

# 1~2岁

## 52周

### 让你的孩子更聪明

周念丽 主编

聂运霞 编写

#### 156个亲子互动游戏

按图索骥

于快乐亲子互动中

塑造一个SMART宝宝

练就聪明、伶俐、练达、优雅



YZLI0890121609

少年儿童出版社

# 1~2岁

## 52周让你的孩子更聪明

156个亲子互动游戏

周念丽 主编

聂运霞 编写



YZLI0890121609

少年儿童出版社

---

图书在版编目(CIP)数据

52周让你的孩子更聪明. 1~2岁/周念丽主编.  
—上海: 少年儿童出版社, 2010. 8  
ISBN 978-7-5324-8429-4

I. ①5… II. ①周… III. ①婴幼儿—智力游戏  
IV. G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第125288号

---



52周让你的孩子更聪明 1~2岁

156个亲子互动游戏

周念丽 主编

聂运霞 编写

黄婉茜 绘图

钱黎 装帧

---

责任编辑 孙 蕾 管 倚 美术编辑 钱 黎  
责任校对 黄亚承 技术编辑 胡厚源

---

出版: 上海世纪出版股份有限公司 少年儿童出版社  
地址: 上海延安西路1538号 邮编: 200052  
发行: 上海世纪出版股份有限公司发行中心  
地址: 上海福建中路193号 邮编: 200001  
易文网: [www.ewen.cc](http://www.ewen.cc) 少儿网: [www.jcph.com](http://www.jcph.com)  
电子邮件: [postmaster@jcph.com](mailto:postmaster@jcph.com)

---

印刷: 上海丽佳制版印刷有限公司  
开本: 787×1092 1/16 印张10.75 字数65千字  
2010年8月第1版第1次印刷  
ISBN 978-7-5324-8429-4/G·2919  
定价: 20.00元

