

越玩越聪明的 亲子游戏



和伊莎贝拉一起玩

深海贝类◎编著

陪宝宝上兴趣班，
不如在家陪宝宝玩游戏

玩是最好的学
玩是硬道理



让孩子健康成长的重点是陪伴，
游戏是陪伴宝宝成长的最好伙伴！





越玩越聪明的 亲子游戏

和伊莎贝拉一起玩

深海贝类◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

越玩越聪明的亲子游戏 和伊莎贝拉一起玩 / 深海贝类编著. — 长春 : 吉林科学技术出版社, 2012. 12
ISBN 978-7-5384-6404-7

I. ①越… II. ①深… III. ①智力游戏—儿童读物
IV. ①G898.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第296626号

越玩越聪明的亲子游戏 和伊莎贝拉一起玩

出版人 李 梁
编 著 深海贝类
编 委 张 旭 杨 柳 许 佳 蔡聪颖 党 燕 韩杨子 李春燕
摄 影 张 旭
图书模特 伊莎贝拉 深海贝类
责任编辑 端金香 徐 霜
封面设计 南关区涂图设计工作室
技术插图 南关区涂图设计工作室
开 本 880×1230mm 1/20
字 数 160千字
印 张 8
印 数 10000册
版 次 2013年4月第1版
印 次 2013年4月第1次印刷

出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话/传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600611 85670016
储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85635186
网 址 www.jlstp.net
印 刷 长春新华印刷集团有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-6404-7
定 价 35.00元
如有印装质量问题 可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635186

作者序



2011年《我的公主伊莎贝拉》和《宅女速变麻豆》已经和大家见面了，目前已经晋身为两位小天使妈妈的我真的既感到欣慰又有些许的小激动哦！在这段时间中发生了很多幸福的转变，二宝心滢出生了，伊莎贝拉也华丽转型为姐姐，我也晋升为两位宝贝的妈妈，真的感觉很幸福。看到宝宝一天天健康长大，也想将过程中的点滴幸福与育儿经验传递给更多的朋友。

伊莎贝拉就像是春日里，清晨第一缕阳光下顶着清澈露珠的小苗，不断地成长，似乎转眼间就发生了很多的变化。现在宝宝一天天地长大，喜欢同妈妈一起旅行，喜欢同妈妈一起游戏，喜欢同妈妈讲心里话。有时候一个简单的拥抱，一句轻声的呼唤，一个温柔的眼神以及在空闲时间同宝宝的一个简单游戏，可能便对亲子关系的建立起着重要的作用。宝宝是一个独立的个体，妈妈一定不要以自己的意志为转移，要尊重宝宝，学会以宝宝的方式同他们沟通。

现代社会的快节奏生活，很多家长抱怨没有太多的时间陪伴宝宝，其实只要将浪费在无聊事情上的一点时间抽出来陪伴宝宝游戏，也许就能使你们之间的关系迈进一大步，也可能为宝宝日后的成功奠定一块基石。

伊莎贝拉经常抱着我说：“妈妈，你是世界上最好的妈妈，你是我最爱最爱的好妈妈，我永远不要离开你！每每听到这样的言辞，我感觉所有的努力都是值得的，能拥有这样一位乖巧的女儿，能拥有这样一种深深的爱恋以及无人能取代的依恋，是我最最幸福的事情！

宝贝，妈妈永远爱你！

第一章 培养宝宝的肢体运动智能

第一节 培养宝宝肢体运动智能的重要性

肢体运动智能·····	8	游戏可使肢体协调·····	9
认识肢体运动智能·····	8		

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

看我的旋风腿·····	10	走“S”曲线·····	24
你做我也做·····	11	我是跨栏小高手·····	25
我要做投手·····	12	健康操·····	26
推小车·····	13	凌空小飞人·····	27
倒茶·····	14	翻书·····	28
蹲蹲站站·····	15	一枪打四鸟·····	29
坐椅子·····	16	配盖子·····	30
捡起来接着走·····	17	书上开了小花·····	31
骑脚踏儿童车·····	18	捡豆子·····	32
篮球小超人·····	19	和豆豆做游戏·····	33
小袋鼠跳一跳·····	20	宝宝传笔·····	34
金鸡独立·····	21	套玩具·····	35
二人三足·····	22	自己打开包装袋·····	36
脚尖走路·····	23	拍气球·····	37

