很自觉地拿起笔在纸张上乱涂乱画。

在了解宝宝精细动作发展的规律之后，家长不妨选择在平时跟宝宝的相处过程中创造条件，让宝宝的动手能力可以进一步得到训练。比如，可以让宝宝帮自己翻书，然后夸奖鼓励宝宝。翻书的过程中，宝宝可能会用那双小手使劲儿地翻开好几页重叠在一起的页数，但是，在日复一日的引导和帮助下，宝宝就能有意识地翻得更好了。这也是一种能够有效锻炼宝宝动手能力的一种普遍方法。在生活中，有很多方法可以让家长观察宝宝进行有效的训练，要想让宝宝动手能力得到提高，必定在生活细节方面多下点儿工夫，毕竟宝宝在这个年龄段，待在家人的身边比较安全。

宝宝的动手能力是逐步形成的，而非一朝一夕的事情。家长要有耐心地去教会宝宝认识这个世界，认识这个世界所存在的物体，让宝宝慢慢学会用自己的双手探索这个世界的一切。

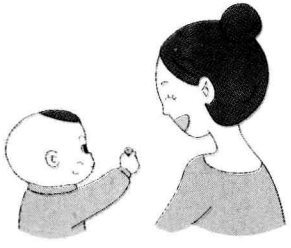
1.剥糖果

成长目标：

提高宝宝的动手能力、手眼协调能力和思维能力。

简单准备：

各种糖果，字卡“剥”“糖果”。



现在开始：

①先把糖果装进盒子里，送给宝宝，看宝宝有什么反应，并鼓励宝宝把盒子打开。

②鼓励宝宝自己剥糖果。如果宝宝剥开了，家长和宝宝一起品尝糖果，并将糖纸放进盒子里。游戏可反复进行。

还要知道：

注意观察宝宝是怎样将糖纸剥开的，以及用了几次剥开的。如果宝宝尝试了多次都剥不开，要给予宝宝适当的帮助。还可以用其他小物体替换糖果，比如纸团、巧克力等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.会开花的书



成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力、手的力量，以及宝宝的手指精细动作。

简单准备：

颜色鲜艳的图画书。

现在开始：

①家长把书一页一页卷成花的形状，让宝宝一张一张把书页翻开来。为了增加难度，可以把“花”用胶水固定，让宝宝用手指用力把每一页撑开。

②让宝宝自己把书全部卷成花的形状，再自己一页页将它们翻开。

还要知道：

最好选择那种软一点儿、页数少一些的书。为了引起宝宝的兴趣，家长可以在书页里放一些小玩具。宝宝翻书看到玩具会非常开心的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.小玩具睡觉了



成长目标：

发展宝宝的观察力、模仿能力、动手能力以及思维能力。

简单准备：

3个大小不同的有盖杯子，3个能放进杯子的且颜色比较鲜艳的小玩具。

现在开始：

①家长将准备好的小玩具和杯子在宝宝面前摇一摇以引起宝宝的注意，然后把小玩具分别放进不同的杯子里，盖好盖子。

②家长揭盖子给宝宝看，再盖上。反复几次，吸引宝宝参与到游戏中来。

③如果宝宝作出想试一试的反应，家长可以将三个杯子的盖子都取下来，放在一起，对宝宝说："天黑了，小玩具要睡觉了，让我们帮它们把盖子盖好，让它们好好休息好不好?"然后引导宝宝盖盖子。刚开始只要把每个杯子对应的盖子放在杯子旁边就可以。以后为了增加难度，家长可以打乱盖子的顺序。这时家长要提醒宝宝注意观察，大杯子对应大盖子，小杯子对应小盖子，该怎样盖。

还要知道：

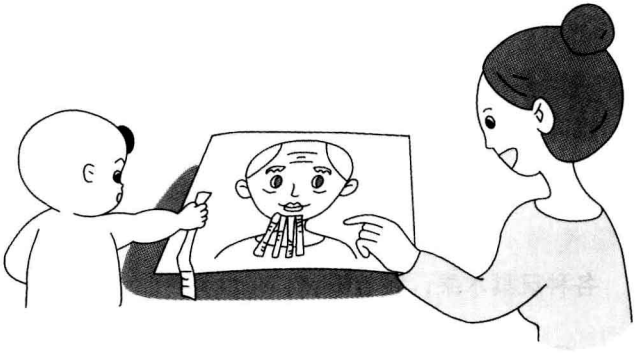
宝宝可能要尝试好几次才知道盖子与杯子之间的关系，家长要有充分的耐心。如果宝宝做对了，别忘了鼓励他，比如将盖对的杯子里的玩具奖给宝宝。在游戏中，家长的语言强化也是必不可少的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

4.老爷爷的胡须



成长目标：

锻炼宝宝手指的灵活性，让宝宝体验撕纸带来的快乐。

简单准备：

过期的报纸，或平时收集的各种海报、传单，胶水，一张画有老爷爷头像的图片。

现在开始：

①家长拿出报纸，先教宝宝把报纸撕成一条一条的。宝宝知道怎么撕后，家长可以和宝宝进行比赛，在规定的时间内，谁撕得多，谁就是胜利者，这样可以增加游戏的乐趣。

②家长和宝宝把撕好的报纸收集到一块，拿出胶水和图片，告诉宝宝图片上画的是一个老爷爷，现在要给老爷爷贴上胡须，然后教宝宝怎么把撕好的纸条贴在图片上。宝宝知道怎么贴后，就让宝宝自己贴。家长在旁边鼓励宝宝，用声音来刺激宝宝的贴纸动作。

还要知道：

平时，家长在丢弃过期的报纸、杂志之前，可以先让宝宝尽情地把这些废纸撕成一条条、一片片的。这样可以让宝宝练习撕的动作，锻炼宝宝手指的精细动作。撕纸的时候，家长要提醒宝宝不要用力过度，以免弄伤手指。

爸妈记录

宝宝完成情况：□很可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

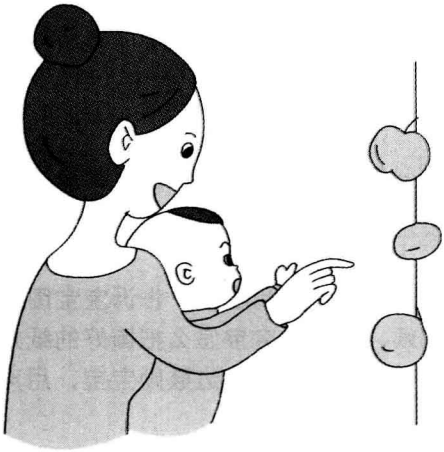
5.摘果果

成长目标：

提高宝宝的观察能力，训练宝宝抓住悬挂的物体，教宝宝两手拿玩具相互撞击。

简单准备：

各种玩具水果，线若干。



现在开始：

①家长将各种玩具水果用线系好，挂在墙壁上的挂钩上，抱着宝宝观察，看宝宝是否会主动摆弄玩具，将玩具从挂钩上取下或扯下来。

②家长示范将玩具从挂钩上取下，观察宝宝是否模仿。当玩具水果被取下来时，家长可以同时把两个玩具水果递给宝宝，让宝宝两手拿着玩具水果相互敲打。游戏可以反复进行。

还要知道：

观察力是形成宝宝智力的重要因素之一。宝宝只有对某种事物产生好奇，才会主动去听、去看、去触摸，于是形成一种良性循环——由观察产生兴趣，从兴趣中学会思索，再从思索中获得知识，进一步提高观察能力。所以要多给宝宝创造观察的机会，平时，家长可以在家中悬挂各种色彩鲜艳的、有响声的玩具，让宝宝去看、去晃动、去抓握，激发宝宝摆弄玩具的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.小豆豆蹦蹦跳

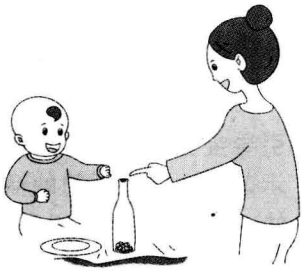
成长目标：

锻炼宝宝手指的灵活性，加强宝宝手部的力量，促进亲子情感。

简单准备：

一碟豆子，一个矿泉水瓶。

现在开始：



①将瓶子和豆子放到宝宝面前，教宝宝把豆子一个个地装进瓶子，让宝宝仔细观察豆子是怎么落到瓶底的，重复几次后，让宝宝自己将豆子放进瓶子。

②把豆子全部装进瓶子后，引导宝宝把豆子倒出来。游戏可反复进行。

还要知道：

家长不要让宝宝把豆子吞下去，豆子数量要依据宝宝的情况来定。另外，也可以用一些小彩珠来玩这个游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

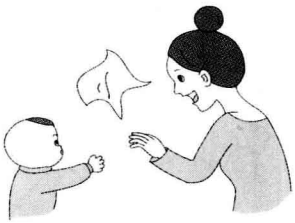
一句话微博：_____

7.飘动游戏

成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力，加强与宝宝的交流。

简单准备：



收集一些丝巾、布条、小手帕或其他可以扔到空中并慢慢飘下来的东西。

现在开始：

①和宝宝一起坐在地板上，把丝巾扔到空中，然后伸出手臂去抓住它。

②把丝巾扔到空中，让宝宝去接。握住宝宝的胳膊，这样丝巾可以掉到宝宝的胳膊上。

③继续用不同质地的东西做这个游戏，宝宝很快就抓住它们。

还要知道：

这样可以发展宝宝的手臂力量，丝巾随风飘动，五颜六色，宝宝会感到很快乐。

爸妈记录

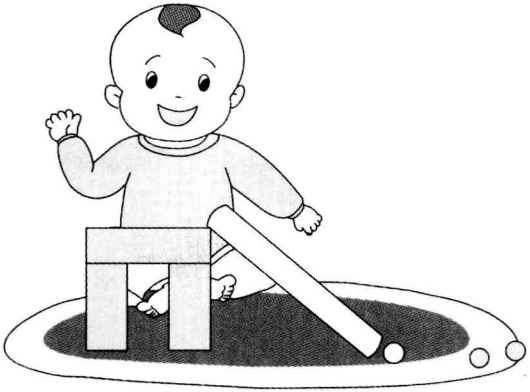
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.小球钻洞

成长目标：

锻炼宝宝的手指精细动作，加强宝宝对因果关系的理解。



简单准备：

一块厚积木或一摞书，一个硬纸板筒，比如保鲜膜筒，颜色各异的小弹球若干。

现在开始：

①家长和宝宝一起坐在地板上，引导宝宝将纸筒斜立在积木上，给他示范怎么调整纸筒的倾斜度，让小球快一点儿或慢一点儿滚出来。

②家长用大拇指和食指示范夹住小球，让宝宝看着小球从纸筒的上端放进去，从下端滚出来。然后，家长拿着纸筒，让宝宝模仿家长刚才的动作，把小球放进去。当球滚出来时，宝宝会兴奋得笑起来的。

③宝宝掌握了怎么滚球后，家长可以标出第一个小球从纸筒出来后滚到了什么位置，然后让宝宝尝试第二个球、第三个球……看哪个球滚得最远。

还要知道：

这个游戏适合已经学会用手指摆弄东西的宝宝。用大拇指和食指夹住小东西可以训练宝宝的精细动作。一旦宝宝学会了，他就会乐此不疲。如果没有小球，也可以用其他的小东西替代。家长还可以将纸筒切开成槽状，这样宝宝就可以看着球滚下去了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □超棒

一句话点评：



9.夹子游戏

成长目标：

锻炼宝宝的手指灵活性、观察力，以及手眼协调能力。

简单准备：

夹衣服用的夹子若干。

现在开始：

①家长拿出衣服夹子，告诉宝宝这是衣服夹子，然后将夹子夹在自己的衣服上，用语言引导宝宝把夹子摘下来。

②宝宝学会怎样摘下夹子后，家长将夹子夹在宝宝的衣服上，再让宝宝把自己衣服上的夹子摘下来。

③家长指导宝宝用拇指和食指打开夹子，再合上，让夹子发出“嗒嗒嗒”的声音，再引导宝宝用一个夹子夹住另一个夹子，一个接着一个，最后变成一条小夹子龙。

还要知道：

这个游戏可以锻炼宝宝的手指精细动作，但对于手部力量很小的宝宝来说，夹子可是一个非常难使用的工具。所以在游戏的过程中，家长要帮助宝宝，引导宝宝去模仿自己的动作。如果宝宝还不能自己打开夹子，家长可以握住宝宝的手一起来做夹子龙。如果宝宝对这个游戏感兴趣，他会目不转睛地盯着夹子。为了增加游戏的乐趣，家长也可以选用各种颜色的夹子。

成长记录

6~12个月宝宝的认知能力发展

每个宝宝一出生就注定受到很多人的宠爱和保护。宝宝是上天派过来的小精灵，他的一个动作、一个笑容，都会成为爱着他的人心中的一抹阳光。宝宝从出生到1岁前，心里对跟他接触过的人都会有一个初步的意识。皮亚杰认为，这个阶段的宝宝是靠感觉和动作来认识周围世界的。

6个月以前的宝宝也许还无法分辨陌生人和亲人的区别，总依赖着别人来照顾他，陪伴他左右。6个月以后，宝宝认识人和事物的能力开始见长，已经能模糊地区别出自己的亲人和别人了。这个时期的宝宝对陌生人也是相当有警惕的，会以哭来表现出对陌生人的恐惧和害怕。

7~8个月的时候，家长给宝宝看大小不同的实物图片，他能慢慢感知和分辨它们的大小，以及它们的不同，比如给宝宝苹果和鸡蛋以及它们的图片，反复进行几次游戏，他们就能慢慢将图片和实物对应上了。此时的宝宝虽还不能吃大人的饭菜，但家长可将宝宝抱到饭桌前，闻一闻饭菜的味道，并尝一尝，以此发展宝宝的嗅觉和味觉。也可以玩一些味觉游戏。

8~12个月的宝宝已经能分辨出谁是自己的亲人，谁是陌生人了。这是一个值得高兴的阶段，因为，宝宝的认知能力开始发生转变，宝宝的心里已经懂得谁对他好了，开始有了自己的意识感。这个阶段的宝宝开始将在现实生活中多多认识人和事物。宝宝都喜欢玩游戏，喜欢玩具给他们带来的兴奋感和满足感，经常玩腻了就会随手乱扔，让人应接不暇，一旦瞧见有人帮他捡起他刚刚扔出去的东西，他便会笑得特别灿烂。

宝宝在成长过程中，都会慢慢地通过自己或者借助于别人来慢慢地认识爸爸妈妈、陌生人或者玩具、家里的东西、图片里的小动物等，宝宝的认知能力

开始得到提升，这个时候，作为他的亲人，更应该陪伴在他左右，时刻告诉宝宝这个东西是什么，这个人是谁等。这对宝宝的认知能力能够起到潜移默化的作用，千万不可忽视。

譬如说，爸爸妈妈出门前，一定要记得哄哄宝宝，告诉宝宝爸爸妈妈一会儿就回来，宝宝一定要乖乖地听话，并记住，一定要拥抱一下宝宝或者给宝宝一个温暖的吻。即便宝宝并不能听得懂你的话，但是你的笑容、你的语气会感染到他，让他感受到一种无法可比的安全感，这也是一种认知能力的培养。当宝宝耐不住好动，抓住摇椅上的铃铛不放，铃铛所发出的铃声叮叮当当地响个不停时，宝宝会十分开心，因为他开始意识到，这个声音是通过他的手发出来的。

能够让宝宝健康成长，带领着宝宝从对这个世界的陌生到认知，不仅是每个家长的责任，更是每个爱宝宝的人的责任。让宝宝快乐地成长，是一个值得家长永远追随的目标。

1.不一样的感觉

成长目标：

训练宝宝皮肤接触的敏感性，让宝宝感受不同物体的不同感觉，发展宝宝的感知觉能力。

简单准备：

软球、硬球各一个。

现在开始：

①让宝宝坐在柔软的垫子上，家长用玩具软球吸引宝宝，让宝宝去拿球，并握住宝宝的手，告诉他："这个球是软的。"家长再更换硬球，吸引宝宝去拿球，握住宝宝的手，告诉宝宝："这个球是硬的。"可以交替地给宝宝不同的球，让宝宝多感觉几次。

②抱着宝宝，让宝宝摸摸爸爸的胡子，告诉宝宝："爸爸的胡子粗粗的。"

③抱着宝宝，让宝宝摸摸妈妈的脸，告诉宝宝："妈妈的脸滑滑的。"



还要知道：

家长可以经常和宝宝进行这类游戏，寻找一些常用的不同质地的物品让宝宝进行触摸，促进宝宝触觉的发展，同样有利于家长和宝宝的交流。

2.房间的味道



成长目标：

让宝宝学会闻味道，促进其嗅觉的发展。

简单准备：

有味道的各种东西，如香皂、葡萄、柠檬等。

现在开始：

①家长抱着宝宝在屋子里走，和宝宝说说房间里不同的东西的不同味道，然后夸张地做出嗅味道的动作，闻闻宝宝说：“香香的宝宝。”

②家长可以带着宝宝闻闻香皂的味道、葡萄的味道、柠檬的味道、干净衣服的味道等。在闻每个味道时，先告诉宝宝东西的名字，再做出夸张的嗅的动作，让宝宝试着闻一下。

还要知道：

这个游戏有助于宝宝对未来周围物品名称的识记，锻炼宝宝感觉物品的能力，但要注意避免让宝宝闻一些过于刺激的味道。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：

3.小小跷跷板

成长目标：

培养宝宝对因果关系的感知能力，锻炼宝宝的手眼协调能力，以及做事的专注力。

简单准备：

硬纸筒一个，一本大长方形图书或者一块方纸板，一个小兔子毛绒玩具。

现在开始：

①家长在硬纸筒内塞些报纸用来加固，再将纸筒放在桌子上或者光洁的地板上，再把图书或纸板平衡地放到纸筒上，一边高，一边低，这一个小跷跷板就做成了。

②家长将毛绒玩具放到低的一边，对宝宝说："小兔子要兜风啦！"再引导宝宝用小拳头敲一敲跷跷板高的一端。当毛绒玩具飞起来的时候，看看宝宝会有怎样的表情。



还要知道：

11个月左右的宝宝都会被这个富有活力的游戏吸引住，他可能会不断地要求再来一遍。这时，家长可以逐渐增加一些难度，比如每次玩的时候，看看毛绒玩具飞出了多远，下次是否能超越这个距离。还可以在书的两头分别放一个毛绒玩具，教宝宝怎样让它们保持平衡。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.在哪儿呢



成长目标：

提高宝宝视觉的专注力以及逻辑思维能力，促进宝宝智力的发展。

简单准备：

一枚硬币，一个宝宝喜欢的小玩具，一块可以遮住小玩具的布。

现在开始：

①家长把硬币握在一只手里，张开手给宝宝看，告诉宝宝这是硬币，再握紧硬币，问宝宝硬币在哪儿呢？换另一只手重复上述动作。重复几次后，宝宝就会来抢你手里的东西了。

②宝宝熟悉硬币的玩法后，家长带着宝宝坐在地板上，拿出准备好的玩具让宝宝玩一会儿，再让宝宝转过身去，用一块布遮住那个小玩具，再让他转过身来找玩具。这时家长可以装作很迷惑不解的样子说：“玩具在哪儿呢?”

还要知道：

玩具最好放在宝宝容易够得到的地方，重复做几次后，宝宝就会知道玩具在哪儿，并把玩具找出来。家长可以换成其他玩具或小物品重复玩这个游戏。

爸妈记录

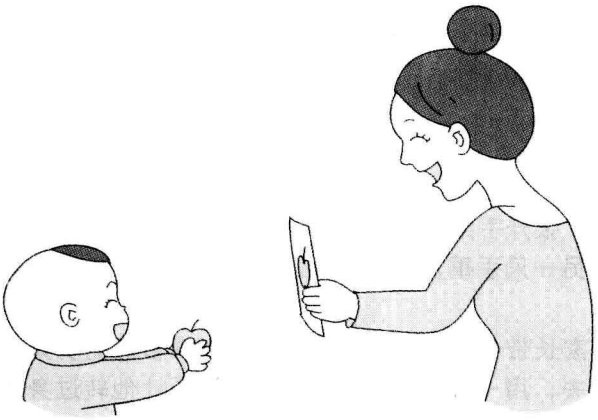
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.苹果和鸡蛋

成长目标：

培养宝宝的观察力、分辨力、想象力。教宝宝认识周围的事物，并与实物进行比较。



简单准备：

苹果一个，鸡蛋一个，苹果和鸡蛋的图片各一张。

现在开始：

①家长拿出苹果和鸡蛋，再取出相应的图片，把实物和图片放在一起，教宝宝认识哪个是鸡蛋，哪个是苹果。

②宝宝能理解图片所代表的实物后，把两个实物收起来，然后取出鸡蛋或苹果的图片，引导宝宝去拿相对应的实物。

还要知道：

平时家长还可以给宝宝看各种常见的蔬菜、水果、文具等认图卡片，一边看一边告诉宝宝图片上都有什么。这样不但可以培养宝宝的观察力，还可以加深宝宝对这些物品的理解。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.宝宝的魔方

成长目标：

提高宝宝的观察力、形象思维能力以及手眼协调的能力，培养宝宝的暂时记忆和永久记忆。

简单准备：

一个正方形空纸盒，6张彩图，胶水。



现在开始：

①家长和宝宝一起将六张宝宝喜欢的图片贴在盒子的六面，然后把正方形纸盒给宝宝，让宝宝随意转动盒子，每转动到一个画面就对宝宝说：“这是一只小猫”“这是一串葡萄”“这是一台电脑。”……

②宝宝熟悉这些画面后，家长可以训练宝宝听指令找画面的能力，比如问宝宝：“小猫在哪里?”这就要求宝宝转到有小猫图的那一面。如果宝宝能很快按家长的要求找到盒子的那一面，家长应及时给予宝宝鼓励。

还要知道：

家长可以根据宝宝的情况及时更换画面。画的内容可以是宝宝喜欢的水果图，也可以是各种交通工具，或家里亲人的照片。在游戏中，宝宝会用手不断地转动盒子，这对宝宝左右大脑的发展是很有帮助的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.叠起来

成长目标：

提高宝宝的观察力以及模仿能力，让宝宝明白同样的物体可以有不同的表现方法。

简单准备：

3个大小不同的塑料杯子。

现在开始：

①家长让宝宝坐在地上，并在宝宝背后垫一个枕头让宝宝坐稳。家长再把三个杯子按大、中、小的顺序摆开，引导宝宝将最大的杯子杯口朝下放在地板上，再将第二大的杯子叠在它上面，然后把最小的杯子叠上去。

②杯子叠好后，家长把杯子推倒，重新再叠一次，让宝宝用手推倒叠好的杯子。



还要知道：

家长要鼓励宝宝模仿自己的动作进行游戏。刚开始，家长动作一定要轻缓，以便宝宝能够看得更清楚。另外，游戏的时间不宜过长，否则会影响宝宝脊椎的发育。

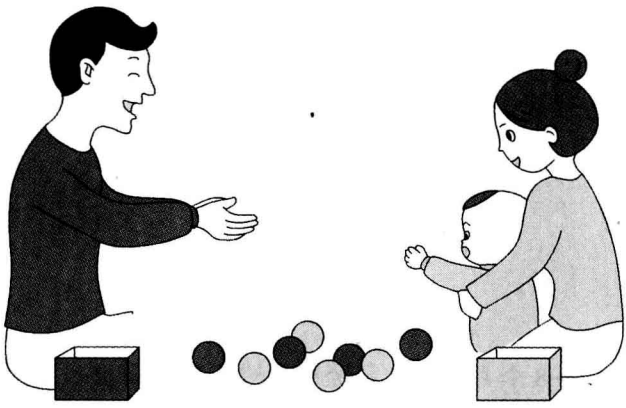
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

8.归位游戏



成长目标：

训练宝宝的观察能力，加强宝宝手与上肢的运动能力，提高宝宝的手眼协调能力。

简单准备：

红色小球若干，红色盒子一个；绿色小球若干，绿色盒子一个。

现在开始：

①爸爸坐在一边，妈妈抱着宝宝坐在另一边，中间相隔一米左右。爸爸拿着绿色的盒子放在自己身边，妈妈把红色的盒子放在自己和宝宝面前，中间放上红色和绿色的小球。

②爸爸拿起绿色盒子在宝宝面前晃动几下，吸引宝宝的注意力，然后开始做示范：把绿色的小球放进绿色的盒子里，把红色的小球放进红色的盒子里。

③如此重复几次后，妈妈引导宝宝来做这个动作。

还要知道：

最初宝宝不熟练，反复几次后让宝宝自己去取小球，归位子。注意所选择的盒子的口要大，便于宝宝把小球投进去。如果宝宝动作发展好，可让宝宝坐在爸爸妈妈中间，拉近盒子的距离，让宝宝把相同颜色的球放进相同颜色的盒子里。为了增加游戏的难度，家长也可以把两种颜色的球混搭在一块，让宝宝进行归位。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6~12个月宝宝的情绪与社会性发展

6~8个月的宝宝已经能通过丰富的声音、表情与家长进行交流了。他们具有初步的幽默感和融入周围社会环境的愿望，开始区别对待陌生人和家人，碰到陌生人会感到紧张，并哭泣，对妈妈表现出特别的依恋。这个时候的宝宝，如果有人叫他的名字，他会回头。当家长把他困在一个不便于活动的位置时，他会表现出焦虑。如果家长把宝宝带到公众场合，他会黏着家长，不愿意让陌生人抱或躲着陌生人。

此时的宝宝，按照皮亚杰的说法就是，宝宝从出生到3岁还处于前运算思维时期，“他们的行动易冲动，感情泛化，行为直接受行动的结果所支配，道德认知不守恒。”当生气的时候，他们会自主逃避家长。这个时候家长要通过语言和动作来帮助宝宝缓解情绪。当他们表现出恐惧的时候，比如看到闪电或听到有人尖叫的时候，妈妈要用拥抱或温和的话语来安慰宝宝。家长是宝宝所信赖的人，家长对待事物的态度对宝宝情绪的影响是很重要的。家长要尽可能多地以不同的表情和语调来帮助宝宝理解各种情绪的意义。当宝宝对家长表现出强烈的依恋时，家长要尽量满足宝宝的这种需求，不要故意不答理宝宝。当宝宝表现出怕生的情绪时，家长不要急于强迫宝宝去和陌生人打交道，要让宝宝慢慢适应陌生人。

如果宝宝对曾经非常入迷的游戏表现出厌烦，家长要想办法引起宝宝的兴趣，可以增加游戏的道具，比如用小熊玩偶逗逗宝宝，并不断改变游戏的玩法。大多数的时候，宝宝还是喜欢互动游戏的。当大人赞扬宝宝，说宝宝真棒

的时候，他们会重复做动作。

9~12个月的宝宝已经开始把更多的注意力集中在他喜欢的人和玩具上了。他们会仔细地观察家长的表情，并通过家长的表情来判断自己所处的环境是否安全可靠。他们的小脾气会越来越大，会用摔东西来表达自己的愤怒。当他们对某个游戏不感兴趣，不想合作的时候，可能会“虐待”玩具，这时家长要及时制止并告诉宝宝：“娃娃会痛的。”尽量按照自己照顾宝宝的正面态度去影响宝宝该如何对待玩具，使宝宝学会照顾别人。可以让宝宝玩照顾娃娃的游戏。

平时家长应多带宝宝外出玩耍，遇到事情时，要适当地表达自己的情绪，让宝宝通过观察家长的行为学习表达情绪的正确方式。在宝宝发脾气时，家长要冷静地对待宝宝，不能以吼叫来应对宝宝。多给予宝宝温暖的拥抱，家长的爱护和关怀越周到，宝宝的情绪就越稳定，也会变得更加自信的。

哭是宝宝与外界沟通的第一种方式。如果宝宝总是用哭来表达自己的需求，久而久之，宝宝就容易变得悲观消极，所以家长要多关心宝宝的哭，经常哄宝宝，念儿歌、放音乐给他听，和他做游戏，让他体验到快乐。和宝宝在一起的时候，家长应尽量把自己不愉快的情绪抛到脑后。对于宝宝的社会情绪发展，曾经有人做过长期的实验，把一个每天生活在轻松和谐的家庭氛围中的、有着良好情绪的宝宝同一个每天生活在单调无聊且没有什么快乐感的家庭的宝宝进行比较，发现前一个宝宝要比后一个宝宝反应灵敏。而且，前一个宝宝在以后的教育中也显示出很大的优势。看来，快乐的情绪体验对宝宝智力的发展和语言能力的提高是非常有帮助的。

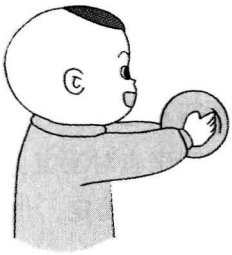
宝宝的情绪和社交能力的发展是由内而外逐步展开的，亲子关系是宝宝发展所有情绪与人际关系的起点。亲密的亲子关系不但可以稳定宝宝的情绪，让宝宝感到安全，还能帮助宝宝学会信任他人，这也是培养宝宝良好的社会交往能力的基础。

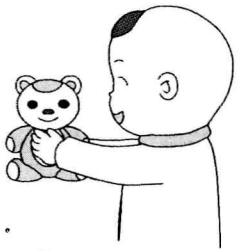
1.一起玩耍



成长目标：

有意识地让宝宝和同龄孩子接触，训练他和同伴相处的能力。培养宝宝的社会交往能力，减缓宝宝的怯生程度。





简单准备：

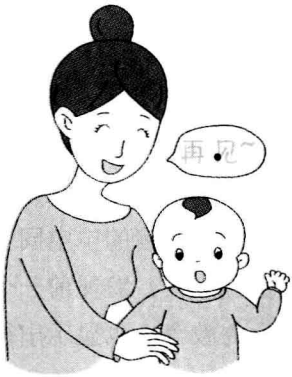
邀请邻居家的小朋友来家里玩。

现在开始：

①和小伙伴刚见面时，鼓励两个宝宝相互握握手。

②拿出玩具让宝宝们玩耍，引导宝宝们交换玩具，并让他们点点头，以表示谢意。

③让宝宝们在地毯上互相追逐，嬉闹。小伙伴们分手时，让他们挥挥手，表示再见。



还要知道：

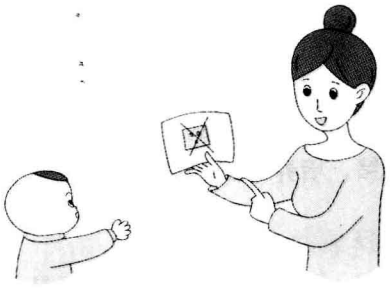
八九个月的宝宝对陌生的成人普遍有一种怯生感，但他们较易接受同龄的陌生小伙伴。而且，让宝宝与同龄宝宝相处，可以测试宝宝与同龄人交往时回应的办法，他们可能会通过到处看、模仿别人来了解怎样同人打招呼。所以，家长要多让宝宝同同龄小朋友玩耍，让宝宝积累与同伴交往的经验，以免宝宝在别人与他打招呼时不知道如何作出回应，甚至因害怕而躲起来。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.是“对”还是“错”

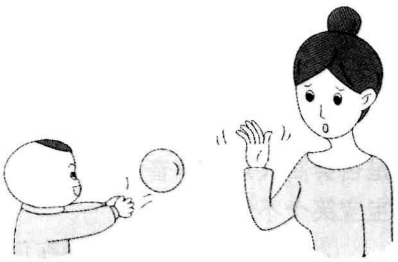


成长目标：

让宝宝懂得分辨大人的表情，知道表示赞许还是批评，学会善解人意，与人配合，让宝宝建立合理的规则意识，培养宝宝的约束能力。

简单准备：

一些表示宝宝错的行为或正确行为的图片：比如宝宝把饭撒在地上或爬到窗台上去的图片等等。



现在开始：

①家长出示图片，告诉宝宝图片上哪些行为是不正确的，并告诉他不能动电源，不能在吃饭时看电视，等等。

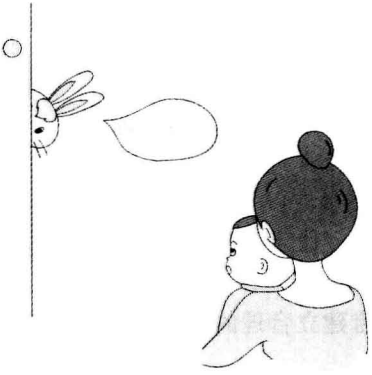
②当宝宝做错了某件事时，家长要及时地指出来，并严肃地说“不行”。如果宝宝继续做，比如继续把饭撒在地上，家长就要把笑容收起来，表情严肃地制止宝宝。家长态度要明确，让宝宝意识到你是认真的而不是在逗他玩。如果宝宝做对了，家长要笑一笑或者亲一亲宝宝，表示赞扬，让他理解什么是“对”，什么是“错”。

还要知道：

在培养宝宝的约束能力时家长一定要步调一致，比如爸爸不让宝宝吃饭时看电视，而妈妈却允许宝宝这样做，那就起不到应有的作用了。另外，要采用诱导和安抚的方法引导宝宝纠正自己的一些不好的习惯，而不能一味地训斥，以免让宝宝产生抵触情绪。

爸妈记录

3.藏猫猫

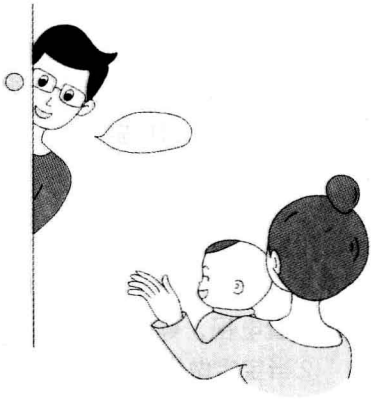


成长目标：

促进宝宝的思维能力，激发宝宝的愉快情绪，培养宝宝的耐心以及观察力。

简单准备：

有响声的小兔子毛绒玩具，儿歌《藏猫猫》。



现在开始：

①妈妈和宝宝坐在地板上，爸爸躲在门后面，探出头来，叫一声“喵呜”，看看宝宝听后是否会高兴地朝声音的方向看去。反复几次，让宝宝笑个不停。

②爸爸再换个方式，躲在门后，每次只露出小兔子的头或脚，并让小兔子发出悦耳的响声，吸引宝宝的注意。下次还可以换成其他的小玩具，每次都给宝宝一个惊喜。

③游戏中，妈妈还可以边玩边教宝宝唱儿歌：“小兔子蹦呀蹦，躲进门后藏猫猫。藏着头，露着脚，逗得宝宝张嘴笑。”

还要知道：

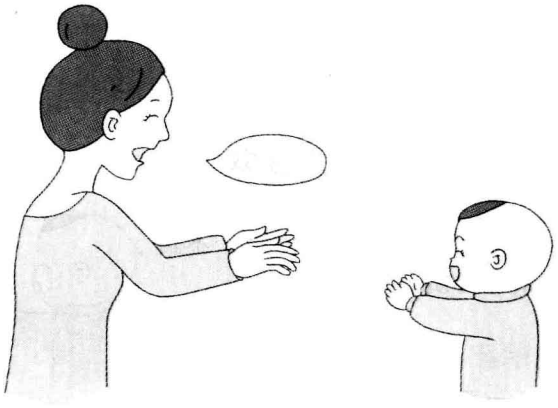
情绪能力有时候比知识、技能更厉害，它常常被用来衡量一个人的智力。平时，家长要多创造这样一种其乐融融的家庭环境。做这个游戏尽量在宝宝精神好、注意力集中的时候进行。如果发现宝宝已经把注意力转到别的东西上去时，家长应当改换其他的活动，以确保游戏的高效。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.学会肢体语言



成长目标：

帮助宝宝学会多种身体语言，便于与人交往，同时促进宝宝的语言发展。

简单准备：

安静的环境，宝宝心情愉快的时候。

现在开始：

①家长先教宝宝一些礼貌性肢体语言，如微笑伸出手表示“欢迎”，拱手表示“谢谢”，挥挥手表示“再见”，等等。

②家长再慢慢过渡到其他的常用肢体语言，如拍手表示“好”，拍拍肚子表示“吃饱了”，摇摇头表示“不要”，点点头伸手表示“要”，用手在鼻前扇扇表示“臭”，等等。反复示范，让宝宝模仿。



还要知道：

肢体语言能帮助宝宝表达自己说不出来的苦恼。家长最好一周只教宝宝一种动作，等宝宝完全掌握该动作后，再教另一种动作。家长还可以结合歌曲，边唱边做动作，教宝宝模仿，以增加宝宝玩游戏的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.宝宝不自私



成长目标：

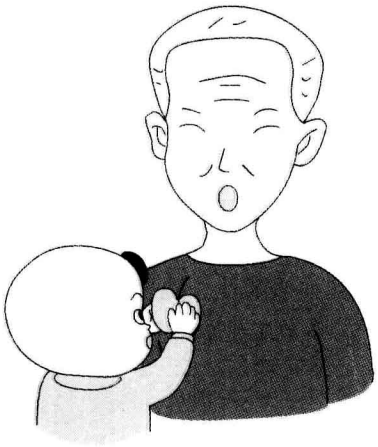
让宝宝养成与人分享，不自私的好习惯。

简单准备：

一盘苹果，周末晚上，宝宝心情愉悦的时候，爷爷、奶奶、爸爸、妈妈坐在一起。

现在开始：

①妈妈引导宝宝从盘子内先拿一个苹果给爷爷，拿一个给奶奶，再分别拿一个给爸爸和妈妈，自己拿一个。如果宝宝舍不得把第一个苹果分给爷爷，这时，家长不用着急，可以把次序倒过来，让宝宝自己先拿一个，然后再分给别人。慢慢再教宝宝养成不自私的习惯。



②家长应有意创造更多分享的机会，每次买回好吃的，可以将这些东西分给不同的家庭成员，然后每个人再将自己的东西分给其他人，同时也鼓励宝宝这样做。时间长了，宝宝处在这种分享气氛中自然也就学会了分享，并且乐于分享。

还要知道：

俗话说：从孩子嘴里要糖——难办。如果宝宝喜欢吃独食，家长要理解宝宝，不要把这种行为看得过于严重，应从正面的活动中去引导他，并用积极的语言去鼓励他学会分享。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.宝宝真能干

成长目标：

培养宝宝助人为乐的好品质，让宝宝产生一定的成就感，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

出门前，帽子、手套、拖鞋等。



现在开始：

①家长上班出门前，可将手套、帽子等较轻的物品，放在宝宝容易够到的地方，再要求宝宝把手套、帽子等递给你。如果宝宝做对了，要谢谢宝宝，并戴着手套和帽子出门，让宝宝感到自己确实为大人做了有用的事情，使他产生一种成就感。

②家长下班回家，可让宝宝为自己拿拖鞋。这时候，宝宝会很乐意地完成任务的。

还要知道：

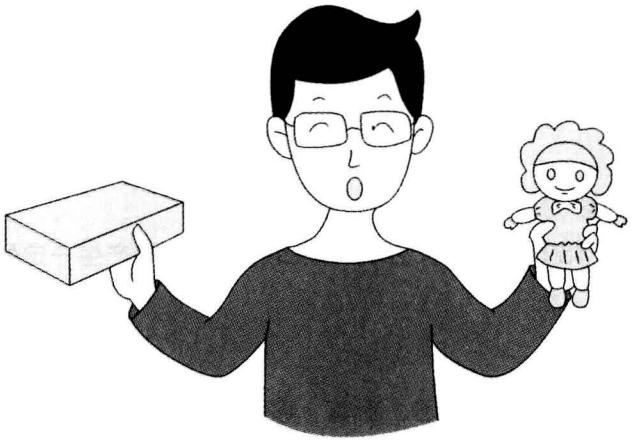
向宝宝灌输助人为乐的价值观永远都不会晚。家长平时要多提供这样的机会，同时自己要做出好榜样。如果宝宝做对了，家长不仅要夸宝宝能干，还要赞扬宝宝是个好孩子。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：_____

7.照顾娃娃



成长目标：

让宝宝学会照顾别人，重视别人，养成替别人着想的好习惯。

简单准备：

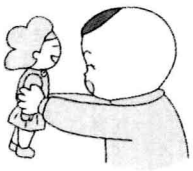
一条毛巾，一个布娃娃，一个大盒子。玩具小碗、小勺。

现在开始：

①家长拿出盒子和毛巾，并告诉宝宝盒子是布娃娃的小床，毛巾是布娃娃的被子。然后把布娃娃放在盒子上，再对宝宝说：“娃娃困了，要睡觉了。”看看宝宝会不会给娃娃盖上被子。

②过了一会儿，家长对宝宝说：“娃娃被小猫的叫声吵醒了，娃娃在哭呢，怎么办呢?”看看宝宝会不会抱起娃娃，哄娃娃不哭（画宝宝抱着娃娃）。





还要知道：

当宝宝生气撕扯娃娃时，家长要及时制止并告诉宝宝：“娃娃会痛的，不能虐待娃娃。”尽量按照自己照顾宝宝的正面态度去影响宝宝对待娃娃的态度，使宝宝学会照顾别人。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.小熊手偶

成长目标：

让宝宝通过角色扮演来学习人际互动，培养宝宝的文明习惯，促进宝宝的语言理解能力，发展宝宝的动作能力。

简单准备：

小熊手偶两个。

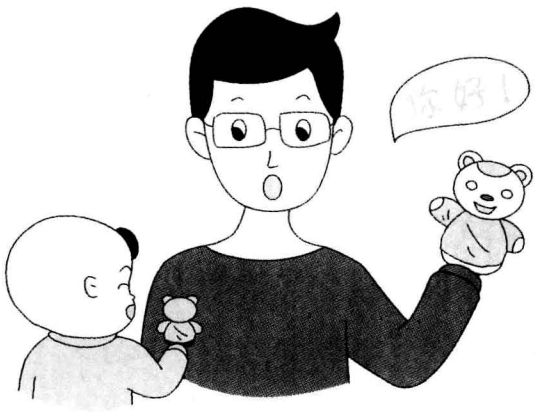
现在开始：

①家长和宝宝分别戴上小熊手偶，家长可以和宝宝对话："你好，我是小熊，很高兴认识你，我们握握手，交个朋友，我们一起玩吧。"

②用手偶和宝宝进行一些日常对话或者讲小故事给宝宝听，让宝宝学习如何与人交流，进而刺激宝宝的想象力。

还要知道：

手偶可以任意运动，也可以不断变换。比如宝宝不爱吃饭了，妈妈就可以拿着手偶说："我们和小兔子比比谁吃得快吧。"宝宝的社会交往能力是在与人的互动中发展起来的，平时家长应该多为宝宝提供与人互动的机会，多带宝宝外出走走，参加一些团体活动。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

9.洗水果



成长目标：

让宝宝知道水果类食物需要洗干净后才能吃，学习用正确的方法洗水果，培养宝宝爱清洁的好习惯，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

各种水果（桃子、苹果、梨等），布袋一个，一只小盆。

现在开始：

①家长先将水果放在一个神秘的布袋内，蒙着宝宝的眼睛，让宝宝伸手在袋中摸水果，问问宝宝摸到的是什么？如果宝宝猜对了，再奖励宝宝一个水果。

②让宝宝仔细观察水果的表面，和宝宝讲讲水果表面很脏，让宝宝知道水果洗干净后才能吃。然后和宝宝一块洗水果。



还要知道：

洗的时候要提醒宝宝把水果的每个地方都洗到，同时不要把水溅出来。洗完水果后，可以让宝宝品尝干净的水果，并鼓励宝宝在生活中要讲卫生。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

6~12个月宝宝的艺术潜能发展

有这么一个相当有趣的例子，好几个宝宝在同一个空间内，如果其中一个宝宝开始啼哭，那么，周围的宝宝也会跟着啼哭。这个时候，什么样的做法才能让他们停止哭泣，恢复宝宝天真的笑容呢？答案就是在这个空间内放点儿轻音乐或者优美的旋律。让人十分惊讶的是，宝宝听着音乐，立刻停止了哭泣，还一副特别享受的样子。音乐一结束，家长会发现宝宝时不时左看看，右看看，似乎在寻找着什么，并且开始显得不安起来，但是当音乐重新响起的时候，宝宝又会很安静地倾听。其实，这已经表明，宝宝在这个时期，艺术潜能已经处于一种萌芽的状态，关心宝宝的艺术潜能发展，能够更好地让宝宝快乐成长。

宝宝在6~12个月的时候，会显现出喜欢扭动小屁股、喜欢用手涂东西的状态，家长看到宝宝有这样的喜好，并不能判定宝宝在美术和音乐方面是否有天赋。在宝宝发育的过程中，兴趣可以是广泛的，因此，对家长来说，不能过早地把宝宝的兴趣定位在某个方面，这样不但会抑制宝宝艺术潜能的发挥，而且在一定程度上会扼杀宝宝其他艺术潜能的挖掘。

至于如何塑造6~12个月宝宝的艺术潜能，必须做到以下几点：

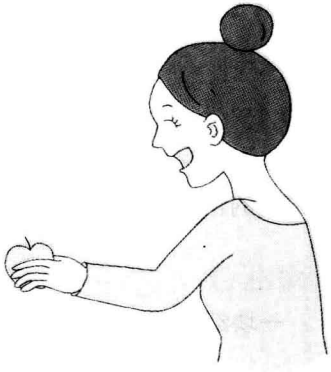
首先，尽可能地创造条件让宝宝在临睡前能够听得到安静、舒缓、优雅的音乐，让他无忧无虑地沉睡下去，并能够慢慢地开始爱上音乐。给宝宝在入睡前倾听音乐是必要的艺术潜能开发。

其次，宝宝在啼哭不停的时候，不妨选择一些节奏稍快、活泼积极的歌曲给宝宝听，这样能转移宝宝的注意力，让他破涕为笑。这时，宝宝知道了音乐可以赶走不开心，音乐是有着无穷魅力的东西。

最后，在和宝宝的交流相处过程中，可以跟宝宝玩音乐游戏、美术游戏等。尽量和宝宝互动，给宝宝营造一种艺术的氛围，让宝宝开始认识到音乐的魅力和节奏的快感，以及各种画面的美感，拿起笔随意涂鸦。

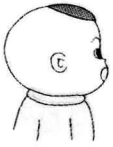
艺术的确是一种伟大的东西，在对塑造宝宝艺术潜能方面，音乐尤其扮演着特别重要的角色，它让宝宝能够逐步地感受到一种健康积极的环境，能够充满自信地迎接每一天的变化，快乐成长起来。

1.宝宝的苹果树



成长目标：

加深宝宝对红色的认识，激发宝宝画画的兴趣，增强宝宝的手指功能。



简单准备：

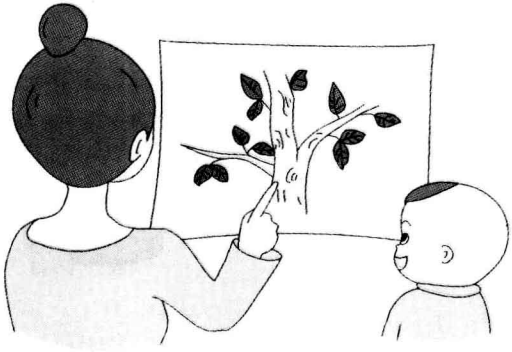
苹果若干，红色颜料，绿色颜料，白纸，铅笔。

现在开始：

①家长拿出洗干净的红苹果，引导宝宝观察，告诉宝宝这是一个红色的大苹果。

②家长用铅笔在白纸上画出树干，并用绿色颜料画一些绿色的叶子。在画的时候，让宝宝集中注意力看妈妈是怎样作画的。如果家长觉得自己画得不好，也可以找一张苹果树没结果子时的图片来代替。

③家长摆出红色颜料，用食指蘸颜料，点在图片中的大树上，然后引导宝宝也这样做。宝宝可以在家长的帮助下完成。



还要知道：

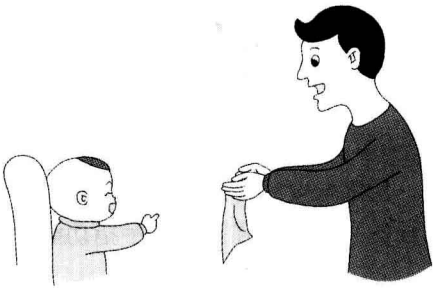
如果宝宝点画得好，家长要及时表扬宝宝。在日常生活中，家长可以让宝宝多观察各种颜色的物品，比如青苹果、黄苹果等。加深宝宝对该物品的认识。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

2.小小斗牛士



成长目标：

发展宝宝的视觉，让宝宝充分体验音乐所带来的快乐，增加亲子情感。

简单准备：

一块红色的绒布手帕，《斗牛士》乐曲。



现在开始：

①爸爸让宝宝背靠在沙发上坐好，然后哼唱着《斗牛士》乐曲，拿着红色绒布手帕展示在宝宝面前。

②爸爸随着旋律不断舞动着手中的红色绒布手帕，并配合着乐曲的节奏不时变换手帕的位置。

③随着音乐节奏的加快，爸爸突然把手帕藏起来。游戏可以反复做两三次。



还要知道：

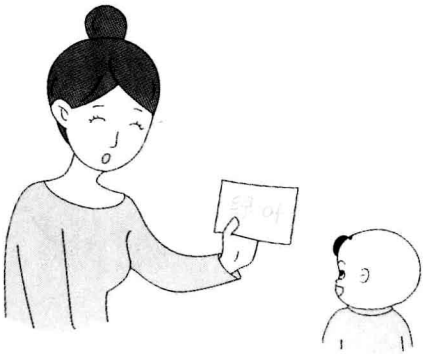
音乐能优化宝宝的大脑发育，加强宝宝的多种智能。游戏中手帕最好选绒布做的，因为绒布的质感较强且不易反光，这样就不会对宝宝的眼睛造成伤害。另外，最好是自己哼唱《斗牛士》乐曲，不要播放，那样节奏太快，容易给宝宝造成精神上的压力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评语：

3.绿树叶





成长目标：

培养宝宝握笔涂鸦的能力，激发宝宝对画画的兴趣，加强宝宝对绿色的认识。

简单准备：

绿叶图片若干，除了绿叶外的其他图片若干，白纸、铅笔、水彩笔一盒，字卡“绿叶”。

现在开始：

①家长出示几张绿叶的图片，告诉宝宝这些树叶是绿色的，然后把这几张图片混在其他图片里面，看看宝宝能不能挑出来。

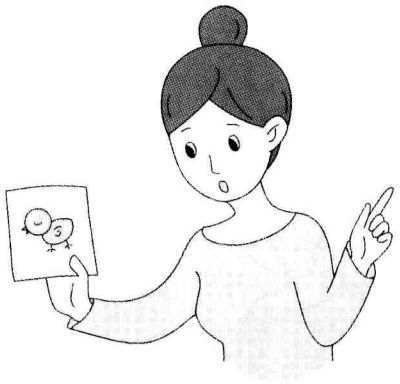
②家长在白纸上用铅笔画出几种树叶的轮廓图，然后拿出水彩笔，让宝宝从中挑选出绿色的水彩笔，并手拿水彩笔涂色，鼓励宝宝完成。

③画完后，教宝宝识字“绿叶”。

还要知道：

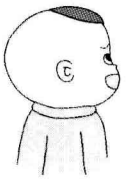
家长还可以画其他物体，让宝宝涂其他颜色，比如红红的苹果、红红的西红柿、蓝色的天空等。如果宝宝不会，家长可以握住宝宝的手涂色，以后渐渐让宝宝自己画。

4.小鸡吃米



成长目标：

锻炼宝宝的握笔能力，启迪宝宝通过积极发现和主动探索来进行美术活动，激发宝宝对绘画的兴趣，提高宝宝的手眼协调能力。



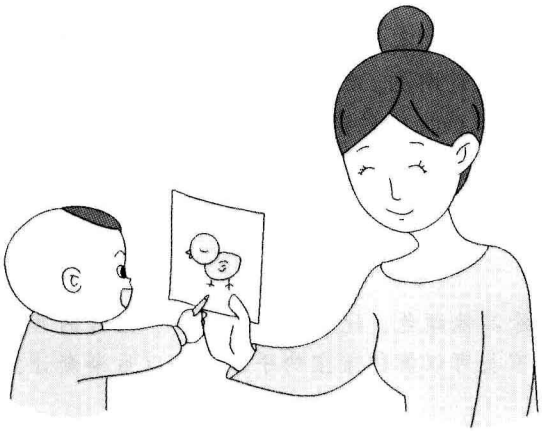
简单准备：

画有小鸡的图画纸，一支黑色的水彩笔。

现在开始：

①家长拿出画有小鸡的图画纸，告诉宝宝这是小鸡，小鸡最爱吃米了，现在小鸡饿了，我们给它喂点儿米吃吧。

②给宝宝水彩笔，让宝宝在小鸡周围用笔随意点画，并及时给予鼓励。



还要知道：

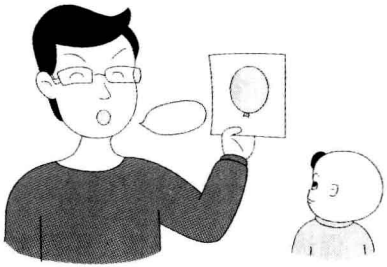
颜色可以激发宝宝对美术活动的兴趣。宝宝在出生4个月后就能够准确地观察他周围的环境了。8个月后宝宝就会开始寻求表达的方式，复述自己所看到的画面。有的宝宝很早就具有良好的色彩感。所以，家长应及早为宝宝购买彩笔，让宝宝绘画。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

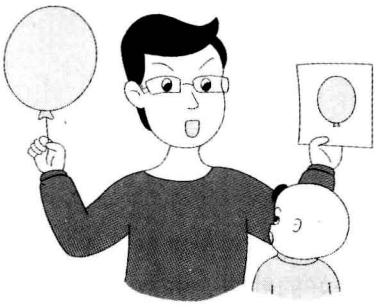
一句话微博：

5.添画竖线



成长目标：

增强宝宝的绘画兴趣，教宝宝学会画竖线，培养宝宝的观察能力。



简单准备：

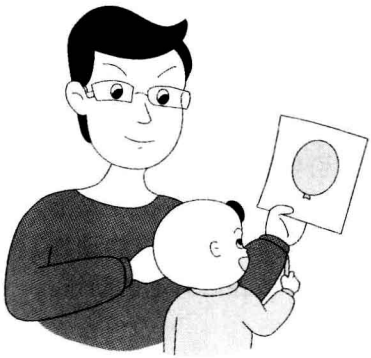
一个系好了线的气球，画有各种颜色气球的图画纸若干（每张图片上只有一个气球），水彩笔，字卡“气球”。

现在开始：

①家长拿出画有气球的图画纸，告诉宝宝这是气球，并教宝宝认读“气球”两个字。

②拿出一个系好了线的气球和一张气球的图片，让宝宝仔细观察，看看图片上少了什么。

③家长引导宝宝在气球下面添画竖线，如果宝宝不会，刚开始可以握着宝宝的手画，熟练后让宝宝自己画。



还要知道：

美术活动在启发宝宝视觉智能的同时，还有助于提高宝宝的集中力、观察力和想象力。当宝宝因画画而得到家长的鼓励与表扬时，他们会变得更加自信。此外，宝宝通过美术活动领会到的感性能力也非常多。美术活动对宝宝的情绪管理以及激活宝宝的右脑功能都有很大的帮助。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

6.纱巾舞



成长目标：

促进亲子间的感情，引发宝宝的愉悦情绪，培养宝宝对音乐的感悟力以及节奏感。

简单准备：

轻柔舒缓的音乐，漂亮的碎花纱巾一条。



现在开始：

①让宝宝背靠着坐在沙发上，妈妈拿出准备好的纱巾，并放上一段轻柔舒缓的音乐或者自己哼着小曲，舞动着手中的纱巾，在宝宝面前做出各种夸张的造型，带给宝宝一种视觉上的冲击力。

②让宝宝用手拿着纱巾来回挥舞几次，然后引导他把纱巾扔向自己。

③扶着宝宝站在沙发上，随着音乐的节奏让宝宝模仿舞纱巾的动作，可以是一些简单的上下或左右舞动的动作。



还要知道：

家长也可以把纱巾从空中放下，让纱巾轻轻飘落在宝宝的头上，让宝宝感受纱巾的柔软。

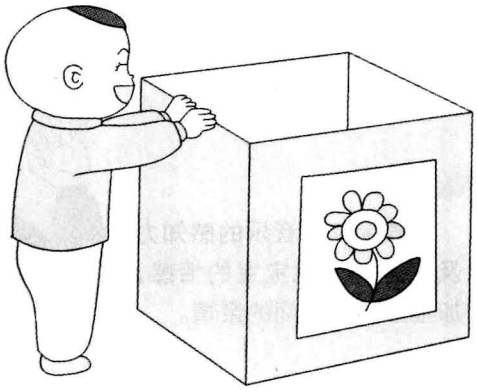
还可以用纱巾来装扮宝宝，比如把纱巾围在宝宝的脖子上，在手上扎个蝴蝶结等，来逗宝宝乐。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：

7.箱子转转转



成长目标：

培养宝宝的观察能力和语言理解能力，培养宝宝的审美意识，为宝宝站立行走打下良好的基础。

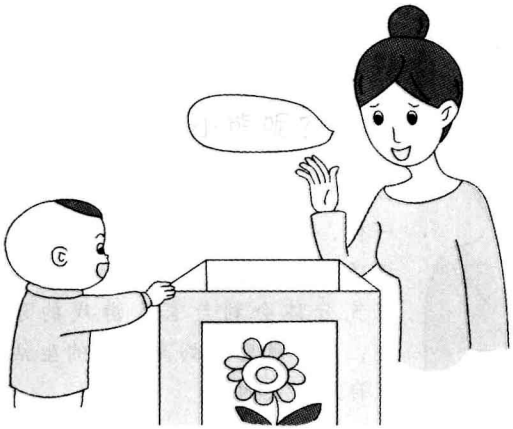
简单准备：

一个木制的箱子，4幅宝宝喜欢的小动物图片。

现在开始：

①去掉箱子上的盖，箱子的高低以宝宝能用手抓着箱子的边缘并能扶着走路为宜，家长在箱子四面贴上动物图片，让宝宝扶着箱子站立。

②家长问宝宝：“小熊呢?”让宝宝扶着箱子去找小熊的图片，直到找到小熊的图片为止。如果找不着，家长可以用语言引导宝宝。



还要知道：

做这个游戏前，最好宝宝已经学会了如何找图片，要不宝宝站在那里不知道干什么，会着急地哭起来。家长在游戏前，也可以带着宝宝温习一遍，告诉宝宝哪个是小熊的图片、哪个是小猫的图片等，让宝宝熟悉这些图片后再来做游戏。如果宝宝找对了，要及时表扬宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.宝宝演唱会



成长目标：

培养宝宝对音乐的感知力以及兴趣，愉悦宝宝的情感，增加宝宝与家人间的亲情。

简单准备：

周末宝宝心情愉悦的时候，爷爷、奶奶、爸爸、妈妈坐在一块，明快的儿童歌曲。

现在开始：

①播放儿童歌曲，家人和宝宝一起欣赏音乐，面对宝宝，跟随音乐歌唱，并做一些简单的动作，看看宝宝有何表情变化。

②妈妈引导宝宝跟着乐曲，舞动小手，“咿咿呀呀”地歌唱，然后大家一起配合宝宝歌唱。



还要知道：

在集体生活里，宝宝会懂得分享和协作，这对宝宝今后融入社会有很大的帮助。宝宝和大人一样，有时候也会孤独，家长应该多提供这样共处的机会，让宝宝充分体会到与家人游戏的乐趣，从小就感受到高品质的生活来自对家人的爱。

9.“雪花”的快乐



成长目标：

提高宝宝对音乐的感悟力，锻炼宝宝的动手能力，以及手眼协调能力。让宝宝重复感受儿歌的优美意境，体验在“雪”中尽情玩耍的愉快情绪。

简单准备：

轻快的儿歌乐曲，儿歌《小雪花》。



现在开始：

①和宝宝坐在地板上，给宝宝一些彩纸，和宝宝一起将彩纸撕成一小片一小片的，越小越好。

②让宝宝抓起一把碎纸片，并用力往上撒，碎纸片落下来时，家长配合儿歌：“小雪花在飘，小雪花在舞，挂满了天呀，挂满了树；小雪花在飘，小雪花在舞，铺满了地呀，铺满了路。”

③家长也可以和宝宝一起将碎纸片扔向对方，让五颜六色的碎纸片落在对方的衣服上，这时候宝宝会看看自己的衣服，看看妈妈的衣服，会非常开心的。



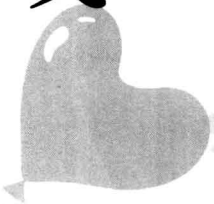
还要知道：

下雪的时候，家长可以带宝宝到室外去看雪，了解小雪花的形态和特征，感受小雪花的美以及冬天下雪后一片白茫茫的景象。



第三篇

1~2岁宝宝的亲子游戏



0~2岁的儿童主要是靠感觉和动作来认识周围世界的。他们这时还不能对主体与客体作出分化，因而“显示出一种根本的自身中心化”。用皮亚杰的话来说，儿童在这个时期还没有达到运演的水平，他们所具有的只是一种图形的知识，即仅仅是对刺激的认识。婴儿看到一个刺激，如一个奶瓶，就开始作出吮吸的反应。图形的知识依赖于对刺激形状的再认，而不是通过推理产生的。

——皮亚杰

1~2岁宝宝的语言发展

宝宝在1岁的时候已经能够很好地掌握十几个到二十几个词了，慢慢地发展下去，他们就能够掌握50个甚至更多新的词汇了。而且，这个时期的宝宝对语言的学习有一种特殊的热情，他们喜欢听别人说话，即使相同的话听好几遍也不觉得烦。如果家长和他们说话，他们也会跟着咿咿呀呀说个不停。看到自己喜欢的东西，他们会不停地喊着："妈妈，我要吃！"尽管他们还不能分辨出哪个能吃，哪个不能吃，也不能完整地表达出自己到底想要吃什么。这个时候，妈妈就可以拿出一些能吃的东西给宝宝看，看看宝宝想的是什么。

1岁半的宝宝开始认真地学习语言，翻动书本，他们能叫出一些简单物品的名称，能说出四五个字连在一块的句子，如"在桌子上"，会说"您好""谢谢""再见"等词，还会用"你""我""他"，能看图说动作等。他们时刻充满着对这个或者那个物体的好奇心，比如宝宝会指着电视中看到的物体问："这是什么？"然后充满好奇心地、天真地看着周围的人，耐心地等待着回答。这个时候的宝宝最喜欢学习语言，你只要耐心地对着宝宝说个几遍，这些话便会在宝宝的小脑袋瓜里形成印象，他们便会很容易地记住这些话。

将近两岁的宝宝注意力和记忆力都比以前加强了，他们大约能掌握300个词汇，能迅速说出自己熟悉的物品名称，会说自己的名字和一些简单的句子，可谓产生了质的飞跃。正如皮业杰所说，人成长的每一个阶段都是形成下一个阶段的必要条件，前一阶段的结构是构成后一阶段的结构的基础，但前后两个阶段相比，有着质的差异。这个阶段的宝宝喜欢一页一页地翻书看，自主意识增强，能用声音表达自己的喜怒哀乐，高兴的时候会笑得很开心，生气的时候会发脾气，会对着家长吼叫。

对于1~2岁的宝宝来说，家人平时要尽量用完整的话和宝宝进行交流，不

管宝宝是否能听懂，多重复几遍，宝宝就会慢慢有个印象，而且在说的时候，最好让宝宝看到自己说话的嘴形，以帮助宝宝提高他的语言技能。

平时家长要多关注宝宝，和宝宝多进行交流也是非常重要的。比如宝宝缠着你要什么东西，但又不能完整地表达自己的意愿时，这个时候家长就可以告诉他，这是什么，送给他之类的话。在交流中，家长一定要看着宝宝，不要以为宝宝听不懂就心不在焉。不管你当时在忙什么，只要宝宝想跟你说话，你就应该将手头上的事情搁置下，把脸转向他，并且很认真地听他说。

另外，家长也可以让宝宝在这个时期多模仿一些小动物的声音，让宝宝感受到不一样声音的不同效果。比如，家长可以先模仿某种动物的叫声，然后让宝宝跟着叫，如果宝宝学得像，家长应及时表扬宝宝，给宝宝一个温暖的拥抱，这时宝宝就会觉得自己很神奇，自信心也会随之加强。熟练之后，家长不妨指着图片，让宝宝指出哪一张是狗，哪一张是小鸭子，这可以帮助宝宝来发音。

宝宝在学习说话的阶段，家长要尽可能地帮助宝宝，让宝宝能够更快地理解语言，提高语言技能。平时不妨多关注宝宝，多和宝宝沟通，多夸奖宝宝，让宝宝在一个良好的家庭环境下渐渐地成长起来。

1.请你跟我做

成长目标：

培养宝宝的语言节奏感，提高宝宝的语言理解能力。

简单准备：

宝宝心情愉悦的时候。



现在开始：

①家长边做动作边念儿歌，让宝宝跟着做。“小手指一指，眼睛在哪里？眼睛在这里（用手指眼睛）。”“小手摸一摸，鼻子在哪里？鼻子在这里（用手摸鼻子）。”“小手捏一捏，耳朵在哪里？耳朵在这里（用手捏耳朵）。”“小手拍一拍，嘴巴在哪里？嘴巴在这里（用手拍拍嘴巴）。”

②宝宝熟悉后，让宝宝单独做，可以引导他做各种各样的动作，并边做动作边说“扭扭脖子”“伸伸手”“弯弯腰”“跺跺脚”。

还要知道：

家长可以用语言或播放宝宝喜欢的音乐来渲染游戏气氛，调动宝宝参与游戏的积极性，激发宝宝想说、愿说的热情。

爸妈记录

宝宝完成情况：□活动良好 □表现棒 □很好 □不错

一句话点评：

2.看电视，学词语



成长目标：

增强宝宝的词汇和语言技能。

简单准备：

晚上和宝宝一起看电视。

现在开始：

①宝宝很喜欢看电视，尤其爱看有小朋友出现的广告。这时，家长可以引导宝宝跟着说出最后的一个字或两三个字，再慢慢引导他说出整个句子。

②家长也可以和电视上一起念，让宝宝也跟着念，鼓励宝宝学词汇，并适时地夸奖宝宝，还可以不时地问宝宝电视上的小朋友在做什么。

还要知道：

每次看电视的时间应控制在20分钟内。因为宝宝在3岁前的视神经发展还不成熟，电视强烈的光线刺激以及快速的画面频率很容易让宝宝受到伤害。

3.“你”“我”“他”

成长目标：

丰富宝宝的词汇量，提高宝宝的语言表达能力，学会用“你”“我”“他”。

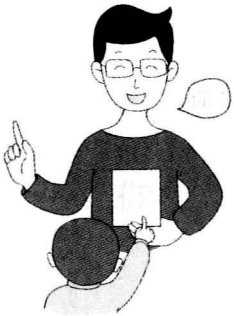
简单准备：

宝宝的小玩具，爸爸的鞋子，妈妈的裙子，字卡“你”“我”“他”。

现在开始：

①拿出字卡“你”“我”“他”，教宝宝认读。

②拿出小玩具，引导宝宝说“我的玩具”；拿出妈妈的裙子，引导宝宝说“你的裙子”；指着爸爸的鞋子，告诉宝宝这是“爸爸的”，也是“他的”鞋子。



还要知道：

在日常生活中，家长可以经常指着物品教宝宝“你”“我”“他”。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：

4.扑通跳下水



成长目标：

教宝宝学说拟声词“扑通”，提高宝宝的注意力、语言理解能力以及表达能力。

简单准备：

小青蛙、小鸭子玩具，装了水的小桶，故事图片。

现在开始：

①家长出示装了水的小桶，当做小河，拿出小青蛙玩具，引出故事主题：“嘎嘎嘎，今天天气真好，有个小动物来到了小河边，它想在小河里游个泳，嘎嘎嘎，你知道它是谁吗?”出示小鸭玩具，引导宝宝说出小鸭子。家长继续说：“一只小鸭子，嘎嘎嘎，嘎嘎嘎，‘扑通’一声跳下水。”说到“扑通”时，将小鸭玩具扔进水里。

②家长拿出小青蛙玩具，说：“小青蛙呢? 它怎么叫，它跳下去又会发出什么声音呢?”家长将小青蛙玩具扔进水里，引导宝宝说：“一只小青蛙，呱呱呱，呱呱呱，‘扑通’一声跳下水。”

还要知道：

家长还可以用其他的小动物玩具来玩这个游戏，比如：“小乌龟，爬呀爬，爬呀爬，‘扑通’一声跳下水。”

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.巧学认字

成长目标：

提高宝宝的认知能力，丰富宝宝的词汇，激发宝宝对汉字的兴趣。

简单准备：

字卡若干。

现在开始：

①家长把一些宝宝能经常看到的字，如订阅的报纸的名字“北京晚报”，把这几个大字剪下来，让宝宝重新组合，看宝宝能否组合正确。如果正确，就把字奖励给宝宝。



②平时可以给宝宝一本配图的字卡，让宝宝经常翻阅。一段时间后，把字卡和图分开，让宝宝看图找字，看宝宝能否配对。找对的字奖励给宝宝，宝宝拿到的字越多会越高兴，从而形成对认字的兴趣。

还要知道：

宝宝具备一定的认知能力后，会有意识地记忆一些汉字，自然而然地认识一些字。通过游戏引导宝宝对汉字的兴趣，可以为宝宝以后的学习打下良好的基础，并留下愉快的记忆。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

6.嘴 巴

成长目标：

让宝宝通过观察，分辨出小鸭、小鸡和娃娃嘴巴有什么不同。丰富宝宝的词汇，提高宝宝的语言表达能力。

简单准备：

小鸭、小鸡和娃娃的图片，字卡“嘴巴”。



现在开始：

①家长拿出小鸭、小鸡和娃娃的图片和字卡，引导宝宝观察它们的嘴巴，然后告诉宝宝：“小鸭的嘴巴是扁扁的，小鸡的嘴巴是尖尖的，娃娃的嘴巴是圆圆的。”并教宝宝儿歌：“小鸭嘴巴扁扁，小鸡嘴巴尖尖，娃娃嘴巴圆圆。”

②宝宝熟悉图片后，问宝宝“谁的嘴巴是扁扁的?”“谁的嘴巴是尖尖的?”“谁的嘴巴是圆圆的?”并让宝宝指出来。

③家长引导宝宝模仿小鸭、小鸡、娃娃的动作，并用手指做出扁扁的、尖尖的、圆圆的形状，让宝宝进行模仿。

还要知道：

宝宝熟悉儿歌后，家长可以念儿歌的前部分，让宝宝说出儿歌每句末尾的重叠词。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还不太明白 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：

7.动物开会

成长目标：

提高宝宝的语言表达能力，增加宝宝的词汇量，让宝宝初步理解符号和物体之间的联系。

简单准备：

家长和宝宝面对面坐好。



现在开始：

①家长对宝宝说："动物要开会啦，咱们一起来列列名单，看看都有谁会参加。"然后家长用手示意数字，让宝宝任意接动物的名字，尽量不重复，比如出示三个手指，宝宝说，三只小羊。

②家长双手握空拳，两拳交错，上下边绕圈边念"轱辘轱辘一（出示一个手指）。"宝宝可说"一只小猫！"

③家长再绕圈并念："轱辘轱辘二（出示两个手指）。"宝宝可说："两只小鸭。"以此类推。

还要知道：

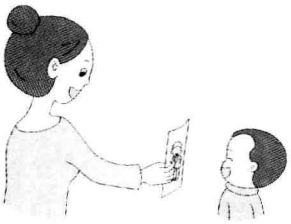
当宝宝做手势时，妈妈可故意把数字说错，让宝宝纠正，以增加宝宝玩游戏的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：_____

8.看图说动作



成长目标：

让宝宝正确运用动词并说出一句完整的话。

简单准备：

画有小朋友洗脸、刷牙的图片，字卡“刷牙”“洗脸”。

现在开始：

①家长做洗脸、刷牙的动作，让宝宝猜猜自己在做什么，并引导宝宝说出完整的话，比如“妈妈在洗脸”。

②给宝宝看图片，让宝宝仔细观察，并说出图片上的小朋友在做什么。引导宝宝说：“小朋友在洗脸、刷牙。”

③教宝宝读“洗脸”“刷牙”。

还要知道：

生活中，家长要多和宝宝一起模仿洗脸、刷牙等动作，这样可以为培养宝宝的生活自理能力打下良好的基础。

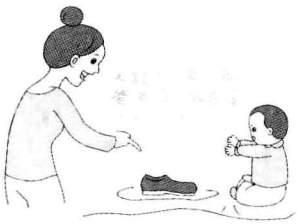
9.大鞋子

成长目标：

提高宝宝的语言技能，培养宝宝说儿歌的兴趣。

简单准备：

一双鞋子。



现在开始：

①家长指着自己的鞋子说儿歌给宝宝听。

②鼓励宝宝跟自己一起说儿歌。

还要知道：

家长带着宝宝说两三遍后，可将每句的倒数第一个字故意不说，让宝宝对上来。在宝宝说儿歌时，如发现他有的音发不准，要及时给予指导。

附儿歌：

儿歌内容：“大鞋子，像只船。爸爸穿，我也穿。一二一，向前走。走呀走，翻了船。”

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错呀 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

爸妈记录

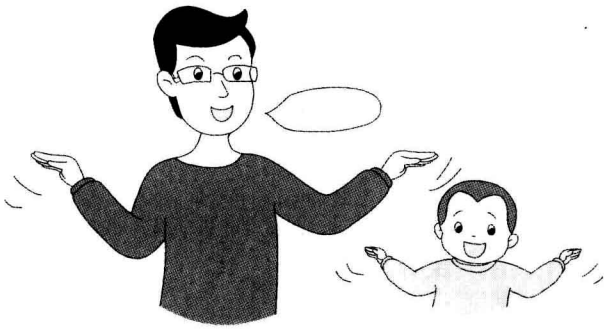
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错呀 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.蝴蝶飞呀飞

成长目标：

让宝宝认识自然，丰富宝宝的词汇，锻炼宝宝独立行走的能力、注意力，以及动作的协调能力。



简单准备：

蝴蝶图片，字卡“飞”，带宝宝到户外去观看蝴蝶。

现在开始：

①家长先给宝宝看蝴蝶图片，告诉宝宝这是蝴蝶，并带着宝宝到户外去寻找蝴蝶，说说蝴蝶飞舞的样子有多漂亮，然后和宝宝一起观看蝴蝶翩翩起舞的样子。

②在草地上扮成蝴蝶跳舞，和宝宝一起念下面的儿歌：“蝴蝶，蝴蝶，你从哪里来？蝴蝶，蝴蝶，你要飞到哪里去？”

③告诉宝宝你们将扮成蝴蝶飞向一棵树。“飞”的时候，引导宝宝振动双臂，并说“飞呀，飞呀，飞呀！”，然后飞到一棵树下停下来。

还要知道：

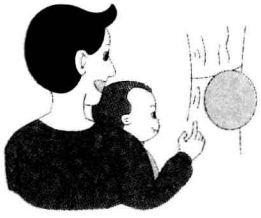
一岁半至两岁的宝宝虽然学会了独立行走，但走路的稳定性还比较差，身体动作的协调性和躯体的平衡能力也不是很好，所以，家长要控制自己行走的速度，以便宝宝能追上自己。而且要保证前面没有障碍物，以免宝宝摔跤。

爸妈记录

宝宝会说的词：□很可爱的 □一般响 □很好 □其他

一句话描述：

11.跑到树那边



成长目标：

发展宝宝的语言理解能力、表达能力，以及分析判断能力。

简单准备：

红、绿、黄三种颜色的气球各一个，字卡“那边”，带宝宝到户外去。

现在开始：

①家长分别在三棵树上系上气球，拉住宝宝的手，告诉宝宝：“跑到有红气球的那棵树那边。”说到“那边”时，加重音。再向其他地方跑，每次跑前都说要跑到哪里。

②家长坐在一边，宝宝听指令完成动作，看宝宝能否找对树。

还要知道：

宝宝很乐意跑来跑去，当你在宝宝到达目的地时给予夸奖，他会更开心。如果宝宝还不会跑，就让宝宝走过去，走对了，奖励宝宝一个小礼物。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

12.学叫声

成长目标：

锻炼宝宝的听觉与模仿能力，促进宝宝的语言发展。

简单准备：

准备几种宝宝认识的动物图片。



现在开始：

①家长选择几张动物图片，教宝宝认识图片上的动物名称。

②告诉宝宝小动物们的叫声，并让宝宝模仿。然后家长纠正宝宝学的声音，反复练习。

③家长也可以模仿其他的一些声音，如敲门声、闹钟声等，来拓展宝宝学习模仿声音的范围。

还要知道：

父母要以宝宝的接受能力来适当地教宝宝。也可以模仿小动物们蹦蹦跳跳的样子，跟宝宝互动。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.填字游戏

成长目标：

提高宝宝的语言技能，增加亲子情感。



简单准备：

“爷爷”“奶奶”“爸爸”“妈妈”字卡，以及宝宝名字的字卡。

现在开始：

①家长和宝宝坐在一起，家长拿出准备好的字卡，让宝宝练习“爷爷”“奶奶”“爸爸”“妈妈”的发音，再教宝宝认读自己的名字。

②妈妈开始讲故事：“从前有个小男孩叫XXX，有一天他和爸爸妈妈出去玩……”家长故意将宝宝的名字编进故事里。宝宝知道怎么玩后，每次说到他的名字，都让宝宝自己来填。“这个小男孩，名叫XXX。”

还要知道：

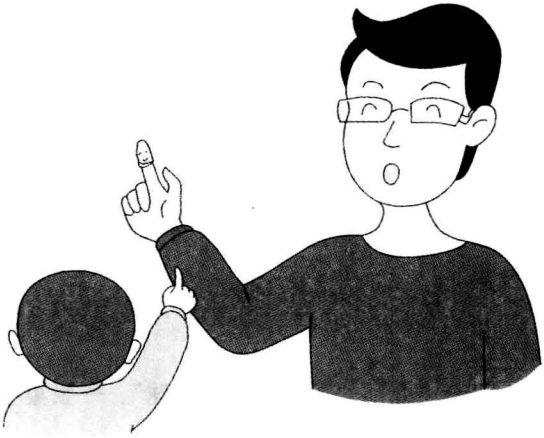
一岁至一岁半的宝宝一般都会说“爸爸”“妈妈”一类的词了，这时候的宝宝还会叫自己的名字。宝宝会喜欢这个游戏的，因为他们喜欢听到自己的名字出现在故事里。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.有趣的纸巾



成长目标：

促进宝宝的语言表达能力，丰富宝宝的想象力，增进亲子感情。

简单准备：

和宝宝一起外出用餐的时候。

现在开始：

①家长拿一张餐巾纸，将它缠在自己的手指上，假装它是一个玩偶，跟宝宝讲话。如果有笔，还可以在餐巾纸上画一张脸。

家长可以问宝宝："你好，小宝贝，你想吃点儿什么?""你叫什么名字?""我喜欢喝果汁，你呢?"