---

版权所有 侵权必究  
如发生质量问题, 读者可向工厂调换



# 目录

## 使用说明 .....1

## 第十三个月

### 第1周

- 活动1 好玩的球 .....5
- 活动2 有趣的声音 .....6
- 活动3 帽子戏法 .....7

### 第2周

- 活动1 捡球 .....8
- 活动2 推推拉拉 .....9
- 活动3 高兴爬爬爬 .....10

### 第3周

- 活动1 爬楼梯 .....11
- 活动2 绕道拿玩具 .....12
- 活动3 耳聪目明 .....13

### 第4周

- 活动1 照镜子 .....14
- 活动2 好玩的呼啦圈 .....15
- 活动3 礼尚往来 .....16

### 第5周

- 活动1 水果对对碰 .....17
- 活动2 大小和颜色 .....18
- 活动3 鼻子在哪里 .....19

## 第十四个月

### 第6周

- 活动1 平衡一二三 .....20
- 活动2 “你好”和“拜拜” .....21
- 活动3 照片中的我 .....22

### 第7周

- 活动1 追泡泡 .....23
- 活动2 与小狗捉迷藏 .....24
- 活动3 请你跟我一起做 .....25

### 第8周

- 活动1 小小风火轮 .....26

- 活动2 带小狗散步 .....27
- 活动3 学说“要” .....28

### 第9周

- 活动1 滚球 .....29
- 活动2 大家一起玩 .....30
- 活动3 猜猜他是谁 .....31

## 第十五个月

### 第10周

- 活动1 倒来倒去 .....32
- 活动2 玩具宝宝找朋友 .....33
- 活动3 点虫虫 .....34

### 第11周

- 活动1 有趣的小推车 .....35
- 活动2 运动真快乐 .....36
- 活动3 弯腰照镜子 .....37

### 第12周

- 活动1 听指令 .....38
- 活动2 海绵喝水 .....39
- 活动3 闻闻气味尝尝味道 .....40

### 第13周

- 活动1 玩骰子,认图片 .....41
- 活动2 玩帽花样多 .....42
- 活动3 风车转转转 .....43

### 第14周

- 活动1 指认这是什么 .....44
- 活动2 眼睛在哪里 .....45
- 活动3 感知上下 .....46

## 第十六个月

### 第15周

- 活动1 串吸管 .....47
- 活动2 捉迷藏 .....48
- 活动3 愉快地走路 .....49

### 第16周

- 活动1 套纸杯 .....50

- 活动2 钥匙跳舞 .....51  
活动3 宝宝笑了 .....52

### 第17周

- 活动1 小小鼓手 .....53  
活动2 我会剥香蕉了 .....54  
活动3 漏斗灌水 .....55

### 第18周

- 活动1 手指游戏 .....56  
活动2 五彩冰块 .....57  
活动3 找一找 .....58

## 第十七个月

### 第19周

- 活动1 小老鼠乐队 .....59  
活动2 跨过小溪 .....60  
活动3 小小清洁员 .....61

### 第20周

- 活动1 雪花飘飘 .....62  
活动2 坐布车 .....63  
活动3 手电筒照照照 .....64

### 第21周

- 活动1 夹物比赛 .....65  
活动2 有趣的环形圈 .....66  
活动3 跳楼梯 .....67

### 第22周

- 活动1 钥匙跳跃 .....68  
活动2 自制望远镜 .....69  
活动3 钻山洞 .....70

## 第十八个月

### 第23周

- 活动1 大与小,多与少 .....71  
活动2 盖盖子 .....72  
活动3 面团真好玩 .....73

### 第24周

- 活动1 抛球和接球 .....74  
活动2 挤一挤,拧一拧 .....75  
活动3 吹小球 .....76

### 第25周

- 活动1 自己吃东西 .....77  
活动2 小毛巾吃东西 .....78

- 活动3 打保龄球 .....79

### 第26周

- 活动1 好玩的放大镜 .....80  
活动2 交朋友 .....81  
活动3 出门手拉手 .....82

## 第十九个月

### 第27周

- 活动1 演一演 .....83  
活动2 分圣女果 .....84  
活动3 积木变变变 .....85

### 第28周

- 活动1 垒高楼 .....86  
活动2 拉拉链 .....87  
活动3 送玩具回家 .....88

### 第29周

- 活动1 小白兔 .....89  
活动2 娃娃不哭 .....90  
活动3 小手洗一洗 .....91

### 第30周

- 活动1 追玩具 .....92  
活动2 有趣的图片 .....93  
活动3 各种各样的声音 .....94

### 第31周

- 活动1 好玩的饼干 .....95  
活动2 给娃娃洗澡 .....96  
活动3 海绵作画 .....97

## 第二十个月

### 第32周

- 活动1 看看少了谁 .....98  
活动2 骑马 .....99  
