

升级版

聪明宝宝 益智游戏

全案

0~3岁

北京最具人气的胎教早教咨询顾问
之宝贝书系资深策划

菅波 主编

- 走进**80**后新手父母与宝宝的**益智游戏**乐园
- 在亲情互动的益智游戏中**开发**宝宝的**智力**
- **0~3岁**宝宝**百玩不厌**的经典益智游戏

中国人口出版社

聪明宝宝 益智游戏 全案 0~3岁



之宝贝书系资深策划

菅波 主编



中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

聪明宝宝益智游戏全案. 0~3岁 / 菅波主编. —北京:
中国人口出版社, 2011.1
ISBN 978-7-5101-0580-7

I. ①聪… II. ①菅… 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(2010)第205972号

聪明宝宝益智游戏全案(0~3岁)

菅波 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京人教方成彩色印刷有限公司印刷
开 本	635×965 1/12
印 张	20
字 数	250千字
版 次	2011年1月第1版
印 次	2011年1月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5101-0580-7
定 价	29.80元

社 长	陶庆军
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街80号中加大厦
邮政编码	100054

P 前言

Preface

父母在宝宝成长发育过程中起着独一无二、不可替代的作用。0~3岁可以说是宝宝成长和发展最快的阶段，也是大脑发育的关键时期。宝宝的身体、智力、认知能力、语言能力、社交能力以及情感等方面的发育都是在这个时期逐渐形成的。要想让宝宝各方面能力均衡发育，就需要父母通过与宝宝日常的玩耍和游戏中逐步培养来实现，从而促进宝宝智力的发育。

本书正是以0~3岁宝宝为对象，教给80后父母怎样利用身边的物品或玩具和宝宝一起玩耍、一起游戏。书中对宝宝智力发育的特点、规律、差异、影响因素等各个方面都进行了丰富翔实的介绍，同时还根据0~3岁宝宝的身体和智力发育特点，精心地为您准备了适合不同月龄宝宝的益智游戏，让宝宝和父母一起走进益智游戏乐园，亲身体验游戏带来的乐趣和智慧。

同时，本书还汇集了中外宝宝最喜欢的经典益智游戏，按照游戏的不同类别进行分类，使80后父母参考学习时可以一目了然。父母可以根据宝宝的不同性格特点灵活运用这些游戏和宝宝一起互动，从而找到宝宝真正快乐的方向和源泉。

这里的每一个益智游戏和活动都是由多位权威的育婴专家推荐的。通过在婴幼儿学习和成长领域的多年研究和探索，作者发现了许多帮助孩子充分发挥潜能的途径，同时又能寓教于乐。相信通过这些精心为0~3岁宝宝设计的亲子益智游戏，不仅会使宝宝的潜能和智力得到更好地发展，而且在互动游戏中还可以增进亲子间的情感沟通和交流，让宝宝在父母的关爱中快乐健康地成长。

C 目录

CONTENTS



第一节 宝宝的早期智力开发很重要

一起了解宝宝的智力 3

什么是智力 3

宝宝生长发育规律 3

智力发育的个体差异 4

影响宝宝生长发育的因素 4

父母及周围亲人的关爱 5

0~3岁宝宝多元智能要均衡发展 6

语言发展 6

视觉发育 7

听觉发育 7

触觉发育 8

味觉和嗅觉发育 8

注意力发育 8

记忆力发育 8

思维发育 8

情感发育 9

性格（个性）发育 9

0~3岁宝宝体智能发育特点和训练 10

1个月：睡眠和啼哭 10

2个月：微笑和主动发育 11

3个月：俯卧抬头和抬胸 12

第一章 益智游戏让宝宝更加聪慧





4个月：能分辨远近不同的物体	13
5个月：扶着独坐	13
6个月：独坐玩耍	14
7个月：用手势表达喜爱	15
8个月：爬行	16
9个月：表达“要”与“不要”的意愿	17
10个月：扶着东西站立	19
11个月：扶着东西迈步	21
12个月：交往意识浓厚	23
13~15个月：自己会走了	25
16~18个月：开始说话了	26
19~21个月：模仿大人做事情	29
22~24个月：会说很多话	31
25~27个月：自己做事情	35
28~30个月：踢球和投球	37
31~36个月：小大人	40

第二节 在游戏中开发宝宝智力

游戏增加大脑发育的均衡性	43
利用游戏开发宝宝的智力	43
在亲子游戏中开发宝宝的智力	43
游戏均衡了宝宝各方面的能力	44
通过游戏进行自理能力训练	44
运用游戏培养宝宝的模仿技能	44