②家长也可以让自己的手指在空中移动，假装白色的小精灵在飞，边做动作边说："白色小精灵，飞呀飞呀；飞过花丛，飞上天空；碰到了星星，碰到了月亮；再慢慢飞下来，落到宝宝的头上!"说完在宝宝头上点一下。

还要知道：

家长也可以问问宝宝餐巾纸有什么用处，并做相关的动作，引导宝宝认识它的用处。用完后告诉宝宝，应该把它扔在垃圾桶里。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.桌上桌下

成长目标：

让宝宝学会方位词“上”“下”，并初步理解上下的方位概念，提高宝宝的语言技能。

简单准备：

字卡“上”“下”“书”“球”，一张桌子，一本书，一个皮球。

现在开始：

①家长先教宝宝认读“书”和“球”，并粘好胶水，引导宝宝把这两张字卡分别贴在对应的实物上。

②家长摆好桌子，把书放在桌子上，再把球放在桌子底下，然后问宝宝：“什么在桌子上?”“什么在桌子下?”

③家长再反过来问宝宝：“书在哪儿?”或“球在哪儿?”并让宝宝指出来。



还要知道：

宝宝熟悉这个游戏后，家长可以拿出一张有小鸟、树、小松鼠的图片，问宝宝“什么在树上?”“什么在树下?”并引导宝宝回答。让宝宝充分理解“上”和“下”的概念。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.接话

成长目标：

训练宝宝的语言能力，培养宝宝的反应灵敏度。

简单准备：

安静的客厅或者卧室。



现在开始：

①家长唱简单、有趣、押韵的儿歌给宝宝听，唱儿歌时，要加重最后一个字的读音。

②反复唱几遍，待宝宝熟悉儿歌后，故意不说儿歌中的最后一个字，让宝宝接儿歌的最后一个字。

还要知道：

如果宝宝不记得了，家长要亲切地告诉宝宝答案，然后再唱一遍，让宝宝答。唱儿歌时，家长可以跟宝宝一块做儿歌里的动作或者跳舞，以加强宝宝对游戏的兴趣。

附儿歌：

小白兔，白又白
两只耳朵竖起来
爱吃萝卜爱吃菜
蹦蹦跳跳真可爱

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.大灰狼和小羊咩咩

成长目标：

锻炼宝宝的语言表达能力、适应能力以及大肌肉的运动能力，发展宝宝的表演能力和想象力，增进亲子感情。

简单准备：

大灰狼、小羊和羊妈妈头饰，字卡“咩”。



现在开始：

①家长拿出小羊头饰，告诉宝宝这是小羊，它是怎么叫的呢？引导宝宝发出“咩咩咩”的叫声，并出示字卡“咩”。

②妈妈和宝宝分别戴上羊妈妈和小羊的头饰，爸爸则戴上大灰狼的头饰，扮演大灰狼躲起来。宝宝发现“大灰狼”的藏身之处，爸爸被宝宝找到后，就做鬼脸，同时张开双手向“小羊”扑去，并说：“我是大灰狼，我要吃掉小羊咩咩。”

③听到“大灰狼”的声音，羊妈妈立刻呼唤小羊：“小羊咩咩，赶快到妈妈这儿来。”这时，妈妈赶紧把宝宝搂在怀里安慰。爸爸也跑到妈妈身边来逗宝宝。

还要知道：

想要宝宝有好的语言能力仅靠几次游戏是不行的，家长要根据宝宝的情况多开展类似的游戏。比如可以拿别的动物的图片来教宝宝认字。文字是一种“符号”，宝宝会用“符号”，喜欢角色游戏，就更加容易接受文字了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

1~2岁宝宝的身体运动智能发展

1岁的宝宝刚刚学会站立和行走，他们在自己的探索下能逐级灵活地运用物体。大多时候他们是活泼好动的，喜欢受到别人的关注，喜欢用自己的身体动作来感知这个世界带给他们的新鲜感和美好，特别喜欢用自己的小胳膊小腿的乱动来表示自己的兴奋和悲伤。

宝宝无论在室外还是在家里，手和腿从来都不会停息，也绝不会老老实实地待着。在家里，宝宝会扶着东西满屋子乱转，一遇到对他有吸引力的东西，不管三七二十一，先拿起来闻闻、动动，甚至将它们放在嘴里尝尝再说。这个时期的宝宝最爱捣鼓东西了，家里总会被宝宝弄得很凌乱。

对于1~2岁的宝宝来说，这是一个特别神奇的过程，他们会通过身体的运动来探索陌生的一切。当家长带着宝宝出去时，宝宝也会按捺不住，一直想挣脱家长的双手，想独立地行走。这个时候，陪伴在宝宝身边的家长肯定会十分不放心，怕宝宝会摔跤，会遇到危险。所以，家长既要善于抓住日常生活中的点点滴滴让宝宝多活动，又要在宝宝运动的时候多看着宝宝。

在给宝宝换衣服的时候，家长可以让宝宝伸出小胳膊来配合，让宝宝慢慢懂得自己穿衣服、穿鞋子。要有耐心地帮助宝宝顺利地做一些新鲜的事情，不可以因为不耐烦而中途放弃或者包办代替，这样很不利于宝宝自主性运动智能的培养。

闲暇的时候，家长可以带着宝宝钻“山洞”、走绳子、玩沙子、上下楼梯等。宝宝做得好，家长还可以奖励宝宝一些小礼物，这样宝宝才能积极主动地投入游戏之中。一些有趣、简单的小游戏，比如拍蝴蝶、走“S”形，既可以锻炼宝宝的运动智能，还可以愉悦宝宝的心情，真是一举两得的事情。

还可以扶助宝宝做一些体操，主要锻炼宝宝的爬行、站立、行走、跳跃等

动作。运动的时间最好在进餐后1小时进行，在运动的时候，家长可以放一些比较轻松的音乐，运动持续的时间则要依宝宝的情况而定。另外，要训练宝宝自己拉物站起，家长可以先让宝宝练习从仰卧位扶着床栏杆坐起来，再慢慢站起来，以锻炼宝宝平衡自己身体的技巧。锻炼的时候，家长可以用玩具、食物引逗宝宝，反复训练。不断通过各种游戏、各种方式激发宝宝的运动智能发展，愉悦宝宝身心，这将有利于宝宝的心智健康发展。

1.双人滚翻

成长目标：

教宝宝学翻滚以及连续翻滚，促进宝宝触觉神经的发展，增加亲子间的情感。

简单准备：

柔软的床一张。

现在开始：

①爸爸和宝宝一起躺在床上，妈妈喊“开始”，爸爸和宝宝则抱在一起从床头滚到床尾。

②爸爸俯卧在床上将双脚伸直当障碍物，宝宝从另一头侧滚到爸爸身边，并慢慢翻过“障碍物”。

③宝宝当“障碍物”，爸爸从另一头侧滚到宝宝身边，并轻轻翻过宝宝的身体。

还要知道：

游戏时，妈妈要在一旁保护宝宝，以防宝宝从床上翻滚下来。如果宝宝翻过了爸爸的身体，家长要夸奖宝宝“真棒”，并亲一亲宝宝；如果翻不过爸爸的身体，妈妈可以协助宝宝完成这个动作。另外，当宝宝翻过爸爸的身体时，动作一定要轻缓。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.会跳的小兔

成长目标：

提高宝宝的手眼协调能力。

简单准备：

毛巾一条，兔娃娃一个。

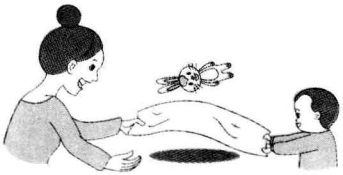
现在开始：

①家长把大毛巾放在地板上，把兔娃娃放在上面，用手拽住毛巾的一头，让宝宝用双手拽住毛巾的另一头。

②家长和宝宝站起来，边说“一，二，嘣!”，边把毛巾往上扬，让兔娃娃跳起来。多练习几次，宝宝就知道说“嘣”的时候要把毛巾抬起来了。

还要知道：

家长可根据宝宝的情况逐渐加快扬毛巾的速度，这样小兔就会跳得更高。当宝宝熟悉这个游戏后，还可以增加玩具的数量，让它们和小兔一块跳。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

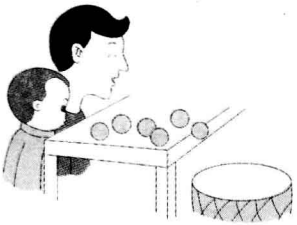
3.吹球进筐

成长目标：

训练宝宝的耐力，增强宝宝的肺活量，增加亲子情感。

简单准备：

乒乓球若干，桌子，塑料筐。



现在开始：

①家长将塑料筐放在桌沿下，在桌子上放好几个乒乓球，再向宝宝示范如何将乒乓球准确地吹到塑料筐里。

②在宝宝熟悉之后，家长可以和宝宝进行比赛，在规定的时间内，谁吹进去的球更多谁就是胜利者。

还要知道：

为了让宝宝更有动力，家长可以制定更加有趣的比赛规则，如赢了的一方可以获得什么奖品，失败的一方要罚唱一首歌。刚开始玩的时候，家长要让着宝宝，故意让宝宝赢，以激发宝宝玩游戏的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.不倒翁

成长目标：

让宝宝体验与家长一起游戏的快乐，促进宝宝的脑平衡。

简单准备：

一条地毯。

现在开始：

①家长分腿蜷曲坐在地毯上，两脚相对，双手握住双脚的脚腕，宝宝坐在家长的腿中间，胳膊自然放在家长腿的两侧。

②家长边说儿歌边做动作；

不倒翁，翁不倒（家长随儿歌节奏左右摇摆），

怀里抱着小宝宝（家长随儿歌节奏左右摇摆）。

左歪歪，右倒倒（家长随儿歌先左摇，再右摇），

摇来摇去摇不倒（翻转90度后坐起，宝宝依然在家长的腿中间坐着）。



还要知道：

在旋转的过程中，家长要保护好宝宝的安全。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.小猫吃鱼

成长目标：

练习攀登及蹲下的动作，培养动作的协调性。

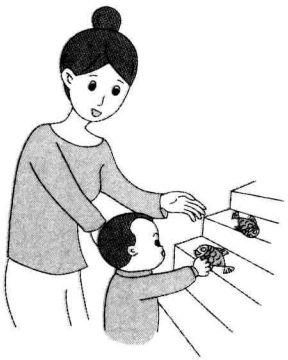
简单准备：

铅笔、画纸、涂色笔。

现在开始：

①画好几条鱼，再涂色，然后把它剪下，分别摆在两层以上的台阶上。

②让孩子扮作小猫，家长一边说儿歌：“小花猫，上高台，吃完鱼，走下来。”一边教孩子自己走上台阶去拿小鱼（可蹲下，也可站在低层弯腰取高层的小鱼），再从台阶上自己走下来。



还要知道：

家长要注意护着宝宝，以防宝宝从台阶上摔下来。

爸妈记录

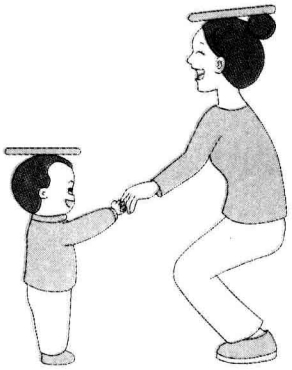
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.有趣的书

成长目标：

锻炼宝宝的跳跃能力和身体的平衡能力。



简单准备：

两本书。

现在开始：

①家长在地上放一本书，给宝宝示范怎样从书上跳过去，重复几次，等到宝宝自己能跳时，把书换成其他东西。

②家长和宝宝也可把书放在头顶上，面对面，手拉手站直。然后让宝宝下蹲，妈妈站直；宝宝站直，妈妈下蹲。反复进行，看谁的书最后落地。

还要知道：

宝宝再大些的时候，家长可以让宝宝试试其他的动作，如单脚跳过书、倒着走过书等。家长也可以不断地增加书的数量，以增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

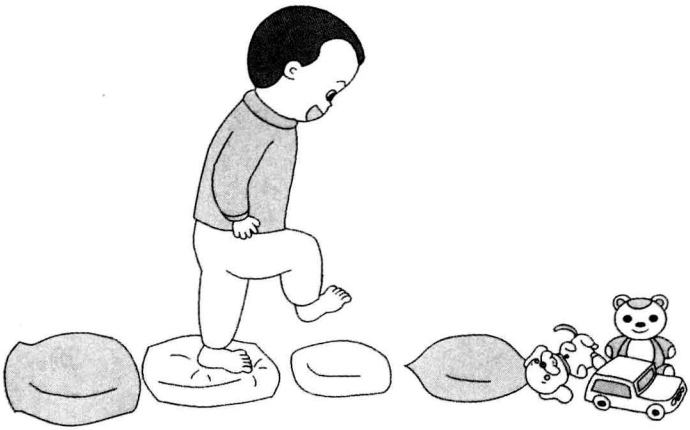
7.枕头游戏

成长目标：

锻炼宝宝的行走能力，发展宝宝大肌肉的运动技能，增强宝宝的平衡感，训练宝宝克服障碍的能力，让宝宝充分感受探险的乐趣。

简单准备：

软垫、枕头若干，玩具若干。



现在开始：

①家长先用枕头和软垫铺一条弯弯曲曲的小路，并在路的尽头放一些宝宝喜欢的玩具，让宝宝沿着小路走过去拿他喜欢的玩具。

②家长先画好起点线和终点线，然后和宝宝进行比赛：一人两个枕头，家长与宝宝分别以枕头为铺垫，共同前进，看谁最先到达终点。行进中，如果任何一方有脚触地，即判为失败。

还要知道：

枕头或软垫可以用不同大小、颜色和质地的，使路变得丰富有趣。但这条路弯曲不平，家长应站在附近保护宝宝。另外，在和宝宝进行比赛的时候，家长要适当控制自己的速度，如果宝宝用枕头还走不稳，可以帮助宝宝完成比赛。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

8.墙、笔、花

成长目标：

发展宝宝的观察能力和反应能力，以及手眼协调能力。

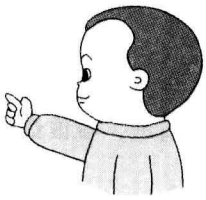
简单准备：

画好的图片3幅，如墙、草地和鼻子，一支笔，一盆花。

现在开始：

①家长分别出示3幅图片，要求宝宝看图片做手势。如看到墙，手指墙；看到笔，手指笔；看到花，手指花。





②家长用不同速度和顺序说出“墙”“笔”“花”这三个字，看宝宝的动作是否正确。

③宝宝比较熟悉后，家长可以加上手势，并故意做出和说的不一致的手势，如说“天”时手朝下指，但宝宝还是要按照家长的话来做动作，而不是跟从家长的手势。

还要知道：

图案的选择要尽量有趣，在宝宝逐渐熟悉后，可以逐步增加图片的数量，不断提高宝宝的观察能力和反应能力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话激励：_____

9.玩沙子



成长目标：

发展宝宝的触觉，锻炼宝宝的下肢力量以及动手能力，让宝宝体验玩沙的快乐。

简单准备：

带宝宝到有沙子的地方，塑料小铁锹一把，玩具小汽车。

现在开始：

①给宝宝一把塑料小铁锹，让宝宝把沙土挖开，修成一条小路，引导宝宝在这条小路上开玩具汽车。

②家长当着宝宝的面把玩具小汽车埋起来，引导宝宝用小铁锹去寻找，挖出沙地里的玩具。

③家长还可以和宝宝踩在沙地上，玩印脚印的游戏，看看谁的脚印大，谁的脚印小。

还要知道：

玩沙子前，家长要留意沙堆是否清洁，里面是否有尖锐物品。游戏中，家长要注意看着宝宝，以免宝宝吞食沙子，同时要提醒宝宝不要把沙子扬到别人脸上。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.宝宝钻“山洞”

成长目标：

锻炼宝宝爬的能力，提高宝宝的耐力。

简单准备：

选择一块面积比较大的地毯或者在床上进行游戏。



现在开始：

①家长将身体弯曲朝下，用双手撑在地毯上当“山洞”，宝宝手膝着地，钻过“山洞”。

②家长也可在宝宝背上放一张报纸，然后爸爸妈妈坐在地毯上（隔一定的距离），将双手搭在对方的肩膀上，构成另一个“山洞”，用语言引导宝宝再次从“山洞”里爬过去。游戏前家长要提醒宝宝，爬“山洞”的过程中报纸不能掉下来。

还要知道：

游戏的时间要依宝宝的具体情况而定，游戏时家长可以喊“加油”，激发宝宝玩游戏的积极性。如果整个过程，宝宝背上的报纸都没掉下来，家长要及时表扬宝宝，还可以奖励宝宝一个他喜欢的小玩具。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.绳上小舞者



成长目标：

丰富宝宝的触觉，促进宝宝身体平衡和运动协调能力的发展。

简单准备：

一根长绳，一把小伞，适宜的空间。

现在开始：

①家长用绳子在地板上摆一个大“S”形，让宝宝撑着小伞走过绳子，看他能否顺利走过，而手中的小伞不能掉下来。

②家长把绳子平放在地板上，用手拉着长绳的一端，轻轻抖动绳子，但绳子不离开地面，让宝宝踩着绳子的另一端前进。

③爸爸妈妈各拿着绳子的一端，面对面蹲下，保持两绳平行，不断变化两绳间的距离。宝宝跳到两绳中间，又跳出，如果跳的时候踩到绳子即为输。

还要知道：

平衡感能帮助身体保持平衡，形成空间方位感，它与眼球的追视能力、专注力、阅读力、音感能力等都有关。日常生活中，有的宝宝往往会有运动不协调的情况，比如不敢走独木桥、晕车、晕船等，这些都与宝宝前庭平衡感发展不完善有关。所以，锻炼宝宝的平衡感是极其重要的，家长平时可以让宝宝多做这样的活动，但在活动中一定要在旁边保护好宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.宝宝模仿秀



成长目标：

锻炼宝宝的模仿能力，发展宝宝的身体运动能力，促进宝宝对动物的认识。

简单准备：

平坦开阔的场地，小鸡、小鸭、小猫图卡。

现在开始：

①家长拿出小鸡、小鸭、小猫图卡，让宝宝仔细观察这些小动物的走路姿势。如果宝宝不知道，家长可以带宝宝到动物园玩，观察它们走路的样子。

②家长先给宝宝做示范，让宝宝来模仿。先模仿小鸡走路：双手放在胸前，十指合在一起做尖嘴状，大拇指在上，小拇指朝下，一边走路，一边做出小鸡啄米的样子。

③模仿小鸭走路：双手在胸前合拢，一只手的手背在上，另一只手的手背在下，做鸭嘴状，走路时左右摇摆。

④模仿小猫：两手在嘴边向外划，就像小猫的胡须，注意，走路步子要轻。

还要知道：

宝宝再大些的时候，家长可以让宝宝模仿更多的动物，如兔子、大象、乌龟等。模仿动物走路的时候，还可以播放宝宝喜欢的音乐，这样会更有趣。另外，家长还可以和宝宝来玩“你做我猜”的游戏：一个人模仿某个动物走路的样子，另一个人来猜这是什么动物。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.跳跃游戏



成长目标：

锻炼宝宝的协调能力以及平衡能力。

简单准备：

一个可以支撑宝宝重量的大盒子或箱子。

现在开始：

①家长将盒子放在地板上，然后让宝宝站在上面，用自己的手握住宝宝的手。

②家长说：“开始，跳。”帮助宝宝从盒子上跳下来。

还要知道：

如果宝宝喜欢这个游戏，可以让宝宝反复跳，直到宝宝不愿再跳为止。

14.拍蝴蝶

成长目标：

训练宝宝行走能力和反应能力，发展宝宝的手眼协调能力。

简单准备：

用毛线穿好的各色蝴蝶图片若干，拍子一个。

现在开始：

①家长站着不动挥舞穿好线的蝴蝶图片让宝宝来拍。如果宝宝拍到了，要及时给予表扬。

②宝宝熟练后，家长可适当加大难度，边走动边挥舞蝴蝶让宝宝来拍。

还要知道：

拍子的选择很重要，要注意拍子的重量及手柄长度；蝴蝶图片也可以用其他小动物的图片来代替；游戏过程中要注意宝宝的安全。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：_____

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：_____

15.把东西端过来

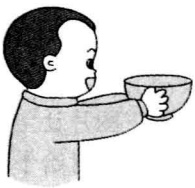
成长目标：

发展宝宝的生活技能，让宝宝学会等待以及如何遵守游戏规则，同时培养宝宝认真耐心做事的能力。



简单准备：

两个小碗，每个碗内装小半碗水。



现在开始：

①家长手捧着装水的小碗，告诉宝宝这里有水，两只手要捧好，走路时要慢慢走，不要让水洒出来。然后家长可以示范捧着碗走几步，并让宝宝判断有没有将水洒出来。

②家长和宝宝面对面站好，距离为两米左右，告诉宝宝将小碗送到自己手中。宝宝成功送达小碗后，应表扬他能干；若是宝宝没有拿稳，水洒了出来，家长应该给予帮助，并提醒宝宝不要着急，慢慢走。

还要知道：

刚开始练习时，碗里可装一些不易溢出的东西，如积木、乒乓球，走的距离也可短一些；等宝宝熟练之后再用水。水可以由少到多，距离也可以由短到长。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

16.走“V”形

成长目标：

促进宝宝左脑和右脑的健康发展。

简单准备：

一支粉笔，一块比较开阔的空地。

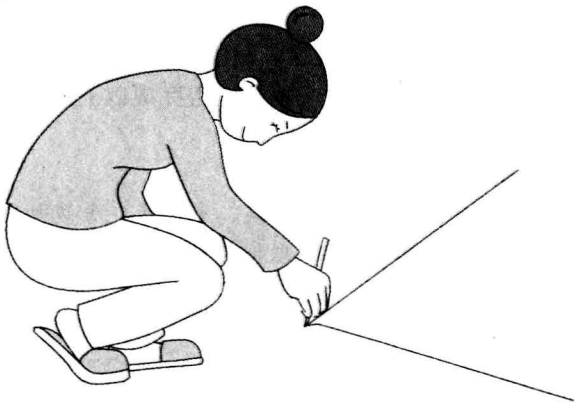
现在开始：

①用粉笔在地上画一个约5米（可根据宝宝的情况适当调整）长的“V”形折线，注意控制好每段直线的长度。

②让宝宝踩着线往前走，一直走到头。如果宝宝能始终踩着线走，要给予表扬，也可根据宝宝的情绪来增加来回走的次数。

还要知道：

游戏过程中家长可以通过唱歌、表扬宝宝等办法来调动宝宝的情绪，或者画一些能引起宝宝好奇心的图案。1~2岁的宝宝多进行这样曲线行走的练习，对他们左右脑的健康发展很有帮助。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

17 大“拱桥”，小“拱桥”

成长目标：

让宝宝探索和体验身体的功用。

简单准备：

柔软的地毯。



现在开始：

①家长和宝宝一起坐在柔软的地毯上，家长先向宝宝示范如何搭单人大“拱桥”：家长先站直，然后慢慢弯下腰，双手撑在地上，头向下低。这样就弯曲成了一座“拱桥”。家长帮助宝宝完成“拱桥”练习。

②家长和宝宝休息一会儿后，再来搭另外一座“拱桥”。先向宝宝示范：家长平躺在地毯上，并拢双腿，慢慢将膝盖弯曲朝上。这样，弯曲的腿面就变成一座小“拱桥”了。然后家长指导宝宝完成以上动作。

还要知道：

宝宝在搭“拱桥”的时候，家长应在旁边加以指导，并要注意宝宝的安全，也可播放一首轻快的乐曲，以增添游戏的乐趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

1~2岁宝宝的精细动作发展

宝宝出生后，他们的一切事务几乎都由家长负责。不过，当宝宝1岁后，家长是否发现他们渐渐开始自己动手做一些事情了？在这个时候，家长可千万不要再事事代劳，而应遵循宝宝的成长规律，适时培养他们的动手能力。

1~2岁的宝宝开始喜欢玩一些比较复杂的玩具，也开始会用小手去触摸身边的东西，他们能跟大人一起做游戏，手脚也逐步变得灵活起来了。在12~15个月的时候，宝宝已经能够自己握住勺子吃饭了。每次用餐的时候，家长不妨把碗筷端到宝宝面前，给宝宝准备一个小匙，让宝宝自己吃饭。这样可以锻炼他们使用餐具的能力。也可以教宝宝用杯子喝牛奶，这样他们以后就知道怎么使用杯子了。

15~18个月的宝宝可以将自己随地乱扔的玩具捡起来放好。宝宝手里会经常拿着东西到处走，家长跟宝宝说一些简单的指令，宝宝也会通过自己的方式完成。如果在宝宝房间里放一个装玩具的箱子，让宝宝在固定时间内收拾玩具，并将其归类放到箱子里，宝宝会很乐意去做，特别是受到表扬的时候，他们会觉得特别有成就感。

这个阶段的宝宝能够拿着东西来回走，并乐意模仿爸爸妈妈做家务。如果妈妈给他一些小任务，如让宝宝擦一擦小桌子或椅子腿，让宝宝把餐巾纸拿过来，他们就会乐得屁颠屁颠的。这个时候，家长不要在意宝宝是否真的把你交代的任务完成好了，重要的是，宝宝能习惯于甚至乐于帮助家长来完成一些家务。

18~24个月的宝宝的小手已经非常灵活，他们已经能够握着笔在纸上画圈圈了。虽然拿笔的姿势不怎么正确，画得也不怎么圆，也不知道要表达什么，

但对这个年龄段的宝宝来说，表现已经很不错了。在这个过程中，他们收获了快乐，并开始意识到自己的小手很能干。平时，家长可以在杯子里放一点水，让宝宝在两个塑料杯之间倒来倒去，也可以让宝宝玩小豆豆跳水的游戏，还可以让宝宝拿着小桶去浇浇花。

宝宝正在通过自己的双手不断地探索这个世界，他们会折巫师帽，还会制作响葫芦。只要家长能耐心地教他们，他们是很乐意跟着学的。他们会舞弄书本，玩书本骨牌，还会用积木搭一些“小建筑”，一层一层往上搭。即便最后都倒下来，他们也会很开心地听着积木坠落发出的稀里哗啦的声音。他们会觉得一切都是那么的新鲜有趣。

家长平时应多鼓励宝宝信手涂鸦和乱搭乱建的行为，并且尽可能抽时间和宝宝一起来完成他们的作品。在这个过程中，要让宝宝逐渐认识到自己小手的无穷威力。闲暇的时候，家长根据宝宝的情感教给宝宝一些折叠和搭建的技巧，但不要过早地给宝宝灌输一些他们无法理解的知识，否则很容易让宝宝失去玩游戏的兴趣，也会让他们失去创作的兴趣，进而失去从不断尝试中总结经验的机会。

1.小豆豆跳水

成长目标：

锻炼宝宝的手指精细动作，以及宝宝的手眼协调能力，加强亲子间的感情。

简单准备：

装一半水的大玻璃杯，一碟豆子。

现在开始：

①家长把装好水的玻璃杯放在宝宝面前，引导宝宝将豆子扔进玻璃杯，让宝宝仔细聆听豆子掉进水里的声音。

②宝宝把豆子全部扔进水里后，家长让宝宝把水里的豆子用手捞出来放进碟子里。游戏可以反复进行。

还要知道：

注意杯子里的水别装太满，以免溅湿宝宝的衣服。家长也可以用一些宝宝喜欢的小玩具来玩这个游戏。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.下雨啦

成长目标：

培养宝宝的动手能力，发展宝宝的创新意识。



简单准备：

塑料袋两个，缝衣针若干，一个装了水的大盘。

现在开始：

①家长和宝宝一人拿一个塑料袋，一起用缝衣针或毛线针在塑料袋上扎出一些小孔。

②扎好小孔后，家长和宝宝用塑料袋从水盆里兜起一袋水，水就会从扎好的小孔中漏出。

还要知道：

缝衣针的针头很容易刺到宝宝，所以游戏过程中一定要特别注意宝宝的安全。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

3.扔玩具熊

成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力。



简单准备：

一个大篮子，一个玩具熊。

现在开始：

①家长把宝宝抱在床上，并把一个大篮子放在床边。

②给宝宝一个玩具熊并示范如何把熊从床上扔进篮子里，同时说："一、二，把熊扔掉！"

还要知道：

游戏中，家长要鼓励宝宝把玩具熊扔进篮子里，这需要宝宝的技巧，而且成功做到后宝宝会获得极大的满足感。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.学拿笔



成长目标：

提高宝宝小肌肉活动的灵活性以及对笔的控制能力，加强宝宝的想象力。

简单准备：

白纸一张，油画棒、水彩笔、蜡笔、钢笔、圆珠笔、铅笔等若干。

现在开始：

①家长拿出各种各样的笔，一一介绍给宝宝，让宝宝对笔产生兴趣。

②家长教宝宝如何握笔，并让宝宝分别用不同种类的笔在纸上戳戳点点。

还要知道：

对于两岁左右的宝宝，家长可训练他用拇指、食指、中指分别从三个方向握住笔杆的下端，离笔尖约一寸左右，笔杆的上部斜靠在食指的根部，笔杆与纸面约45°角，然后教宝宝写简单的笔画。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.我会穿鞋

成长目标：

训练宝宝的手眼协调能力，培养宝宝“自己的事情自己做”的独立意识，以及最基础的组织和思考的能力。

简单准备：

鞋子一双。

现在开始：

①让宝宝穿鞋前家长可先和宝宝玩一些简单的游戏，集中宝宝的注意力，然后再把鞋子拿到宝宝的眼前，吸引宝宝的注意，并让宝宝说出它的名称。

②家长耐心地告诉宝宝鞋子的名称和用途，并引导宝宝把鞋子套在脚上，将鞋子整理好，把鞋带系好。穿好一只脚后，再换另一只脚。



还要知道：

宝宝长到1~2岁后，已经有了自己穿鞋的能力。刚开始宝宝尝试穿鞋子时或许会失败，但不要急着替宝宝做，而应提醒宝宝鞋子有左右脚的差异，家长也可以多做几次示范，并让宝宝一只一只的尝试。

爸妈记录

宝宝学习情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

心得体会：

6.包“糖果”

成长目标：

让宝宝学习包“糖果”，锻炼宝宝的手眼协调能力。

简单准备：

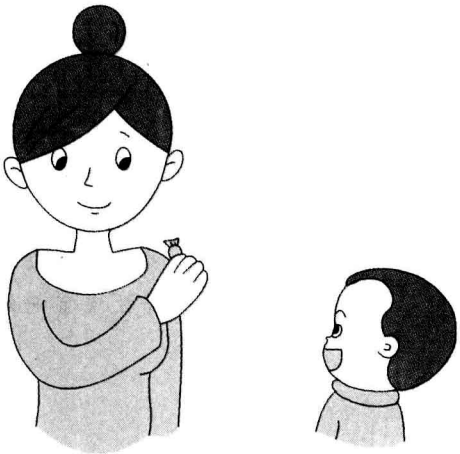
洗干净的糖纸，石子或大豆若干。

现在开始：

①家长先引发宝宝的兴趣，告诉宝宝活动的内容。比如家长可以手举一颗糖对宝宝说：“宝宝，今天我们来学习包糖果好吗?”

②家长向宝宝示范包“糖果”的过程：先把糖纸铺开来，拿一粒石子放在糖纸上，然后用糖纸把石子包起来，最后将两头卷好，“糖果”就包好了。

③把糖纸和小石子给宝宝，家长协助宝宝包“糖果”，在宝宝包的过程中，家长可以回放动作，再次示范给宝宝看。



还要知道：

1~2岁的宝宝大都很喜欢糖，包“糖果”这个游戏能让宝宝的协调能力得到一定程度的提高。游戏时家长也可用小纸团代替石子做糖。当然，用真的糖果更能引起宝宝的兴趣，如一些散装的软糖。在游戏的时候，要注意看着宝宝，别让宝宝把小石子放进嘴里吞下去。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.炒瓜子

成长目标：

开启宝宝的肢体触觉，刺激宝宝的大脑发育，促进宝宝的情绪发展，提高宝宝的动手能力。



简单准备：

瓜子若干，玩具小锅、小锅铲各一个。

现在开始：

①家长拿出装满瓜子的布袋，让宝宝伸手进去摸一摸，然后猜猜里面是什么东西。

②家长将瓜子放入小锅中，大概半满的样子，再让宝宝用手搅拌搅拌，或者用小锅铲铲来铲去。

③家长也可以将“炒好”的瓜子放在地板上，让宝宝赤脚踩在上面，体会不同的触感。

还要知道：

游戏过程中，家长要注意看着宝宝，以免宝宝吞食瓜子。另外，家长还可以用其他的小物品来做这个游戏，比如豆子、花生、栗子等。为了增加游戏的趣味性，家长在游戏时还可以配合儿歌：“小宝宝炒瓜子，炒炒一大锅，香啊香喷喷，馋死小老鼠。”

爸妈记录

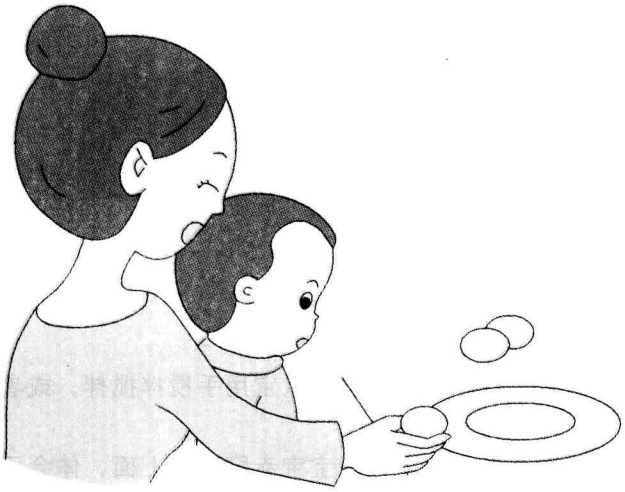
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.剥鸡蛋

成长目标：

让宝宝学习剥鸡蛋的方法，掌握简单的生活技能，同时让宝宝体验成功的快乐。



简单准备：

煮熟的鸡蛋若干，盘子两个。

现在开始：

①家长和宝宝坐在一起，告诉宝宝鸡蛋已经煮熟了，让宝宝自己想办法把蛋壳剥开，并把剥下来的蛋壳放在盘子里。

②家长示范剥鸡蛋的方法——先把鸡蛋放在盘子边上使劲儿敲几下，敲破以后，从破的地方将蛋壳剥开，剥下的蛋壳放在盘子里。剥完后，让宝宝再尝试一下怎么剥鸡蛋。

还要知道：

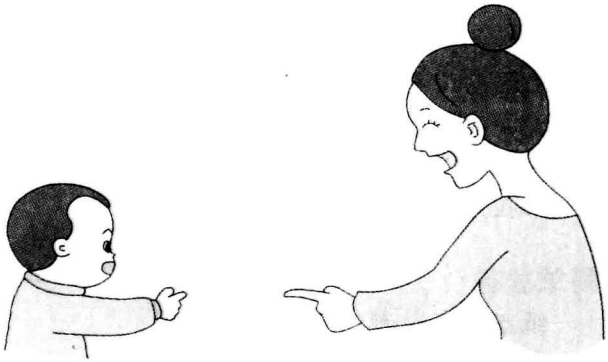
在宝宝剥鸡蛋的过程中，家长要不断地鼓励宝宝，使宝宝对剥鸡蛋充满信心。剥完后要表扬宝宝能干，使宝宝体验到成功的快乐，并让宝宝品尝自己剥的鸡蛋。吃完鸡蛋后，家长应带着宝宝将东西收拾干净，养成良好的卫生习惯。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.手指碰碰头



成长目标：

锻炼宝宝手指的灵活性，熟悉各手指的外形特征，培养宝宝良好的观察习惯。

简单准备：

家长和宝宝坐在一起。

现在开始：

①家长和宝宝面对面坐着，家长先伸出一根手指对小宝宝说：“伸出手指头，快来碰碰头。”若宝宝伸出与家长相同的手指头，伸对了手指，两手就可以玩“手指碰碰头”。

②若宝宝伸出的指头和家长不一致，必须家长纠正后，手指才可以碰头。反复进行数次，并且在宝宝熟练后，可适当地加快速度。

还要知道：

游戏时，如果宝宝找不准相同的手指，家长应耐心地帮助宝宝，可以通过辨别手指外形特征或运用一一对应的方法观察找准手指进行游戏。家长还可以动脑筋发明新的玩法，比如在手指上画上人脸或动物形状，编小故事和宝宝一起玩。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.穿丝带



成长目标：

培养宝宝的精细动作技能，提高宝宝手的握力和拉力。

简单准备：

纸盘若干，剪刀一把，丝带若干条。

现在开始：

①家长先在纸盘中间剪一个小洞，把一条丝带穿过洞口一小段，只露出头来就可以了。然后向宝宝演示怎样把整条丝带都拉过纸盘。

②指导宝宝自己穿丝带。宝宝很熟练后，家长可以尝试把几条丝带系在一起，做成一条长丝带，然后家长扶着纸盘，让宝宝拉丝带。

还要知道：

宝宝在成长的过程中手和手指的本事将会越来越大，这个穿丝带游戏会进一步提高宝宝手的握力和拉力。但值得注意的是丝带有勒到宝宝脖子的危险，而且宝宝自己玩剪刀也很危险，所以游戏过程中要始终看好宝宝，并且在游戏后把丝带放到宝宝够不着的地方。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.有趣的帽子

成长目标：

提高宝宝的动手能力，培养宝宝的想象力。

简单准备：

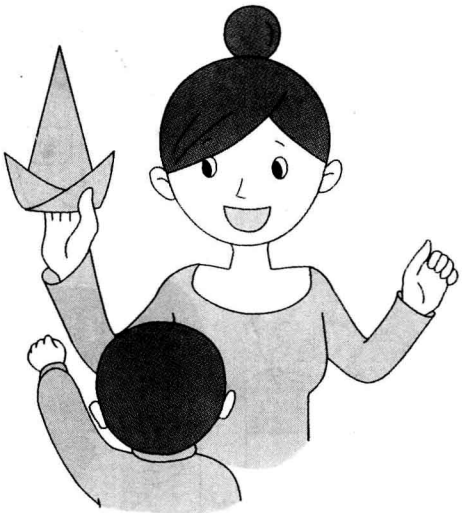
报纸或其他任何大纸若干张，胶带。

现在开始：

①家长先指导宝宝用报纸做最简单的巫师帽，即把一张纸卷成锥形，就是一顶完美的巫师帽了。

②宝宝学会做巫师帽后，家长可以教稍微复杂一点儿的做法。家长先将一张小报对折，折边朝下，再将下面折叠起来的两个角向中间折，这样报纸的下面就是一个三角形，上面是两条长边。

③把上面上层的两条长边翻折到三角形的底边处，这样帽子就做好了。



还要知道：

宝宝对于帽子并不陌生，因为帽子是生活中经常会用到的东西。如果宝宝学不会比较烦琐的步骤，家长可以给自己和宝宝各做一顶帽子，然后在镜子面前试戴一番，让宝宝体验动手的乐趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

12.制作响葫芦

成长目标：

培养宝宝对音乐的兴趣，让宝宝有初步的节奏感，提高宝宝的动手能力。

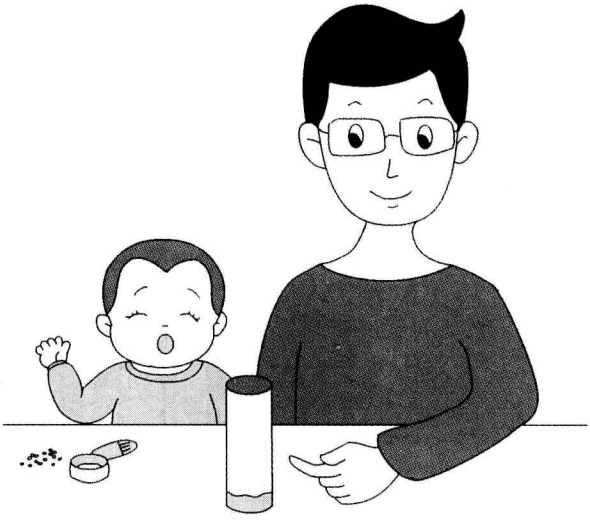
简单准备：

空的卫生纸筒两个，杂志一本，儿童剪刀，胶带，米粒。

现在开始：

①家长先封住每个纸筒的一端，以便可以把米粒放在里面。从杂志上剪下两个比纸筒底端圆形大几圈的纸片。把剪好的纸片放在纸筒底端，把边缘贴紧纸筒折好，并用胶带粘好，如果想更结实，可用橡皮筋再缠几圈。

②让宝宝在每个纸筒里放入大概是纸筒高度 1/3 的米粒。



③家长再剪两个圆形纸片，并用胶带把它们粘在纸筒开口处，这样响葫芦就做好了。

还要知道：

这个游戏是个不错的室内活动，集手工、音乐和舞蹈于一体。给宝宝做个响葫芦，可以同时培养宝宝的音乐细胞，随着响葫芦发出有节奏性的“音乐”时，家长还可以适当地增加一些舞蹈动作，让宝宝全面体验音乐与舞蹈的美妙。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.书本骨牌



成长目标：

协调宝宝的手眼动作能力。

简单准备：

各种厚度的书 12 本。

现在开始：

①家长和宝宝一起把这些书从中间打开，像骨牌那样排列好。

②把所有的书都排列好后，让宝宝用手推动第一本书，书就如同多米诺骨牌一样，一本接着一本倒下了。看到这个，宝宝会非常开心地要求再来一次。这时家长可以让宝宝自己排列书，自己推书。

还要知道：

这个游戏应该选择空间比较大的地方进行，避免宝宝被书本砸到。同时，家长还可以根据宝宝的能力，逐渐增加书的数量以增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.杯子“排队”

成长目标：

让宝宝对大小有初步的认识和判断，培养宝宝做事的耐心。

简单准备：

形状相同、大小各异的杯子若干。



现在开始：

①家长把几个形状相同、大小各异的杯子摆在宝宝面前，依次用大杯子套在小杯子上，组成一摞，并让宝宝学着做。

②家长再把小杯子从大杯子中一个个地拿出来，按照大小排成一排，示范完后再让宝宝跟着做。

还要知道：

1~2 岁的宝宝拿东西时还不是特别稳，所以选择纸杯子最好。下次再玩这个游戏的时候，可以换成其他颜色或图案的杯子，这样宝宝玩起来会更有趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.流星雨

成长目标：

促进宝宝的语言发展，锻炼宝宝的投掷能力，激发宝宝的想象力，培养愉悦的情绪，增进亲子感情。

简单准备：

不同颜色的彩色布条，衣服夹子，适宜的场地。



现在开始：

①家长和宝宝一起把一些剪好的彩色小布条用小夹子夹好，这样小“流星”就做好了，可以多做几个。

②爸爸妈妈和宝宝一起游戏。爸爸和宝宝把夹着彩色布条的夹子向前、向上掷去，布条就像划过天空的流星，落地的时候发出“噼里啪啦”的响声，这时妈妈唱儿歌：“一闪一闪亮晶晶，天空滑落小流星，闪闪烁烁放光明，好像千万小眼睛。”

还要知道：

家长可以和宝宝一块唱儿歌，另外掷“流星”时，要注意往没有人的地方掷，并且不要扔到宝宝的身上或头上。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.折纸花

成长目标：

锻炼宝宝的手指精细动作，以及手指的灵活度，通过色彩的搭配来提高宝宝的审美和艺术感。

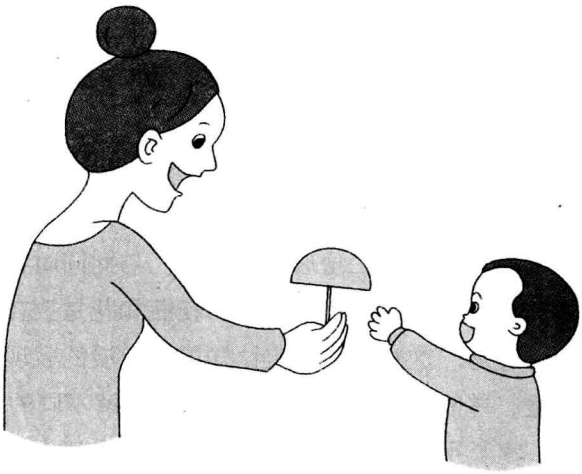
简单准备：

彩纸、胶水、剪刀、透明胶、吸管、铅笔。

现在开始：

①家长把彩纸剪成不同大小的圆形图案，引导宝宝将剪好的大小各异的彩纸从大到小叠在一起，并用胶水粘好，做成花朵，再用透明胶把吸管固定在花朵的背面。

②把剪好的圆形彩纸，分成两个相等的半圆，把半圆粘成圆锥体，再将吸管粘在里面，就成了一个小彩色伞了。



还要知道：

折纸是一种简单又有趣的手工游戏，取材方便，且随时随处都可以进行。它不但能激发宝宝的想象力、创造力，提高宝宝手指的灵活性，还能带给宝宝非同寻常的成就感。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

1~2岁宝宝的认知能力发展

1~2岁的宝宝不再处于刚出生时候的懵懂状态，宝宝在这个年龄段和外界的沟通不断地发展着，其记忆力逐步从模糊过渡到清晰。他们能够记住很多简单的内容，记忆的内容也能保存更长的时间，甚至能够回忆起昨天发生了什么事情。这种记忆力使宝宝渐渐具备了从众多事物和现象中抽象出基本概念的能力，使宝宝与外在的世界建立起更复杂而有效的联系。

平时家长可以买一些宝宝爱看的图书，在宝宝心情愉悦的时候，和宝宝一起反复朗读，或者一起回忆生活中发生的点点滴滴的有趣的事情，一起吟唱儿歌，一起看动画片。说话的时候，家长要尽量语气缓和、吐字清晰，先呼唤宝宝的名字，再看着宝宝的眼睛，进行目光交流。这些都有利于提高宝宝的记忆力。

这个阶段的宝宝分辨能力也在逐步提高。他们能够分辨出猫和狗有什么不同，青菜和西红柿有什么不同；知道哪个是大帽子，哪个是小帽子；知道一些简单的形状，如三角形、圆形等。与此同时，宝宝还知道一些简单的分类，比如瓶子和瓶盖是放在一起的、花瓶和花是放在一起的、娃娃和项链是放在一起的，等等。这些都是宝宝认知能力发展的表现，说明他们开始明白一些物品的用途，并能根据物品的用途来区别理解不同的物品。

家长平时跟宝宝说话时，注意说清楚物品的名称。不忙的时候，可以和宝宝一起玩物品分类的游戏。宝宝刚开始可能不知道从何下手，这时家长就要耐心讲解，先让宝宝分辨出哪些物品是相同的，哪些物品是不同的，并让宝宝将相同的物品放在一块，不同的物品放在另一块，宝宝会很乐意地按照家长说的去做。

1~2岁的宝宝开始对数量有所知晓，他们能分辨出多与少，慢慢能理解1表示一个物体，2、3等数词表示很多个物体。平时在吃饭前，家长可以和宝宝一起摆桌子，一起数碗筷。给宝宝扣纽扣时，一边扣纽扣一边数数。玩糖果和饼干的游戏时，一起数出两块饼干和两个糖果。并使用一些简单的形容数量的词，如“多”、“少”、“很少”、“很多”等。

这个阶段的宝宝已经察觉到空间的关系，他们会将两块积木搭在一块，能够根据积木的形状放进三角形、方形、圆形的空格中。平时，家长可以鼓励宝宝以各种方式体验空间感，让宝宝明白上下左右等一些空间方位词的含义。也可以给宝宝一些容器和填塞物，让宝宝自己装填塞物，宝宝会很开心地炫耀一下自己的“本领”的。

1~2岁的宝宝常常会觉得自己就是世界的中心。他们喜欢获得别人的关注与赞扬，家长的欣赏常常能激励他们做很多事情，尽管结果总是事与愿违，他们也乐此不疲，依然坚持要尝试。这时候，家长需要给予宝宝的不是帮助，而是耐心与宽容。让宝宝在不断的尝试中，渐渐地取得进步和成功吧。

1.不同的声响



成长目标：

让宝宝学会分辨不同的声音。

简单准备：

若干金属勺、木制筷子或塑料筷子、木头盒子、塑料碗、不锈钢碗、瓷杯子或玻璃杯、饼干筒等。

现在开始：

①家长先用金属勺分别在不同的杯、碗上敲打，然后换木制筷子或塑料筷子敲打，让宝宝了解不同的声音。

②家长指导宝宝在这些不同的物品上敲打，让宝宝享受这个游戏的乐趣。

还要知道：

这个“敲敲打打”的游戏既能激起宝宝的兴趣，也能训练宝宝如何分辨不同的声音的能力。宝宝兴趣比较高的时候，可以让宝宝自己玩。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.球球泡澡

成长目标：

促进宝宝触觉的发展，提高宝宝对数量和多少的基本认知能力。



简单准备：

放好适宜温度水的澡缸，塑料球若干。

现在开始：

①将澡缸放好水后，让宝宝先进入澡缸，再把球一个个地放进澡缸中，让宝宝感受澡缸从没有球到有球，渐渐到有很多球的变化过程。

②家长把球丢进澡缸时，可以同时报数，让宝宝对数与量有一个最基本的了解。

还要知道：

游戏的时候家长要注意宝宝的安全，如果宝宝拒绝或者害怕做这个游戏，家长则不要强迫，可以渐渐地引导宝宝用手或脚先进行触碰。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

3.麻布刷身

成长目标：

促进宝宝的触觉发展。

简单准备：

一小块干净的干麻布。

现在开始：

①家长用一小块干净的干麻布轻轻刷宝宝的胸部、手臂、背部和足部。

②家长可以一边做一边给宝宝讲故事，或放一些宝宝爱听的音乐，保持快乐轻松的气氛，使宝宝不至于很紧张。

还要知道：

对反应敏感的宝宝家长不要太用力，要帮助宝宝慢慢地适应，而对反应迟钝的宝宝则可用力些，以活化宝宝神经的触觉感受。家长也可用其他工具，例如电动按摩器等来玩这个游戏，但都要注意力度。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.分水果

成长目标：

让宝宝初步学习将熟悉的物品分类，并加强宝宝对大、小的认识。

简单准备：

苹果、桃子若干，一大一小两个果篮。



现在开始：

①家长在地上一侧堆好一些混在一起的苹果和桃子，另一侧放好一大一小两个果盘，并带宝宝在地毯上坐好。

②家长告诉宝宝把苹果放到大篮子里，把桃子放到小篮子里，然后让宝宝自己做。

还要知道：

家长要观察宝宝，随时准备帮助做错的宝宝。并且家长可以根据宝宝的兴趣来决定反复练习的次数，也可换其他宝宝熟悉的物品来进行分类。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.糖果和饼干

成长目标：

让宝宝学习抓握物品，并学会把一样的物品放在一起。

简单准备：

糖果若干，独立包装的小饼干若干，大盒子两个。

现在开始：

①家长可两手分别拿着糖和饼干，让宝宝用手一一指出哪只手里是糖，哪只手里是饼干。然后家长把糖和饼干混在一起，放在其中一个大盒子中。

②家长向宝宝示范，从装有混在一起的糖和饼干的大盒子中挑出糖放入另一个大盒子中，然后让宝宝自己动手去做，学会把糖和饼干分开。

还要知道：

家长在一旁观察，宝宝做对了，要给予鼓励；宝宝做错了，要给予帮助。在日常生活中也可以进行练习分类，家长可以随时利用日常生活中的机会教宝宝把一样的东西放在一起。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.认识青菜



成长目标：

让宝宝初步感受常见的蔬菜，并能从两种蔬菜里找出青菜。

简单准备：

小白兔吃青菜的图片一张，青菜若干，其他菜若干种。

现在开始：

①家长首先要激发宝宝的兴趣。家长可以先给宝宝看小白兔吃青菜的图片，问宝宝：“宝宝，这里有许多菜，你能找出青菜给妈妈吗?”

②家长观察宝宝是否找对了，如不对，可提示宝宝“上面叶子绿绿的、大大的，下面白白的是青菜”，并鼓励宝宝再去找一找。

还要知道：

青菜及其他菜应事先洗干净晾干后再来玩这个游戏。另外，在日常生活中，家长可有意识地让宝宝观察蔬菜，并告诉宝宝各种蔬菜都很有营养，宝宝要多吃蔬菜才能长得更好。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.调制糖水

成长目标：

让宝宝品尝甜味，发展宝宝的味觉；同时让宝宝观察糖的溶解过程，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

吸管若干，装有水的杯子一个，白砂糖一包。

现在开始：

①家长向宝宝演示做糖水的过程：把糖倒进水里，用吸管轻轻搅拌，慢慢地糖就不见了，糖水也就做好了。



②家长协助宝宝做糖水：让宝宝端好杯子，家长将白砂糖倒入水中，用吸管慢慢地搅拌两下给宝宝看，然后让宝宝自己搅拌，并提醒宝宝看糖是不是消失了。

还要知道：

做糖水前家长可以打开糖包，用吸管醮一点儿糖放入宝宝嘴里，问宝宝甜不甜，再让宝宝喝一口水，让宝宝明白水不甜是因为水里没有糖。杯子里水的温度要适宜，并且水不要倒得太满，以免溢出来。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.辨别形状

成长目标：

教宝宝识别各种颜色和形状。

简单准备：

彩纸若干，剪刀一把。

现在开始：

①家长拿出彩纸，先用红色的纸剪一个正方形，用黄色的纸剪一个三角形，然后告诉宝宝这个是红色的正方形，另一个是黄色的三角形。再用蓝色的纸剪一个圆形，告诉宝宝这是蓝色的圆圈。

②重复几遍，然后问宝宝，哪个是红色的正方形，哪个是蓝色的圆形，哪个是黄色的三角形。

还要知道：

等宝宝熟悉这个游戏后，可以逐渐地增加不同的颜色和形状让宝宝辨认。



爸妈记录

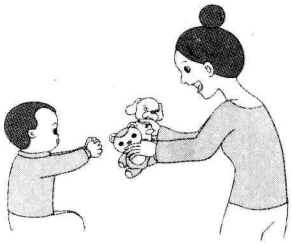
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.你来选择

成长目标：

锻炼宝宝的思考能力。



简单准备：

椅子两把，玩具若干。

现在开始：

①让宝宝和你面对面坐在椅子上，拿出宝宝喜欢的两个玩具，分别描述它们的形状、颜色、用途等，然后让宝宝挑选一个玩具。

②拿出两个玩具进行一番描述，然后让宝宝作出选择。

③现在宝宝的手里有两个玩具，告诉宝宝只能选其中的一个，看宝宝会选择哪一个，并对宝宝的选择大加赞赏。

还要知道：

宝宝喜欢凭自己的感觉作出选择，这样能让他感受到自己的权力，并能培养他的主动性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.找图片

成长目标：

提高宝宝的注意力和思考能力。



简单准备：

一些宝宝熟悉的东西的图片。

现在开始：

①家长从准备好的图片里拿出一张苹果的图片告诉宝宝："这是苹果。"并向宝宝描述一下图片的内容。

②家长拿出一个真正的苹果，放在苹果图片的旁边，让宝宝将图片与实物联系起来。

③家长拿出橘子、香蕉等实物，让宝宝把图片分别放在相对应的实物上。

还要知道：

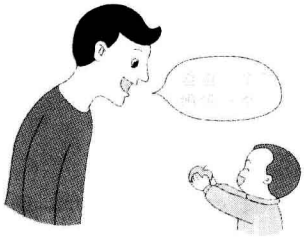
等宝宝熟悉这个游戏后，家长可以把这些图片混在一块，让宝宝按照实物找出与它们对应的图片。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.每人分一个



成长目标：

加强宝宝对几种颜色的认识。

简单准备：

3个红苹果，3个香蕉。

现在开始：

①家长拿出香蕉和苹果，让宝宝认一认，说一说它们的名称和颜色。说对了，别忘了表扬宝宝。

②家长对宝宝说："宝宝来给大家分苹果和香蕉吧。记住，一人一个香蕉和一个苹果哦。"家长可以让宝宝先分苹果，并用语言指导分完苹果后，再分香蕉。

还要知道：

苹果或香蕉的数量最好和参与游戏的人数一致，材料可任意选用。如果宝宝分对了，家长要说声"真棒"，并同宝宝一起开开心心地吃香蕉或苹果。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.哪个是西红柿

成长目标：

让宝宝初步感受西红柿的外形、颜色，并能从两种蔬菜里找出西红柿，提高宝宝的语言能力。

简单准备：

西红柿、红萝卜若干。

现在开始：

①家长拿出西红柿问宝宝这是什么，让宝宝摸一摸、闻一闻，观察并感受它的外形与颜色，然后告诉宝宝这是西红柿，它红红的、圆圆的，摸起来滑滑的，它既可以生吃，也可用来烧菜吃。

②家长将西红柿和红萝卜混在一起，让宝宝把西红柿找出来。观察宝宝是否拿对了，如果不对，可提示宝宝："西红柿是圆圆的、红红的、滑滑的，还有点儿软。"让宝宝继续找一找。



还要知道：

在游戏前家长应将西红柿和红萝卜洗干净，所选择的西红柿，最好是比较熟的，红红的，外表光滑；所选择的萝卜，最好是长圆形的，让宝宝好区分。宝宝做玩游戏后，可以将西红柿切成小片给宝宝吃，以作奖励。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.大帽子与小帽子

成长目标：

让宝宝明确大与小的概念，学习基本的生活常识，培养宝宝的观察能力，发展宝宝的语言能力。



简单准备：

两顶帽子（一个妈妈的大帽子，一个宝宝的小帽子）。

现在开始：

①家长拿出准备好的两顶帽子，举起大的帽子说："这是大帽子。"举起小的帽子说："这是小帽子。"

②给宝宝玩个小魔术：家长一只手拿着大帽子，一只手拿着小帽子，然后说"变变变"，把手放到背后将小帽子套进大帽子里，然后伸出手来，小帽子就不见了。再让宝宝看看，原来小帽子躲在大帽子里。

②家长把大帽子戴到宝宝头上，宝宝的眼睛被遮住了；家长把小帽子戴在自己头上，结果小帽子只是盖住了一点头发。

还要知道：

家长可以用两件一大一小的衣服来做这个游戏，方法大体相同。通过多次游戏宝宝渐渐地明白大与小的概念。游戏时，家长要边说边做动作，这样可以促进宝宝的语言能力发展。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.它们都是圆的

成长目标：

加深宝宝对“圆形”的认识与理解，并能说出“圆”这个字。

简单准备：

西瓜、乒乓球、圆形镜子、圆形瓶盖、跳棋子若干。

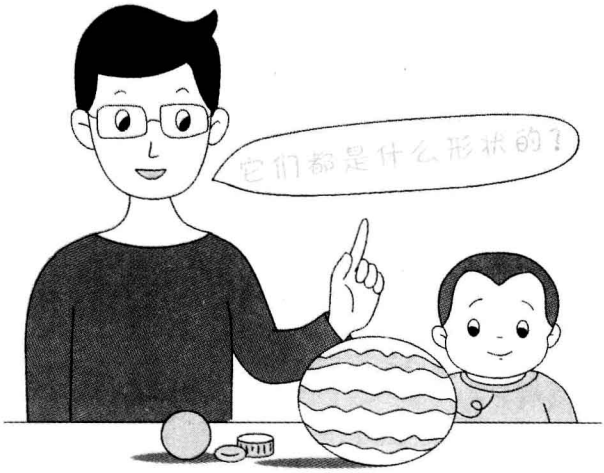
现在开始：

①家长先一一给宝宝看西瓜、乒乓球、圆形镜子、圆形瓶盖、跳棋子这些圆形物品，并告诉宝宝它们都是圆形的。同时可以配合语言，每指一样物品家长就说“圆圆的西瓜”“圆圆的镜子”“圆圆的瓶盖”等。

②介绍完后，家长可以反过来问宝宝说：“这些东西都是什么形状的?”并引导宝宝回答“圆形的”。接着让宝宝想想家里还有哪些物品是圆形的，比如碗、盘子等。

还要知道：

这个游戏可以在日常生活中随时进行，家长要耐心引导宝宝说出家中常见的圆形物体，或者带着宝宝去购物，每看到一个圆形物体，就告诉宝宝这是圆形的。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.谁的多

成长目标：

使宝宝能理解多和少的概念，锻炼宝宝的判断力以及分辨能力。



简单准备：

围棋一副，棋盘一个。

现在开始：

①爸爸和宝宝围着棋盘坐下，爸爸先让宝宝挑一种颜色的棋子，宝宝挑好后，妈妈喊“开始”。爸爸和宝宝各自拿着自己的棋子，将棋子排列到棋盘上，看看在规定的时间内，是爸爸排得多，还是宝宝排得多。

②游戏结束时，家长和宝宝一起将棋子放回盒子里。放一个，家长就教宝宝说“1个”，再放一个，就再说“两个”，以此类推。

还要知道：

游戏可反复进行，家长也可以将棋子堆在一起，拿起一个棋子，再让宝宝看看剩下的那些棋子，让他理解“1”和“多”的不同。等宝宝再大些的时候，家长还可以用棋子教宝宝数数。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.猜猜看



成长目标：

锻炼宝宝的思考能力、想象力。

简单准备：

活页笔记本，图片，剪刀，胶水。

现在开始：

①家长先买一本活页笔记本，每隔一页，贴上宝宝熟悉的图片。（图片贴在右手页）

②在没贴图片的左手页，家长可以把它剪成一根根横条，让横条盖住右手页的图片。

③和宝宝一起看书，每次翻过去一根横条，随着横条一根根翻过去，图片也渐渐显露出来，到差不多的时候，家长让宝宝猜猜图片的内容是什么。

还要知道：

家长可以根据宝宝的情况逐渐增加图片的难度，也可以在未贴图的左手页上画几个图形，再剪去这个图形（镂空）。这样，左手页盖住右手页的时候，宝宝就看不到图的全貌了，然后让宝宝猜猜图片上的内容。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.小算盘

成长目标：

训练宝宝手指的灵活性，提高宝宝的观察能力、动手能力以及认知能力，让宝宝初步认识算盘的基本构架。

简单准备：

一个小算盘。

现在开始：

①家长拿出小算盘，让宝宝先仔细地观察它的外形，再告诉宝宝它叫小算盘，是可以用来算数的工具。然后教宝宝《小算盘》的儿歌："小小算盘长又方，四周边长叫做框；中间横着一根梁，杆杆竖立叫做档；一档一档排成行，算珠分为上和下。"并指出哪个是框，哪个是梁，哪个是档，哪个是算珠。



②宝宝对小算盘有个大概的印象后，让宝宝把算盘珠子从上边推到下边，再从下边推到上边，左右手交替练习。

还要知道：

宝宝再大些的时候，家长可以用算盘珠子教宝宝学数数，建立宝宝对数的基本概念，再慢慢教宝宝简单的加减法。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

1~2岁宝宝的情绪与社会性发展

婴儿时期是宝宝的依附性社会行为阶段，这时候他们会很黏人。但随着宝宝的成长，到了1~2岁的时候，他们已经渐渐地从依附关系发展到喜欢探索周围的环境，也开始有了“属于自己”的概念。对于这个年龄段的宝宝来说，情绪对他们的身心发展产生很大的影响。心情愉悦的时候，宝宝食欲旺、睡得好，也乖巧听话，惹人喜爱；心情不好的时候，他们就爱发脾气，特别是当他们不知道怎么用语言来表达自己需求的时候，他们就会以哭闹的方式来解决问题。这可能会给家长带来许多麻烦，闹得妈妈一整天都不得安宁。这个时候，家长就需要一字、一词、一句地来引导宝宝的语言。这是宝宝最重要的社会行为发展启蒙。

宝宝在1~2岁的时候，能听懂大人一些简单的话，并会按照大人的话来做动作。更可爱的是，宝宝如果碰到有人哭或者受到伤害，也会表现出一种安慰人的态度。到了18个月后，宝宝逐渐地能够体会到身边人的感受，会同情身边哭泣的人。比如，当宝宝看到妈妈流泪时，他便会给妈妈一个小小的拥抱。这可能只是一种适应，正如皮亚杰所说：“个体的每一个心理反应，不管是指向于外部的动作，还是内化了的思维动作，都是一种适应。”但显然，宝宝已经在成长进步了。当然，也不是所有的宝宝都会产生类似的反应，有的宝宝可能看见大人哭，自己也哇哇地大哭起来。

平时宝宝与人互动大都是通过模仿而来的。这其中宝宝先天的特质也有一定的影响。他们尤其爱模仿身边人的动作和表情，甚至喜欢观察别人在做什么、为什么会笑。特别是爸爸妈妈，宝宝更乐于模仿。因为宝宝心里会觉得，家长就是自己成长的榜样和学习对象。比如，爸爸如果在午睡时打呼噜，宝宝

听到了，便会很积极地跟着一起“打呼噜”，类似这样的模仿，经常会逗得大家大笑。

另外，宝宝在这个阶段，由于语言表达能力不足，很容易受挫，可能会随时随地通过哭来宣泄自己的情感。而且，由于两岁前的宝宝大脑皮层的兴奋过程占优势，兴奋中心扩散，他们的情绪极不稳定，破涕为笑是常有的事。所以在宝宝哭闹时，家长可以敲敲小碗转移宝宝的注意力，可以带宝宝去喂小鸟，可以和宝宝一起制作小礼物，或者给宝宝讲讲“小兔子乖乖”的故事，玩着玩着，宝宝就会笑起来了。

平时，家长要注意多用愉快的口吻和宝宝进行交流，多体贴、爱抚宝宝，让宝宝感到有人在保护他。他觉得有安全感后，心里就会踏实，情绪自然稳定。同时，家长也要用乐观的态度去感染宝宝，尽量不要在宝宝面前流泪。如果看见别的宝宝哭闹，家长最好把宝宝抱开，因为这个阶段的宝宝最爱模仿别人的行为。

家长或照顾者是宝宝社会行为发展学习模仿的启蒙者，如果家长的教养态度是温和、有礼貌的，宝宝就会依其模式发展，反之则会模仿负面态度，甚至照单全收。所以，家长在平时要注意自己的言谈举止。

另外，尽量让宝宝了解外面的世界，不要把宝宝局限在一个狭小的生活空间，或者长期关在家里，足不出户，这样宝宝的社会行为发展就会缺少多元性的刺激，会引起宝宝对陌生环境的恐惧与不安，对陌生人更是产生排斥。平时，家长可以带宝宝去公园逛逛，或者带宝宝到亲友家坐坐，让宝宝多接触家庭以外的生活。

总的来说，1~2 岁的宝宝还处在似懂非懂的阶段，家长可以通过肢体和语言的表达让宝宝了解社会的一切，并以耐心和爱心循序渐进地引导宝宝，让宝宝从各种生活体验中关注社会、了解社会。同时，家长也别忘了多鼓励宝宝、拥抱宝宝，这些是宝宝成长中最不可缺少的精神食粮，也是宝宝生命动力的来源。

1.难走的路



成长目标：

让宝宝慢慢学会“发现困难”并“克服困难”，增强宝宝的自信心与成就感。

简单准备：

胶带纸，小玩具若干。

现在开始：

①家长在地板上放一段胶带纸，有黏性的一面朝上，并在胶带纸上放一些宝宝喜欢的小玩具。

②家长扶着宝宝的手，让宝宝在胶带纸上走，并引导宝宝把玩具拿起来。这时，宝宝会发现，把玩具扯下来并不容易，而且想要在胶带纸上走稳，他得尽可能地抬高腿。

还要知道：

当宝宝把玩具全部扯下来后，他会觉得很有成就感。但有的宝宝在这个过程中可能会着急地哭起来，甚至想要放弃。所以，家长要不断地鼓励宝宝：“宝宝，真棒，加油，就快到终点了！”

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

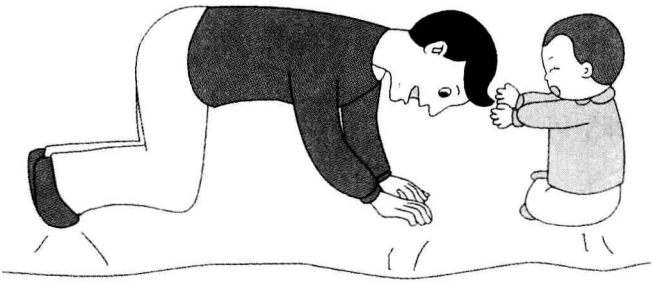
2.一起来顶牛

成长目标：

锻炼宝宝的触觉，激发宝宝的愉悦情绪，增强宝宝的注意力，增进亲子感情。

简单准备：

安静的环境。



现在开始：

①爸爸和宝宝趴在地上，做爬状。爸爸将头慢慢伸向宝宝，用额头顶着宝宝的额头，轻轻地用点力，同时说儿歌：“爬呀爬，爬呀爬；爸爸爬，我也爬；大头顶小头，小头顶大头；哞，哞，我们来顶牛，看谁力气大如牛。”这样顶一下，再轻轻地扭动脑袋，宝宝就会觉得很有趣。

②爸爸可以装作故意输的样子，让妈妈也来和宝宝顶牛。多玩几次，宝宝就会主动地将头靠近你了。

还要知道：

这样的游戏家长和宝宝每天都可以玩上几次，既能为宝宝提供快乐有趣的环境，积累感性经验，满足宝宝探索外部世界的需求，又能加强亲子情感，发展宝宝良好的注意能力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.喂鸟



成长目标：

让宝宝体会到帮助弱小者的乐趣，锻炼宝宝的自立能力。

简单准备：

面包屑或饼干，有关小鸟的图画书。

现在开始：

①收集一些面包屑或剩饼干，把它们装在一个盒子里。带宝宝到公园有鸟的地方，指着树上的小鸟问宝宝那是什么，如果宝宝回答不出来，就告诉宝宝，并对宝宝说："宝宝，你看那些小鸟多可爱，我们把饼干喂给它们吃好不好?"宝宝会很乐意去做的。

②拿出随身携带的有关鸟的图画书，和宝宝一起在图画书中找找刚刚看到的小鸟，并把小鸟的名字和图片指给宝宝看，使宝宝进一步了解和认识它们。

还要知道：

家长千万不要帮助宝宝给小鸟喂食，应让他独立完成，这样宝宝才能体会到更多的乐趣。刚开始，宝宝可能会有些害怕，他可能会把面包屑或剩饼干扔到地上就跑开。家长可以引导宝宝在近处观看小鸟吃食，宝宝会学着大人的样子去做，慢慢地胆子就大了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.刷牙

成长目标：

培养宝宝的自理能力以及成就感。

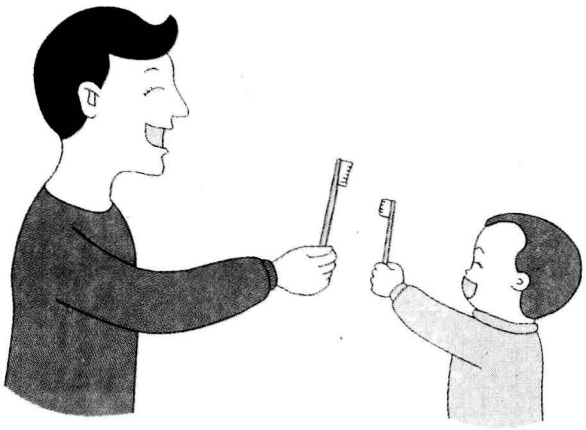
简单准备：

两支牙刷，牙膏。

现在开始：

①给宝宝一支牙刷，先不挤上牙膏，家长拿着另外一支牙刷，和宝宝面对面。

②家长教宝宝唱《我会刷牙》的儿歌：“小牙刷，手中拿，张开我的小嘴巴。上面牙齿往下刷，下面牙齿往上刷，左刷刷、右刷刷，里里外外都刷刷。早晨刷、晚上刷，刷得干净没蛀牙。刷完牙齿笑哈哈。”同时做动作给宝宝示范如何刷牙，鼓励宝宝跟着做。



还要知道：

刷牙应用温水，这样可以大大减少冷和热的刺激，从而保护牙齿，减少牙病的发生。当宝宝逐步养成每天早晚刷两次牙的习惯后，家长可让宝宝尝试用牙膏刷牙。注意用牙膏刷牙时，要检查宝宝的刷牙方法是否正确，刷完牙后要用水漱清口中的牙膏沫。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.小狗遇难记



成长目标：

锻炼宝宝解决问题的能力，培养宝宝的同情心，鼓励宝宝在别人需要帮助的时候伸出援助之手，并从中获得快乐与满足。

简单准备：

玩具小狗一只，水盆一个。

现在开始：

①家长先给宝宝一只玩具小狗，让宝宝抱一抱它、亲一亲它，并告诉宝宝："它是你的好朋友。"

②家长拿来一盆水，装作不小心把玩具小狗掉在了水盆里，说："小狗掉在水盆里了该怎么办啊？天这么冷，小狗会冻僵的，我们是不是要把它'救'上来啊？"家长帮助宝宝把玩具小狗"救"上来，用干毛巾把玩具小狗擦干并包起来。然后告诉宝宝："现在你的好朋友不冷了。"

还要知道：

每次玩具小狗得到帮助后，家长可模仿小狗的叫声说："汪！汪！汪！谢谢宝宝！"游戏还可变换中间情节再来一次。宝宝再大一些后，家长可以设置更复杂一些的故事情节，并鼓励宝宝想出更多的方法来解决问题。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

6.果皮扔到哪里



成长目标：

教宝宝垃圾要扔到垃圾篓或垃圾桶里，让宝宝养成讲卫生的好习惯，培养宝宝的观察能力。

简单准备：

果皮、果核、垃圾篓。

现在开始：

①家长将削下来的果皮放在桌子上，问宝宝这些果皮应该扔到哪里，并引导宝宝将果皮以及吃剩下的果核扔进垃圾篓里。

②家长出示一个小朋友随便扔垃圾的图片，让宝宝观察，说一说图片里哪些小朋友的做法是错误的，哪些小朋友的做法是正确的。并教宝宝儿歌："果皮箱，张大嘴，果皮纸屑丢箱内，从小养成好习惯，环境清洁行为美。"

还要知道：

宝宝再大些的时候，家长可以找一些大图，以故事的形式讲解，请宝宝来当一下小侦探，让他帮忙找出随便扔垃圾的人。在日常生活中，家长也要给宝宝树立良好的榜样，不乱扔果皮、纸屑等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.自制礼物



成长目标：

提高宝宝的社交能力，加强宝宝与家人的感情。

简单准备：

卡通贴画、卡片纸、笔。

现在开始：

①家长先在一张卡片纸上写几个字，并告诉宝宝这些字的含义。

②拿出准备好的宝宝平时喜欢的卡通贴画，让宝宝自由地在写好的字的旁边贴上一些贴画。家长可以先给宝宝做示范，完成后，把礼物送给爷爷或其他家长和朋友。

还要知道：

宝宝都非常喜欢贴画。过年时，家长可以让宝宝为亲朋好友准备一点自制的小礼物，可以用来送给大人，也可以用来送给小朋友。并且告诉宝宝礼物不一定要很贵重，表达心意就可以。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.小兔子乖乖



