

一本奠定宝宝
超强体商、智商的实用指南

玩出健康 聪明宝宝

李彦芳 刘颖◎编著



山东大学出版社

一本奠定宝宝
超强体商●智商的实用指南

玩出健康 聪明宝宝

李彦芳 刘 颖◎编著



山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

玩出健康聪明宝宝 / 李彦芳, 刘颖编著.

—济南: 山东大学出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5607-4918-1

I. ①玩…

II. ①李… ②刘…

III. ①游戏—家庭教育—儿童教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第237008号

责任编辑: 陈海军

封面设计: 张 荔

出版发行: 山东大学出版社

社 址: 山东省济南市山大南路20号

邮 编: 250100

电 话: 市场部 (0531) 88364466

经 销: 山东省新华书店

印 刷: 山东旅科印务有限公司

规 格: 880毫米×1230毫米 1/32

9.25印张 169千字

版 次: 2013年9月第1版

印 次: 2013年9月第1次印刷

定 价: 28.00元

版权所有, 盗印必究

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社营销部负责调换



前言

亲子游戏不仅有益于亲子之间的情感交流，密切亲子关系，有益于儿童的发展，而且儿童在亲子游戏中能获得对待事物的态度、方式与方法以及人际交往的态度、方式与方法，这对儿童的健康成长及以后的人生处世都有很大的帮助。一些儿童教育专家也曾说：对孩子的教育，第一是培养良好的生活习惯，第二就是跟孩子做亲子游戏。让宝宝尽情地游戏，让宝宝通过亲子游戏愉快地成长，不但可以给他们一个纯真、完整、快乐的童年，而且快乐的游戏还可以培养宝宝的兴趣和爱好，增强独立和自信，提高他们的智商和情商，还有助于培养宝宝的优秀品质，有助于养成良好的习惯，同时也有助于增强宝宝的身体素质……

可以说，每一个宝宝都喜欢游戏，喜欢与爸爸、妈妈做快乐的亲子游戏。事实上，游戏本身就是一种学习，因而宝宝在快乐的游戏里不但可以获取经验、发展智能，也可以开发创造力与想象力。再者，

游戏是一种带有自发性与冒险行为的智能表现，它能激发宝宝的好奇心与探索精神，同时还是宝宝对未来生活处事的象征。所以说，游戏是开启宝宝心智的金钥匙！

做亲子游戏，不仅能开发宝宝的智力，而且在做游戏的过程中爸爸、妈妈的容貌、声音和安抚、关爱等可以通过感官传入大脑，促使神经元快速形成智能网络，从而使宝宝感受到亲人的关爱，从而产生亲切的情感，促进健全人格的形成。所以说，亲子游戏对宝宝的成长发展来说可谓益处多多。

为了便于促进宝宝在各方面不同智能的成长，我们将这些益智健脑的亲子小游戏精心地分为十几种类型（知觉游戏、手指游戏、视觉游戏、听觉游戏、语言游戏、情绪游戏、认知游戏、观察游戏、想象游戏、概念游戏、野外游戏、绘画游戏、音乐游戏、科学游戏、动手游戏、剪纸游戏等等），其中有最新的科学成果和教育成果结合的小游戏，也有上一辈的老爸、老妈们教育孩子最有效的快乐游戏，相信定能帮助您的宝宝健康快乐地成长。而且，不同的游戏还可以让您在决定培养宝宝哪方面的智能时做出相应的选择，从而使宝宝的智能在快乐的游戏更上一层楼！