活动3 玩转易拉罐 .....100

### 第33周

- 活动1 积木变高了 .....101  
活动2 我跟你走 .....102  
活动3 小动物们怎么走 .....103

### 第34周

- 活动1 抽照片 .....104  
活动2 卡纸穿线 .....105  
活动3 猜猜玩玩 .....106

### 第35周

- 活动1 踢球 .....107  
活动2 表情游戏 .....108  
活动3 小狗小狗吃什么 .....109

## 第廿一个月

### 第36周

- 活动1 去超市买东西 .....110  
活动2 小老鼠上灯台 .....111  
活动3 我选衣服我来穿 .....112

### 第37周

- 活动1 数一数 .....113  
活动2 水变冰,冰变水 .....114  
活动3 太阳和影子 .....115

### 第38周

- 活动1 吹号角 .....116  
活动2 鸡毛信 .....117  
活动3 小球击大球 .....118

### 第39周

- 活动1 自己脱鞋子 .....119  
活动2 汽车滑下来了 .....120  
活动3 百宝箱 .....121

## 第廿二个月

### 第40周

- 活动1 随歌起舞 .....122  
活动2 揉纸扔纸 .....123  
活动3 开飞机 .....124

### 第41周

- 活动1 捡树叶 .....125  
活动2 折纸乐 .....126  
活动3 跟着节奏走 .....127

### 第42周

- 活动1 扑克游戏 .....128  
活动2 看图说话 .....129  
活动3 积木排队了 .....130

### 第43周

- 活动1 鹦鹉学舌 .....131  
活动2 翻滚游戏 .....132  
活动3 蹚水 .....133

### 第44周

- 活动1 我们来翻书 .....134  
活动2 投篮 .....135  
活动3 小太阳 .....136

## 第廿三个月

### 第45周

- 活动1 模仿画画 .....137  
活动2 打电话 .....138  
活动3 拷贝不走样 .....139

### 第46周

- 活动1 过小桥 .....140  
活动2 我来讲故事 .....141  
活动3 粗糙和光滑 .....142

### 第47周

- 活动1 画手 .....143  
活动2 小动物走来了 .....144  
活动3 倾听雨声 .....145

### 第48周

- 活动1 沙中玩游戏 .....146  
活动2 我会洗碗了 .....147  
活动3 我会分类了 .....148

## 第廿四个月

### 第49周

- 活动1 追光 .....149  
活动2 沉和浮 .....150  
活动3 拼图 .....151

### 第50周

- 活动1 画剪活动 .....152  
活动2 推箱子 .....153  
活动3 猜动作 .....154

### 第51周

- 活动1 好玩的呼啦圈 .....155  
活动2 裹粽子 .....156  
活动3 我会自己上厕所 .....157

### 第52周

- 活动1 猜猜吃的是什么 .....158  
活动2 手影游戏 .....159  
活动3 金鸡独立 .....160



# 使用说明

本书共包含156个精心设计的游戏活动,每周都有符合孩子发展水平的3个活动。爸爸妈妈只需根据宝宝年龄(几个月几周)就可以轻松找到相应的亲子互动内容。

在提供亲子互动内容的背后,我们希望看到的是,每月、每周、每天,爸爸妈妈和孩子都能拥有美好的亲子时间,不断密切亲子关系。

## 亲子游戏的意义

对于宝宝而言,他生存的意义不仅在于最基本的吃饱穿暖,还在于爱。在亲子活动中,可以让宝宝时刻感受到你对他的爱护和关注。

心理学家曾经用恒河猴做过实验。把刚出生的小猴子关在特制的房间中,里面有两个模拟的“猴妈妈”。其中一个“猴妈妈”可以提供乳汁,但是金属的;另一个“猴妈妈”无法提供任何食物,但是金属部分被厚厚的绒布包裹了起来。出人意料的是,小猴子只在肚子饿时,才去找金属的“猴妈妈”;而其他时间都窝在绒布的“猴妈妈”怀里。这个实验结果完全是对“有奶便是娘”的辩驳,哪怕是小孩子也有“被爱”的心理需要,更何况孩子。

- 宝宝十分喜欢你全身心投入的拥抱、亲吻和温柔的抚触。
- 和宝宝说话时,看着他的眼睛。
- 和宝宝说话时叫他的名字,而不是宝宝、毛毛头之类的统称。因此本书各游戏活动中,在“爸爸妈妈说什么”中,特别使用“文文”作为对孩子的称呼,以示提醒,请家长在开展活动时把它换成自己宝宝的名字。
- 游戏中要与宝宝交流。与宝宝对话时,重复他的发音,帮助他把话说完整;哪怕孩子没有回应,也要为他留出足够的时间,表示对他的尊重。

## 高质量的亲子时间

对大部分爸爸妈妈来说,亲子时间并不奢侈,奢侈的是高质量的亲子时间。很多人感叹,和宝宝在一起不知道做什么好!每次都要费尽心思寻找一些新鲜、搞怪的游戏,讨宝宝欢心,实在不容易。

其实宝宝真正需要的就是和爸爸妈妈在一起,而不需要特别为他开辟“游戏时间”。很多亲子互动活动,在日常生活中就能随时随地开展。宝宝洗澡的时候、吃点心的时候、刚睡醒的时候,甚至换尿布的时候,你都可以利用精心设计的一个个小活动,让所有照料宝宝生活的时光变成高质量的亲子互动时间。