成长目标：

加强宝宝的安全教育和警觉性，提高宝宝的分析辨别能力。

简单准备：

适宜的场地。小兔子和兔妈妈、大灰狼的头饰，“小兔子乖乖”图片。

现在开始：

①教宝宝儿歌：“小兔子乖乖，把门儿开开，快点开开，妈妈要进来。不开，不开，我不开，妈妈没回来，谁来也不开。”并出示“小兔子乖乖”的图片，给宝宝讲讲《小兔子乖乖》的故事。

②宝宝扮演小兔子，妈妈扮演兔妈妈去外边采蘑菇。爸爸扮演大灰狼，捏着嗓子喊：“小宝贝，我是妈妈，快把门开开。”按儿歌的内容继续下去。

还要知道：

家长要通过游戏让宝宝明白什么是陌生人。平时在生活中也要加强这方面的安全教育。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.哈气暖手

成长目标：

让宝宝在得到别人帮助的时候，学会用同样的方式去帮助别人。有助于宝宝了解别人的需求，培养宝宝的同情心与爱心，增加亲子间的情感。

简单准备：

在冬天天气寒冷的时候。



现在开始：

①家长先把双手合在一块，围成一个圈，对宝宝说："下雪了，天冷了，小房子，暖烘烘，小朋友，快进来。（引导宝宝把小手伸进妈妈双手围成的圈中）哈哈哈，热乎乎。（妈妈握着宝宝的小手，并对着宝宝的小手哈热气）你也暖，我也暖，大家都暖和。"

②互换角色，让宝宝为妈妈哈气暖手。一轮游戏结束后，被暖手的人要说："谢谢你，小房子。"

还要知道：

家长也可以和宝宝搓热双手，互相暖暖脸蛋、暖暖耳朵，在寒冷的冬天做这样的游戏也有助于宝宝感到亲情的温暖，加深宝宝对爱的体会。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.宝宝捡球

成长目标：

锻炼宝宝自己解决问题的能力，培养宝宝的耐心和自理能力。

简单准备：

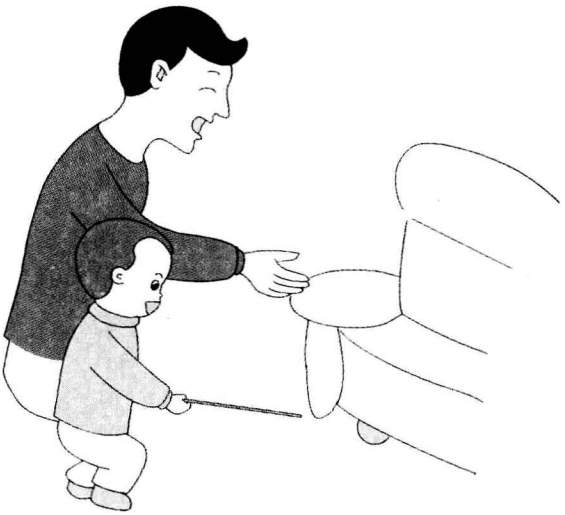
小球、沙发、小木棒。

现在开始：

①家长拿出一个小球，故意把小球滚到沙发下或者冰箱底下，问宝宝小球滚到哪里去了。

②家长和宝宝一起找到球的位置或者让宝宝自己找。宝宝发现球在沙发下或冰箱底下后，鼓励宝宝自己想办法把球拿出来。

③宝宝可能会伸手去够球，但不一定能够着，这时家长可以提供给宝宝一根小木棒。如果宝宝尝试多次还是够不着球，家长可以给宝宝做示范，再让宝宝自己把球弄出来。



还要知道：

宝宝把球滚到沙发底下时，家长应鼓励宝宝自己去解决。总有一天，宝宝会知道怎样把小球拨出来的。另外，小木棒用完要拿走，以免伤着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.认出自己



成长目标：

提高宝宝的观察能力，让宝宝有更多的机会来充分认识自己，并把自己与别人区别开来，培养宝宝的独立性。

简单准备：

宝宝的生活照，宝宝平时爱穿的衣服。

现在开始：

①给宝宝进行不同的装扮，然后把宝宝带到镜子前面，让宝宝做出各种姿势和表情，看看宝宝能否准确地认出自己。

②拿出宝宝平日和家人或者单独的生活照，把照片混合在一起，跟宝宝一起欣赏这些照片，要宝宝找找看，看能否找到自己在哪里，或者指着宝宝的照片问宝宝这是谁。

还要知道：

从一岁半左右开始，宝宝的个性就已经比较明显了，这个阶段的宝宝越来越明白自己是一个独立的个体，能从镜中或照片中认识自己。如果宝宝还不能很好地认出自己，家长可以陪宝宝多做练习。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12. “别踩我”

成长目标：

让宝宝知道植物也是有生命的，培养宝宝对弱小生命的同情心和爱护之情。

简单准备：

周末带宝宝到户外有草的地方，硬纸板、笔。

现在开始：

①周末家长可以带宝宝到户外去观察小草，告诉宝宝这些小草都是有生命的，但是它们很弱小。如果我们把它们拔起来，它们可能会很快死去，被别人不小心踩到，也可能会受伤等，然后告诉宝宝我们不能践踏草坪，要爱护它们。

②看到有些草折断了或者枯萎了，家长可以告诉宝宝：“小草受伤了，它们会很疼很痛的，也会很可怜。我们应该为小草做些什么呢?”这时候，家长可以和宝宝用一块硬纸板做成一个告示牌，在上面写上“别踩我，我怕痛怕脏”，让宝宝明白爱护花草，人人有责。



还要知道：

家长在描述小草的时候尽量把它们拟人化，平时家长也可以和宝宝在家里种一些花草来观察。还可以给小花小草取名为“花花”“青青”，告诉宝宝它们会长高，长得更漂亮的。然后让宝宝每天都花一点儿时间来看看它们，给它们浇点儿水。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.宝宝真能干



成长目标：

帮助宝宝建立最初的统筹观念，学会“三思而后行”。

简单准备：

洗澡前要准备的东西。

现在开始：

①家长在洗澡前，可以让宝宝帮忙拿东西。比如洗澡要用的沐浴露、毛巾、梳子、衣服、拖鞋等，宝宝可能一次只拿一样东西。这时，妈妈可以提醒宝宝还要拿什么，并告诉宝宝可以一次拿两样东西。

②拿拖鞋和衣服时，妈妈可以问宝宝：“宝宝，拖鞋在哪里?”“在房间。”“衣服在哪里?”“在房间。”“那宝宝帮妈妈把拖鞋和衣服都拿过来好不好?”练习几次之后，妈妈一说要用的东西，宝宝就会知道怎么分配每次要取物品的数量了。

还要知道：

这种练习可以让宝宝明白做事前应先思考判断，计划好行动的步骤，这对宝宝来说将终生受益。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

14.宝宝让路

成长目标：

学习理解动词：跳、蹚、爬，培养宝宝谦让的良好品德。

简单准备：

适宜的空间，宝宝喜欢的小玩具，粉笔，小拐杖，《小熊让路》图片。

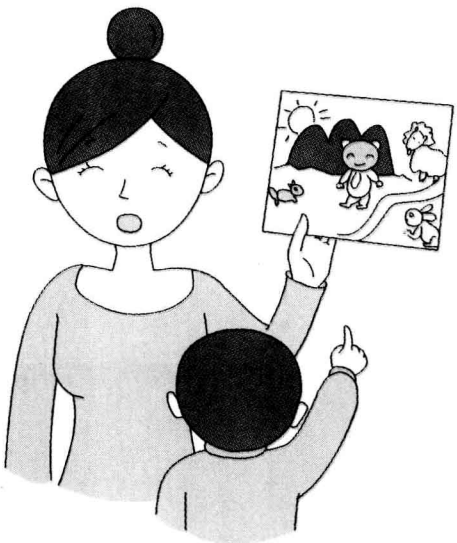
现在开始：

①家长构造一个虚拟场景，先在地板上用粉笔画两条平行线当做一条小路，让宝宝在小路上玩他喜欢的小玩具。妈妈扮作一个老奶奶，拄着拐杖向宝宝走来。路比较窄，怎么办呢？看宝宝会不会拾起玩具站在“路”旁给“老奶奶”让路。如果宝宝不会，家长要引导宝宝怎么做。

②家长出示《小熊让路》的图片，让宝宝仔细观察图片，问他上面都有哪些小动物，然后讲述童话故事《小熊让路》，讲完后问问宝宝是否喜欢故事里的小熊。

还要知道：

讲故事的时候，家长可以不断地向宝宝提问，比如：“如果你是小熊你会怎



么做呢？”“你喜欢故事里的大狮子吗？为什么？”这类游戏能培养宝宝的自控感，帮助他理解人们是怎样互相影响的。

附：《小熊让路》

小熊长得胖胖的，力气很大很大。

小熊在路上走，前面来了小兔。它站在路中间，大声说：“小东西，快给我让路！”

小兔怕小熊，只好从路旁的草丛中爬了过去。

不一会儿，小羊从前面走来。

小熊又往路中间一站：“小家伙，快给我让路！”

小羊害怕了，它一声不响地从路边的水沟中蹚了过去。

小猴呢，它更害怕小熊，很远就爬到了路旁的小树上。

小熊很得意：“哼，我的力气大，谁都怕我！”

小兔、小羊和小猴，一起去找大狮子，请大狮子来治治小熊。

大狮子笑了笑，点了点头。

大狮子走在前面，小兔、小羊和小猴跟在后面。

小熊看见大狮子走过来.心想：这可不得了，我得赶快让路，它站在小路旁，请大狮子先走。

大狮子走到小熊跟前，站在路边说：“小熊，你先过去吧！”

小兔、小羊和小猴听了，都愣住了：大狮子也怕小熊啊！

小熊低着头，不好意思地从大狮子身边走了过去……

打这以后，小熊看见小兔、小羊、小猴来了，马上站在路旁，让它们先过。

这下，小兔、小羊、小猴明白了，大家都说：“大狮子真有办法，小熊变得有礼貌啦！”

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.全副武装



成长目标：

培养宝宝的自信心，发展宝宝的想象力。

简单准备：

大箱子、帽子、鞋子、墨镜、玩具手机、玩具相机等。

现在开始：

①家长在大箱子里放入帽子、大鞋子、墨镜、玩具手机、玩具相机等，然后让宝宝自己去捣鼓这些东西。如果宝宝不知道怎么玩，家长可以拿起帽子戴在自己的头上说“这是一顶滑稽的魔术帽”，吸引他开始投入游戏。

②宝宝将自己全副武装后，家长也可以用箱子里的物品打造出一个滑稽的造型。宝宝看着家长滑稽的样子会非常开心的。这时候再来张合影，把这个快乐的时刻留存下来。

还要知道：

这个年龄段的宝宝有一种装扮的技能，家长只需要给他们提供材料，就可以让他们在刚刚萌芽的创造活动中体会游戏的乐趣。家长还可以用篮子里的东西编一个故事讲述给宝宝听，促进宝宝想象力的发展。

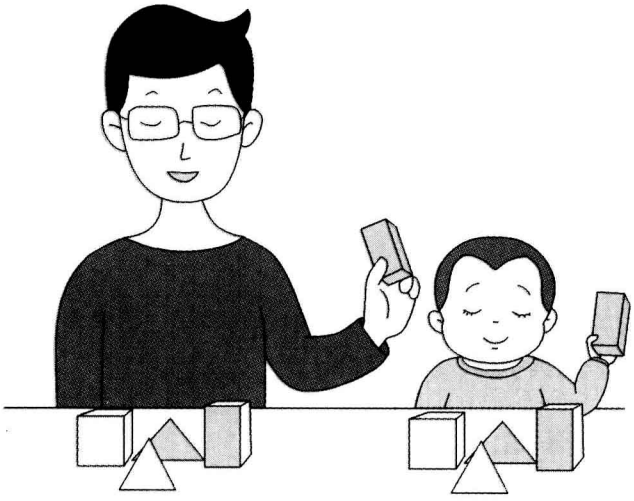
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

16.考考默契



成长目标：

锻炼宝宝手指的灵活性，培养宝宝的专注力、耐心以及与家长之间的默契感，增加宝宝的成就感。

简单准备：

形状、大小不等的积木若干。

现在开始：

①家长将积木分成两组，家长一组，宝宝一组，每组中都有相同大小及相同形状的积木，并且每组积木的数量相等。

②家长和宝宝都闭上眼睛各自选取一块积木，握在手里。

③由宝宝发号施令：“一、二、三，睁开眼睛！”家长和宝宝都睁开眼睛，看看各自拿的积木是否相同。如果拿的是相同的积木，就把积木放在一边；如果不是，继续游戏。

还要知道：

这个游戏也可以不用分组，直接将积木堆在一块，然后家长和宝宝闭上眼睛，各自从里面挑出一块，看看两个人拿的积木是否相同。积木的大小可根据宝宝的情况而定，数量也不宜过多。为了增加游戏的趣味性，家长可以准备些水果或零食用来奖励宝宝，以提高宝宝的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

1~2岁宝宝的艺术潜能发展

如果你给一岁前的宝宝一支笔，他可能拿起来就往嘴里送，或画到自己手上脸上。但如果你给一岁后的宝宝一支笔，他可能就会拿着它舞动，或者用来敲打东西了。如果这时候家长再提供给宝宝一些画具，他们就会在纸上信手涂鸦了。这与这个阶段宝宝各项能力的发展有关。

宝宝所涂鸦的画完全是抽象的，在他们眼中，这似乎是和以前的游戏不同的一个新“游戏”。家长某天会意外地发现，宝宝会抓着笔到处点点画画，那些纷乱的线条和色彩对宝宝来说有趣极了。随着宝宝手眼协调能力的发展以及精细动作的提高，在家长的引导下，某一天宝宝可能会画出五角星。“涂鸦”作为宝宝认识自己、认识世界的重要方式，家长应该遵照宝宝的特点和意愿尽早开展。如果宝宝对画画厌烦了，家长可以试试印画、树贴画、刷画等游戏。可以在图画纸上印上手印和脚印后，让宝宝把颜料抹在树叶、胡萝卜根部或花瓣上来做有趣的印章。

平时，家长也可以在家里多准备一些绘画的工具和材料，让宝宝随时随地都能动手画画。每隔一段时间，家长可以选择一两件宝宝最喜欢的作品保留下来。可以将宝宝的绘画作品拍下来，统一收藏在电脑里，并给每张照片加些注解，比如标上姓名、地点、日期等。这将给宝宝留下一份美好的回忆。另外，当孩子作画时，家长无论多忙都应花点儿时间陪伴宝宝，这不仅仅是因为安全需要，更是加强亲子情感的需要。每次做完游戏后告诉宝宝，无论用什么工具，画完都应将东西归回原处，并马上洗手。

1~2岁的宝宝不但有对绘画的小冲动，还有对音乐的兴奋感，以及对其他一些艺术的小兴趣。这个时期的宝宝也许唱不准音，发不准调，但他们对鲜明

突出的节奏、音响、律动有着浓厚的兴趣，对新鲜的事物时时充满了好奇。在开展艺术类领域的游戏时，家长可结合内容设置一定的情境和一些有趣的环节来吸引宝宝。比如，在不同的背景下播放不同的音乐，让宝宝体会不同的感受。下雨的时候播放《小雨点》，睡觉的时候播放《摇篮曲》，让宝宝充分感受艺术所传递的不同内涵；当宝宝在画纸上舞动小脚丫的时候，家长也可以播放一些轻松的音乐去配合宝宝的动作。在闲暇的时候，家长可以和宝宝一起听各种各样的音乐，让宝宝试着感知节奏的“快”和“慢”，让宝宝更好地融入到音乐世界中。

许多妈妈都想把自己的宝宝培养成会唱会跳的音乐能手。其实，生活中就有许多可以信手拈来的音乐工具和材料，比如小盘子，家长可以让宝宝拿着筷子自由地敲击它，充分感受玩盘子的快乐。在做游戏的过程中，家长还可以伴唱儿歌或歌曲，这样宝宝的音乐智商也能在不知不觉中培养起来。

1~2 岁宝宝的早教很关键，在培养宝宝的艺术潜能方面，家长要注意培养宝宝对审美要素的感受力。平时可以带宝宝到大自然中去，让宝宝充分感受现实生活中的色彩、线条、节奏、韵律等美的要素。生动活泼的审美源泉，将有利于激发宝宝内在的艺术潜能。

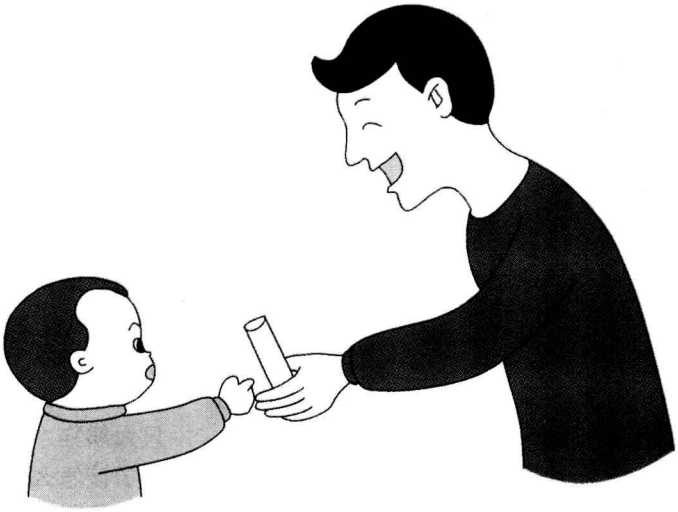
1.卷筒游戏

成长目标：

培养宝宝对音乐的感悟力以及宝宝的创造力，提高宝宝的动手能力以及手眼协调能力。

简单准备：

宝宝喜欢的音乐，卷纸筒。



现在开始：

①播放宝宝喜欢的音乐，家长拿着卷纸筒当麦克风使用，随着音乐的节奏，唱一首宝宝熟悉的歌。也可以对着卷纸筒宣布："下面由我为宝宝演唱一首歌曲。"

②唱完后，把麦克风给宝宝，鼓励宝宝随着音乐的节奏哼唱出声音。

还要知道：

家长唱歌的时候不要像成人那样唱歌，而要模仿宝宝发出一些声音，或故意夸大声调，做出一些夸张的动作，以此来增加游戏的趣味性。还可以用两个卷筒做望远镜，不断地启发宝宝的创意思维，让宝宝明白原来一样东西可以玩出那么多花样。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.彩色粘贴



成长目标：

提高宝宝的动手能力以及对颜色的认知能力，激发宝宝的创造力和想象力。

简单准备：

用彩纸揉好的各种颜色的小纸球若干，胶棒，厚纸板两张。

现在开始：

①家长拿出小纸球，让宝宝看看怎样把球粘贴在身体的各个部位。

②家长拿出两张厚纸板，纸板的颜色最好和小纸球颜色不相同。把一个球贴到红色的纸片上，引导宝宝也这么做。在另一种颜色的纸上再做一遍。

还要知道：

可以让宝宝充分发挥自己的想象力，将纸球任意贴在纸板上；家长也可以画一些简单的图，让宝宝用纸球进行装饰。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.添画竹叶



成长目标：

让宝宝认识大熊猫，了解大熊猫的有关知识，培养宝宝绘画的兴趣。

简单准备：

大熊猫图片，画有竹枝的图画纸，绿色水笔，字卡“熊猫”。

现在开始：

①家长拿出图片，告诉宝宝这是一只大熊猫，它最喜欢吃竹叶了。现在它饿了该怎么办呢？家长再出示画有竹枝的图画纸，和宝宝一起来添画竹叶。

②家长教宝宝给竹枝添上竹叶。画完后要对宝宝的作品给予肯定，让宝宝体会到成就感。

还要知道：

家长也可以带宝宝到动物园去观赏熊猫，看看大熊猫是怎样吃竹叶的，让宝宝从小就懂得珍爱自然，珍爱动物。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.如果感到幸福

成长目标：

培养宝宝丰富的乐感和节奏感，让宝宝更好地了解自己身体的各个部位。

简单准备：

儿童歌谣《如果感到幸福》。

现在开始：

①家长试着边唱这首歌边和宝宝进行一些活动，比如唱到“如果感到幸福你就拍拍手”，就做拍手的动作；唱到“如果感到幸福你就跺跺脚”，就做跺脚的动作；唱到“如果感到幸福你就伸伸腰”，就做伸腰的动作，以此类推。

②家长也可以用这首歌来表达感觉，并和宝宝一起做动作：“如果你悲伤，像我一样哭；如果你快乐，大声笑个够。”



还要知道：

平时家长可以按照儿歌的节奏与规律，改编儿歌。也可以带着宝宝在镜子前做动作，用语言和动作感染宝宝。唱到最后还可以挠宝宝的腋窝或腰，以增加游戏的趣味性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.指纹画



成长目标：

激发宝宝的兴趣，培养宝宝的动手能力，让宝宝学会用指纹拼摆成各种有趣的图形。

简单准备：

蜻蜓图片，颜料、水彩笔、图画纸、纸巾等。

现在开始：

①家长引导宝宝用手指蘸上颜料，然后印在白纸上，再用水彩笔勾勒成各类造型。例如画指纹小猫，一个小指指纹当猫头，一个大拇指指纹当猫的身子，再用水彩笔添画上猫耳朵、眼睛、胡须，一只爱睡的小猫就跃然纸上了。

②家长还可以教宝宝画指纹蜻蜓。先出示一张蜻蜓的图片，告诉宝宝这是蜻蜓，然后照着图片，用无名指沾点颜料印在图画纸上，做一双对称的翅膀，再用水彩笔勾勒出蜻蜓的造型。

还要知道：

指纹是人的特殊记号，那些奇奇怪怪的纹路会让宝宝非常兴奋。既然开心，就让宝宝尽情地玩指纹吧。印的时候要注意，使用同一只手指的不同部位，可以按出不同大小的指纹，不同手指印出来的指纹的大小也是有区别的，所以印的时候要考虑用哪个手指或哪个手指的哪个部位，换颜色的时候要先用纸巾把刚才手指上的颜色擦干净。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.有趣的刷画



成长目标：

培养宝宝的动手能力，激发宝宝的想象力以及内在的艺术潜能。

简单准备：

牙刷一把，颜料，动物剪纸若干，图画纸若干，小沙网一个。

现在开始：

①把沙网放在纸上，家长引导宝宝用牙刷蘸颜料在沙网上来回刷。拿掉沙网，图画纸上就会出现相应的颜色点。

②将动物剪纸放在图画纸上，再蘸不同的颜料在沙网上刷。将剪纸拿开，图画纸上就会显示相应的动物图案。

还要知道：

为了增加游戏的趣味性，家长也可以让宝宝自己剪出图样，自己刷画，宝宝会非常乐意享受这个过程的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.树叶贴画

成长目标：

开发宝宝的想象力，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

各种树叶，胶水，儿童剪刀一把，彩笔，白纸若干。

现在开始：

①家长将收集到的树叶洗净、吹干、压平。再用树叶贴好一种动物的形状，如小鸡，让宝宝模仿。

②让宝宝用树叶粘贴出其他形状的小动物，并适当添画背景。

还要知道：

宝宝的想象力越早开发效果就会越好。游戏的过程中家长要和宝宝在一起，不要让宝宝单独一个人玩，以免发生意外。也可以用其他东西来代替树叶，如彩色的便利贴纸等。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.圆圆的饼干



成长目标：

训练宝宝听儿歌做动作的准确性，培养宝宝的观察能力，激发宝宝的想象力。

简单准备：

圆形饼干若干，字卡“船”。

现在开始：

①家长拿出准备好的圆形饼干，问问宝宝这些饼干是什么形状的，像什么。家长咬一口饼干，让宝宝观察饼干变成了什么，像不像小船。

②家长让宝宝咬饼干，猜剩下的像什么。在宝宝咬饼干的时候，家长可以说儿歌：“饼干圆圆，像个太阳，闻一闻，唔——香呀香喷喷；啊呜一口，瞧一瞧，咦——变成了小小船。”说到“变成小小船”时，右手五指合拢放在嘴边，手心向上，做小船状。

还要知道：

游戏可以反复进行，每咬一次，让宝宝想象饼干变成了什么，并把宝宝的想象编到儿歌中去，比如“啊呜一口，瞧一瞧，咦——变成了小月牙。小月牙，弯弯腰，挂在天上像香蕉。”在生活中，宝宝对吃的、玩的东西会比较感兴趣。根据宝宝的兴趣特点做一些这样的小游戏，能让宝宝在生活化的活动中获得有益的发展。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.小红旗

成长目标：

让宝宝练习画竖线，认知颜色，培养宝宝的绘画兴趣和手眼协调能力。

简单准备：

白纸，铅笔，水彩笔，红旗图片，字卡“红旗”。

现在开始：

①家长先在白纸上画几个没有旗杆的小旗，让宝宝看看图片上的小旗少了什么。如果宝宝不知道，家长可以出示有红旗的图片，让宝宝对照着看少了什么，并认识到旗有旗面和旗杆。

②家长先示范旗杆的画法：从上至下画一条竖线。并让宝宝自己添画旗杆，画完后，让宝宝给这些旗子涂上红色，这样小红旗就画好了。然后教宝宝认读字卡“红旗”。



还要知道：

这样的游戏可以帮助宝宝在涂涂画画中培养动手能力，了解日常生活中的一些物品，扩大知识面。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.大风和小风



成长目标：

培养宝宝对音乐的感受力，锻炼宝宝的平衡能力。

简单准备：

有关大风和小风的音乐和视频，扇子两把。

现在开始：

①家长可以先和宝宝看一下有关大风和小风的视频，让宝宝理解什么是风，大风和小风又有什么区别。然后趁宝宝没注意，从身后变出一把扇子，对着宝宝用力扇几下（注意用力不要过猛，以免吓着宝宝），告诉宝宝这是大风；再轻轻扇几下，告诉宝宝这是小风。

②宝宝充分理解什么是风后，家长播放有关大风和小风的音乐，和宝宝各拿着一把扇子，当播出大风音乐时，用力扇；当播放小风音乐时，轻轻扇。

③家长也可以拉着宝宝的双手，当播放大风音乐时，和宝宝做快些的旋转；当播放小风音乐时，拉着宝宝的小手慢慢转。

还要知道：

如果找不到有关风的音乐，可以用节奏快慢的音乐来代替。这项游戏适合在夏天、初秋天气较热的时候进行。游戏时间的长短则要根据宝宝的实际情况来把握。

附儿歌：

《风婆婆》

风婆婆，放风来，大风不来小风来，大风刮得呼呼响，小风吹得真凉快。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.小刺猬运果子



成长目标：

让宝宝进一步练习画短直线，锻炼宝宝的绘画能力和动手能力。

简单准备：

刺猬图片，纸，笔，字卡“刺猬”。

现在开始：

①家长出示刺猬运果子的图片，让宝宝了解刺猬的基本特征，引起宝宝的兴趣，并教宝宝说儿歌：“小刺猬，买苹果；买得多，背得多；跑呀跑，跳呀跳；噼里啪啦，噼里啪啦——放鞭炮！”边说边做动作：双手拍腿部，再双手击掌。每三个字或四个字拍一下腿或击一次掌。说到“放鞭炮”时，用力击掌。

②家长先在白纸上画好无刺的刺猬（半圆形），让宝宝看看图上少了什么，并引导宝宝画出刺猬的刺，再在刺上面添画圆形的果子。

还要知道：

画的时候，刺要分开一点，不要挤在一块。如果宝宝不会画，家长可以帮助宝宝一起完成这幅小图。画图前，家长还可以讲一些情境故事，比如“刺猬妈妈走过苹果树的时候，一个苹果正好掉在小刺猬的背上”。

附儿歌：

《小刺猬》

小刺猬，爱滚翻，缩成一团圆溜圆。

左前翻，左后翻，咕噜咕噜左右翻。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

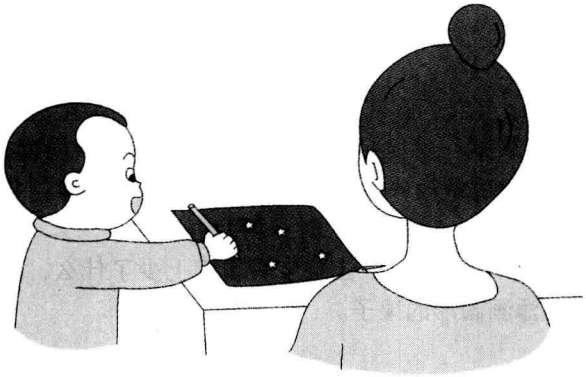
12.画五角星

成长目标：

让宝宝练习画横线、竖线，激发宝宝对美术活动的兴趣，培养宝宝的自信心。

简单准备：

水彩笔和纸。



现在开始：

①家长在图画纸上用各种不同颜色的点组成一个五角星，引导宝宝用笔将这些点连接起来。连线时，让宝宝逐渐感知横线要平、竖线要直。看看最后连接起来的图像什么。

②宝宝知道怎么画星星后，出示一张黑夜背景图，让宝宝添画上星星，并涂上颜色。

还要知道：

一颗颗小小的五角星能唤起宝宝心中的自信心与自豪感。人性之中最本质的需求就是渴望得到赏识，每一个幼小的生命仿佛都是为了得到赏识而来到人间的。在日常生活中，宝宝每取得一个进步，家长都可以用贴五角星的方法奖励宝宝，调动宝宝的积极性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.舞动的小脚丫

成长目标：

让宝宝可以全身心地感受音乐及节奏，认识更多的颜色，培养宝宝的乐感以及对绘画的兴趣。

简单准备：

宝宝喜欢的音乐，画板，图画纸，颜料。

现在开始：

①家长播放宝宝喜欢的音乐，然后把大张画纸铺在地板上，并在宝宝的小脚上涂上颜料，再拉着宝宝的小手，让宝宝根据音乐的节奏在纸上自由跳舞。

②再换一种颜色，换一张白纸，换一种跳舞方式，让宝宝继续根据音乐的节奏在纸上舞动，边跳还边唱儿歌：“小脚丫，真可爱，踩着白纸来作画，踩完左脚踩右脚，小小脚丫真能干。”



还要知道：

在进行游戏时，家长可以根据宝宝的身体平衡状况拉着宝宝的小手跳舞，同时要注意控制好速度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

14.小企鹅爱跳舞

成长目标：

让宝宝认识企鹅，了解企鹅的外形特征。培养宝宝的身体平衡能力和灵活性。

简单准备：

企鹅图片，企鹅头饰。

现在开始：

①家长先让宝宝看一些有关小企鹅的动画片、图片，然后戴上企鹅头饰，一边唱儿歌“小企鹅，白肚皮，尖嘴巴，胖身体。一摇一摇到水里，冰雪不怕了不起”，一边学小企鹅走路。可以把双手放到背后，脚分开，脚尖往外一点儿（外八字状），身体前倾，摇摇摆摆扭着走，吸引宝宝的注意力。

②教宝宝学小企鹅走路的样子，然后播放轻快的乐曲，和宝宝一起扭动身子。边跳边说：“小企鹅，穿着燕尾服，挺起大肚肚。小企鹅爱跳舞，冰天雪地里，跳个迪斯科。”





还要知道：

家长可以根据游戏的需要不断地变化儿歌内容。还可以用宝宝熟悉的曲调来唱《小企鹅》儿歌，以增加游戏的趣味性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.小小雪花图



成长目标：

发挥宝宝的想象力和创造力，培养宝宝的自信心以及审美情趣。

简单准备：

白纸若干，彩纸若干，胶水。

现在开始：

①家长拿出白纸和蓝色彩纸，和宝宝一起把白纸撕成小碎片状。

②把一张蓝色彩纸放在桌子上铺平，并把胶水抹在彩纸上，让宝宝把白纸小碎片撒在上面，一幅雪花图就完成了。

③拿出一张黑色彩纸，告诉宝宝天黑了，但天空依然飘着雪花，看看宝宝会不会自己完成这张雪花图。家长可以在一旁进行引导。

还要知道：

还可以和宝宝尝试用其他的彩纸做雪花图。图纸上的胶水干后，家长可以把雪花图挂在家里的墙上，或者其他宝宝容易看到的地方，这样可以增加宝宝的成就感。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.翻书认颜色

成长目标：

让宝宝学会自己动手翻书，获得对颜色的认知，并培养宝宝对书本的好感以及审美情趣。

简单准备：

比较厚的图画书一本。

现在开始：

①家长可以让宝宝坐在自己的大腿上，或者和宝宝一块坐在地板上，然后引导宝宝一页一页地翻书，注意翻书的速度不要太快。

②每翻一页，让宝宝说一下从书里看到的颜色，并引导宝宝说全书里的颜色。宝宝说对后，家长应给予表扬或者奖励。



还要知道：

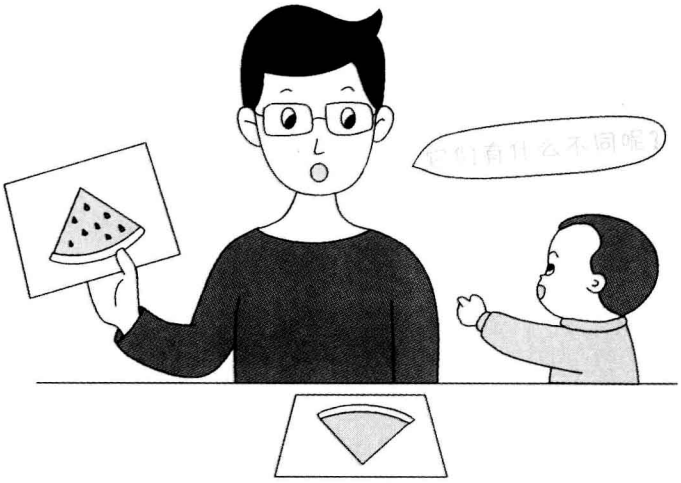
在宝宝上幼儿园前，通过一些趣味性的办法让宝宝接触书本，能让宝宝对书本产生一定的好感。翻书练习是让宝宝知道如何看书的基础，家长在选择书时，应该尽量选择图片比较多、色彩比较丰富的幼儿书。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.西瓜子



成长目标：

让宝宝尝试用手指点画西瓜子，锻炼宝宝的观察能力，激发宝宝对画画的兴趣。

简单准备：

一张白纸，白纸上已经画好了一片西瓜；两张西瓜图片：一张上面有西瓜子，一张上面没有西瓜子；黑颜料；抹布。

现在开始：

①家长出示两张西瓜图片，引导宝宝观察并发现其中不一样的地方。

②家长边示范，边念儿歌“小手指，蘸一蘸，手指尖，点一点”，引导宝宝观察自己是如何用手指进行点画的。

③家长告诉宝宝如何点画西瓜子：先用一根手指蘸点颜料，再用手指尖在瓜瓤里点画。然后边唱儿歌边教宝宝练习用手指点画西瓜子。

还要知道：

画完后，家长要提醒宝宝在抹布上把手上的颜料擦干净。如果宝宝不会，家长再帮助宝宝将小手擦干净。可以把宝宝的作品贴在客厅里，让宝宝感受手指点画带来的乐趣与成就感，增强宝宝的自信心。

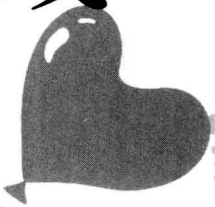
爸妈记录

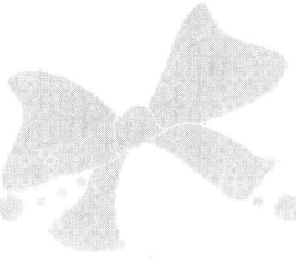
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

第四篇

2~3岁宝宝的亲子游戏





儿童在两岁时，发生了一种哥白尼式的革命，就是说，他们的活动不再以主体的身体为中心了。这个时期儿童的认知开始出现象征功能。正是由于这种消除自身中心的过程和具备象征功能，才使得表象或思维的出现成为可能。但在这个阶段，儿童还不能形成正确的概念，他们的判断受直觉思维支配。

——皮亚杰

2~3岁宝宝的语言发展

2~3岁是宝宝口头语言发展最快的时期，也是宝宝学习语言和发展语言的关键时期。从简单的词语到复合句，两岁之后的宝宝语言的发展可谓“日新月异”，小嘴巴越来越会说了，时不时会“蹦”出个新词，“为什么”经常挂在嘴边。最让家长开心的是，宝宝能陪你聊天、听你讲故事啦。

他们已经掌握了与生活有关的一些基本的词汇和语言，会正确地运用代词“你”“我”，还会说上几句儿歌了。所说的话也基本上符合语法，大部分的句子都有10个字左右。但宝宝的这种语言水平还很低，一般是边做游戏边说话。所以，要使宝宝的语言能力获得进一步的发展，家长要让宝宝在日常生活中或游戏活动中通过模仿来学习语言，通过给予正确的引导来促进宝宝语言能力的发展。

宝宝的语言发育在幼儿期会有差别，再加上每个宝宝都有不一样的成长环境，之间的差异就会很大。有的宝宝可能在1岁半时就会背儿歌了，有的则可能到了两岁多还不太会说，这种情况是常有的。皮亚杰认为，宝宝“各阶段都有他独特的结构，标志着一定阶段的年龄特征”，但“由于各种因素，如环境、教育、文化以及主体的动机等的差异，阶段可以提前或推迟，但阶段的先后次序不变”。所以，这个时候家长不要着急，不要总是拿其他宝宝跟自己宝宝比，更别在宝宝面前说一些“人家宝宝都会背《三字经》了，可你说句话都说不清”之类的话。这不但会让宝宝失去自信心，还会让他们丧失学习语言的兴趣。

宝宝到了两岁后，家长尽量不要用简短的语句去教宝宝说话，而是要用完整、标准的语句来教宝宝正确地说话。比如见到杯子后，不能再对宝宝只说

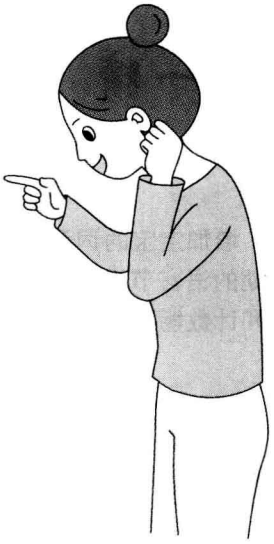
“杯子”两字，而要告诉他“这是一个杯子，那是一把勺子”等。跟宝宝待在一起的时候，家长可以多给宝宝讲一些故事，和宝宝玩玩“打电话”的游戏，通过一问一答的方式，鼓励宝宝多说话，提高宝宝的语言表达能力。

两岁半后的宝宝的语言能力发展迅速，接受能力也明显增强，家长在教宝宝认识物体的时候，不能只局限于教宝宝说出物体的名称，而要告诉宝宝物体的作用、外部特征等，还可以让宝宝闻一闻它的气味，加深宝宝对物体的理解。比如，在“闻一闻”的游戏中，家长可以将不同气味的东西，如柠檬、洋葱、大蒜、芒果、草莓等放在一起，让宝宝闻一下每种物体，了解每种物体的气味，并告诉他这种气味是什么，如有柠檬味的、有薄荷味的。最后问问宝宝所闻到的气味是什么。

平时，家长也可以利用讲故事、看图书、背儿歌的方式，让宝宝学会说完整的句子，逐渐积累词汇量，学会使用词汇，学会描述一件具体的事物，以及表达自己的各种生活体验。对宝宝来说，形容词要比名词和动词更难理解。所以，家长在平时要多丰富宝宝的感知经验，经常带宝宝上公园看看小鸟，带他到大自然中去学习，教他认识花草、树木、公共汽车，扩大宝宝的知识面和词汇量。要有意识地教宝宝使用形容词和副词，比如做“小香蕉”“绿豌豆”的时候，教宝宝说“弯弯的香蕉”“绿色的豌豆”，以提高他口语表达的能力，并引导宝宝多表达自己的感受。

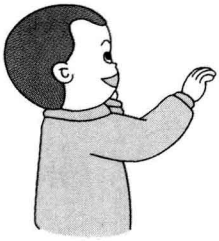
另外，不要限制宝宝与别的宝宝玩耍，从别的小朋友那里宝宝也可以学到许多新的词汇。而且在学习语言的过程中，家长要先让宝宝养成仔细看口型、认真听发音的好习惯。这样才能使宝宝发音准确、咬字清楚，才能全面提高宝宝的语言表达能力。

1.打电话



成长目标：

丰富宝宝的词汇量，锻炼宝宝的语言技能。培养宝宝良好的空间认知能力和创造性。



简单准备：

和宝宝开车外出或出去漫步的时候。

现在开始：

①家长和宝宝一起装作互相打电话。电话铃响后，让宝宝应答，问他看到了什么，或者问他是从哪里出发的，目的地是哪里，经过了什么建筑物和景物。“你在商场买什么了？你喜欢去游乐园吗？”“你看见树和花了吗？”“车子要转弯了，你看到了什么呢？”

②打完电话后，家长和宝宝一起说儿歌：“两个小娃娃呀，正在打电话呀。喂！喂！喂！你在哪里？喂！喂！喂！我在公园里。”

还要知道：

模拟对话不仅能加深家长与宝宝的情感交流，还可以刺激宝宝左脑的语言中枢。如果宝宝的想象力能通过语言自然表达，则有利于促进宝宝左右脑的开发。在游戏的过程中，可以不断地变换话题，增加游戏内容的丰富性以增加游戏的乐趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.猜一猜

成长目标：

增加宝宝的词汇量，帮助宝宝建立早期的语言节奏感。锻炼宝宝简单的识数和计数能力。

简单准备：

宝宝心情愉快的时候。



现在开始：

①一边和宝宝说些他朋友的名字或熟悉事物的名字，一边打拍子，如：汤姆（两拍），爱丽丝（三拍）。也可试一下其他有趣的词，教宝宝和你一起拍手。

②当宝宝熟悉游戏后，家长可以说出某个词，让宝宝猜猜它有几个音节。

还要知道：

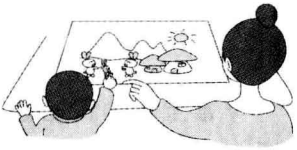
汉语中一个汉字就是一个音节，家长可以从简单的词汇开始进行这个游戏，并且可以不断地变换词汇来引起宝宝的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.小兔子过年



成长目标：

教宝宝学习一些祝福语，提高宝宝的语言表达能力。

简单准备：

自制背景图，各种动物的粘贴小图片各一张，歌曲《新年好》。

现在开始：

①家长播放歌曲《新年好》，和宝宝一起在音乐声中拍手、唱歌、跳舞。跳完后请宝宝说说新年和平时有什么不同。

②家长出示一张故事背景图，让宝宝看看小兔子家是怎么迎新年的，并把所看到的表述出来。

③家长拿出各种小动物的粘贴图片，让宝宝把这些图片粘贴到故事背景图中，让宝宝说“祝XX新年快乐”。

还要知道：

平时，家长要让宝宝多学习一些问候语，锻炼宝宝的语言表达能力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.小香蕉

成长目标：

教宝宝感知香蕉的外形和颜色，增加宝宝的词汇量。

简单准备：

香蕉和其他水果各若干，一张黑夜背景图，字卡“香蕉”。

现在开始：

①家长拿出一盘水果，让宝宝从中挑出香蕉，并教宝宝拼读“香蕉”这两个字。

②让宝宝看一看，说一说香蕉的样子和颜色。问问宝宝香蕉像什么？并拿出黑夜背景图，让宝宝用香蕉代替月亮放进黑夜背景图中。

③让宝宝欣赏自己的作品，一边剥香蕉皮，一边唱儿歌：“小香蕉，真奇怪，像月牙，不上天；像小船，不下海；像鱼儿，真可爱，一游游到我嘴里，又香又甜真痛快。”



还要知道：

在宝宝吃水果的时候，家长可以多问问各种水果像什么，启发宝宝的想象力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

5.m 聚会

成长目标：

让宝宝知道字母和声音的联系，增加宝宝的词汇量。



简单准备：

各种食物，物品图片。

现在开始：

①家长尽量把以“m”字母开头的物品图片收集在一起，如：猫、麻雀、毛巾、面包、馒头等图片，和宝宝一起举行一个 m 聚会。

②家长教宝宝认识图片上的字，并和宝宝一起大声朗读各物品的名字，告诉宝宝它们的名字都是以字母 m 开头的。

③家长也可以准备以“m”字母开头的食物，如芒果、猕猴桃、木瓜等，和宝宝一边品尝食物，一边谈论以 m 开头的字母。

还要知道：

家长可以多重复几次游戏，加深宝宝对这些物品的记忆。下次家长还可以试试别的字母开头的词语，和宝宝一起来玩这个游戏。当然，要尽量用家里宝宝较为熟悉的物品。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.问一问，答一答

成长目标：

发挥宝宝的想象力，提高宝宝的语言表达能力，使宝宝的语言能力得到更好的开发。

简单准备：

带宝宝到户外去的时候。

现在开始：

①带宝宝逛公园或到户外玩耍的时候，看见一样东西就可以问问宝宝：“你看树下那是什么小动物呀?”“是只可爱的小狗。”“小狗是什么颜色的?”“白色的。”“它在做什么呢?”“它趴在地上睡觉。”“它为什么在白天睡觉呢?”



②宝宝回答得很准确后，家长可以再指着其他的东西不断地提问，并鼓励宝宝说下去，不管他的答案是怎样的。

还要知道：

在回家的路上，家长可以把刚才的情节再重复一遍。如果宝宝在游戏中回答错了，比如把小猫认作是小狗，家长也不要批评宝宝，要耐心纠正宝宝，并讲一讲与各种小动物相关的一些童话故事，引起宝宝的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

7.有趣的扑克牌

成长目标：

让宝宝学会归类、配对，并学习简单的数字、字母和认读一些简单的字，以丰富宝宝的词汇量。

简单准备：

扑克牌或者一些旧卡片，各种东西的图片。



现在开始：

①家长可以将平时收集的一些图片包括各种形状的动物、植物、一些字母和数字的图片（最好是黑白的），将它们贴在扑克牌上，并给不同类别的图片涂上不同的颜色。

②家长把这些图片交给宝宝，让宝宝进行分类。或和宝宝一起将这些卡片撒向空中。落地后，让宝宝从中捡起任何一张扑克牌，并说出扑克牌上所贴的东西的名字。

还要知道：

这一游戏可随着宝宝的长大而增加难度。当宝宝掌握这个技能后，家长可以让宝宝将数字或字母归类，并说出这个类别的名称。家长要从宝宝最熟悉、最简单的数字开始，在宝宝熟练以后，再不断地增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评价：

8.闻一闻



成长目标：

利用嗅觉来增加宝宝的词汇量，锻炼宝宝分类和记忆的技能。

简单准备：

有温和的味道，并对身体无伤害、无刺激性的物品。字卡“柠檬”“洋葱”“大蒜”“芒果”“草莓”等。

现在开始：

①家长将不同气味的东西，如柠檬、洋葱、大蒜、芒果、草莓等放在一起。让宝宝闻一下每种物体，了解每种物体的气味，并告诉他这种气味是什么，如有柠檬味的、有薄荷味的。

②家长蒙住宝宝的眼睛，拿一样东西放在宝宝鼻子边，问问宝宝所闻到的气味是什么。

还要知道：

家长也可以拿一些以前闻过的物体，让宝宝猜一猜是什么味道。另外，所选择的物品要确保无害性，并且宝宝对该物品不过敏。游戏之后别忘了让宝宝拼读字卡。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.寻找字母

成长目标：

教宝宝认识字母，并将字母与实物联系起来。帮助宝宝构建早期的语言系统。

简单准备：

各种水果、植物的图片，字母小卡片。

现在开始：

①家长收集一些水果、植物的图片，并在每个图片的后面写上该物品名字的第一个字母。比如苹果以“P”开头，在有苹果的图片后面写一个大大的“P”；香蕉以“X”开头，在有香蕉的图片后面写一个大大的“X”。



②让宝宝熟悉每样物品的开头字母后，家长拿出字母卡，将各个字母卡打乱，再拿出一张图片，让宝宝从字母卡中找出和该图片相匹配的字母卡。

还要知道：

家长最好选择宝宝熟悉或者感兴趣的物品，指着图片的同时，也可以和宝宝一起唱字母歌。还可以用音乐来加强宝宝学习字母的兴趣，并加深宝宝对某些字母的记忆。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以的 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评价：

10.量词歌

成长目标：

通过学习儿歌，掌握一定的量词，如“串”、“瓶”、“个”、“支”、“张”等。培养宝宝的朗诵能力，让宝宝形成初步的数量概念。

简单准备：

葡萄（1串）、矿泉水（2瓶）、铅笔（3支）、梨（4个）、纸（5张）实物或图片，字卡“串”、“个”、“支”、“瓶”、“张”。



现在开始：

①家长准备各种实物与图片，让宝宝根据家长说的物品，从中找出来。问宝宝：“它们分别都是几件?”让宝宝数一数。

②告诉宝宝葡萄是1串、水是2瓶、铅笔有3支、梨是4个、纸有5张，并教宝宝认字卡。

③教宝宝念儿歌《量词歌》：“一串葡萄四个梨，三支铅笔五张纸，还有两瓶矿泉水，我们一起来游戏。”边说儿歌边表演动作。

还要知道：

家长平时在厨房里做菜或者煲汤时，可以让宝宝在一旁观察。在量取或倒配料时，让宝宝帮你数数。“一碗水，两碗水。”“一个西红柿、两个西红柿。”……说到量词时要加重音。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句悄悄话：



11.剥豌豆

成长目标：

丰富宝宝的词汇量，促进宝宝的语言表达能力。

简单准备：

没剥皮的绿豌豆若干，盘子一个。

现在开始：

①家长拿出豌豆，告诉宝宝这是什么，并教宝宝怎么剥豌豆。宝宝学会怎样剥豌豆后，家长和宝宝一起坐在地板上把剩下的豌豆剥完。边剥豌豆，边和宝宝讨论豌豆的颜色和形状。

②家长一边剥豌豆还可一边教宝宝唱儿歌："妈妈买来绿豌豆，娃娃帮妈剥豆豆。皮是皮，豆是豆，豆落盘里蹦几蹦。"唱完，家长把剥好的豌豆撒进盘子里，让宝宝体会豌豆与盘子碰撞发出的响声，宝宝看到豌豆在盘子里"手舞足蹈"，会非常开心的。

还要知道：

家长也可以和宝宝进行剥豌豆比赛，以增加游戏的趣味性。在剥豌豆的时候，家长要注意看着宝宝，别让宝宝吃生豌豆，并告诉宝宝吃生豌豆是要拉肚子的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.字母保龄球

成长目标：

锻炼手眼协调能力、动手能力以及对颜色的分辨能力，增加宝宝的词汇量。

简单准备：

矿泉水瓶子若干，各种彩纸若干，圆球一个，小盒子一个。

现在开始：

①家长将彩纸剪成一小片一小片的，并在彩纸上写一些字母，放在矿泉水瓶子里，每个瓶子只装一种颜色的纸。

②将装有彩纸的瓶子立在一起，教宝宝如何用圆球将瓶子撞倒，每撞倒一个瓶子，让宝宝将瓶子里的彩纸倒出来，并说出彩纸的颜色以及彩纸上的字母。

③将所有的瓶子撞倒后，让宝宝数一数自己收集了多少张彩纸，并将彩纸一张张放在小盒子里。如果宝宝还不会数数，家长可教宝宝怎么数。

还要知道：

所选择的圆球要与宝宝的年龄相称，避免伤到宝宝。宝宝再大些的时候，家长还可以在彩纸上写些汉字或算术题，通过逐渐增加游戏的难度，来满足宝宝学习的需要。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.动物叫



成长目标：

教宝宝学会模仿小鸡、小鸭、小青蛙的叫声及动作，练习“叽”、“嘎”、“呱”等的发音。提高宝宝的语言技能，丰富宝宝的词汇量。

简单准备：

小鸡、小鸭、小青蛙木偶，字卡“小鸡”、“小鸭”、“小青蛙”、“叽”、“嘎”、“呱”。

现在开始：

①家长拿出字卡先教宝宝练习发音：叽，嘎，呱。并识记：小鸡、小鸭、小青蛙、叽、呱、嘎。

②爸爸妈妈和宝宝出示小鸡、小鸭、小青蛙木偶，边出示边说：“我是小鸡，叽叽叽”；“我是小鸭，嘎嘎嘎”；“我是小青蛙，呱呱呱”；“我们都是好朋友。”小鸡说：“我喜欢吃米。”小鸭说：“我爱吃鱼虾。”小青蛙说：“我专吃害虫。”

③伴上音乐，家长和宝宝一起拍手说儿歌：“小鸡小鸡叽叽叽，爱吃小虫和小米。小鸭小鸭嘎嘎嘎，扁扁嘴巴大脚丫。小青蛙呱呱叫，专吃害虫护庄稼。”

还要知道：

下次再玩这个游戏时，家长可以把小鸡、小鸭和小青蛙换成其他的动物，比如小猪嘟嘟嘟、小羊咩咩咩、小牛哞哞哞等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

14.表达感受

成长目标：

培养宝宝的语言表达能力，发展宝宝的感知能力。

简单准备：

调味瓶，一杯热水，一杯凉水，字卡“热”、“凉”、“酸”、“甜”。

现在开始：

①家长引导宝宝说出自己的感受，比如“今天天气真凉爽”，“今天天气真热啊”。再拿出两杯水，一杯热水，一杯凉水，让宝宝把小手伸进杯子里感觉一下，看宝宝能否分辨出哪个是热水哪个是凉水。并教宝宝认读“热”“凉”两个字。

②让宝宝品尝一下酸的东西，再让宝宝品尝一下甜的东西，看看宝宝能否说出这两种味道，并教宝宝学说“酸酸的”、“甜甜的”这两个形容词。

还要知道：

对宝宝来说，形容词要比名词和动词更难理解，家长在平时要多丰富宝宝的感知经验，并引导宝宝多表达自己的感受。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还不错呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评价：

15.一起去看小鸟

成长目标：

增加宝宝的动手能力和对自然的认识与热爱。

简单准备：

硬纸盒，胶带，剪刀，绳子，鸟食。

现在开始：

①和宝宝一起做一个简单的鸟巢：将废弃的硬纸盒用胶带把四面封好，在盒子的一侧开一个小门，在盒子的顶部扎一个小洞，系一根绳子。

②做好鸟巢之后，和宝宝一起将准备好的鸟食倒入盒底，然后出去找一个可以挂鸟巢的地方，和宝宝一起把鸟巢挂好。





③当小鸟飞来之后，和宝宝一起观赏小鸟，分享彼此的喜悦。给宝宝讲讲小鸟的名字、颜色、大小和宝宝一起聆听小鸟的歌唱。

还要知道：

家长要和宝宝一起动手，尽量让宝宝做游戏的主角。在动手的部分，尽可能让宝宝做得更多。

爸妈记录

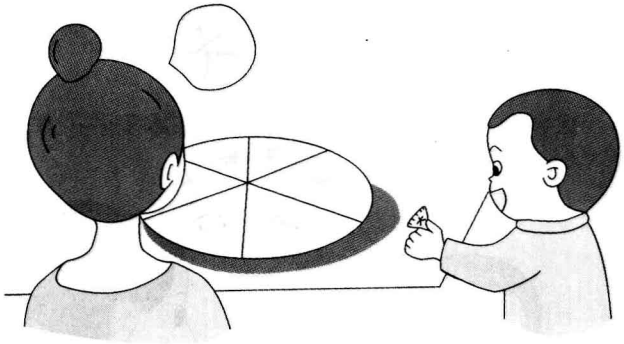
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

16.汉字转盘

成长目标：

加强宝宝对简单数字的认识，加强宝宝的配对技能，培养宝宝良好的动手能力。



简单准备：

夹子，卡纸，铅笔，尺子，剪刀，双面胶。

现在开始：

①家长拿出准备好的卡纸，用剪刀把卡纸剪成一个直径 20 厘米左右的圆。拿出铅笔和尺子，将圆分成 6 个大小相等的扇形，在每个扇形上用双面胶粘一个汉字（刚开始可以是大写数字），汉字转盘就做好了。

②家长在 6 个夹子上分别写上和汉字转盘上一样的汉字，引导宝宝将夹子夹到对应汉字的扇形上，看宝宝最后能夹对几个。游戏后教宝宝大声拼读这 6 个汉字。

还要知道：

游戏结束以后，家长要对宝宝的表现表示出惊喜并给予表扬。如果全部配对正确，家长可以给宝宝一些小奖品。另外，家长还可以逐渐增加汉字的数量以增加游戏的难度。宝宝掌握了一定数量的汉字后，家长可以让宝宝找字组词，或找反义词等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

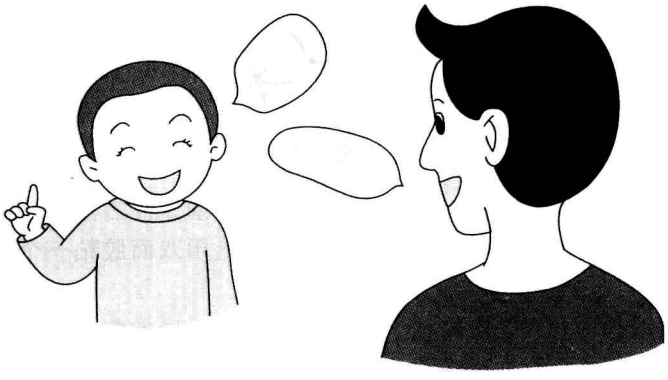
17.对 歌

成长目标：

增加宝宝的词汇量，教宝宝正确地使用词汇，促进宝宝的语言发展。

简单准备：

大象，小老鼠；鸟在天空飞，鱼在水里游；方桌子，长板凳等等的图片。



现在开始：

①家长出示图片，让宝宝看看这些图片，并将图片上面的画一一讲给宝宝听。宝宝熟悉这些图片后，教宝宝念儿歌："大象大，老鼠小，鸟会飞，鱼会游，桌子方，板凳长。"

②练习几遍儿歌后，家长让宝宝和自己对儿歌。"大象大，老鼠……"每念到一句中的最后一个字时，家长稍停顿，让宝宝说出最后一个字来。如果宝宝说不出来，家长可以提示宝宝。练习几遍后，请宝宝独立与自己对歌。

还要知道：

宝宝熟悉这个游戏后，家长可以换成其他的儿歌。比如儿歌《小星星》"小星星，亮晶晶；白天睡，晚上醒；不说话，眨眼睛；看宝宝，笑盈盈"，宝宝熟悉这首儿歌后，家长可以说前一句，让宝宝对后一句。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

2~3岁宝宝的身体运动智能发展

2~3岁的宝宝运动功能明显发达了，他们已经能够不用大人的搀扶和帮助进行自由活动了。他们能钻到床下、爬到床上，甚至踩着桌子上来了。但他们此刻还不想安于现状，他们活蹦乱跳地向这个世界宣布，他们要的不仅仅是这些，他们向往和期待更广阔的活动空间，所以他们每天一睁开眼睛就开始吵吵闹闹。

宝宝胳膊和手上的劲越来越大，他们能扔出一些略重的玩具，能玩手推车的游戏，能提或拿一些重物，比如一本比较厚的书。他们还喜欢模仿别人的动作，比如一看到电视里有跳舞的节目，立刻会精神百倍地模仿起来，学得有模有样；喜欢跟同龄伙伴玩，喜欢一起追堵做游戏，能够在家长的提示下，遵守简单的游戏规则；喜欢参加爬、走、跑、跳、钻、平衡、攀爬等体育活动，走、跳动作发展较好；能与家长、同伴一起操作感统器材，进行简单的游戏，如空气棒、平衡木、触觉板、沙包等。

两岁多的宝宝好动，这时正是锻炼他们体能、提高其运动能力的好时机。家长在平时要多培养宝宝这方面的能力，多和宝宝做做这方面的游戏，比如往返跑、荡秋千、捉影子等。

平时也可以带宝宝到户外去活动，自编些类似“龟兔赛跑”、“快躲起来”这样的游戏，在游戏中锻炼宝宝奔跑和跳跃的能力，在上下楼梯时锻炼宝宝动作的协调性。宝宝两岁半时，大都能独自上下楼梯、能连续学小兔跳、会骑小三轮车了，到了3岁还可以立定跳远。不过，在活动的过程中，家长要注意安全问题，每次的运动时间和运动量要适当，并依宝宝的情况而定，不要让宝宝过于疲劳，以防对其生长发育不利。

为了能够独立行走，这个时期宝宝的运动神经会有显著的发展，妈妈要花

很大的力气才能追上宝宝。有时候，宝宝会突然停下脚步转向另一边，这种灵活性与技巧连家长都自叹不如。不仅如此，宝宝还会用脚尖站立，在坡路上和沙地上也能走得很好。

体力与运动神经关系着宝宝往后是否能健康地生活，所以，家长应该让他们尽情地活动，为他们以后的身体发展奠定良好的根基。

平时，家长要让宝宝养成良好的生活习惯，注意培养宝宝对各种体育活动的兴趣。随着生活节奏的加快，每天忙于工作的年轻家长都懒于锻炼。为改变这种局面，家长应以身作则，每天跑一跑、跳一跳，养成锻炼身体的好习惯，利用现身教法，感染、带动宝宝也喜欢体育活动，并养成每天运动的习惯，从而提高宝宝的身体素质及运动智能。

周末和宝宝一起玩一些比较生动有趣的游戏，比如“卷白菜”、“打气球”等，还可以和宝宝一起捡豆豆，玩追堵游戏，培养宝宝对某项体育活动的兴趣。但家长不能只是形式上做些运动，而应真正投入其中，和宝宝一起保证每天的活动时间和活动量，并根据宝宝自己的情况，选择适当的游戏活动，调动宝宝的每一根神经，使宝宝真正参与其中。

1.时光隧道

成长目标：

让宝宝适应明暗光线的变化，学习爬行，锻炼宝宝肢体的协调能力。

简单准备：

2~3个小型的呼啦圈。



现在开始：

①家长事先准备好2~3个小型呼啦圈，把呼啦圈立起来并固定好，引导宝宝在呼啦圈组成的通道里自由爬行。

②往返几次以后，家长将呼啦圈盖上布，让宝宝感知明暗光线的变化。再鼓励宝宝在里面爬行几圈。问宝宝："时光隧道是不是很暗？宝宝在里面感觉怎样？"通过语言的提示，提高宝宝对光线明暗变化的理解。

还要知道：

在给呼啦圈盖上布后，要观察宝宝的反应，如果宝宝不乐意，就不要勉强。

2.骑"马"

成长目标：

让宝宝学会用腰腹控制平衡。

简单准备：

枕头两个。



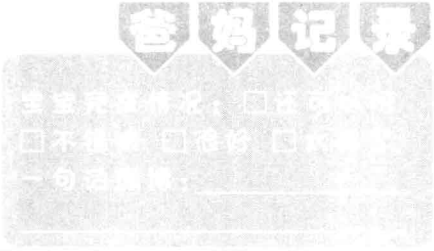
现在开始：

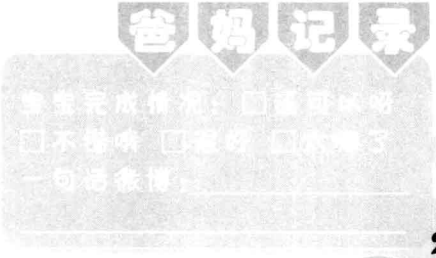
①家长将两个枕头叠起，放在床上，让宝宝像骑马般坐在枕头上，不停地摇动身体。

②为增加游戏的趣味性，家长可以让宝宝假装骑马，和宝宝一起发出"驾、驾、驾"的声音。还可以和宝宝一起唱儿歌："唐僧骑马咚那个咚，后面跟着个孙悟空，孙悟空跑得块，后面跟着个猪八戒，猪八戒鼻子长，后面跟着个沙和尚。沙和尚，挑着箩。"

还要知道：

游戏的过程中，家长要注意看着宝宝，避免宝宝从床上摔下来。





3.荡秋千



成长目标：

锻炼宝宝的手臂力量，提高宝宝的平衡能力。

简单准备：

适宜的场地，最好是户外，周围没有障碍物。

现在开始：

①爸爸和妈妈站在宝宝的两侧，分别抓住宝宝的一只手，边走边说：“一二三，宝宝荡秋千喽！”宝宝被爸爸妈妈提起来后，其身体会前后“荡”起来。

②家长只要有力气，也可以提着宝宝小幅度地左右摇摆，让宝宝玩个够。

还要知道：

这个简单又好玩的游戏，会让宝宝体会到极大的乐趣。如果是冬天，家长还可以牵着宝宝在雪地或者冰上滑行。这样，宝宝能体验到游戏的很多乐趣。但要注意，不要用力过猛，因为宝宝的关节韧带发育还不完全，用力过大或时间过长都有可能拉伤宝宝的关节、韧带或肌肉。所以用力要适度，如果宝宝感觉到疼痛要立即停下来。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评价：

4.可爱的小袋鼠

成长目标：

让宝宝学会跳跃和控制平衡。



简单准备：

枕头两个。

现在开始：

①家长给宝宝准备一个小枕头，把小枕头系在宝宝的小肚子上。妈妈也准备一个枕头，系在自己的肚子上。

②让宝宝学妈妈蹦跳的样子，和妈妈一起跳起来。一边跳一边教宝宝唱儿歌："袋鼠妈妈，有个袋袋，袋袋里面，有个乖乖，噢——噢——，妈妈和宝宝，相亲又相爱！"

还要知道：

游戏的过程中要注意安全，所选择的场地不要有什么障碍物，以免宝宝失去平衡撞伤自己。

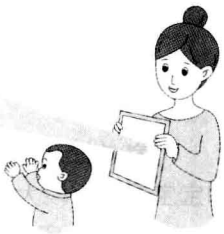
5.捉影子

成长目标：

提高宝宝的注意力，增强宝宝动作的灵活性，锻炼宝宝的运动能力。

简单准备：

带宝宝到户外去，一面较大的镜子。



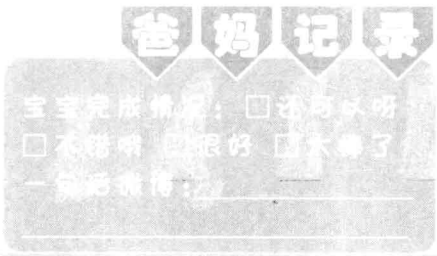
现在开始：

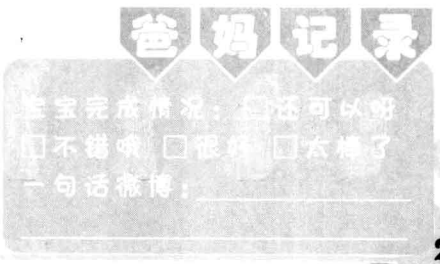
①家长拿出一面镜子，使镜子在阳光下射出亮光，并照在地上不同的位置或物品上，如照在花儿、小草等上面。

②用镜子在宝宝面前晃一晃，引起宝宝的注意，引导宝宝去捕捉光影，还可以让宝宝去摸摸阳光下的小草。

还要知道：

家长可以根据宝宝的具体情况不断地变换位置、速度以及频率，避免宝宝出现注意懈怠和注意分散、疲劳等问题。这样也可以增加游戏的趣味性。





6.“采”果子

成长目标：

培养宝宝的灵敏性、身体的平衡能力，增加宝宝与父母间的感情。

简单准备：

一个装满水果的塑料筐，一个空塑料筐。

现在开始：

①家长把装满小球的塑料筐和空塑料筐摆好，中间大概隔 2~3 米。接着家长和宝宝要走一段大概两米的小路，到装满水果的塑料筐中去取水果。

②家长让宝宝把双脚踩在自己的双脚上，一起移动双脚沿着小路向前去采果子。



③走到装满水果的塑料筐前，家长让宝宝拿起 1 个水果，再一起走到前面的空塑料筐边，将水果放入空塑料筐内，再往回走去取水果。

还要知道：

为了增加协调性，家长可以一边走一边和宝宝一起说“一二一、一二一”，家长可以根据宝宝的情况随时调整小路的距离，但不能太远，大约在 2~3 米左右。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以 □很好 □非常棒 □很好 □太棒了

一句话评价：

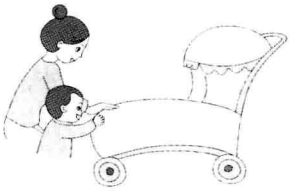
7.宝宝学开车

成长目标：

培养宝宝合作沟通的能力。

简单准备：

儿童车。



现在开始：

① 妈妈和宝宝一起推着宝宝的儿童车，在宝宝的指令下“驾驶”。比如“往前”、“倒车”、“向右拐”、“向左拐”、“往门的方向去”。

②家长也可以多邀请几个小朋友分成小组比赛，比比谁前进的速度快，或者倒车的速度快。

还要知道：

宝宝熟悉这个游戏后，家长可以让宝宝在家长的指令下独自“开车”“往前”“向右拐”……家长要注意推车的速度，要和宝宝保持步调一致，并且要让宝宝感觉到他自己在推车。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.降落伞



成长目标：

训练宝宝小肌肉群的发展以及快速反应能力。

简单准备：

客厅（或房间）。

现在开始：

①爸爸伸出一只手，五指张开，掌心向下。妈妈和宝宝各伸出一个手指顶住爸爸的掌心。

②大家一起念儿歌：“小小降落伞，马上降下来，一把抓住哪一个?”童谣结束后，爸爸迅速合起手掌，看看最后抓住了谁的手指头，谁的手指还留在“降落伞”内就表示他输了。

还要知道：

为了增加游戏的趣味性，家长可以来个小处罚，谁输了，大家就刮一下他的鼻子。刚开始，家长可以让着宝宝，增加宝宝玩游戏的兴趣。

爸妈记录

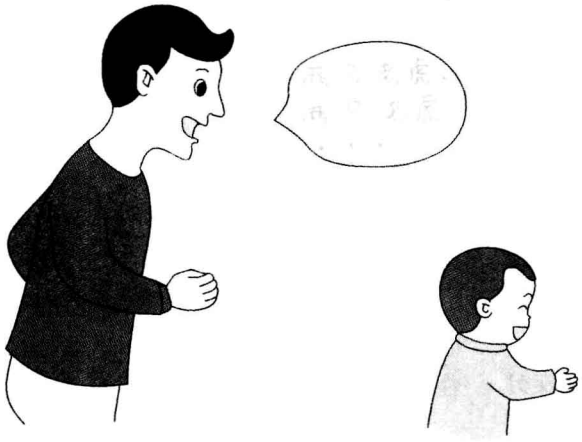
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.追堵游戏

成长目标：

锻炼宝宝身体的敏捷能力和平衡能力。



简单准备：

选择室外，粉笔。

现在开始：

①家长先在室外一块平坦、干净、不湿滑的空地上写画一个大大的“田”字，家长和宝宝分别站在“田”字相对的两个角上。

②家长喊“开始”，宝宝踩着线开始跑，家长则踩着线开始追和堵。跑的时候，家长可以边唱这首改编的儿歌：“两只老虎，两只老虎，跑得快，跑得快，一只张开手臂，一只挽起袖子，真可爱，真可爱。”

还要知道：

游戏前，家长一定要先告诉宝宝要在笔画线上跑动，在跑动和转弯的过程中，不能离开笔画线。宝宝跑动时，家长也只能在线上追和堵。如果宝宝离开了笔画线或家长追到了宝宝，宝宝就算输了。可以重新开始游戏，让宝宝追家长。另外，在游戏的过程中，家长应根据宝宝跑动的速度中调整自己的追堵速度。刚开始，家长可以故意输给宝宝，以增加宝宝玩游戏的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.往返跑

成长目标：

锻炼宝宝的跑步速度和身体的耐力。

简单准备：

周末和宝宝到郊外去。

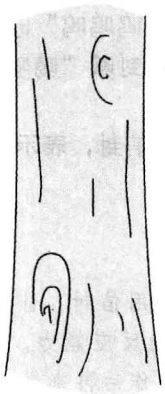
现在开始：

①家长和宝宝选一块林中的草地，让宝宝在上面尽情地滚爬、蹦跳、奔跑。当然家长必须在一旁看着，以免宝宝摔跤。

②家长让宝宝选择一棵树，以这棵树为终点，宝宝跑过去摸一下树，再跑回来，游戏可反复进行。家长和宝宝可以进行比赛，在规定的时间里，谁往返的次数多，谁就是胜利者。

还要知道：

家长应根据宝宝的跑步速度调整自己的跑步速度，刚开始可以故意输给宝宝。为了增加游戏的乐趣，这个游戏还可以这样玩：先在树底下准备一堆小石子，家长和宝宝比赛，一起跑过去拿一颗小石子放在指定的地点，每次只允许拿一个，如此反复。在规定的时间内，谁拿的小石子最多，谁就赢了。





爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话激励：_____

11.“信送到了”



成长目标：

训练宝宝走、跑交替和变速的能力。

简单准备：

黄、绿、蓝、白四种颜色的信封各一个。

现在开始：

①家长拿出4个不同颜色的信封，让宝宝记住蓝信封表示“快速跑”，黄信封表示“慢跑”，绿信封表示“快走”，白信封表示“停住”，然后让宝宝站在离家长两米左右的地方。

②当家长挥动蓝信封喊“轰轰轰”时，宝宝双手侧平举模仿飞机做快速跑的动作；当家长挥动黄信封喊“呜呜呜”时，宝宝双手屈肘在体侧前后模仿火车做慢跑的动作；当家长挥动绿信封喊“嘀嘀嘀”时，宝宝立刻模仿驾驶汽车做快步走的动作。

③最后，家长举起白色的信封，表示“信送到了”，这时宝宝就要慢慢地停下来。

还要知道：

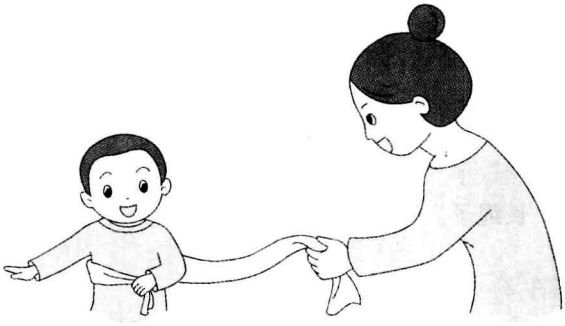
这个游戏刚开始时可以不用信封，让宝宝听家长的指令做快走、慢跑、快跑、慢走等变速动作，锻炼宝宝的反应能力。如果宝宝不知道什么是快走、什么是慢跑，家长应先教会宝宝这些动作后再来做这个游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.卷白菜



成长目标：

锻炼宝宝大胆说话的能力以及宝宝的自转平衡能力，提高宝宝双手配合的能力，丰富宝宝的生活常识，进一步提高宝宝对数的理解。

简单准备：

一条长围巾或一根细绳，两个泡沫垫子。

现在开始：

①家长拿出垫子，和宝宝面对面坐在垫子上，先唱儿歌，让宝宝边听儿歌边用肢体来感知卷和切的动作。当家长念到“卷卷卷，卷白菜”时，宝宝双手握拳在胸前，有节奏地做转肘的动作；当家长念到“卷成一棵大白菜”时，宝宝双手抱紧头，做白菜状；念到“切切切，切白菜”时，宝宝有节奏地做切菜的动作。

②家长抓住围巾一头，宝宝抓住围巾另一头。让宝宝跟着家长一起说儿歌“卷卷卷，卷白菜，卷成一棵大白菜”。一边说，一边让宝宝自转，把围巾或绳子卷在自己的腰部。

③家长接着和宝宝一起说儿歌：“切切切，切白菜，切完一棵大白菜。”宝宝再从围巾或绳子中自转出来。

还要知道：

刚开始，家长可帮助宝宝转。给宝宝用的围巾和绳子不宜太长，围巾也可用浴巾来代替。为了增加游戏的趣味性，家长还可以和宝宝一起转。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.小火车

成长目标：

培养宝宝的想象力和模仿能力，以及身体的平衡能力。

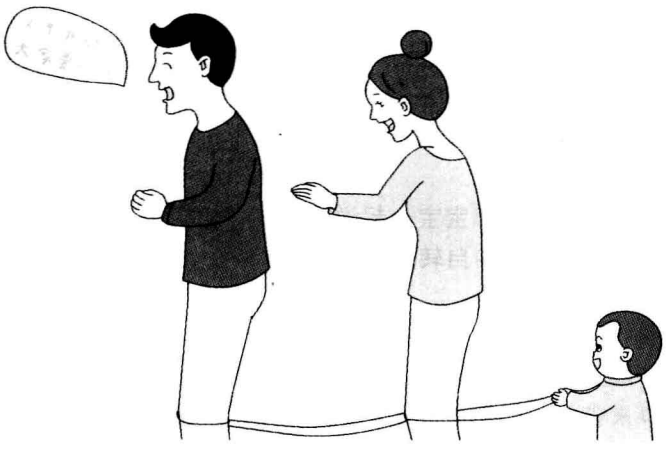
简单准备：

长绳子。

现在开始：

①爸爸把绳子的一端绑在自己的膝盖上，妈妈在爸爸的后面接过多余的绳子绑在自己的膝盖上，宝宝在妈妈后面拿住绳子的两端，一个紧挨着一个。这样，一列“小火车”就组成了。

②爸爸喊：“火车开动了，大家要小心。”大家一个跟着一个朝前走。在前进的过程中，家长可以和宝宝一起哼唱富有节奏感的儿歌，如《小火车》：“我的小火车呀，轰隆隆隆地开；一会上上岗，一会钻隧道；绳儿变成小火车，运粮运货忙又忙。”