Chapter 1 适合0~1岁宝宝的 亲子游戏

知觉游戏——开发感官智能

家庭小小香味展◎ 002

尝尝果汁味儿◎ 004

铃铛哪儿去了◎ 005

摸摸小宝贝◎ 006

按摩全身◎ 007

触觉游戏◎ 008

机动玩具◎ 010

蝴蝶飞◎ 011

视觉游戏——开发视物能力

眼睛追逐◎ 013

可爱的泡泡瓶◎ 014

树叶摇啊摇◎ 016

不同颜色的移动玩具◎ 017

观赏小金鱼◎ 017

光影游戏◎ 019

听觉游戏——促进听觉发展

小小电话筒◎ 021

识别不同的声音◎ 022

追声寻源 024

换个新环境 025

听听自己的声音 026

声音藏猫猫 028

语言游戏——开发语言能力

学学青蛙叫 030

亲子开心“聊” 031

和宝宝说话 033

看彩色图片 034

电话交流 035

“偷听” 037

“拔萝卜”儿歌 038

运动游戏——提升运动智能

摇摇好宝宝 040

翻身练习 042

躺下去，坐起来 043

卧式“蹬自行车” 044

斜坡大滑行 045

水花四溅 046

“空中飞翔” 047

叮当响的滚筒 049

小小收藏家 050

认知游戏——开发智力

宝宝看相册 052

- 水果聚会◎ 054
- 会动的嘴巴◎ 055
- 宝宝故事◎ 056
- 小小模仿秀◎ 057
- 是下雨了吗◎ 059
- 看看谁与谁一样◎ 060
- 情绪游戏——培养良好情商
- 手帕捉迷藏◎ 062
- 逗笑发声◎ 063
- 传帽子◎ 064
- 有趣的气泡◎ 066
- 挠挠痒痒◎ 067
- 农夫骑马◎ 068
- 手指游戏——促使心灵手巧
- 抓泡泡◎ 071
- 摆弄套环◎ 072
- 小手拍拍◎ 074
- 野外寻宝◎ 075
- 拿、放各种小玩具◎ 077
- 放飞气球◎ 078
- 音乐与儿歌——培养音乐细胞
- 听听音乐◎ 080
- 给宝宝唱歌◎ 082
- 椅子上的音乐游戏◎ 083

“大拇指”儿歌◎ 084

身体节奏游戏◎ 086

听童谣，做手势◎ 088

拉丁舞曲◎ 089

Chapter 2

适合1~2岁宝宝的 亲子游戏

自理游戏——培养自我生活能力

学吃面条◎ 092

勺子“着陆”◎ 093

不同的餐具◎ 094

收拾玩具◎ 096

吃饭的艺术◎ 098

让宝宝带路◎ 099

认知游戏——开发认知能力

红绿灯◎ 101

水果、蔬菜认一认◎ 103

睡前小故事◎ 104

喷到小屁屁了◎ 105

快乐“颜色日”◎ 107

语言游戏——开发语言能力

图片小故事◎ 109

学说简单话◎ 111

接电话，打电话◎ 112

- 模仿小动物的叫声◎ 114
- 搭个高楼◎ 115
- 情景再现◎ 116
- 躲藏游戏——让大脑更聪明
- 找妈妈◎ 118
- 巧克力藏猫猫◎ 120
- 大白兔哪儿去了◎ 121
- 表情小图片◎ 122
- 涂鸦绘画——启迪艺术细胞
- 有趣的手掌画◎ 125
- 水画游戏◎ 126
- 抽象小画家◎ 28
- 彩纸拼贴画◎ 129
- 食物脸谱◎ 130
- 蔬菜变玫瑰◎ 131
- 运动游戏——提升运动智能
- 扶椅子走路◎ 134
- 蹦床迪斯科◎ 135
- 爬“枕头山”◎ 136
- 管道滚珠◎ 138
- 被粘住了◎ 139
- 挤位置◎ 141
- 情绪游戏——培养良好情商
- 撒树叶雨◎ 143

- 礼物包裹◎ 144
- 毛毛熊兜风◎ 145
- 音乐按摩◎ 147
- 音乐、儿歌游戏——培养乐感
- 满天都是小星星◎ 149
- 感到幸福就拍拍手◎ 150
- 小熊爬山◎ 152
- “响葫芦”乐器◎ 153
- 概念游戏——建立概念观念
- 舀啊倒啊◎ 155
- 了解因果变化◎ 157
- 盒子里的世界◎ 158
- 分类小能手◎ 159

Chapter 3

适合2~3岁宝宝的 亲子游戏

- 语言游戏——开发语言能力
- 亲亲小宝贝◎ 162
- 词语聚会◎ 164
- 读绘本，学语言◎ 165
- 描述盒子里的物品◎ 167
- 自理游戏——培养自我生活能力
- 清洁小护士◎ 169

厨房小帮手	170
学做家务	172
和玩具一起洗澡	173
涂鸦绘画游戏——启迪艺术细胞	
宝宝“开染坊”	175
小鱼吹泡泡	177
画几何形状	178
身体彩绘	180
运动游戏——提升运动智能	
投沙包	182
追动物	184
踢沙滩皮球	185
澡盆营救	186
情绪游戏——培养良好情商	
花鼓传情	188
祝福卡片	190
快乐和忧伤	191
想象游戏——开发想象力	
体检游戏	193
快乐沙滩	195
超市购物	196
音乐游戏——培养良好乐感	
摔了一身泥	198