- 高质量的亲子互动,需要高质量的亲子语言沟通。本书的每个游戏活动,都为爸爸妈妈列出了详细的语言指导。
- 爸爸的参与,会让亲子游戏更有趣、更快乐。父亲参与早教的宝宝更聪明。
- 对于年龄越小的宝宝,越需要把亲子互动游戏活动融入他们的生活起居之中。本书中的很多游戏活动,设计初衷就是如此。
- 每一次高质量的亲子互动,都是亲子关系的提升。

## 游戏是孩子的工作

在开展游戏的过程中,孩子们认识自我、锻炼自我、提升自我。体育类的游戏可以锻炼孩子的平衡性和大肌肉动作;情景游戏(如过家家等)可以培养孩子的模仿能力、观察能力、社会交往能力;音乐游戏可以提高孩子对节奏的感受力;绘画游戏可以帮助孩子提高手眼协调能力、小肌肉动作和鉴赏能力;数学游戏可以激发孩子解决问题的能力……

而更重要的是,这些游戏能在不知不觉中提高孩子情绪控制、移情、解决问题、人际交往等“看不见、摸不着、教不会”的能力。

妞妞在家里,就喜欢把所有的娃娃“召集”在一起,然后轮着给一个个娃娃看病、打针、吃药。让人觉得好笑的是,她竟然学得有模有样,连打完针给娃娃揉揉屁股、吃完药再奖励一颗糖等细节都学得一点不差!有时候,她会生气地对娃娃说:“你再不吃药,我就不理你了!”但是过了一会儿她又细声细气地说:“乖,就吃一粒药。”让人忍俊不禁。

妞妞的这些行为都基于她上医院的经验。也许是她对医生的工作特别感兴趣,才激起她的细致观察;然而无论怎么说,只有具备良好的观察能力,才能获得这些细节。

打完针给娃娃揉揉屁股、吃完药再奖励一颗糖,看似只是简单的模仿,但是不能忽视这些动作背后,妞妞移情能力的发展。亲身经历过打针和吃药的“苦”后,妞妞对娃娃产生了强烈的同情心,才会产生这些动作。而且这么体贴的孩子,将来必然在人际交往中左右逢源。

对娃娃先生气后收敛的行为,则表示妞妞正在学习如何控制自己的情绪。她已经意识到自己的脾气可能在人际交往中引起麻烦,所以过了一會兒就又开始变得耐心细致了。

- 游戏是孩子的工作,也是孩子学习的途径。
- 游戏能在不知不觉中提高孩子的情绪控制、移情、解决问题、人际交往等能力,赋予孩子更高的情商。

## 游戏不是一次性“消耗品”

让宝宝变聪明的一大秘诀是重复游戏。和宝宝一起开展的任何游戏都不是“一次性消耗品”。宝宝小时候做过的游戏,只要他仍然感兴趣,就可以继续下去。很多游戏本身就适合多个年龄



段,在一次又一次的游戏中,宝宝会“温故而知新”,积累更丰富的经验;而且宝宝再做以前做过的游戏,较易成功并获得成就感,从而有利于造就一个自信的宝宝。

■ 重复地游戏,就是不断的练习,可以让宝宝更好地掌握某项技能。

■ 本书每周提供3个游戏活动,就在于留出一定的空间,让宝宝不断重复这些活动。每个游戏活动中“适合年龄”一项,特别指出宝宝在以后的某个时间段内,仍然适合重复此游戏活动。

## 游戏中不要拔苗助长

孩子的发展,有他自在的规律和特有的节奏。有心理学家做过试验,将一对双生子分开进行爬梯训练,T从48周开始训练,C从52周开始训练。开始他们俩的爬梯速度有明显差别,结果到55周后,两者的差别就几乎不存在了。

过早的训练根本不管用!