第三节 宝宝自己来，玩出好头脑

一起画螃蟹·····	38	一起做小鸡·····	40
一起画蜗牛·····	39		

第二章 培养宝宝的音乐智能

第一节 培养宝宝音乐智能的重要性

音乐智能·····	42
正确认识音乐智能·····	42
正确进行音乐智能训练·····	43

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

听音辨人·····	44	神奇的铃声·····	46
音乐呼啦圈·····	45	用水杯敲出声音·····	47

第三节 宝宝自己来，玩出好头脑

《小星星》·····	48	《泥娃娃》·····	52
《数鸭子》·····	49	《一只小毛驴》·····	53
《三只熊》·····	50	《小兔子乖乖》·····	54
《拍手歌》·····	51		

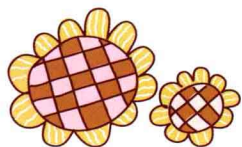
第三章 培养宝宝的数学逻辑智能

第一节 培养宝宝数学逻辑智能的重要性

数学逻辑智能·····	56
正确认识数学逻辑智能·····	56
在游戏中培养数学逻辑智能·····	57

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

数小羊·····	58	配配对·····	60
分清大，中，小·····	59	分分类·····	61



数字配对·····	62	点数手指·····	64
分粗细·····	63	石头,剪刀,布·····	65

第三节 宝宝自己来,玩出好头脑

小猴子吃饼干·····	66	找影子·····	71
认一认扑克牌·····	67	排一排·····	72
相同和相反·····	68	帮数字找朋友·····	73
宝贝的房间·····	69	我来拨电话·····	74
第几个反了·····	70		

第四章 培养宝宝的社交智能

第一节 培养宝宝社交智能的重要性

社交智能·····	76
正确培养宝宝的社交智能·····	76

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

我是小小店主·····	78	小司机·····	81
宝宝谈心·····	79	角色扮演·····	82
挠痒痒·····	80	漂亮的糖果·····	83

第三节 宝宝自己来,玩出好头脑

自我介绍·····	84	挑一挑厨房用具·····	86
排队·····	85		

第五章 培养宝宝的自然观察智能

第一节 培养宝宝自然观察智能的重要性

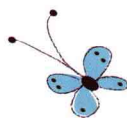
自然观察智能·····	88
宝宝自然观察智能发展的特点·····	88
训练宝宝的自然观察力·····	89

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

神奇投手·····	90	叠罗汉·····	97
认红色玩具·····	91	小天使的翅膀·····	98
学习形状·····	92	好味指点点·····	99
有趣的拼图·····	93	软软的纸糊·····	100
我是小小建筑师·····	94	比薄厚·····	101
这些都是圆的·····	95	看图识物·····	102
认识早和晚·····	96	下雨了·····	103

第三节 宝宝自己来,玩出好头脑

找朋友·····	104	看图识字·····	109
纽扣连连看·····	105	多变的天气·····	110
物归原位·····	106	生活小物·····	111
认识汽车·····	107	小马过河·····	112
认识四季·····	108		



第六章 培养宝宝的语言智能

第一节 培养宝宝语言智能的重要性

语言智能	114
创造有利于语言智能提升的环境	114
语言智能开发越早越好	115

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

摸宝贝	116	问候电话	119
小花猫摘桃子	117	和古诗交朋友	120
读书“猜字”	118	拍手歌	121

第三节 宝宝自己来，玩出好头脑

你会模仿小动物么	122	唱儿歌	127
开饭啦	123	绕口令，读一读	128
学古诗	124	小嘴来变形	129
喜欢的水果	125	多彩的蔬菜	130
读一读	126		

第七章 培养宝宝的空间智能

第一节 培养宝宝空间智能的重要性

空间智能	132
正确认识空间智能	132
要重视开发宝宝的空间智能	133

第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

画下小手和小脚	134	颜色扩展游戏	136
我来做彩虹	135	小熊的窝	137

第三节 宝宝自己来，玩出好头脑

水果汇	138	一串糖葫芦	141
填积木	139	小动物在唱歌	142
彩色世界	140		

第八章 培养宝宝的内省智能

第一节 培养宝宝内省智能的重要性

内省智能	144
正确开发宝宝的内省智能	144

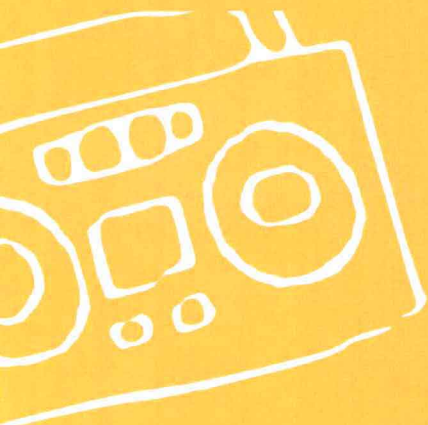
第二节 快乐游戏塑造聪明宝宝

学会擦鼻涕	146	学刷牙	151
穿鞋袜	147	宝宝自己来穿衣	152
给扣子找家	148	甜甜的梦	153
过家家	149	扮靓游戏	154
洗丫丫	150	我是收纳小能手	155

