

· 科学早教丛书 ·

玩出来的智慧

- ★ 40多个简单易操作的 **亲子互动游戏**
- ★ 40多首朗朗上口的原创 **儿歌、童谣**
- ★ 一系列养育宝宝的具体 **指导方案**

黄绎霖 著



婴幼儿教育专家 **黄绎霖**

(1~2岁)

集**17年**早教实战经验倾情奉献

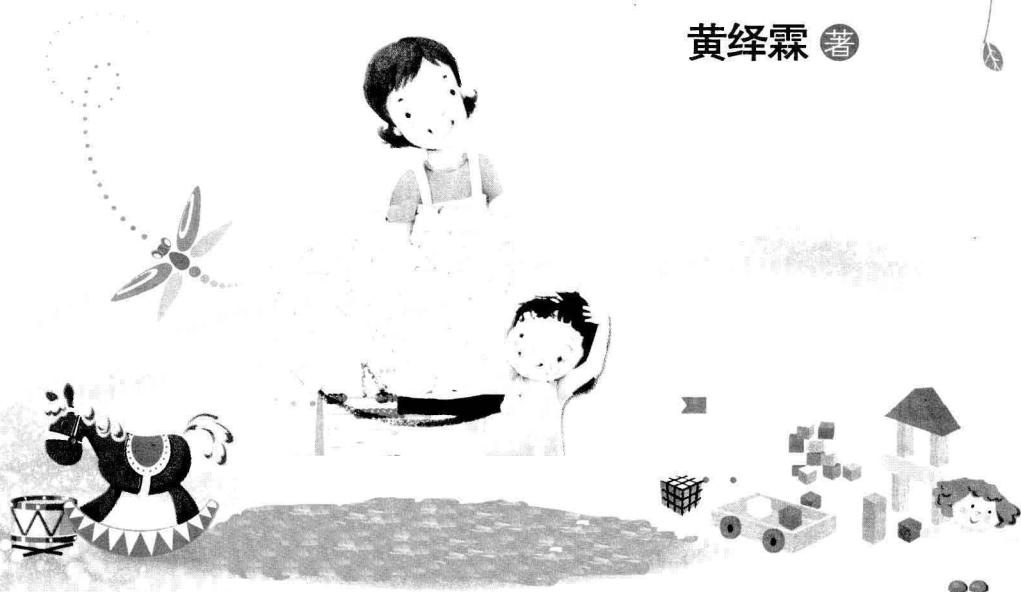


电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

· 科学早教丛书 ·

玩出来的智慧 (1~2岁)

黄绎霖 著



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书作者从1~2岁宝宝的身心发展特点出发,为家长揭示孩子行为背后的心理,让家长轻松掌握简单易行的解决方法。作者还创编了40多个朗朗上口的、极易操作的亲子儿歌互动游戏,将宝宝的运动能力、精细动作能力、交往能力、认知能力、言语能力等方面的发展融入游戏中,使宝宝在快乐游戏的同时获得全方位的发展。

本书既是家长的家庭教育指导书,又是早教从业人员的工具书。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之全部或部分内容。

版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

玩出来的智慧(1~2岁)/黄绎霖著. —北京:电子工业出版社, 2011.5

(科学早教丛书)

ISBN 978-7-121-13248-3

I. ①玩… II. ①黄… III. ①学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第058531号

策划编辑:张宏学

责任编辑:张宏学

印 刷:北京天宇星印刷厂

装 订:三河市鹏成印业有限公司

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本:720×1000 1/16 印张:9 字数:120千字

印 次:2011年5月第1次印刷

定 价:25.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线:(010) 88258888。

序 言

黄绎霖老师真是一个有心人。

随着我国经济、文化发展水平的不断提高，每个家庭对养育子女的期待越来越高，社会上早期教育热持续升温，这就给提高全民族婴幼儿的素质创造了良好的条件和机会。为适应这种大量需求的局面，中国关心下一代工作委员会儿童发展研究中心（专家委员会）正组织有关专家编写一套《春芽工程——0~3岁婴幼儿身心发展指要》，希望为家长和早教工作者们提供科学、实用的育儿参考。就在这个时候，著名儿科专家籍孝诚教授向我热情推荐了黄绎霖老师编写的《玩出来的智慧》这套书。

