



8大智能 ★ 亲子早教 10分钟

培养好习惯



早早养成好习惯
健康成长快乐伴



8大智能★亲子早教10分钟

培养好习惯





图书在版编目(CIP)数据

超级妈妈·亲子早教10分钟. 2岁. 培养好习惯 / 清英主编. — 济南: 明天出版社, 2014. 12

ISBN 978-7-5332-8294-3

I. ①超… II. ①清… III. ①习惯性—能力培养—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 278403 号



培养好习惯

超级妈妈·亲子早教10分钟

2岁

出版人 / 胡 鹏

选题策划 / 张 弘

主 编 / 清 英

责任编辑 / 张富华

美术编辑 / 李宝华

图 文 / 河马文化

设计制作 / 清英文化

规 格 / 212mm×225mm 20 开

印 张 / 2

版 次 / 2014 年 12 月第 1 版

印 次 / 2014 年 12 月第 1 次印刷

出 版 / 山东出版传媒股份有限公司

明天出版社

发 行 / 明天出版社

地 址 / 山东省济南市胜利大街 39 号

邮 编 / 250001

<http://www.sdpress.com.cn>

<http://www.tomorrowpub.com>

经 销 / 各地新华书店

印 刷 / 辽宁美程在线印刷有限公司

ISBN 978-7-5332-8294-3

定 价 / 10.00 元

(如有印刷质量问题, 请直接与印刷厂联系调换。)

- 本书图文、封面及版式设计等受相关法律保护, 侵权必究。举报电话: 0431-85077295
- 法律顾问: 北京市仁人德赛律师事务所 杨桂红律师 邮箱: ldyz0625@tom.com

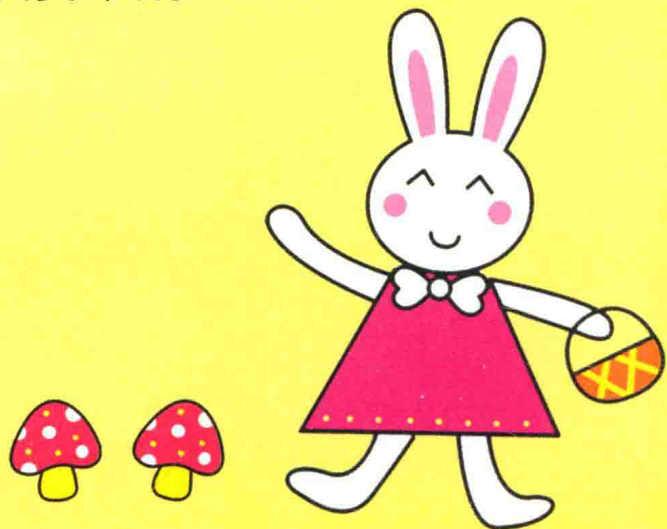
目录



培养好习惯

穿衣服·····	3
我要拉臭臭·····	4
洗小手·····	6
我要自己吃饭·····	8
用杯子喝水·····	10
宝宝自己走·····	11
宝宝自己睡·····	12
我爱洗澡·····	13
爱护小鼻子·····	14
爱护眼睛·····	15
不乱吃·····	16
爱护玩具不乱扔·····	18
摔倒我不哭·····	20
不含手指·····	21
少吃糖·····	22
地上东西不乱捡·····	23

不含纽扣·····	24
快应答·····	25
自己玩·····	26
走路不乱跑·····	28
睡午觉·····	29
客人来了问声好·····	30
我会说“拜拜”·····	31
我会说“谢谢”·····	32
“请”字真好听·····	34
小伙伴一起玩·····	36
我爱听故事·····	38