常常看到小年龄的孩子不喜欢搭积木,偏就喜欢推倒已经搭好的积木!要是你一本正经地教孩子来个“高难度”的游戏,比如搭个房子,保证一转眼他就不见了。

并不是孩子故意捣乱,而是就他所处的年龄段而言,还无法达到那样的水平。在亲子互动游戏活动中,爸爸妈妈只能迁就孩子,而不能拔苗助长。根据宝宝的行为,提供多种同水平的行为示范,帮助宝宝获得符合年龄特点和认知水平的更多体验,才是最好的做法。

宝宝要去推搭好的积木,爸爸妈妈就示范从积木底部推,从积木中部推,从积木顶部推。

宝宝挖沙子,爸爸妈妈就示范分别用漏勺和勺子挖沙子。

宝宝给娃娃喂药,爸爸妈妈就示范给娃娃打针,给娃娃穿衣服。

宝宝用笔在纸上反复涂抹,爸爸妈妈就示范在纸下放一张树叶再反复涂抹。

宝宝踢球,爸爸妈妈就示范把报纸揉成一团,把“报纸球”踢到桌子底下。

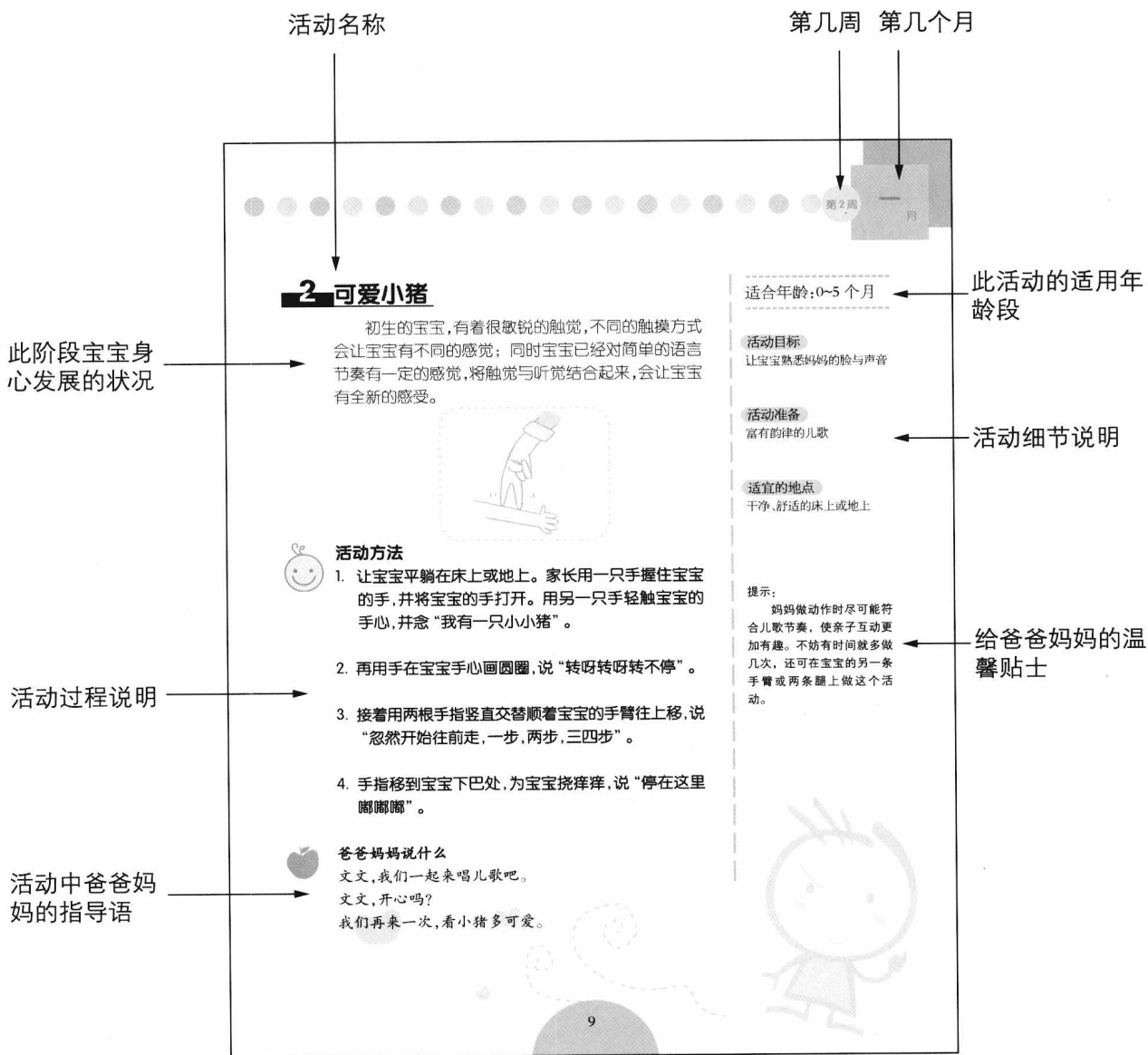
宝宝在地上爬,爸爸妈妈就播放音乐,示范随音乐节奏的快慢而爬得快,爬得慢……

■ 孩子的发展,有他自有的节奏,拔苗助长无济于事。

■ 孩子自有的发展节奏也不慢,年龄越小,发展速度越快。所以本书以周为时间节点,设计符合孩子发展水平的游戏活动。

■ 本书中,在每个游戏活动前,都将预先告知宝宝在相应阶段身心发展的基本规律,有的较全面,而有的则可能偏重于某一特点,这会让爸爸妈妈事先心中有数,开展起亲子活动来也能更加从容,更加游刃有余。

# 本书中各活动方案的说明



# 1 好玩的球

一到一岁半是宝宝发展动作技能的关键时期。为13个月大的宝宝选择活动时要注意宝宝的年龄特点，同时为他们选择色彩鲜艳、生动有趣的玩具。



## 活动方法

1. 扶着宝宝坐在球上，让他感受球的弹性。