《玩出来的智慧》是一套可操作的书。因为作者有很丰富的婴幼儿教学经验，她把科学的理论巧妙地转化成一系列可以实际操作的游戏活动，让家长带着小宝宝一起互动起来，既锻炼了身体，又启迪了认知。每位家长都一看就会，和照料孩子的日常起居紧密结合，简单易行，人人会做。这就犹如在科学理论和实际育儿之间架起了一座桥梁，使孩子得以在身心全面发展的道路上健康成长。本套书克服了不少书籍看似高深莫测，实则难以适从的欠缺，也是对《春芽工程——0~3岁婴幼儿身心发展指要》这类著述很有益的配



合与补充。

《玩出来的智慧》也是一套很有趣味的书。书中的游戏分别配有儿歌，按照儿童身心发展的脉络编排。家长可以边唱边做，宝宝可以边动边哼，在亲子交流温馨快乐的氛围中，促进儿童的早期发展。科学发现的是规律，规律符合的是自然，而自然的事情就是最快乐的事情。当母子相依，哼唱着优美的歌谣，做着轻柔的动作时，科学与爱，不是就达到美满结合了吗？

我还欣赏作者对家长及婴幼儿教育工作者平等交流的态度。作者不居高临下，充分肯定家长们每时每刻都在进行着早期教育，鼓励和协助他们步步向前。不像有的人一谈起早期教育，就给大家“众人皆错我独对”的感觉。相信作者这种自谦的精神，一定能使《玩出来的智慧》这套书和作者本人，不断进步，不断提高，说道理更科学，讲动作更标准，编歌谣更生动，“三结合”更完美。成为与孩子们和家长们更贴心的有心人！

佟乐泉 籍孝诚
2011年清明节后

（本序言作者佟乐泉为著名教育专家，语言心理学家；籍孝诚为国际知名的儿科专家，北京协和医院儿科前主任、教授）

前言

本套丛书是为0~3岁的宝宝及其家长们全心全意打造的，集专业性、科学性、趣味性于一体的家庭亲子游戏书，一套宝宝早期教育的快乐成长计划。本书以“教家长，育孩子”为宗旨，从科学养育和教育两方面着手，为家长提供一系列简单易操作的育儿方案。

本套丛书以0~3岁婴幼儿记忆、学习能力的心理发展过程及身心发育特点为理论依据，先解读宝宝在每一个年龄段常出现的易引起家长困惑的问题，然后为家长分享解决方案，并循序渐进地将手指游戏和语言游戏有机结合，使家长在与宝宝的互动中，能带着目标跟宝宝玩耍，做到寓目的于游戏中，寓游戏于亲子同乐中，从而达到宝宝各项能力协调发展的目标。我更希望家长们能在游戏中受到启迪，把美好的生活编成最动听的儿歌，说给宝宝听。

作为一名学者和儿童文学创作者，我尽力把每个游戏都编创成最适合孩子们年龄特点的游戏，并教给家长一些更容易与孩子沟通的技巧，从而使孩子们更喜欢与家长一起游戏、一起完成活动。我将育儿方法设计成亲子游戏，并创编成了手指游戏儿歌、运动儿歌、生活儿歌、自然常识儿歌等多种形式的儿歌来为孩子们传达信息，成为孩子们的快乐使者。尤其是手指游戏儿歌，它通过家长和宝宝的手指动作



互动，来发展宝宝的言语能力、精细动作能力、模仿能力，并培养他们良好的习惯。例如，宝宝长到5、6个月时，喜欢模仿一些手部动作，这时，我们给他说《风车》的儿歌，下回您一问他：“宝宝，风车是怎么转的呀？”您准会看到有两只小手乐呵呵地在那转个不停呢！还有运动儿歌，它通过身体的大肌肉活动，来进行亲子互动，从而使婴幼儿的大运动能力及言语能力得到发展。例如：宝宝学会走路了以后，就不愿自己走了，总是要大人抱着，怎么办呢？这时妈妈可以说上一段《小脚丫》，在说“踏踏踏”时，脚的动作做得夸张些，一定会吸引宝宝下来学一学的，这样问题不就解决了吗？

