

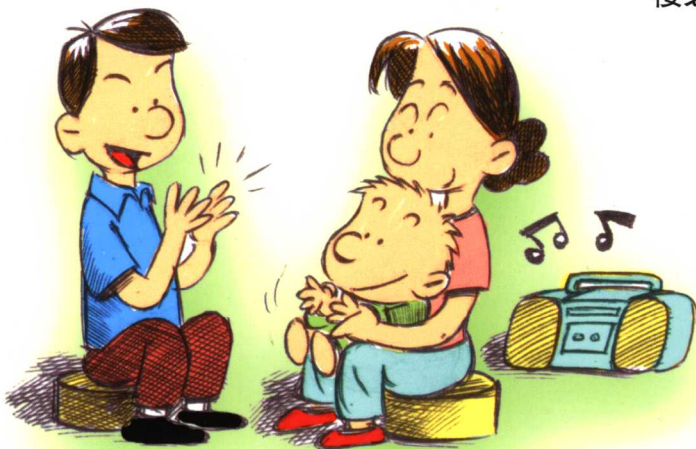
一本
培养**高智商、
高情商**宝宝的
亲子读物

亲子游戏

与 潜能开发(0~3岁)

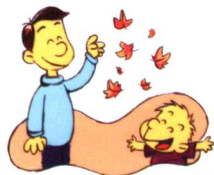
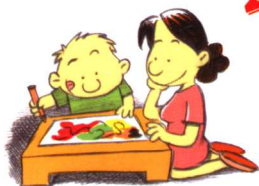
著名早期教育专家、南京师范大学教授

楼必生 编著



200 个经典亲子游戏由你和你的宝宝来担当主角

- 全方位培养高智能型宝宝
- 运动能力开发 **感知能力开发**
- **记忆能力开发** 思维想像能力开发
- 语言能力开发 社会行为养成
- **情绪情商培养** 观察能力开发
- 怀着一代又一代的神童梦，我们不断地寄希望于下一代，梦想就要实现……



青岛出版社



潜能开发

(0~3岁)

● 编 著 楼必生

青 岛 出 版 社

一本

培养**高智商**

高情商宝宝

的**亲子读物**



图书在版编目(CIP)数据

亲子游戏与潜能开发(0~3岁)/楼必生编著. —青岛:
青岛出版社, 2003.7

ISBN 7-5436-3244-6

I. 亲... II. 楼... III. ①儿童—智力游戏②儿童—
智力开发 IV. ①G898.2②G610

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第120537号



- | | |
|------|---|
| 书 名 | 亲子游戏与潜能开发(0~3岁) |
| 编 著 | 楼必生 |
| 出版发行 | 青岛出版社 |
| 社 址 | 青岛市徐州路77号(266071) |
| 本社网址 | http://www.qdpub.com |
| 责任编辑 | 张化新 周鸿媛 |
| 插 图 | 徐雪茹 杨长旭 |
| 制 版 | 青岛艺鑫制版有限公司 |
| 印 刷 | 青岛新新华印刷有限公司 |
| 出版日期 | 2005年1月第1版, 2005年1月第1次印刷 |
| 开 本 | 32开(890 × 1240毫米) |
| 印 张 | 8.875 |
| 字 数 | 230千 |
| 书 号 | ISBN 7-5436-3244-6 |
| 印 数 | 1-6000 |
| 定 价 | 16.00元 |

特别感谢: 彩虹帐篷早教网(<http://www.03baby.com>)

本书在“优生优育优教”的整体框架中，从“优教”切入，为0~3岁的宝宝及其父母以及幼教工作者提供一套全方位的早教施行计划。

本书收集和创新了200余款促进0~3岁婴幼儿情商、智商和谐发展的生动有趣的亲子活动。之所以称其为亲子游戏，是因为它既体现了游戏享受和体验的过程，更体现了游戏的结果，它可能没有显性的功利目的，但有深远的发展价值。在亲子游戏中，需要父母的教和宝宝的学，需要对规则的心领神会和对游戏过程的默契配合，如“挠痒痒”游戏，父母一挠，宝宝就笑，宝宝获得好的体验后一再要求重来，父母看见宝宝开心于是更加开心。多做亲子游戏，能使亲子间经常有机会互相观察和模仿各自的行为与情绪，产生共同的情感体验。在游戏中，双方都需要配合和支持，需要等待与控制，并且必须独立地完成各自角色的任务。多做亲子游戏能够增进亲子感情，增强家庭凝聚力，培养宝宝健康的兴趣、良好的游戏习惯和规则意识及发展独立性，使宝宝增强自信心，提高对生活的满意度，促进活泼开朗性格的形成。一句话，多做亲子游戏特别有助于情商的培养。