8大智能★亲子早教10分钟

培养好习惯



明天出版社

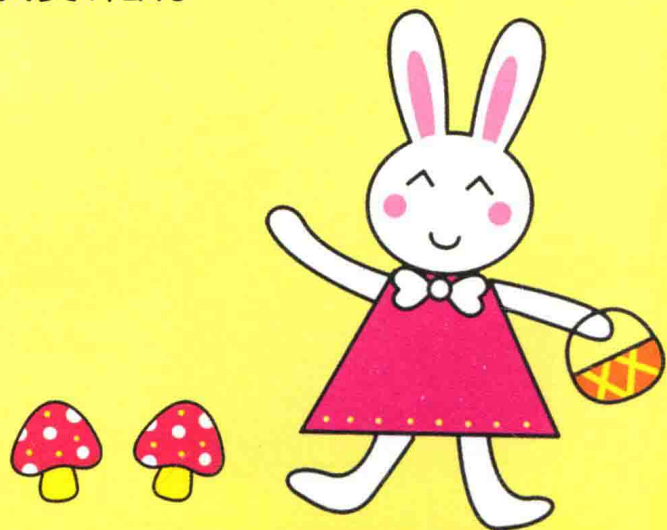
目录



培养好习惯

穿衣服·····	3
我要拉臭臭·····	4
洗小手·····	6
我要自己吃饭·····	8
用杯子喝水·····	10
宝宝自己走·····	11
宝宝自己睡·····	12
我爱洗澡·····	13
爱护小鼻子·····	14
爱护眼睛·····	15
不乱吃·····	16
爱护玩具不乱扔·····	18
摔倒我不哭·····	20
不含手指·····	21
少吃糖·····	22
地上东西不乱捡·····	23

不含纽扣·····	24
快应答·····	25
自己玩·····	26
走路不乱跑·····	28
睡午觉·····	29
客人来了问声好·····	30
我会说“拜拜”·····	31
我会说“谢谢”·····	32
“请”字真好听·····	34
小伙伴一起玩·····	36
我爱听故事·····	38





穿衣服

宝宝，你会自己穿衣服了吗？如果还不会，那就快来跟着儿歌学一学吧！

先伸小袖子，
整理小领子，
系好小扣子，
我是好孩子。



小提示



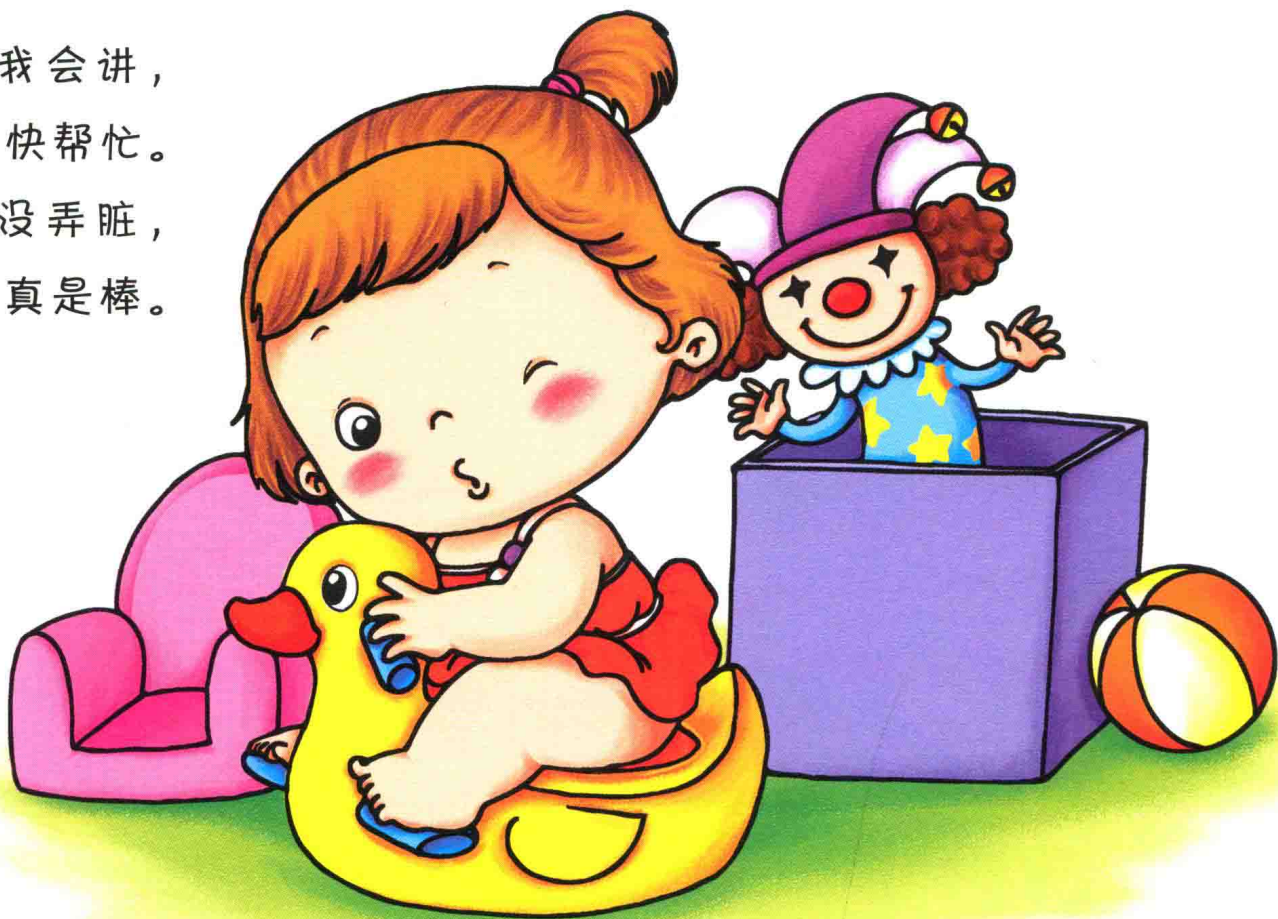
宝宝渐渐长大了，妈妈要教宝宝自己穿衣服。宝宝刚开始自己穿衣服时，妈妈要协助，以后可以尽量用语言指导宝宝一步步自己穿。