我国现代著名的教育家和儿童教育专家陈鹤琴认为，对于幼儿来说，“游戏就是工作，工作就是游戏”。游戏贯穿于幼儿生活的始终，因此，我们提倡让孩子在游戏中玩出智慧！让孩子在游戏中成长！在游戏中享受童年的幸福和快乐！

陈鹤琴

专家推荐阅读方法

- 您可以从头依次阅读，也可以根据育儿中的问题直接翻阅相应的解决方法。
- 您也可以从目录直接找到您感兴趣的游戏。
- 书的结尾附有游戏分类索引，您还可以根据自己的教育目标直接找到适合的游戏。

引文 1~2岁的宝宝的发展特点 001

- 1~2岁的宝宝的大运动能力、言语能力、社会行为能力、认知能力以及精细动作能力都得到了迅速发展：24个月的宝宝已经会像小兔那样跳起来了；经常爱问“这是什么？”；至少能说出三种常见物品的用途；喜欢玩穿孔的玩具，如串珠子

1. 你给宝宝做早教了吗 005

- 澄清早教的两个关键问题：早期教育不是早教中心，早期教育的核心任务是为孩子积累经验
- 早期教育必须以早期发育为行动准则

2. 1~2岁的宝宝都有哪些关键期 009

- 关键期是每个孩子成长发育的时刻表，错过了关键期再去发展婴幼儿某方面的能力，所耗费的精力会是本应付出的几倍，并且很难达到应有的水平
- 1~2岁宝宝发展的几个关键期：语言表达关键期、对细微事物感兴趣的 关键期、认识“客体永存”关键期、培养分类意识的关键期、空间探索 关键期、时空感探索关键期

3. 该给宝宝玩什么玩具 012

- 买来的是玩具，随手捡的也是玩具
- 孩子的认知发展比玩具的价钱有价值，努力让自己变得像孩子

4. 让玩具发挥最大教育作用 015

- 做孩子的健康卫士，对玩具进行安全性检测和适宜性检测
- 玩具摆放的分类方法：遵循下重上轻、从高到低以及分类平放的原则
- 给孩子提供玩具时，要把握好玩具的数量和功能

5. 宝宝必须自己收拾玩具吗 019

- 婴幼儿的秩序发展关键期在2~4岁，在2岁之前家长要关注宝宝的初级秩

Contents

序感的敏感行为，培养宝宝的规则感	
●好习惯可以玩出来	
6. 宝宝难以入睡怎么办	023
●有时是家长打乱了孩子的生物钟	
●找到宝宝难以入睡的原因，采取有效的应对方法	
7. 怎样才是尊重孩子	026
●很多时候，家长并没有把孩子当成独立的“人”来对待	
●尊重宝宝从细节开始	
8. 如何培养宝宝的责任感	029
●负责任不是天生的，而是用“心”培养出来的	
●为孩子创造承担责任的机会	
9. 如何让孩子爱说话	032
●孩子语言表达能力滞后，往往是带养人寡言造成的	
●父母要学会把儿歌运用到生活中，还需要掌握跟宝宝说话的原则	
10. 如何培养孩子的语言逻辑能力	035
●良好的语言组织能力是优秀的语言表达能力的基础	
●为孩子积累优质的语言信息，善用儿歌的规范化语言	
11. 在等待中培养自律的孩子	038
●自律是一种能力，更是一种优秀的品质	
●婴幼儿的自律能力培养从“他律”开始，建立良好的生活习惯和有规律的作息时间是培养宝宝自律性的基础	
12. 如何应对孩子的哭	041
●了解宝宝哭声背后的心理	
●根据不同的情况，采取不同的应对方式	
13. 宝宝长脾气啦	045