第三节 小玩具，玩出大智慧

让你的宝宝玩儿出新花样	46
能培养宝宝的想象力和创造力的玩具	46
用玩具引导宝宝做游戏	46



玩具生发出新智慧 47

交通类玩具对宝宝的好处 47

通过玩具培养宝宝的爱心 47

通过玩具培养宝宝的亲情和友谊 48

选择有益于智力开发的玩具 48

保持玩具的清洁卫生 49

自制开发大脑的玩具 49

益智玩具大集锦 50

第二章 一起进入益智 游戏乐园吧

第一节 0~1个月宝宝的益智游戏 乐园

一起进入益智游戏小天地吧 55

自由快乐地蹬踹吧 55

和宝宝做好交流和沟通 56

亲情联络互动 56

看旋转玩具和图案 57

和宝宝一起聆听吧 58

让宝宝自由地抓握 58

做做抬头锻炼吧 59

伸展运动一起做 59

给宝宝温暖的怀抱 60

宝宝体智能测评加油站 61

宝宝体能发育标准 61

宝宝智能发育测评 61



第二节 1~2个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧..... 62

我要抱一抱	62
带宝宝去户外吧	62
婴儿操，一起做	63
抓握玩具更快乐	63
感受“静”和“动”	64
铃儿响叮当	64
嗅一嗅，更灵敏	65
逗宝宝笑	65

宝宝体智能测评加油站..... 66

宝宝体能发育标准	66
宝宝智能发育测评	66



第三节 2~3个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧..... 67

转过来，转过去	67
抬抬头，看一看	67
翻翻身啦	68
抓抓物、抓抓手	69
咿咿呀呀，我来说	70
寻找新目标，感受新世界	71
照照镜子喽	71
听一听吧	72
让宝宝见识熟人	72

宝宝体智能测评加油站	73
------------------	----

宝宝体能发育标准	73
----------------	----

宝宝智能发育测评	73
----------------	----

第四节 3~4个月宝宝的益智游戏乐园



一起进入益智游戏小天地吧	74
--------------------	----

摸一摸，啃一啃	74
---------------	----

够够玩具	75
------------	----

蹬蹬脚，心情好	75
---------------	----

做“俯卧撑”啦	76
---------------	----

翻身被动操	76
-------------	----

逗引发出“啊咕”声	76
-----------------	----

声感游戏	76
------------	----

藏猫猫游戏	77
-------------	----

宝宝体智能测评加油站	78
------------------	----

宝宝体能发育标准	78
----------------	----

宝宝智能发育测评	78
----------------	----

第五节 4~5个月宝宝的益智游戏乐园



一起进入益智游戏小天地吧	79
--------------------	----

直立游戏	79
------------	----

和宝宝做咿呀学语的游戏	80
-------------------	----

眼力追皮球游戏	80
---------------	----

音乐和儿歌	80
-------------	----



翻身进行时	81
匍行前进喽	81
双脚跳动更愉快	81
摇啊摇，摇到外婆桥	82
踢踢球吧	82
自由推拿玩具游戏	82
模仿发音	83
识物游戏乐趣多	83
示范性地拆装玩具	84
摸来摸去感知游戏	84
宝宝体能测评加油站	85
宝宝体能发育标准	85
宝宝智能发育测评	85

第六节 5~6个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧	86
左翻翻，右翻翻	86
支撑独坐游戏	86
口令跳跃游戏	87
全身做运动	87
让手部更灵活	87
户外语言游戏	89
听觉的感官刺激游戏	89
变戏法	89
撕纸游戏	89
从照片中认识自己	90
“逗逗飞”游戏	90
教宝宝照顾毛绒玩具	91
展现宝宝力量的游戏	91

宝宝体智能测评加油站 92

宝宝体能发育标准 92

宝宝智能发育测评 92

第七节 6~7个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧 93

爬行游戏 93

“拉大锯”游戏 94

拣豆子游戏 94

传递游戏 95

对击玩具游戏 95

讲故事游戏 95

开阔眼界，到户外走走吧 96

藏玩具游戏 96

找影子游戏 96

给宝宝听音乐 97

藏猫猫喽 97

感受室外儿童游戏乐园 97

宝宝体智能测评加油站 99

宝宝体能发育标准 99

宝宝智能发育测评 99

第八节 7~8个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧 100

爬楼梯游戏 100





站稳向前走	100
手指配合力量大	101
做拉绳取物游戏	101
语音丰富了	102
听从指挥和命令	103
你做我学	103
教宝宝认识危险	104
鼓励宝宝的探索行为	105
宝宝体智能测评加油站	106
宝宝体能发育标准	106
宝宝智能发育测评	106