2. 示范给宝宝看，如何用双手把球托举起来，并让宝宝自己试着把球托起来。
3. 和宝宝一起将滚落的球追回来。



## 爸爸妈妈说什么

文文，看，这是漂亮的球。

这是红颜色的球。

这是和文文衣服一样颜色的球，它是蓝色的。

这个球软软的。

我们一起把球托起来吧。

适合年龄：13~15个月

### 活动目标

发展宝宝的大肌肉动作

### 活动准备

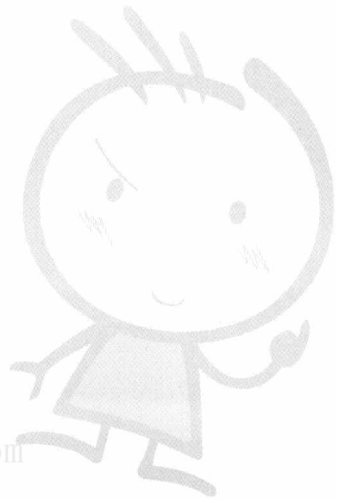
红、黄、蓝三种颜色的球

### 适宜的地点

宽敞的地板上或者户外空地

### 提示：

球的尺寸应同宝宝的头差不多大小。不要给球充太多的气，以免宝宝坐上去时爆开。



适合年龄:13~18个月

### 活动目标

培养宝宝初步的认知能力

### 活动准备

小铃铛,玩具小汽车

### 适宜的地点

床上或者干净的地毯上

### 提示:

此活动简单易操作,家长要做的就是为宝宝提供足够鲜明的声音刺激,同时注意选择的声音应该是日常生活中常听到的。

## 2 有趣的声音

13个月大的宝宝开始能把声音和实物联系起来,并慢慢地了解事物之间的因果关系。这一时期,家长要为宝宝提供多样的、有明显特征的声音刺激,使宝宝有足够的倾听机会。



### 活动方法

1. 和宝宝面对面坐好,把准备好的物品放在自己身后。
2. 在背后摇晃小铃铛,让宝宝猜猜是什么在发出声音。
3. 拿出小铃铛,告诉宝宝这是小铃铛,并模仿小铃铛丁零零的声音。
4. 拿出玩具小汽车,告诉宝宝这是小汽车,并模仿汽车鸣笛的声音。
5. 请宝宝模仿铃铛响和小汽车鸣笛的声音。



### 爸爸妈妈说什么

文文,猜猜什么东西在响啊?