还要知道：

游戏中家长要注意宝宝的安全，行走的速度要依宝宝的情况来调整。另外，这个游戏如果能多邀请一些小朋友来玩会更有趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话描述：_____

14.我是手推车

成长目标：

锻炼宝宝的颈肌、臂肌、腰肌及腹肌，提高宝宝的身体平衡能力。

简单准备：

在床上或干净的泡沫板上。



现在开始：

①让宝宝双手撑地，两腿伸直，家长双手托住宝宝的腰部向上抬起，使宝宝的两腿离开地面。或者用双手将宝宝的小腿向上抬起，指导宝宝向前爬，向左或向右转弯。

②在宝宝向前爬行的过程中，家长可以唱儿歌：“小推车，推呀推；向左转，向右转；到站了，停下来。”

还要知道：

宝宝爬行的时间和距离，家长应根据宝宝的情况来把握。行进的过程中，家长千万不要操之过急，以免宝宝扭伤自己。另外，如果宝宝还不足以用手支撑自己的身体，就不要为难宝宝，可以让宝宝多做一些相关的辅助练习，再来尝试此游戏。

爸妈记录

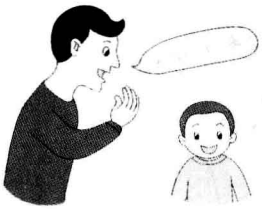
宝宝完成情况：□还好这次 □不错哦 □很好 □太棒了

一句点评：

15.快躲起来

成长目标：

教宝宝学会听音乐信号行动，提高宝宝的注意力和克制力。



简单准备：

录音机或CD，儿童音乐磁带。

现在开始：

①妈妈背对着宝宝，宝宝随着音乐随意走动，爸爸说“快躲起来！”宝宝立刻找地方躲起来，并保证不出声。

②音乐停止，妈妈开始找宝宝。妈妈刚开始找宝宝时，可故意找不到宝宝，以增加宝宝对游戏的兴趣。

还要知道：

这个游戏也可以变换角色来玩，比如让宝宝在音乐停止后去找妈妈，或者由宝宝来说“快躲起来”。游戏中要注意宝宝的安全，家长可以设置几个安全躲藏的地方。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

16.打气球

成长目标：

锻炼宝宝的运动能力以及手眼协调能力。

简单准备：

一个气球。

现在开始：

①家长用手吊一个气球，让宝宝伸手跳起拍击气球。

②也可以把气球抛给宝宝，让宝宝用脚踢。

③还可以用儿歌鼓励宝宝：“打球、踢球，宝宝，玩球！”

还要知道：

气球的高度，家长可以根据宝宝的情况随时调节。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □太棒了

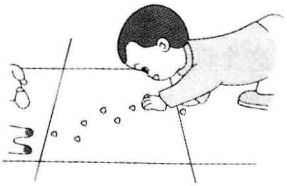
一句话点评：

17.搜寻脚印

成长目标：

锻炼宝宝的运动能力、思考能力以及探索能力。

简单准备：



面粉，兔娃娃，宝宝喜欢的一个玩具。

现在开始：

①家长先在地板上用食指和中指关节蘸上面粉印在地板上造出“兔子的脚印”，在脚印的终点放上兔娃娃和宝宝喜欢的一个玩具。

②告诉宝宝，有只兔子带了礼物来找他，让他按脚印去搜寻。

还要知道：

制造脚印的时候尽量绕开一些障碍物，以免宝宝摔跤。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话寄语：_____

18.龟兔赛跑

成长目标：

练习宝宝的爬行能力，加强与宝宝的交流。

简单准备：

在场地上画两条距离5米左右的平行线，一条作为起点线，另一条作为终点线。

现在开始：

①家长扮演小乌龟，宝宝扮演小兔子，在线外做好预备姿势。

②家长发出“一、二、三”的信号后，与宝宝一起朝着终点爬，看谁爬得快。

还要知道：



家长在与宝宝赛跑的时候，要看宝宝爬的动作是否正确。另外，家长不要爬得太快，要给予宝宝鼓励，让宝宝胜过家长。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话寄语：_____

2~3岁宝宝的精细动作发展

2~3岁是生长发育的关键期。宝宝在这个阶段不再“饭来张口，衣来伸手”，他们已经有了强烈要求自己做的独立愿望，能够完成一些简单的需要动手操作的事。著名教育家陈鹤琴先生曾提出“凡是儿童自己能做的，应当让他自己做”的教育原则。可是，现在很多家庭中都是独生子女，家长对宝宝各方面能力培养的投入越来越多，但却忽视了动手能力的培养。这大多是家长视宝宝为掌上明珠，对宝宝过分宠爱，事事包办代替的原因。

宝宝的思维离不开动作，动手操作是智力的源泉，是宝宝成长的基础、发展的起点，也是开发宝宝智力的前提条件。所谓心灵手巧，手是运动器官，也是智能器官。宝宝的智慧在他的手指上。精细动作就是宝宝运用手尤其是手指的操作能力，而这种能力的本质，就是手、眼、脑的协调能力。

宝宝在成长过程中，需要学习的东西有很多。动手能力是宝宝其成长的基础，所以，家长一定要重视这点。而3岁前是宝宝精细动作能力发展极为迅速的时期，家长要把握好时机，培养宝宝良好的动手操作的能力。

两岁多的宝宝已具备独立做事的能力，其四肢活动、手的抓握以及小手指的协调能力都比以前强，手和眼也已经能够互相配合起来。而且，这个时期的宝宝进入了第一反抗期，他们爱模仿，愿尝试，喜欢说不，所以，家长何不顺水推舟？

平时，家长在家里可以准备一些适宜的玩具，如积木、拼图、可拆装汽车等，也可以和宝宝一起玩橡皮泥，做葡萄草莓酱，扔纸球。两岁半的宝宝可以从简单的一步折纸学起，到3岁时可学2~3步的折纸。

在日常生活中，家长要让宝宝做一些力所能及的事，宝宝自己能做的，家

长就不要包办。要刻意培养宝宝自己倒水喝、自己洗手、擦脸、自己用筷子吃饭、自己整理玩具、自己解小便、自己穿脱简单衣服等习惯。

如果宝宝要听故事，家长可以让宝宝主动去翻书，给宝宝一些指令，比如叫宝宝翻到有灰太狼的那一页。平时可以利用包装纸、矿泉水瓶、易拉罐等废旧材料让宝宝自己画、剪、撕、贴，玩盖瓶盖的游戏等，也可以给宝宝一些线团，让宝宝将小线团滚成大线团。或者让宝宝自己动手做一些小玩意儿，比如给宝宝几个彩色的纸花，看宝宝如何将它们组合，拼成一大朵花。当宝宝熟练使用勺子后，就可以让宝宝学用筷子了。家长可以给宝宝准备几双小巧的玩具筷子，在宝宝玩“过家家”的游戏时练习使用。

“小孩子生来就是好动的，以游戏为生命。”爱游戏是宝宝的天性。对宝宝来说，最高兴的事莫过于游戏了。2~3 岁的宝宝特别喜欢边说边玩，家长可以抓住这一有利时机，让宝宝在游戏中、在自己动手操作中进行能力培养，让宝宝在拧拧抠抠、撕粘挤压等操作中发展手眼协调能力，锻炼小肌肉。

1.葡萄草莓酱



成长目标：

增强宝宝的自信心，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

葡萄和草莓若干或其他浆果，软布，大碗。

现在开始：

①家长先教宝宝将葡萄和草莓洗干净，再用一块软布将它们擦干。

②将这两种水果混在一块，让宝宝分成两堆，葡萄在一堆，草莓在一堆，再告诉宝宝这两种水果分别叫什么，让宝宝分别品尝一下草莓和葡萄的味道。

③家长将葡萄和草莓一起放到一个大碗里，给宝宝戴上一次性手套，告诉宝宝他可以用葡萄和草莓随意进行创作，无论是捏、抓，还是敲、搅……让宝宝尽情地玩个够吧。

还要知道：

两岁多的宝宝已经能够亲自动手做些事情了，当事情做成功后，他会觉得非常有成就感。浆果给我们的生活带来了各种各样的色彩，可以舒缓压力，缓解疲乏。葡萄、草莓之类的浆果，汁水丰富，并且软软的，很适合宝宝抓握。所以，让宝宝用它们进行再创造再合适不过了。最后，在宝宝的葡萄草莓酱完成后，家长别忘了表扬宝宝哦。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

2.纸杯游戏

成长目标：

锻炼宝宝集中注意的能力、手眼协调能力以及宝宝身体的平衡能力。

简单准备：

一次性纸杯若干。

现在开始：

①引导宝宝将一次性纸杯口朝下，叠高，搭成不同形状的宝塔。

②引导宝宝将一次性纸杯的两个大口对在一起，两个一组往上叠，看最后谁叠得高。

③家长和宝宝分别拿一个纸杯顶在头上，让宝宝模仿家长，顶着纸杯前进、后退或原地踏步、转圈，谁的纸杯先掉下来，谁就输了。

还要知道：

游戏可以反复进行，家长和宝宝还可以边玩边唱儿歌："小纸杯，真乖乖，头上立，永不掉。"刚开始玩这个游戏的时候，家长可以先让宝宝用手扶住纸杯前进，再慢慢放手，要不纸杯掉得过于频繁，宝宝会对这个游戏失去兴趣的。



爸妈记录

宝宝活动情况：□喜欢听 □不喜欢 □很好 □太棒了

一句话点评：

3.摸一摸

成长目标：

增加宝宝触觉的敏感度，提高宝宝的身体智能。



简单准备：

一个稍大点的布袋，宝宝熟悉的物品若干。

现在开始：

①将家中宝宝熟悉的物品逐一放在一个布袋里，如小玩具、水果（葡萄、橘子、芒果等）糖果、画笔等。先打开布袋让宝宝看一会儿。

②让宝宝闭上眼睛，摸摸袋子里的东西，猜猜摸到的是什么。游戏中，家长可以唱儿歌：“小布袋，小布袋，鼓鼓囊囊真奇怪；摸一摸，猜一猜，里面装了啥宝贝。”

还要知道：

宝宝如果回答正确，家长可以把该物品奖励给宝宝。这样的触觉刺激游戏可以经常给宝宝练习。不同物品的刺激，不仅可以增加宝宝的触觉敏感度，提高宝宝的身体智能，还有利于提高宝宝的人际智能。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话体会：

4.自己穿衣、脱衣

成长目标：

锻炼宝宝手的精细动作能力，以及宝宝的手眼协调能力，增加宝宝手腕的力量。

简单准备：

早晨起床与晚上睡觉的时候。

现在开始：

①宝宝起床时，家长拿着宝宝的小裤子，让宝宝自己蹬进去，自己提上去。套头的外套，家长帮助宝宝套好头部，让宝宝自己试着把胳膊穿好。有拉链的衣服可以让宝宝自己拉拉链，有扣子的衣服可以让宝宝自己扣扣子。

②宝宝睡觉时，让宝宝学会自己拉下拉链或者解扣子，再试着自己把衣服脱下来。



还要知道：

刚开始，宝宝可能什么都不懂，家长要有耐心，不要操之过急，要从最简单的开始教宝宝，让宝宝慢慢地练习，逐渐学会穿衣服、脱衣服。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.徒手小游戏

成长目标：

锻炼宝宝手指动作的灵活性，提高宝宝的注意力、语言能力和反应的敏捷性，提高注意力。

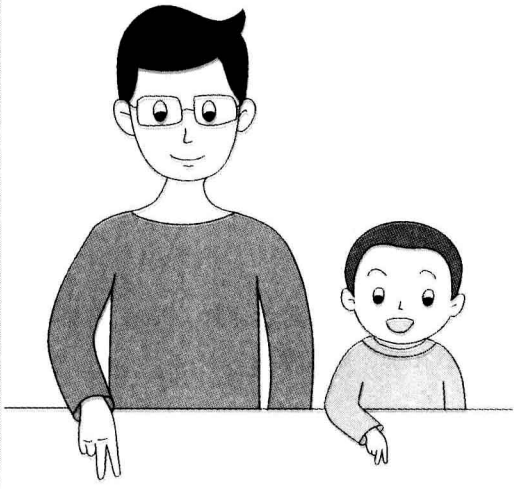
简单准备：

宝宝心情愉悦的时候。

现在开始：

①家长用食指在宝宝手心上写一些简单的阿拉伯数字，让宝宝猜一猜，看他能否猜出来。

②教宝宝用手指在桌子上表演一些简单的动作，如用食指和中指在桌子上倒立表演人走路或跑步。



还要知道：

在手掌心上写字可以刺激宝宝的感觉系统，猜字有利于提高宝宝的注意力。但前提是宝宝要熟悉这些阿拉伯数字，而且要从最简单的开始，循序渐进。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.学“煎鱼”

成长目标：

增强宝宝手指关节的柔韧性，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

宝宝心情愉悦的时候。





现在开始：

①家长先给宝宝讲讲怎样煎鱼，可以让宝宝看看相关的视频。

②家长教宝宝怎样用手“煎鱼”：先让宝宝伸出左手，手掌向下，用右手上下晃动几下手背，就像煎鱼一样。然后让手掌朝上，捏几下掌心，“鱼”就煎好了。

③让宝宝把右手伸开当成盘子，左手当成刚煎好的“鱼”，把“鱼”放在“盘子”中央，再让宝宝把小嘴凑过去假装吃两下，宝宝一定会感到非常有成就感的。

还要知道：

让宝宝上下摆动双手，可以使他的手关节更加柔软灵活。为了增加游戏的趣味性，家长也可以准备几个玩具小鱼，让宝宝用手掂几下小鱼，小鱼没有掉落下来就表示成功了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

7.打鸡蛋

成长目标：

锻炼宝宝的动手能力、手眼协调的能力，练习手腕的力量。



简单准备：

鸡蛋搅拌器，鸡蛋，大碗，字卡“鸡蛋”。

现在开始：

①家长拿出鸡蛋，让宝宝仔细观察它是什么形状，并拿出圆形图片，问问宝宝这两种形状是不是一样的。

②妈妈先示范打鸡蛋的动作，将鸡蛋打入碗中，并用鸡蛋搅拌器搅拌，让宝宝在一边观察，然后引导宝宝尝试打鸡蛋。

③教宝宝拼读字卡“鸡蛋”。

还要知道：

家长可以把搅拌器换成筷子或汤勺，让宝宝尝试用不同的工具搅拌鸡蛋。在鸡蛋搅拌前，家长还可以给宝宝讲讲哪个是蛋清，哪个是蛋黄，对人体分别有什么作用，并告诉宝宝生鸡蛋是不能吃的，加深宝宝对鸡蛋的印象。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

8.手指传笔



成长目标：

锻炼宝宝的动手能力、手眼协调的能力以及手指的灵活性。

简单准备：

圆珠笔。

现在开始：

①家长伸出双手，用食指把圆珠笔托住传给宝宝；宝宝用双手的食指接住，再以同样的方式传给家长。如果不小心把笔掉在地上，游戏可以重新开始。

②家长也可以用食指和中指夹住圆珠笔，传给宝宝，让宝宝也用食指和中指接住再传给自己。这时家长可以用中指和无名指夹住宝宝传来的笔。这样不停地变换手指，看谁最后接得稳。

还要知道：

家长可以根据宝宝的情况逐渐增加游戏的难度，也可以把圆珠笔换成其他的小物品，比如花生或小豆子，但要注意安全。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____



9.摇啊摇

成长目标：

培养宝宝动作的协调性和节奏感，锻炼宝宝的手臂力量和腹肌，提高宝宝的手脚和彼此合作运动的协调性。

简单准备：

地毯，儿歌《摇啊摇》。

现在开始：

①家长坐在地毯上，宝宝坐在家长的脚背上，手拉手上下做摇船动作。家长和宝宝边摇船边念儿歌："摇啊摇，摇啊摇，摇到外婆桥，外婆给我吃块糕。摇啊摇，摇啊摇，摇到外婆桥，外婆叫我好宝宝。"

②宝宝也可以站起来，双手拉住妈妈的手，做摇船的动作。

还要知道：

家长也可以将儿歌改编一下："摇呀摇，摇呀摇，摇到外婆桥。外婆对我笑，送我一包糖，叫我好宝宝。"以增加游戏的趣味性。在"摇船"的时候，家长注意不要太用力，以免伤着宝宝。另外，这个游戏最好由两个小朋友来做。两个小朋友刚开始互相合作好，把脚和臀部的位置放好，用双手和双脚同时用力将对方摇起来。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：_____

10.扣纽扣比赛



成长目标：

让宝宝学会扣扣子，锻炼宝宝的手眼协调能力，以及手指的灵活性。

简单准备：

两件有扣子的衣服。

现在开始：

①家长先教宝宝怎么扣扣子，反复练习之后，鼓励宝宝自己扣扣子。

②家长和宝宝一起比赛，看谁先把扣子扣完，先扣完的奖励一个小礼物。

还要知道：

当宝宝学会扣衣服纽扣后，家长可以逐步增加难度，尽量培养宝宝的独立性，比如慢慢地由大扣子变成小扣子。宝宝学会自己扣扣子后，家长还可以教宝宝自己解开扣子。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀
□不错哦 □很好 □太棒了
一句话微博：_____

11.比输赢

成长目标：

锻炼宝宝小手的灵活性，让宝宝初步感受输赢的含义，培养其应变能力。

简单准备：

字卡“剪刀”“石头”“布”“拳头”。

现在开始：

①家长先给宝宝讲讲“剪刀石头布”的游戏要怎么玩。

②刚开始玩游戏时，家长可一直出剪刀或布，从而加深宝宝对游戏规则的掌握程度。

③教宝宝识记“剪刀”“石头”“布”“拳头”。

还要知道：

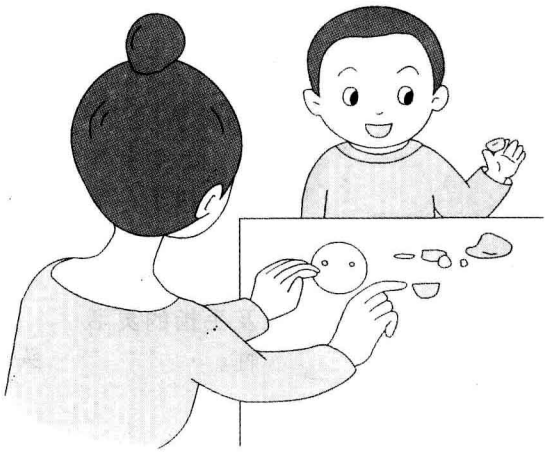
游戏熟练后，家长可变换不同手势，以锻炼宝宝的应变能力。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀
□不错哦 □很好 □太棒了
一句话微博：_____

12.百变橡皮泥



成长目标：

提高宝宝的动手能力、模仿能力，培养宝宝丰富的想象力和思维能力，增强宝宝对色彩的认知能力。

简单准备：

不同颜色的橡皮泥。

现在开始：

①给宝宝不同颜色的橡皮泥，让宝宝自由发挥，将橡皮泥搓成各种形状，比如，用绿色橡皮泥搓成长长的黄瓜、用红色橡皮泥搓成圆球、用黄色橡皮泥搓成大饼等。

②家长可以启发宝宝的想象，比如把一块白色橡皮泥搓成圆形，在适当位置放两粒黑豆作为眼睛，切一小块红萝卜作为鼻子，用红色橡皮泥捏成一个小半圆形做嘴巴……家长可以在一旁引导宝宝。

③家长也可以给宝宝一张图片，让宝宝照着图片去模仿创作。

还要知道：

宝宝最初的手工作品可能幼稚得可笑，他可能只会简单地将橡皮泥搓成圆球或粗细不等的长条。但在宝宝眼里，它们都是神奇的，只要坚持，宝宝的小手就会越来越灵活。更重要的是，做手工的过程提升了宝宝的自信心，让宝宝享受到了成功的喜悦。当然，如果宝宝不喜欢这项游戏，家长也不要强迫宝宝去做。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.扔纸球

成长目标：

提高宝宝的动手能力，锻炼宝宝对空间距离的判断能力以及双臂的协调和平衡能力，促进宝宝的右脑开发。

简单准备：

篮子或筐，也可以是废弃的纸箱、废弃的报纸。

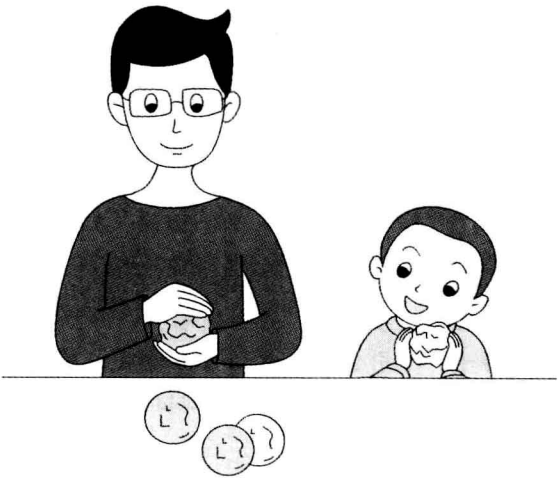
现在开始：

①家长和宝宝一起将报纸揉成一个个大小相近的纸团，做成一个个小圆球。

②妈妈、爸爸和宝宝站在离篮子一定距离的地方轮流扔纸球。（宝宝可以离篮子近一些）每人扔 10 个，可以一边扔一边数数：“一个、两个、三个……”比比看谁扔进篮子里的球最多。

还要知道：

这个运动游戏需要宝宝控制自己小手的动作，对空间距离作出判断，这有利于宝宝的右脑开发。



爸妈记录

宝宝游戏情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

14.寻宝藏

成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力，培养宝宝的观察力和记忆力，启发宝宝的逻辑思维能力。

简单准备：

小玩具，抽屉或盒子。



现在开始：

①在事先准备好的抽屉或盒子里放入一些小玩具，并且让宝宝看到家长是如何拉抽屉或打开盒子，发现玩具宝藏的。重复几次后，让宝宝自己学会拉抽屉或打开盒子来寻找玩具。

②家长可以把玩具放在房间里某个开放的地方，比如电脑桌、茶几或沙发椅下，让宝宝自己去寻找。

还要知道：

如果宝宝在游戏中遇到困难，一时找不到宝藏，家长可以走到玩具旁做出寻找的样子，吸引宝宝注意到藏宝地点。当宝宝找到玩具时，家长应该及时给予宝宝表扬，或者把这个小玩具奖励给宝宝，激发宝宝玩游戏的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.瓶盖

成长目标：

教宝宝学习配对，发展宝宝的观察力及动手能力。

简单准备：

大小塑料瓶子（有盖）若干。

现在开始：

①家长拿出准备好的塑料瓶子，先把瓶子的盖子都拧下来，并告诉宝宝："瓶子娃娃的帽子掉了，现在我们一起来帮它找找帽子，好不好?"

②家长先做示范，拿出一个大瓶子和一个小瓶盖，边说边做："这个帽子太小了，瓶子娃娃戴不上。"再拿一个小瓶子对一个大盖子："这个帽子太大了，娃娃戴上还是不合适。"再引导宝宝大瓶子要戴大帽子，小瓶子要戴小帽子，让宝宝自己动手给瓶子娃娃找到合适的帽子。



还要知道：

这个游戏可以反复进行，家长可以在旁边引导，用语言给予提示，但不要代替宝宝去做。另外，家长所选择的瓶子的大小、形状等应由易到难，逐渐增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.好看的线团

成长目标：

锻炼宝宝的动手能力，加强宝宝对色彩的辨别能力，增加亲子间的感情。

简单准备：

不同颜色的线团。

现在开始：

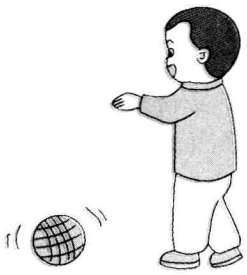
①家长和宝宝各拿一个线团，告诉宝宝现在要将小线团绕成大线团，然后教宝宝一手拿好线，一圈一圈慢慢往上绕。绕完后，问问宝宝现在的线团大不大。

②家长将两个绕好线的大线团（注意打好结，以免散开），放在地板上滚。家长让宝宝变化着滚，比如快快滚、慢慢滚、滚远些、滚近些等。

还要知道：

家长也可以用塑料绳、布带等能绕的物品来代替线团。为了增加游戏的趣味性，家长也可以和宝宝进行滚线团比赛，可以一边滚一边说："看看妈妈的红线团滚得远，还是宝宝的黄线团滚得远。"





爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.花样玩球

成长目标：

训练宝宝双手的灵活性和玩球的技巧。

简单准备：

球篮，小羽毛球拍，大篮球。

现在开始：

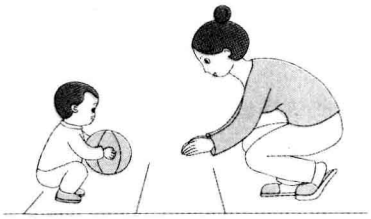
①赶球：家长引导宝宝手握羽毛球拍，把篮球赶向前方，然后再赶回起点。

②滚球：家长与宝宝一起蹲下，用双手互相滚动球。

③抛球：宝宝双手抱住球并举起来，用力把球向上抛。

还要知道：

玩球方法有很多，家长可灵活运用。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

18.挤压游戏

成长目标：

为宝宝以后理解数量打下基础，锻炼宝宝的动手能力。



简单准备：

食物色料，一个吸管，一个眼药水滴管，一个碗和两个干净的塑料杯。

现在开始：

①家长先在碗里装半碗水，帮宝宝加几滴食物色料，让宝宝自己动手感觉一下吸管和眼药水滴管是如何工作的。

②让宝宝用吸管和滴管吸水，然后挤放到杯子里，看看哪个杯子装水更多，是吸管还是滴管。

还要知道：

家长注意看管好宝宝，以免宝宝误食。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2~3岁宝宝的认知能力发展

如果你对两岁半的宝宝说“我们明天要飞往澳大利亚啦”，宝宝可能会一脸惊讶地看着你，然后满怀担忧地说：“妈妈，我的胳膊还不够壮呢，我还不能飞。”在你认为是玩笑，而宝宝却不能理解。如果你要与两岁的宝宝讲道理，是很困难的，毕竟他们观察世界的方式非常简单，分不清幻觉与真实，除非自己主动参与到虚构的游戏中。

2~3岁可以说是宝宝认知能力发展的一个飞跃期，从两岁开始，离开具体的物体后，宝宝能用语言描述过去、现在与未来，能通过一些表象去思考外部的世界。这种能力为宝宝的认知开辟了无限广阔的天地。

对于这个阶段的宝宝来说，发展他们的形象视觉很关键。家长要多带宝宝走出家门，让宝宝去采集小石子，踩踩小水坑，看看花草树木，走走迷宫，了解会变的影子，以锻炼宝宝的视听和观察能力。

宝宝在2~3岁时对细节比较敏感，他们常常会把注意力集中在最小的细节上。家长可以让宝宝去识别不同颜色的几何图形，识别不同物体的颜色差别，以发掘宝宝的辨别潜能。

2~3岁的宝宝的记忆力和智力也有所发展，他们开始理解简单的时间概念，物体之间的关系，比如两个物体间的上下、里外、前后关系，并主动表达自己判断的结果。但在这个阶段，皮亚杰认为，宝宝还不能形成正确的概念，他们的判断受直觉思维支配。不过，这并不影响他们探索外部世界的兴趣，他们喜欢用手、口、眼、鼻等去摸一摸、摇一摇、踢一踢、碰一碰、闻一闻，摆弄自己感兴趣的东西，甚至有时还会出现一些“破坏行为”，比如，把小汽车玩具拆得乱七八糟，把花草连根拔起，看看下面到底有什么等。而且，他们对自己

感兴趣的食物关注时间会持续比较长，对上发条的玩具和开关灯的设备更是玩得乐此不疲。

这个时候，家长应当支持并发展宝宝的好奇心，耐心地倾听宝宝的问题，满足他们的探索欲，而不要不理不睬或应付了事。至于事物认知能力的培养，家长则要对宝宝进行大量的训练。可以让宝宝多参与这方面的活动，提高宝宝的记忆效率，促进宝宝各种思维能力的发展，从而开发他们的认知潜能。

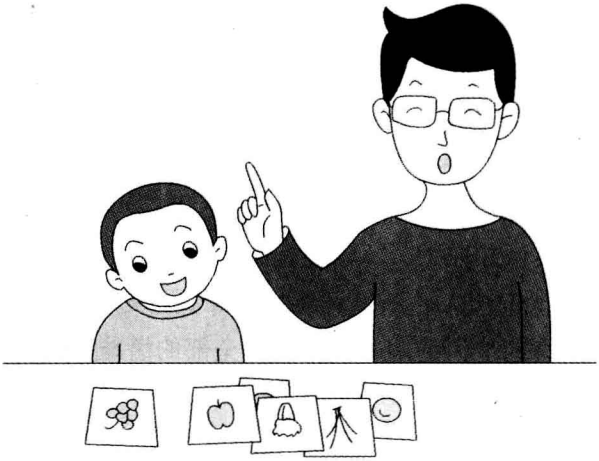
2~3岁也是训练宝宝数数的最佳时期。这个阶段的宝宝，大多只能辨别数的多少，还不会真正地数数，比如，两岁半的宝宝虽然不会数数，但对不同数量的饼干会产生不同的选择反应，他们会倾向于要多的饼干。家长可以和宝宝玩一些数字游戏，加深宝宝对数字的理解，并循序渐进地教宝宝数数，建立数的概念，理解数的含义，锻炼和发展宝宝的抽象思维能力，培养数学逻辑能力。比如，对1~20的数字反复训练，通过现实生活、游戏练习取物计数。

另外，培养和发展宝宝的社会认知能力，不仅能提高宝宝的思维能力，而且有利于宝宝更好地认识自己、认识他人、认识环境，从而更好地适应环境。平时家长要有意识地加强宝宝这方面能力的培养，把宝宝全部的潜能都发挥出来。

1.拍一拍，桃一桃

成长目标：

让宝宝分清什么是水果，什么是蔬菜，丰富宝宝的词汇量，提高宝宝的分辨能力以及反应能力。



简单准备：

纸，笔。

现在开始：

①家长依次在纸上列出下列物品的名称，告诉宝宝听到水果的名称拍一下手，听到蔬菜的名称拍两下手，听到其他则不拍手。

香蕉、电脑、桌子、苹果、飞机、西瓜、白菜、火车、大葱、豆角、鸭梨、辣椒、桃子、茄子。

③家长再出示一组物品的图片：书本、菠萝、楼房、眼睛、葡萄、芹菜、皮球、黄瓜、哈密瓜。让宝宝把不是蔬菜和水果的图片挑出来。

还要知道：

可以根据宝宝的情况适当增减物品的数量。刚开始，可以让宝宝听到蔬菜类的名称就拍一下手，听到其他的则不拍手。之后可以慢慢地增加动作的难度，以增加游戏的趣味性。

爸妈记录

2.小专家

成长目标：

提高宝宝的注意力，增加宝宝的手指力量，锻炼宝宝的手眼协调能力、计数能力。

简单准备：

小夹子，小饼干，糖果，小纸团若干，杯子3个。

现在开始：

①将小饼干、糖果、小纸团混放在一起，告诉宝宝，他现在是个小专家，要研究这些小物品的不同之处。现在，先要用小夹子把小饼干、糖果、小纸团分别夹到3个杯子里。

②宝宝在夹东西时，家长可以在一旁数“1、2、3、4…”并让宝宝也学着数数。夹完后，家长可以引导宝宝说说这三种东西的不同之处。



还要知道：

家长尽量选择容易夹住的物品。如果宝宝夹错了，要及时给予纠正，并提醒宝宝要看清楚每个杯子里放的是什么。

爸妈记录

宝宝完成情况：□非常好 □好 □不错哦 □很佳 □太棒了

爸妈感悟：

3.走迷宫



成长目标：

锻炼宝宝的判断能力，培养宝宝的空间方位感。

简单准备：

纸，笔，桌椅。

现在开始：

①家长画一些简单的迷宫，比如一条绕来绕去的曲线。在曲线的头和尾分别画一个小房子，引导宝宝从一个小房子走到另一个小房子。家长可以给宝宝一辆玩具小车，让宝宝用小车沿着线路试着走出迷宫。

②可以利用家中的桌椅做成一个立体的小迷宫。家长站在一边，让宝宝在桌椅间绕来绕去或钻来钻去，走出迷宫来找自己。

还要知道：

这个游戏可以让宝宝真实地体验空间方位的概念。所设置的迷宫要考虑到宝宝的情况，刚开始尽量设置一些最简单的迷宫，再由易到难，不断地激发宝宝的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

4.称米学重量

成长目标：

让宝宝学会观察和比较物件的重量。

简单准备：

小硬纸盒两个，小木棒一根，细绳两条，小铁钩两个，米一些。

现在开始：

①家长先将纸盒的盖子剪去，将绳子分别绑在小木棒的两端，再在两端的绳子上绑上两个小铁钩，将两个纸盒分别挂在上面，做成一个简易的秤。

②让宝宝把米分别放进两个纸盒内，哪一边坠下，就告诉宝宝坠下的一边重了，让宝宝在另一边加米。

还要知道：

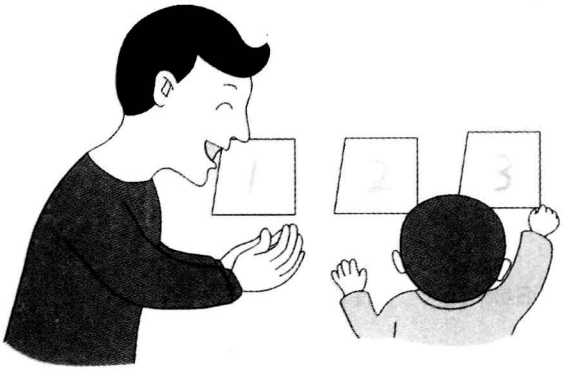
也可以把大米换成其他小物品，如小绿豆，让宝宝说哪一边更重。自由变换不同的物体，可以加深宝宝对重量的认识。物品要让宝宝自己放进去，这样，宝宝就会对重量的概念有更直接的感受。



爸妈记录

宝宝完成情况：□很好 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：



5.数字游戏

成长目标：

发展宝宝的瞬时记忆力。

简单准备：

安静的环境，宝宝心情愉悦时，数字卡片若干。

现在开始：

①家长随意念一个数字，让宝宝复述一次。接着让宝宝复述两个数字，比如家长说1、2，宝宝跟着复述1、2。随着宝宝认知能力的增强，逐渐增加到复述3个、4个数字。数字可以随意组合。

②还可以把一些简单的数字卡片混在一块，让宝宝按顺序排列。刚开始可以是数字1、2、3混在一块让宝宝排列，再根据宝宝的情况，逐渐增加难度。

还要知道：

宝宝的接受能力有限，家长不要操之过急。一般2~3岁孩子能复述3个数字，有的可以一次复述5个数字。为了增加宝宝学习的兴趣，家长也可以教宝宝一些数字儿歌，如：一二三四五，上山打老虎，老虎有几只？让我数一数，一二三四五。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.像什么

成长目标：

给右脑更多的刺激，发展宝宝的想象力和创造力。

简单准备：

一面无过多视觉刺激的墙，户外。

现在开始：

①宝宝背对家长，家长拿着图画卡片或积木，从宝宝的左耳后方进入宝宝的左眼视野。问宝宝：“这个像什么呀?”让他自己用丰富的想象来回答。

②家长也可以和宝宝观察天上的云朵，启发宝宝对云朵进行丰富的想象，问他这片云像什么，那片云像什么。

还要知道：

如果宝宝不会想象，家长可以启发。但不要问宝宝：“这是什么?”这样的问题很容易得到单一的答案，最后禁锢了宝宝的想象。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

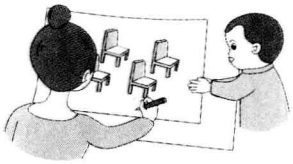
7.数数之旅

成长目标：

培养宝宝的数学能力。

简单准备：

带着宝宝在家里散步。



现在开始：

①家长边在家里走，边带着宝宝数椅子，找到椅子就大声说：“一把椅子，两把椅子。”

②数到5的时候，家长停下来在一张大纸上画5把椅子给宝宝看，然后让宝宝再数一遍。

③数完椅子后，家长还可以带宝宝一起数桌子、书等。

还要知道：

宝宝应该会非常喜欢这个游戏的，但最好不要数得太多，因为宝宝容易对冗长的东西失去兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

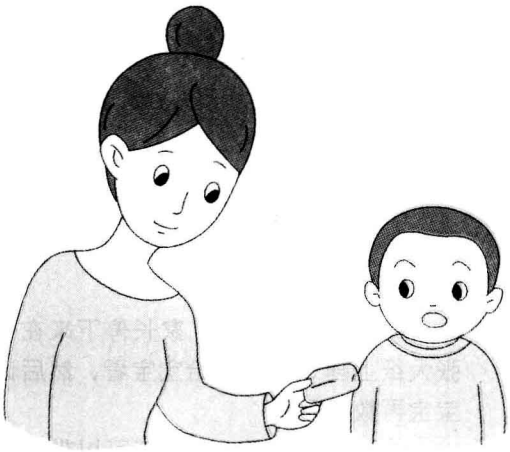
一句话微博：_____

_____

8.触碰游戏

成长目标：

测试孩子的反应能力，训练孩子的正常适应能力。



简单准备：

冰袋、热水袋等刺激物。

现在开始：

①拿一个冰袋，触碰一下宝宝的表面肌肤，看看宝宝的反应如何。家长可以试着引导宝宝说出自己的感受。之后再用热水袋“测试”一下宝宝，看看宝宝的反应又是如何。

②在一个小布袋里装上各种软硬的东西，再用小布袋来触碰宝宝的表面肌肤，训练宝宝正常的适应能力。

还要知道：

热水袋或冰袋的刺激性不宜太强。有的宝宝不愿别人碰他，这时候家长不妨把各种袋子，如热水袋、冰袋、小石子袋、沙袋等放在一起，让宝宝亲自挑一个袋子来“测试”一下自己的表面肌肤。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □非常棒 □很好 □太棒了

一句话评价：_____

9.会变的影子

成长目标：

培养宝宝对影子现象的探索兴趣。引导宝宝观察光照射角度的不同与影子长短变化的联系，提高宝宝的思维能力以及认知能力。



简单准备：

手电筒一个，布娃娃一个。

现在开始：

①家长打开手电筒，将手电筒放在布娃娃的左边，让宝宝观察手电筒照射下娃娃右边黑黑的影子。

②把手电筒放在娃娃的右边，这时，影子竟然跑到娃娃的左边去了。再把手电筒放在娃娃的头顶上方，让宝宝找找娃娃的影子在哪里。

③家长将娃娃放在离手电筒远些的地方，这时，娃娃的影子变长了，再将娃娃放远些，影子更长了，再试试，看一看影子到底有多长！

还要知道：

家长可以不停地变换照射的角度，比如让娃娃离手电筒近些，再让宝宝看看这次会变成什么样？如果宝宝有兴趣，也可以让宝宝自己拿着手电筒找影子。还可以带宝宝到户外去观察影子。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.找帽子

成长目标：

让宝宝体验游戏的愉快，增进亲子情感。

简单准备：

彩纸。

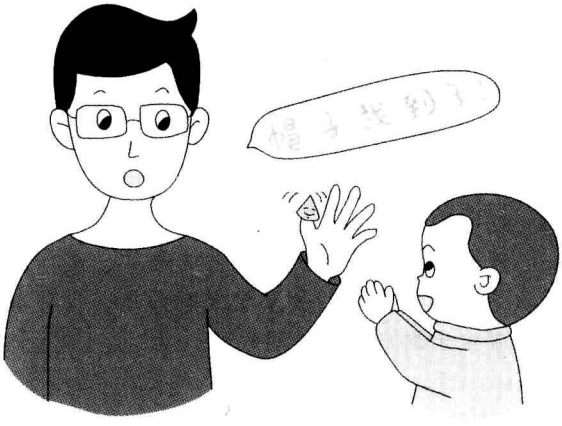
现在开始：

①家长先用彩纸折一顶圆锥形小帽，将小帽子戴在自己的大拇指上，并在大拇指上画出人的五官，变成小朋友。

②家长边晃动大拇指，边和宝宝一起唱儿歌："小朋友，真调皮，东跑西跑没个停，帽子都被跑飞啦，找呀找呀找，帽子找到了，真呀真高兴。"当念到"帽子跑飞啦"时，家长将小帽子捏在手里；当念到"帽子找到了"时，家长把手绕到背后，悄悄将小帽子戴回大拇指上，拿出来，在宝宝面前晃一晃。

还要知道：

宝宝知道怎么玩找小帽子的游戏后，给宝宝也折一顶小帽子，戴在他的大拇指上，和宝宝一起来找帽子。为了增加游戏的趣味性，家长也可以悄悄地将小帽子藏在宝宝的衣服兜里，或衣服上的帽子里等，让宝宝自己找。

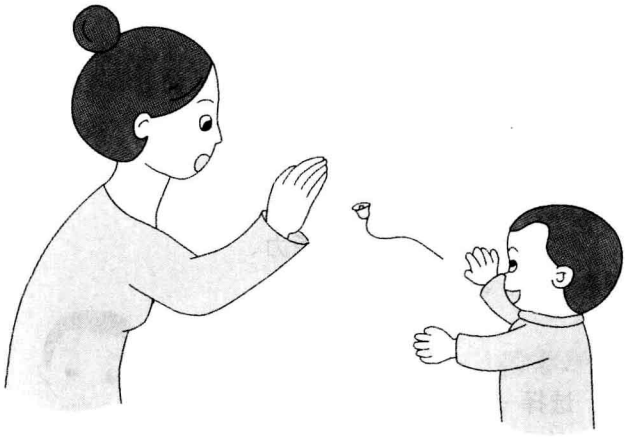


爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：

11.小铃铛



成长目标：

培养宝宝良好的倾听习惯和观察兴趣，提高宝宝对各种声音的分辨能力。

简单准备：

铃铛，毛线。

现在开始：

①家长拿出准备好的铃铛，在铃铛上系一根毛线，让宝宝拉着铃铛跑一跑、抛一抛、踢一踢、晃一晃，充分感知铃铛在晃动中发出来的响声。

②让宝宝转过身，家长把铃铛藏在自己的衣服里，让宝宝把铃铛找出来。如果宝宝找不到，家长可以晃几下身体，让铃铛发出响声，让响声去引导宝宝找到铃铛。

还要知道：

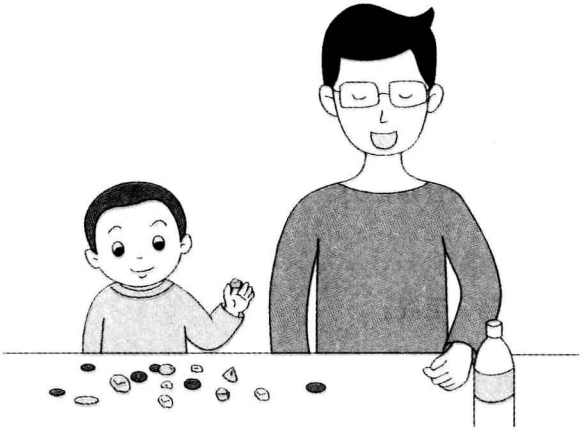
宝宝熟悉这个游戏后，家长可以把铃铛放在一个盒子里，然后把有铃铛的盒子和没有铃铛的盒子混在一块儿，让宝宝通过摇动盒子找到铃铛。玩熟练以后，家长还可以在其他盒子里加入其他的物品，如小豆子、钥匙等，让宝宝在几种声音中分辨出铃铛的声音。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

12.采集小石子



成长目标：

提高宝宝的认知理解能力、观察能力，教宝宝学会分类。

简单准备：

选择一个晴朗的天气带宝宝到户外去采集小石子，一个塑料瓶或盒子。

现在开始：

①家长先和宝宝讲讲你们所要做的事，然后带着小塑料瓶一起到户外去采集小石子。找小石子的时候，家长要用语言提醒宝宝你们在找哪一种石子，比如，“让咱们找些白色的小石子吧。”“让咱们找些光滑点儿的小石子吧。”所找的石子可以是大的、小的、光滑的、粗糙的、白色的、黑色的等。

②找完之后，家长和宝宝把石头带回家用水洗洗，让宝宝仔细观察它们，引导宝宝说说它们可能来自哪里。再把这些小石子混在一块儿，让宝宝对这些小石子进行分类。

还要知道：

研究表明，家长和宝宝之间爱的相互依恋以及家长对宝宝积极、恰当的鼓励，在宝宝的成长中起着非常重要的作用。在采集石子的过程中，家长也要注意宝宝的安全，以免宝宝把小石子放进嘴里。如果家长说过几次，宝宝仍喜欢将东西往嘴里放，就要停止游戏。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以吧 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话概括：_____

13.辨别玩具

成长目标：

提高宝宝对事物的分析辨别能力，增加亲子情感。

简单准备：

宝宝喜欢的玩具。

现在开始：

①家长可以将宝宝平时玩过的玩具都找出来，让宝宝找出这些玩具的共同处，比如哪些有轮子、哪些玩具的颜色是相同的、哪些玩具能发出声音。

②家长挑出两个能发声的玩具和一个不能发出声音的玩具，让宝宝指出哪两个玩具类似。如果宝宝不知道怎么分辨，家长可以引导宝宝："看，宝宝，这个娃娃可以发出声音。捏捏看！你能让那个娃娃也发出声音吗?"再问宝宝另外一个玩具是否能发出声音。

还要知道：

宝宝大脑最灵活、最乐意学习的时期是在3岁之前，这个时期也是宝宝大脑最迅速变化的时期。在这期间，宝宝能接触到各种各样的新体验。家长要给宝宝多创造一些认识新事物的机会，让宝宝在游戏中不断地体会到新鲜感。



宝贝记录

宝宝的情绪：□太棒了 □不错哦 □很好 □太棒了

14.小水坑

成长目标：

培养宝宝的思考能力以及观察能力。

简单准备：

下雨后的室外，小木棒一根，小纸船若干，小石子若干。

现在开始：

①雨后，带着宝宝到室外找个小水坑，引导宝宝用小木棒绕着水坑画个圈，再画个圈，再写几个简单的阿拉伯数字，或者让宝宝自由地在上面比画。

②和宝宝一起把准备好的小纸船放进水坑，观察小纸船是否会在风的作用下，向前移动。

③朝水坑里扔小石子，看看水坑会有怎样的变化，宝宝是否能投中小纸船。



还要知道：

这是一个很好的观察游戏，此游戏可以启发宝宝的思考，还可以增进宝宝和家长之间亲密的情感联系，愉悦宝宝的心情。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：

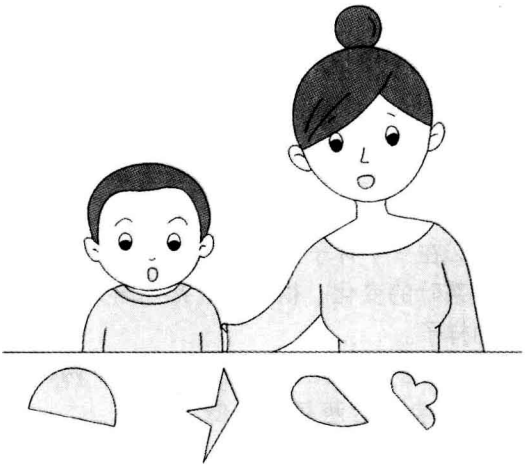
15.另一半在哪里

成长目标：

培养宝宝善于观察、善于发现的习惯，提高宝宝的认知能力、观察能力以及动手能力。让宝宝感受对称的美。

简单准备：

蒙眼布，一些对称物体的图片。



现在开始：

①家长先用蒙眼布将宝宝的眼睛蒙上，再拿出准备好的对称物体的图片，如蝴蝶、蜻蜓、树叶、圆形等的图片，将它们沿着对称的轴线剪开成两半。

②将每个图片的另一半放在宝宝看不见的地方，然后摘下宝宝的蒙眼布，让宝宝猜猜它们各是什么。

③宝宝熟悉这些物体后，家长把剪好的对称图片都混在一块，让宝宝将这些图片配对。比如，家长拿出半边树叶，让宝宝找它的另一半。

还要知道：

宝宝能够进行对称图案的配对之后，家长可以再找些简单的图片，并从中剪开，把几种图案混在一块，让宝宝找找另一半。刚开始，家长可以选择一些颜色差别较大的几种图案，等宝宝熟悉这个游戏后，可以挑一些容易混淆的图让宝宝找另一半。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.泡茶叶

成长目标：

提高宝宝的认知能力，激发宝宝的好奇心，培养宝宝的科学探索精神。

简单准备：

玻璃杯两个，茶叶若干。

现在开始：

①家长先在两个杯子里放些茶叶，让宝宝观察茶叶的形状，并问问宝宝它们像什么。

②在一个杯子里倒上热水，在另一个杯子里倒上冷水，引导宝宝观察两个杯子里茶叶的变化。很明显，热水杯中的茶叶舒展开来，而冷水杯中的茶叶还是原来的样子。

③过了一会儿，让宝宝观察一下两杯水的颜色有什么不同，等热水凉下来后，再让宝宝尝尝两杯水的味道，看看有什么不一样。



还要知道：

游戏中家长要注意宝宝的安全，别让热水烫到宝宝。为了增加游戏的乐趣，家长也可以引导宝宝用水彩笔将不同状态下的茶叶形状画出来。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话概括：_____

17.大小分类



成长目标：

让宝宝对物体的大小形成概念，教宝宝学会按大小分类。

简单准备：

红、黑和方形、圆形等颜色和形状大小各异的扣子和瓶盖，桌子。

现在开始：

①家长将8粒大小不同，颜色、形状各异的扣子混在一起，放在桌子上。先告诉宝宝哪个大，哪个小，然后让宝宝先挑出大扣子放在一边，挑出小扣子放在另一边，直至挑完。

②家长再将大小扣子混在一块，并在其间混入一些大大小小的瓶盖，让宝宝将大瓶盖和大扣子放在一边，将小扣子和小瓶盖放在另一边。

还要知道：

这个游戏可以让宝宝学会不受扣子的颜色和形状的影响，按大小、特征分类。家长也可以利用扣子和瓶盖让宝宝进行形状和颜色分类的训练及学习点数。

爸妈记录

宝宝完成情况：□让我惊喜 □不错哦 □很棒 □太棒了

一句话感言：

2~3岁宝宝的情绪与社会性发展

宝宝在2~3岁的时候，已经开始有了自己的意识，有了自己的性格，能较快地适应集体生活。喜欢亲近同伴，知道使用不同的方法与人沟通，如用身体接触、眼神交流等获得别人的关注。会对熟悉的人打招呼，并使用简单的礼貌用语，如阿姨好、谢谢、再见、对不起等。对大人和同伴的情绪会有适度的反应，并有初步关心他人的表现。

但这个时候的宝宝情绪起伏不定，一高兴就手舞足蹈，一不开心就耍性子不理人，情绪方面开始难以自控，进入了人生的第一次反抗期。

尽管自己的情绪不太容易控制，但两岁大的宝宝对于家长的不快情绪反应是强烈的。他们会通过一系列的对策来帮助家长缓解不良情绪。但他们对于陌生人的悲伤还没有如此敏感。家长可以和宝宝玩一些类似“卖火柴的小女孩”“给老爷爷捶背”这样的游戏，让宝宝学会判断和体会别人的情感，并让他意识到自己能成为一个善良而且关心他人的人。待宝宝能慢慢理解自己的情感之后，家长可以通过讲道理的方式让宝宝理解一些有关情感的问题。另外，家长和宝宝间应该保持一种牢固而可靠的关系，并以此为基础，逐渐向宝宝解释各类情感，让宝宝渐渐产生亲社会行为。

平时，家长可以训练宝宝和别人一起玩合作游戏，通过这种游戏培养宝宝建立与同龄人的友好关系，让宝宝在游戏中懂得遵守一定的规则，遵守角色的各项义务，在角色游戏中领会人与人的交往和联系，并懂得相互合作，团结友爱。同时，多带宝宝接触社会，教会宝宝有礼貌地称呼周围的人。鼓励宝宝自己去叙述一些事情，比如今天玩了什么游戏，上动物园都看到了哪些动物，图画书上都有什么植物。还可以教宝宝记住家长的名字、职业、单位、家庭住

址、宝宝的年龄等。

另外，这一阶段的宝宝已形成了最基本的道德情绪，对家长的赞许会表现得很开心、很自信，而对家长的批评则会产生一定的羞耻感。宝宝能辨别一些简单的是非行为，但宝宝的道德评价能力是在家长的影响下形成的。他们开始只是重复家长的看法，以后才会慢慢地学会独立分析。所以，家长在对宝宝进行道德教育时，除了应做到以身作则外，还要激发宝宝对一些美好社会道德的行为产生愉快、自豪、向往的情绪，而对违反社会道德的行为表示厌恶与蔑视。

在日常生活中，家长要及时表扬宝宝好的行为，并纠正宝宝不良的行为习惯。教育宝宝爱护自己的玩具，有礼貌，不乱扔垃圾，爱护公物，不随地大小便等等。家长还要从小发展宝宝的美感，让宝宝学会发现生活中美的一面，看到美的东西会产生愉悦的情绪。

1.放大镜中的世界

成长目标：

培养宝宝的快乐情绪，增强宝宝与家人之间的情感交流，锻炼宝宝的语言表达能力。



简单准备：

放大镜，卡通书，字卡“大”和“不同”。

现在开始：

①家长拿给宝宝一个放大镜，并和宝宝讲讲放大镜的作用，让宝宝通过放大镜看到一个不同的世界，并教宝宝“大”和“不同”这两个词汇。

②让宝宝拿着放大镜看自己平时喜欢看的卡通书，他会发现书上的图和字变大了很多。当他惊奇于这种神奇的变化时，他会高兴地拉着大人一起分享他的“新发现”。

还要知道：

让宝宝从新的角度来观察自己很熟悉的事物，这可以丰富宝宝对事物概念的理解。在宝宝玩放大镜时，家长可以让宝宝自由地发挥和玩耍。不要刻意引导宝宝该看什么，以免宝宝对游戏失去兴趣。也许宝宝没办法表达放大镜中的世界，但家长可以表现得很开心，宝宝也会喜欢上这个游戏的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.做家务

成长目标：

让宝宝学会自己照料自己，做一些力所能及的家务，增强宝宝的自信心。

简单准备：

一块小毛巾，一块湿布。

现在开始：

①当宝宝拒绝家长给他擦脸和手时，家长可以递给他一块擦嘴用的小毛巾，并故意在宝宝面前做擦脸和手的动作，还说：“擦擦嘴巴，擦擦脸，擦擦手，真呀真干净。”宝宝看到家长这样做，也会跟着做。

②家长还可以给宝宝一块湿布，教宝宝抹桌子。



还要知道：

在整个过程中，家长要尽量让宝宝自己去做。不管做得好不好，家长都要给予宝宝表扬与鼓励，满足宝宝的自信心。如果家长强行包办，不仅会让宝宝失去对这个游戏的兴趣，而且不利于宝宝的身心发展。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

3.给小兔子搬家



成长目标：

让宝宝学会处理一些“意外”的事情，培养宝宝的耐心，增强宝宝的挫折承受力。

简单准备：

大夹子，小兔子毛绒玩具，玩具篮两个。

现在开始：

①家长在一个篮子里装上宝宝的小兔子毛绒玩具，然后告诉宝宝：“我们要给小兔子搬家，要把它们从一个篮子搬到另一个篮子。搬的时候要特别小心，千万别让它们摔到地上，要不它们会摔疼的。”

②让宝宝用大夹子从一个篮子里夹出玩具放到另一个篮子里。篮子之间的距离可以根据宝宝的情况进行调整。

③如果宝宝没夹稳玩具，玩具掉到地上了，家长要引导宝宝：“快把小兔子抱起来，亲亲小兔子，问问它摔疼了没。”宝宝将玩具抱起来亲亲，这时家长可以说：“亲亲小兔子，它就不疼啦！我们再搬另一个吧。”

还要知道：

对于宝宝来说，用夹子夹玩具就像让他学习用筷子夹菜一样，不是一件容易的事。宝宝夹一个可能就会想到要放弃。这时，家长要不断地用话语去引起宝宝的兴趣，比如唱儿歌，多多鼓励宝宝。刚开始也可以把两个玩具篮放在一起，再慢慢拉开它们的距离以逐渐增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

4.妈妈哭了

成长目标：

让宝宝学会关心别人，安慰和帮助他人，保护宝宝最初的社会性同情心。

简单准备：

宝宝心情愉悦的时候。



现在开始：

①妈妈假装生病了，可爸爸又不在家，怎么办呢？这时可以让宝宝做些力所能及的事，比如安慰妈妈、帮妈妈端水、吃药等。

②妈妈也可以装作很难过、快要流泪的样子，引导宝宝学会怎样安慰别人。如果宝宝刚开始碰到这种情况不知道怎么办，妈妈可以向宝宝提出要求，比如让宝宝抱一抱自己，告诉宝宝“抱一抱妈妈，妈妈心里就会舒服一些，也不那么难过了”等。

还要知道：

妈妈要及时为宝宝的付出表示感谢。两岁多的宝宝已经能观察到他人的不愉快情绪并表达出自己的关心了，他会试着做些力所能及的事来让对方开心起来。这个游戏可以在日常生活中进行，在家人真的出现情绪波动或身体不适时，以直接沟通的方式向宝宝表达，这有助于宝宝正确地认知他人的情绪，并表达自己的关心。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.如果没有眼睛

成长目标：

培养宝宝的同情心，让宝宝设身处地感受到盲人的难处，并能体会到被人帮助时的感受。

简单准备：

丝巾一条。



现在开始：

①家长和宝宝相向而坐，家长用丝巾蒙上宝宝的眼睛。

②家长问宝宝：“如果人没有眼睛，会怎么样呢?”家长可以引导宝宝说“如果没有眼睛，我就会看不见……”或者“看不见爸爸妈妈，看不见宝宝喜欢的玩具，还有什么看不见的?”如果宝宝说不出来，家长可以再引导：“宝宝能看到奥特曼吗?”等。

③家长还可以让宝宝剥橘子，也可扶着宝宝走路，问问宝宝有何感受。当宝宝感觉到有难处时，家长要及时地帮助宝宝，并说：“我来帮助你!”

还要知道：

这个游戏可以让宝宝充分地去感知没有眼睛的世界会是怎样的。但时间不宜太长，否则会让宝宝感觉难受，毕竟这个年龄段的宝宝注意力能集中的时间十分有限。另外，这个游戏也可调换角色进行，让宝宝来帮助妈妈，引导他说出“让我来帮助你!”

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.表演哑剧

成长目标：

提高宝宝的观察能力，让宝宝学会了解他人的需要，感知他人的情绪和情感，培养宝宝的同情心。

简单准备：

纸盒一个，一些水果。

现在开始：

①在游戏中，家长不说话，只是做手势来表达自己想要的东西或想要表达的意思，然后让宝宝来猜。比如做打字的动作，让宝宝猜猜是什么物品。如果宝宝猜对了，家长要及时地表扬宝宝，并奖励宝宝一个水果。如果其中有宝宝没有理解的动作，家长可以做些提示，加深宝宝的印象。一次游戏以猜 3~5 次为宜。

②也可以调换角色，让宝宝做动作，家长来猜宝宝想要表达的意思，或者想要的东西。

还要知道：

刚开始让宝宝猜的物品一定是宝宝非常熟悉的，慢慢再增加游戏的难度，如果宝宝总是猜不出来，他就不会集中精力地去思考问题，游戏也就难以进行下去了。所以这个时候，家长可以适当地给宝宝一些提示。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.“对不起”

成长目标：

培养宝宝的同情心。让宝宝学会对别人不小心做错的事表示同情，并有礼貌地解决问题。丰富宝宝的词汇量。

简单准备：

玩具娃娃两个，字卡“对不起”“没关系”。



现在开始：

①家长先教宝宝认读字卡“对不起”“没关系”。

②家长和宝宝各拿一个玩具娃娃，让两个玩具娃娃在地板上走来走去，走了一会儿，家长可以故意碰一下宝宝的玩具，然后说声“对不起”，并引导宝宝说“没关系”。

③一边“走”，家长还可以一边教宝宝唱儿歌：“啦啦啦，小朋友，做游戏，你追我赶真有趣。一不小心踩到你，赶紧说声‘对不起’。没事没事‘没关系’，礼貌用语要牢记。”

还要知道：

这个游戏可延伸到日常生活中，比如家长答应宝宝的事情没做到时，家长可以说声“对不起”，并向宝宝解释原因，以便取得宝宝的理解，但切不可以此来作为不守承诺的借口。如果家长空口承诺太多，宝宝就会变得以后不再信任父母，会对父母失望，而且长大后也会和父母一样轻易向别人许诺。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.卖火柴的小女孩

成长目标：

通过对卖火柴的小女孩的遭遇的描述和理解，激发宝宝的同情心。

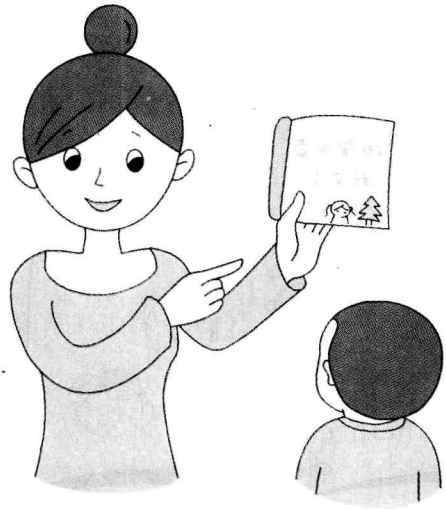
简单准备：

《卖火柴的小女孩》图画书。

现在开始：

①家长拿出图画书，边指着图边给宝宝讲《卖火柴的小女孩》的故事。

②讲到“她没有棉衣，穿着一条旧裙子，头上围着一条破头巾，脚上穿着一双拖鞋。她沿街叫卖，可是没有一个人理她……”时，家长可引导宝宝想象小女孩当时的情形，以及小女孩的感受。



③宝宝熟悉这个故事以后，家长可以以这个故事为蓝本，让宝宝扮演故事中的小女孩，赤着脚在街上卖火柴的情节。表演的时候，家长可以为宝宝做提示和画外音。

还要知道：

平时家长和宝宝在一起的时候，可以经常给宝宝讲一些培养宝宝同情心的经典故事，比如《三毛流浪记》《雾都孤儿》等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.表情书

成长目标：

让宝宝通过丰富夸张的表情图片，感受人物的各种情绪变化，增强宝宝的人际交往能力。

简单准备：

各种人物表情（如快乐、悲伤、大笑、哭泣等）的图片。

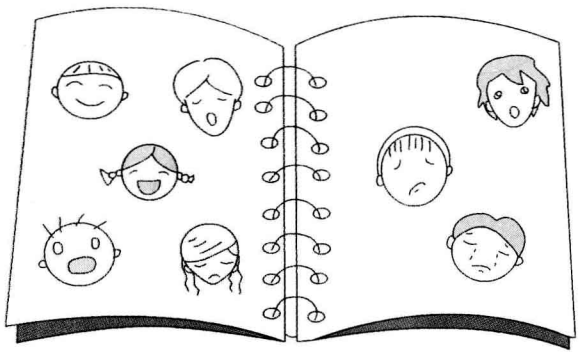
现在开始：

①家长可以将各种表情的人物图片贴在一本活页笔记本上，做成一本表情书。

②和宝宝一起看这本表情书，每看到一个表情，就和宝宝讨论这是什么表情。比如，看到笑脸图片时，家长先问宝宝这是什么表情。如果宝宝不知道，家长可以模仿图片大笑。宝宝理解了图片后，鼓励宝宝也试着这样做。看到哭泣的图片时，家长假装哭泣，让宝宝也跟着模仿，以此类推。慢慢地，宝宝就能看懂这本表情书了。

还要知道：

适当地宣泄情绪，对宝宝来说是非常重要的。在日常生活中，家长要让宝宝学会将自己的情绪宣泄出来，学会如何去表达自己的真实情感。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.宝宝学礼貌



成长目标：

让宝宝学习一些基本的礼貌用语，丰富宝宝的词汇量，增强宝宝的人际交往能力。

简单准备：

镜子。

现在开始：

①家长做出打招呼、再见等动作，让宝宝跟着模仿。比如挥动一只胳膊，代表打招呼；手抬起，左右摇摆，代表再见。让宝宝在镜子前面做这些动作，并了解这些动作的含义。动作可不断重复，以便加深宝宝的印象。

②宝宝熟悉这些动作后，家长要告诉宝宝这些动作可以用于哪些场合，比如去别人家做客，当我们离开时，要挥动手和别人说“再见”。

③家长可以故意做错动作，让宝宝来纠正。这样可以加深宝宝的印象，也可以让宝宝获得成就感。

还要知道：

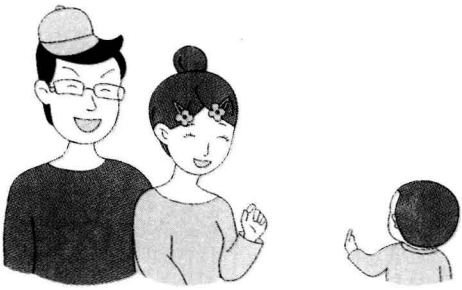
2~3岁的宝宝已经能掌握一些基本的礼貌了。他可以注视着客人说“您好”，高兴时会拿出玩具和朋友共同玩耍，需要别人帮助时会用“请”“劳驾”之类的礼貌语，父母帮助后会说“谢谢”。对这个阶段的宝宝而言，最重要的是坚持。所以，家长应多给宝宝提供一些机会和鼓励，帮助宝宝巩固学习成果。有些宝宝胆小害羞，不愿表达，就不必勉强，以免宝宝因害怕而重复发音，出现口吃的问题。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.小伙伴聚会



成长目标：

让宝宝掌握餐桌上的礼仪，以及与人沟通的技巧，锻炼宝宝的人际交往能力。

简单准备：

娃娃头饰，水果，饼干，果汁等。

现在开始：

①爸爸妈妈戴上娃娃头饰，扮作小伙伴，宝宝邀请小伙伴到家里来聚会，小伙伴都穿着漂亮的衣服。宝宝在门口迎接，并把客人引入客厅，让客人坐下。

②宝宝把之前准备好的水果、饼干、果汁等拿出来，分给小伙伴吃，和小伙伴聊天，热情地招待他们。

③当小伙伴要离开时，宝宝礼貌地将他们送到门口，并欢迎他们有空再来。

还要知道：

礼貌是宝宝发展良好人际关系所必备的条件。有礼貌的宝宝往往能够更好地与他人进行交流，也更加容易得到别人的欢迎和喜爱。在游戏中，家长可以借机帮助宝宝巩固“请”“谢谢”“您好”等礼貌用语的用法。

附：《礼貌用语七字诀》

与人相见说“您好”，祝贺别人说“恭喜”。

向人询问说“请问”，麻烦别人说“打扰”。

得人帮助说“谢谢”，分别在即说“再见”。

言行不妥“对不起”，包容别人“没关系”。

礼貌用语时时用，文明宝宝人人夸。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.不同的职业

成长目标：

让宝宝了解各种不同的职业，有利于拓展宝宝的知识面。

简单准备：

不同职业的人物图片。

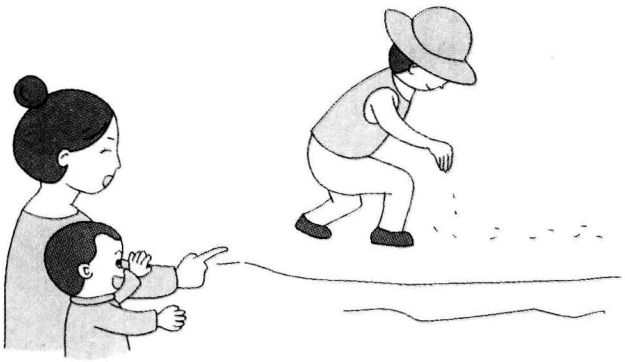
现在开始：

①家长拿出不同职业的人物图片一一展示给宝宝看，让宝宝分别说说他们的职业。比如在给学生上课的是老师，在给病人打针的是护士，站在路中间以标准的手势指挥交通的是交警，等等。

②挑选一些能让宝宝观察到的对象，让他观察一阵子，看看他们是怎样工作的。比如售货员、理发师、售票员等。

还要知道：

家长可以经常利用各种机会让宝宝认识各种不同职业的人，这有利于拓展宝宝的知识面，加强宝宝对各种职业的理解。刚开始，家长还可以利用家庭相册，让宝宝从家庭成员学起。首先介绍爸爸妈妈分别是从事什么工作的，然后介绍其他家庭成员从事做的是什么工作，以及怎么称呼。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.独处



成长目标：

让宝宝学会自己和自己玩，享受独处的乐趣，培养宝宝的自立能力。

简单准备：

宝宝最喜欢的玩具。

现在开始：

①家长拿出宝宝最喜欢的玩具，让宝宝在一个房间自己玩，并告诉宝宝："妈妈在另外一个房间，看谁能和自己玩，谁坚持得更久，谁就是胜利者。"

②家长悄悄观察宝宝，在大约1个小时后，如果宝宝很开心地一个人玩，没有哭着闹着来找家长，家长就可以给宝宝适当的奖励，告诉宝宝"你真棒"。

还要知道：

随着宝宝的不断成长，宝宝的注意力也在不断发展。当家长不在身边的时候，两岁以上的宝宝一般可以玩得很专心，并且自得其乐。当宝宝着迷于某个游戏时，家长最好不要去打扰他，让他自己一个人静静地玩。当宝宝自己玩得很开心时，家长一定要赞扬他，或者奖给他一个小礼物。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.学洗手

成长目标：

锻炼宝宝的秩序感，培养宝宝的自立能力。

简单准备：

洗手液，毛巾。

现在开始：

①家长带宝宝到洗手池边，教宝宝将袖子挽起，打开水龙头，将手冲湿，再关上水龙头，抹洗手液。

②家长边唱儿歌“搓搓搓，搓手心，搓搓搓，搓手背，换只手，再搓搓，冲冲冲，冲冲手，冲冲冲，冲干净，关上龙头耍三下，一二三”，边教宝宝用手搓洗手心、手背、指缝等手的各个部位，再打开水龙头把手冲干净。

③关上水龙头，家长把毛巾递给宝宝，让宝宝用毛巾将手擦干。



还要知道：

刚开始，家长可以边讲边给宝宝做示范如何洗手，慢慢就让宝宝自己洗手。如果宝宝做错了，家长可以口头提醒。以后每次饭前便后都让宝宝自己洗手并将手擦干，让他逐渐养成良好的生活习惯。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.给老爷爷捶背

成长目标：

让宝宝学会关心别人，尊敬老人，体验帮助别人、关心别人的乐趣。培养宝宝对真、善、美的认知能力。

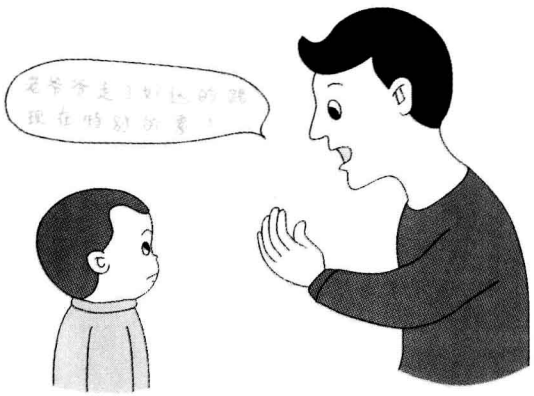
简单准备：

一位老爷爷，几把椅子。

现在开始：

①家长用认真的口吻对宝宝说："老爷爷走了很远的路，现在特别累，我们是不是该为老爷爷做点儿什么呢?"引发宝宝主动思考，并引导宝宝给老爷爷搬椅子或拉动椅子。

②家长再说："我们一起给老爷爷捶捶背、捶捶腿，好不好啊?"然后教给宝宝怎么给老爷爷捶背，并和宝宝一起做。如果宝宝做得好，要及时地给予表扬，如果宝宝不主动，要用语言多鼓励宝宝去做。



还要知道：

游戏结束，当老爷爷说"谢谢"的时候，家长要引导宝宝回答"不用谢"。另外，游戏过程中，如果宝宝搬不动椅子或拉不动椅子，家长要帮助宝宝。引导宝宝为爷爷捶背时，应提醒宝宝动作轻柔些。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2~3岁宝宝的艺术潜能发展

2~3岁的宝宝已经有了一定的艺术能力。他们在艺术活动中具有初步的感知与体验、创造与表现、反思与评价的能力，最重要的是，他们能够体验艺术的快乐。他们常常会通过动作来表现对音乐、对绘画的意识，且能用所触及的物体制造各种声音。如晃动手臂、敲打水杯、随着音乐扭动腰肢、随性涂抹自己认为好看的图案等。他们喜欢唱歌，能记住一些鲜明生动、有特点、容易理解的音乐，而且对某段简单的音乐有较强的“复制”能力，能准确地重复好几首歌曲。

他们有时候还会自己创作并改编歌词，能够模仿听到的曲调，弹奏简单的乐器，能理解音乐的强弱、高低与快慢，渐渐还会用优美的、饱含感情的动作来跳舞。

艺术能促进宝宝感官系统的发展，愉悦宝宝的身心，还能与宝宝的个性发展相互作用，培养宝宝的观察力、想象力和动手能力，对宝宝的视觉以及空间能力的发展也很有帮助。实际上，艺术表达的过程也是宝宝心境和情感的表达过程。宝宝不开心的时候，可以借助对乐器的敲击发泄自己的不满。而当宝宝涂画了一张作品得到了家长的表扬时，他的心情也会无比愉悦。

在绘画的时候，宝宝希望带上自己的想象，可能会把无生命的东西画成有生命的，把静的画成动的，或者把动的画成静的，把毫不相干的东西混在一块儿。这种不受约束的自由表达是宝宝所特有的，也是最为宝贵的东西，家长最好不要过多干预。当宝宝把画交给你时，你可以微笑着问宝宝：“你画的是什么，说给妈妈听听好吗？”比如画大树的时候，他可能会抹上三种颜色，绿色表示春天的树叶，红色表示夏天的树叶，黄色表示秋天的树叶。他可能会解释

说，他希望四个季节的小树叶能永远和树妈妈在一起，这个时候家长还能说什么呢？难道还忍心说宝宝的画画得很幼稚吗？其实宝宝的想象力总是丰富的，也是最值得保护的。

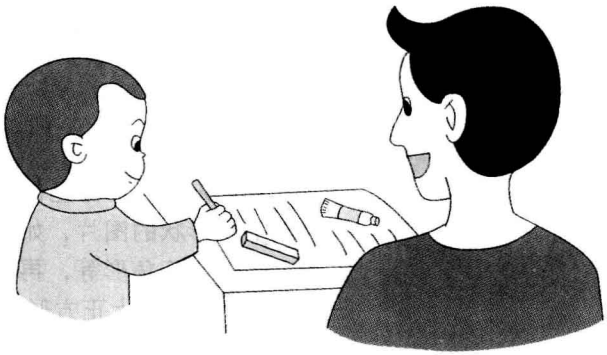
平时，家长可以为宝宝多准备一些颜料或各种小乐器，让宝宝自由地探索颜色的乐趣，自由地弹奏、敲击或吹奏。宝宝总是乐于自己琢磨东西，或许不久之后，你就会发现宝宝能弹出一首令人情绪激昂的曲子。闲暇的时候，家长可以和宝宝一起唱唱儿歌，有感情地朗读诗歌。宝宝在喜欢的游戏活动中，会尽情地体验音乐的乐趣，自由地进行创作和表演，更直观地感受到音乐所带来的快乐。

2~3 岁的宝宝依然是动作性思维占主要地位，所以，家长在有意识地发展宝宝艺术能力的时候，要让宝宝用具体的身体活动来体验和感受艺术，在日常生活中培养宝宝对艺术的兴趣。经常带宝宝到大自然中去感受音乐的美，让宝宝听听鸟儿婉转的叫声、呼呼的风声、淅淅沥沥的雨声等，激发宝宝对音乐的热爱、对美的感悟力。也可以选择一些简单的画或生动有趣的歌曲让宝宝模仿，激起宝宝愉快的情感，使宝宝的艺术天赋得以很好的发挥。