- “长脾气”是婴幼儿社会化过程中的一个普遍现象
 - 掌握词汇量的多少决定了宝宝使用肢体语言的次数
 - 当宝宝发脾气时，请顺势而为，别跟宝宝对着干
14. 请不要只教孩子识字 049
- 识字不等于阅读，阅读才能提高识字的技能
 - 阅读能激发孩子识字的兴趣
15. 家长读思想，宝宝看画面 052
- 好的绘本不仅是图画书，它还蕴涵着重要的人生启示
 - 了解绘本的发展过程，正视自己的选择
 - 亲子阅读时的坐姿、阅读方式及阅读步骤
16. 让宝宝学会一页页地翻书 056
- “一页页地翻书”能反映出孩子精细动作能力的发育状况
 - 掌握训练宝宝的方法：“藏物找物”游戏法、语言指引法、垫高法
17. 为宝宝创设阅读角 058
- 婴儿的大脑喜欢固定的、重复的语言信息
 - 准确地理解阅读习惯，为宝宝营造优质的阅读环境
18. 让孩子养成良好的生活习惯 060
- 培养好习惯要注意方式、方法
 - 生活中处处都是好玩的游戏，把孩子要做的每一件事都变成游戏
19. 穿衣服里的学问 062
- 仅根据婴儿的手温来判断身体的冷暖是不科学的
 - 穿衣服里蕴藏着许多激发宝宝学习兴趣、提升宝宝观察力的好方法
20. 发挥父母的榜样作用 065
- 每个孩子都具有超强的学习力
 - 家长应做到谨言慎行，做孩子的榜样

Contents

21. 宝宝为何躲着尿尿 069
- 宝宝躲着尿尿，其背后的原因分析
 - 给宝宝自信与关爱，帮助他们积累不尿在身上的愉快经验
22. 如何应对育儿中的突发事件 072
- 每个孩子都会经历，不仅是我的
 - 恐慌心理和焦虑的情绪会“传染”给孩子，对解决问题无益
 - 家长应该把关注的焦点放在“我该做些什么让孩子尽快好起来”上，而不是一味地关注问题本身
23. 宝宝拿什么都往嘴里放怎么办 075
- 当宝宝拿什么都先往嘴里放时，其实是在用嘴探索
 - 1岁以后的宝宝，如果还总是拿到什么东西都先往嘴里放，就需要家长寻找背后的原因，并提高宝宝用手探索的能力
24. 宝宝怕生怎么办 079
- “怕生”有弊也有利
 - 别让宝宝从“认生”发展到“怕生”
 - 让宝宝从“幕后”勇敢地站到“台前”来
25. 宝宝“胆太大”怎么办 082
- 宝宝“胆太大”通常因为生活的环境太过宽松
 - 克服宝宝“胆太大”的“六步曲”
26. 孩子跌倒了，要扶吗 085
- 自立不是不理，孩子跌倒了要鼓励孩子自己站起来
 - 用正确的态度对待宝宝，并帮助宝宝总结跌倒的原因
27. 怎样对待爱翻包包的宝宝 088
- 爱翻包包是婴幼儿的空间探索关键期的一个表现
 - 提供足够的物品供宝宝探索，并发明多种玩法

28. 宝宝爱乱扔东西怎么办 091
- 宝宝“扔东西”是在探索，跟宝宝的调皮无关
 - 家长不能打、不能骂，但可以生气
 - 让宝宝体验高空坠物的危险
29. 安全教育要这样做 094
- 安全教育要通过让孩子认识“不安全”、接触“不安全”，来帮助他们积累自我保护的经验
 - 让孩子在体验的过程中学会自我保护
30. 宝宝为何不爱说话 099
- 不是孩子不愿说，而是让他开口说话的机会太少
 - 掌握激发宝宝开口说话的两个技巧：学会扮演糊涂虫、“指狗打鸡”法
31. 宝宝爱玩米，怎么办 101
- 对米产生兴趣，源于五指分化的发展，这个阶段他对所有的细小事物都产生了浓厚的兴趣和抓取的冲动
 - “儿童的智慧在他的手指尖上”，让宝宝从玩米到认识米
 - 促进宝宝精细动作发展的游戏
32. 再谈“隔代教育” 105
- “隔代教育”是当代中国家庭教育的一种特殊形式，家长要认真对待
 - 家庭成员要在孩子面前将育儿理念、观点以及育儿中的每个生活细节都达到高度统一
 - 让“隔代教育”发挥最大作用的方法
33. 什么时候开始学第二语言 109
- 对于0~3岁的婴幼儿而言，其言语能力发展的首要任务是学习第一语言，并能熟练地用母语对话
 - 3岁前可以让宝宝听外文歌曲、外文故事，看外文的儿童节目，为宝宝积累丰富的语素；3岁后可以对宝宝进行大量的发音练习和表达练习