本书所编创的亲子游戏中，有很多活动含有较多的教学成分，这些游戏提供了名称、期望（目标）、准备、过程、提示（注意事项）等几个部分。



楼必生教授

1. 亲子期望（目标）

1 由被动变为主动，以体验、感受、学习、获得、探索、发展等代替培养、训练、使、让。这类表达词语的改变体现了观念的改变，真正视宝宝为活动的主体，成为积极主

动的参与者，成为学习的主人，而非被动地接受训练和培养。

2. 变结果性目标为过程性目标，把“培养……能力”“养成……习惯”等一系列通过教育才能达到的结果性目标，改成了活动中的过程目标，关注宝宝在过程中是否有兴趣、是否专注耐心等父母所能观察到的宝宝的行动态度。

2. 材料准备（准备）

提供了在游戏过程中所要使用到的用具。本书建议使用的游戏用具多鼓励父母与宝宝共同准备，既体现了亲子同乐，让宝宝能体验自己劳动成果所带来的成就感，也从很大程度上节约了教育的成本。

3. 亲子互动（过程）

1. 开放性、流动性。游戏中经常提醒成人观察孩子是如何学习、如何表现的，以了解孩子的兴趣需要和想法，作为调整游戏玩法的依据。

2. 年龄跨度大。每一款游戏都提供了不同年龄段的内容和要求，可供各年龄段的宝宝进行。如“什么不见了”“×××在哪儿”“摸摸里面有什么”等游戏都是非常开放的，可以不断更换内容和场景。其实，我们的宝宝喜欢重复一些有价值的游戏，父母可以间隔性地、略有变化地反复进行，只要宝宝玩得投入、尽兴、开心就好，不必挖空心思去创新游戏。

3. 多数活动都具有很强的操作性，简便易行，不需要太多的材料，即使需要材料，也是取自于生活，得来全不费功夫。父母终究不同于幼儿园、亲子园的教师，不可能有很多时间准备教具。其实游戏材料固然重要，但人的因素更为重要，父母具有一颗童心、一颗疼爱

宝宝的心、一种睿智和幽默感是任何物质材料都代替不了的。此外，还有很多亲子游戏是母(父)子身体的接触和感受，不需要任何玩具，如“爸爸妈妈抬花轿”“推推磨”“筛糠筛”等。

4. 生活游戏化。学习生活是宝宝重要的功课，游戏生活化使学习生活变成一个愉快的享受过程。宝宝从中学到了技能、条理性 and 自我管理能力，并逐渐体验到自己的事情自己做的乐趣，体验到得意与自豪感，这也是培养宝宝责任心的基础。生活游戏化还能节省父母的时间和提高亲子同乐的质量。

4.提示(注意事项)

在游戏提示中，有早教专家专业的建议、也有爸爸妈妈和你交流的亲子经验，还有游戏价值、活动的延伸和游戏的变化等，使你和宝宝的游戏常玩常新。

本书的游戏按宝宝的年龄段分为6篇，每一篇后加入了理论支持部分——智能课堂，主要介绍了智能的概念、情商的内涵和情商的培养、智力与非智力因素、“神童”及“神童”的培养、脑科学研究成果对0~3岁教育的贡献等内容，对早期教养过程中的诸多问题一一进行了全面详细的讲解。如本书通过对“神童”成长和夭折的案例分析，指出了神童教育中的四大误区，告诫老师和父母应该用慧眼去发现和识别“神童”，再进行科学的培养。这些信息对当前的“神童热”“天才热”无疑起到了降温和扶正的作用。智能课堂的最后一个话题指出了大脑潜能的无限可能性，它告诉我们，每个发育正常的宝宝虽然各有差异，但其发展的潜力是无限的，在科学的环境和教育的影响下，都能成功和成才，都会有幸福的人生。

最后，我们衷心希望所有的父母都能享受一份育儿的幸福和满足，祝愿所有的宝宝都能健康、快乐地成长！

参与本书编写的还有罗文红、杨瑾如、贾云、陶金玲、崔薇薇、林玉珉、张苹、陆玲玲、龚月琴、郭升兵、刘新蓓、史建、范蓓等。在成书过程中，我们还得到了彩虹帐篷早教网（<http://www.03baby.com>）陈元先生的支持和帮助，在此一并表示感谢！

楼必生

2004年11月于南京

第1篇

规律生活

0~3个月亲子游戏与潜能开发

运动能力开发	2
亲子游戏 10 款	
感知能力开发	8
亲子游戏 10 款	
语言能力开发	13
亲子游戏 4 款	
社会情感与社会行为能力开发	15
亲子游戏 2 款	
智能课堂之 1：什么是智能	16
游戏记录	21