我要拉臭臭

宝宝，图中的小妹妹在做什么？你要拉臭臭时会大声告诉爸爸、妈妈吗？

有臭臭，我会讲，
告诉妈妈快帮忙。
小裤子，没弄脏，
妈妈夸我真是棒。



小提示

宝宝已经能够感知自己要大小便了。妈妈应该锻炼宝宝在有便便时，用语言或动作告诉妈妈，自己脱裤子，独立上厕所，培养宝宝的自理能力和好习惯。



要拉臭臭时,我们应该怎么做呢? 快来跟着小哥哥学一学!

1



宝宝上厕所,
裤子自己脱,
养成好习惯,
妈妈直夸我。

2



3



4





洗小手

宝宝，拉完了臭臭，玩过玩具，还有吃饭前，都要把小手洗干净哦！

一盆水，清又清，
小小手，洗干净。
讲卫生，不得病，
乖宝宝，你真行。



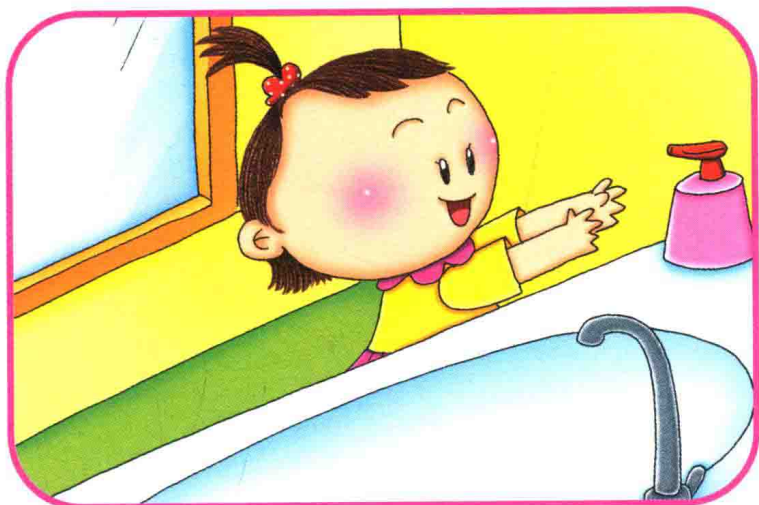
小提示



每次宝宝玩完玩具、吃饭前或者便后，妈妈都要带宝宝一起洗手，用毛巾擦干小手。多次重复这个行为，宝宝就会形成饭前便后要洗手的意识。



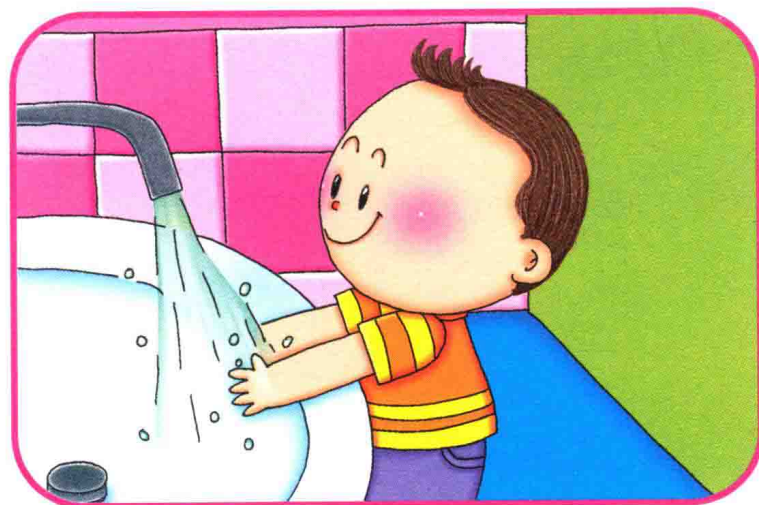
宝宝快来学一学，把小手洗得白净净、香喷喷吧。



淋湿双手后，涂香皂或洗手液。



把手心、手背和手指缝都搓一搓。



用水把手冲干净。



用毛巾把手擦干。



我要自己吃饭

图中的宝宝可真棒，自己吃饭，不用别人喂！你也像她一样棒吗？

小宝宝，坐桌前，
小勺子，送嘴边。
一口菜，一口饭，
自己吃，更香甜。



宝宝刚开始学习自己吃饭时，可能会把饭菜吃得到处都是。这时，妈妈要多鼓励宝宝，提醒宝宝把饭菜吃干净，渐渐地，宝宝就能自己吃饭了。