1.从这儿到那儿

成长目标：

让宝宝熟悉一些动物和日常用品，锻炼宝宝的手眼协调能力、写字所需的良好的动手能力，以及识别形状与颜色的能力。



简单准备：

有彩图的杂志或者宝宝喜欢的卡通书，蜡笔。

现在开始：

①拿出一本杂志，打开并翻到宝宝熟悉的页面上，用手指着其中的两个图片，如：大象和老虎的图片或牙刷和牙膏的图片，教宝宝如何在这两样东西之间画一条直线。刚开始可以让宝宝用手指出来，接着让宝宝用蜡笔将两个图连接起来。

②也可以先让宝宝用同一种颜色的蜡笔在大象和老虎的外围描画出一个轮廓，然后让宝宝用蜡笔把这两个轮廓用直线连接起来。

还要知道：

游戏前，家长可以先和宝宝讲讲什么是直线。如果宝宝不知道怎么画，家长可以大手握住宝宝的小手，教宝宝练习一遍，再让他自己画。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

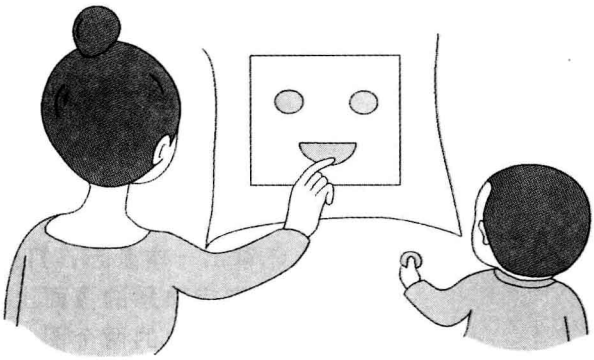
一句话微博：_____

_____

2.色彩拼贴艺术

成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力、良好的动手能力以及识别形状与颜色的能力。



简单准备：

彩纸，彩笔，剪刀，双面胶。

现在开始：

①家长先用不同颜色的彩纸剪出不同形状的图片，如正方形、圆形、三角形等，再在一张白纸上画一个大正方形。

②家长把剪好的不同颜色、不同形状的图片放在宝宝面前。一边说红色圆形，一边让宝宝选出符合要求的彩纸，并教他如何将这些彩纸粘在大的方块上，做一个漂亮的拼贴画。刚开始最好是一些简单的图，比如笑脸图，用两个小圆圈做眼睛，一个半圆形图做嘴巴。

还要知道：

刚开始玩这个游戏，颜色和种类不宜太多，贴的图也尽量简单些。之后可以根据宝宝的情况逐渐增加颜色和种类，增加图的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.画树叶

成长目标：

引导宝宝选用各种树叶进行轮廓描画。培养宝宝对自然的认识和热爱与对外面世界的认知和感知能力。

简单准备：

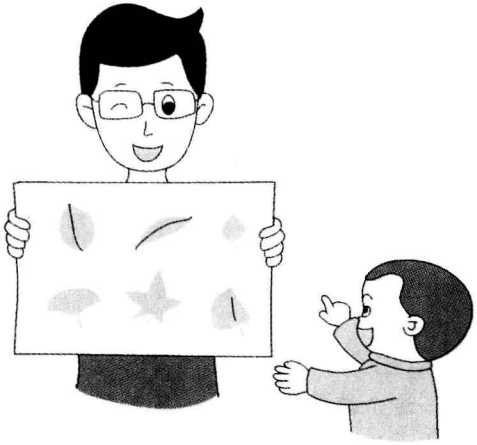
笔，树叶，颜料，一个大活页笔记本等。

现在开始：

①周末家长可以和宝宝一起到户外去收集各种不同形状的树叶，回来后将这些树叶压整齐。

②让宝宝选一片树叶，并教宝宝用左手压在纸上，右手用笔沿着树叶的轮廓描画下来。

③树叶轮廓画好后，让宝宝涂上和树叶相同颜色的颜料，并在本子上标好这是什么树叶。以后收集到不同的树叶，又可以拿来描画，这样就能编成一本树叶集了。家长可以经常拿出来和宝宝一起温习，帮助宝宝在成长的过程中建立起对大自然的热爱。



还要知道：

树叶的轮廓画最好画在活页笔记本的右边，左边可以贴上该树叶，便于加深宝宝的印象。另外，家长不要在宝宝面前或和宝宝一起摘取树叶，应捡取树叶。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.画鸡蛋

成长目标：

教宝宝学画完全封闭的椭圆形，巩固宝宝对圆形的认识。提高宝宝的观察能力、动手能力、对挫折的承受力，以及对美术活动的兴趣。



简单准备：

鸡蛋一个，画笔，白纸。

现在开始：

①家长先拿出一个鸡蛋让宝宝仔细观察鸡蛋的形状。再给宝宝讲讲达·芬奇画鸡蛋的故事："达·芬奇小时候，画的画并不好，后来老师让他专门学画鸡蛋。经过努力，他终于成了一个大画家……"

②讲完故事后，家长在白纸上画一个完全封闭的椭圆形，让宝宝跟着模仿。如果宝宝不会，家长可以先手把手教宝宝画，慢慢地让宝宝自己独立画鸡蛋。

还要知道：

这个游戏类似"达·芬奇画蛋"，看似简单，做起来却不容易。所以在这一过程中，即使宝宝把椭圆形画成了三角形，家长也不应该说一些挫伤宝宝积极性的话，而要耐心地引导宝宝。比如家长可以说："这个蛋尖尖的，就像小鸡尖尖的嘴巴，好像小鸡要破壳而出，我们现在再来画个没有小鸡的蛋吧。"画完后，家长可以从宝宝的作品中，选出一些较好的贴在宝宝的卧室并给予表扬。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.面粉游戏



成长目标：

锻炼宝宝的创造力、动手能力，培养宝宝的自信心和对挫折的承受力。

简单准备：

塑料布，面粉，水，葡萄干、豆子、红枣等。

现在开始：

①家长和宝宝一起将面粉和好，再将面揉成团，反复揉大概 10 分钟，以增加面粉的柔韧性，再引导宝宝将整只手放在上面盖手印，还可以让宝宝将面团上的手印和自己的手比较一下，反复这样玩。

②引导宝宝发挥自己的想象力，将面团捏成各种形状，如捏个鸡蛋、捏个苹果、捏个星星等。

③捏成形以后，还可以引导宝宝在上面放一些小豆子、葡萄干、红枣等做装饰。

还要知道：

做这个游戏前，家长要先把宝宝的手指甲剪短，以免嵌入面粉。另外，最好在地上、桌子上铺好塑料布，以免将屋子弄脏。和面的时候，还可以加些食用油和盐，防止面团变干或变质。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.花蝴蝶飞呀飞

成长目标：

进行小肌肉的动作训练，增进宝宝手腕的灵活性，提高宝宝的观察能力、绘画能力，以及手眼协调能力。



简单准备：

白纸若干，细线一卷，棉签若干，调好颜色的色盘，小木棒一根。

现在开始：

①家长从彩色杂志上剪下一些花蝴蝶的图片，并将每个蝴蝶图片用细线系好，让宝宝观察图片，认识各种颜色的蝴蝶，激发宝宝的兴趣。

②家长用白纸剪几个蝴蝶图片，让宝宝观察不同的花蝴蝶，并用棉签在色盘中吸上颜色，点在蝴蝶的大翅膀上，做成花蝴蝶。

③用细线将花蝴蝶系在小木棒上，让宝宝把它提到室外花丛中玩耍。

还要知道：

告诉宝宝注意不要把颜料弄到自己的衣服上，并及时表扬涂抹认真的宝宝。游戏结束后，和宝宝一起整理好物品，让宝宝养成良好的收归习惯。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.模仿画画

成长目标：

提高宝宝的模仿能力，训练宝宝对画笔的控制能力，发挥宝宝的想象力和创造力。

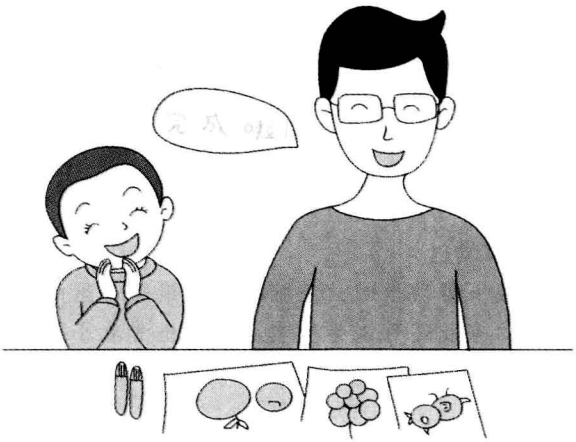
简单准备：

纸，笔。

现在开始：

①在宝宝模仿画好横线、竖线、“十”字形等简单线条的基础上，教宝宝画圆圈。家长可以先握住宝宝的小手，在纸上做环形运动，再让宝宝自己画。开始画出螺旋形的曲线，反复练习，逐渐学会把曲线封口，形成圆圈。

②在圆圈的基础上不断拓展延伸，如把圆圈增添两笔变成苹果，涂上黄色变成橘子，增加线条涂上绿色变成西瓜等。



还要知道：

观察模仿是绘画的基本要求，在让宝宝画东西前一定要让宝宝多看、多玩。可以从最简单的线条开始，慢慢练习，循序渐进。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

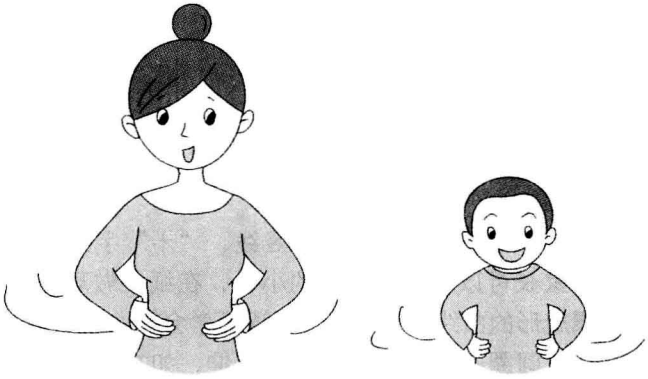
8.下雪啦

成长目标：

让宝宝学会听音乐做动作，培养宝宝的节奏感以及表演能力。

简单准备：

宝宝喜欢的音乐，儿歌《下雪啦》。



现在开始：

①家长播放宝宝喜欢的音乐，家长和宝宝一起念儿歌："下雪啦，下雪啦，雪地里来了一群小画家，小鸡画竹叶，小狗画梅花，小鸭画枫叶，小马画月牙。不用颜料不用笔，几步就成一幅画。青蛙为什么没参加？在洞里睡着啦！"

②家长带宝宝一起做下雪的动作，先将两臂伸直经前至前上方举起，保持两手同肩宽，掌心相对，再抖动手腕，挥动两臂。

③家长和宝宝慢慢下蹲，两臂在胸前上下交替挥动，再两手叉腰自转一圈。

还要知道：

做下雪动作时，手腕抖动要跟着音乐的节奏进行。这个游戏在下雪天做最为适宜，家长还可以带宝宝去雪地里看看小鸡、小鸭留下的脚印，看看是不是像儿歌里说的，像竹叶或像枫叶。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.拍拍手走一走



成长目标：

培养宝宝对音乐的兴趣和节奏感。

简单准备：

儿童音乐。

现在开始：

①家长播放宝宝喜欢的儿童音乐，并在音乐声中拍手，引起宝宝的兴趣，鼓励宝宝跟着家长一起拍手。

②家长和宝宝在音乐声中有节奏地边拍手边走，还可以边念儿歌：“拍，拍，拍拍手，我们一起来拍手；走，走，走走路，我们一起来走路。向前走，向前走，我们都是好朋友。”

还要知道：

当宝宝熟悉边拍手边走路的动作之后，家长可以鼓励宝宝单独听音乐，自己边拍手边走。所选择的儿童音乐以节奏明快欢乐的为适宜。

爸妈记录

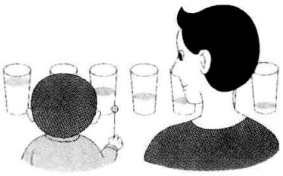
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.水钢琴

成长目标：

让宝宝熟悉音调的变化，了解数量概念和因果关系。



简单准备：

玻璃杯7个，汤勺或筷子，水，食物色料。

现在开始：

①家长在准备好的7个玻璃杯内分别装上不同量的水（由少到多）。

②让宝宝拿一个汤勺或筷子，敲打杯子的边缘发出不同的音高，按音节从低到高进行演奏。让宝宝按照敲打的声音，辨别哪个音阶最高，哪个音阶最低。

还要知道：

水钢琴原理：敲击瓶子时，瓶子和水会产生共同振动，水越多，振动就越慢，所以敲击时水越多，音调越低。宝宝玩杯子时，家长必须加以看管，以免玻璃杯滑落，伤着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.小小舞蹈家

成长目标：

锻炼宝宝的乐感，发挥宝宝的创造力和想象力，增强宝宝的肌肉控制能力和身体的协调能力。让宝宝充分感受舞蹈的美。



简单准备：

宝宝喜欢的音乐。

现在开始：

①播放儿童舞曲，家长和宝宝轮流编一些简单合拍的动作相互模仿，比如，听到高音区的音乐时，就模仿小鸟飞呀飞；听到低音区的音乐时，就模仿大象走路或小熊走路的样子。

②如果宝宝做得好，可引导宝宝按简单的节奏将几个动作连起来，如一边走路一边抖肩膀，倒回时摇手臂。还可引导宝宝自己做一些动作来配合歌词，如表演小鸭子就半蹲着外八字走几步。

还要知道：

注意不要做一些用力过猛或有难度的动作，保证宝宝的安全。平时，家长可以让宝宝多听听音乐，感受和体会音乐节奏，并根据音乐的节奏变化创编一些舞蹈动作。当家长发现自己的宝宝喜欢“手舞足蹈”时，要积极加以引导。也可以经常让宝宝观看少儿文艺节目，激发宝宝对舞蹈的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.小小音乐家

成长目标：

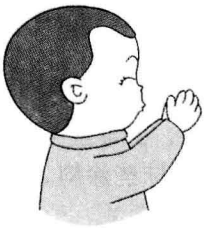
让宝宝熟悉不同的乐器，培养宝宝的乐感，锻炼宝宝的手眼协调能力，促进宝宝右脑的开发。

简单准备：

两个小键盘乐器，两个口风琴。



现在开始：



①家长拿出准备好的两个小键盘乐器，给自己一个，给宝宝一个，和宝宝并排坐着。家长弹出一个声音，看宝宝能否弹出相同的乐音。再让宝宝先弹，看看家长能否弹出相同的声音。

②再换成口风琴进行游戏，家长先吹口风琴，再让宝宝吹，看宝宝能否吹出相同的声音。然后让宝宝吹，家长再进行模仿。

还要知道：

即使宝宝弹得或吹得不好，家长也要鼓励宝宝。对于2~3岁的宝宝来说，家长平时应着力于音乐节拍感的培养，可以让宝宝通过敲打、律动等来感知节奏。另外，家长应注意的是宝宝学习乐器并非越早越好，因为宝宝还小，肌肉发育还不完全，手眼协调能力差，而乐器学习又很枯燥，这很容易让宝宝产生抵触情绪。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.自由作画

成长目标：

训练宝宝的触觉，增强宝宝的手脚协调能力。

简单准备：

人体涂料，大的画布或塑胶布。



现在开始：

①家长将大的画布或塑胶布铺在地上，再把人体涂料撒在旁边，引导宝宝自由作画，如让宝宝在脚上抹些涂料，再踩在画布上，印成一个个小脚丫。

②宝宝还可以用弯腰、跪坐、躺或俯卧的方式，把涂料涂抹在画布上。

还要知道：

触觉敏感的宝宝刚开始可能会有些紧张，家长可以鼓励宝宝从手开始，逐渐扩展到用手臂、脚掌等进行涂画，让宝宝有一个逐渐适应的过程。另外，要注意涂料的选择，确保对人体无害。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.手印画

成长目标：

发展宝宝的视觉空间智能。

简单准备：

水彩，白纸。

现在开始：

①家长先在自己的手掌上涂上水彩，然后盖印在白纸上。

②让宝宝自己涂，或是由家长协助宝宝在手掌上涂上喜欢的色彩。

③然后请宝宝张开小手，将手盖印在家长的手印旁边，就是一幅好作品了。

还要知道：

除了手掌以外，还可以用胳膊肘、握起的拳头等来盖印，以增加作品的创作变化，培养宝宝对艺术创作的兴趣。



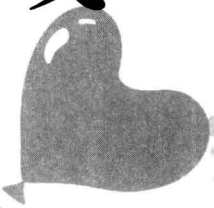
爸妈记录

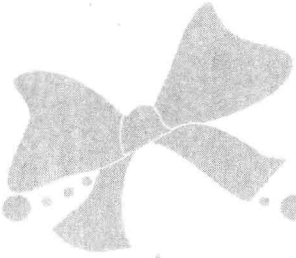
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

第五篇

3~4岁宝宝的亲子游戏





练习性游戏所以能产生乐趣，在于儿童感觉到他能控制自身，控制环境。在感知运动发展阶段可以看到，儿童往往带着愉悦表演、练习新获得的运动技能，沉溺于自己的能力、信心都在增长的感觉之中。

——皮亚杰

3~4岁宝宝的语言发展

语言是人类最重要的交际工具。发展宝宝的口语表达能力则是丰富宝宝知识、激发宝宝各项智能的重要条件。爱因斯坦说过，一个人的智力发展和他形成要领的方法，在很大程度上是取决于语言的。3~4岁可以说是宝宝语音发展的飞跃期，他们基本上掌握了本地语言的全部语音，词汇量增加也很快，并能用简单的语言与家人和同伴交流，只是在叙述时还不够流畅，发音还不够标准。这时的宝宝特别爱听故事，常常缠着家长给他们讲，还喜欢学故事里的动物叫，开始有兴趣地运用自己的想象力来编故事，虽然故事内容有些离奇。

这个时期的宝宝特别爱说话，即使一个人玩，也喜欢自言自语，只是他们吐字还不清楚，有时会出现语序颠倒的情况，只说一个词或一个句子。比如，在表达自己想要或不要什么东西时，常常只说“要”或“不”，总是不能把一句话表达得很完整……代词的使用对于这个阶段的宝宝来说还比较抽象困难，尽管在这之前，家长就和宝宝玩过“‘你’、‘我’、‘他’”的游戏，但很多时候他们还是分不太清楚。据不完全统计，只有10%的3岁宝宝能够准确地发音。所以，只有不断地对宝宝的发音进行指导和训练，宝宝才能更上一层楼。

要提高宝宝的语言能力，家长在平时应创设轻松的谈话氛围，多和宝宝“谈话”。有了宽松的心理环境，宝宝才想说，才愿意说，才能体会到说话的快乐。宝宝说话吞吞吐吐，主要原因是宝宝这个时候语言表达能力还特别薄弱，无法做到说话游刃有余。所以，也要防止宝宝出现口吃现象。通过谈话，家长可以了解宝宝发音是否正确，词汇掌握情况如何，语言表达发展到什么程度了，从而慢慢地纠正宝宝的语言错误，发展宝宝的口语。

家长闲暇的时候，可以多给宝宝讲故事，让宝宝复述一些简单的句子。对于这个阶段的宝宝来说，讲故事是非常好的锻炼语言能力的方式，故事内容能

够让宝宝大脑的词汇进一步丰富起来。然而，讲故事也非常需要技巧，枯燥无味的故事内容会让宝宝昏昏欲睡，丰富有趣的故事则能让宝宝印象深刻，并从中学习到很多内容。所以在选择故事的时候，家长要注意结合宝宝的年龄特点。在讲故事的时候，不妨借助表情和手势来表达所讲的故事，深入浅出，让宝宝更好地理解一些词汇和句子。还可以有意识地带动宝宝的求知欲，比如可以讲出一些内容，然后指出其中的几个形容词或者动词让宝宝猜，宝宝猜对有奖。这样就能让宝宝保持专注力，小脑袋也能时刻运转着。

要增加宝宝的词汇量，家长可以和宝宝一起玩“小蝴蝶找花”“奇妙的口袋”“‘踩’石过河”“小小火柴盒”等游戏，还可以经常问宝宝一些问题，比如“宝宝今天为什么不开心啊？”“你为什么喜欢喜羊羊啊？”看宝宝会如何表达自己的想法。

生活是语言的源泉，只有丰富生活，才能为丰富语言提供良好的环境。平时，家长要引导宝宝多看、多听、多说、多练，还应注意在散步、远足参观等活动中丰富宝宝的知识，如从人们的穿着上让宝宝了解四季的变化。宝宝认识的事物越多，想象得越广，语言自然更丰富。

1.看图编故事



成长目标：

提高宝宝的观察力，增加宝宝的词汇量，丰富宝宝的想象力和创造力。

简单准备：

安静的环境，一些情境类图片。

现在开始：

①家长拿出准备好的情境类图片，先让宝宝说说图片的主人公是什么人或什么动物，问问宝宝图片上都有什么，他们又在做什么。

②问完这些后，家长可以让宝宝把这个小故事从头到尾讲一遍，并引导宝宝说说接下来的故事情节。

还要知道：

刚开始做这个游戏，所选择的图片情境应尽量简单。另外，家长要用提问的方法，鼓励宝宝说出更多的故事情节。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.拍纸牌

成长目标：

复习学过的汉字，激发宝宝学习汉字的兴趣，提高宝宝的专注力以及手眼协调能力。

简单准备：

小字卡若干，纸牌若干。

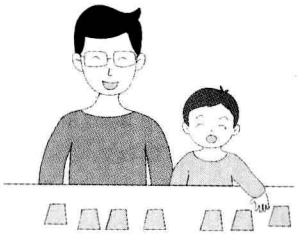
现在开始：

①家长将宝宝认识小字卡贴在纸牌的正面，再将纸牌反扣，和宝宝猜拳决定胜负。

②胜者用手在一张纸牌前拍一下，读出该字字音，读对了字卡归自己。反复游戏，最后以获得字卡多的人为赢。

还要知道：

游戏中家长可以故意读错字，看宝宝能否发现。也可以让宝宝和其他小朋友来玩这个游戏。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.复述句子

成长目标：

训练宝宝的短时记忆能力，提高宝宝的语言表达能力。



简单准备：

儿童故事书一本。

现在开始：

①家长从儿童故事书中挑选出一篇简短的故事，先给宝宝讲一遍，让宝宝对故事有一个大致的印象。

②挑出故事中关键性和精彩的句子，让宝宝复述。随后，家长逐渐增加难度，让宝宝复述2~4句，宝宝熟悉内容后就会复述小故事了。

还要知道：

3~4岁的宝宝能复述大概10个字左右的句子。平时，家长也可以从儿歌中挑选精彩的句子让宝宝复述。也可以挑一些日常用语，如“今天真热”“宝宝穿新衣服了”“外面下雨了”等。从复述一两句到更多，进而让宝宝复述一篇小故事。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.倒着说

成长目标：

提高宝宝的语言表达能力以及反应能力。

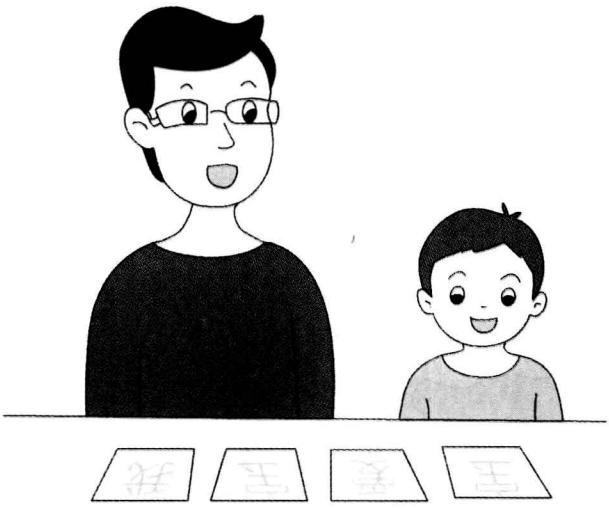
简单准备：

4个字为一句话的字卡若干组。

现在开始：

①家长先拿出4张字卡，打乱顺序，让宝宝组成一句话，比如“我是宝宝”“墙是白的”，以后可以逐渐增加难度，比如将两组4个字为一句话的字卡混合在一块，看宝宝能否迅速地组成两个简单句。

②当宝宝能熟练地将四个字组成一个简单句后，让宝宝在5秒钟内把刚才那句话倒过来说一遍，比如“宝宝是我”“的白是墙”。



还要知道：

这个游戏也可以让家长说一句四个字的话，让宝宝在5秒钟内把刚才那句话倒过来说，或者变换角色，让宝宝说出四个字，家长倒过来说。家长可以根据宝宝的情况增加字数或减少字数来把握游戏的难易程度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

5.宝宝的书

成长目标：

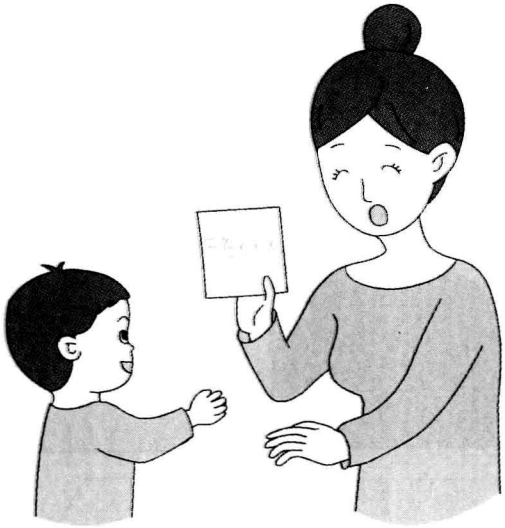
教宝宝认识自己感兴趣的东西及文字，培养宝宝对读书的兴趣，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

活页笔记本 1 本，家人的照片若干。

现在开始：

①家长准备好一本活页笔记本，在上面贴上家人的照片，比如爷爷、奶奶、爸爸、妈妈和宝宝的照片等，每页贴一张。在照片下写上文字。比如：妈妈的照片下写“妈妈”。



②从杂志、报纸等地方剪下宝宝喜欢的图片，贴在笔记本上并写上字，以便让宝宝随时翻阅。还可以让宝宝自己设计封面，并写上《XXX 的书》（XXX 指的是宝宝的名字）。

还要知道：

平时宝宝看的书大多数是买来的，家长不妨动手和宝宝一起做几本属于宝宝自己的书，宝宝一定会爱不释手的。由于宝宝参与制作（如帮着剪图片、粘贴图片等），他会对图书更加珍惜。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.捉迷藏

成长目标：

复习学过的字词，培养宝宝识字的兴趣，丰富宝宝的词汇，提高宝宝的语言技能。

简单准备：

宝宝的识字卡片。



现在开始：

①家长拿出准备好的字卡，让宝宝背过身，蒙上眼睛，然后把字卡藏在房间的某个地方，让宝宝去找。找到了，就认一认字卡上面的字，看看宝宝在规定的时间内能找到多少张字卡，认出多少个字。

②宝宝把字卡藏起来，家长去找字卡，然后读出字卡上的字。这时候，家长可以故意读错某个字，看宝宝能否发现家长读错了。

还要知道：

为了增加宝宝参与游戏的积极性，家长可以准备一些小礼物作为奖励。如果读错了字，可以罚读错字的人唱首歌。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.动物找家



成长目标：

提高宝宝的认知能力以及专注力，训练宝宝的听力和反应能力。

简单准备：

适宜的场地，各种动物图片或者各种动物名称的字卡。

现在开始：

①家长在场地周围的墙上贴上各种动物的图片，让宝宝站在场地中间，家长说到某个动物，宝宝立刻跑向贴有该动物图片的墙边，如果宝宝找对了，就奖励宝宝一朵小红花；找错了，就罚宝宝表演一个小节目。

②家长说儿歌，让宝宝按照儿歌中提到的小动物，去找该动物的图片。比如“小小鸡，叽叽叽，又吃虫儿又吃米。”“小鸭子，嘎嘎嘎，会游泳来会捉鱼。”

还要知道：

家长可以根据宝宝的情况不断地增加游戏的难度，比如让宝宝按照听到的儿歌的内容，模仿该动物走路或者去找该动物的图片，或者把动物图片换成动物名称的字卡。当宝宝再大一些，还可以以猜谜的方式去找图片。比如“耳朵长，尾巴短，红眼睛，白毛衫，三瓣嘴儿，胆子小，青菜萝卜吃个饱。”（白兔）

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.字母找家

成长目标：

让宝宝初步认识字母，提高宝宝的语言技能，激发宝宝的想象力。

简单准备：

大、小写字母各一套，鞋盒一个。

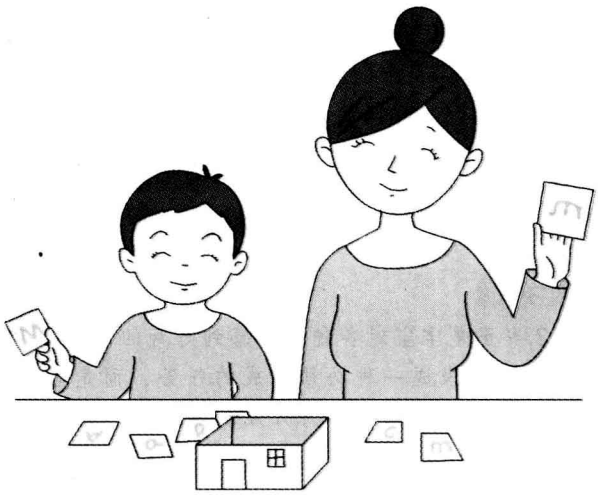
现在开始：

①家长首先在鞋盒上画上门窗，使其看起来像一所房子，并把大、小写字母摊在宝宝面前的桌子上，教宝宝认读这些字母，并教宝宝区别大、小写字母。

②家长拿出一个小写字母，让宝宝找出相对应的大写字母，放入用鞋盒做成的“房子”里。家长可以用语言引导宝宝，如“回家吧，大 M”，以帮助宝宝找到相对应的字母。

还要知道：

3~4 岁的宝宝已经有了一定的学习能力，用做游戏的方式能让宝宝在快乐中学习。除了学习字母，家长也可以用类似的方法教宝宝学习拼音、认汉字等。同时，家长可多次重复游戏，以巩固宝宝的记忆。



爸妈记录

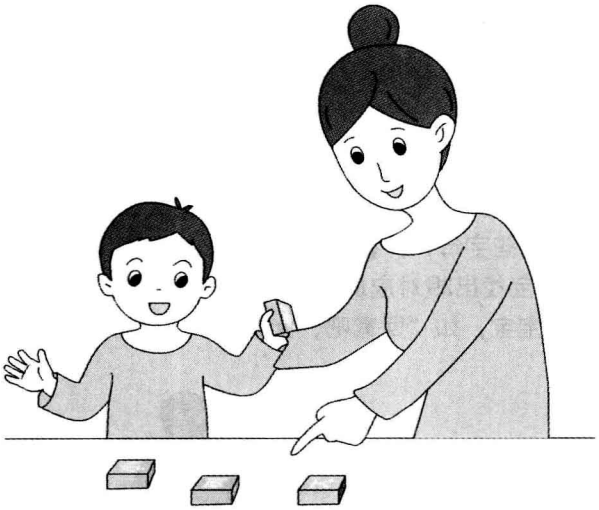
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.小小火柴盒

成长目标：

教宝宝学习组词，丰富宝宝的词汇量，提高宝宝的记忆能力以及动手能力。



简单准备：

火柴盒若干，彩纸若干，笔，胶水。

现在开始：

①家长和宝宝一起用同颜色的纸把火柴盒的内盒和外盒包好，并用胶水固定。

②在火柴盒上写上汉字，内盒上的字和外盒上的字刚好能组成一个词。家长先教宝宝熟悉这几组词语。

③宝宝熟悉这些词语后，家长将火柴盒的内盒和外盒分散地放在桌子上，让宝宝迅速地找出能组成词的内外盒，并配好插上。看宝宝在规定的时间内能完成几个火柴盒。

还要知道：

3岁正是宝宝对各种事物感到好奇的阶段，家长教什么宝宝都愿意学。只要家长不把认字当成一种必须完成的任务，而是当做一种游戏，宝宝就会像海绵吸水般吸收知识。早期的智力开发，家长切忌急功近利，要尊重宝宝的天性，正确引导。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.奇妙的口袋

成长目标：

教宝宝认字，巩固学过的字词，丰富宝宝的词汇量，提高宝宝的记忆能力。

简单准备：

漂亮红布袋一个，圆形字卡若干。

现在开始：

①家长将各种颜色的圆形字卡放入布袋中，让宝宝随意从中摸出一张字卡，并说出卡片上的字。

②把宝宝念对的字卡放在一起，再教宝宝组词，如“雪”和“花”可以组成“雪花”，看宝宝能组对几组词。



还要知道：

一些教学研究和实践证明，3岁是自然记忆能力和整体模式识别能力的最高峰期。孩子能像认识其他物品一样自然接触和认识汉字。认字是宝宝学习的开始，一开始，家长应选择比较简单并贴近生活的字，宝宝熟悉后可逐渐增加难度。游戏过程中，家长可以准备些糖果作为奖励，激发宝宝的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.拼字游戏

成长目标：

巩固宝宝学过的汉字，锻炼宝宝的思维能力，提高宝宝学习汉字的兴趣以及反应能力。

简单准备：

字卡若干，白纸，笔。

现在开始：

①家长先在白纸上写下某个字的偏旁，看宝宝能在该偏旁的基础上，写出多少个字。

②家长将准备好的偏旁和该字的另一部分字卡混合在一块，比如“和”拆分成“禾”和“口”。让宝宝找出与某字相关的两部分并拼成一个字，读出该字。看宝宝在规定的时间内可以拼出多少个汉字，读出多少个汉字。



还要知道：

如果宝宝拼不出来，家长可以用语言提醒宝宝，但不要代替宝宝去做。为了增加宝宝玩游戏的积极性，家长也可以叫上其他同龄孩子和宝宝一起游戏，看谁最后拼出来的字更多。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.听音找字



成长目标：

学习汉字，提高宝宝的反应能力和记忆能力，训练宝宝的听力、语言能力。

简单准备：

字卡若干，宝宝喜欢的音乐。

现在开始：

①家长播放宝宝喜欢的音乐，并将准备好的字卡散放在桌子上，然后读出一个字的字音，让宝宝迅速从字卡堆里找出该字。看在规定的时间内宝宝能找出多少个字。

②妈妈不停地在旁边发出各种声音，制造各种杂音，或者挠挠宝宝的鼻子，让宝宝听爸爸读音，迅速找出该字。看宝宝在受各种干扰的情况下，在规定的时间内能找出多少个字。

还要知道：

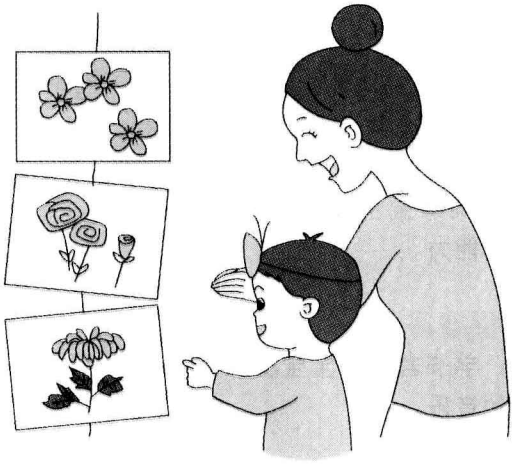
宝宝掌握一定的汉字后，家长可以准备一些儿歌每句尾字的字卡，让宝宝听到儿歌，迅速地找出每句儿歌的尾字，也可以将这些尾字字卡混在其他字的字卡中间，以增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.小蝴蝶找花



成长目标：

学习各种花卉的名称，提高宝宝的认知能力以及记忆能力，激发宝宝的学习动机，丰富宝宝的词汇量。

简单准备：

蝴蝶头饰一个，写有名称的花卉图片（黑白颜色）若干，细绳。

现在开始：

①家长将各种日常生活中常见的花卉图片，穿在一个细绳上，系在墙壁的挂钩上，绳子的高度以宝宝能够得着的为宜。

②给宝宝戴上蝴蝶头饰，让宝宝扇动“翅膀”学蝴蝶飞的动作，在字卡旁边“飞”来“飞”去。刚开始，可以让宝宝先熟悉一下这些花卉的名称，不懂的让宝宝指着图片问妈妈是什么花卉。当宝宝熟悉这些花卉后，家长随意挑选一张图片问宝宝“这是什么花”，说对了，奖励宝宝一朵小红花。

③接着问宝宝这种花是什么颜色时最好看。宝宝说出之后，就把表示颜色的小字卡贴在花卉图片的名称前面，将颜色和花名连读，如：红玫瑰、紫罗兰等。

还要知道：

这个阶段的宝宝注意力和记忆力还不是特别强，在游戏中，家长可以通过层层递进的环节，把美的情感贯穿于游戏始终，让宝宝在一种愉快和轻松的氛围中认读花卉，获得快乐的情感体验。根据宝宝的情况，每次认读的字不宜太多。

爸妈记录

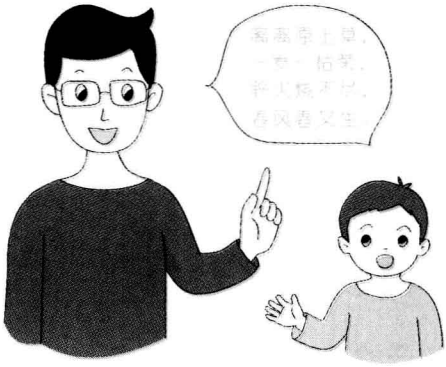
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.春天的绿草

成长目标：

激发宝宝学习古诗的兴趣。学习生字词“烧”“吹”“春风”“野火”等。让宝宝通过朗读古诗，体会古诗的节奏和韵律感，提高宝宝的想象力。



简单准备：

相关字卡，古诗 CD 碟或朗读视频。

现在开始：

①家长和宝宝跟 CD 碟一起朗诵古诗《草》：“离离原上草，一岁一枯荣。野火烧不尽，春风吹又生。”并让宝宝看相关的幻灯片，以故事的形式，将古诗的意思讲给宝宝听：“野草长满了整个原野，每年会有一次枯萎，一次茂盛。无情的野火，一次次烧掉干枯的草。可是，每到春天啊，春风一吹，野草又会生机勃勃地生长起来啦。”让宝宝充分地融入到诗歌所营造的情境中。

②和宝宝一起根据诗意用相应的动作表现小草枯萎或生长起来的样子，以增强宝宝的记忆及动作表现力。

③让宝宝从诗中找到要学的生字词，然后和宝宝一起认读这些字词。

还要知道：

家长不需要太多地解释古诗中字词的含义，只需把诗的大意说给宝宝听即可。宝宝刚学古诗，家长可以选一些短小、浅显、朗朗上口的名篇让宝宝学习，如《咏鹅》《春晓》等，以激发宝宝学习古诗的愿望。当然，对宝宝的鼓励、表扬也有利于宝宝积极的情绪记忆。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



15.宝宝学方位字

成长目标：

教宝宝学习表方位的字：上、下、前、后、左、右，提高宝宝的认知能力与语言能力，发展宝宝的空间智能。

简单准备：

字卡“上”“下”“前”“后”“左”“右”。

现在开始：

①让宝宝坐在地板上，家长将相应的字卡放在宝宝的头上、腿下、身子前面、身子后面、左边、右边，并问宝宝“什么字在宝宝后面?”“什么字在宝宝头上”，以此类推。让宝宝把方位字和方位联系起来，帮助宝宝建立起空间概念。

②将字卡藏在相对应的物品的位置，如把“下”字放在床底下，让宝宝去找，找到后有意识地问宝宝在哪里找到的，引导宝宝说出“在XX（如桌子）上面”等表达方位的句子。

③妈妈拿着字卡“左”站在宝宝左边，爸爸拿着字卡“右”站在宝宝右边，有意识地对宝宝说：“妈妈在宝宝左边，爸爸在宝宝的右边。”然后，妈妈拿着字卡“前”站到宝宝前面，爸爸拿着字卡“后”站在宝宝后面，方法同上。

还要知道：

认识方向是重要的空间位置知觉，有些宝宝容易学会，有些宝宝学起来比较困难。这除了与宝宝前庭系统感觉统合有关外，也与记忆力和观察能力训练有关。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.踩“石”过河

成长目标：

丰富宝宝的词汇量，提高宝宝的竞争意识，以及身体的平衡能力。

简单准备：

10张白纸，笔。

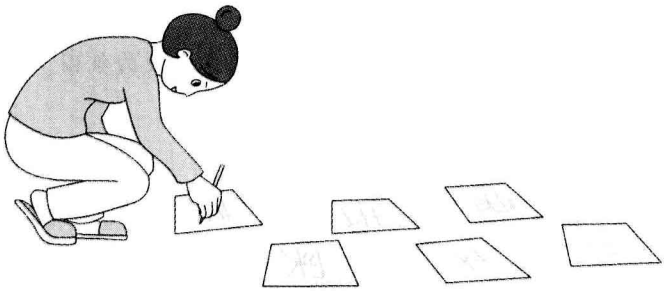
现在开始：

①家长在白纸上写好字，并将白纸铺在地上，每张白纸间隔一定的距离。

②告诉宝宝白纸就是“石头”，现在宝宝要踩着这些“石头”过河，在踩“石头”之前，宝宝要准确地读出前面“石头”上的内容，便可以踩到相应的“石头”上，并且不能踩到白纸外去。看宝宝能否顺利地通过这些“石头”。

还要知道：

家长可以和宝宝进行比赛，这样可以增加游戏的趣味性。游戏时要注意白纸的摆放，白纸间的间隙不能太大，地板要保证不滑，否则宝宝容易摔跤。另外，白纸也可以用厚纸板来替代，“石头”上的字最好是宝宝熟悉的。

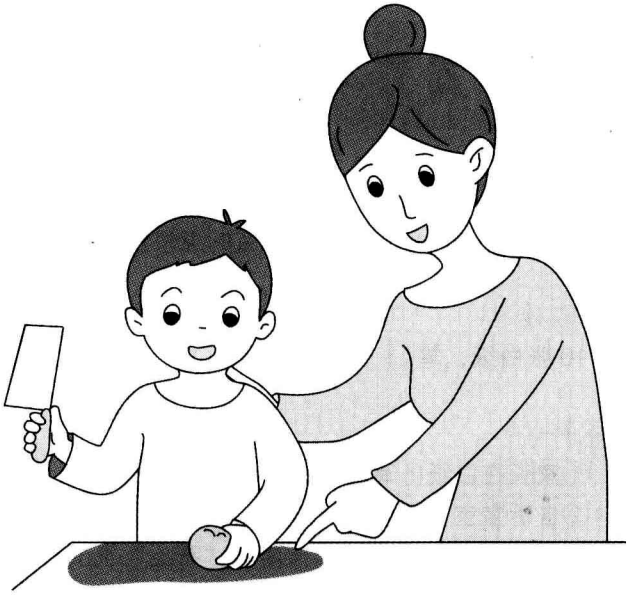


爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.娃娃家



成长目标：

提高宝宝的交往能力，发展宝宝的语言智慧。

简单准备：

塑料制成的碗、勺等各种厨房用具类玩具。

现在开始：

①拿出准备好的玩具吸引宝宝，对宝宝说："咱们一起做饭吧！"在得到宝宝的同意后，和宝宝一起把塑料的锅、铲、碗、勺、菜刀等玩具摆在椅子或茶几上。

②家长对宝宝说："我来洗菜，你蒸一锅米饭，好吗？"如果宝宝不知所措，家长要给予宝宝提示、指导。隔一会儿，再请宝宝把萝卜切一切。家长可根据具体情境，为宝宝下达并指导其完成各项指令。

还要知道：

家长不要频繁地给宝宝提"要求"，要注意掌握游戏的氛围。只有家长投入，宝宝才能专注于游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

3~4岁宝宝身体运动智能发展

宝宝在3岁过后，身体比之前结实了很多，发展也比较有规律了。宝宝能够健康地成长，离不开自身完整的运动智能发展。3~4岁的宝宝身体的基本动作已比较自如，再加上骨骼肌肉系统的发展、大脑控制能力的增强，以及日常生活中大量的练习所获得的技能和经验，他们已经能掌握各种大动作。

3~4岁的宝宝，身高增长的速度相对缓慢些，大概只会增长7公分左右，体重方面也只会增长1.5~2斤。虽然这个时期宝宝的身体没有明显的变化，但是在精神方面却比之前活跃多了，睡眠时间也比较少，白天只需要睡一次就足够了，精力显得非常充沛。

3岁的宝宝身体和手已经能够灵活运动，平时能够自己扶着楼梯往上爬，喜欢钻东西，可以单足跳跃，能够跳过10~15厘米高的书本，钻过约为自己身高一半的洞穴，能够跳起来去顶球，运动技能开始发生转变。

3~4岁是宝宝学习各种动作技能的最佳时期。这个阶段的宝宝也时刻处于一种学习运动技能的状态，容易从别人身上学到很多自己想学的动作。加上他们爱模仿，爱重复同一个动作，不怕失败，不怕摔跤，做错了也不怕别人嘲笑，所以，只要家长认真引导，他们就能学得很多运动技能。

家长在周末可以多带宝宝去公园散步，鼓励宝宝自己单足站立，学习单足跳跃。刚开始可能会比较困难，家长要搀扶宝宝，让宝宝能够保持平衡感，慢慢熟练之后，就不妨放手。这样做的目的其实就是为了让宝宝保持身体平衡，只有身体平衡了，很多动作才可以稳定地进行下去。

游戏对宝宝来说，是童年最珍贵的回忆，也是宝宝最喜欢做的事情。宝宝看到小白兔跳动的时候，会迫不及待地模仿小白兔，随着它一起跳动；看到蝴

蝶在头上面自由飞翔的时候，特别想要模仿蝴蝶展翅飞翔的动作。自然而然地，宝宝运动智能随着游戏慢慢地提高。比如，家长可以跟宝宝玩“揪尾巴”的游戏，看宝宝能否揪到爸爸身后的“尾巴”；可以和宝宝玩“踩老鼠”的游戏，看宝宝能不能踩到“老鼠”，宝宝会不达目的决不罢休的。

当然，还有很多训练方式可以提供给这个年龄段的宝宝。家长根据自己宝宝的特点，制订出适宜的训练方法才是最重要的。有些家长怕宝宝运动的时候不安全，因此时刻跟着宝宝，让宝宝别做这个，别动那个。其实家长的出发点是好的，但宝宝在成长的过程中难免会磕磕碰碰，总要付出一些代价，所以家长不用太担心，否则会抑制宝宝运动能力的发展。要知道，温室中的宝宝总是很难抵御外界的风雨的！

1.跳呼啦圈

成长目标：

增强宝宝身体的协调性，锻炼宝宝的身体。

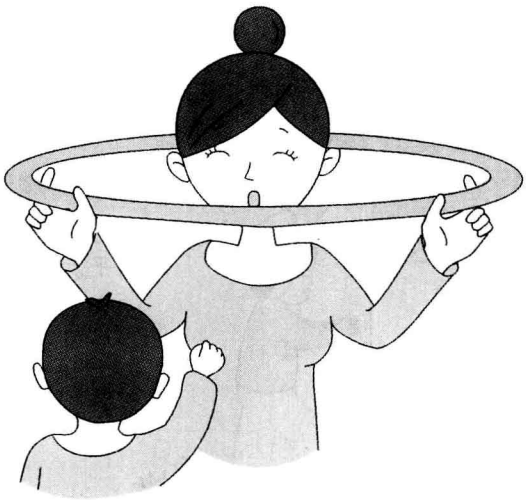
简单准备：

呼啦圈若干个。

现在开始：

①家长选好一块空间比较大的地方，把几个呼啦圈放在地上，呈一字排开或呈“Z”形。家长向宝宝示范，顺次从一个呼啦圈跳到另一个，然后引导宝宝跟着自己做。

②如果家里的空间不够大，家长也可以用一个呼啦圈来玩游戏：把呼啦圈从自己的头顶套进去，让呼啦圈落在地上，家长再从呼啦圈中跳出来。示范完动作后，让宝宝跟着做。



还要知道：

这个游戏很简单，而且可以全方位增强宝宝身体的协调性。当然，这也是家长锻炼身体、减肥的好办法。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.光脚丫游戏

成长目标：

训练宝宝的感知能力，提高宝宝的反应能力、手眼协调能力。

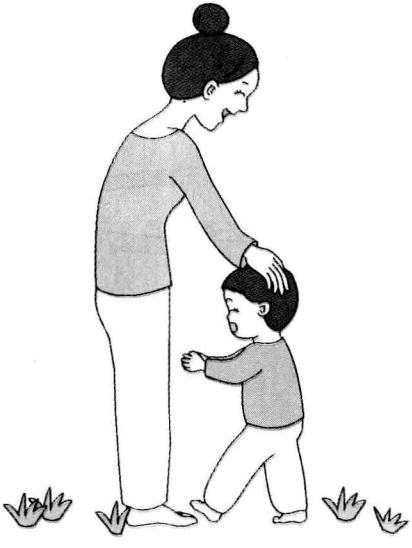
简单准备：

选择天气晴朗的一天带宝宝去户外的草坪上，塑料圆环，小木棍。

现在开始：

①家长将宝宝带到户外的草坪上后，和宝宝一起脱掉鞋子，光着脚丫在草坪上走一走或者光着脚丫踩石头。

②和宝宝一起在草坪上踩光脚丫，用自己光着的脚丫踩对方的脚背，同时避免自己被踩。



③家长将各色塑料贺环套在小棍上，转动小棍将圆环甩出去，让宝宝赤脚追赶在草坪上滚动的圆环，捡回来再套在小棍上，继续游戏。

还要知道：

赤脚运动能健脑益智，提升宝宝的智力水平。但在玩踩脚丫游戏的时候，家长注意不能太用力，以免踩痛宝宝的脚。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

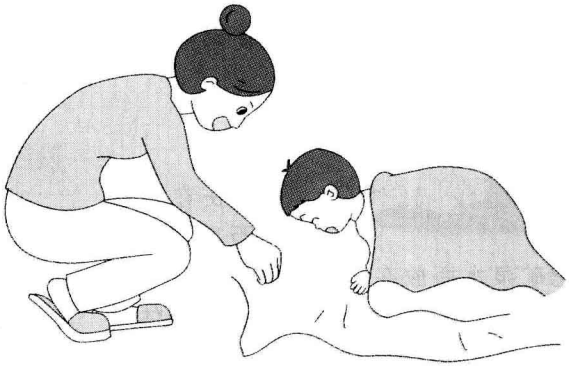
3.棉被真好玩

成长目标：

锻炼宝宝对身体的掌控能力，发展宝宝的想象力和创造力，促进家长和宝宝之间的密切配合，增进亲子间的感情。

简单准备：

棉被一床，木地板。



现在开始：

①家长告诉宝宝棉被是黑黑的山洞，宝宝从棉被的一头钻进去，然后从棉被的另一头爬出来。

②再做个卷棉被的游戏。把棉被摊开，让宝宝躺在上面，然后把棉被两边卷起来，注意让宝宝的头露在外面，就像卷大饼一样，卷好后，再把宝宝推出去，注意用力不要过猛，以免撞到宝宝头部。

③让宝宝裹着被子随意在木地板上或宽床上滚来滚去，爸爸也可以裹上一条被子，与宝宝一起滚，并尽情地享受碰撞在一起的快乐。

还要知道：

宝宝对被子常常会有一种亲切感和依赖感，他们看见被子就会忍不住想要在上面翻滚、玩耍。冬天玩被子游戏是最合适的了。游戏前，家长如果能将棉被拿到太阳底下晒晒就更好了。游戏的时候，家长要始终在宝宝的旁边，注意宝宝的安全，确保宝宝没有被被子盖住窒息。

爸妈记录

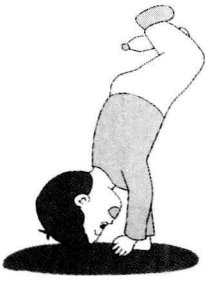
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.用脚取空瓶

成长目标：

训练宝宝双脚的灵活性。



简单准备：

矿泉水瓶子若干。

现在开始：

①家长在地板上画好距离，然后把矿泉水瓶放在一边，让宝宝坐在地上，引导宝宝用双手触地支撑身体平衡，用两脚将瓶子夹起放到地板的另一边。

②宝宝熟悉游戏之后，妈妈做裁判，爸爸和宝宝进行用脚取空瓶子的比赛，看谁在规定的时间里所取的瓶子最多。

还要知道：

刚开始，家长可以用方形的盒子来替代空瓶，降低游戏的难度，以后可以在比赛双方的头顶增加一本书，以增加游戏的难度和趣味性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.书本游戏

成长目标：

提高宝宝身体的平衡感，训练宝宝的耐力。

简单准备：

书本，皮球。

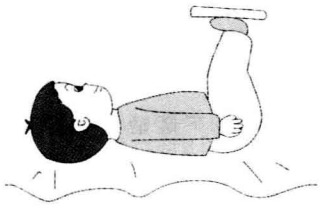
现在开始：

①让宝宝先躺在沙发上，双脚举高。家长把书放在宝宝的脚掌上，让宝宝用双脚撑着这本书，然后家长数“1、2、3，踢”，宝宝把书本用力踢出去。

②让宝宝躺在沙发上，双脚举高，用脚夹住皮球，用力将球掷出去。

还要知道：

这个游戏不仅能训练宝宝的忍耐力，还能让宝宝懂得合作，善于合作，乐于合作。为了宝宝的安全，家长一定要在旁边看着宝宝。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.用纸盒运球

成长目标：

锻炼宝宝的思考能力、手指的灵活性、解决问题的能力，提高宝宝肢体运动智能。

简单准备：

废纸盒一个，篮子一只，不同颜色的玻璃小球若干。



现在开始：

①家长先在纸盒上挖一个与玻璃球大小相宜的小洞，然后拿出玻璃球，告诉宝宝现在他要用纸盒将小球运到对面的小篮子里，看他会怎么办。

②引导宝宝将各种颜色的玻璃小球装入纸盒，拿到篮子旁边，看宝宝怎么样将小球取出放入篮子里。游戏规则是不能将纸盒撕破。

还要知道：

家长可以根据宝宝的情况，适当调整游戏的难度，比如将篮子改换成有一个孔的纸盒子等。家长也可以给游戏设定情境，比如现在兔妈妈要去小松鼠家做客，要带一些小松鼠最喜欢吃的松果，请小兔帮忙把篮子装满。

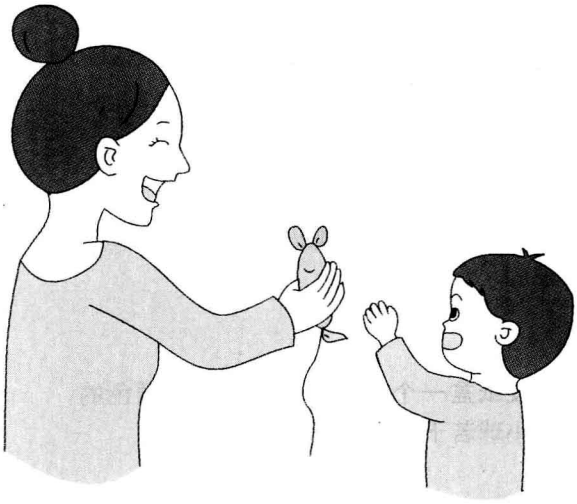
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.踩老鼠



成长目标：

训练宝宝下肢动作的灵敏性和协调性，提高宝宝的动手能力，体验和家长一起游戏带来的快乐。

简单准备：

绳子一根，袜子一只，碎布若干，橡皮筋若干，宝宝喜欢的音乐。

现在开始：

①家长和宝宝一起来制作小老鼠：将碎布塞进袜子里，使“老鼠的肚子”变得鼓鼓的。之后在袜子前端用橡皮筋系出“老鼠”的两只小耳朵，再用橡皮筋系住袜子尾部，老鼠就做好了。最后系上一根长绳子，就可以做游戏了。

②家长捏着绳子的一端不断地抽动或跑动，使“老鼠”在地上跳动。这时，宝宝要想办法踩到老鼠。为了增加游戏的趣味性，家长也可以播放音乐，看宝宝在音乐停止前能否踩到老鼠。

还要知道：

家长可以设置游戏情境，告诉宝宝老鼠是个坏东西，让宝宝快用脚去踩死它。刚开始，家长可以放慢速度，让宝宝很轻松地就踩到老鼠，以给宝宝一些成就感，再逐渐提高难度。这个游戏也可以变换角色，让宝宝拉着老鼠跑，家长来踩老鼠，以训练宝宝躲、闪、跑的能力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.吹羽毛

成长目标：

锻炼宝宝的肺活量，培养宝宝的竞争意识。

简单准备：

筷子4根，羽毛若干，纸，笔，桌子。

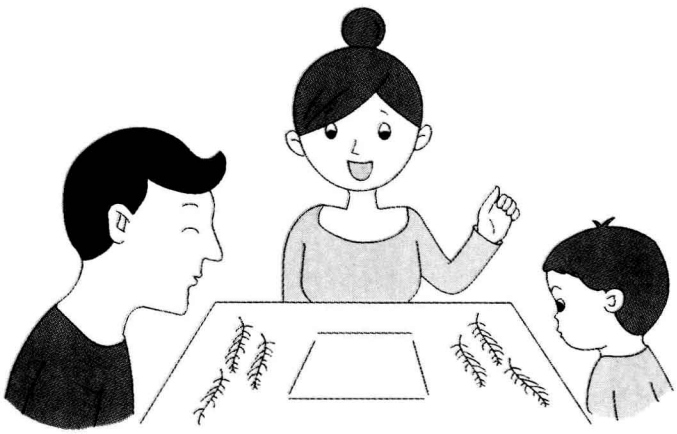
现在开始：

①家长用4根筷子在桌子中央摆成一个正方形，告诉宝宝这是“水池”，再引导宝宝用嘴将桌子上的羽毛小心翼翼地吹入“水池”。每次吹一根羽毛，成功一次，得一分。

②宝宝熟悉游戏的方法后，和家长进行比赛。可以让爸爸和宝宝各坐在桌子的一边，将下巴靠在桌子上，同时将自己一边的羽毛吹入“水池”。妈妈在旁边计分，最后以得分多者为胜。

还要知道：

羽毛一定要落入筷子围成的正方形内，过界或碰到筷子都不能得分。游戏玩熟练后，家长可以适当地增加游戏的难度，如规定吹羽毛时只能吹一口气，如果没有羽毛，也可以用小薄纸片来代替。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



9.小鸡出壳

成长目标：

提高宝宝动作的灵活性，提高宝宝的细心程度。

简单准备：

废旧的报纸若干，画笔，鸡孵小鸡的图片。

现在开始：

①家长在每张废弃的报纸上画上一个大圆圈，告诉宝宝这是大鸡蛋，并和宝宝讲讲小鸡是怎么孵出来的，或者让宝宝看看母鸡孵小鸡的图片。

②家长引导宝宝拿起报纸，小心地从蛋中间撕破一个洞，再将头、肩、躯干和脚从报纸中钻过，再跨出报纸，同时发出“叽叽”声，这样一只小鸡就孵成了。

③宝宝知道怎么玩后，家长可和宝宝进行比赛，看看最后谁孵出小鸡次数最多，谁就获胜。

还要知道：

比赛前家长要告诉宝宝，在游戏中谁将报纸撕破了，就算失误。这个游戏不仅能满足宝宝的好奇心，还能让宝宝了解生物的生命过程。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

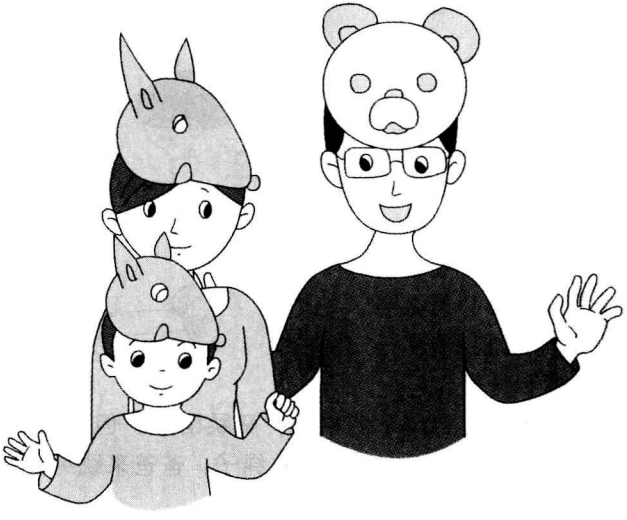
10.袋鼠妈妈和小袋鼠

成长目标：

训练宝宝动作的敏捷性和控制能力，培养家长与宝宝之间的感情与默契。

简单准备：

适宜的空间，袋鼠妈妈头饰，小袋鼠头饰，大狗熊头饰。



现在开始：

①家长先分配好角色，如爸爸扮演大狗熊，妈妈扮演袋鼠妈妈，宝宝扮演小袋鼠，然后分别戴上自己扮演的角色的头饰。

②小袋鼠站在前面，袋鼠妈妈站在小袋鼠后面，并将双手搭在宝宝的肩上。两人有节奏地一步步向前跳跃。

③大狗熊出现后，袋鼠妈妈和小袋鼠立刻站着不动。这时大狗熊可以绕着他们走一圈，并做出各种怪相以引起袋鼠妈妈和小袋鼠发笑。如果他们能忍住不笑不动则获胜，反之则失败。

还要知道：

如果宝宝不了解这两种动物，家长可以出示图片给宝宝看看它们的外形特征，模仿它们走路的动作，并讲讲有关它们的知识，加深宝宝对这两种动物的理解。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

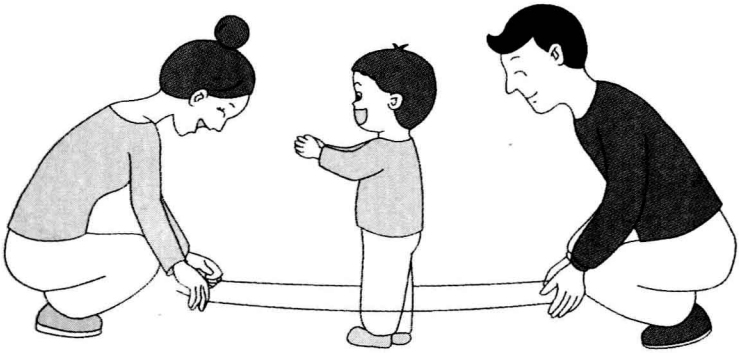
11.巧玩绳子

成长目标：

锻炼宝宝的手脚协调能力和身体的灵活性。

简单准备：

两根短绳。



现在开始：

①爸爸妈妈各拉着绳子的两头，面对面蹲下，保持两绳平行，不断地变换绳子的高度和宽度。

②宝宝跳到绳子的中间，又跳出来，但是不能踩到绳子，踩到就算输。也可以变换角色，让宝宝和妈妈拉绳子，爸爸来跳绳。

还要知道：

这个游戏可以两个人跳绳，也可以三个人。家长要根据宝宝的情况把握好变换绳子的速度，以免宝宝反应不过来被绳子绊倒。同时也要根据宝宝的情况调整好绳子的高度和宽度，选择的场地最好是柔软的草地或安全系数高的地方。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.揪尾巴



成长目标：

发展宝宝的腿部力量，提高宝宝跑的速度。

简单准备：

丝巾两条。

现在开始：

①家长和宝宝分别将丝巾塞在裤腰后做尾巴。家长先跑开一段距离，让宝宝去揪家长塞在裤腰后面的尾巴。

②宝宝成功揪到尾巴后，让宝宝赶紧跑开，换家长去揪宝宝后面的尾巴。

还要知道：

此类运动游戏可以愉悦宝宝的情绪，发展宝宝良好运用身体的能力和熟练掌握控制物体的能力。由于游戏消耗体能较大，家长要注意提醒宝宝休息，以免流汗过多而感冒。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.举乒乓球

成长目标：

锻炼宝宝大胆勇敢、仔细的心理品质。

简单准备：

一副乒乓球拍，两个乒乓球。

现在开始：

①家长拿出球拍和两个乒乓球，让宝宝分别将乒乓球平放在球拍上。

②宝宝用球拍慢慢将两个乒乓球举起，并且要举过头不让乒乓球掉下来。

还要知道：

在做游戏前，家长可以先给宝宝做一次示范。宝宝熟悉游戏的方法后可以和宝宝进行比赛，看谁的乒乓球最后掉下来，谁就获胜。这个游戏也可以用一副羽毛球拍和两个气球来代替，看谁的气球最后掉下来谁就获胜。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

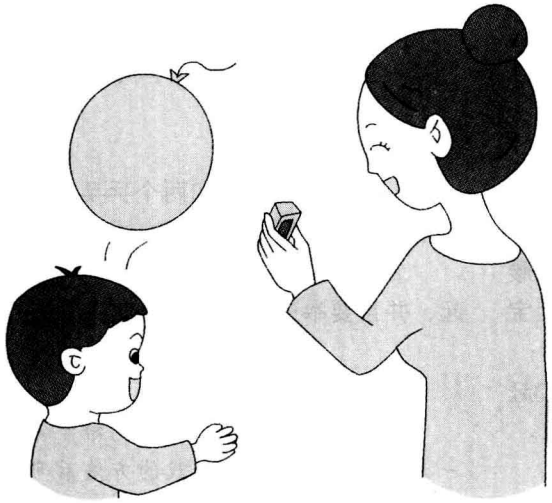
一句话微博：_____

_____

14.顶球

成长目标：

训练宝宝的跳跃能力以及动作的灵活性与协调性，促进宝宝大脑皮层和神经细胞的发展。



简单准备：

绳子，吹塑球若干，彩色大气球若干。

现在开始：

①家长将吹塑球用绳子固定在比宝宝高出约 10~20 厘米的地方，让宝宝双脚向上跳，用头顶球，看宝宝在规定的时间内能顶到多少次球。

②宝宝玩了一段时间后，家长也可以和宝宝来回顶彩色气球：家长和宝宝面对面站好，中间相隔一米左右。家长拿着彩色大气球往宝宝头上抛，宝宝跳起来顶球。游戏反复进行，妈妈在一旁计数，看宝宝在规定的时间内能顶到多少个气球。

还要知道：

刚开始，家长可以将色彩鲜艳的吹塑球吊在一根横置的绳子上，让宝宝玩反复地玩“顶球”或“击球”的游戏。注意球的位置略高于宝宝的头顶，但不能太高。

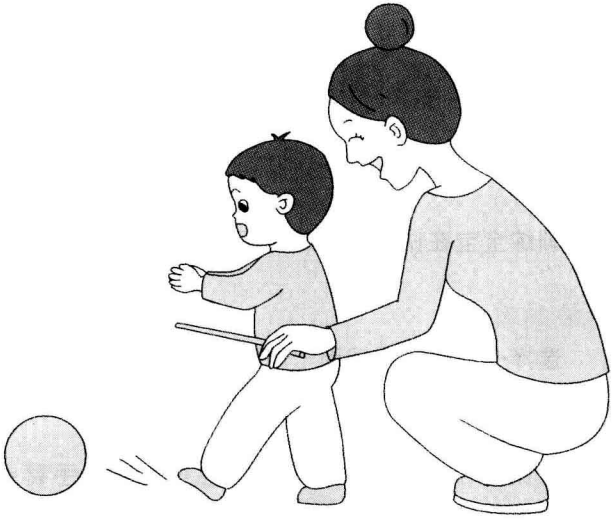
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

15.快乐的皮球



成长目标：

通过摆动的物体，发展宝宝的平衡能力。

简单准备：

毛巾，皮球，小木棍。

现在开始：

①家长和宝宝分别抓住毛巾的一头，将球放在毛巾中央，然后将球抛起，再用毛巾接住球。宝宝慢慢熟悉游戏后，家长慢慢增加速度，鼓励宝宝接受挑战。在加快速度时，最好先和宝宝说一下，让宝宝有个心理准备。

②换种游戏方法，家长在地板上画一条起跑线和一条终点线，在距离起跑线一米处画一道标志线。家长在起跑线上放一个皮球，游戏开始后，家长用一根木棍拨球。等球滚过标志线后，就让宝宝去追球，并将球踢到终点。

还要知道：

家长拨球的力度应该配合宝宝的能力，也可以找几个和宝宝年龄相仿的宝宝一起来进行追球比赛，看谁最后将球踢到终点。比赛赢了的小宝宝可获得一个小奖品。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话描述：_____

16.谁是不倒翁

成长目标：

训练宝宝在快速运动时能保持肢体平衡，促进宝宝平衡感的发展。

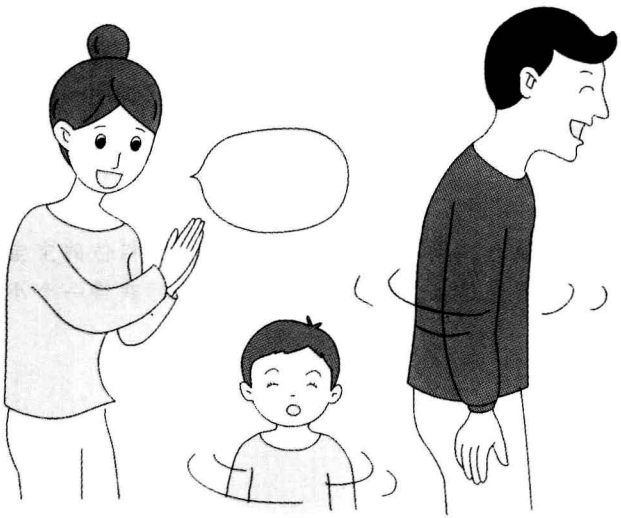
简单准备：

选择一块比较平坦而干净的空地，家长和宝宝一起站好。

现在开始：

①家长和宝宝把手臂伸平，注意两人的手臂要保持一定的距离，不能相碰，也不能扶住任何东西。家长和宝宝也可以把双手放在腿的两侧。

②两人一起原地旋转，宝宝一边转，一边跟着妈妈念《小陀螺转转转》的儿歌：“小陀螺，转转转，大陀螺，转转转；小陀螺，慢慢转，大陀螺，快快转”。



③念完后，两人马上停下来，看谁最后是不倒翁。

还要知道：

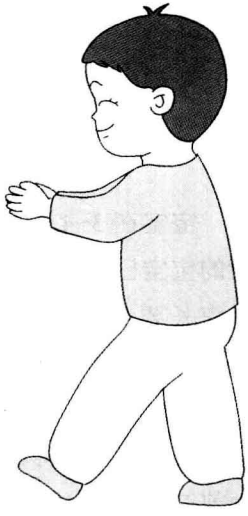
游戏可以反复进行，但要注意宝宝的安全，以免宝宝摔跤。如果宝宝平衡感不是太好，在刚开始玩这个游戏时，家长可以牵着宝宝的手，一起来做旋转的游戏。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话评语：

17.踢“足球”



成长目标：

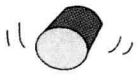
培养宝宝动作的灵活性，发展宝宝的跑步动作以及腿部力量。

简单准备：

适宜的场地，易拉罐若干。

现在开始：

①家长拿出准备好的易拉罐，在里面装上一些小石子，并将口封好，然后给宝宝示范如何踢“足球”。宝宝知道怎样踢“足球”后，家长和宝宝一起踢，可以走着踢，也可以边跑边踢。



②家长和宝宝进行比赛，在指定的范围内，看谁先把“足球”从场地的一边踢到另一边，谁就胜利了。

还要知道：

踢球对宝宝来说是最好的游戏，而让宝宝学会踢球并不难。游戏中，家长可以故意踢得很慢，让宝宝胜过自己，提高宝宝的积极性。家长也可以鼓励宝宝和同伴一起玩这个游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□很好 □一般 □不错哦 □很棒 □太难了

小小点评：

3~4岁宝宝的精细动作发展

宝宝在3~4岁时，已经不用任何事情都依靠大人的帮助来完成。这个年龄段的宝宝已经具备了基本的动手能力，开始学会自己动手做一些事情。但前提是家长要给宝宝提供锻炼自己动手能力的机会，这个过程也离不开家长的指导。

3岁宝宝的手部肌肉发展相对较迟，但双手协调技能有了较大发展。他们会折纸，动作逐步精细化。开始懂得如何驾驭生活中一些较为简单的工具，比如剪刀。一般宝宝都知道沿着纸张的直线或者弧线来进行裁剪。当宝宝能熟练使用剪刀后，家长可以和宝宝一起“制作手镯”“剪绒球”。

这个阶段的宝宝开始有了生活自理能力，会自己穿衣服、脱衣服、穿袜子，能够把自己的玩具归类，会自己吃饭、洗手等，也开始有了一定的生活经验。大人是宝宝模仿的对象，所以，家长在平时应该起到榜样的作用。

宝宝开始玩转手中的硬币、纽扣、欢乐球等，他们喜欢制作自己喜欢的小玩意儿。如果这个时候家长能教给宝宝一些基本的制作方法和技巧，宝宝会非常乐意去学。而且，他们会把自己制作的东西好好珍藏起来，经常拿出来炫耀。如果是个小女孩，家长可以和宝宝做一些“漂亮的头饰”“毛线创意项链”，也可以引导宝宝发挥自己的想象，自己创作；如果是个小男孩，就让宝宝玩一些类似“击罐”的游戏，他们会觉得非常有挑战性。还可以让宝宝玩转手中的积木，搭建出各种想象奇特的建筑造型。每次宝宝完成了自己的“大作”，家长不妨用照相机把它照下来，给宝宝留作纪念，宝宝也会觉得非常有成就感。

要培养宝宝的动手能力，家长可以让宝宝从日常生活做起，平时让宝宝养

成自己擦桌子、洗手绢、用筷子吃饭、自己倒水喝等习惯。这些看起来非常简单，但对于3~4岁的宝宝来说，坚持下来还是有困难的。平时家长要不断鼓励宝宝，但又不能让宝宝产生依赖心理，这样才能慢慢培养宝宝的生活自理能力。

3~4岁的宝宝总的来说是主动的、勤劳的。随着他们精细动作的发展，他们对周遭事物总是跃跃欲试。家长应当把握时机，鼓励宝宝畅所欲为，自由摆弄他的那些玩具，为宝宝创造归属感。这是帮助宝宝建立自信的好方法。当宝宝做一些稍微有难度的动作时，家长不应说“小心，危险！”之类的话，而应该说“宝宝真棒，我相信你能做好！”

有些家长总喜欢拿自己家的宝宝与别人家的宝宝作比较，比聪明，比身高，比动手能力，却很少教导宝宝“自己和自己比”。家长要相信自己的宝宝是最特别的，也要让宝宝相信自己是特别的，有自己独有的价值，这样才能培养出更健康自信的宝宝。

1.好玩的筷子

成长目标：

锻炼宝宝的动手能力，以及手指的灵活性。

简单准备：

筷子若干，细绳一根。

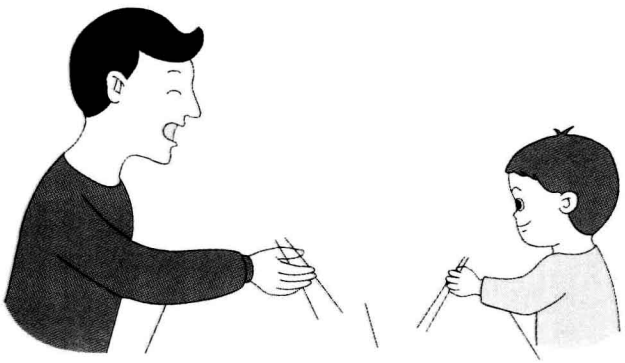
现在开始：

①家长和宝宝面对面坐着，在两人中间的桌子上放一根筷子。家长和宝宝各拿一双筷子，分别夹住两头将筷子夹起来，谁坚持的时间更长，谁就是获胜者。

②等宝宝对夹筷子的动作运用自如后，家长可以和宝宝比一比“筷子拔河”赛：在桌子中间画一条界线，家长和宝宝用筷子将绳子夹住，看谁能将对方拉过标记，谁就赢了。

还要知道：

这个游戏最好在宝宝学会用筷子后做。在夹筷子的过程中，家长可以挠挠宝宝的左手，分散他的注意力，看谁那边的筷子最先掉下来。你会发现，你们的比赛势均力敌，非常有趣。另外，筷子拔河赛中的绳子也可以用筷子来代替。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

2.欢乐球赛



成长目标：

提高宝宝的动手能力、手眼协调能力。

简单准备：

气球若干，一副网球拍。

现在开始：

①家长拿出准备好的气球，然后和宝宝一起开始拍气球比赛。在两分钟内，在没有让气球落在地上的情况下，看谁拍的气球数最多。

②也可以在空旷的地方横拉一根线作为网（线的高低根据宝宝的情况进行调整），由妈妈做裁判，爸爸和宝宝用气球和网球拍进行“网球”比赛，在规定的时间内，看谁能获胜。

还要知道：

家长给气球打气时不要打得太足，游戏过程中也不要用力过猛，并要控制好速度，以免气球爆破伤着宝宝。刚开始玩的时候，家长可以故意输给宝宝，以增加宝宝玩游戏的积极性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