- 小小音乐家 200
- 小胖子 201
- 去公园 202
- 交往游戏——开发交往能力
- 玩偶好朋友 204
- 做客 206
- 找个好朋友 207

Chapter 4 适合4~5岁宝宝的 亲子游戏

- 想象游戏——开发想象力
- 想象字母 210
- 笑破小肚皮 211
- 小小建筑师 212
- 待客模拟 213
- 交往游戏——开发交往能力
- 知道自己的名字 215
- 美丽的夏天 217
- 交换玩具 218
- 向老师问好 219
- 自理游戏——培养自我生活能力
- 小手小手要洗净 221
- 小小服务员 222
- 洗脸小歌谣 224

洗手绢◎ 225

动手游戏——开发智力，锻炼身体

水果灯笼◎ 227

爆玉米花◎ 229

美丽的咖啡滤纸花◎ 230

野外游戏——了解大自然

自然书◎ 232

影子游戏◎ 234

喷水大战◎ 236

剪纸、折纸游戏——使用工具

剪几何图形◎ 238

漂亮的纸杯娃娃◎ 240

折纸小游戏◎ 241

剪纸拼贴画◎ 242

Chapter 5

适合5~6岁宝宝的 亲子游戏

观察游戏——培养日常观察力

美丽的树叶◎ 246

观察大自然◎ 248

捉虫子旅行◎ 249

树皮“写真”◎ 251

动手游戏——开发智力，锻炼身体

核桃壳小船儿◎ 253

- 珠子项链 ● 254
- 烤奶酪饼干 ● 256
- 鱼的印章 ● 257
- 野外游戏——了解大自然
- 寻找小蚂蚁 ● 259
- 雨中的乐趣 ● 261
- “大馒头，哪里来” ● 262
- 寻找空气宝宝 ● 264
- 雕塑游戏——开发艺术细胞
- 橡皮泥雕塑 ● 266
- 废物雕塑 ● 267
- 水果雕塑 ● 269
- 糖葫芦雕塑 ● 270
- 科学游戏——发掘潜能能力
- 蛋壳消失了 ● 272
- 室内的美丽彩虹 ● 274
- 下沉上浮的鸡蛋 ● 275
- 随风摇摆的风向标 ● 276
- 剪纸游戏——使用工具
- 漂亮的花朵手链 ● 278
- 母亲节鲜花贺卡 ● 280

Chapter 1

适合 0 ~ 1 岁宝宝的 亲子游戏

刚出生到 1 岁左右的孩子犹如一张白纸，他对外界的一切反应都处于探索感知的阶段，他通过对事物的接触得到认知，因此爸爸、妈妈要循序渐进地引导宝宝通过游戏提升他身体的技能，在游戏中开发宝宝的智能。

一般情况下，宝宝从 3 个月开始颈部变得有力，能逐渐支撑起上半身；5 ~ 6 个月可以翻身、用腹部爬行和坐起，能随心所欲转动自己的身体；8 ~ 9 个月会朝着某个特定目标爬行，逐渐开始站立行走；1 岁左右会独立行走。本章根据幼儿在这个时期的各方面发育情况，向广大年轻父母们提供了多个锻炼提升宝宝运动技能、语言技能、视觉能力、听觉能力、运动能力、认知能力的亲子游戏，帮助宝宝快乐、健康地成长。

知觉游戏——开发感官智能

“知觉”是一种将透过感官所获得的信息，再分析与解释的能力。开发知觉能力，可以促进孩子身体感官智能的发展。要知道人是通过各个感觉器官，通过对事物接触获得经验，等积累了一定的经验，才能增长智慧、适应生活。因此，聪明的爸爸、妈妈平时可以让孩子多触摸一些东西，或用小舌头尝尝各种调味品，而大人也可以多触摸孩子身上的敏感部位，也可以让孩子感觉温度、湿度、物体的质地等，以促进孩子知觉能力的发展。

家庭小小香味展

发展能力：

这种游戏可以训练嗅觉，测试宝宝的鼻子有多灵敏，以培养嗅觉能力。

准备材料：

一些带有明显气味且安全的家庭用品或日常食用品。

游戏方法：

发育正常的宝宝，在出生后的第1周内就能辨识自己妈妈乳汁的味道，因此，健康的新生宝宝嗅觉是非常灵敏的。