Contents

34. 要给孩子读国学吗	112
● 孩子需要听国学，家长需要读国学 ● 学习国学要遵循孩子的身心发展特点和规律	
35. 宝宝“乱涂乱画”怎么办	115
● 当宝宝喜欢拿着笔涂涂画画的涂鸦关键期来临的时候，请赶紧为宝宝设立涂鸦角 ● 家长可以创造不同的涂鸦方式，激发宝宝涂鸦的兴趣，如泡泡画、手指水画、泥土画、沙画等	
36. 宝宝敏感、害羞怎么办	118
● 敏感、害羞可以通过后天经验的积累得以改善 ● 家长要正确引导，让宝宝有安全感，为他积累愉快的交往经验	
37. 宝宝总让妈妈抱怎么办	120
● 宝宝刚学走路的时候，特别喜欢自己走，当学会走路之后，反而总要大入抱，这跟宝宝正处于心智成长的安全依恋期和宝宝体力不支有关 ● 家长要做到及时给予、按时满足，并用游戏适时地转移宝宝的关注点	
38. 宝宝黏人怎么办	123
● 正确认识宝宝的黏人，为宝宝的“心理安全岛”备足养分 ● 正确对待宝宝黏人的三个方法	
39. 如何让宝宝爱上洗头	125
● 宝宝不喜欢洗头，与不讲卫生无关 ● 在给宝宝洗头时，切身体会他的感受，并用游戏的方法克服宝宝的恐惧心理	
游戏分类索引	127

游

戏

目

录

游戏1	包饺子	007	游戏23	小镜子	068
游戏2	小脚丫	008	游戏24	小便盆	071
游戏3	点手指	011	游戏25	淘小鸭	074
游戏4	神秘袋	014	游戏26	小手变变	077
游戏5	收玩具1	017	游戏27	小手操	081
游戏6	收玩具2	018	游戏28	小手小手摸一摸	084
游戏7	点兵点将	022	游戏29	蚂蚁挠痒痒	087
游戏8	玩具玩具藏起来	022	游戏30	会动的山洞	090
游戏9	小孩睡觉找他妈	025	游戏31	快落下	093
游戏10	灵敏的鼻子	028	游戏32	火眼金睛	097
游戏11	花丝巾	031	游戏33	爬呀爬	100
游戏12	公鸡操	034	游戏34	小手捏	103
游戏13	两只小手	037	游戏35	投呀投	104
游戏14	走走停停	040	游戏36	棉花飞	108
游戏15	小红帽	044	游戏37	谁在说话	111
游戏16	我会	048	游戏38	什么响	114
游戏17	找相同	051	游戏39	抓泡泡	117
游戏18	咕噜咕噜	055	游戏40	小鸭找朋友	119
游戏19	甩手歌	057	游戏41	妈妈快快追	122
游戏20	娃娃的书	059	游戏42	开心拍	124
游戏21	洗脸歌	061	游戏43	花洒花洒	126
游戏22	穿衣歌	064	游戏44	小宝贝爱洗头	126

引文

1~2岁的宝宝的发展特点

从翻身到爬再到走，人类在生命的头一年里就完成了从四肢爬到直立行走的进化；从咿呀学语到会说单字，仅仅一年的时间，完成了从动物的发声到人类的语言的演变过程，婴儿就是这样用一次次质的飞跃迎来了生命的第二年。