哦,丁零丁零,是小铃铛。

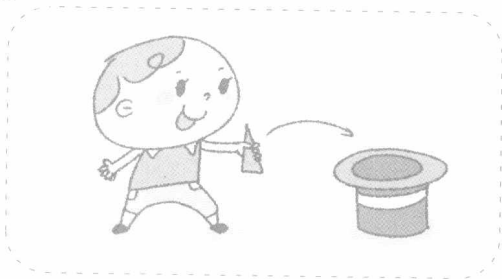
文文,这是什么,是小汽车。

小汽车,嘀嘀,嘀嘀。



### 3 帽子戏法

13个月大的宝宝有一定的自主能力，甚至在游戏时能自己“探索”出一些新玩法。此游戏中，宝宝会乐此不疲地放、扔玩具，从而使精细动作和手眼协调能力得到发展。



#### 活动方法

1. 准备一顶旧帽子，帽子深到能藏住积木，又能使宝宝伸手触到其底部。
2. 给宝宝示范把积木放进帽子里，可以边放边数数。
3. 把积木从帽子里拿出来，请宝宝往帽子里扔积木。
4. 可以和宝宝轮流往帽子里放或者扔积木。



#### 爸爸妈妈说什么

文文，这是一顶帽子，这里还有好多积木啊。  
文文看我把积木放到帽子里，文文试试看。  
还可以把积木扔进帽子里。  
对了，就是这样，真棒！

适合年龄：13~15个月

#### 活动目标

发展宝宝的精细动作和手眼协调能力

#### 活动准备

一顶旧帽子，3~4块小积木

#### 适宜的地点

床上或干净的地板上

#### 提示：

有的宝宝能够自己“探索”出“放”这种玩法，那么家长就不要过多干预。“扔”的玩法需要把宝宝和帽子的距离适当拉远一点，“扔”的动作对宝宝精细动作发展水平的要求较高，应量力而行。家长可以先演示给宝宝看怎么扔。

此外，数数是为了吸引宝宝的注意，并不是活动的主要目的。

适合年龄:13~14个月

### 活动目标

增强宝宝的腰腹和腿部力量

### 活动准备

直径为15~18厘米的球

### 适宜的地点

干净暖和的地毯上或者户外空地

### 提示:

在活动中,家长一定不要吝啬表扬和鼓励,只有这样,才能使宝宝从活动中获得快乐和满足,从而建立起良好的自我感觉和自信心。

## 1 捡球

对于13个月大的宝宝,学走路是重要的事件,所以腿部力量的锻炼很重要。捡球,不仅可以锻炼宝宝腿部力量,还可以使宝宝开始“有目的”的活动。



### 活动方法

1. 和宝宝面对面站在干净暖和的地毯上(或者户外空地上)。
2. 一位家长把准备好的球滚给宝宝。
3. 另一位家长扶着宝宝,请宝宝弯腰把球捡起来。
4. 多次重复这个活动。



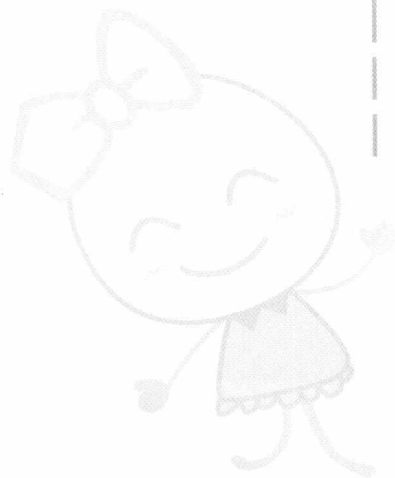
### 爸爸妈妈说什么

文文,看,球滚到你那边了。

把球捡起来。

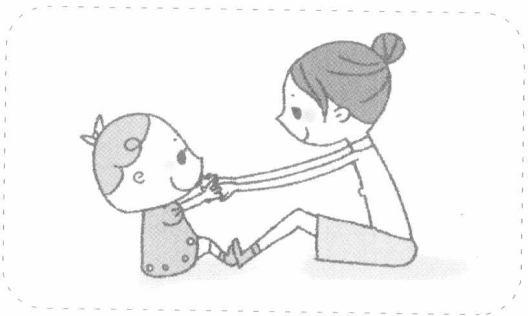
把球拿给妈妈好吗?