4~6个月亲子游戏与潜能开发

运动能力开发	24
亲子游戏 8 款	
感知能力开发	28
亲子游戏 5 款	
社会情感与社会行为能力开发	31
亲子游戏 5 款	
语言能力开发	35
亲子游戏 5 款	
智能课堂之 2：影响宝宝智能发展的因素	38
游戏记录	43

第2篇

模仿发音



第3篇

咿呀学语

7~12个月亲子游戏与潜能开发

运动能力开发	46
亲子游戏 10 款	
感知能力开发	53
亲子游戏 9 款	
社会情感与社会行为能力开发	62
亲子游戏 7 款	
语言能力开发	69
亲子游戏 5 款	
智能课堂之 3: 智能的发展与培养	72
游戏记录	111



1岁~1岁6个月亲子游戏与潜能开发

综合能力概述	114
运动与认知能力开发	116
亲子游戏 7 款	
感知能力开发	121
亲子游戏 9 款	
语言与社会情感能力开发	129
亲子游戏 19 款	
智能课堂之 4: 智商与情商	143
游戏记录	159

第4篇

独立行走



第5篇 我自己来

1岁6个月~2岁亲子游戏与潜能开发

综合能力概述	162
运动与认知能力开发	164
亲子游戏 47 款	
感知能力开发	179
亲子游戏 13 款	
语言与社会情感能力开发	188
亲子游戏 15 款	
智能课堂之 5: “神童” 究竟有多 “神”	201
游戏记录	213



2~3岁亲子游戏与潜能开发

综合能力概述	216
运动与感知能力开发	219
亲子游戏 23 款	
社会情感与艺术感受力开发	236
亲子游戏 14 款	
综合能力开发	248
亲子游戏 11 款	
智能课堂之 6: 神奇的大脑	259
游戏记录	270

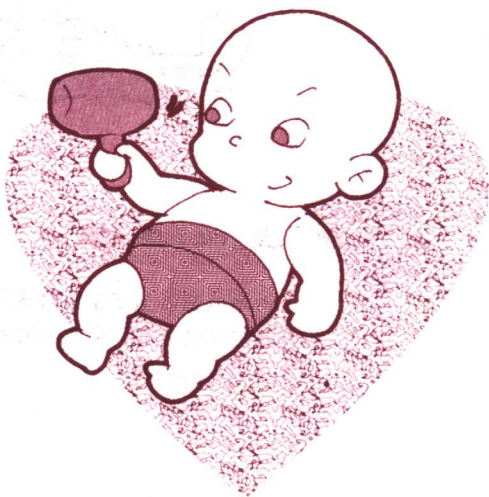
第6篇 最爱涂鸦



第1篇 规律生活

0~3个月亲子游戏与潜能开发

帮助宝宝逐步形成规律的生活；伸展四肢，进行俯卧抬头挺胸练习；训练宝宝听声音找声源，训练宝宝眼和头追随近处移动的物体转动；与宝宝初步建立亲子依恋，见到亲人主动微笑，逗笑能出声，咿呀发音。





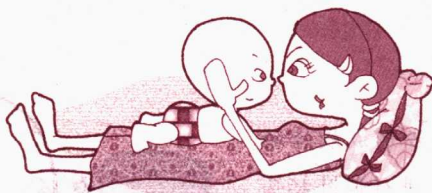
运动能力开发

抬起头

亲子期望：训练宝宝伏腹抬头。

亲子互动：将宝宝抱在胸腹前，与宝宝面对面，然后你可以慢慢地斜靠或平躺在床上，此时宝宝便自然俯卧在你的腹部。扶宝宝的头至正中位，两手轻放在宝宝头两侧，逗引宝宝短时间抬头，反复做几次。

适合月龄：0~3个月。



爱心提醒

此游戏应在宝宝空腹时进行，每做一次练习后，可用手轻轻抚摸宝宝的背部，帮助宝宝放松背部肌肉，使他舒服、愉快地享受妈妈的爱抚。



吃小手

亲子期望：帮助宝宝发现和感知自己的小手。

亲子互动：妈妈擦净宝宝双手，剪去宝宝的指甲。拉住宝宝的小手，吸引宝宝看自己的小手，玩耍和吸吮自己的手指。

适合月龄：2~3个月。

妈妈心得：如果在宝宝的手腕上戴一个会响的手镯，会激发宝宝注意自己的小手和玩耍小手的兴趣。也可以将一颗糖果或一个小玩具塞进宝宝的小拳头里，让其触摸感受和被抓握。



转头看

亲子期望：练习转头。

亲子互动：让宝宝仰卧在床上，妈妈手拿色彩鲜艳的拨浪鼓等响铃玩具，先在宝宝面前摇响玩具以吸引宝宝的注意，然后拿着响铃慢慢地由左向右移动，使宝宝的头跟随眼前移动的玩具而移动。妈妈如果同时与宝宝“说说话”，也可吸引宝宝注意到玩具，还能增进母子感情呢。