小哥哥和小姐姐是怎样吃饭的？宝宝照着做，就会自己吃饭喽。



饭前把手洗干净。



肉和蔬菜都要吃。



细细嚼，慢慢咽。



不洒汤，不剩饭。



用杯子喝水

宝宝，你也想像爸爸和妈妈那样用水杯喝水吗？照着做一做，你也行！



要倒水，喊妈妈，
小水杯，双手拿，
慢慢喝，别弄洒，
妈妈夸，好娃娃。

小提示

妈妈可以为宝宝准备一个带把儿的塑料杯或不锈钢杯，教宝宝一手握杯把儿，一手扶杯壁；每次装小半杯温水，喝光后再添。开始时，妈妈可以用手托着杯子，帮宝宝分担重量和保持平衡。





宝宝自己走

一二，一二，宝宝迈开大步自己走，再也不用妈妈抱。



挺起胸，把路走，
勤摆动，两只手。
小肩膀，放轻松，
目视前方大步走。

小提示



宝宝不愿意走路，可能是他缺乏安全感，希望从父母那里得到保护。1岁半以后的宝宝应该独立走路了，妈妈应该想办法增加宝宝走路的乐趣，例如，和他一起进行迈大步比赛。



宝宝自己睡

勇敢的宝宝不怕黑，盖上小被自己睡。

小宝宝，玩累了
安安静静睡觉了。
呼噜噜，呼噜噜，
宝宝睡得真香啊！



妈妈要为宝宝准备一张婴儿床，每次睡觉时，让宝宝仰卧或者右侧卧。宝宝一个人睡，有利于形成独立意识，妈妈要尽早给宝宝一个独立的睡眠空间。



我爱洗澡

香香的宝宝人人爱，宝宝快来洗洗澡，也做一个香宝宝！



澡盆里，翻水花，
宝宝洗澡哗啦啦。
淋淋水，细细擦，
爱干净，好娃娃。

小提示



有的宝宝在洗澡时会出现烦躁的情绪，妈妈可以让宝宝知道，爱洗澡、勤洗澡是一个好习惯，大家都喜欢爱洗澡的宝宝。经常鼓励和赞扬宝宝，能够树立宝宝的自信心，使宝宝在主观上乐于完成很多事情。