文文真棒!



## 2 推推拉拉

对小宝宝来说，爸爸妈妈的身体是最安全的运动器械。家长可以充分利用自己的身体和宝宝一起做各种游戏。



### 活动方法

1. 和宝宝面对面坐好。
2. 和宝宝脚底相对，手牵手。
3. 和宝宝一起来回推拉。即：宝宝拉，家长进；宝宝推，家长退。交替反复。



### 爸爸妈妈说什么

文文来推妈妈吧。  
文文使劲地拉妈妈。  
文文真厉害！

适合年龄：13~16个月

### 活动目标

锻炼宝宝的下肢肌肉力量和平衡能力

### 活动准备

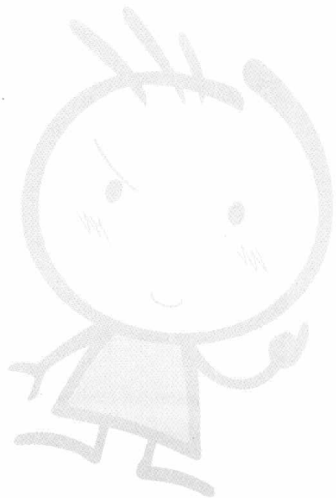
地垫

### 适宜的地点

室内或者户外

### 提示：

此活动可以让宝宝充分感知推和拉力量的变化。游戏开始时可由爸爸和妈妈做示范，然后再和宝宝一起玩。如果脚底相对时家长 and 宝宝的手拉不到一起，家长可以把腿绕在宝宝身体周围。



适合年龄:13~15个月

#### 活动目标

增强宝宝身体的协调性

#### 活动准备

轻松的音乐

#### 适宜的地点

床上、干净的地板上或者户外的草地上

#### 提示:

家长可以想出许多让宝宝爬的办法,比如可以在宝宝面前放上诱惑宝宝的玩具,拍手或者做各种表情吸引宝宝的注意等。

## 3 高兴爬爬爬

13个月大的宝宝主要任务是学会独立行走,但是1岁的宝宝多爬也是好处多多的,可以提高宝宝的平衡能力,增强宝宝的腿部力量,增强全身的协调性。



#### 活动方法

1. 鼓励宝宝在地上自由地爬。
2. 和宝宝比比看,谁爬得快。



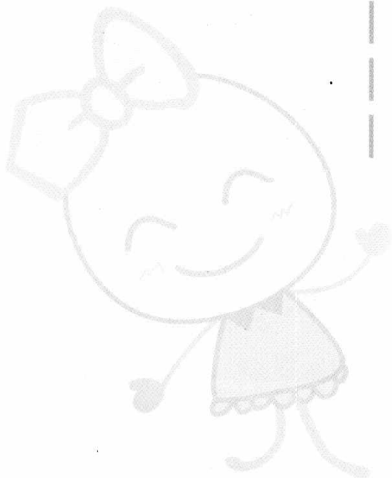
#### 爸爸妈妈说什么

文文爬到妈妈这里来啊。

这次我们要比赛喽,看谁爬得快。

文文要加油哦。

我们再来爬一次。





# 1 爬楼梯

13个月大的宝宝喜欢挑战自己，让他在爬楼梯中加强腿部力量的训练，是很好的办法。



## 活动方法

1. 事先把宝宝喜欢的一个玩具放在楼梯的台阶上，吸引宝宝的注意力。
2. 扶着宝宝，让他自己跨步上楼梯。
3. 鼓励宝宝扶着栏杆自己上下楼梯。



## 爸爸妈妈说什么

文文，来，上楼梯了。

文文自己来，一二三，爬爬爬。

文文自己能下来吗？一二三，慢慢来。

文文太棒了！

适合年龄：13~16个月

### 活动目标

增强宝宝的腿部力量

### 活动准备

宝宝喜欢的玩具一个

### 适宜的地点

楼梯

### 提示：

对1岁的宝宝来说，上楼梯要比下楼梯简单，家长要根据宝宝的具体能力安排活动，要注意上下楼梯时对宝宝进行安全保护。