3.投掷硬币

成长目标：

锻炼宝宝身体的协调性以及投掷能力，发展宝宝的手部肌肉力量。

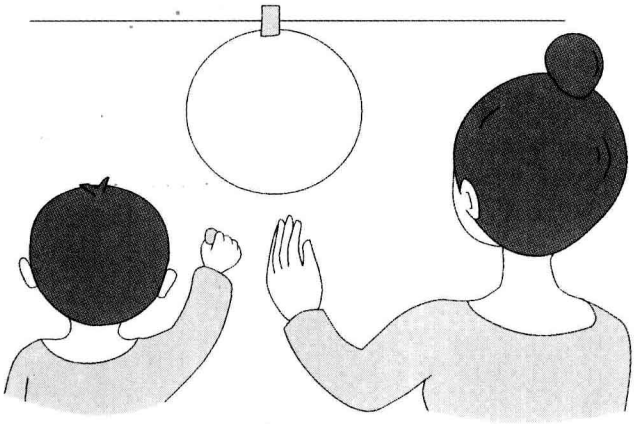
简单准备：

适宜的场地，不同大小的铁环或塑料环若干，夹子若干，硬币若干，晾衣架一个，帽子一顶。

现在开始：

①家长将铁环用夹子夹在晾衣架上，引导宝宝将硬币或一些可以投掷的东西投入铁环内，看宝宝在规定的时间内能够投进去多少个硬币。家长可以和宝宝进行比赛，看谁投掷的硬币多。

②家长用手托着帽子，左右不停地走动，让宝宝将硬币投入帽子内。给宝宝10次机会，看能投进去多少个硬币，最后将帽子内的硬币奖励给宝宝。



还要知道：

选择的场地最好在宽阔点的地方，以防宝宝砸到旁人。铁圈的大小应由大到小。刚开始的时候用大铁环，然后逐渐缩小，增加挑战性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.击罐砰砰响

成长目标：

锻炼宝宝的动手能力，发展宝宝的手部肌肉，发展宝宝的思维能力，培养宝宝对科学的兴趣。



简单准备：

4个差不多大小的空塑料罐，豆子，标签，小石子。

现在开始：

①妈妈在一半的塑料罐子上面贴上标签。爸爸和宝宝每人两个罐子，一个贴上标签，一个没贴标签。由妈妈喊“开始”，两人在规定的时间内按要求给罐子装上豆子。贴标签的装一半豆子，没贴标签的全部装满，看谁最先完成。没完成的一方继续按要求装豆子。

②豆子都按要求装好后，爸爸和宝宝把罐子摆放在同一个桌子的同一条直线上，然后用小石子击罐子。在规定的时间内，看谁击中对方罐子的次数多，谁就获胜。如果中途有罐子被击倒，妈妈负责捡起来。

还要知道：

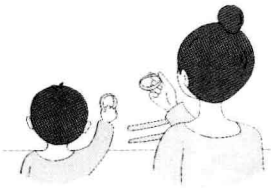
击完罐子后，家长可以问宝宝有没有从中得到什么启示，让宝宝了解重的东西不容易击倒，轻的东西容易击倒。比如，游戏中装满豆子的罐子不容易被击倒，而只装了一半豆子的罐子容易被击倒。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.制作手镯



成长目标：

发展宝宝的右脑，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

比较厚的白纸，剪刀，画笔，胶水。

现在开始：

①家长教宝宝把白纸剪成小长条，并用胶水把两头粘在一块，这样一个圆环就做好了。

②家长和宝宝一起在纸环上画上自己喜欢的图案和颜色。画好后，家长把它套在宝宝的手腕上当手镯。

还要知道：

这个游戏需要多种感官配合，既有手的动作，又有对颜色的感觉、对图案的设计等，对发展宝宝的右脑很有帮助。宝宝熟悉手镯的做法后，家长应放手让宝宝自己来做。

6.捕“鱼”



成长目标：

锻炼宝宝手的灵活性、提高宝宝的专注力以及动手能力。

简单准备：

硬纸板，3米左右的绳子，剪刀。

现在开始：

①家长先在硬纸板上画一条鱼，然后引导宝宝用小剪刀沿线将鱼剪下来。

②家长将“鱼”系在绳子的中间，家长和宝宝各拿着绳子的一端，面对面站好，两人相距一米左右。

③游戏开始，两人各卷起手中的绳子。谁先卷到中间的“鱼”，谁就获胜。

还要知道：

注意绳子一定要卷成团，而不是胡乱往后扯。游戏可以反复进行。“鱼”也可以用其他物品代替，比如红苹果等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：

7.手指转球

成长目标：

增强宝宝的手指灵活性和力量，提高宝宝双手的合作能力。

简单准备：

和宝宝手指大小差不多的皮球一个。

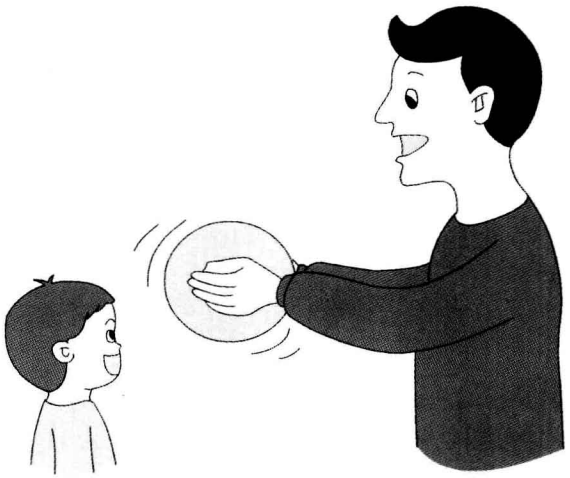
现在开始：

①家长拿出皮球，先教宝宝如何用两只手配合转动球，可以先做示范，再让宝宝模仿。

②宝宝熟悉用两手配合转球后，家长再教宝宝用一只手的四指配合拇指转动球，转的时候注意保持球的平稳和速度。在转球的过程中，家长还可以做一些动作为球的转动做“配音”，以增加游戏的趣味性。

还要知道：

家长也可以用其他一些能用手指转动的玩具或书让宝宝玩。如果是转动书，可以找封面面积较大的、有一定重量的书本（不过要在宝宝承受的范围内），这样手指不容易打滑。但练习的时间不宜过长。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.赶球比赛

成长目标：

提高宝宝的手眼协调能力和专注力，发展宝宝的动作智能。

简单准备：

皮球若干，羽毛球拍 4 个。

现在开始：

①由爸爸做裁判，妈妈和宝宝站在起点，各拿着一个羽毛球拍和一个皮球，爸爸喊“开始”，妈妈和宝宝分别用羽毛球拍将皮球赶到终点，看谁能获胜。

②爸爸持双球拍把两球同时赶回起点，由妈妈做裁判，爸爸和宝宝分别持双球拍和两个球站在起点，妈妈喊“开始”，两人分别用两个球拍把两个皮球赶回终点。



还要知道：

游戏可以反复进行，起点和终点的距离要根据宝宝的情况来定。这个游戏如果以家庭为单位来进行比赛会更有趣，可以培养宝宝的合作精神。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.抓尺



成长目标：

锻炼宝宝的反应能力以及专注力。

简单准备：

白纸，彩笔，30 厘米的直尺一把。

现在开始：

①家长先在直尺上粘上白纸，再将直尺平均分成 6 段，每段 5 厘米，再和宝宝一起在白纸上按顺序涂上红、橙、黄、绿、蓝、紫 6 种颜色。每涂一种颜色，家长就要告诉宝宝这是什么颜色。

②家长捏着直尺紫色的位置，宝宝的拇指在红色的位置。家长突然放手，让宝宝去抓紫色的位置。如果宝宝能立刻抓住直尺的紫色部分，说明宝宝反应快。再换抓其他的颜色，让宝宝跟着做。

还要知道：

这个游戏可以反复进行，家长也可以按照自己的想法不断调整颜色，或者增加颜色的数量，以增加游戏的难度。在游戏前，家长一定先要让宝宝熟悉各种颜色。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错呀 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.穿纽扣



成长目标：

让宝宝学习将绳线穿过洞洞，锻炼宝宝的手眼协调能力，提高宝宝的动手能力、精细动作能力。

简单准备：

纽扣、针线。

现在开始：

①家长引导宝宝用针线穿过纽扣的小孔，并协助宝宝把线拉出来，或者家长穿线，由宝宝将线拉出，然后逐步指导宝宝自己穿拉线。同时，家长指导宝宝用左右手交替练习，使宝宝的左右大脑得到均衡的发展。

②宝宝知道怎样穿纽扣后，家长可以准备各种颜色和形状的纽扣，让宝宝用塑料绳将它们穿起来，做成手镯或项链。也可以给宝宝一些珠子，让宝宝发挥自己的想象力和创造力，将纽扣和珠子搭配着穿，做成漂亮的手镯或项链。

还要知道：

游戏完成后，家长带宝宝一起收回纽扣和针线，千万别让宝宝拿着针到处玩，以免扎伤自己或别人。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

11.简单的排列游戏

成长目标：

让宝宝认识不同的图形，锻炼宝宝的动手能力以及思维能力。

简单准备：

各种形状的积木或卡纸若干。

现在开始：



①家长先设置一个情境，告诉宝宝要一起帮助小猫铺路，激发宝宝对活动的兴趣。家长先在地板上摆出“○□○□○□”6个图形，让宝宝仔细观察排列规律，引导宝宝说出末尾的“□”应该接什么图形。

②家长继续摆出“○□□○□□○□□”9个图形，让宝宝找出排列规律，并摆出后面应该排列的图形。

③家长摆出“○□△○□△○□△”9个图形，引导宝宝小结ABCABCABC排列的规律。

还要知道：

为了提高游戏的趣味性，家长也可以让宝宝在这些卡纸上跳舞。家长还可以用实物来玩这个游戏，比如摆出一个橘子、两个香蕉、三个苹果，让宝宝找出规律，摆出后面应该排列的水果。

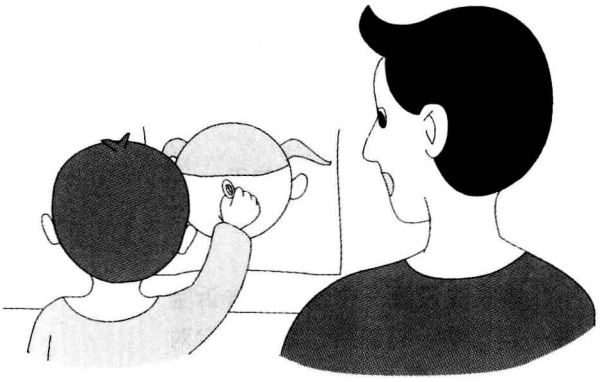
爸妈记录

宝宝的情况：□比较快 □比较慢 □不理解 □很好 □比较差

12.拼贴图游戏

成长目标：

培养宝宝的逻辑思维、耐心和专注力，提高宝宝的观察能力、比较能力和推理能力。



简单准备：

两个一样的娃娃图像，剪刀一把，硬纸板一张，各种五官图。

现在开始：

①家长先用剪刀将其中一个娃娃图像剪成大小不一的20块，剪的时候要注意保持图画的重要内容，使每一块图形都有明显标志。

②家长拿出另外一个完整的娃娃图像给宝宝看，指导宝宝看清娃娃的头部、手、脚等，然后让宝宝将剪碎的图片拼回来。

③拿出一张硬纸板，并在纸板上画出人物的头形轮廓，可加上头发之类，然后让宝宝根据自己的想象贴上眉毛、眼睛、耳朵、鼻子、嘴等。

还要知道：

拼图有利于宝宝的手、眼、脑、情感的发育。家长平时可以让宝宝玩各种各样的拼图，让宝宝在享受游戏快乐的同时也从中获益。当然，有的宝宝也许刚开始并不喜欢玩拼图，他可能觉得拼图很难，这时家长可以给宝宝一定的提示和鼓励，甚至来个小比赛，那么宝宝才会更积极思考怎样可以快速地完成拼图，甚至赢过家长。为了增加游戏的难度，家长也可以根据宝宝的情况规定拼图的时间。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

13.柚子灯

成长目标：

提高宝宝的动手能力，让宝宝充分体会动手的快乐。

简单准备：

柚子皮、刀、筷子、线绳、蜡烛，小木棒。

现在开始：

①家长将柚子皮用刀切成4份，在底部留大约5厘米长度，再掏出里面的柚子肉。掏出柚子肉后，让宝宝在4块柚子皮上雕刻自己喜欢的图案。

②家长在每块柚子皮上用筷子扎一个小洞，然后穿上一根线绳，再将4根线绳绑在一根木棒上，最后在柚子皮底部固定一根蜡烛，一个柚子灯就做好了。

③家长也可将柚子分为两半，掏出柚子肉后用筷子在柚子皮的边缘处均匀地打4个小孔，再让宝宝用筷子在柚子皮其他地方扎些洞洞，洞洞可大可小，既美观又可以透光。家长再用线绳从边缘的小孔中穿过并固定好，再在柚子皮底部放上蜡烛，这样，又一个柚子灯就制作好了。



还要知道：

家长可以启发宝宝的想象，在柚子皮上刻出不同的图案，做成各式各样的柚子灯。在用小刀的时候，家长要注意宝宝和自己的安全。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.卷绒球

成长目标：

提高宝宝的动手能力，培养宝宝的耐心和专注力。

简单准备：

毛线，小剪刀。

现在开始：

①家长引导宝宝将毛线缠绕在无名指、中指和食指上，直到毛线有一定的厚度为止。

②再用另一条毛线穿过缠绕在宝宝手指上的毛线的中间缝隙，打结并固定好。

③从宝宝手指上取下毛线团，家长引导宝宝用小剪刀穿进毛线团里边，沿边缘逐渐将毛线剪开，再用剪刀将参差不齐的毛线修剪整齐。这样一个绒球就制作完毕。



还要知道：

这个游戏可以用不同颜色的毛线，制作出不同颜色的绒球，也可以将几种颜色的毛线混搭在一块，制作出彩色的绒球，或者利用绒球器制作出不同大小的绒球。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错呦 □很好 □超棒了

一句话点评：

15.毛线创意项链

成长目标：

提高宝宝的动手能力，发挥宝宝的想象力和创造力，让宝宝在兴趣中学习、锻炼、培养良好的能力。

简单准备：

各种颜色的细毛线若干，小剪刀。



现在开始：

①家长先理出一小束毛线，剪出给宝宝做项链大概所需要的毛线长度，再让宝宝抓住毛线的一头，用另外几根细毛线，按珠子的形状，均匀地缠绕毛线，每个“珠子”大小差不多。

②缠到一定的长度，家长再将毛线头和毛线尾固定好，打好结，这样一条毛线项链就做好了。

还要知道：

还可以引导宝宝用不同颜色的毛线混搭在一块做成彩色的项链。宝宝熟悉游戏的方法后，一定要放手让宝宝自己去做，对于宝宝来说，这是培养宝宝独立完成一件事物最好的办法。从最初的设计，到后面的制作，都需要靠宝宝的思考来完成，它能培养宝宝各项能力的协调性以及综合能力。

老师记录

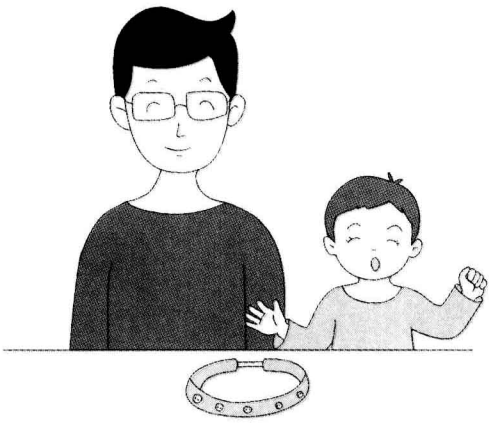
宝宝参与情况：□非常积极 □不错哦 □很好 □太棒了

老师寄语：

16.漂亮的头饰

成长目标：

提高宝宝手部肌肉的灵活性及手眼协调能力。



简单准备：

各色布料，硬纸板，强力胶，剪刀，松紧带，纽扣，针线。

现在开始：

①家长先将硬纸板和布料剪成一个长条形（大概宝宝头围的长度），再引导宝宝用强力胶将布料粘在硬纸板的外层，做成一个头饰圈。然后，家长剪一条长约4厘米的松紧带（依宝宝的头围来定），用针线分别固定在头饰圈的头尾两端。

②家长按适当的间距将各种颜色的小纽扣缝制在头饰圈上。

③家长和宝宝一起将各种颜色的硬纸板和布料剪成花的形状，再用强力胶将剪好的布花贴在纸花外层，并在花蕊处剪出一个扣眼，让宝宝将花扣在扣子上。漂亮的头饰就做好了。

还要知道：

头饰做好后，家长可以让宝宝自由选择花头饰进行各种动作表演，比如戴上头饰，做蝴蝶状飞来飞去。也可以鼓励宝宝自己编个故事进行表演，提高游戏的趣味性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

17.自作糖葫芦

成长目标：

教宝宝练习团球的方法，通过穿糖葫芦，锻炼宝宝的手部肌肉。

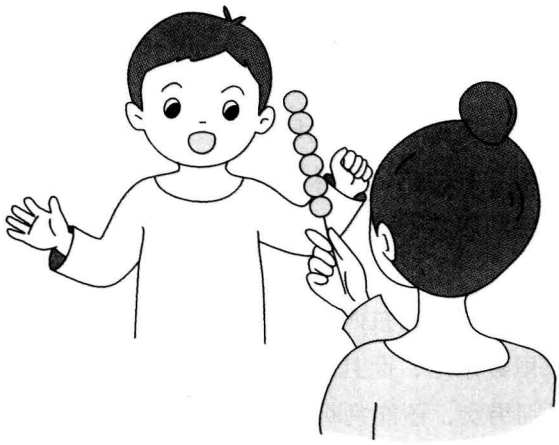
简单准备：

小木棒或雪糕棒若干，彩泥，真的糖葫芦一串。

现在开始：

①家长先拿出一串糖葫芦，问问宝宝这是什么，想不想吃，再让宝宝尝一尝糖葫芦的味道，家长也可以给宝宝讲讲糖葫芦的由来，以激起宝宝玩游戏的兴趣。

②家长拿出准备好的彩泥，给宝宝做示范，让宝宝仔细观察自己是怎样用彩泥制作糖葫芦的。家长先用彩泥揉几个小球，再用小木棒从它们中间穿过，这样糖葫芦就做好了。



③给宝宝彩泥，让宝宝自己制作，家长不要干预宝宝。宝宝学会怎样穿糖葫芦后，家长可以和宝宝进行比赛，在规定的时间内，看谁完成得又多又好。

还要知道：

用彩泥制作糖葫芦的时候，家长注意看着宝宝，以免宝宝吃掉自制的糖葫芦。每次宝宝制作完糖葫芦后，家长可以引导宝宝数一数自己穿了几个糖葫芦。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：

3~4岁宝宝的认知能力发展

由于中枢神经的发展，再加上生活圈子的扩大，这个阶段的宝宝开始出现了一些比较基本的感知觉。在操作摆弄物品的时候，他们能够认识到各种形状的变化，拥有上下左右的方向感，并且能够辨别出一些不同的声音，会口头数10以内的数，但不能做到口手一致。3~4岁的宝宝一般看到什么就认准什么，只知道看事物的表面，不会深入去理解，事物的内涵思维缺乏可逆性与相对性，因此不能理解反话。他们比较容易受到外界的干扰，注意力会从正在观察的对象转移到另一个目标上面。所以，3~4岁的宝宝不容易控制自己的行为和心情。然而，过一段时间之后，宝宝可能就会忘记刚才所发生的不愉快了。

3~4岁的宝宝爱幻想，经常把想象和现实混在一块儿。有的家长会感觉宝宝在说谎，但实际上，他们的谎言通常不是有意说出来的，而是无意中迸发出来的想法。比如，眼镜明明是圆的，宝宝就喜欢说成是方的，明明看到的是一只普通的鸭子，宝宝却说它是书本里看到的鹅，这样的状况经常会出现。家长不要误以为宝宝在说谎或者觉得宝宝的想法很荒唐就呵斥宝宝，这样很容易抑制宝宝想象力的发展。

宝宝在生活中经常会接触到一些很具体的东西，比如桌子、椅子、床、冰箱等。这个时候的宝宝不但会在家里数东西，而且还能通过自己的力量测出物体有多重，能从人物的外貌特征区别男女，还能判断声音的强弱。

家长可以和宝宝一起做一些科学的小游戏，加深宝宝对事物和现象的理解和印象。比如“油珠和水珠”游戏、“手帕会不会湿”游戏。通过这些游戏，宝宝潜意识地运用了眼睛、耳朵、嘴巴还有手脚来了解事物的一般特征，促进感知能力的发展。家长平时可以和宝宝一起聊聊，说说有关家人的事情、性

格、特点等，引导宝宝说一说，画一画，这有助于加强宝宝与家人的亲情。

另外，家长可以跟宝宝一起说出生活中碰到的各种东西的名称。对于宝宝不认识的物体，家长多用一些吸引宝宝的话题来教会宝宝。在宝宝的成长中，要学习的东西很多，家长要不断去启发宝宝，通过各种方式让宝宝获得知识，以及各种生活体验。事实上，培养宝宝对事物的感觉和知觉认识，是建立宝宝与外部世界联系，丰富宝宝知识的一种有效的途径。3~4 岁宝宝的认知能力对宝宝未来的发展能起到很大的作用，所以，家长千万不要忽略了对宝宝这种能力的培养。



1.辨别水果

成长目标：

巩固宝宝认识多种水果的名称及外形特征。培养宝宝吃水果时注意卫生、果皮不乱扔的好习惯。

简单准备：

各种水果（柿子、梨、猕猴桃、柚子等）、小箱子、奇怪的音乐，蒙眼布。

现在开始：

①在宝宝心情愉悦的时候，可以给他播放一段奇怪的音乐，告诉宝宝今天要给他一份神秘的礼物，然后家长拿出一个小箱子，逐一以不同的形式出示水果，如露出半个柚子，或者念一段儿歌，让宝宝猜猜是什么水果。家长打开礼包，让宝宝自由说说里面认识的水果，并引导宝宝说出水果的形状、颜色等方面的区别。

②宝宝熟悉这些水果后，家长用布蒙住宝宝的眼睛，让宝宝通过触摸和用鼻子闻判断出是哪种水果。

③家长带宝宝一起去洗水果，让宝宝懂得吃水果时要注意卫生，吃过的果皮不乱扔。

还要知道：

通过游戏，家长可以让宝宝养成爱吃水果、不乱扔果皮的好习惯。家长还可以告诉宝宝各种水果含有哪些营养素，让宝宝了解一些基本生活常识。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：_____

2.小水滴搬家

成长目标：

让宝宝了解棉花和水的特性，训练宝宝的注意力，增强宝宝的竞争意识。

简单准备：

棉花，水，水盆。



现在开始：

①家长先拿出一团棉花，告诉宝宝这是棉花，然后让宝宝捏一捏，说一说自己的感受，再和宝宝讲讲有关棉花的一些知识，比如棉花可以吸水，还可以用来做棉被。宝宝对棉花有了大概的了解后，家长拿出水盆，并在盆中倒点儿水。

②家长引导宝宝用棉花在水盆里面吸水，再将棉花上的水挤到另一个水盆里，慢慢地就可以将水“搬家”了。如果宝宝感兴趣，就让宝宝把水盆里的水全部搬完吧。

③家长可以和宝宝进行比赛，看谁能最快将水盆里的水搬完。

还要知道：

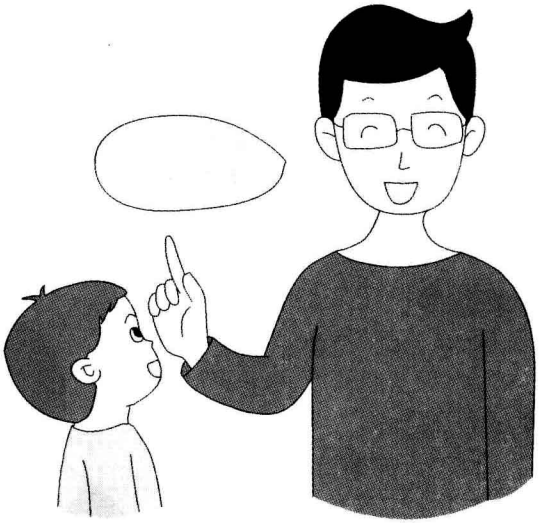
水盆里的水不宜太多，否则会使宝宝对这个游戏产生厌烦感。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.变幻的云



成长目标：

让宝宝学会用简单的词语描述云的形状，提高宝宝的观察能力以及认知能力。

简单准备：

有云的天气。

现在开始：

①在有云的天气，家长带宝宝到比较空旷的草地上去玩耍，引导宝宝欣赏大自然。等宝宝产生好奇心后，让宝宝仔细观察天空中的云朵，然后问宝宝：“天上有什么？天上的云朵像什么？”“你看，云朵为什么会动呢？”

②家长引导宝宝认识云朵，为宝宝描述各种云朵的形状，比如像大象，像流星，像仙人掌，像人……有的在游动，有的在奔跑……以激发宝宝对云的兴趣。并教宝宝说儿歌《小白云》：“小白云，飘呀飘，蓝天上，变魔术，变小鱼，变小兔，变山羊，变蘑菇，变宝宝，胖乎乎。”

还要知道：

家长也可以让宝宝自己尝试着描述云朵的形状，锻炼宝宝的语言表达能力和想象力。还可以问宝宝天空中还有什么，比如小鸟、风筝、飞机，让宝宝看得更高、更远。如果当天天气寒冷，家长一定让宝宝穿上保暖的衣物，并且要提醒宝宝，不可直视太阳。

爸妈记录

4.手帕会不会湿

成长目标：

让宝宝初步接触科学，知道科学的奥妙，激发宝宝对科学的兴趣。

简单准备：

杯子两个，装满水的脸盆一个，小手帕两块。

现在开始：

①家长先将准备好的杯子、脸盆和小手帕拿出来放在宝宝面前，告诉宝宝妈妈要给宝宝表演一个魔术。家长先将手帕塞进杯子的底部，接着把杯口朝下，确保手帕不会掉下来，然后快速将杯子扣进装满水的盆子里。这时，杯子里的手帕会发生什么变化？拿出杯子让宝宝摸摸手帕湿了吗？为什么？

②家长将另一块手帕塞入杯底，将杯子倒过来，斜着浸入水中，让宝宝仔细观察，并问宝宝：“是什么东西从杯子里跑出来吹出泡泡的？（空气）跑出来以后，手帕怎么了？”



还要知道：

由于杯子里有空气，当杯子被倒扣进水中时，杯中的空气无法排出去，于是，就在手帕和水之间建立了一个“隔离带”，手帕就不会被水浸湿了。而当杯子斜着浸入水中时，杯子里的空气跑出来了，水进入了杯子，手帕自然就被浸湿了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.多了什么，少了什么

成长目标：

培养宝宝的认知能力和类型识别能力，提高宝宝的记忆力，使宝宝的左右脑平衡发展。

简单准备：

不同种类的图片若干张。

现在开始：

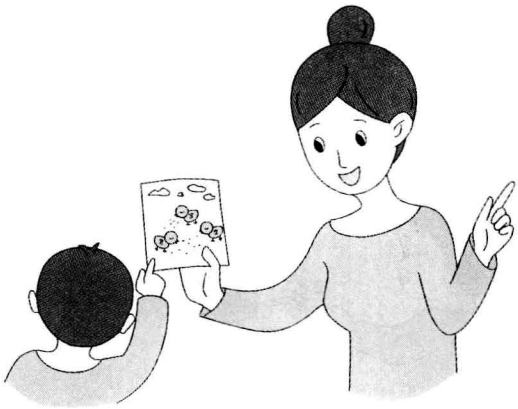
①家长将不同种类的图片混在一起，一张一张拿给宝宝看，让宝宝指出哪些是食物，哪些是动物，哪些是日常用品。

②同样是这些图片，家长在其中增加一张图片，减少一张图片，让宝宝说说多了什么，少了什么。

③家长从图片中取出一张图片，故意说错，看看宝宝能不能发现问题。

还要知道：

一般来说，3岁多的宝宝已经有了形象记忆和类型识别的基础，家长可以和宝宝进行记忆方面的训练游戏，先从简单的开始，再逐渐增加难度，比如这个游戏，刚开始只增加一张图片，减少一张图片，然后再增加两张图片，减少两张图片，以此类推，以增加游戏的难度。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.手腕数字带

成长目标：

锻炼宝宝识别数字和排列数字的能力。



简单准备：

彩纸，笔。

现在开始：

①家长先教宝宝学习简单的阿拉伯数字，再用不同颜色的纸裁出 6 根长彩条，用笔分别标上从 1 到 6 的数字，并在每根彩条上写满数字，如在 6 号纸条上写上 6666666。

②家长和宝宝一起将彩条粘成圈，做成一根根腕表，再让宝宝自己将这些腕表戴上，戴的时候按照从 1 到 6，或从 6 到 1 的数字顺序，宝宝如果不明白，家长可以先做示范。

还要知道：

游戏可以反复进行，一直到宝宝对数的排列非常熟悉为止。手腕的数量家长可以根据宝宝的情况增加或者减少。玩游戏时，家长也可以引导宝宝自己在“腕表”上写数字，加深宝宝对阿拉伯数字的理解。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.循声找图

成长目标：

提高宝宝对声音的辨别能力。

简单准备：

录音机或其他录音设备，图片若干。

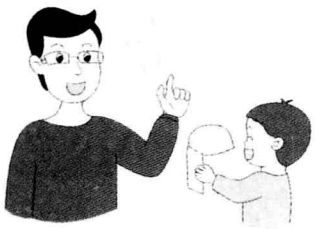
现在开始：

①家长从网上找一些各种物品发出来的声音音频，例如门铃声、下大雨时的哗哗声、交通工具的行车声等。根据每个声音准备一张相对应的图片，让宝宝一边听声音，一边找出相关的图片。

②家长故意拿掉其中的一两张图片，看宝宝能不能发现。

还要知道：

家长也可以让宝宝听汉字的录音来找到该字，加深宝宝对所学汉字的记忆。

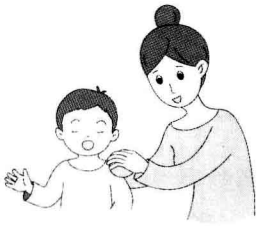




8.闭眼猜物

成长目标：

培养宝宝对物的形状、名称和特点的辨别能力。



简单准备：

积木、水果、玩具等。

现在开始：

①让宝宝闭上眼睛，或者转过身去，摸某种东西，问宝宝摸到的是什么，并说出它是什么形状。

②如果摸到的是水果和食物，可以让宝宝闭上眼睛，用嘴尝一尝，再问："宝宝，你现在吃的是什么东西啊？快快回答。"

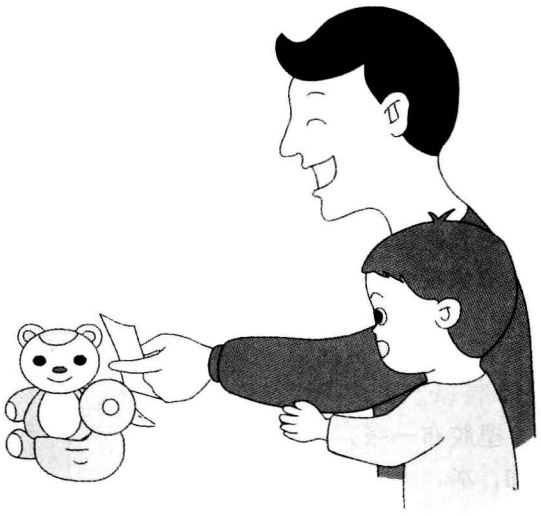
③让宝宝分别喝冷的、热的、温的三种东西，并问宝宝感觉如何。

还要知道：

如果宝宝不知道，可叫宝宝睁开眼睛看一下。



9.学序数



成长目标：

加强宝宝对序数的认知能力，提高宝宝的记忆力，让宝宝正确理解数与物的关系。

简单准备：

小动物玩具6个，数字贴纸，花生若干。

现在开始：

①家长拿出6个小动物玩具，排成一排。先让宝宝数一数一共有几个小玩具，然后告诉宝宝它们的排列顺序。比如小猫排第一，小狗排第二，小鸭排第三，小熊排第四，小鸡排第五，小鹅排第六等。按顺序排好后，家长开始提问“小熊排第几?”“哪个小动物排第三?”等，看宝宝是否能回答正确。

②家长让宝宝按照动物的排列顺序分别贴上数字，比如排第一的贴上数字“1”，排第二的贴上数字“2”，看宝宝是否能贴对。

③家长拿出花生，让宝宝给这些小动物分花生，排在第几的小动物，就给几颗花生，看宝宝是否能分正确。

还要知道：

宝宝对数字熟悉后，家长可以逐渐增加玩具的数量，也可以随机抽出某个玩具，让宝宝快速给它分花生，这样不但可以锻炼宝宝的反应能力，还可以强化宝宝对数字的记忆力。也可以出示一张扑克牌，让宝宝读出上面的数字，快速拿取相应数量的花生。

学习记录

10.油珠和水珠



成长目标：

培养宝宝的思考能力，提高宝宝的探索能力、观察能力以及认知能力。

简单准备：

塑胶布一张，玻璃瓶一个，食用油，水。

现在开始：

①把塑胶布铺在平整的地面上，在塑胶布上滴几滴油和水。家长引导宝宝用力吹，看看油珠跑得快，还是水珠跑得快，并启发宝宝思考其中的原因。

②宝宝知道油珠为什么比水珠跑得快后，家长继续问宝宝：“水和油可以混合在一块儿吗?”并引导宝宝仔细观察后面的小实验。家长先拿出准备好的玻璃瓶，在玻璃瓶内倒入半瓶水，再在水中加入两汤匙食用油，用塞子盖好瓶口，并摇一摇瓶子。几分钟后，家长再把瓶子放到桌子上，接下来会发生什么呢? 宝宝会惊奇地发现：油全都浮在水面上了。这时候家长可以问宝宝：“油为什么会浮在上面呢?”

还要知道：

油的内聚力较大，它能一直保持凝聚状态，呈圆珠状。受到外力影响时，它很容易滚动，跑得也比较快。另外，油比水轻，所以会浮在水的上面。而且，油的分子间的吸收力比水分子间的吸收力大，这样就很难用水把油分开，油和水也就不可能混合在一起了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.神奇的纸盒

成长目标：

培养宝宝的触觉和视觉，刺激宝宝右脑的发展。

简单准备：

纸盒一个，剪刀一把，积木若干，水果若干，玩具若干，蒙眼布。



现在开始：

①家长先给宝宝蒙上眼睛，然后拿出准备好的纸盒，在纸盒上剪出一个洞，洞的大小要保证宝宝能将手伸进去，再往纸盒里面放一些积木、水果、玩具等，让宝宝把手伸进去摸一摸，猜一猜都有什么。

②宝宝对纸盒里的东西有个大概的印象后，家长让宝宝按否定的指令来拿东西，比如对宝宝说“请把不能吃的东西拿出来”“请把不是三角形的东西拿出来”“请把不是两只脚的动物玩具拿出来”等。

还要知道：

为了增加宝宝玩游戏的积极性，家长也可以使用一些奖励的办法，比如宝宝拿对某个玩具，就奖励宝宝一颗糖果，看宝宝最后能获得多少颗糖果。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

12.考考你的记忆力

成长目标：

增强宝宝的记忆力。

简单准备：

10 个小物品，如尺子、瓶子、钥匙、书、镜子、杯子、铅笔、玩具、饼干、积木。

现在开始：

①家长把这些物品一一拿给宝宝看，每个物品让宝宝看 5 秒钟左右，同时让宝宝说出物品的名称。

②每看完一个物品，家长就把这个物品遮住使宝宝不能再看到。

③10 个物品识记完后，让宝宝在 3 分钟内回忆刚才记过的物品名称，家长记下宝宝回忆出的物品数量。

还要知道：

做游戏的时候，家长不能提示，所看物品最好都是宝宝熟悉的。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.照镜子取物

成长目标：

增强宝宝的反射神经，以及运动、思维和知觉能力。



简单准备：

镜子、水果、积木等。

现在开始：

①把水果、积木等摆在镜子前面。

②让宝宝看镜子里的东西，不要看镜子前的实物。

③让宝宝一边看镜子一边取实物。

④一个一个地都取完后，让宝宝重新摆起来，再做这种照着镜子取实物的游戏。

还要知道：

取对了，家长要给予宝宝奖励。另外，当宝宝熟悉这个游戏后，家长可以增加物品的数量，以增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

14.我的家人

成长目标：

加强宝宝对家人的理解，增进宝宝与家人的亲情。

简单准备：

纸，铅笔。

现在开始：

①家长先在纸上画出一些家人的大体轮廓，引导宝宝根据家人的特点画出爸爸、妈妈和兄弟姊妹。比如爸爸戴眼镜就在“爸爸”图像的眼睛上加一副眼镜，妈妈戴了耳环，就在“妈妈”图像的耳朵上加一对耳环。

②家长也可按此种方法来对宝宝进行画其他家人的训练。如果宝宝还不会画图，可引导宝宝描述家人的外貌特征，家长代笔帮他画上去。



还要知道：

家长平时也可和宝宝一起聊聊，说说有关家人的事情、性格、特点等，引导宝宝画一画，说一说，这有助于加强宝宝与家人的亲情。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

15.区别男女



成长目标：

让宝宝学会根据人物的外貌特征区别男女。

简单准备：

爷爷、奶奶、叔叔、阿姨、哥哥、姐姐等人物的看图识字卡片。

现在开始：

①家长问宝宝："你是男孩子还是女孩子?"宝宝说对后，让他从准备好的图片中找出一张与自己同样性别的人来，再让他说说男孩子和女孩子在外貌上有什么区别。

②让宝宝把所有的图片按性别进行分类，并看图识字。

还要知道：

家长每次选三四张图片让宝宝分辨就可以了，太多，宝宝会失去耐心的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.快速观察数数

成长目标：

提高宝宝的观察能力以及记忆能力。

简单准备：

两幅图，3组扣子，布。

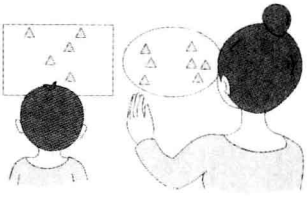
现在开始：

①家长依次让宝宝看下列两幅图，每幅图看两秒钟，时间一到，立即让宝宝说出每幅图各有几个三角形。

②家长摆三组扣子，每组扣子让宝宝看几秒钟，然后用布盖住扣子，让宝宝说出每组扣子的数量。

还要知道：

家长要控制好时间，时间一到，马上盖住图或实物，如果宝宝说不出来，可以让宝宝再试一次。家长可以根据宝宝的情况增减框内三角形或扣子的数量。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

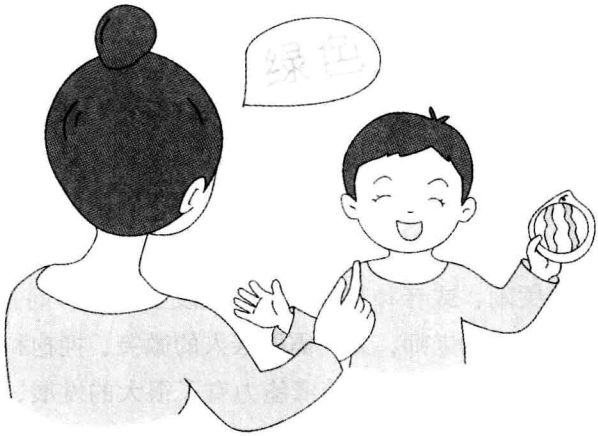
17.水果连连看

成长目标：

训练宝宝反应的灵敏性，培养宝宝对水果及颜色的更深认识，增进亲子间的情感交流。

简单准备：

沙发，白纸，笔，剪刀。



现在开始：

①家长和宝宝面对面坐在沙发上，家长先在白纸上画好三种宝宝平时爱吃的不同颜色的水果。比如：苹果、香蕉、西瓜等，并引导宝宝给三种水果分别涂上颜色，再剪下三种水果的图片。

②家长将剪好的三种水果的图片摆在宝宝的面前，当家长说绿色、绿色是什么时，宝宝要马上拿起“西瓜”的图片给家长看；当家长说红色、红色是什么时，宝宝要马上拿起“苹果”的图片给家长看，以此类推。如果宝宝拿错图片，两人可互换角色进行第二轮游戏。

还要知道：

宝宝熟悉这个游戏后，家长可以逐渐增加游戏的难度，比如增加水果的种类，宝宝再大些的时候，家长还可以用英语来表达颜色，让宝宝选择图片。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话激情：_____

3~4岁宝宝的情绪与社会性发展

宝宝在3~4岁的时候，开始对社会上发生的事情、行为有了自己最初的判断，开始慢慢地融入到这个社会，有了一些自己的基本社会行为。他们非常喜欢跟其他小朋友一起玩乐，一起做游戏。他们也逐步开始学会接纳陌生人，有了自己的思考，能够学会区分一些不同职业的人了。

宝宝在这个阶段的情绪波动还是比较大，容易激动。他们常常会为了一件小事哭闹，或者和其他的小朋友发生争吵。而且，这个年龄段的宝宝仍然十分依恋父母和老师，尤其需要亲人的微笑、拥抱和抚摸等动作。

3~4岁的宝宝的移情能力有了很大的发展，他们开始站在别人的立场上感受情境，理解别人的感受。他们看见生病的同伴、摔跤的弟妹，会表示同情，在家长的启发下，会做出安慰、关心、帮助等关切他人的行为。

3~4岁的宝宝对别人的意见和情感的反应敏感性增强，当做错事受到别人批评时，他们会害羞，并感到难为情。在这方面，女孩的羞耻感比男孩更为明显。羞耻感的出现，为宝宝自觉遵守集体规则提供了动力和基础。在皮亚杰看来，这个阶段的宝宝“绝对遵从父母、权威者或年龄较大的人”，他们会认为“服从权威就是‘好’，不听话就是‘坏’”，而且对“规则本身的尊重和顺从，即把人们规定的规则，看做是固定的，不可变更的”。皮亚杰将这一结构称为道德的实在论。

但这个时候的宝宝也喜欢对别人施加一些影响。比如，在吃东西的时候，宝宝喜欢跟别人抢东西吃，认为别人的东西比自己的好吃。宝宝在这个阶段，会产生一种对别人的驾驭感，认为别人要听从自己的安排。一旦不服自己的从指挥，宝宝便很容易跟别人产生冲突。宝宝在这个问题上是分不清好朋友或者

陌生人的，即使是平时玩得比较好的小朋友，也会经常发生冲突。

3~4岁的宝宝在跟身边的大人或者小朋友交往中会逐步表现出独立的一面，平时特别喜欢说“不”、“我自己来”、“别管我”之类的话。这说明宝宝开始有独立行动的愿望了。

3~4岁的宝宝社会交往范围也开始从家人扩大到幼儿园老师。他们会经常主动地拉拉老师的衣服，以动作引起老师的注意，表达对老师的亲近与好感。他们开始认同并接纳同伴，但仍然不喜欢协作，总是各玩各的。除非在非常宽松的游戏环境中，他们才会相互戏耍。3岁后期，宝宝与同伴一起玩的意识加强，还会和同伴分享玩具。这个时期的宝宝爱打小报告，爱管闲事，经常把其他小伙伴的事情告诉老师或家长。

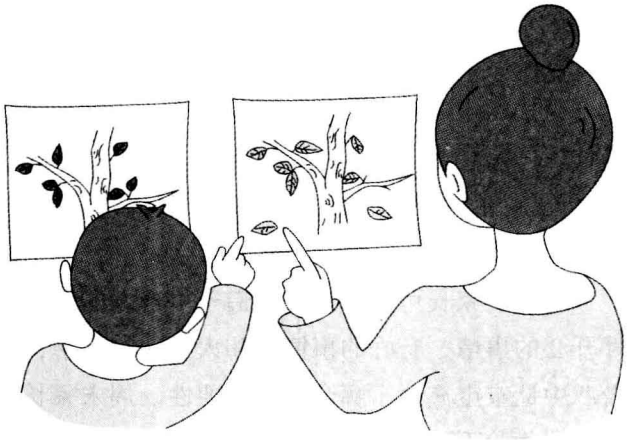
平时，看到宝宝跟其他小朋友发生冲突时，家长要帮助宝宝分析一些问题，告诉宝宝冲突对自己不会有好处的。然后，家长要劝宝宝用另外一种思路来想这件事情，学会理解并原谅对方。家长可以给宝宝创造一个合作的学习环境，让宝宝意识到合作是一件开心的事情，有好的事情要和大家一起分享，而不是一个人享受。比如，在游戏中让宝宝充分了解合作的重要性。周末家长也可以和宝宝一起去乡下走走，充分体验不一样的农家生活；去坐坐公交车，教宝宝遵守秩序，排队上车，学会谦让，不争抢座位等。

此外，在生活中，家长还应多鼓励宝宝，让宝宝学会帮助别人，并从中感受到帮助别人的快乐和幸福；教宝宝善于发现别人的优点，学习别人的优点，并引导宝宝多发现自己的优点。家长要经常告诉宝宝：你能行，你最棒。

1.分辨季节

成长目标：

教宝宝认识不同的季节，培养宝宝的社会常识。



简单准备：

四季风景图片。

现在开始：

①家长先拿出几张季节风景图片，问问宝宝哪张是冬天的风景图，哪张是夏天的风景图。如果宝宝说不出来，家长可以告诉宝宝一些分辨季节的方法和一些代表季节变化的物体，比如在秋天，叶子黄了，风一吹，它们就会一片片掉落下来。

②宝宝知道一些季节的明显特征后，家长再拿出一些有关季节的图片，让宝宝分辨，看看宝宝能不能分辨出来。比如家长指着一幅图（冬天）说：“下雪了，外面白茫茫的一片，大树上都堆满了雪，小朋友们在堆雪人，打雪仗。外面很冷很冷，他们都穿着羽绒服和保暖鞋。宝宝猜猜这是哪个季节?”“这张图上，有两个穿着裙子的小朋友正在吃冰淇淋。这又是指的哪个季节呢?”

还要知道：

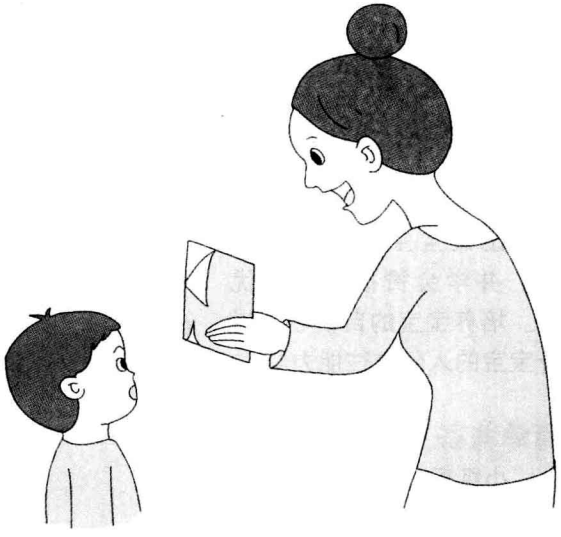
通过对图片的比较，让宝宝了解一些季节常识，同时也让他了解一些季节里面的景色，丰富宝宝的知识量。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：_____

2.撕破的故事书



成长目标：

让宝宝知道看书的正确方法，爱护图书、不撕书。

简单准备：

被撕破的故事书，透明胶。

现在开始：

①家长给宝宝讲讲图书被撕坏的故事：有一天，妈妈买回来一本故事书，宝宝很高兴，总是捧在手里看，故事书也很高兴，因为它也很喜欢小主人。可是宝宝把故事书到处乱放，有时候放在地板上，有时候踩在脚下，故事书很伤心，他的衣服渐渐变脏了，一点也不好看了。后来，宝宝看见这本故事书脏就把它撕了，故事书疼得哭了。讲完故事后，家长拿出一本被宝宝撕破的故事书，对宝宝说："瞧，这就是那本被你撕破的故事书。"看看宝宝会有何反应。家长再对宝宝说："让我们一起帮帮它吧。"

②家长和宝宝一起用透明胶修补故事书，告诉宝宝，书是用来看的不能撕，看的时候要一页一页地翻。

还要知道：

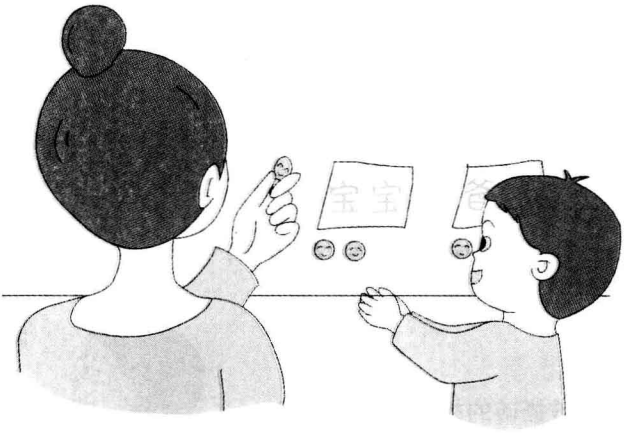
当看到宝宝撕书时，家长不要生气，不妨趁机和宝宝一起做这个小游戏，让他学会爱护图书，改掉爱撕书的坏毛病。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错呀 □很好 □太棒了！

一句话表扬：_____

3.找优点



成长目标：

让让宝宝学会肯定自己，并学会赞扬别人的优点。培养宝宝的自信心，提升宝宝的人际交往能力。

简单准备：

小纸板一张，小贴画。

现在开始：

①家长拿出小纸板和小贴画告诉宝宝今天要玩找优点的游戏，看看家里谁的优点最多。家长先在小纸板上写上爸爸妈妈和宝宝的名字，具体的游戏方法是：家长和宝宝轮流说出对方的优点，每说一个优点就在小纸板上对方的名字下贴张小贴画。比如妈妈说：“宝宝做事很认真，喝完牛奶会自己洗杯子。”说完后妈妈就在宝宝的名字下面贴上小贴画。最后看谁获得的小贴画最多。

②爸爸妈妈和宝宝也可以轮流各自说出自己的优点，并在小纸板上自己的名字下贴上小贴画，看谁的小贴画最多。最后，爸爸总结：宝宝和妈妈都有很多优点值得我们互相学习。

还要知道：

每个人身上都有很多优点，让宝宝学会发现，并学习别人的优点，这对宝宝以后的生活会有很大的帮助。家长要引导宝宝多发现自己的优点，并发展更多的优点。家长要经常告诉宝宝：你能行，你最棒。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

4.体验农家生活



成长目标：

加强宝宝对各种蔬菜、水果的认知能力，让宝宝充分体验农家生活。

简单准备：

宝宝的玩具，家长利用空余时间带宝宝到城郊的一些农家去体验农家生活。

现在开始：

①到城郊后，家长可以带宝宝去参观菜园、果园，和农民伯伯一起采摘水果、蔬菜，还可以带宝宝参观割稻机、打谷机等农具，拓展宝宝的视野，让宝宝体验不一样的农家生活。

②家长还可以引导宝宝把自己的玩具送给那里的小朋友，和那里的小朋友一起玩耍，和他们建立友谊。

还要知道：

长期生活在都市里的宝宝，一定会喜欢不一样的农家生活的氛围。平时家长可以带宝宝多出去转转，体验各种不同的生活。再大些的宝宝，家长可以带他们去军营看看，这有助于拓宽宝宝的视野，愉悦宝宝的情感。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

5.宝宝和小伙伴

成长目标：

锻炼宝宝的交往能力，让宝宝学会处理好朋友之间的友谊，学会欣赏别人的优点。

简单准备：

宝宝的小伙伴。

现在开始：

①家长邀请小伙伴来家里做客，让宝宝和小伙伴向每个人介绍自己的好朋友。家长可以先做示范：“我的好朋友叫小明，他今年3岁了，他有一双大大的眼睛，爱唱歌……”



②让宝宝和小伙伴谈谈自己身边人的优点，让他们在游戏中互相学习。

③准备好充足的玩具，让宝宝和小伙伴将小聚会进行到底。

还要知道：

通过与同龄的小朋友建立友谊，宝宝不仅能获得快乐，还能学会与人合作，获得安全感。当然，家长要尊重宝宝的意愿，不要为了发展宝宝的交往能力，就一味催促宝宝频繁地与他人接触。这样会使宝宝失去接触新朋友的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.导盲犬的作用



成长目标：

让宝宝学会耐心地完成任务，学会和别人合作。锻炼宝宝的理解能力和语言表达能力。

简单准备：

关于导盲犬的书籍、故事和视频。

现在开始：

①妈妈给宝宝讲有关导盲犬的故事，并结合相关的图片，帮助宝宝理解故事大概的内容。

②宝宝对导盲犬有了大致的了解后，宝宝扮演导盲犬，妈妈闭上眼睛，扮演盲人，让宝宝牵着妈妈的手，带领妈妈向前走。妈妈可以发出指令，让宝宝听指令前进，爸爸在一旁观察，看宝宝有没有带对路。

③宝宝和妈妈互换角色，让宝宝体验不同角色的感受。

还要知道：

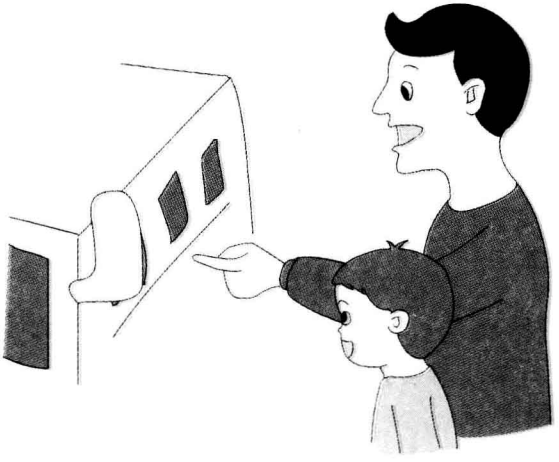
家长也可以先给宝宝看看关于导盲犬的图画书，看完后让宝宝给家长讲讲图画书上的内容，以锻炼宝宝的理解能力和表达能力。游戏选择的场地可以是楼梯、草坪等地方，但不要在马路上进行。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.认识公共汽车



成长目标：

让宝宝了解公共汽车的作用，注意遵守乘车秩序，注意交通安全，培养宝宝从小做一个文明的小公民。

简单准备：

长方形纸箱。

现在开始：

①家长将一个长方形纸箱放在宝宝面前，让宝宝说说它像哪种交通工具，并引导宝宝说出公共汽车。比如提示宝宝：“它是在马路上行驶的，是载人的，它的车厢很大，可以载很多的乘客，它省时省力又省钱。”

②带宝宝到室外去观察公共汽车，让宝宝初步了解公共汽车的外观结构，并告诉宝宝公共汽车主要由哪几部分构成的。

③带宝宝一起去坐公共汽车，让宝宝充分体验坐公共汽车的感受，并以具体的行动教育宝宝乘车时要遵守秩序，排队上车，学会谦让，不争抢座位。

还要知道：

家长也可以买一张交通工具方面的挂图，教宝宝认读上面的交通工具，或者和宝宝收集各种交通工具的图片，贴在一本活页本上，并附上各种交通工具的名称，一本“自制书”就做好了，宝宝会非常喜欢这一制作过程的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.宝宝做自我介绍



成长目标：

提高宝宝的社会交往能力以及语言表达能力。

简单准备：

玩具话筒或自制话筒。

现在开始：

①爸爸妈妈和宝宝围坐在一块儿，妈妈用儿歌“点、点、点，点豆花，点到谁，谁开花”来点宝宝站起来做自我介绍。比如妈妈可以引导宝宝说：“我叫XXX，今年X岁，家住XXX小区X号楼，X单元XXX室，家里的电话号码是XXX。”如果宝宝不会说，家长可以用问答的方式来让宝宝学会简单的自我介绍，比如妈妈问宝宝“你叫什么名字啊?”“今年几岁啊?”“家住在哪里啊?”等。

②家长和宝宝轮流做自我介绍。为了增加游戏的趣味性，也可以在大家做完一轮自我介绍后，让宝宝扮演妈妈做自我介绍。

还要知道：

生活中无时无刻都存在做自我介绍，亲朋好友来家做客时是锻炼宝宝的最佳时刻，父母应该鼓励宝宝大胆地回答别人的问题，这样会给别人留下好的印象。另外，3岁的宝宝已经具备了独自面对危险以及冷静处理事情的本领了。这时，家长教宝宝做自我介绍，能帮助宝宝在意外走散时向外人求助。宝宝需要记住的信息有自己的名字、年龄、家庭住址及家庭电话、家长姓名等。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

9.和妈妈一起做饭

成长目标：

加深宝宝对厨具的进一步了解，增加宝宝的生活常识，让宝宝懂得感恩父母。



简单准备：

厨房用具。

现在开始：

①妈妈带宝宝去厨房，给宝宝介绍各种厨具，让宝宝了解各种厨具的用途。妈妈再给宝宝讲讲做饭的过程，比如先将米洗好、煮饭，再将菜洗好、切菜、做菜。让宝宝知道妈妈做饭时很辛苦。

②妈妈开始做饭，宝宝在一旁帮着妈妈，比如和妈妈一起洗菜。做好饭后，让宝宝闻闻菜的香味，告诉宝宝这是妈妈用辛勤的劳动换来的，要珍惜妈妈的劳动成果，不要浪费粮食，同时要懂得感恩父母，懂得一分辛劳，一分收获。

还要知道：

宝宝在厨房的时候，家长要时刻注意宝宝的安全，千万不要让宝宝碰刀具和火，以免伤着宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以 □不错哦 □很好 □真棒了

一句话表扬：

10.安全还是不安全



成长目标：

提高宝宝的安全意识、观察能力以及认知能力，让宝宝学会自我保护。

简单准备：

从杂志上剪裁下来的关于安全方面的图片，“笑脸”和“哭脸”图片。

现在开始：

①家长拿出从杂志上裁剪下来的图片（这些图片上有关于安全和不安全的种种情况，比如宝宝在玩插座，宝宝从楼梯上摔下来等）。家长先给宝宝讲讲安全方面的知识，告诉宝宝哪些事情我们需要做，哪些事情我们需要牢记以保证自己的安全，还要让宝宝记住一些常用的求助电话，如火警电话119、匪警电话110等。

②让宝宝挑选图片，把表现安全情况的图片放在笑脸下面，把表现不安全情况的图片放在哭脸的下面。看宝宝分类正确的图片有多少张。对于宝宝放错的图片，家长要及时给予纠正。

③家长再问问宝宝如果碰到陌生人该怎么办？这时候，家长可以扮演陌生人走到宝宝面前，用宝宝喜爱的玩具、点心等哄宝宝说：“小朋友，叔叔给你带了很多好吃的，跟叔叔一起去玩好不好？”看宝宝会做何反应。然后，家长要教导宝宝，不管陌生人拿出什么好吃的，都不要接受，更不能跟陌生人走。如果陌生人硬要把你带走，一定要大喊大叫。

还要知道：

家长可以利用这个游戏教给宝宝一些安全守则，也可以让宝宝举例说说他们对于安全与不安全活动和情况的认识。

爸妈记录

宝宝表现情况：□非常好 □不错哦 □很好 □不够好

一句话点评：_____

11.交通警察

成长目标：

让宝宝了解基本的交通规则，懂得交通安全。

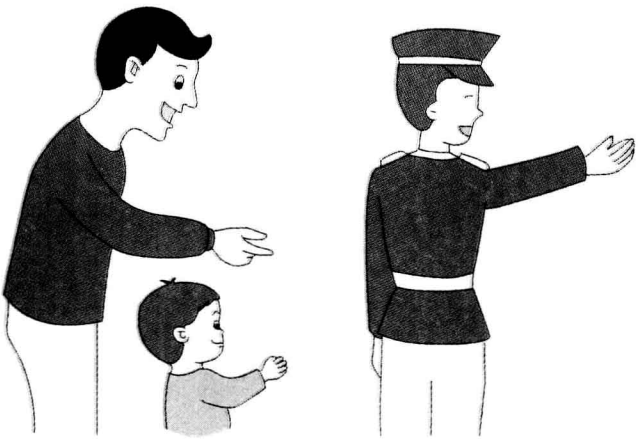
简单准备：

宝宝心情愉悦的时候，带宝宝去有交警的地方。

现在开始：

①家长带宝宝到事先选择好的地方，让宝宝自己去向交警叔叔询问附近的某个地方在哪里，怎么走。

②家长引导宝宝过马路时注意看红绿灯，告诉宝宝绿灯行红灯停，当马路上没有红绿灯的时候，让宝宝注意看来往的车辆，等没有车时再过马路。教育宝宝不能在马路上乱跑或者玩耍，遇到什么事情应该向警察叔叔询问。



还要知道：

在马路上时，家长应该时刻在宝宝的旁边，注意宝宝的安全。这个练习能为宝宝以后上学做准备。家长平时带宝宝上街的时候，也要鼓励宝宝去向陌生人问路，也可以和宝宝一起邀请小伙伴到家中来玩红绿灯的游戏。

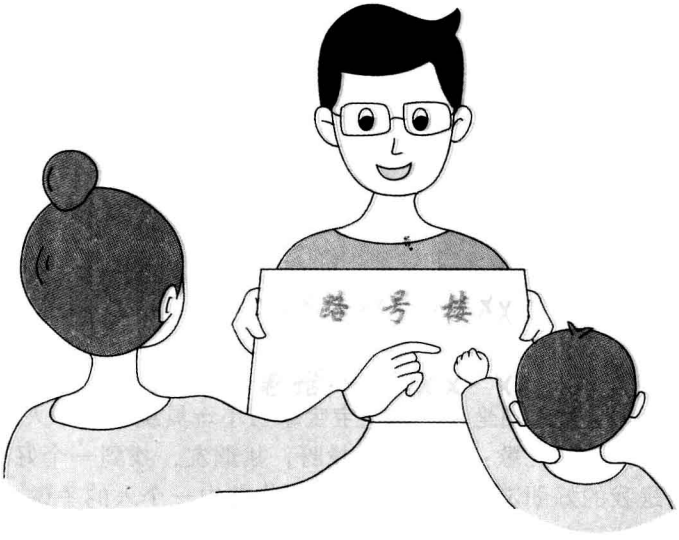
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

12.记住地址和电话号码



成长目标：

培养宝宝的记忆力和应变能力，提高自我保护意识。

简单准备：

写有自己家住址的字卡，爸爸妈妈上班的电话或手机号码。

现在开始：

①家长启发宝宝："如果你迷路了，怎么办？"（找警察叔叔。）"警察叔叔送你回家，你能告诉他我们家住在哪里吗？"（××路××号××楼××）"如果家里没人，怎么办？"（打电话找爸爸妈妈。）"爸爸妈妈的电话号码是多少？"（×××）

②家长可以结合游戏，教宝宝认读家庭地址字卡及父母电话或手机号码。

还要知道：

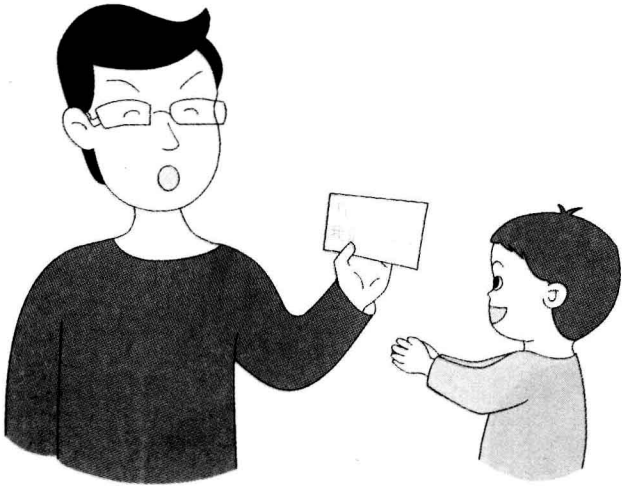
这个游戏可在宝宝3岁的时候经常练习，因为这个年龄段的孩子自主意识增强了，活动范围大了，容易发生走失的情况。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____



13.找朋友

成长目标：

练习简单的社交礼仪，增加宝宝的社会交往意识，提高宝宝的动手能力。

简单准备：

全家人围坐在一起，小玩具若干。

现在开始：

①全家人围坐在一起，宝宝拿着小玩具绕过每个人蹦蹦跳跳向前走，一边走一边拍手唱儿歌："找呀，找呀，找朋友，找到一个好朋友。敬个礼，握握手，你是我的好朋友。"唱完，宝宝握住其中一个人的手说："我和妈妈是好朋友！"妈妈就和宝宝一起说："好朋友，好朋友，我们一起来握握手！"边说边做动作。然后宝宝再重复唱儿歌，找其他人做朋友。

②家长也可以和宝宝一同设计各种漂亮可爱的便条，在上面写上自我介绍、问候语、联系电话等，让宝宝随身携带便条，遇到自己感兴趣的小伙伴时，亲手将便条交给他们。当然，宝宝在选择朋友的时候要注意安全性，最好将找朋友的范围控制在自己生活的小区内。

还要知道：

家长平时也可以带宝宝到有相仿年龄小孩子的人家去做客，这可以为宝宝创造与人交往的机会。让宝宝与小朋友一起玩耍也能培养宝宝合群及合作的意识，而且宝宝早期参与社交能力的逐步加强也将体现在宝宝日后的成长生活中。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.红绿灯游戏

成长目标：

让宝宝了解符号所代表的意义，锻炼宝宝的记忆和配合机能。

简单准备：

红、黄、绿气球各一个。

现在开始：

①家长与宝宝共同布置场地：用纸条隔出快车道、人行道、斑马线等，用一把椅子做交警岗亭。然后家长拿出红、黄、绿气球，向宝宝说明它们分别所代表的意义，如红气球代表红灯，表示停下来的意思；绿气球代表绿灯表示通行的意思；黄气球代表黄灯，表示做准备的意思。另外，车走车道，行人走人行道，过马路走人行横道（斑马线）。

②爸爸先当司机，开着玩具车；妈妈当交通警察，一手拿着“红灯”，另一手拿着“绿灯”，宝宝扮演行人。爸爸和宝宝要根据妈妈举起的气球通行或停止通行。行人和车辆如果违反交通规则要罚唱一首歌。玩完一轮后，爸爸和宝宝互换角色。



还要知道：

这个游戏能让宝宝进一步了解红绿灯的作用，懂得更多交通规则方面的知识。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话表扬：_____

3~4岁宝宝的艺术潜能发展

3岁左右的宝宝，其绘画能力的发展已经由涂鸦期进入象征期，宝宝开始能画一些基本的画作了，比如画一些小花朵、小屋等相对比较简单的东西，也对色彩产生了浓厚的兴趣，他们会通过绘画来表现自己的愿望和对世界的看法，会把线条、图形加以简单的组合，表现事物的大致特征。但是，他们能用来表达的图形毕竟很少，当他们不知道怎么用图形来表达自己的想法时，就会边画边用语言来补充画面的内容。

宝宝每次画完画后，家长千万不要对宝宝的作品横加指责，说宝宝没有画耳朵或手和脚，也千万别教宝宝怎样画人像。家长需要做的，就是听宝宝讲讲他所画的那些充满了丰富想象力的内容。

从听觉能力方面来说，3~4岁宝宝已经具有了一定的听觉辨别能力。通过培养，宝宝可获得一定的听觉感受力，慢慢能领略音乐的美。同时，这个阶段的宝宝已经有了一定的听觉记忆能力，即记忆音乐、再现音乐的能力。一般来说，3岁多的宝宝会唱几首5个音阶内的歌曲，能跟着电视或电脑自学几首简单的歌曲。有的宝宝甚至会即兴哼唱一些自己编的旋律和短句。他们偏爱那些富有戏剧色彩的、情绪热烈的歌曲，会反复地跟着唱，并试着用一两种打击乐器打击出不同节奏来配合歌曲。虽然节奏不怎么合拍，但这已表明宝宝已经开始学着控制自己的动作了。

音乐是听觉的艺术，而3~4岁又是培养宝宝听觉能力的最佳时期。所以家长应当不失时机地加强对宝宝听觉能力的培养。有了准确的听觉能力，家长还要培养宝宝准确的歌唱反应能力和良好的节奏感。3~4岁的宝宝已经会按旋律敲击节拍，按节拍做动作了，他们还会跟着节拍做一些表演动作。宝宝非常喜

欢自己打击出来的各种声音。比如用筷子敲打碗的声音，把球拍扔在地板上发出的“砰砰”声音等。

这个阶段的宝宝，其发声器官还处在成长发育阶段，唱歌易疲劳，而且还有很多音准音色问题需要解决，非常娇嫩。所以，在日常生活中和歌唱中，家长要注意保护好宝宝的发声器官。平时，家长不妨播放一些宝宝喜欢听的柔和一些的音乐，注意音响声音不宜过大，而且最好只放一两首曲子，等宝宝听熟以后再换。这样能让宝宝慢慢体会曲中的节拍、音调及强弱，促进宝宝音乐模仿力及注意力的提升。在宝宝睡前，家长可以播放一些安静的摇篮曲或宝宝时常听的乐曲，注意控制好音量。

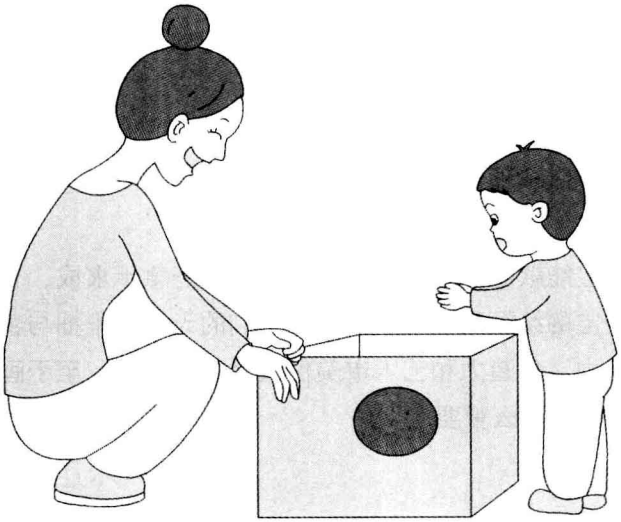
平时家长也可以带宝宝到琴行里看看。当宝宝看到这么多可以发出悦耳声音的乐器时，会非常开心的。可以让他们摸摸不一样的乐器，感受一下它们不同的形状，以及发出来的不同声音，提升宝宝对音乐的兴趣。

每个家长都希望自己的宝宝能歌善舞，会绘画，但千万不能急于求成，也不能要求太多。而应尽量从宝宝的绘画和歌唱中去发现他们的天真、稚拙与善良，发现他们具有丰富的想象力、创造力和艺术审美价值并加以肯定，至于画得是否逼真，唱得是否准确，就不那么重要了。

1.美丽小屋

成长目标：

培养宝宝的动手能力，提高亲子间的互动性。



简单准备：

大箱子一个，剪刀一把，卡通印章，卡通贴纸，彩笔。

现在开始：

①家长先用剪刀在一个大箱子的两边分别挖一个小洞，作为美丽小屋的窗户，然后开始与宝宝一起装扮小屋。比如，剪两小块和“窗户”差不多大小的布，用线绳穿好固定在箱子上，做成可以拉动的窗帘，用鞋盒做床……

②布置好箱子里面后，家长和宝宝一起随意地在“小屋”外层和里层上盖印章、粘贴纸、涂鸦等，让小屋变得美丽。

还要知道：

小屋装扮完后，家长可以和宝宝一起玩过家家的游戏，也可以用相机拍下宝宝在美丽小屋前面的留影，让宝宝体验到自己动手带来的成就感。

爸妈记录

2.跳棋子画



成长目标：

培养宝宝的动手能力，让宝宝体会亲自动手的快乐。

简单准备：

红、黄、蓝三种颜色的油彩若干，弹珠若干，碗3个，白纸，带边的纸盒。

现在开始：

①家长首先将红、黄、蓝三种不同颜色的油彩倒入不同的碗中，并分别在每个碗中投入一颗跳棋子，再将一张白纸放在带边的纸盒中。

②家长将包裹着油彩的弹珠放在有白纸的纸盒中，让宝宝将盒子前后左右地摇动，弹珠也随之在纸上前后左右地滚动。让宝宝仔细观察弹珠在纸上涂画出不同的油彩痕迹。

还要知道：

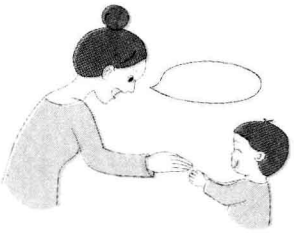
游戏中，家长注意不要让宝宝用手去触摸跳棋子，宝宝摇动盒子时，要提醒他不要让跳棋子掉出来，另外还要防止宝宝误吞弹珠。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.谁来了



成长目标：

发展宝宝听音乐获取信息的能力，培养宝宝的模仿能力。

简单准备：

有关各种动物的音乐。

现在开始：

①家长先将有关鸭、鸡、兔、猫、狗、大象等动物的音乐放给宝宝听，让宝宝熟悉各种动物的音乐，再和宝宝一起回顾各种动物的动作。

②家长开始放音乐，告诉宝宝听到有关哪种动物的音乐，就要做出那种动物的动作。

还要知道：

游戏进行一两遍后，家长可以操作录音机，打乱动物出场的顺序，试试宝宝能否迅速做出正确的动作。

4.水果脸



成长目标：

提高宝宝的动作技能。

简单准备：

盘子一个，不同种类的水果若干，水果刀一把。

现在开始：

①家长先将洗净的水果切成片，然后向宝宝示范如何用这些水果片来做一张脸，如用猕猴桃做大大的绿眼睛，用橙子做一张微笑的脸，用苹果做眉毛或耳朵，等等。

②让宝宝自己用水果片拼出一张脸。

还要知道：

水果的选择可以有很多种，不同水果拼脸的部位也是不固定的。家长可以多进行尝试，看哪种效果最好。这个游戏是鼓励宝宝吃水果的一个好方法。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.把大老虎关起来

成长目标：

让宝宝学会画竖线及横线，培养宝宝对美术的兴趣。

简单准备：

老虎图片若干，画笔。

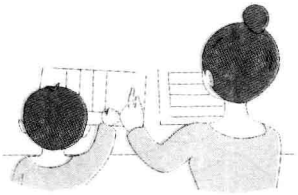
现在开始：

①家长先给宝宝看老虎图片，然后提醒宝宝动物园里的老虎都关在笼子里，告诉宝宝我们一起给老虎画笼子。

②家长先向宝宝示范如何画竖栏杆和横栏杆，可以边画边讲解：“栏杆要直，头尾都要连好纸边。”家长示范完后让宝宝自己画。

还要知道：

家长给宝宝示范时应放慢速度，让宝宝看清楚。也可以让宝宝多画一些栏杆，增加练习的机会。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.抢坐椅子



成长目标：

让宝宝体验与其他小朋友玩耍的乐趣。

简单准备：

邀请一些小伙伴来家里玩，选一个宽敞的场地，播放音乐，椅子若干。

现在开始：

①家长交错放一排椅子，让每个椅子与左右两边椅子的方向都相反。椅子的数量要比宝宝的数量少一个。

②随着音乐响起，宝宝围着椅子跳舞。当音乐停止时，宝宝要迅速坐到椅子上，剩下那个站着的宝宝出局。游戏继续，直到只剩下一个宝宝为止。

还要知道：

不要忘记，每有一个宝宝出局时，家长都必须拿走一张椅子。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.我是一片小树叶

成长目标：

激发宝宝热爱大自然的情感，并自由地用动作表现对歌曲的理解和感受。

简单准备：

长的硬纸条、钉书器，歌曲《秋叶》。

现在开始：

①家长带宝宝到户外欣赏秋季景象，感受秋高气爽的宜人气候，以及树木花草的变化。带宝宝观察秋季树叶的变化，如树叶的颜色，树叶变黄以后会怎样。

②家长和宝宝一起拾落叶，做成头饰（将树叶用钉书器钉在长纸条上，再围成圆圈）带在头上。

③做头饰时，播放歌曲《秋叶》，使宝宝进一步感受歌曲优美的旋律，理解歌曲的内容。家长鼓励宝宝跟唱歌曲。



还要知道：

游戏的时候，家长可以启发宝宝结合观察活动扮成树叶，边唱边自由表演。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.我是谁

成长目标：

提高宝宝的想象力和绘画能力。

简单准备：

铅笔、蜡笔、圆珠笔等均可，纸张。



现在开始：

①家长先在纸上用虚点画出几个小动物的轮廓，并在虚点上写上数字，再让宝宝按数字顺序将点连接起来，画出图形。

②连接好线后，让宝宝说说这是什么动物。最后让宝宝自选颜料为画好的图案上色。

还要知道：

刚开始游戏时，家长可以少点一些虚点，以后逐渐增加虚点的数量。也可以让宝宝任意点一些点连接起来，看像什么。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.水彩印记