适合月龄：0~3个月。

专家告 白



刚开始练习时，左右移动玩具的幅度可小一些，玩具应离宝宝近一些。等宝宝稍大些后，再慢慢增加移动玩具的幅度和距离宝宝的高度。



❁ 往上看

亲子期望：练习抬头。

亲子互动：在给宝宝喂完奶后，使宝宝的头靠在你的肩上，轻拍他的背几下，然后用手轻扶宝宝的头部，使宝宝的小脑袋能自然竖直片刻。

宝宝空腹时，使宝宝俯卧床上，将其两臂屈曲于胸前，妈妈将宝宝的头转至正中位，用玩具引起宝宝注意后逐渐将玩具置于宝宝头正方，训练宝宝短时间地抬头。可反复练习几次。

适合月龄：0~3个月。



专家告诫

经常将宝宝竖直抱起，可逐渐延长宝宝竖直头颈的时间。宝宝俯卧时，应经常调整玩具距离宝宝的方位和角度，防止宝宝长时间注视某处形成对视或斜视。

🌀 挺挺腰

亲子期望：练习挺身。

亲子互动：

步骤1：宝宝俯卧，练习抬头。

步骤2：妈妈用双手从宝宝的胸部轻轻地将他托起，使他的身体短时间离开床面。

步骤3：宝宝仰卧，妈妈用双手轻轻地将宝宝的腰部托起，使其身体挺直，挺身时，注意不要使宝宝的头离开床，以免出现危险。

适合月龄：0~6个月。

伸伸腿

亲子期望：练习腿部屈曲。

亲子互动：宝宝仰卧，妈妈用手轻轻地抓住宝宝的脚踝，将两条腿拉直，再屈曲。

适合月龄：0~6个月。

弯弯手

亲子期望：练习双臂交叉。

亲子互动：宝宝仰卧在床上，妈妈将两个大拇指分别插入宝宝的小拳头里，其余四指扣在宝宝的手腕上。妈妈先轻轻地将宝宝的胳膊从肘关节处微微弯曲，然后伸直，活动一两次，然后将宝宝的双臂在胸前交叉再还原，活动一两次。

适合月龄：0~6个月。

专家提醒：开始做的时候，小臂达到水平即可，以后逐渐抬高，使手掌达到肩头高度。注意动作要轻柔，如果宝宝表现出不适就立即停止。





被动伸展操

亲子期望：活动四肢。

亲子互动：宝宝仰卧，妈妈拉住宝宝的两只手（脚），交替做伸直和屈曲的动作。练习时可伴有儿歌或音乐，如“一二、一二伸伸手（腿），三四、三四弯弯手（腿）。”

适合月龄：0~6个月。

专家提醒：做完手的动作后，再做腿的屈伸动作训练。注意，宝宝的手臂和腿等处的骨骼稚嫩，做被动伸展操时，妈妈的动作要轻柔。



宝宝被动健身操

亲子期望：在音乐伴奏下活动四肢。

亲子互动：

第1节：两臂交叉

步骤1：宝宝仰卧，妈妈两手4指分别握宝宝手腕，宝宝握妈妈拇指。

步骤2：将宝宝两臂左右分开，再将其两臂胸前交叉。重复2×8拍。

第2节：上肢屈伸运动

步骤1：宝宝仰卧，妈妈两手4指分别握宝宝手腕，宝宝握妈妈拇指。

步骤2：将宝宝左臂肘关节屈曲，伸直还原。

步骤3：将宝宝右臂肘关节屈曲，伸直还原。左右臂轮流做，重复2×8拍。



第3节：下肢屈伸运动

步骤1：宝宝仰卧，两腿伸直，妈妈两手握住宝宝脚踝。

步骤2：先将宝宝左膝关节屈曲，贴近腹部，伸直还原。

步骤3：两腿轮流做，各重复2×8拍。

第4节：两腿伸直上举

步骤1：宝宝仰卧，两腿伸直，妈妈两手握住宝宝脚踝。

步骤2：将宝宝的两腿伸直，上举，与腹部呈直角，臀部不离开床面。

步骤3：还原成仰卧姿势。重复两个2×8拍。

适合月龄：2~6个月。



✿ 握着妈妈的手

亲子期望：练习被动抓握，感受母子亲情。

亲子互动：妈妈洗净双手，将自己的食指塞入宝宝手中使其握住，并能留握片刻。

适合月龄：2~3个月。

妈妈心得：还可以准备一些抓握玩具，如摇铃、拨浪鼓等，使宝宝从抓、握开始，而后向摇、捏等动作发展。