让我们来看看1~2岁的宝宝各项能力的发展吧！他们都会什么呢？

1. 大运动能力的发展

大运动能力指的是大脑对身体大肌肉活动的平衡性和灵活性的控制，以及操控四肢协调性的能力，更重要的是它是反映大脑发育的成熟度的一种指标。我们可以通过婴儿对下列身体动作的掌握程度，了解其大运动能力的发展状况及大脑发育的成熟度。

1~2岁宝宝大运动能力发展表

动作	婴儿的月份	发展水平
大运动能力的发展	12个月	喜欢被大人牵着一只手到处走来走去
	15个月	宝宝已经可以自己一个人走了，可以想去哪就去哪
	18个月之前	每次宝宝一扔球，球就莫名其妙跑到他的身后去了，宝宝的这个行为常常把大人逗笑
	18个月	可以把手举得高高地往前扔东西了，而且还能扔到1米以外
	21个月	宝宝有时会踮着脚尖走路，爸爸妈妈总觉得宝宝走不稳会摔跤，其实踮着脚尖走是可以锻炼腿部肌肉和背部大肌肉的；上楼梯也是宝宝喜欢的运动，宝宝可以自己扶着墙上楼
	24个月	已经会像小兔那样跳起来了，宝宝喜欢从高的地方往下跳

2. 言语能力的发展

言语是人用以交流的特殊工具，它包括人对语言的感知能力、理解能力、表达能力和运用语言的能力。

1~2岁宝宝语言能力发展表

表现	婴儿的月份	发展水平
语言理解能力	12个月	不但能听懂 200个左右的词语，还能理解简单的句子，所以，大人跟宝宝要东西，根本不用把手伸出来，宝宝都会听懂了给他
	15个月	宝宝知道自己的五官和身体部位在哪，还能用手把它们指出来
	18个月	宝宝的记忆力迅速发展，能听懂还能记住大人让他同时完成的三件事
	21个月	宝宝可以回答简单的问题，能跟成人进行简单对话
语言表达能	12个月	不再像以前那样无意识地说“baba、mama”，而是对着妈妈叫“妈妈”，对着爸爸叫“爸爸”
	15个月	宝宝会说 3~5个字了，于是开始用单字来跟人沟通：“抱”、“车”、“拿”、“打”……
	18个月	宝宝会说 10个字了，而且不算“爸”“妈”这两个字
	21个月	宝宝一句话可以说 3~5个字了，如“妈妈抱”、“妈妈来”、“给宝宝”
	24个月	宝宝可以不用提醒就说出两句以上的儿歌，而且还会用疑问句问话，见到什么都问：“这是什么？”

3. 社会行为能力的发展

社会行为能力是指婴幼儿在人际交往中所表现出的对人、事、物一系列的态度和行为反应。它主要包括三方面：与人的沟通及初级交往的能力，情绪、情感的发展和自理能力。

1~2岁宝宝社会行为能力发展表

表现	婴儿的月份	发展水平
生活自理能力的发展	12个月	宝宝已经能很好地配合成人给他穿衣服了
	15个月	脱袜子时,不再是扯,而会用拇指从袜口处往下脱
	18个月	宝宝白天基本可以把控自己大小便的时间,有急需时,或自己蹲下来,或者说“尿尿”
与人的沟通及初级交往的能力	21个月	当有需要时,宝宝会说出来,如,“宝宝要……”等词语
	24个月	宝宝至少能说出三种常见物品的用途,比如,伞是用来做……的;筷子可以用来……;毛巾是用来……的

4. 认知能力的发展

认知能力指的是人对环境刺激的感知、分析、判断及解决问题的综合能力,反映出大脑接受信息、处理信息、统合信息的运转能力。

1~2岁宝宝认知能力发展表

表现	婴儿的月份	发展水平
认知能力	12个月	可以将口朝上的瓶盖盖在瓶上,从透明瓶中拿到小丸 对翻书表现出好奇,能自己翻书两次,并且已经知道匹配的关系,喜欢玩有盖的容器,并能把它们盖到合适的位置
	15个月	
	18个月	对搭高感兴趣,并能搭高四块积木,开始观察形状的对应关系,会把圆的积木从圆孔处放入
	21个月	可以把7~8块边长在3厘米以下的正方形积木垒高
	24个月	可以翻书3页以上了