第九节 8~9个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧	107
一起做仰卧起坐	107
弹跳站立训练	107
弯腰拾物	107
轮流追逐游戏	108
爬行比赛游戏	108
“军训”游戏	109
用学步车练习迈步	109
健身宝宝操	109
放来放去	112
滚动圆柱	112
和宝宝做语言游戏	112
唱唱打打游戏	113
游戏中感知生活常识	114
宝宝体智能测评加油站	115
宝宝体能发育标准	115



宝宝智能发育测评 115

第十节 9~10个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧 116

坡度爬行游戏 116

站立游戏 116

踢球游戏 117

物体引导学走游戏 117

放进、拿出游戏 118

开合杯子盖 118

击球游戏 118

用玩具教宝宝认识事物 118

用图片画册教宝宝认识事物 119

乱涂乱画更开心 120

模仿小动物的叫声 120

空间里的游戏 120

宝宝体能测评加油站 121

宝宝体能发育标准 121

宝宝智能发育测评 121

第十一节 10~11个月宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧 122

一步一步向前走 122

来跳跳摆舞吧 122

让小手动起来 123

搭积木游戏 123





物体滚动游戏	124
开合画册	124
吹喇叭练发音	124
用手指物游戏	125
两段式说话游戏	126
和宝宝一同看书	126
数一数游戏	126
大和小的游戏	127
认识颜色啦	127
盖盖子游戏	127
热与冷的游戏	128
里外和上下	128
移纸取物游戏	129
和宝宝一同感受大自然	129
爱心游戏	130

宝宝体智能测评加油站 131

宝宝体能发育标准	131
宝宝智能发育测评	131

第十二节 11~12个月宝宝的益智游戏乐园



一起进入益智游戏小天地吧 132

宝宝要站稳哟	132
迈步游戏	132
投掷游戏	133
放球入瓶游戏	134
蜡笔画写游戏	134
配大小瓶盖或盒盖法	134
剥开纸包法	135
拆宝塔游戏	136
逗宝宝笑	136

电话游戏	137
------------	-----

宝宝体智能测评加油站	138
------------------	-----

宝宝体能发育标准	138
----------------	-----

宝宝智能发育测评	138
----------------	-----

第十三节 1~1.5岁宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧	139
--------------------	-----

爬台阶游戏	139
-------------	-----

搭积木游戏	140
-------------	-----

倒豆子、拣豆子游戏	140
-----------------	-----

套彩环游戏	141
-------------	-----

给宝宝讲故事	141
--------------	-----

认识形状游戏	142
--------------	-----

认识大小和多少	142
---------------	-----

宝宝能认识更多的事物	142
------------------	-----

认路游戏	142
------------	-----

宝宝体智能测评加油站	143
------------------	-----

宝宝体能发育标准	143
----------------	-----

宝宝智能发育测评	143
----------------	-----

第十四节 1.5~2岁宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧	144
--------------------	-----

跳跳退走游戏	144
--------------	-----

追逐游戏	145
------------	-----





语言游戏	145
穿珠子游戏	146
认物品游戏	146
积木建筑游戏	146
随意涂画游戏	147
翻书找画	147
模仿游戏	147
音乐游戏乐趣多	147
展翅飞翔	149
运动性玩具乐趣多	149
开关门	149
倒水游戏	149
沙土游戏	149
布袋游戏	149
纸盒游戏	150
分水果游戏	150
图片归类游戏	150
背诵儿歌	151
同娃娃讲话	151
背诵数字1~5	151
培养想象力的游戏	151
鼓励创造力的游戏	152
宝宝体智能测评加油站	153
宝宝体能发育标准	153
宝宝智能发育测评	153

第十五节 2~2.5岁宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧	154
迈高游戏	154



跑、跳、停游戏	154
踢球或投球游戏	155
智力拼图游戏	155
套叠玩具游戏	155
记住家人的称呼游戏	155
背儿歌游戏	156
电话对讲游戏	157
认识性别游戏	157
数数游戏	157
认识长短和高矮	158
认识前后和上下	158
学汉字	158
识别不同的职业称呼	159
宝宝体智能测评加油站	160
宝宝体能发育标准	160
宝宝智能发育测评	160

第十六节 2.5~3岁宝宝的益智游戏乐园

一起进入益智游戏小天地吧

走平衡木游戏	161
骑三轮童车	161
按形状撕纸	162
练习表达	162
听词模仿动作	162
说反义词	162
找颜色游戏	163
指实物游戏	163
钓单词游戏	163