成长目标：

提高宝宝对美术的兴趣，启发宝宝的绘画潜能。

简单准备：

一张白纸，蛋彩画颜料。

现在开始：

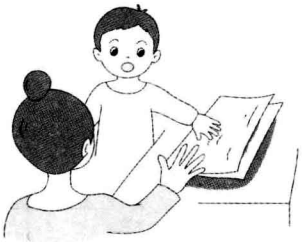
①家长往白纸上洒几滴蛋彩画颜料。

②将纸对折，让宝宝用手指挤压油彩，再挤压整张纸。

③打开后就能看到一幅美丽的画了，宝宝会非常开心的。

还要知道：

玩这个游戏所使用的纸必须足够结实，可以用优质的合成复印纸。另外，所用的颜色越多，产生的效果越好。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.瓜果艺术画

成长目标：

开发宝宝的空间智能，培养宝宝的创造力。

简单准备：

水彩颜料、瓜子壳、大画纸、胶水。

现在开始：

①让宝宝用胶水将瓜子壳随自己的喜好、想象粘贴在画纸上面。

②让宝宝用水彩加入自己喜欢的色彩，完成属于宝宝的创意艺术画。

还要知道：

做这个游戏的时候，家长要给宝宝穿好套衣，以免水彩弄脏了衣服。另外，要多给宝宝一些鼓励。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.彩色望远镜

成长目标：

让宝宝发现三原色之间的变化，培养宝宝对色彩的兴趣。



简单准备：

一个空面巾纸盒，红、黄、蓝色的玻璃纸各一张。

现在开始：

①家长在面巾纸盒的相对两面各挖两个孔当做望远镜，在一面的两个孔上覆上一张玻璃纸，让宝宝透过玻璃纸看看周围的东西和平常有什么不同。

②在面巾纸盒另一面的两个孔上覆上第二张玻璃纸，让宝宝看看周围又发生了什么样的变化。红、黄、蓝三张玻璃纸两两配合，各有什么不同。

还要知道：

望远镜也可用卷筒纸的纸心做成。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.漂亮的曲线

成长目标：

加深宝宝对曲线的认识，发展宝宝的创造力和想象力。

简单准备：

水彩笔、彩色颜料、白纸，一张有弯弯曲曲山路的图片。

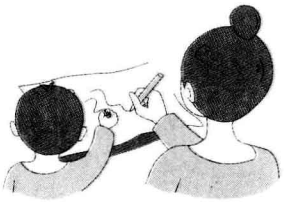
现在开始：

①画曲线前，家长先和宝宝讨论曲线的画法，比如告诉宝宝，一条曲线就像一条弯弯曲曲的山路，然后拿出图片给宝宝看。

②在纸上画出不同的曲线，让宝宝从不同的角度去感受不同的曲线。

还要知道：

在宝宝用笔画曲线时，家长应培养他正确的握笔姿势。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.快乐的圈圈

成长目标：

为宝宝将来的音乐欣赏能力打下良好的基础，让宝宝体会集体游戏的快乐。



简单准备：

播放一段欢快的音乐。

现在开始：

①让宝宝跟着音乐随意做动作，家长可根据音乐的节奏发出一些指令，如：“跺跺脚呀跺跺脚”。

②宝宝和家庭成员手拉手围成一个圈，随着音乐节拍做动作，由一位家长指挥大家统一行动，如：“1、2、3、4，向左转，2、2、3、4，向右转。”全家人一起做有节律的活动。

还要知道：

在游戏中，宝宝既要听音乐，又要听指令，还要和周围的人配合，这是综合能力的培养，对宝宝是很好的锻炼。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

14.吹出来的画

成长目标：

提高宝宝的绘画感悟力，让他认识到行为可以产生结果。

简单准备：

抹布，颜料，细画笔，盘子。

现在开始：

①在盘子里滴几滴颜料，把盘子向着不同的方向倾斜，产生一种图案。然后用纸碟子将图案印在纸上。

②用一支细画笔在盘子上滴几滴颜料，让宝宝用吸管吹颜料，或直接用嘴吹，直到宝宝对其效果感到满意为止。再仔细将纸压在盘子表面，这样图案就印在纸上了。

还要知道：

所选颜料最好是加浓的颜料，这样它可以随意流动且速度不会太快。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.染色

成长目标：

培养宝宝对色彩的感知能力。

简单准备：

西红柿、菠菜和橘子，图画纸、画笔，小碗3个。

现在开始：

①家长和宝宝一起在图画纸上画一些蔬菜、水果或其他物品。把它们剪下来，告诉宝宝今天要给图画上色。

②把西红柿、菠菜和橘子的汁液挤出来，分别装入三个小碗中。把三张剪好的图画纸分别放在三个小碗里，一段时间之后拿出来晾干，染色就完成了。

③把这些图画贴在一张纸上挂起来。

还要知道：

家长可以让宝宝留心除了颜料之外其他的可以染色的东西，如番茄酱、燃烧过的火柴棍等。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.音乐模仿游戏

成长目标：

让宝宝学会注重乐曲的节拍和轻重，表现出音乐的情绪来。



简单准备：

一根铅笔或小棍。

现在开始：

①如果宝宝看到过大型的音乐会中间有人指挥，就会模仿，拿着铅笔，边唱边指挥。

②家长看到这种情况，千万别笑他，应当在旁边播放音乐让他来指挥，他会按着节拍做动作，如同真正在指挥一样。

③得到鼓励和帮助，宝宝会更喜欢指挥，在家庭音乐会上让他指挥，他就会很乐意了。

还要知道：

通过指挥去了解节拍和音乐的情绪，能使宝宝更有表现力，愿意深入乐曲细致的地方，使自己进入音乐更深的层次。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.立体蝴蝶画

成长目标：

提高宝宝的动手能力以及对艺术的领悟力。

简单准备：

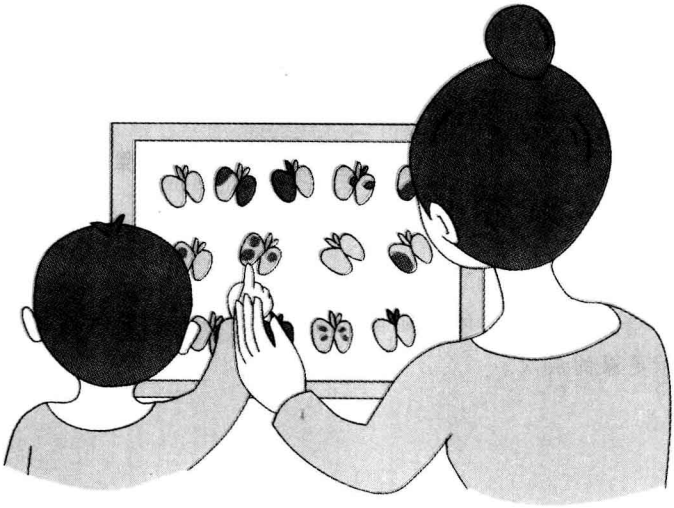
蝴蝶图片，白色卡纸一张，蓝色硬纸板一块，彩色颜料。

现在开始：

①家长出示蝴蝶图片，让宝宝仔细观察蝴蝶的形状。

②拿出卡纸，家长引导宝宝在卡纸上任意涂上各种颜料，并在上面画出蝴蝶的形状，然后把它剪下来。如果有条件，家长也可以购买蝴蝶模具。

③把五颜六色的蝴蝶剪好后，家长引导宝宝将这些“蝴蝶”粘贴到蓝色硬纸板上，一幅漂亮的挂画就制作出来了。还可以给图片加上相框。



还要知道：

家长可以用宝宝喜欢的图形模具做成其他图形的挂画。这个立体装饰挂画非常适合宝宝制作，挂在家里效果也不错，宝宝一定会非常喜欢这个手工游戏的。

爸妈记录

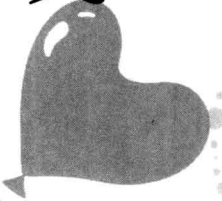
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

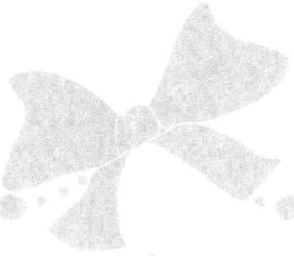
一句话微博：_____

_____

第六篇

4~6岁宝宝的亲子游戏





儿童不得不经常使自己适应于一个不断地从外部影响他的由年长者的兴趣和习惯所组成的社会世界，同时又不得不经常使自己适应于一个对他来说理解得很肤浅的物质世界。但是通过这些适应，儿童不能像成年人那样有效地满足他个人情感上的甚至智慧上的需要。因此，为了达到必要的情感上和智慧上的平衡化，他拥有一个可资利用的活动领域。在这个领域中，他的动机并非为了适应现实，恰恰相反，却使现实被他自己所同化。这里既没有强制，也没有处分，这样一个活动领域便是游戏。

——皮亚杰

4~6岁宝宝的语言发展

如果有人问，宝宝最吸引人的是哪个年龄段，很多人也许会说是4岁，但实际上，这个年龄段的宝宝是最令家长头痛的了。4~5岁的宝宝并不像人们想象得那样温顺懂事，他们可能学会了很多骂人的词汇，甚至会说出“我恨你”之类的话，这表示他真的生气了。

这种变化，是和宝宝语言技能的飞速发展分不开的。他们此时能比较完整地复述一个故事，也能编一些小故事，甚至会自由地表达自己的情感，乐于告诉家长自己碰到的每一件有趣的事，也会时不时地问几个为什么，或者经常模仿大人的语气讲话。最有趣的是，他们会一边做游戏，一边嘀咕，自己先提出问题，然后自己再解决问题。

5~6岁宝宝的言语器官已发育成熟，他们已经能发现自己和别人语音中的问题，并具备了正确发音的条件，言语的连贯性增强了，情境性减少了。此时的宝宝也有了说话清晰、准确的愿望，家长不再需要根据宝宝的表情、动作去努力推测宝宝所要表达的意思。这一时期的宝宝在良好的环境教育下，基本上都能正确发音，词汇量也会有大幅度的增加。他们不仅能掌握名词、动词、形容词、数量词的使用方法，还开始掌握一些关联词的用法，并逐步掌握了语法结构，语言的表达能力有了进一步的发展。开始时，宝宝可能只会说一些简单句，如“我要吃”“我不要这本图画书”，慢慢地就会说一些复合句，而且还掌握了并列、因果等关系，比如“因为我今天心情不好，所以不想吃饭”。

不仅如此，4~6岁的宝宝已经有了学习的意识，他们不仅对语音开始专注，同时也具备了一定的知识学习能力。4~5岁是宝宝学习母语和外语的关键期。因此，要提高宝宝的语言文字智能，家长要提高自身的修养，在日常生活中应

尽力规范自己的发音，注意自己的措辞，与宝宝一起生动地描述周围的人和事物，做到真正地寓教于生活之中，为宝宝创造各种交往和活动的机会，提高宝宝的语言技能。

为了使宝宝的语言文字智能得以良好发展，家长可以和宝宝一起阅读图书。在这个过程中，家长可以念故事给宝宝听，也可以让宝宝根据画面，发挥想象，创造性地讲述故事，还可以与宝宝一起讨论电视节目，让宝宝自由地表达自己的想法与情感。在和宝宝交流的时候，家长要尽量保持思路清晰，措辞形象、生动，可以适当加些动作。一次讲述的内容不宜太多，以免宝宝失去兴趣。

家长还要引导宝宝多与大人、同龄宝宝自由交谈，大胆地表达自己的情感、愿望。宝宝在交谈中有时会出现停顿、结结巴巴的情况，这可能是宝宝对一些词语还不太熟悉，也可能是他正在思考。这时，家长千万别在一旁催促宝宝，以免使宝宝产生紧张的情绪。

年龄特点决定了宝宝的学习、游戏是内在的动机引发，而不是外在的强制干预。家长要让宝宝说得有趣，读得开心，才容易激发宝宝阅读的好奇心，引导宝宝主动求知。在游戏活动中，家长应尊重宝宝的认知特点和兴趣需要，利用各种游戏来培养宝宝阅读、识字、交谈的兴趣。让宝宝在游戏、学习逐渐复杂化的基础上，在与人交际范围日益扩大的基础上，获得语言能力的良好发展。

1.接龙游戏

成长目标：

锻炼宝宝的联想能力，提高宝宝的语言技能。

简单准备：

宝宝心情愉悦的时候，小奖品。

现在开始：

①爸爸妈妈和宝宝围坐在一起轮流说出一种动物的名称，不许重复，同时还要学出动物的叫声。看看爸爸妈妈和宝宝在一分钟内可以说出几种动物，谁说得最多谁获胜，并奖励一个小玩具。

②换一种物体，如水果名称、交通工具名称等，继续游戏。

还要知道：

在游戏的过程中，家长可以不断扩大宝宝的联想范围，提高宝宝的想象力，促进宝宝的智力发展。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

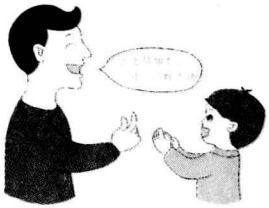
一句话微博：_____

_____

2.数星星

成长目标：

培养宝宝的好奇心和观察能力，增加宝宝的词汇量。



简单准备：

“星星、北斗星、月亮”等词的字卡。

现在开始：

①家长同宝宝一起仰望天空，问宝宝天上有什么？并和宝宝一起数星星，陪宝宝找一找北斗星的位置，并引导宝宝认识“星星”、“北斗星”等字词。

②让宝宝猜一猜“星星”的谜语：“天上挂银灯，一闪一闪数不清。”

还要知道：

家长也可以给宝宝讲一些有关星星的故事，宝宝会更感兴趣，还可以让宝宝提一些他感兴趣的问题，家长回答。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

3.卖柿子



成长目标：

让宝宝学会区分平、翘舌音，提高宝宝的语言技能，丰富宝宝的词汇量。

简单准备：

小篮子，柿子实物或图片。

现在开始：

①家长先拿出柿子告诉宝宝这是柿子，再教宝宝说儿歌《涩柿子与石狮子》："树上结了四十四个涩柿子，树下蹲着四十四头石狮子；树下四十四头石狮子，要吃树上四十四个涩柿子；涩柿子不让石狮子吃涩柿子；石狮子偏要吃涩柿子。"注意发准"四"、"十"、"柿"、"涩"的音。

②爸爸扮演卖柿子的人，边提着篮子边吆喝："柿子柿子卖柿子，我们家的柿子甜又甜！"然后故意走到宝宝面前问："小朋友，买柿子吗？"宝宝问："你们家的柿子涩不涩？""卖柿子的人"答道："不涩，小朋友，我们家的柿子一点也不涩！"然后宝宝说："买十四个尝尝，好吃的话下次再多买点。"爸爸可以故意拿错，就把四个柿子递给宝宝，看看宝宝会作何反应。

家长可以和宝宝互换角色，继续游戏。

还要知道：

刚开始，宝宝可能发不准"四"、"十"、"柿"、"涩"这几个字的音，家长要对宝宝有耐心，通过多次反复练习来帮助宝宝掌握这几个字的发音。宝宝做得好，家长要给予宝宝奖励。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.反义词对答

成长目标：

教宝宝学会多种反义词，加深宝宝对反义词的理解，提高宝宝的语言表达能力。

简单准备：

图画、简单的词语。

现在开始：

①家长拿着图画让宝宝看图说出反义词，比如拿出“大苹果”图片，引导宝宝说出“小苹果”；指着图画上的“黑色”，引导宝宝说出白色。然后再练习完全不看图，口头对答反义词。

②当宝宝掌握了一定的词汇量时，可以让宝宝进一步学习不易用图表达的反义词，如好和坏，善与恶，真与假……还可以用日常生活中事物的正反面让宝宝说出反义词。



还要知道：

这个游戏可以培养宝宝的分辨能力，让他认识到事物的正反两面，再学会它的转化。让宝宝懂得反义词是比较而得出来的，并不是一成不变的。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

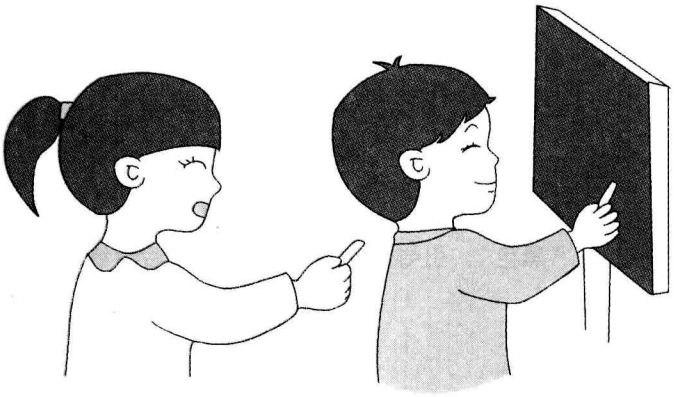
一句话微博：_____

_____

5.宝宝写“汉”字

成长目标：

复习宝宝学过的汉字，丰富宝宝的词汇量，提高宝宝身体的平衡能力。



简单准备：

小黑板一块，粉笔若干。

现在开始：

①家长可以邀请宝宝的小伙伴一起来玩这个游戏。家长先在地板上画一条起点线，将黑板放在大约5米的地方（依据宝宝的情况可以进行自行调整），再将宝宝分成两组，每组两三个人。家长在一旁做裁判。

②家长发出指令后，每组的第一个人用双足跳到黑板前，用粉笔写“汉”字的第一笔画，再跑回起跑线拍第二个人的肩膀。第二个人立即用双足跳到黑板前写“汉”字的第二笔画，以此类推，直到把“汉”字写出。先写完“汉”字的组获胜。

还要知道：

双方一定要用双足跳的方法跳到黑板前，否则回到起跳线重新跳。每组“队员”要在“裁判”喊“开始”后才能前进。这个游戏如果人多点会更有趣，比如每组有5个人，可以让每个“队员”上前写一个字，组成一个短句如“汉字最美丽”。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

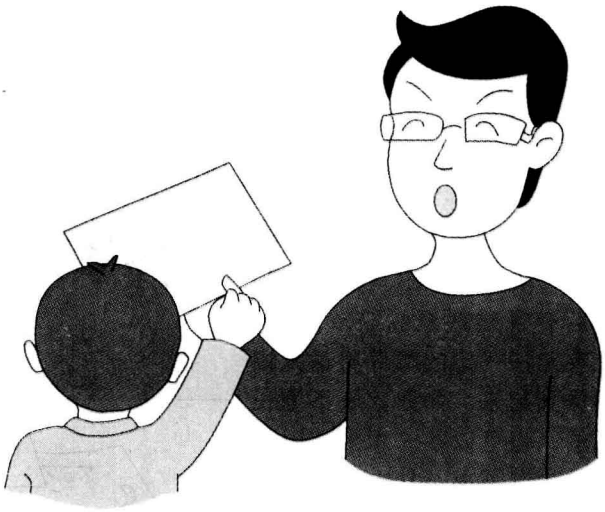
6.找字游戏

成长目标：

提高宝宝的语言表达能力以及观察能力。

简单准备：

方位词字卡，白纸，笔。



现在开始：

①家长先在白纸上写下两组汉字。第一组：大大太大大大犬大大大大木大大大大；第二组：巾巾中巾巾巾市巾巾巾巾申巾巾巾巾巾第三组：毛毛手毛毛毛羊毛毛毛毛壬毛毛毛毛毛。让宝宝依次看这几组汉字10秒钟，然后从每组汉字里找出不同的汉字并读出来。

②宝宝能熟练地找出不同的汉字后，家长再拿出方位词字卡，然后在白纸上写上成语“（ ）张（ ）望”“（ ）腔（ ）调”“七（ ）八（ ）”“（ ）因（ ）果”等，让宝宝找出填在括号内的相关字卡。

还要知道：

这个游戏最好在宝宝掌握一定量的汉字后再玩，而且所列举的汉字最好是宝宝熟悉的汉字，这样才能调动宝宝玩游戏的积极性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.编故事

成长目标：

提高宝宝的观察力以及注意力，丰富宝宝的想象力和创造力，锻炼宝宝的语言表达能力。

简单准备：

安静的环境，纸，笔。



现在开始：

①家长先拿出画好的几张前后有逻辑联系的简单图画，让宝宝按一定的顺序将这几幅画排列起来。如果家长不擅长画画，也可以找一本宝宝以前看过的漫画书，从中抽取几个图片，复印或剪下来，打乱图片的顺序，让宝宝给这些图片排序。

②让宝宝说说这样排序的理由，并根据自己的想法给这些图片编一个小故事。宝宝讲故事时，家长可以不断用口头语言或动作去鼓励宝宝把故事讲述完整。

还要知道：

不管宝宝编故事编得怎样，家长都不能嘲讽宝宝，而要多鼓励宝宝。编故事是一种探索、想象、创造和编构的过程。它有利于强化宝宝的语言能力，释放宝宝的想象力。爱编故事的宝宝往往思维敏捷，富有想象力，口头表达能力强。所以，家长平时要给宝宝提供编故事或者讲故事的机会。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.复述故事

成长目标：

让宝宝学会用自己的话对所看过的故事进行复述。锻炼宝宝的语言表达能力，提高宝宝的阅读理解能力以及记忆能力。

简单准备：

适合宝宝看的简短故事书。

现在开始：

①家长选择适合宝宝理解程度的一本带图的书，让宝宝自己阅读，并把阅读的内容记住。然后家长把书合上，让宝宝用自己的话把故事讲出来，还可以让宝宝根据自己的想法再补充一些内容。

②宝宝把记住的内容全部讲出来之后，家长和宝宝一起打开书再把故事朗读一遍，看看宝宝哪些还未记住，顺序是否理清楚了。



还要知道：

阅读故事并把故事内容记住再按顺序复述出来，不仅需要宝宝良好的阅读能力，还需要很强的记忆力以及语言表达能力。所以刚开始家长要有耐心，宝宝讲述得好要及时给予肯定。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.翻字围棋

成长目标：

复习学过的汉字，提高宝宝的记忆能力，丰富宝宝的词汇量，激发宝宝学习汉字的兴趣。

简单准备：

棋盘，圆形字卡若干。

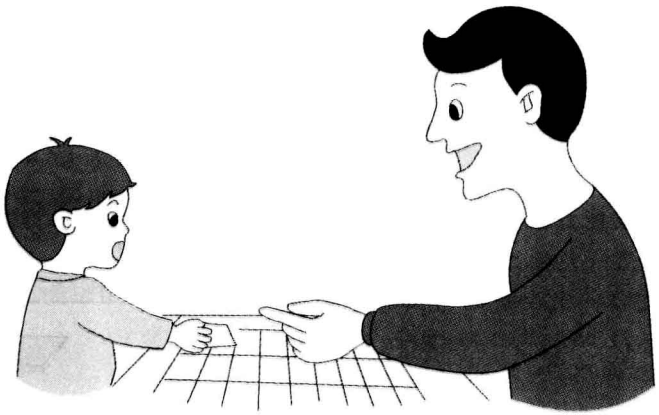
现在开始：

①将圆形字卡反扣在棋盘上，家长和宝宝轮流任意翻“围棋”，读对了“围棋”上的字，“围棋”归自己所有；读错了，字卡重新反扣在原处。直至全部翻完字卡，谁获得的“棋子”多谁就获胜。

②宝宝熟悉了这些围棋上的字后，家长重新将这些字卡排一遍，和宝宝再轮流任意翻棋，翻到某个字，进行组词，组对了，这个“围棋”就归自己所有，直至全部翻完字卡，谁获得的“棋子”多谁就获胜。

还要知道：

刚开始，家长要让着宝宝，故意让宝宝赢得比赛或者邀请宝宝的小伙伴一起来比赛。



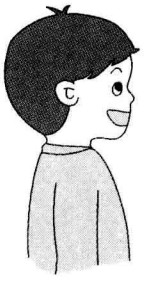
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.归类识字





成长目标：

复习带“女”字偏旁的字，如“妈”“姥”“娃”等，启发宝宝注意观察，找出这些汉字之间的异同，激发宝宝学习汉字的兴趣。

简单准备：

“妈”、“姥”、“娃”、“奶”、“妹”、“姨”等带“女”字旁的字卡。

现在开始：

①家长和宝宝一起读儿歌《雨娃娃》：“云妈妈，起来啦，手里牵着雨娃娃；雨娃娃，把手撒，挽着风去看浪花；雨娃娃，离开妈，要到大海姥姥家。”家长问宝宝这首儿歌中哪几个字是带“女”字旁的。如果宝宝不知道，就把儿歌写下来，启发宝宝慢慢去想，去辨别。

②让宝宝想想还有哪些字是带“女”字旁的。再把准备好的带“女”字旁的字卡拿出来排成一列：妈——奶——姥——姨——姑——姐——妹——娃。问问宝宝这些字有什么规律，并启发宝宝说：“开火车喽，开火车喽！上面坐的都是娃娃家的亲戚！”

还要知道：

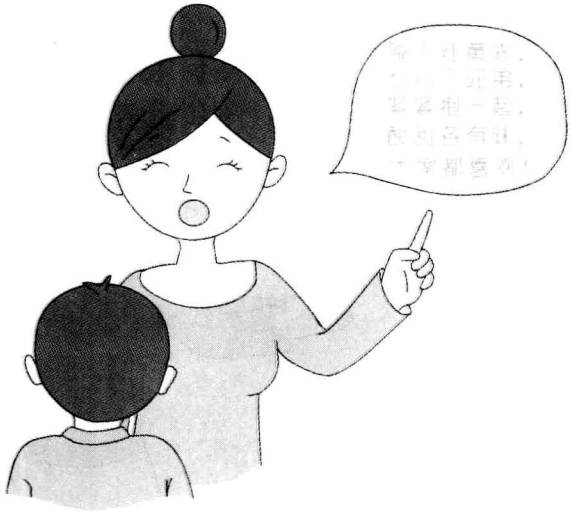
家长还可以用其他的汉字来做这个游戏，但最好是宝宝学过的汉字。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____



11.猜谜语

成长目标：

让宝宝多动脑筋，锻炼宝宝的思维能力；加深宝宝对已学过字词的记忆。

简单准备：

谜语卡片，水果、蔬菜及其字卡。

现在开始：

①家长说有关水果的谜语："脱下红黄衣，七八个兄弟，紧紧抱一起，酸甜各有味，大家都喜欢。（橘子）""身穿绿衣裳，肚里水汪汪，生的儿子多，个个黑脸膛。（西瓜）"让宝宝猜猜谜底是什么。在猜谜语的过程中，家长可以拿出几个不同的水果字卡去启发宝宝，达到既猜谜又认字的效果；也可以拿出几种不同的实物，让宝宝分辨是哪种水果。

②家长再拿出一张蔬菜谜语卡片，指着上面的字读给宝宝听："红口袋，绿口袋，装有籽，味道辣，有人怕，有人爱。（辣椒）""瘦长的身材，翠绿的皮肤，全身是疙瘩，丑了自己美了别人。（黄瓜）"家长要引导宝宝猜出谜底。猜到后，家长拿出黄瓜和辣椒以及字卡给宝宝看，并进一步引导宝宝怎么去猜谜语。

还要知道：

让宝宝通过猜谜来学习和记忆一些生字，能极大地激起他们的求知欲。这不同于一般的机械识记字词的方法，它能锻炼宝宝的思维，调动宝宝学习的积极性。而且，无论宝宝猜得出还是猜不出，他们常会开怀大笑，感受到一种成功的喜悦。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.宝宝买蔬菜

成长目标：

发挥宝宝的想象力，让宝宝在情境游戏中快乐地识字，提高宝宝的语言表达能力。

简单准备：

小篮子一个，蔬菜类字卡若干。

现在开始：

①家长扮演卖菜的农民伯伯，反复吆喝着："卖菜了，卖菜了，新鲜的蔬菜，快来买啊。"宝宝扮演买菜的人，挎着小篮子走过来问："我想要买西红柿、胡萝卜和茄子。"然后把小篮子推到家长那里，家长一边装字卡，一边读出上面的字："你要的西红柿、胡萝卜和茄子都装好了，你检查一下有没有错！"（家长把小篮子再推给宝宝）。

②宝宝核对一遍篮子里面的字卡，看家长有没有拿错。宝宝再用同样的方法把其他的蔬菜类字卡都"买"完。



还要知道：

家长也可以用其他类别的字卡来玩这个游戏，直到宝宝熟悉了字卡上的字为止。游戏的过程中，如果宝宝读错了字，家长要及时给予纠正。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.天气预报员



成长目标：

教宝宝有关天气方面的词语，训练宝宝快速反应和模仿表达的能力。

简单准备：

“刮风”、“下雨”、“下雪”、“晴天”、“阴天”字卡各一张。

现在开始：

①宝宝扮演天气预报员。家长问：“今天天气怎么样?”“天气预报员”随意出示字卡，并做出相应的动作（晴便做高兴玩的样子，阴天便做快快走的样子，刮风要做被风吹得东倒西歪的样子，下雨要做出打伞的样子，下雪要做出滑雪的样子）。家长和宝宝可互换角色继续游戏。

②家长也可以随意从这些有关天气的字卡中抽出一张字卡，做动作，让宝宝猜猜是什么天气。

还要知道：

家长平时也可以和宝宝一起看看天气预报节目，让宝宝从节目中慢慢熟悉各种专业词语，比如气温、湿度、风向等，还有一些天气符号，也可以让宝宝记住各地地名，并学着解说员播报各地地名和天气情况。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.小水滴的故事

成长目标：

让宝宝进一步了解汉字的构成特点，锻炼宝宝的思维能力，提高宝宝的语言表达能力。

简单准备：

“水滴”、“溪”、“河”、“湖”、“江”、海”等字卡。



现在开始：

①家长拿出一张白纸，在白纸上画出一滴小水滴，再画出小溪、小河、大湖、大江、大海，并和宝宝讲讲它们的区别，让宝宝在图解的启发下，发挥自己的想象，讲讲《小水滴的故事》。

②家长把下面的字卡排列在一起：水滴→溪→河→湖→江→海。问问宝宝这些字的异同，为什么这些字都带有“三点水”。家长要引导宝宝进行思考并总结，以便加深对这些字词的记忆。

还要知道：

家长也可以用其他的相同偏旁汉字的字卡来做这个游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.传花篮

成长目标：

复习花卉名称，通过游戏激发宝宝的学习兴趣，增加宝宝的词汇量。

简单准备：

小篮子一个，内装剪成花瓣形状的刚学过的字卡，字卡正面朝下。白纸，笔。

现在开始：

①家长将花瓣形状的各种花的字卡，如“菊花”“荷花”“玫瑰”等字卡放在同一个小篮子里，和宝宝一起来玩“传花篮”的游戏：花篮传到谁手中，谁就从花篮中取出一张字卡认读上面的字词。读对了，两人齐说：“对！对！对！这朵花儿送给你。”读错了，家长给予纠正。家长有时也可故意犯错，看宝宝是否能发现。游戏可以反复进行，直到花篮中的字卡传完为止。

②宝宝熟悉这些花名后，家长说出一种花的名字，宝宝接着说出下一种花的名字，谁说不出来，谁就算输了。



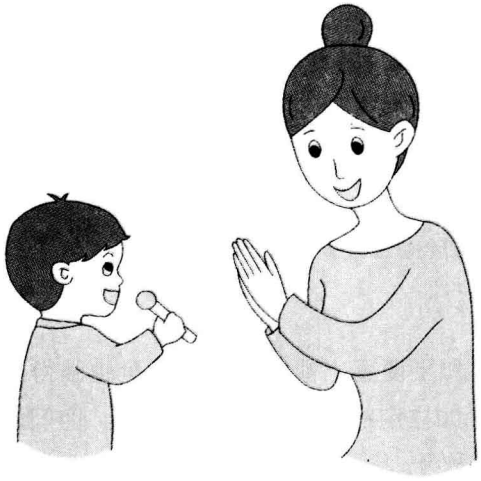
还要知道：

家长应该经常带宝宝去接触大自然，如：公园、植物园、郊外等。在游玩的过程中，家长教宝宝观察各种花草树木，并提出各种问题（家长在来之前先参考一些有关书籍做准备）适时教育孩子公园里的花不能摘，草不能践踏，树木不能折枝等道理，让宝宝从小就有爱护公物的意识。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



16.做节目主持人

成长目标：

锻炼宝宝的语言表达能力，让宝宝学会随机应变。

简单准备：

安排小型的各种节目，扩音器，录音机。

现在开始：

①家里开展小型的节目，让宝宝用扩音器学习做主持人。先让宝宝准备好开场白，宣布节目的开始。

②让宝宝用扩音器讲话，妈妈可以用录音机将宝宝讲的话录下来。宝宝可以讲讲为什么要开展这个节目，为谁开展。如果是为某个人过生日，宝宝应该组织大家唱生日歌，并送上祝福语。

还要知道：

让宝宝在众目睽睽之下主持节目，而且要随机应变，这能锻炼宝宝处理突发事件的应变能力。

宝宝在家做主持人的经验对宝宝以后在班里竞选班干部、提高宝宝的组织能力都很有帮助。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4~6岁宝宝的身体运动智能发展

4~5岁的宝宝已经具有成人的协调感和平衡感，他们的肌肉力量也强得足以让他们完成一些富有挑战性的任务，比如立定跳远、丢沙包、投球。他们爱尝试，爱捣鼓，不论是钳子、剪刀，还是秋千、跳绳，都可以自如地玩耍。

这个阶段的宝宝爱表现，常常希望得到别人的承认。当家长带着宝宝外出时，他们喜欢走在前面，但他们的运动能力先于判断能力，还不能很好地区别什么是危险行为，所以平时家长要注意看着宝宝，过马路要牵着宝宝的手，在有水源的地方一定要监护好宝宝。

5~6岁的宝宝其判断能力有了明显的提高，他们能准确地判断空间关系，很好地控制自己的身体，不容易摔跤，运动也比以前激烈多了。他们还能在一条直线上走、跳绳等，其动作模仿力和表现力也已经显示出一定的天分。这时的宝宝总爱蹦蹦跳跳，就连吃饭的时候也爱扭动几下身体，经常挨家长的批评。不过，他们已经有了相当强的自理能力，还能做不少家务，比如整理床铺、打扫卫生等。

总的来说，4~6岁的宝宝其身体的各个系统和动作的功能已基本完善。这个阶段是宝宝开始各个系统整合、动作协调一致发展的过程。如果家长想让宝宝养成爱运动的习惯，家长首先要养成爱运动的习惯，为宝宝做出好榜样。家长也可以有意识地培养宝宝对一些体育运动的热爱，如踢足球、游泳、跑步等。在运动中，家长要理解、尊重，并接纳宝宝的一些新奇的想法和做法。比如宝宝玩“地雷阵”，在他对各种玩具障碍物失去兴趣时，他们可能会把家里的玩具都搬出来，索性在玩具里钻钻出出，爬、跳，或者将玩具排成各种形状。这是对宝宝胆量与自信心的考验。当宝宝走过这些玩具障碍物时，家长的

一个微笑、一句肯定的话，都能增强宝宝的自信心。

家长也要充分发挥宝宝的潜力，引导宝宝主动探索。在玩一个游戏前，家长先把道具搬出来，让宝宝探索“怎么玩”，发挥宝宝的积极性和主动性。比如在玩“杯子运水”前，家长先拿出几个杯子，看宝宝会怎么叠放杯子，再拿出水，问宝宝怎么玩。宝宝可能会探索出多种玩法，每一种玩法家长都要给予鼓励和肯定。当宝宝一次次感受到了成就感，对自己的认识不断加强之后，其自信心也会随之加强。

运动是一个很重要的情感经历，家长参与游戏非常重要。当宝宝在游戏中遇到困难时，家长应协助宝宝完成游戏；当宝宝有了微小的进步时，家长应及时鼓励、表扬宝宝；当宝宝对游戏失去兴趣时，家长应想办法吸引宝宝完成游戏。另外，家长在为宝宝寻找合适的运动项目时，不要太机械，否则宝宝会对很多运动失去兴趣。

4~6岁的宝宝的行为基本是以游戏为主导的，在游戏中进行学习和运动，宝宝的身心才能获得更好的发展。但在这个过程中，家长最好保持低调，不要期盼着宝宝能否在这些运动游戏中取得多好的成绩。重在参与，愉悦情感，只要方法正确、科学，最终，您的宝宝一定能够成为一个运动智能优越的健康宝宝。



1.投球游戏

成长目标：

既训练宝宝的投掷动作，也培养了宝宝对学习的兴趣，还能融洽亲子关系，使宝宝在与家长的共同游戏中体验成功的快乐。

简单准备：

适宜的场地，小纸条若干，小桶一个，贴有阿拉伯数字的海洋球若干。

现在开始：

①准备好若干张小纸条，在每张纸条上写一道 10 以内的加减算术题，折好放在小凳子上。

②准备一个小水桶，在小水桶里装若干个贴有阿拉伯数字的海洋球。

③家长和宝宝都站在各自规定的线后，游戏开始。家长系上围裙到一旁的小凳子上抽取一张小纸条，打开看看上面写着什么算术题，如果题目是 7-2=？家长就大声念题目，让宝宝到身旁的小水桶里找出贴有数字 5 的海洋球，投入家长的围兜里。

还要知道：

家长可以邀请其他的小朋友一起来玩这个游戏，还可以根据宝宝的能力，不断调节与宝宝之间的距离，让宝宝体验到成功的快乐。当宝宝找对答案，并投掷成功时，家长要及时表扬并鼓励宝宝。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

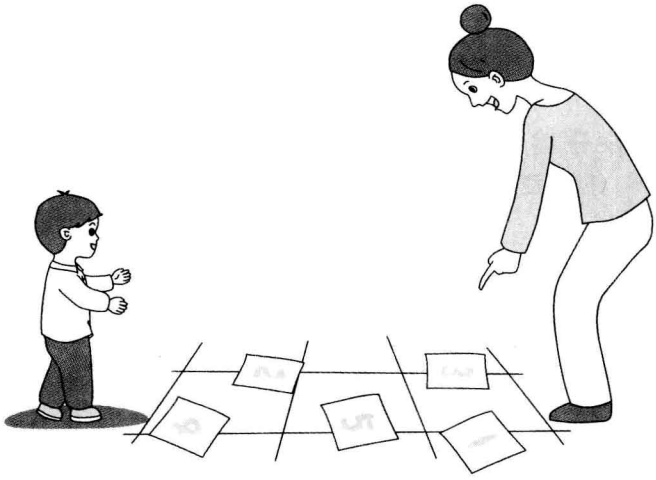
2.跳数字

成长目标：

让宝宝在游戏中学习数字，锻炼宝宝的运动能力。

简单准备：

1~10 的数字纸板。



现在开始：

①家长先将数字纸板平放在地面上，卡片之间的距离不宜太远。刚开始，卡片可按照数字的顺序摆放，从 1~10，让宝宝一边跳一边说出数字。

②让宝宝在数字板上跳，从“1”开始依次往下跳，然后再从“10”开始倒序跳。

等宝宝熟悉游戏方法之后，家长还可以把数字的顺序打乱，让宝宝自己按照顺序找到卡片，并跳上去。

③还可让宝宝听家长的指令来跳，如家长可以任意说数字且速度越来越快，宝宝就得快速找到卡片，并跳上去。

还要知道：

家长要注意不要让宝宝在非常光滑的地面上玩这个游戏，以免宝宝滑倒。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.巡逻兵

成长目标：

训练宝宝跑走交替的能力。

简单准备：

竹棒，适宜的场地。

现在开始：

①让宝宝把竹棒挎在腰间扮演巡逻兵，沿着场地走 10 米同时念儿歌：



“我是小小巡逻兵，
爬高山，下江海，
白天黑夜守边疆，
耳朵灵，情况明。
敌人难逃我眼睛！”

②儿歌念完，家长说：“有情况，预备跑！”宝宝立即变走为跑 10 米，然后又走，这样跑走交替，距离 100 米。

还要知道：

家长要用巡逻兵的责任感来激起宝宝对游戏的兴趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

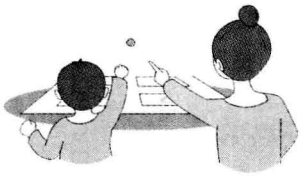
4.跳房子

成长目标：

训练宝宝的眼、手、脚、躯体的平衡能力及下肢的肌肉力量。

简单准备：

粉笔、扁平小石块或布沙袋。



现在开始：

①家长用粉笔在地上画出房子，房子里的格子组合可自由设计，有12格、6格等，再由近至远依序写上数字。

②家长引导宝宝先把小石块掷向第一格内，然后单脚把它踢入第二格内，紧接着单脚跟进，再把石块踢入第三格内，如此继续下去，直到犯规为止。

还要知道：

小石块必须一格一格往前踢，不能越格，也不能压线，否则换下一个人进行。另外，不得在方格内久留。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.小兔赛跑

成长目标：

锻炼宝宝的平衡能力、跳跃速度以及腿部的力量。

简单准备：

适宜的场地，皮球两个，秒表一块。

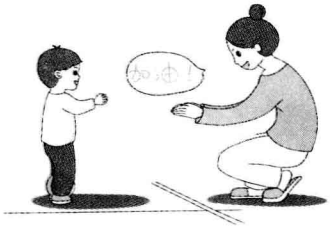
现在开始：

①家长在地上画好一段5米的距离(可以根据宝宝的情况调整距离)。

②家长和宝宝每个人用脚踝夹住一个皮球，跳跃前进，看谁最先到达终点。

还要知道：

皮球也可以用小沙包代替，视宝宝的情况而定。分出输赢不是目的，关键是鼓励宝宝在竞争中不断提高。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.人体克隆

成长目标：

锻炼宝宝的模仿能力，以及身体的协调能力。

简单准备：

适宜的场地，眼罩一个，一些宝宝喜欢的漫画中的人物的小模型若干。

现在开始：

①家长先用眼罩将宝宝的眼睛蒙上，然后拿出人体模型，让宝宝用手摸，凭手感理解并模仿该人物的造型。

②再取下宝宝的眼罩，看宝宝是否模仿的准确。

还要知道：

这个游戏，也可以先蒙上家长的眼睛，然后让宝宝摆出一个姿势，让家长用手摸，凭手感模仿出宝宝的造型。拿下眼罩看家长模仿的是否准确。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.瞎子穿拖鞋

成长目标：

提高宝宝的身体机能水平、平衡能力、协调能力以及身体的灵敏度。

简单准备：

拖鞋两双，眼罩两个。

现在开始：

①家长和宝宝分别将自己的拖鞋放在起点前6步远的地方。

②家长和宝宝回到起点，蒙住眼睛，旋转3次后出发，看谁能准确前进6步，第七步穿到拖鞋。

还要知道：

游戏中，游戏双方可以发出错误的指示去干扰对方。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.托球看字



成长目标：

锻炼宝宝的反应能力和协调能力。

简单准备：

乒乓球拍一副，乒乓球两个，字条若干。

现在开始：

①妈妈当裁判，宝宝和爸爸各拿着一个乒乓球拍，拍子上托着一个乒乓球，两人相对而站。

②“裁判员”分别在宝宝和爸爸的背上贴上字条，上面的字只有“裁判员”知道。

③“裁判员”喊开始，双方用拍子托球向前走，互相争着看对方的后背，先看到并讲出对方后背上的字者获胜。

还要知道：

可以规定一定的时间，看在规定的时间内，宝宝和家长分别在对方的后背看到了多少个字，看字多者获胜。另外，字一定是宝宝认识的。游戏中，家长个子高，显然占优势，所以要故意让着宝宝，以增加宝宝玩游戏的兴趣。游戏也可以变换角色，由宝宝来当裁判。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.用杯子运水



成长目标：

锻炼宝宝的平衡能力以及跑步的速度。

简单准备：

装满水的水桶两个，空水桶两个，一次性水杯若干，计时器一个。

现在开始：

①在一个地方放两个装满水的水桶，隔一段距离放两个空水桶。

②妈妈当裁判，爸爸和宝宝两个人分别用嘴叼着一次性杯子，从桶中将杯子装满水，运到对面的水桶，整个过程都不可以用手。在两分钟的时间内，看看谁运的水最多。

还要知道：

游戏的时候要注意安全，地板要保证不滑，以免宝宝摔跤。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

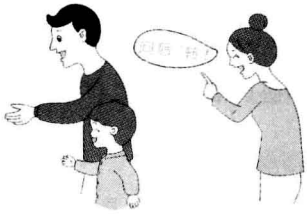
一句话微博：_____

_____

10.听指挥

成长目标：

训练宝宝的协调能力以及反应能力。



简单准备：

适宜的场地。

现在开始：

①由妈妈做裁判，爸爸和宝宝面对“裁判员”，站在一条直线上。

②游戏开始，“裁判”发出指令“向前转”“向后转”“向左转”……每个指令反应最快者加 10 分，动作迟缓者扣 10 分。最后在规定的次数内，得分多者获胜。

还要知道：

如果宝宝不会做这些动作，家长要先教会宝宝，再和宝宝玩这个游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

11.地雷阵

成长目标：

锻炼宝宝的协调能力，在游戏中建立及加强宝宝对家长的信任感。

简单准备：

手帕一块，玩具若干。

现在开始：

①家长先腾出一块空地，在地上画一条起点线，然后将宝宝的眼睛用手帕蒙住，再在起点线外摆满各种玩具做障碍物。

②游戏开始，在规定的时间内，宝宝听家长的指挥绕过障碍物，在这个过程中，宝宝踩到任何玩具都算失败，游戏结束。



还要知道：

家长一定要保证地面不湿滑，另外，不可用尖锐或坚硬的玩具做障碍物。这个游戏也可以让宝宝和家长进行比赛，看在听指挥的情况下，各能绕过几个障碍物。也可以邀请几个小朋友，两人一组，一人指挥，另一人蒙住眼睛，进行比赛，看哪组最先通过“地雷阵”。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.现在几点了

成长目标：



训练宝宝的跑步速度和灵敏性。

简单准备：

操场或空地，长棒和短棒各两根。

现在开始：

①家长在操场上画一条起跑线，在距离起跑线 1 米的地方画两个直径为 1 米的大圆钟，并标上时间和刻度。两个圆钟之间要隔开一定的距离。每个圆钟内各放一根短棒和长棒当时针和分针。

②妈妈做裁判，任意喊出一个时间，比如“6 点 15 分”，爸爸和宝宝分别跑到大圆钟内，用长短棒标明“6 点 15 分”。先完成者获胜。

还要知道：

游戏可以反复进行。如果宝宝不熟悉时钟，家长可以从简单的时间开始报，逐渐增加难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.夹沙包比远

成长目标：

发展宝宝的收腹举腿以及小腿前伸的力量。



简单准备：

小沙包若干。

现在开始：

①先在地上画一条起点线，家长和宝宝两脚夹住小沙包站在起点线后，脚距离线以 30 厘米为宜。

②游戏开始，家长和宝宝分别用力将小沙包夹投出去，然后两脚应落在线后，否则算犯规。最后比谁投得更远，投得远者获胜。

还要知道：

一次游戏以投 15~20 个为宜，小沙包也可以用小实心球来代替。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

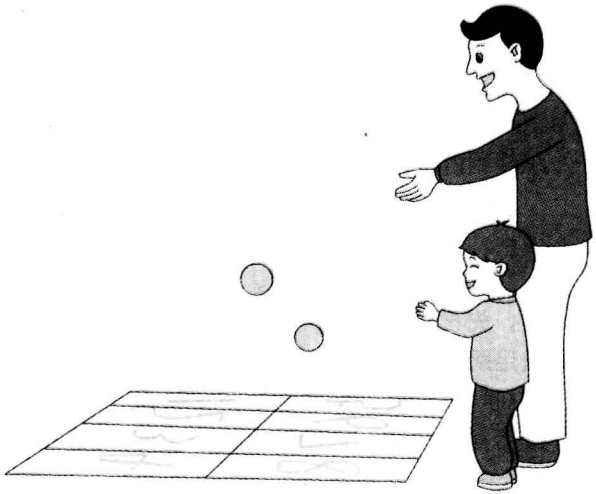
14.跳格

成长目标：

训练宝宝的弹跳力、下肢力量和平衡性。

简单准备：

操场和空地，小沙包8个。



现在开始：

①在地上画一个由8个方格组成的大方格，并用阿拉伯数字标上编号。

②由妈妈做裁判，爸爸和宝宝分别站在方格后，每人拿着4个小沙包。

③游戏开始，“裁判员”发出口令，比如“2586”，爸爸和宝宝马上按口令的先后次序，将小沙包投到格2、格5、格8、格6。投包时不能压线或出界。

④投完小沙包后，游戏者选择最合理的路线，单脚跳入方格（跳格的时候，游戏者不得踩线或者双足落地），将自己投出去的小沙包一一拾起来，先完成者获胜。

还要知道：

输者可以和“裁判员”轮换，游戏继续进行。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

15.学跳绳

成长目标：

提高宝宝上下肢活动的协调性。

简单准备：

跳绳用的绳子。

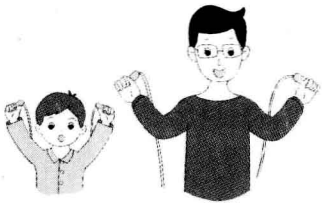
现在开始：

①家长同宝宝一起跳绳。每人拿一根绳子，先把绳子摇起，待绳子落到地面时双足跳过。

②初学时宜慢，熟练之后再加快速度，最后摇得快时，可用单足跨步法使身体不至于太疲劳。

还要知道：

上下肢协调的全身运动有利于血液循环，这个游戏宜在寒冷季节玩。冬季每天跳绳15~20分钟可使手足变暖，消除冻疮。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

16.丢手绢

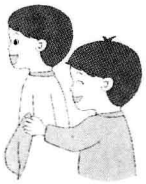
成长目标：

学会游戏规则，锻炼宝宝的反应能力和灵敏性。

简单准备：

手绢一块。





现在开始：

①小朋友们围坐在一块，其中一个人拿着手绢边唱歌边围着圆圈跑，随便丢在一个小朋友身边，然后跑一圈。

②被丢手绢的人拿起手绢去追丢手绢的人，丢手绢的人跑到被丢手绢人的位子上坐好，如果被人追上了，就应该为大家表演一个小节目，然后继续游戏。

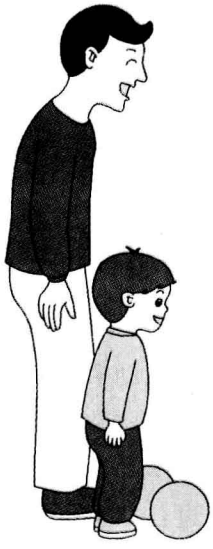
还要知道：

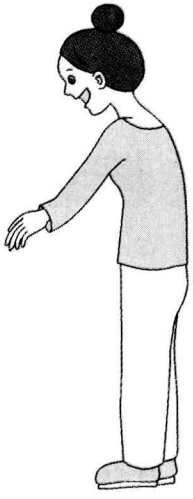
通过游戏让宝宝学会和小朋友一起玩游戏的规则，增进宝宝和小朋友之间的友谊，使宝宝从中得到乐趣。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____





17.玩皮球

成长目标：

提高宝宝的控制能力以及手眼协调能力，促进宝宝大脑皮层和神经细胞的发展。

简单准备：

绒毛玩具4~6个，小球一个。

现在开始：

①妈妈双脚分开当球门，爸爸、宝宝轮流左脚来射门，比一比谁的命中率高。

②在地板上画一个圆圈，宝宝按照家长的指令左右脚配合拨动地上的球，或往前或往左、右走，最后把球送回指定的圆圈。

③在地上摆好4~6个绒毛玩具，爸爸、妈妈和宝宝进行比赛，左手对准目标滚动小球，谁击倒的玩具最多谁获胜。

还要知道：

家长也可和宝宝轮流用左右手拍球，还可以发出不同的指令，比如："把球拍到最高"或"把球拍到最低"。这些球类游戏能让宝宝在四肢运动与脑神经系统的反复作用过程中，获得大脑智能的发展。

爸妈记录

宝宝发展情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：

4~6岁宝宝的精细动作发展

宝宝手部的每一个细微的动作几乎都刺激着他大脑中的手指运动中枢，平时宝宝如果能多运动手指，不仅能促进智力水平的提高，而且对语言、视觉、判断能力等的发展都有很大的帮助。苏联著名的教育家苏霍姆林斯基就曾说过："儿童的智慧在他的手指尖上。"著名哲学家康德也曾说过："手是身体的大脑。"这都强调了宝宝多进行手指运动的重要性。

4~5岁的宝宝其协调和运用手指的技能已基本发育完全，他们几乎不需要任何帮助就可以自己刷牙、用筷子吃饭、倒水喝、穿衣服、系鞋带，还会用刷子和手指涂鸦。此外，在捏泥巴、粘贴图画、用积木搭建复杂的结构方面，他们也是得心应手。

5~6岁的宝宝其精细动作已发展完善，他们不但会自制铁圈、小汽车等各种小玩具，会捆绑、全拆或者拼某种东西，会用剪刀剪自己喜欢的图案，而且他们还会更多地使用某一只手来完成各种操作。这时，宝宝的手指动作可谓多种多样，通过手的各种动作组合，他们基本能学会所有人手所具有的动作。

不过，宝宝动作的灵巧性可不是从天上掉下来的。想培养宝宝的动手能力，先要"解放宝宝的双手"。家长不要什么事都给宝宝操办，也不要怕宝宝碰着磕着，什么事情都不让宝宝参与。家长应多给宝宝提供一些动手的机会，平时可以多准备一些材料、时间、空间和场地，教给宝宝一些简单的操作技能。比如利用废旧蛋壳、各种小纸盒等制作一些小玩意儿。

当发现宝宝操作不正确时，家长应及时予以矫正，尽量从一开始就教会宝宝使用正确的操作方法，并一定要嘱咐宝宝注意安全。当完成一个游戏时，家长还要提醒宝宝及时洗手，以保持宝宝手部的清洁。而且，在游戏的过程中，

家长的态度最好一致。当不同的情绪、态度、做法同时出现在宝宝的面前时，宝宝自然会喜欢袒护自己的一方，这很容易使宝宝养成任性的坏毛病。

很多家长都有“长大了自然就好了”的想法，其实这是不明智的。在宝宝的成长道路上，有很多不确定的因素，年龄的增长并不代表宝宝的坏习惯也跟着消失。作为家长，一定要保持平和的心态，避免把焦虑情绪“传染”给宝宝。动手能力是宝宝的一个非常重要的能力，其培养的关键时期又是在儿童期，作为家长，要教会宝宝做力所能及的事情，并且舍得让宝宝自己动手去做，特别是宝宝自己的事情，要让宝宝自己动手完成。这一过程也许很温长，可付出总有回报。当自己全心投入到对宝宝的培养中，看着宝宝一天天地长大、进步，那种欣慰与幸福是别人体会不到的。宝宝就像一粒种子，家长有意识、有计划地撒种、灌溉、施肥，这小小的种子才能及早发芽、茁壮成长。

1.冰棍棒

成长目标：

培养宝宝的观察能力和细心做事的能力。

简单准备：

冰棍棒（或游戏棒）50 根。

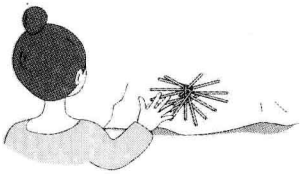
现在开始：

①家长和宝宝轮流玩冰棍棒。用左手抓着 50 根冰棍棒，使它们竖立在桌子上，然后突然放开。

②家长把倒在桌子上的冰棍棒一根一根拿起来，拿的时候不能触动其他冰棍棒，如果触动了，就换人玩。这样轮流玩，直到把冰棍棒全部拿完为止。谁得到的冰棍棒多谁获胜。

还要知道：

如果在户外，也可找一些树枝代替冰棍棒，在地上玩这个游戏。

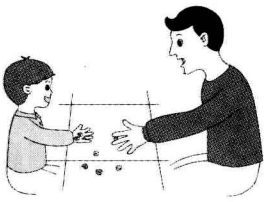


爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：

2.抓子儿



成长目标：

培养宝宝的耐心，让宝宝明白只有专心致志才能达到目的。

简单准备：

指甲大小的方形塑料块若干，课桌。

现在开始：

①家长向上扔 5 个子儿并用手背接住。让宝宝跟着做，如果宝宝全部接住，则再抛一次，用手心来接。

②如果有些子儿掉在桌子上，则被接住的子儿保留在手背上，散落在桌子上的子儿用手指间的缝隙夹起来或各手指与拇指之间夹起。

③再抛一次手背上的子儿，用手心去接。将手指缝儿中的子儿移动到手心里。

还要知道：

如果手指缝儿中的子儿掉下来，则必须重新开始游戏。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以吧 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话感悟：

3.左手摸右眼

成长目标：

锻炼宝宝的大脑反应能力。

简单准备：

适宜的场地。

现在开始：

①妈妈做考官，游戏开始，妈妈用比较平缓的语、气说：“左眼摸右手”、“右眼摸左手”“右手摸右眼”……

②爸爸和宝宝按指令完成动作，“眼摸手”要求不能做动作，“手摸眼”要求做动作。

③动作错误即输了，比如妈妈说“右眼摸左手”，宝宝却用右手摸右眼。

还要知道：

家长和宝宝可以进行比赛，看在一定的时间内谁准确完成动作的次数最多。



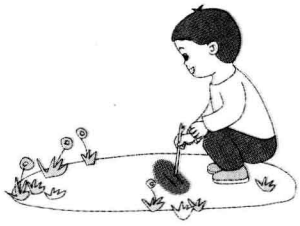
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀
□不错哦 □很好 □太棒了
一句话微博：_____

4.一起来种草

成长目标：

提高宝宝的动手能力以及探索能力。



简单准备：

一小块土地，草种子，小木棍。

现在开始：

①家长找一小块日照充足的土地，让宝宝用木棍在地上写上自己的名字，或者画一些简单的图案。

②让宝宝在字或图案上撒下草种子，并盖上一层薄薄的土，再浇一些水。

③每天给草浇点儿水，两周后宝宝就可以看到自己的杰作了。

还要知道：

也可以让宝宝在泥土上写一些难记的字，撒上草种子……通过这种有趣的方法，难字也就不难了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀
□不错哦 □很好 □太棒了
一句话微博：_____

5.打“保龄球”

成长目标：

锻炼宝宝身体各部位的协调性。

简单准备：

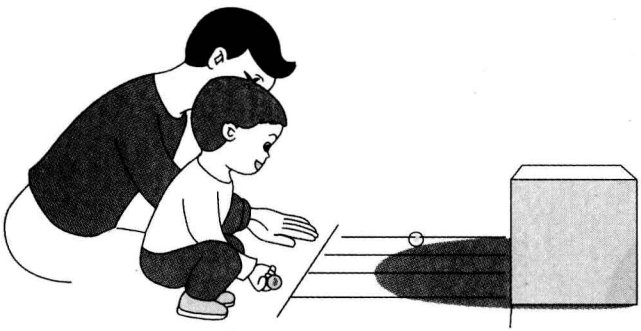
盒子一个，剪刀，笔，纸，跳棋子。

现在开始：

①家长先用剪刀在盒子的底部，剪出3个拱形门作为跳棋子的入口，每个拱门上分别标上分数“5”、“10”、“15”。

②在地上画一条游戏的起点线，盒子放在距离起点线两米的远处（可以根据宝宝的情况调整距离）。

③由妈妈做裁判，记录分数，游戏开始后，爸爸和宝宝轮流将10个跳棋子滚进盒子，跳棋子通过了一个拱门，就可以得到拱门上相应的分数，最后谁的分数最高，谁就获胜。



还要知道：

游戏可以变换角色，重复进行，也可以根据情况逐渐调整盒子与起点线的距离，以增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

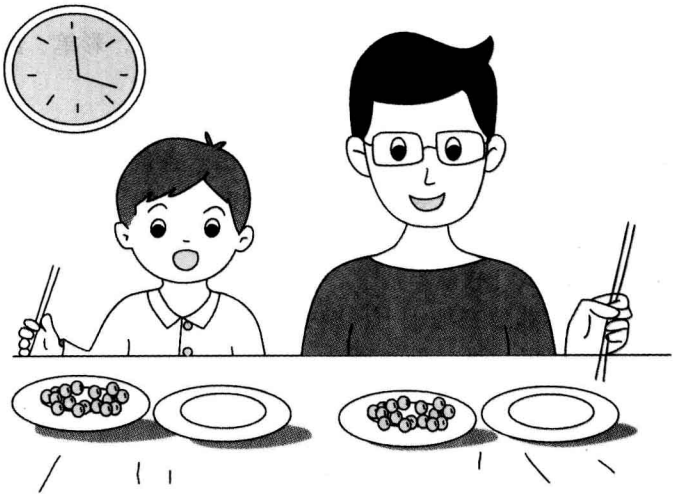
6.夹豆子

成长目标：

锻炼宝宝的手眼协调能力以及精细动作能力。

简单准备：

筷子两双，装满豆子的盘子两个，空盘子两个，计时器一个，桌子一张。



现在开始：

①家长先将盘子在桌子上摆好：左边放一个空盘子和一个装满豆子的盘子，右边放一个空盘子和一个装满豆子的盘子。

②由妈妈做裁判，游戏开始后，爸爸和宝宝分别用筷子把豆子夹到另一个空盘子里。

③5分钟后，游戏结束，妈妈数数各自夹到盘子里的豆子，数量多者获胜。

还要知道：

如果宝宝不太会夹豆子，可以把豆子换成其他容易夹的东西，如爆米花。这个游戏也可以这样玩：看夹完规定的豆子双方各需要多长时间。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

7.钓鱼比赛

成长目标：

提高宝宝的动手能力以及手眼协调能力。

简单准备：

彩色硬纸板，磁铁块，回形针若干，剪刀，彩笔，线，小竹竿。

现在开始：

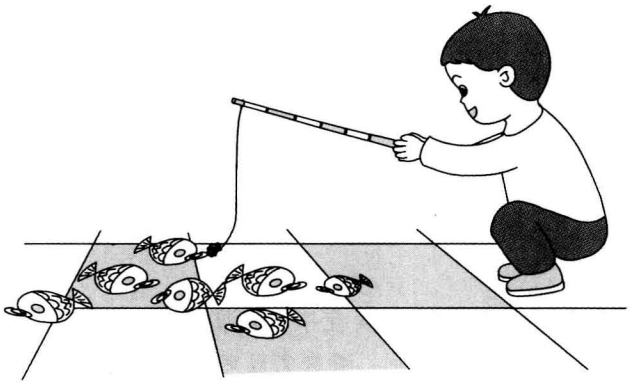
①家长用不同色彩的硬纸板，剪出一条条“鱼”，让宝宝用不同色彩的笔给鱼画嘴巴、眼睛、花纹等，再用回形针夹住“鱼”的嘴巴。

②将一根长线系在竹竿上，另一边系一块磁铁，这样鱼竿就做好了（几个人参加游戏就做几根鱼竿）。

③把鱼散放在地板上，家长和宝宝就可以进行钓鱼比赛了，看在同一时间内谁钓的鱼最多，谁就是胜利者。

还要知道：

为了增加游戏的难度，游戏者可以蒙着眼睛钓鱼，也可以在“鱼”身上写上分数，最后看谁得的分数多谁就是胜利者。

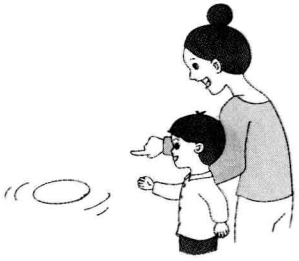


爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.自制铁圈



成长目标：

提高宝宝的动手能力以及投掷能力。

简单准备：

装满水的塑料瓶一个，铁丝一根。

现在开始：

①家长示范如何用小铁丝扭成一个圈，让宝宝跟着做。

②小铁圈做好后，家长在地板上画一条起点线，再将塑料瓶放在离起点线3米处。

③游戏开始后，家长和宝宝轮流投掷铁圈，每人投10次，最后套住瓶子的次数最多者获胜。

还要知道：

家长可以逐渐增加塑料瓶与起点线之间的距离，以增加游戏的难度。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.用筷子运球

成长目标：

锻炼宝宝集中注意力，提高宝宝的手臂肌肉的协调能力。

简单准备：

筷子两双，乒乓球若干，篮子4个。

现在开始：

①家长在地上画好线，将装满了乒乓球的篮子放在终点，空篮子放在起点。

②由妈妈做裁判，游戏开始后，爸爸和宝宝用筷子夹着乒乓球运到对面的空篮子里，看在5分钟内，双方各运了多少个乒乓球。多者获胜。

还要知道：

在搬运的时候乒乓球不能掉下来，掉下来必须从头开始搬运。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.制作小汽车



成长目标：

提高宝宝的动手能力，增加宝宝对各种材料的认识。

简单准备：

小汽车图片，双面胶，水彩笔，小纸盒若干，瓶盖若干，可用来做车灯和倒车镜的材料。

现在开始：

①家长先让宝宝熟悉小汽车的基本构造，然后拿出小纸盒告诉宝宝纸盒可以用来做车厢，瓶盖可以用来做车轮。

②家长引导宝宝用双面胶将“车轮”粘在“车厢”两侧，用水彩笔装饰车身。

③家长和宝宝一起选择合适的材料做车灯、倒车镜等，并用双面胶粘好。

还要知道：

宝宝熟悉小汽车的基本构造后，家长可以和宝宝进行比赛，看谁做得好。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.火柴游戏

成长目标：

锻炼宝宝的思考能力和动手能力。



简单准备：

小木片，火柴，方糖，肥皂，一小盆水。

现在开始：

①家长先把小木片和火柴放入水中，再放入方糖。这时候，宝宝会发现火柴和小木片向着方糖的方向移动。

②家长将一小块肥皂放入水中，这时火柴和小木片就会向四周散开，让宝宝想想这是为什么。

还要知道：

将糖放入水中，当糖溶于水后，该部分水面的表面张力增大，火柴和小木片就会向张力大的地方靠拢，而当肥皂溶于水后，水面的表面张力会减小，火柴和小木片就会朝相反的方向移动。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

12.拍球比赛

成长目标：

提高宝宝的反应能力以及动手能力。

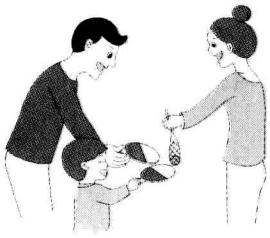
简单准备：

乒乓球拍两只，乒乓球一个。

现在开始：

①妈妈做裁判，将乒乓球用小网兜装好，并提在手里（根据宝宝的情况调整高度）。

②游戏开始后，先由宝宝用乒乓球拍来回拍击乒乓球，只要有一次没有拍上球就算失败，接着由爸爸拍击，看谁拍击乒乓球的次数最多，次数多者获胜。



还要知道：

可以变换角色重复进行该游戏，对获胜者可以给予一定的表扬和奖励。

爸妈记录

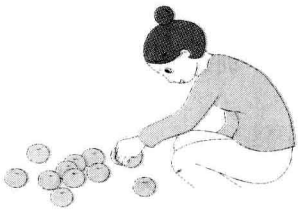
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.拉橘子

成长目标：

锻炼宝宝的协调能力。



简单准备：

长绳两根，橘子若干，篮子两个。

现在开始：

①先在地上画一条界线，然后在离界线1米处放上若干个橘子。

②由妈妈做裁判，游戏开始后，爸爸和宝宝分别用绳子将橘子勾到界线处，并拾起来放回到自己的篮子里。看在规定的时间里，谁篮子里的橘子多，多者获胜。

还要知道：

游戏可以互换角色反复进行，橘子也可以用其他物品代替。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.拍扑克牌

成长目标：

训练宝宝的反应能力以及动作的准确性。

简单准备：

一副扑克牌，人数不限（越多越好，家长可以邀请宝宝认识的一些小朋友来玩这个游戏）。

现在开始：

①大家先在桌子旁边坐好，以桌上的人为序，按照人数排列，比如有 6 个人，就可以编成 1~6 的序号。

②家长拿出一副扑克牌，牌面朝下，将扑克牌按顺序平均分发给每个人，大家都不能看自己和别人手里的牌。

③分好牌后，按顺序出牌，如果有人出的牌与自己的序号相同，大家就把手拍向那张牌，最后拍上去的人就输了，可以罚他表演节目。



还要知道：

游戏可以重复进行，拍向那张牌的时候，大家可以手叠手地拍。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

15.水的压力

成长目标：

锻炼宝宝的动手能力，手眼协调能力，以及宝宝的观察能力、思考能力和创新能力。

简单准备：

牛奶盒一个（矩形竖直的那种），胶带一卷，钉子一个，水若干，平盘一个。



现在开始：

①家长先教宝宝用钉子在牛奶盒的一个侧面的上部、中部、底部，任意戳三个孔。

②让宝宝用胶带把三个孔堵住，然后把水倒入牛奶盒（倒满）。

③家长将平盘放在牛奶盒有孔的侧面的下方，让宝宝撕开胶带，观察三个孔喷水有何不一样。

还要知道：

宝宝会发现底部流出的水射得最远，然后是中部的水，射得最近的是上部喷出的水。这是因为水的压力是由深度决定的，水越深，其压力就越大，水喷射得就越远。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

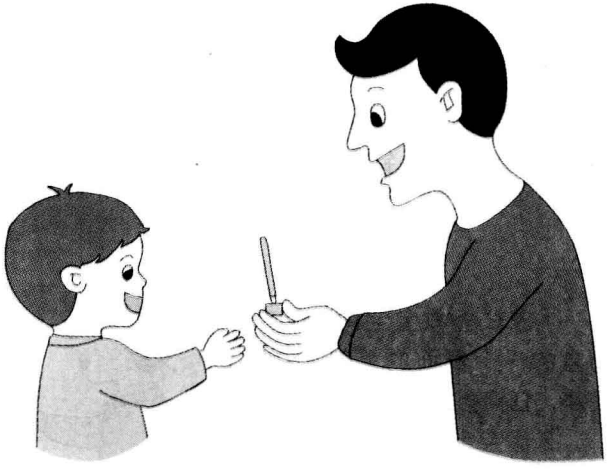
16.不会翻倒的铅笔

成长目标：

提高宝宝的动手能力以及思考能力。

简单准备：

一块橡皮擦，一支铅笔。



现在开始：

①家长先将铅笔削尖，再让宝宝拿起削尖的铅笔，试着让铅笔倒立在桌子上或自己的手心上，看看会得到什么样的结果。宝宝会发现，无论怎样努力，就是无法让铅笔立在手心上或桌子上。

②轻轻地把铅笔插入（直插或斜插都可以）一块橡皮擦中间，再让宝宝把橡皮擦放到桌子上任意的地方，这时宝宝会惊奇地发现，铅笔很容易就立稳了。让宝宝想想其中的原因。

还要知道：

物体的支撑面越大，物体的稳度就越好。铅笔插入橡皮擦后，铅笔的支撑面增大了，铅笔的稳定性也就增加了。让宝宝想想家里有什么物品是利用这个原理做出来的。比如台灯就有一个宽大的底座，电风扇也是这样。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.月亮变化图

成长目标：

了解月亮变化的自然规律，提高宝宝的动手能力，发展宝宝的想象力。

简单准备：

剪刀，双面胶，彩纸（柠檬黄），写有农历从初一到十五的硬纸板一张。

现在开始：

①家长先给宝宝看些有关月亮变化的图片，让宝宝了解月亮变化的规律。

②根据硬纸板上的时间变化，用彩纸剪出不同形状的月亮。

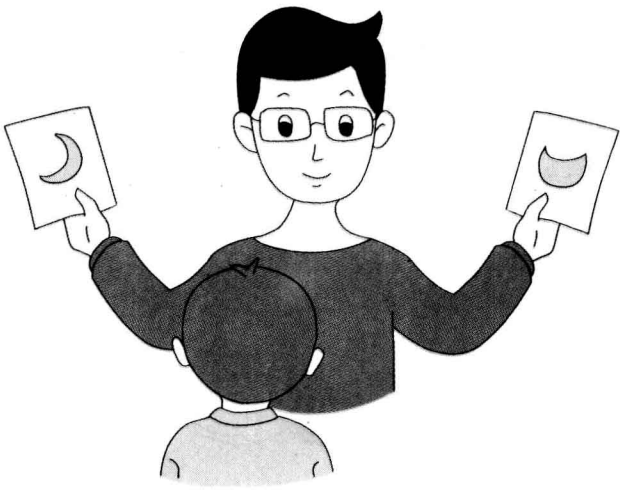
③把剪好的月亮图贴在硬纸板相对应的时间位置。

还要知道：

如果宝宝不知道怎么剪，家长可以和宝宝一起来完成这幅“月亮变化图”。

月亮谣

初一一条线，
初二看得见，
初三初四像眉毛，
十五十六圆又圆。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

18.美丽的泡泡

成长目标：

提高宝宝的手眼协调能力、动手能力以及思维能力。

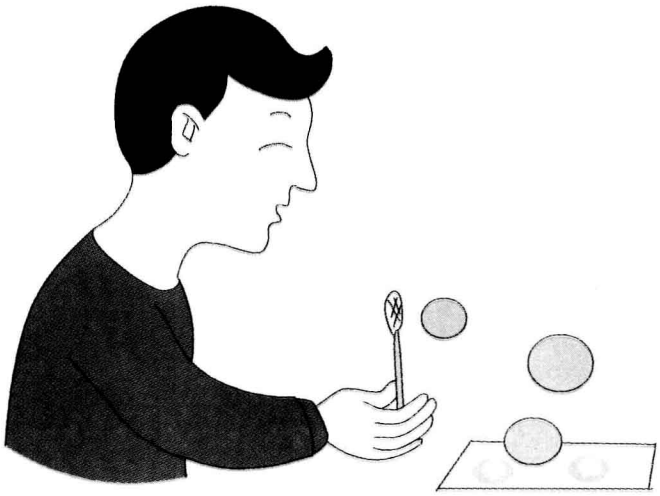
简单准备：

肥皂水，吸管，瓶子若干，白纸，盘子，冰箱。

现在开始：

①将不同的颜料逐一放入几个装有肥皂水的瓶子里调匀，再让宝宝分别将调好的不同颜色的肥皂水吹在白纸上，让泡泡停留在白纸上以形成各种圆形图案。

②家长把冰箱温度调到强挡，拿出一个盘子，再让宝宝用吸管在盘子上吹几个不同颜色的泡泡。



③家长迅速将装有肥皂泡的盘子放入冰箱，冷冻 20 分钟左右，打开冰箱，我们就可以看到美丽的冻泡泡了。

还要知道：

肥皂泡泡大部分是由水构成的，所以，只要它们在破裂之前迅速冷却到零摄氏度以下，它们就会冻结成美丽的泡泡了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哦 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4~6岁宝宝的认知能力发展

4~5岁的宝宝已经开始具有辨别物体细微区别的能力，他们对时间的认识进一步深化，知道早晚有什么区别，也知道昨天、今天和明天有什么不一样。家长让宝宝做什么他会有意识地记下来，比如家长拿出几种豆子，让宝宝分辨并把它们记下来，过一段时间再问宝宝，如果宝宝对这些豆子的名称比较熟悉的话，他就能清楚地说出来。

4~5岁的宝宝其想象力比以前丰富多了，但总的来说还是比较零碎。这个年龄段的宝宝最喜欢自己去构思或补充一些游戏的玩法。他们还知道将不同事物进行比较，然后找出它们之间的异同，进而挖掘事物间的联系，比如他们能分辨出物体的高低。但在这个阶段，按照皮亚杰的理论，宝宝还不能形成正确的概念，他们的判断受直觉思维的支配。例如，他们能分辨出物体的高低，但若把其中一个物体朝上举一点，他们可能会认为两个物体一样高。

到了5~6岁，宝宝已经具有了一定的观察能力，观察事物的延续时间有所增加，记忆力较以前也有了明显的增强。他们不仅能复述一些在幼儿园里发生过的事，而且还能记起在路旁看到的有趣的事。并且，他们在记忆事物的时候，能自动地将其进行分类记忆，其感知觉也开始有了系统性和概括性，知识经验一天天丰富起来，能初步理解事物的本质属性和内在规律性之间的联系，能够掌握最初的词的概念、实物概念、社会概念及数的概念，比如什么是空气。

这个阶段的宝宝想象力十分丰富，其想象力活动中开始显现一些创造性因素，特别是在一些角色游戏和造型活动中表现得尤其明显。他们可能把自己装扮得像怪兽，也可能把自己装扮得像动画片中的某个人物，要多离奇就有多离

奇，一定会让你捧腹大笑才肯罢休。在游戏前，宝宝还能想象出游戏的情节，任意捣鼓家长准备的游戏道具。当然，正如皮亚杰所说，“认知方面的积极参与，并不意味着儿童仅仅是摆弄某种材料，而必须在心理上积极参与才行”。所以，这个时候，家长千万不要责备宝宝，打消宝宝玩游戏的主动性，就让他们放飞想象的翅膀吧，宝宝以后想象力的发展，很大程度上依靠于早期的培养。

平时家长要鼓励宝宝多进行游戏，在玩过家家的游戏时，宝宝也许会把半个乒乓球当做一个小碗，用两根小木棒当做筷子，把沙土当做米饭。这时家长不要干预，应该鼓励宝宝。另外，家长在培养宝宝思维能力的实践过程中，可以多买一些图画书给宝宝看，和宝宝做一些有趣的实验，让宝宝在具体操作的过程中加深对一些事物的理解。也可以设置一些问题情境，在游戏中主动提出一些问题让宝宝回答。当宝宝提出了一些非常幼稚的问题时，家长不要不理不睬，而应该耐心地和宝宝一起讨论、解释问题。

在宝宝接触一些新鲜事物的时候，家长先要引导宝宝看清这些事物的特点，再让宝宝将这些事物与其他事物进行比较，看有何异同。在游戏中还可以教宝宝一些正确有效的记忆方法，比如归纳记忆法、自我复述法等等。另外，5~6 岁的宝宝时间概念已经比较明确，家长可以培养宝宝按时作息的好习惯，让宝宝从小懂得珍惜时间的重要性。

认知能力是宝宝学习能力发展的真正开始，提高宝宝的认知能力是很重要的。这包括对观察力、记忆力、想象力、理解力等诸多能力的培养，而宝宝良好认知能力的发展则有赖于家长对其进行正确的引导，并给予及时的鼓励。这就需要家长在宝宝各种能力发展的关键期有意识地科学引导宝宝，并给予及时的鼓励，让宝宝乘着想象的翅膀，飞向他们远大的理想！

1.放回原处

成长目标：

锻炼宝宝的记忆力，增强宝宝的观察力和注意力。

简单准备：

积木、水果、玩具、杯子等。

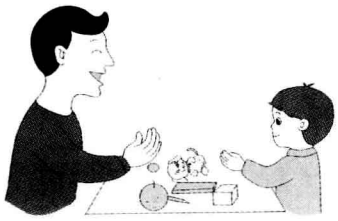
现在开始：

①家长在桌子上摆上积木、水果、杯子等大概10样东西，让宝宝注意看，并记下它们的位置。

②家长将摆的东西顺序颠倒摆乱，让宝宝把它们放回原来的位置。

还要知道：

不断变换游戏内容，可以增强宝宝玩游戏的兴趣。通过摆东西，让宝宝凭借记忆力来把东西放回原处，这能锻炼宝宝的记忆力和观察力。



爸妈记录

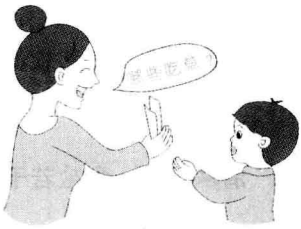
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.动物吃什么的

成长目标：

让宝宝了解动物的习性。



简单准备：

动物图片若干。

现在开始：

①妈妈给宝宝看动物图片，让宝宝说出每种动物都是吃什么的。

②将所有动物图片放在一起，让宝宝分出哪些是吃草的，哪些是吃肉的。

③宝宝如果不知道，妈妈可以帮助宝宝分辨，并且告诉宝宝吃草的动物叫草食动物，吃肉的动物叫食肉动物，既不吃草也不吃肉的叫杂食动物。

还要知道：

在游戏中，宝宝有不懂的地方，妈妈要耐心地为宝宝讲解，让宝宝了解各种动物的名称，并知道每种动物的习性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.萝卜喝水

成长目标：

提高宝宝对硬和软的认识，锻炼宝宝的思考能力。

简单准备：

清水两碗，食盐若干，筷子，白萝卜一个。

现在开始：

①家长先将两碗清水放在桌子上，在一个碗中加入一匙食盐，让宝宝用筷子搅拌均匀。

②家长把白萝卜切成条状或片状，然后在两个碗中分别放入三四条白萝卜。

③两小时后，家长让宝宝去按按每个碗里的萝卜条。宝宝会发现放在清水里的白萝卜是硬的，而放在盐水里的白萝卜却是软的。让宝宝想想这是为什么。

还要知道：

当白萝卜细胞外液体的盐分浓度比细胞内液体的盐分浓度高时，其细胞内的水分就会流出来，使细胞周围液体的浓度降低。所以，盐水里的白萝卜就会因为失去水分而变软，而清水里的萝卜因细胞会吸收水分而变得更硬实。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.比高和低

成长目标：

从直观角度来理解东西的高低。

简单准备：

家庭日常用品。

现在开始：



①家长把相同形状的积木、茶碗、茶杯、玻璃杯等摆在一起，让宝宝指出它们的高低。

②妈妈和爸爸比身高，也可以让宝宝和妈妈比身高，或者和其他家庭里的成员比身高。

③上楼梯时，让宝宝感到越上越高。

还要知道：

家长可以把范围扩大，让宝宝自己想出一些物品来比较，这样有利于宝宝思维的扩散和想象力的培养。

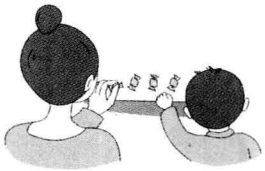
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.加法和减法

成长目标：



教宝宝学做需进位的加法，学做减法。

简单准备：

积木或糖果。

现在开始：

①家长用积木或糖果摆出两行5以上的数，让宝宝通过点数学习它的和。

②家长可引导宝宝把东西摆出5个相连的排，先把两排都是5的放在一起成10，余下的是零头数。

③减法亦可排队，把两行一对一摆齐，剩下的就是减数的得数。

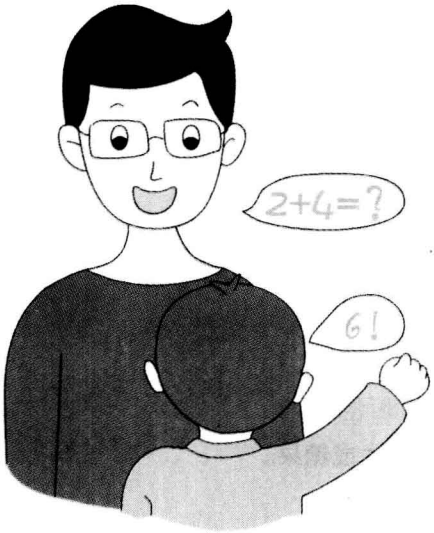
还要知道：

孩子学习抽象的计算应先从具体的排物开始，学会用5排队对其以后的学习会有好处。而且孩子很喜欢这种摆东西的计算方法，一来排队好玩，二来容易看出零头数。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____



6.有趣的算数题

成长目标：

增加孩子对算数的兴趣，为以后的数学学习打好基础。

简单准备：

宝宝喜欢的玩具或食物。

现在开始：

①拿出葡萄来，宝宝会发现 2 加 4 永远都等于 6，不管是 2 颗葡萄加 4 颗葡萄，还是 2 支铅笔加 4 支铅笔。再让宝宝用手指来计算一下 2 加 4 等于几。如果多次问宝宝 2 加 4 等于几，他会随口说出等于 6。

②家长可以根据宝宝的情况利用日常场景编一些计算题。比如沙发上有 4 双袜子，盒子里还放着 5 双袜子，问宝宝一共有几双袜子。

还要知道：

不管宝宝现在处在什么阶段，家长都要逐渐让宝宝知道算数的重要性。同时，家长一定要有耐心，即使宝宝的学习进度很慢，也不要急躁，要一点一点地帮助孩子把基础打牢。正确的答案是次要的，理解才是真正的核心。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.神奇的地图

成长目标：

增强宝宝的联想能力，提高宝宝的认知能力，培养宝宝对自然地理科学的兴趣。

简单准备：

国旗贴纸，国旗卡片，地图，地球仪。

现在开始：

①利用国旗贴纸、国旗卡片等认识各国国旗。每天认识1至3个，全部记得后让宝宝找出它们所代表的国家在地图上的位置。这能帮助宝宝把国旗和国家以及国家的地理位置都联系起来。

②拿出地球仪让宝宝把在地图上学到的国家分别在地球仪上找出来，这样宝宝将对地球有一个全新的认识，同时也会对自然地理科学产生兴趣。

③把地图放在地上，家长和宝宝做地图捉迷藏游戏，双方轮流把地图一处盖住，让对方猜出地名。



还要知道：

这个游戏可以重复地做，让宝宝在欢声笑语中就把五湖四海印在脑海中，同时也能增加亲子感情。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

8.豆子宝宝变魔术



成长目标：

让宝宝了解豆子的各种品种，知道豆子能制成很多食品，提高宝宝的探索认知能力。

简单准备：

黄豆、绿豆、赤豆与蚕豆等豆子，各种可食用的豆制品，各种由豆类做成的食品实物，盒子，一块黑布，自制柜子，四种颜色的篮子，豆子的图片。

现在开始：

①家长将各种豆子混合装在盒子里，然后摇一摇盒子，制造出声音，让宝宝猜猜盒子里装的是什么。过一会儿再打开盒子，让宝宝数一数盒子里有多少种豆子，问宝宝哪个是红豆，分别叫什么。也可以问宝宝，哪个是绿豆，哪个是红豆，哪个是黄豆。教宝宝从颜色和形状区分这些豆子，并出示豆子图片。

②告诉宝宝这些豆子不仅能吃，还能变魔术。然后让宝宝转过身去，说“豆子变、变、变”，再让宝宝揭开盖在四个透明杯子上的黑布，杯子里分别装有红豆粥、绿豆汤、蚕豆粥、黄豆汤。让宝宝猜猜它们分别是哪种豆子变出来的。

③家长再给宝宝出难题，问宝宝豆浆、绿豆芽、豆沙、怪味豆等这些食物是哪种豆子变出来的?

还要知道：

宝宝一定会很惊讶的，原来红豆、绿豆、黄豆、蚕豆能变出这么多不一样的食品。但家长最好不要让学龄前的宝宝长期大量吃豆制品。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.蜗牛之谜

成长目标：

提高宝宝的观察能力、计算能力。

简单准备：

雨天后，蜗牛，木头，放大镜。

现在开始：

①雨天后，家长带宝宝出去寻找蜗牛，让宝宝用放大镜仔细观察蜗牛的外形特征，并告诉宝宝，蜗牛螺旋状的外壳是从边缘开始增加的，一圈一圈，就像树的年轮，每一圈意味着一个生长周期。

②让宝宝数一数蜗牛壳上的年轮数量，看看哪个蜗牛的最多，它就年龄最大。



还要知道：

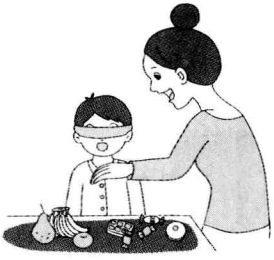
告诉宝宝树木也有年轮，可以找根木头，和宝宝一起数数木头有多少岁。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.神探李特



成长目标：

增强宝宝的记忆力。

简单准备：

约10种宝宝的东西（如水果、小玩具等）。

现在开始：

①家长把10种小东西放在桌子上，用一分钟时间让宝宝记住桌子上的所有东西，然后把宝宝的眼睛蒙上。

②这时，家长偷偷把桌上的小东西拿掉一个，藏起来。

让宝宝睁开眼睛，仔细观察，桌子上少了什么东西。如果猜对了，就可以把这样东西作为奖品送给宝宝。

还要知道：

家长可以逐渐增加游戏难度，下一次可以偷偷拿走两样东西。以此类推。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.闭着眼睛猜东西

成长目标：

增强宝宝的知觉能力和判断力。

简单准备：

蒙眼布，积木等。

现在开始：

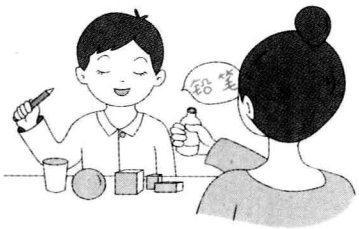
①给宝宝戴上蒙眼布或者让宝宝闭上眼睛。

②把身边的东西，如积木、球、书、剪刀、牛奶瓶、杯子等递给宝宝，问宝宝这些都是什么，并说出名称来。

③宝宝想不起来时，家长可以给宝宝一些提示。

还要知道：

家长也可以让宝宝用手摸家长的脸，让宝宝猜家长做的各种表情。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

12.猜面具

成长目标：

提高宝宝的记忆力以及推理能力。

简单准备：

5个不同动物的面具。

现在开始：

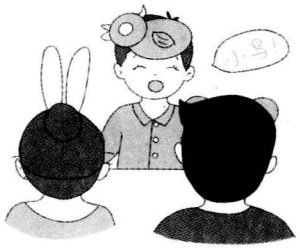
①家长拿出5个不同动物的面具，让宝宝看几秒钟。

②家长和宝宝闭上眼睛，随意摸一个面具戴上。

③让宝宝睁开眼睛，并根据爸爸妈妈戴的面具，以及剩下的两个面具，推断自己戴的是哪个面具。

还要知道：

家长可以根据宝宝的情况增加面具的数量，增加游戏的难度，也可用其他物品代替面具。



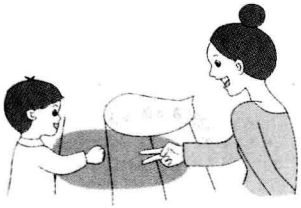
爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.猜拳游戏



成长目标：

培养宝宝的数数能力。

简单准备：

安全的楼梯、平地。

现在开始：

①先确定起点与终点，然后家长和宝宝一起猜拳。

②猜拳行令有锤子、剪刀、布三种，三者互相制约，胜利者每胜一次前进一步。

③最先到达终点的是获胜者，最后可以让宝宝数一数自己爬了多少层楼梯，和家长相差多少层楼梯。

还要知道：

游戏中要注意安全。另外家长也可和宝宝玩蒙老瞎游戏。最初猜拳决定谁当捕捉者。捕捉者把被捉者捉到就算获胜。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

14.五角和一元

成长目标：

提高宝宝的身体反应能力以及大脑反应能力。



简单准备：

五角、一元、五元、十元的纸币各一张。

现在开始：

①宝宝拿着五角、一元的纸币，爸爸拿着五元和十元的纸币站在一条直线上，妈妈站在旁边当裁判。

②“裁判”宣布游戏开始，并喊出一个钱数，比如，五角、十元等。

③“裁判”一喊出钱数，有该纸币的人立刻举起手中的纸币出列。

还要知道：

该举手时没举手，该出列时没出列，都算输，可以罚输者表演节目。该游戏也可以变换角色，重复进行。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

15.有趣的实验



成长目标：

加深宝宝对密度的理解，提高宝宝的认知能力和动手能力。

简单准备：

食用油、水、玻璃瓶和蜂蜜。

现在开始：

①家长拿出准备好的食用油、水和蜂蜜，分别舀出两汤匙倒进一个玻璃瓶中，让宝宝把瓶子的盖子盖上，并轻轻晃动瓶子。

②晃动瓶子一会儿后，让宝宝将玻璃瓶放到桌子上。过一会儿，让宝宝看看瓶子内会发生什么。宝宝会看到玻璃瓶中出现了一个液体的“三明治”：最上面的是油，水停在中间，而蜂蜜则沉到瓶子的底部。

还要知道：

会出现“三明治”的现象是因为这几种液体的密度不一样。在体积相同的情况下，密度越大的东西比密度小的东西要重。蜂蜜的密度最大，所以蜂蜜沉到了瓶底，而油的密度最小，则会浮在水面上。但要注意，在摇动瓶子的过程中不能用力过大，不然蜂蜜就会溶化到水中了。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □大棒了

一句话点评：_____

16.给气球娃娃戴帽子

成长目标：

培养宝宝的专注力、观察力、创造和思考能力。

简单准备：

气球 1~2 个，免洗杯 1~2 个（塑料杯、纸杯均可），彩色笔，皮筋，热水少许。

现在开始：

①让宝宝对气球吹气使其膨胀并用皮筋绑好，在气球上画一个娃娃脸，以增加游戏趣味性。然后将热水（约 60~70 度）倒入杯中约六七分满。

②待 20 秒左右，把杯中的水倒出来，并立即将杯口紧紧地倒扣在气球上，给气球娃娃戴上“帽子”。那么，“帽子”会不会掉下来呢？让宝宝仔细观察以下现象。过一会儿，轻轻将杯子提起，结果发现气球也被吸起来了。



还要知道：

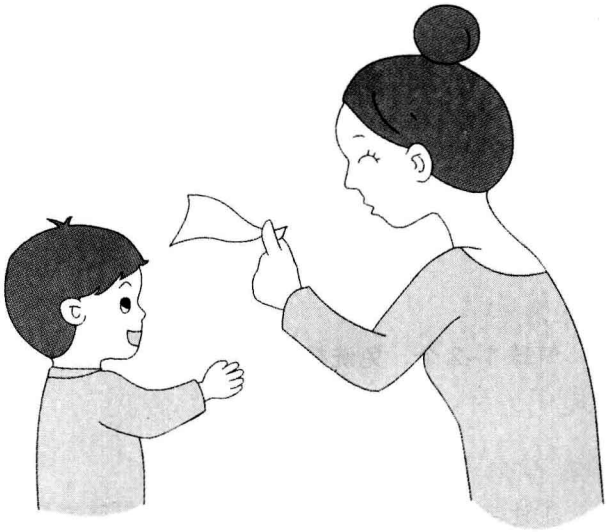
通过这个游戏，让宝宝认识空气热胀冷缩所产生的压力变化，不必滔滔不绝地给宝宝讲很多道理，游戏的直观感受是最有趣和最有效的学习。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啦 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

17.空气游戏



成长目标：

培养宝宝观的察能力和锻炼宝宝的思维能力。

简单准备：

塑料袋，白纸，橡皮筋，透明胶，果汁，漏斗玻璃瓶。

现在开始：

①家长用塑料袋在空中挥一挥，塑料袋立刻就膨胀了。再用橡皮筋将袋口扎紧，一个充满空气的大气囊就做好了。家长让宝宝跟着妈妈做，让宝宝感知空气的存在。

②家长捏住一张纸，让宝宝朝它吹气，看它如何随着吹气而摆动，以此向宝宝演示空气的流动。

③家长再把漏斗插在一个玻璃瓶上，用透明胶将漏斗和瓶口固定住，使它们连成一个整体，而且中间不能进空气，再往漏斗里倒一些果汁。这时，奇怪的事情发生了，果汁只滴入玻璃瓶几滴，剩余的就停在漏斗里不动了。让宝宝想想这是为什么。

还要知道：

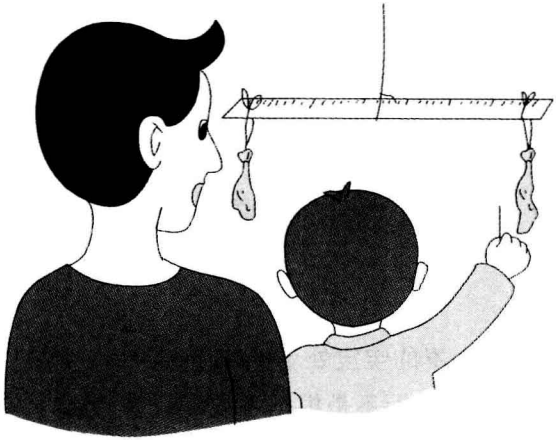
当玻璃瓶注入果汁后，瓶子里的空气无法流出，也没有多余的空间让果汁流入瓶子，果汁就被空气顶住了，成了悬空状态。这时如果把透明胶戳开一个小洞，让瓶子里的空气跑出来，那么果汁就能迅速流入玻璃瓶了。通过游戏，家长可以让宝宝知道空气四处不在，虽然我们看不到它，但我们每时每刻都可以捕捉到。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

18.空气有重量吗



成长目标：

通过游戏让宝宝知道空气有一定的重量。培养宝宝的动手实验能力，提高宝宝的思维能力。

简单准备：

一根针，一根绳子，一根线，尺子，衣架，两个相同的气球。

现在开始：

①家长先让宝宝思考空气是否有重量，为什么人走到哪儿都没有被空气压着，而且能行走自如呢?

②家长拿出准备好的气球和尺子，先将一个气球吹成一个圆圆的大气球（另一个气球不吹)。再用线系牢气球，不让它漏气。

③家长把气球固定在尺子上，两个气球从末端到尺子中间的距离要一样远，然后把一根细绳系在尺子的中间，再用绳子把尺子的中间部位固定在衣架上。现在，尺子两边的气球会怎样呢? 吹大的气球似乎要重些，总是把尺子向下拉。

④让宝宝用针把吹大的气球扎破，再看看结果怎样。（用针把吹大的气球扎破以后，尺子和挂在它两边的气球就变得平衡了。)

还要知道：

空气的重量很轻。家长可以让宝宝自己做实验充分感受空气的重量：准备两个气球，把气球都吹大后放在天平的两边，加砝码使它平衡，然后用针把一个气球的气慢慢放掉，天平就会朝没扎破的气球那边倾斜。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4~6岁宝宝的情绪与社会性发展

4~6岁的宝宝处于他律道德阶段，他们“从行为的物质后果来判断一种行为的好坏，而不是根据主观动机来判断”。例如，他们认为打碎的杯子数量多的行为比打碎杯子数量少的行为更坏，而不考虑有意还是无意打碎杯子。皮亚杰与英海尔德在谈到这个时期的宝宝特点时说：“道德实在主义引向客观的责任观，历而对一种行为的评定是看它符合法律的程度，而不管是出于恶意的动机违反这个原则，还是动机好却无意违反了规则。”

先从4~5岁的宝宝来说吧，他们这个时候有些傲慢、自信和独立的反抗意识，所以常常被大人认为喜欢反抗。这个时候的宝宝喜欢热闹，不爱一个人玩。他们开始认识到，他的朋友不仅是游戏伙伴，而且会对他们的思维和行为产生重要的影响。他们渴望和朋友保持一致，会通过改变自己的一些小行为来赢得别人的赞赏，甚至会超越一些家长从一出生就教给他们的原则与标准。他们意识到生活中有很多有价值和有意义的事，如会要求观看某些电视节目，而且还能发表一些自己的小看法。

尽管这时的宝宝对“好”与“坏”有了些模糊的意识，但他们的道德观仍然很简单。他们遵守某项规则，并不是因为他们理解这项规则，大多是因为这样可以避免家长的惩罚。在他们的思维中，所有结果都是故意的。这个时候，家长要慢慢地教会宝宝区别意外和错误行为。

整体上来说，这个时候的宝宝通常是非常快乐的。他们乐于助人，喜欢思考并谈论自己的想法，基本上知道自己能做什么和不能做什么，对别人的表扬也能作出相应的回应。随着年龄的增长，宝宝的内心世界也越来越丰富，他们知道怎样去表达自己的喜怒哀乐，自尊心也更强了。如果听到不顺心的话，就

会赌气不理人。在这种时候，家长在教育宝宝的时候更应注意方法，因材施教，身体力行，为宝宝树立好榜样，尊重宝宝，保护他们的自尊心。

到了宝宝5~6岁的时候，他们开始懂得如何掩盖自己的情绪，来适应家长的反应，但他们对情绪的控制能力仍然不强，碰到一些不顺心的事，还是容易产生情绪波动，一会儿哭一会儿笑，常常表现出多变的一面。

5岁多的宝宝道德感、审美感逐渐增强，他们开始按照社会行为标准识别善恶好坏，在家长的指导下开始知道环保的重要性，知道哪些是危害性行为，也知道一些简单的职务。这个时候，家长不妨再多教给宝宝一些基本的社会准则和一些要在平时日常生活中要遵守的规则，同时要用夸奖来巩固宝宝的利他行为。比如，宝宝会主动帮妈妈做点儿家务，会给奶奶捶捶背。这时候家长就要多给予宝宝鼓励和夸奖，让宝宝体会到自豪感和成就感。

平时，家长也要善于观察宝宝细微的情绪变化，鼓励宝宝说出自己真实的内心感受，告诉宝宝正确的情绪应对方法。这样，宝宝的应对策略才会更有效。

5岁以后的宝宝会在乎别人的注意，而且有和他人交往的需要。如果有小朋友孤立他，他会感到沮丧。另外，如果家长平时对宝宝态度冷淡，特别是在宝宝做错事后对宝宝不理不睬，宝宝就会产生挫败感，这样很不利于宝宝健康情绪的发展。

良好的情绪示范、家庭和睦、家庭关系亲密对宝宝的成长非常重要。家长热情、乐于助人、关爱别人等良好的情绪都会给宝宝带来积极的影响，所以，平时家长要公正地对待宝宝，适当地满足宝宝的需求，千万不要恐吓威胁宝宝，也不要溺爱宝宝。

为了让宝宝多层面地体验人际关系，家长应该进一步拓宽宝宝游戏的空间和范围，让宝宝多与比自己年长的或稍小的宝宝在一起做游戏。这种大带小、小带大的游戏形式能增强宝宝谦让和友好的行为，帮助他们学习社会交往的技能，从而促进宝宝的社会性发展。

社会性发展是宝宝心理发展的重要内容之一，特别是在21世纪的今天，社会性发展更是未来社会发展需要的人才的重要素质。所以，家长一定要注意培养宝宝的认知能力。

1.小朋友爱清洁

成长目标：

教宝宝模仿不同小动物的叫声，练习吐字清楚地朗读儿歌。

简单准备：

小鸭、小鸡、小狗和小猫等小动物的图片。

现在开始：

①家长拿出一个小动物的图片，让宝宝模仿它的叫声。

②家长可以对宝宝说：“这些小动物可讲卫生了，它们总是提醒我们衣服脏了要换了，指甲长了要剪了。”

③家长边模仿小动物的动作，边教宝宝朗读儿歌《小朋友爱清洁》。

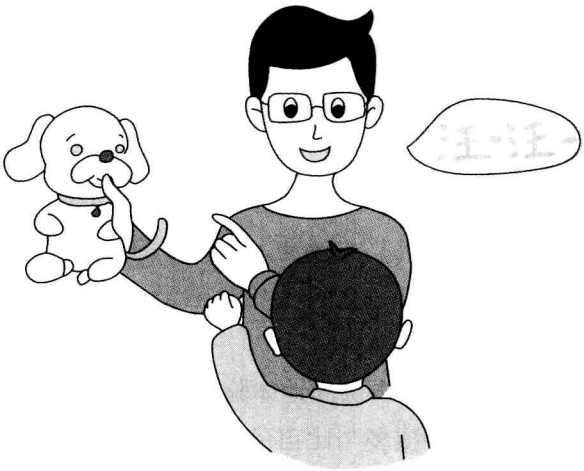
小鸭叫，嘎嘎嘎，叫我剪指甲。

小鸡叫，叽叽叽，叫我擦鼻涕。

小狗叫，汪汪汪，叫我换衣服。

小猫叫，喵喵喵，叫我把脸洗。

小朋友，爱干净，人人都喜欢。



还要知道：

家长可以拍手教宝宝有节奏地朗读儿歌。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错啦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

2.布娃娃

成长目标：

教宝宝练习放松，缓解压力。

简单准备：

安静的环境。

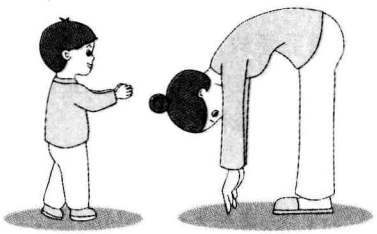
现在开始：

①身体站直，两脚分开与肩同宽，让你的手臂像布娃娃一样软软地垂下，慢慢地向下弯腰直到手碰到地，保持这样的动作，身体尽量放松。

②慢慢地挺直腰，摸摸自己身体的各个部分：屁股、腰部、后背、肩膀、头，教宝宝做这些动作。

还要知道：

这个游戏适合在两个游戏间歇玩。

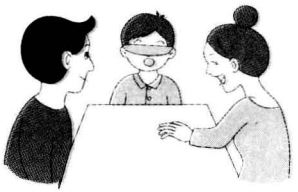


爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.猜猜我是谁



成长目标：

加强宝宝与家人的沟通，增加亲子情感，增长社会常识。

简单准备：

蒙眼布，节假日晚饭后，家人一起来做游戏，成员最好多些。

现在开始：

①用蒙眼布给宝宝蒙上眼睛，家人围坐成一圈。

②大家各摆出一个姿势，注意不能发出任何声音，然后让宝宝去摸，并猜出摸到的这个人是谁，在家里经常做什么，从事什么职业，在什么地方工作。

还要知道：

家长平时可以将自己的工作内容讲给宝宝听，让宝宝了解父母的劳动。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.学会整理仪表



成长目标：

让宝宝学会自己整理仪表，给别人留下好印象。

简单准备：

宝宝心情愉快的时候，镜子。

现在开始：

①宝宝练习自己洗头发，整理自己的仪表，妈妈在一旁帮助宝宝。

②宝宝起床后，让宝宝自己穿衣、梳洗，再站在镜子前，看看自己还有那些地方没整理好。教导宝宝出门时注意整理头发，保持衣服整洁。

还要知道：

一个人的仪表能展现一个人的精神面貌。好的仪表往往能让人产生自信，给人留下好印象。但是不能给宝宝弄一些奇异的服装和发型，这样会让人很反感，对宝宝的成长也不利。

5.理解健康、卫生

成长目标：

让宝宝养成讲卫生的好习惯。

简单准备：

宝宝心情愉悦的时候。



现在开始：

①妈妈教宝宝做各种讲卫生的小事情，如上完厕所后要洗手，每天要打扫卫生，每天起床后要刷牙才可以吃饭等。

②抓住生活中的小细节，告诉宝宝应该注意卫生。让宝宝自己学会整理自己的房间和穿着，学会讲究卫生。

还要知道：

在日常生活中，宝宝经常遇到一些健康、卫生的小问题。这些小问题会让宝宝养成不好的习惯。家长应当引导宝宝理解健康、卫生，这对宝宝以后的健康成长有很大帮助。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以啊 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.远离危险事物

成长目标：

让宝宝知道危险的东西不能摸，不能玩，培养宝宝的自我保护意识。

简单准备：

一些危险物或危险行为的图片，安全行为的图片。

现在开始：

①家长和宝宝面对面坐着，并出示一些危险物品，告诉宝宝这些东西不能用来玩耍，比如灭蚊剂、打火机等。再出示一些危险行为的图片，如动电源插座、摸菜刀、站在高处取东西等。

②家长和宝宝一起说一说图片上画的是什么，哪些是危险的，哪些是安全的。

还要知道：

在日常生活中，家长要让宝宝了解哪些东西是危险的，并说明原因。危险物品一定要远离宝宝。同时也要告诉宝宝，哪些物品是不能碰、不能摸的。家长带宝宝外出时，还要远离病房、人群密集等易感染病菌的地方。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.如何解决问题

成长目标：

教宝宝处理一些生活中的小问题，学会冷静思考问题，锻炼宝宝的思维能力。

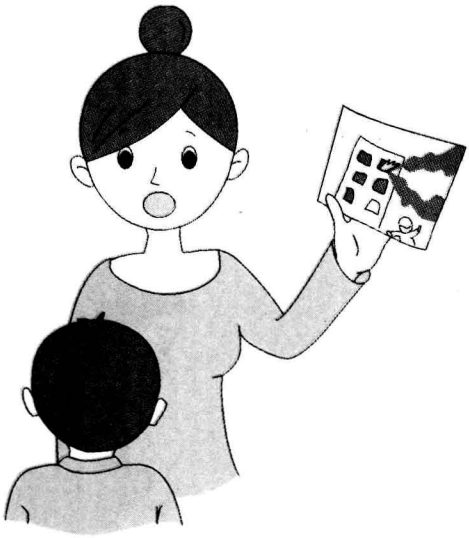
简单准备：

火灾图。

现在开始：

①家长给宝宝看一张火灾图，问宝宝如果发生火灾，应该怎么办？

②家长问宝宝，如果在马路上捡到钱包，自己应该怎样做？看见有人在做坏事自己应该怎么办？



③家长也可以经常询问宝宝一些在生活中常发生的事情，以后宝宝遇见了就知道怎样处理了。

还要知道：

家长和宝宝多多进行类似的游戏，能让宝宝学会怎样冷静地处理意外事情，遇到困难懂得如何应对，从而加强宝宝的思维能力，增强宝宝的社会责任感。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

8.接待客人

成长目标：

学会独立地接待客人，培养宝宝的交往能力和为他人服务的能力。

简单准备：

杯子，茶水。



现在开始：

①爸爸妈妈假装成客人，宝宝作为接待的人。宝宝先让客人坐下，再倒茶给客人，问明客人的姓名和目的。

②宝宝告诉客人，父母不在家，如果有什么事可以告诉他，或者让客人留一张纸条，由他交给父母，或者留下联系方式。

③如果是没有见过的客人，宝宝应该先问清客人来找谁，对于不认识的人尽量不要让他们进门，让宝宝有警惕的意识。

还要知道：

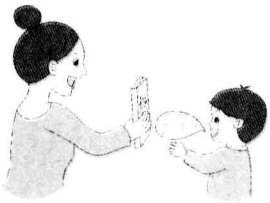
让宝宝学会在父母不在家的时候接待客人，会给客人留下好的印象，还能让宝宝学会一些简单的交往能力。告诉宝宝一个人在家时，如果有陌生人要进门时，应该警惕是不是坏人作案，这样的游戏可以让宝宝学会自我保护。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.识别职务



成长目标：

了解各种不同的职业，丰富宝宝的知识，增强宝宝的记忆力。

简单准备：

图画书（不同职业的人物书）。

现在开始：

①家长拿出一本不同职业的人物书，妈妈给宝宝看图画书，问宝宝上面穿白大褂的人是什么人？干什么的？宝宝回答："是医生，给病人治病的。"

②爸爸问宝宝："图画上站在马路边的警察是什么人？他站在那儿干什么？"宝宝回答："是交警叔叔，他在维护交通秩序。"

还要知道：

让宝宝学会和不同职业的人对话，让宝宝学会接触不同的人，锻炼宝宝的社交能力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

10.学会遵守规则

成长目标：

学会遵守规则，为宝宝入学前做准备，懂得在学校应该遵纪守法。

简单准备：

纸，笔，胶水。

现在开始：

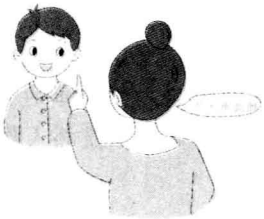
①家长先和宝宝讲讲什么叫规则，比如妈妈和宝宝做游戏，双方要遵守一些规则，不然就会输。

②在家中，为宝宝制定一些规则，如不乱扔垃圾、不大声吵闹、玩耍回来要洗手等，并写下来贴在宝宝的房间。

③给宝宝制定学习时间和休息时间表，告诉宝宝上学迟到要报告敬礼，上课发言要举手等。

还要知道：

平时家长可以教给宝宝一些生活中的基本规则，为宝宝入学做准备。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

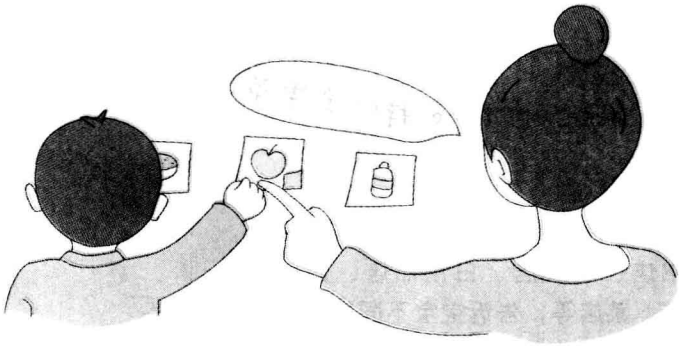
11.开商店

成长目标：

锻炼宝宝的语言表达能力和人际交往能力，加强宝宝的计算能力和管理能力。

简单准备：

图画纸，剪刀，不同面值的纸币，标签。



现在开始：

①家长和宝宝把图画纸上面的牛奶、面包、玩具、苹果等物品剪下来。

②让宝宝把剪下来的东西分类放好，摆在桌子上，并在上面贴好价格标签。

③宝宝扮老板，家长扮顾客，家长买东西，宝宝向家长介绍该商品。

④家长给钱让宝宝找钱，看宝宝会不会找钱。

还要知道：

家长也可以用实物来玩这个游戏。平时去超市购物的时候，家长也可以带上宝宝，每次都让宝宝算一算所购物品的总价，这能很好地锻炼宝宝的计算能力。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

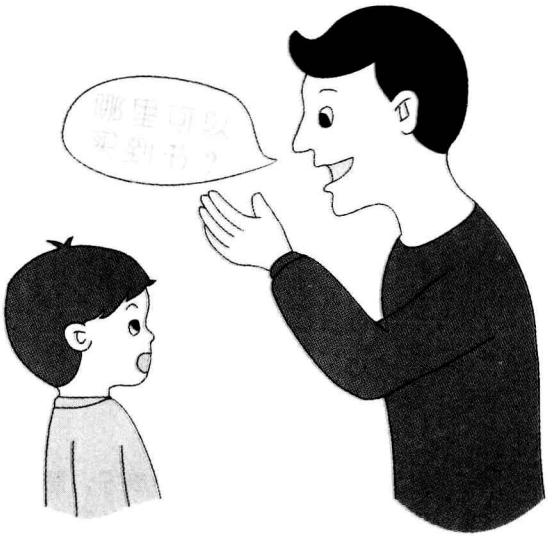
一句话微博：_____

_____

12.了解商店

成长目标：

提高宝宝的社会交往能力，培养宝宝的社会常识。



简单准备：

宝宝心情愉快的时候。

现在开始：

①家长带宝宝逛各种商店，如书店、水果店、日用品店、面包店、菜店等，告诉宝宝不同的东西要在不同的商店买，东西的价格也是不同的。

②家长闲暇的时候可以问宝宝去哪里可以买到书，在家附近的某个商店是卖什么东西的。

③让宝宝为家长买一些简单的东西，比如，妈妈对宝宝说：“妈妈今天很忙，你去小区的商店，帮妈妈买一瓶醋回来吧。”让宝宝自己去了解一些东西的价格。

还要知道：

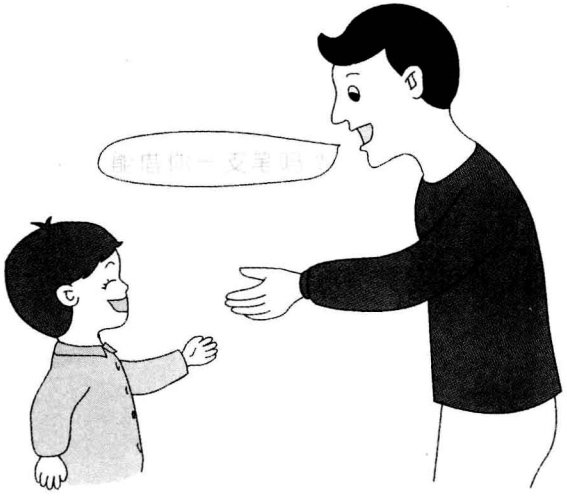
平时家长也可以让宝宝自己去商店购买自己想买的东西，让宝宝懂得如何询问商品的价格和用途，培养宝宝基本的社会常识。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

13.相互帮助



成长目标：

让宝宝学会帮助他人，懂得处理一些生活中的简单问题，培养宝宝的互助和协调能力。

简单准备：

有关互相帮助的各种问题。

现在开始：

①家长告诉宝宝今天要玩一个角色扮演游戏，角色中的人物都遇到了麻烦，看宝宝会怎么做。首先妈妈扮演老奶奶，拿了很多东西从宝宝旁边经过，看宝宝有何反应。

②爸爸扮演小朋友，向宝宝借一支笔，看宝宝会不会借。

③妈妈在干家务很忙，看宝宝在一旁会怎么做。

还要知道：

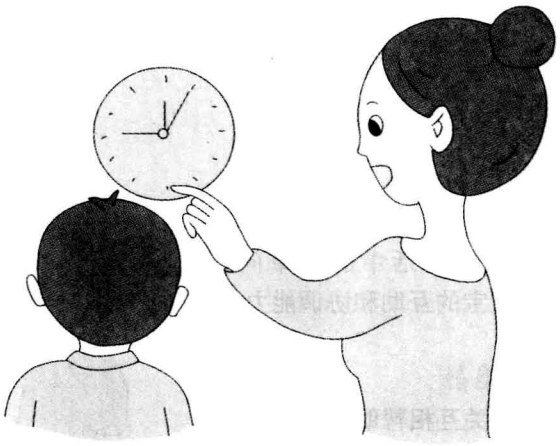
在日常生活中，家长可以经常向宝宝提问，比如问宝宝："下午你没带伞，你应该怎么回家？怎样寻求别人的帮助？"家长也可以带宝宝去体验不同的生活，比如周末和宝宝一起去坐公交车，带宝宝去敬老院。家长要慢慢地培养宝宝乐于助人的好品德，让宝宝学会互相帮助。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

14.学会看表



成长目标：

让宝宝认识钟表，树立时间概念，懂得珍惜时间。

简单准备：

钟表。

现在开始：

①家长拿出钟表，告诉宝宝最长的是秒针，最短的是时针，另外一根是分针，并教宝宝看表的方法。告诉宝宝秒针转一圈是一分钟，分针转一圈是一个小时。

②宝宝知道怎样看表后，妈妈任意调整钟表的时间，让宝宝说出时间。反复练习，直到宝宝熟练为止。

③宝宝熟悉钟表后，家长在墙壁上画一个大的时钟模型，分别将时钟的刻度标识出来。然后爸爸、妈妈、宝宝分别扮演时钟的秒针、分针和时针，手上拿着三种长度不一的棍子或其他道具，在时钟前面站好。爸爸说出一个时间，然后三人迅速地将自己代表指针的道具指向正确的位置，指示错误的或指示慢的人罚唱一首歌。可反复玩。

还要知道：

家长可以通过游戏，让宝宝懂得怎样看钟表，知道什么时候应该睡觉，什么时候应该起床等。让宝宝关心、珍惜时间，知道自己一天生活和时间的关系以及时间的宝贵性。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4~6岁宝宝的艺术潜能发展

4~6岁宝宝的肌肉协调能力发展了，他们更有兴趣去进行各种有节奏和动作的体验。他们喜欢有节奏地唱，乐意为自己喜欢的音乐“编”舞，将音乐动作化、戏剧化；还喜欢在纸上涂鸦，添上自己喜欢的颜色；还爱看变化多样和色彩鲜明的动画片，喜欢在游戏中再现和表演他们感兴趣的人物的动作。5岁时，大部分宝宝已能使自己的动作与音乐节奏协调一致了。

另外，4~6岁的宝宝有更持久的兴趣和专注力去听有细节的音乐，其时间可以延长到50分钟。他们能跟随音乐旋律舞动腰肢，还能哼唱自己喜欢的歌曲。尽管他们的发音器官还处在发育初期，音调可能还不够准确，音域还不够宽，但他们在这个时期已经对鲜明而有特点的音乐表现出了浓厚的兴趣。在美术方面，他们逐步地认识到事物之间的一些简单关系和联系。在家长的引导下，他们不但可以画日常生活中的一些简单的人和物，给图形涂上各种颜色，还知道怎么用蔬菜进行印画，并能添画一些简单的动作，最有趣的是，他们还会蜡烛画画和吹泡画。只要正确指导宝宝，他们捏橡皮泥的技艺也是相当值得赞赏的。

当然，在这个阶段，宝宝对艺术活动的兴趣依然是自发的。由于宝宝语言能力不足，艺术活动也就成了宝宝表达对周围事物认识和看法的方式和手段。他们可能把雨和太阳画到一块儿，可能将小鸟画在水中。这个时候，家长可千万不要去笑话宝宝，或者斥责宝宝，而应有耐心地告诉宝宝一些生活常识。

每个宝宝都有热爱美好事物的天性和学习艺术的潜能。平时，家长应多给宝宝提供机会，支持和引导宝宝欣赏各种美术作品和音乐作品等，培养宝宝对艺术的感悟力。同时要创设轻松、和谐的氛围，让宝宝在各种有趣的游戏活动

中充分获得愉悦，从而进一步体验各种艺术分别隐含的情感内涵。家长还应多鼓励宝宝用自己喜欢的方式，如绘画、歌唱、表演等大胆地表达自己对生活的看法，以及自己的情感体验。在律动、音乐游戏和舞蹈活动中，鼓励宝宝发挥自己的想象力，有创意地表现生活中美好的情感。

在绘画游戏中，家长可以教宝宝一些简单的绘画方法，让宝宝了解一些常见的颜色所蕴涵的意义以及各种图形所传达的寓意。更重要的是，要让宝宝锻炼出一双善于发现美的眼睛，提高宝宝的审美感受能力。平时在家里，家长可以多准备一些美术材料和工具，引导宝宝感受它们的特性，尝试自主作画，自由地表达自己的情感，并创造条件，让宝宝养成展示和收藏自己作品的良好习惯，以不断激励宝宝。

在音乐游戏中，家长不仅要教宝宝唱歌，还可以教给宝宝一些有关旋律、节奏、风格等欣赏音乐的基本知识。比如，有的音乐是轻快的，有的音乐听起来是凝重的，有的音乐激人上进，有的音乐催人泪下。音乐是传达人类情感的一种艺术形式，家长可以引导宝宝学会用音乐的方式去表达自己的感情。

此外，家长应善于挖掘宝宝的某些先天的审美潜质，并加以引导和培养，使他们的艺术天赋得到充分的发挥和施展，但切不可操之过急。有的家长急于求成，视结果为一切，好像宝宝会弹几首曲子，会画几幅画就是好样的，有的甚至过早地让宝宝参加各种过级考试，但这样很容易使宝宝失去对艺术的兴趣。发展宝宝的艺术潜能，关键在于培养宝宝对审美要素的感受力。平时家长可以多带宝宝到大自然中去走走，充分感受现实生活中的色彩、线条、节奏、韵律等美的要素。有了生动、流动的审美源泉，相信家长一定可以激发宝宝内在的艺术潜能。

1.蜡烛画

成长目标：

认识点、线、面，让宝宝感受美术带来的乐趣。



简单准备：

生日蜡烛，水彩笔，图画纸，打火机。

现在开始：

①家长拿出平时收集的各种颜色的生日蜡烛，和宝宝一起讨论蜡烛有什么作用，以及火的危险性，告诉宝宝平时不能随意滴蜡烛玩。

②家长点燃蜡烛，让宝宝把蜡烛随意滴在图画纸上。

②滴完后，家长让宝宝用彩笔把一滴滴蜡烛连接起来，让宝宝看看连接起来的图像像什么。

还要知道：

家长可以让宝宝给作品涂上颜色，并取个名字把它挂在宝宝的卧室里。

爸妈记录

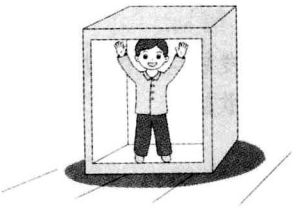
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

2.我是小演员

成长目标：

提高宝宝的语言表达能力及表演能力。



简单准备：

剪刀，遥控器，大纸箱，水彩笔。

现在开始：

①家长拿出一个大纸箱，把箱子一边的盖剪掉，作为电视机屏幕。

②家长和宝宝用彩笔一起来装饰电视机，如画上调频按钮。

③宝宝走进纸箱当演员，爸爸妈妈当观众。“观众”拿着遥控器，随意换频道，宝宝根据“不同频道”（家长的不同指令）表演各种节目，如动画片、舞蹈、音乐等。

还要知道：

家长让宝宝表演的内容最好由易到难。如果没有那么大的纸箱，可以以卧室的门当“电视屏幕”。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

3.家庭时装秀

成长目标：

发展宝宝的动手能力，激发宝宝的表演欲望。

简单准备：

碎布，毛线，针线，一些装饰品。

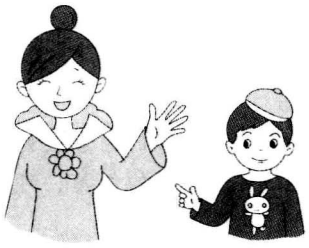
现在开始：

①周末，家长把准备好的物品拿出来，和宝宝一起设计制作服装，并挑个时间举行“家庭时装展”。

②播放音乐，在“时装展”上，家长和宝宝各自穿上自制的服饰，一起秀出自己的风采。

还要知道：

家长可以邀请一些亲朋好友一起来参加这个游戏。



爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

4.小小摄影师

成长目标：

提高宝宝的观察能力，以及对艺术的感悟力。



简单准备：

相机。

现在开始：

①让宝宝拿着相机到户外散步，放手让宝宝拍下他感兴趣的任何事物。

②让宝宝自由地搜集一些落叶或者石头等，作为活动的纪念。

③当相片冲洗出来后，可以和宝宝一起讨论拍到了什么，看到了什么，想到了什么，也可以协助宝宝将观察的照片与心得一起记录下来。

还要知道：

如果宝宝还小，家长也可以给宝宝一个放大镜让宝宝自由地探索与观察。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

5.有趣的音乐游戏

成长目标：

加强宝宝的运动能力和平衡感，让宝宝对口形演唱歌曲，提高宝宝的表演能力。



简单准备：

音乐播放器。

现在开始：

①大声播放宝宝喜欢的音乐，然后让宝宝拿着纸筒当做麦克风来唱歌，宝宝嘴里不发出声音，只是脸部的肌肉在运动，装作一副唱歌的模样。多唱几首歌后，宝宝就能自如地进行表演了。宝宝以后也会花更多的时间去注意歌手的歌声和动作。

②家长故意把宝宝熟悉的一首歌的部分歌词改过后唱出，看宝宝能否及时地挑出错误的地方，并能唱出正确的歌词，宝宝也可以用同样的方法来让家长找出错误。

还要知道：

刚开始宝宝可能会有些害羞，但是尝试一次觉得很有趣后，宝宝就会对着镜子唱歌，陶醉于自己对歌曲的表现力和面部的表情。由于音乐具有旋律，即使一个人玩这个游戏，宝宝也能感受到其中的乐趣。

爸妈记录

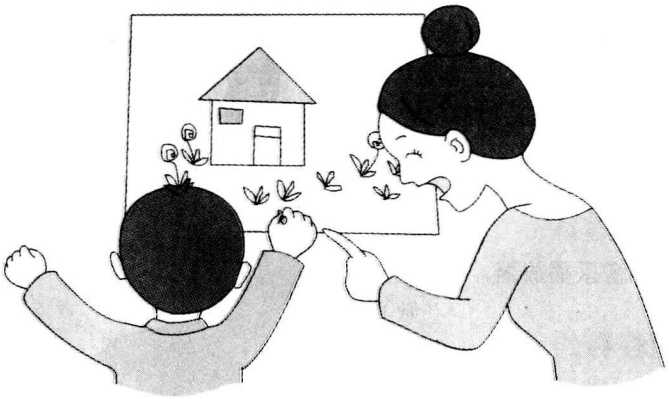
宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

6.小房子

成长目标：

让宝宝进一步掌握拼贴作画的方法，提高宝宝对粘贴活动的兴趣。



简单准备：

大小不同的正方形、长方形、三角形图片，图画纸，胶水，抹布，剪刀，笔等。

现在开始：

①事先带领宝宝参观各种房子，观看有关房屋建筑的视频。然后拿出房子的图片，引导宝宝说出房子各部分的名称，如门、窗、墙、屋顶等。

②家长剪好不同色彩大小的镂空的几何图形，为宝宝示范拼贴房子的方法。并且边粘贴边说出房子的各个部分的形状和建房子的顺序，如：房子是正方形、屋顶是三角形的、门是长方形的、窗户是小正方形。然后让宝宝自己拼贴。

③房子拼贴好后，再让宝宝根据自己的想象，在房子周围画上一些花草。

还要知道：

游戏前家长也可以创设一个盖房子的情景，以提高宝宝玩游戏的兴趣。比如告诉宝宝：“大风把小动物的房子吹倒了，小动物很着急，我们一起来帮助它们建一间新的房子好不好？”宝宝操作时，家长可以帮助宝宝完成作品。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

7.橡皮泥奶牛

成长目标：

开启宝宝的想象之门，培养宝宝的发散性思维，推进宝宝对色彩的认知能力。

简单准备：

白色、褐色、黑色橡皮泥，一个小铁环。



现在开始：

①用褐色橡皮泥捏两个牛角，用白色橡皮泥搓成水滴形再压平做耳朵，再搓四个圆球做腿，用一大块白色橡皮泥搓成长圆形做奶牛的身子，再将牛角、耳朵和四条圆腿粘在奶牛身子的适当位置。

②用黑色橡皮泥搓4个小球，两个用来做鼻孔，将小铁环挂在鼻孔处做鼻环，另外两个用来做眼睛。

③用黑色橡皮泥搓成小椭圆形，并压平用来做奶牛身上的斑点，一个橡皮泥奶牛就做好啦。

还要知道：

手是孩子智慧的翅膀。苏霍姆林斯基说过："儿童的智慧在他的手指尖上。"在宝宝亲自感知、观察、操作的过程中，可以获得知识，锻炼思维能力，这样有利于宝宝智力的发展。宝宝从出生开始，双手就在不断地探索世界、发现世界。手让宝宝变得更聪明，更富有创造性，同时思维也更加开阔。让宝宝的小手更灵活，触觉更敏感，橡皮泥的真正作用就在于此。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

8.蔬菜印画



成长目标：

培养宝宝对颜色的兴趣，让宝宝充分地感受蔬菜印画的乐趣，丰富宝宝的想象力和创造力。培养宝宝认真作画并保持画面整洁、干净的好习惯。

简单准备：

莲藕、萝卜、胡萝卜、花菜、葱头等蔬菜，水果刀，笔，手巾，颜料若干，白纸若干。

现在开始：

①家长拿出水果刀，出示花菜，请宝宝猜一猜花菜切开来是什么样子的？（像小树）；出示蘑菇，请宝宝猜一猜蘑菇切开来是什么样子的？（像小伞）；出示胡萝卜，请宝宝猜一猜胡萝卜切开来是什么样子的？（像圆形）；出示莲藕，请宝宝猜一猜莲藕切开来是什么样子的？（像小花）

②家长拿出准备好的各种颜料，各种切开的蔬菜，让宝宝用这些蔬菜蘸上颜料后有规律地印在白纸上，并添画成花朵或其他图形。注意，蘸的颜料不能太多，另外蘸了一种颜料的蔬菜就不能再蘸别的颜料了。

还要知道：

画完后，家长和宝宝共同欣赏作品，夸宝宝“真能干”、“真棒”……让宝宝充分体验成功的快乐。通过印画感受颜色的方法还有很多，如利用购买的小印章，瓶盖、手掌、手指等都可以用来印画，家长可以根据情况选择，游戏中要鼓励宝宝多尝试。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哟 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

9.彩色的画

成长目标：

激发宝宝的绘画兴趣与热情，提升宝宝对美的感悟力。

简单准备：

各种颜色的粉笔，纸杯，筷子，盘子，豆油、醋若干。



现在开始：

①家长和宝宝一起将各种颜色的粉笔压成粉末，混合在一起倒入纸杯中。

②在纸杯中加入适量的豆油，用筷子搅拌均匀，做成“混合油”。再拿出一个盘子，在盘子里倒一点醋，然后将“混合油”倒入盘中，“混合油”表面就会形成彩色的圆圈和曲线。

③让宝宝把一张白纸贴在油面上，让它沾上彩色油花再拿起来，将白纸上的彩色油花晾干后，擦去上面的粉笔末，一张“天然油画”就展现在大家面前了。

还要知道：

盘中的醋与粉笔中的碳酸钙发生化学反应后，粉笔中的彩色颜料就溶解在油里了。将白纸贴在油面上时，油脂分子与纸张纤维中带电的正负分子相互吸引后，就会附在纸上，颜色也自然被粘在纸上，出现彩色的花纹和条纹。这个图案是自然形成的，人们用画笔是很难画出这样的效果的。家长可以引导宝宝发挥自己的想象力，用画笔在这幅图案的基础上进行添画。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

10.一串红

成长目标：

通过教宝宝学习用棉签，画花、叶和茎，训练宝宝的模仿能力和想象力。丰富宝宝的词汇量。培养宝宝遵守常规并保持桌面、作业、衣服整洁的良好习惯。

简单准备：

画纸若干，棉签一包，颜料，卫生纸若干。

现在开始：

①先让宝宝观察“一串红”实物或图片，再让宝宝描述一下花叶的形状、颜色。如花的茎为黑色或者深绿色，花叶为绿色，花为红色。

②家长向宝宝示范如何用棉签画“一串红”：自上而下，先画出花茎，再在花茎的两边用棉签点出花瓣，最后画叶子，然后给花涂上颜料。

③启发宝宝自己动手作画。画完后，家长拿出“一串红”的字卡，与宝宝一起认字，并将花的名字和宝宝的名字写在画纸上，并粘贴在家中的墙上以鼓励宝宝。



还要知道：

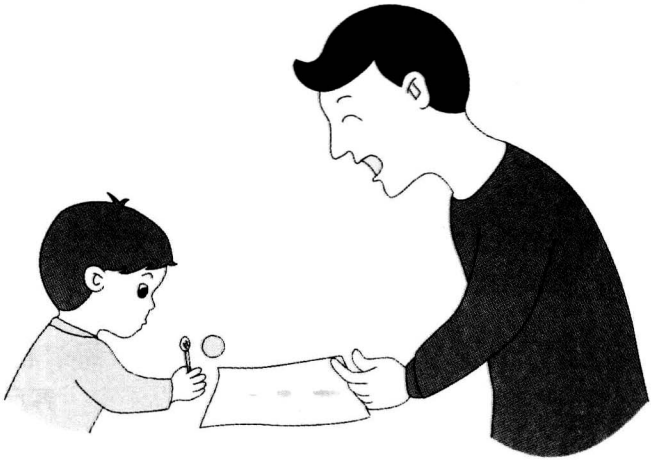
画完后，家长和宝宝一起收拾整理，将用过的棉签扔到垃圾桶，用卫生纸把桌子上的水擦干。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

11.吹泡画



成长目标：

激发宝宝的绘画兴趣，培养宝宝丰富的想象力和创造力。

简单准备：

吸管，肥皂水，空罐，颜料，白纸，盘子。

现在开始：

①将各种不同的颜料逐一放入不同的肥皂水的罐子里调匀，将有颜色的肥皂水分别吹在纸张上，一边玩吹泡泡的游戏，一边让泡泡停留在纸张上以形成各种圈圈的图案。

②让宝宝用彩笔在泡泡图案上添画出自己喜欢的物品，也可吹出两个或两个以上的泡泡组合在一起，画成一种物品，画完一个再画另一个，形成圆形组合画。

③家长也可加大游戏难度，让宝宝按大小顺序吹泡泡，形成一列由大到小的泡泡图。

还要知道：

吹泡泡的时候要注意，一个吸管只能用一种颜色，用完后放在盘子里面。提醒宝宝要十分细心、轻轻地吹在纸上。不要让颜料弄脏衣服，并保持桌面和画面干净。画完后，家长要充分地肯定宝宝的作品。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话点评：_____

_____

12.挥舞塑料瓶

成长目标：

充分发挥宝宝的想象力和创造力，让宝宝学会运用肢体动作自由地表达音乐情感，提高宝宝的表演能力以及对音乐的感悟力。



简单准备：

客厅，500毫升矿泉水瓶3个，水、芝麻、大豆、米、筷子、勺子。

现在开始：

①往准备好的矿泉水瓶里灌入一半的水，然后再放入10%左右的大豆和米。

②播放宝宝喜欢的音乐，让宝宝根据音乐的旋律和节奏用筷子或勺子来击打瓶子，或是晃动装有米和大豆的矿泉水瓶，然后按照自己的想法配合肢体动作来进行演奏，无须拘泥于任何形式和规范。

③准备三个空塑料瓶，把米、大豆和芝麻三种谷物分别装入塑料瓶，达到20%的程度，在晃动塑料瓶时会发出不同的声响。如果有两个宝宝，可让另外一人做伴奏，共同演出一场音乐剧。

还要知道：

家长也可以多准备一些材料，如小石子、珠子和硬币。但玩的时候要注意控制声音，以免产生噪声，影响邻居休息。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以哟 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

_____

13.可爱的小猪

成长目标：

通过角色扮演，激发宝宝主动参与游戏的兴趣，让宝宝学会用肢体动作表现小猪憨态可掬的形象。让宝宝熟悉旋律及歌词，并初步学唱歌曲。

简单准备：

音乐播放器。

现在开始：

①家长引导宝宝熟悉《小猪》歌词："小猪小猪胖嘟嘟，睡懒觉呼噜噜，吃东西咕噜噜噜噜，走起路来扭屁股。"并让宝宝尝试用各种动作表现小猪可爱的形象。

②播放《小猪》音乐，在歌曲音乐的伴奏下，让宝宝扮小猪自由地进行歌曲表演。

③家长也可以和宝宝一起进行歌曲创编，如：小猫小猫喵喵叫，它从不睡懒觉……



还要知道：

学唱这首歌的重点在于表现小猪的可爱和掌握歌唱与伴奏相结合的节奏，为了让宝宝愉快主动地学好歌曲，这个游戏也可以从动作入手，通过模仿小猪到会唱《小猪》。

爸妈记录

宝宝表现情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

14.老爷爷的萝卜

成长目标：

培养宝宝丰富的想象力和表演能力，锻炼宝宝的语言能力、动手能力和解决问题的能力。



简单准备：

一顶草帽，十个胡萝卜，假胡子，小兔子头饰。

现在开始：

①家长先在地板上摆上十个胡萝卜，一只小兔子（由宝宝扮演）边唱边跳来到菜地，发现了萝卜："哇，老爷爷种的胡萝卜长这么大了，我真想拔起来尝一尝！"（小兔子可哼着歌走出来，看见胡萝卜高兴得张大嘴，说到尝一尝时可做嘴馋的动作）。这时小兔子不停地叫"老爷爷，老爷爷"，发现老爷爷不在，便自言自语道："唉，老爷爷不在，看来胡萝卜是吃不成了。"（做摇头叹气状）。接着小兔子又说："可我真想拔起来尝一尝呀，就一个可以吗？这，这可怎么办才好呢？"（来回走动，做为难状）小兔子想了想，胆战心惊地拔起一个胡萝卜（拔胡萝卜的时候做东张西望紧张状），然后立刻跑掉了。

②老爷爷（由爸爸扮演）回来了，数数菜地里的胡萝卜发现少了一个，"这会是谁干的？"（做思考状），老爷爷弯下腰仔细地看了看地上的脚印，"知道了，这是小兔子干的。看我不抓住这兔崽子，好好地教训他一顿。"（可以弯腰看地上的兔子脚印，然后一边摸胡子，一边点头表示肯定是谁干的。）

③妈妈戴着草帽扮演稻草人出场，老爷爷躲在稻草人后面。小兔子又来了，看到稻草人，边往后退边小声自言自语："这是谁？他来老爷爷的菜地干什么？"

看看没动静，小兔子就大胆走近稻草人，用手摸摸稻草人，再摇摇稻草人说："哈哈，原来是个假人，是老爷爷搬来吓唬我的吧？老爷爷种的胡萝卜真好吃，我还想再吃一个！"小兔子正要拔地里的萝卜，老爷爷从稻草人后跑出来，一把抓住小兔子的耳朵。小兔子尖叫了起来："哎哟，老爷爷，您放了我吧，我下次再也不敢了。"老爷爷放了小兔子说："错了就要改正，以后要吃我这儿的萝卜要得到我的同意。"小兔子不好意思地低下了头。老爷爷对小兔子说："来，帮我一起拔萝卜吧。"（做拔萝卜的动作。）最后老爷爷给了小兔子一个大萝卜。小兔子连说"谢谢"，然后抱着萝卜高高兴兴地回家了。

还要知道：

刚开始可以将整个游戏分成一小段一小段来进行表演，以降低难度。等宝宝慢慢熟悉这个游戏后，家长可以让宝宝将整个故事串起来表演，有条件的家庭还可以用摄像机把你们的表演拍下来，让宝宝进行观赏和改进，充分体验表演所带来的快乐。

爸妈记录

宝宝完成情况：□还可以呀 □不错哦 □很好 □太棒了

一句话微博：_____

封面页
书名页
版权页
前言页
目录页
第一篇0～6个月宝宝的亲子游戏
0～6个月宝宝的语言发展
1.做鬼脸
2.亲子交谈
3.分辨父母
4.唱儿歌
5.这是谁
6.照镜子
7.快乐宝宝
8.“a”“o”“e”
0～6个月宝宝身体运动智能发展
1.皮肤抚摩
2.拉手起坐
3.气球来了
4.“大肚子”爸爸
5.跳一跳，望一望
6.坐抱
7.碰一碰
8.宝宝学翻身
0～6个月宝宝的精细动作发展
1.捏疙瘩
2.玩过家家
3.自己翻书
4.有趣的门铃
5.找豆豆
6.打手机
7.好多的玩具
8.小玩具转转转
0～6个月宝宝的认知能力发展
1.移动的气球

2.手指和脚趾
3.宝宝玩水
4.小球游戏
5.味觉小游戏
6.搔身乐呵呵
7.四处走走
8.寻找小糖豆
9.黑白图片
0～6个月宝宝的情绪和社会性发展
1.拥抱和触摸
2.社会交往游戏
3.自己拿奶瓶
4.宝宝洗澡
5.单独玩
6.宝宝起床了
7.逗笑宝宝
8.袋鼠妈妈
0～6个月宝宝的艺术潜能发展
1.和宝宝一起听音乐
2.宝宝的艺术画廊
3.印脚印
4.蹲蹲舞
5.画太阳
6.会飞的花瓣
7.好玩的炊具
8.有趣的水蒸气
第二篇6～12个月宝宝的亲子游戏
6～12个月宝宝的语言发展
1.“听话”的宝宝
2.指认物名
3.来来去去
4.小花猫
5.太阳和月亮
6.什么玩具来了
7.小白兔

8.神奇的盒子
9.悬挂的字卡
6～12个月宝宝身体运动智能发展
1.宝宝学爬行
2.大力气爸爸
3.站立行走练习
4.小兔子坐大船
5.床下探宝
6.飞呀飞
7.和宝宝比力气
8.大刺猬和小刺猬
6～12个月宝宝的精细动作发展
1.剥糖果
2.会开花的书
3.小玩具睡觉了
4.老爷爷的胡须
5.摘果果
6.小豆豆蹦蹦跳
7.飘动游戏
8.小球钻洞
9.夹子游戏
6～12个月宝宝的认知能力发展
1.不一样的感觉
2.房间的味道
3.小小跷跷板
4.在哪儿呢
5.苹果和鸡蛋
6.宝宝的魔方
7.叠起来
8.归位游戏
6～12个月宝宝的情绪与社会性发展
1.一起玩耍
2.是“对”还是“错”
3.藏猫猫
4.学会肢体语言

5.宝宝不自私
6.宝宝真能干
7.照顾娃娃
8.小熊手偶
9.洗水果
6～12个月宝宝的艺术潜能发展
1.宝宝的苹果树
2.小小斗牛士
3.绿树叶
4.小鸡吃米
5.添画竖线
6.纱巾舞
7.箱子转转转
8.宝宝演唱会
9.“雪花”的快乐
第三篇1～2岁宝宝的亲子游戏
1～2岁宝宝的语言发展
1.请你跟我做
2.看电视，学词语
3.“你”“我”“他”
4.扑通跳下水
5.巧学认字
6.嘴巴
7.动物开会
8.看图说动作
9.大鞋子
10.蝴蝶飞呀飞
11.跑到树那边
12.学叫声
13.填字游戏
14.有趣的纸巾
15.桌上桌下
16.接话
17.大灰狼和小羊咩咩
1～2岁宝宝的身体运动智能发展

1.双人滚翻
2.会跳的小兔
3.吹球进筐
4.不倒翁
5.小猫吃鱼
6.有趣的书
7.枕头游戏
8.墙、笔、花
9.玩沙子
10.宝宝钻“山洞”
11.绳上小舞者
12.宝宝模仿秀
13.跳跃游戏
14.拍蝴蝶
15.把东西端过来
16.走“V”形
17.大“拱桥”，小“拱桥”
1～2岁宝宝的精细动作发展
1.小豆豆跳水
2.下雨啦
3.扔玩具熊
4.学拿笔
5.我会穿鞋
6.包“糖果”
7.炒瓜子
8.剥鸡蛋
9.手指碰碰头
10.穿丝带
11.有趣的帽子
12.制作响葫芦
13.书本骨牌
14.杯子“排队”
15.流星雨
16.折纸花
1～2岁宝宝的认知能力发展

1.不同的声响
2.球球泡澡
3.麻布刷身
4.分水果
5.糖果和饼干
6.认识青菜
7.调制糖水
8.辨别形状
9.你来选择
10.找图片
11.每人分一个
12.哪个是西红柿
13.大帽子与小帽子
14.它们都是圆的
15.谁的多
16.猜猜看
17小算盘
1～2岁宝宝的情绪与社会性发展
1.难走的路
2.一起来顶牛
3.喂鸟
4.刷牙
5.小狗遇难记
6.果皮扔到哪里
7.自制礼物
8.小兔子乖乖
9.哈气暖手
10.宝宝捡球
11.认出自己
12.“别踩我”
13.宝宝真能干
14.宝宝让路
15.全副武装
16.考考默契
1～2岁宝宝的艺术潜能发展

1.卷筒游戏
2.彩色粘贴
3.添画竹叶
4.如果感到幸福
5.指纹画
6.有趣的刷画
7.树叶贴画
8.圆圆的饼干
9.小红旗
10.大风和小风
11.小刺猬运果子
12.画五角星
13.舞动的小脚丫
14.小企鹅爱跳舞
15.小小雪花图
16.翻书认颜色
17.西瓜子
第四篇2～3岁宝宝的亲子游戏
2～3岁宝宝的语言发展
1.打电话
2.猜一猜
3.小兔子过年
4.小香蕉
5.m聚会
6.问一问，答一答
7.有趣的扑克牌
8.闻一闻
9.寻找字母
10.量词歌
11.剥豌豆
12.字母保龄球
13.动物叫
14.表达感受
15.一起去看小鸟
16.汉字转盘

17.对歌
2～3岁宝宝的身体运动智能发展
1.时光隧道
2.骑“马”
3.荡秋千
4.可爱的小袋鼠
5.捉影子
6.“采”果子
7.宝宝学开车
8.降落伞
9.追堵游戏
10.往返跑
11.“信送到了”
12.卷白菜
13.小火车
14.我是手推车
15.快躲起来
16.打气球
17.搜寻脚印
18.龟兔赛跑
2～3岁宝宝的精细动作发展
1.葡萄草莓酱
2.纸杯游戏
3.摸一摸
4.自己穿衣、脱衣
5.徒手小游戏
6.学“煎鱼”
7.打鸡蛋
8.手指传笔
9.摇啊摇
10.扣纽扣比赛
11.比输赢
12.百变橡皮泥
13.扔纸球
14.寻宝藏

15.瓶盖
16.好看的线团
17.花样玩球
18.挤压游戏
2～3岁宝宝的认知能力发展
1.拍一拍，挑一挑
2.小专家
3.走迷宫
4.称米学重量
5.数字游戏
6.像什么
7.数数之旅
8.触碰游戏
9.会变的影子
10.找帽子
11.小铃铛
12.采集小石子
13.辨别玩具
14.小水坑
15.另一半在哪里
16.泡茶叶
17.大小分类
2～3岁宝宝的情绪与社会性发展
1.放大镜中的世界
2.做家务
3.给小兔子搬家
4.妈妈哭了
5.如果没有眼睛
6.表演哑剧
7.“对不起”
8.卖火柴的小女孩
9.表情书
10.宝宝学礼貌
11.小伙伴聚会
12.不同的职业

13.独处
14.学洗手
15.给老爷爷捶背
2～3岁宝宝的艺术潜能发展
1.从这儿到那儿
2.色彩拼贴艺术
3.画树叶
4.画鸡蛋
5.面粉游戏
6.花蝴蝶飞呀飞
7.模仿画画
8.下雪啦
9.拍拍手走一走
10.水钢琴
11.小小舞蹈家
12.小小音乐家
13.自由作画
14.手印画
第五篇3～4岁宝宝的亲子游戏
3～4岁宝宝的语言发展
1.看图编故事
2.拍纸牌
3.复述句子
4.倒着说
5.宝宝的书
6.捉迷藏
7.动物找家
8.字母找家
9.小小火柴盒
10.奇妙的口袋
11.拼字游戏
12.听音找字
13.小蝴蝶找花
14.春天的绿草
15.宝宝学方位字

16.踩“石”过河
17.娃娃家
3～4岁宝宝身体运动智能发展
1.跳呼啦圈
2.光脚丫游戏
3.棉被真好玩
4.用脚取空瓶
5.书本游戏
6.用纸盒运球
7.踩老鼠
8.吹羽毛
9.小鸡出壳
10.袋鼠妈妈和小袋鼠
11.巧玩绳子
12.揪尾巴
13.举乒乓球
14.顶球
15.快乐的皮球
16.谁是不倒翁
17.踢“足球”
3～4岁宝宝的精细动作发展
1.好玩的筷子
2.欢乐球赛
3.投掷硬币
4.击罐砰砰响
5.制作手镯
6.捕“鱼”
7.手指转球
8.赶球比赛
9.抓尺
10.穿纽扣
11.简单的排列游戏
12.拼贴图游戏
13.柚子灯
14.卷绒球

15.毛线创意项链
16.漂亮的头饰
17.自作糖葫芦
3～4岁宝宝的认知能力发展
1.辨别水果
2.小水滴搬家
3.变幻的云
4.手帕会不会湿
5.多了什么，少了什么
6.手腕数字带
7.循声找图
8.闭眼猜物
9.学序数
10.油珠和水珠
11.神奇的纸盒
12.考考你的记忆力
13.照镜子取物
14.我的家人
15.区别男女
16.快速观察数数
17.水果连连看
3～4岁宝宝的情绪与社会性发展
1.分辨季节
2.撕破的故事书
3.找优点
4.体验农家生活
5.宝宝和小伙伴
6.导盲犬的作用
7.认识公共汽车
8.宝宝做自我介绍
9.和妈妈一起做饭
10.安全还是不安全
11.交通警察
12.记住地址和电话号码
13.找朋友

14.红绿灯游戏
3～4岁宝宝的艺术潜能发展
1.美丽小屋
2.跳棋子画
3.谁来了
4.水果脸
5.把大老虎关起来
6.抢坐椅子
7.我是一片小树叶
8.我是谁
9.水彩印记
10.瓜果艺术画
11.彩色望远镜
12.漂亮的曲线
13.快乐的圈圈
14.吹出来的画
15.染色
16.音乐模仿游戏
17.立体蝴蝶画
第六篇4～6岁宝宝的亲子游戏
4～6岁宝宝的语言发展
1.接龙游戏
2.数星星
3.卖柿子
4.反义词对答
5.宝宝写“汉”字
6.找字游戏
7.编故事
8.复述故事
9.翻字围棋
10.归类识字
11.猜谜语
12.宝宝买蔬菜
13.天气预报员
14.小水滴的故事

15.传花篮
16.做节目主持人
4～6岁宝宝的身体运动智能发展
1投球游戏
2.跳数字
3.巡逻兵
4.跳房子
5.小兔赛跑
6.人体克隆
7.瞎子穿拖鞋
8.托球看字
9.用杯子运水
10.听指挥
11.地雷阵
12.现在几点了
13.夹沙包比远
14.跳格
15.学跳绳
16.丢手绢
17.玩皮球
4～6岁宝宝的精细动作发展
1.冰棍棒
2.抓子儿
3.左手摸右眼
4.一起来种草
5.打“保龄球”
6.夹豆子
7.钓鱼比赛
8.自制铁圈
9.用筷子运球
10.制作小汽车
11.火柴游戏
12.拍球比赛
13.拉橘子
14.拍扑克牌

15.水的压力
16.不会翻倒的铅笔
17.月亮变化图
18.美丽的泡泡
4～6岁宝宝的认知能力发展
1.放回原处
2.动物吃什么的
3.萝卜喝水
4.比高和低
5.加法和减法
6.有趣的算数题
7.神奇的地图
8.豆子宝宝变魔术
9.蜗牛之谜
10.神探亨特
11.闭着眼睛猜东西
12.猜面具
13.猜拳游戏
14.五角和一元
15.有趣的实验
16.给气球娃娃戴帽子
17.空气游戏
18.空气有重量吗
4～6岁宝宝的情绪与社会性发展
1.小朋友爱清洁
2.布娃娃
3.猜猜我是谁
4.学会整理仪表
5.理解健康、卫生
6.远离危险事物
7.如何解决问题
8.接待客人
9.识别职务
10.学会遵守规则
11.开商店

12.了解商店
13.相互帮助
14.学会看表
4～6岁宝宝的艺术潜能发展
1.蜡烛画
2.我是小演员
3.家庭时装秀
4.小小摄影师
5.有趣的音乐游戏
6.小房子
7.橡皮泥奶牛
8.蔬菜印画
9.彩色的画
10.一串红
11.吹泡画
12.挥舞塑料瓶
13.可爱的小猪
14.老爷爷的萝卜
插页页
附录页
封底页