第三节 宝宝自己来，玩出好头脑

五官大冒险	156	洗澡的乐趣	158
哪个小朋友做得对	157	宝宝的家	159





第一章

培养宝宝的肢体运动智能 ——聪明宝宝爱运动





第一节

培养宝宝肢体运动智能的重要性



肢体运动智能



认识肢体运动智能

宝宝动作的协调和发展，对心理与智力的发育有着重要的意义。父母最好能从宝宝出生起，就开始训练和发展他的运动能力。运动是宝宝天性的自然表现，宝宝一出生就开始用自己粉嫩的小身体来感知这个美丽而又新奇的世界。肢体运动智能发展好的人，能通过肢体动作表达内心感情，并且乐于用肢体动作表达思想和对美的事物的体会，具有开朗、自信等良好的品质。让孩子具备优良的肢体运动智能，健康、快乐地成长是每一位家长的美好心愿。运动智能是通过身心来使表现更加完美的能力。

肢体运动智能是指能运用整个身体或身体的一部分解决问题和熟练地掌控物体的能力，简单而言，就是具备调节身体平衡、进行身体运动以及灵活运用肢体的能力。这项智能主要是由中枢神经系统支配身体肌肉行动的生理表现，如身体表现出来的速度、力量、耐力、柔韧、灵巧、敏捷等一些应具有的身体素质，以及由触觉引发的一些能力，如跑、跳、投、爬等。肢体运动智能发展较好的人平衡感强、动作灵活、手眼协调良好。舞蹈家、运动员、武术家等在这项智能上有较突出的表现。





肢体运动智能有强弱之分，但是后天环境对宝宝这种能力的开发和发展起着重要的促进作用。父母应根据宝宝不同年龄段的身心特点，有意识地锻炼宝宝的肢体运动智能。游戏是最有效的方式，大量的游戏活动可以让宝宝训练更多的动作，如爬、跑、跳等，帮助宝宝各个身体部位的协调发展，全面提升宝宝的肢体运动智能。

MY
BABY ★

Tips



正确训练宝宝的大动作能力

0~1个月 让宝宝的手脚自由伸展

妈妈在给宝宝喂奶的时候，尽量让新生儿触摸你的身体，使他的小手能自由摆动或随意抓东西。同时，也要让一双小脚能随意伸缩、自由地活动。

4~6个月拉坐练习

宝宝在仰卧位时，妈妈可握住他的手，将他缓慢拉起，注意要让宝宝自己用力，妈妈仅用很小的力气，以后逐渐减力，或只握住妈妈的示指拉起来。通过这个训练，宝宝的头能够逐渐伸直，躯干上部也可挺直，使颈和背部肌肉得到锻炼。

8~10个月 初次练习迈步

宝宝初学迈步时，可以让他先学推坐行车。开始宝宝可能后蹲后退，这时爸爸妈妈可帮助扶车，向前推移，使宝宝双脚向前移步前进。还可以将宝宝放在活动栏内，爸爸妈妈沿着活动栏，手持鲜艳带响的玩具逗引宝宝，让宝宝尝试移动几步。

1~2岁 手部精细动作能力飞速发展

宝宝现在已经能够轻松地抓握很多的日常用品，如带把手的小杯子，自己的小玩具，而且还能用手抓住蜡笔进行涂鸦了。

2~3岁 掌握更多复杂动作

宝宝现在已经能和小朋友一起跑跳追逐了，还能够骑三轮车，宝宝的运动能力真是飞速发展，爸爸妈妈看在眼里也一定很幸福吧。

快乐游戏塑造 聪明宝宝

Baby Game

看我的旋风腿



★准备大小适中的玩具球放在宝宝脚边，教会宝宝如何踢腿，并反复尝试。

★在宝宝掌握一定技巧后，妈妈给宝宝演示几种“花式”踢法，教会宝宝如何协调身体。



2



宝妈秘籍

开始时，宝宝的动作可能会有不协调或经常跌倒，但这也是活动的乐趣所在哦！



游戏目的

这个游戏可以培养宝宝的模仿能力，训练身体协调性和腿部的活动能力。

你做我也做



1



小羊、小羊，
咩咩咩……

- ★开始的时候，妈妈可以先做一些简单动作例如爬行、举手等，然后让宝宝模仿妈妈一同做。
- ★逐渐增加难度，培养宝宝四肢的协调性。
- ★尝试着模仿一些动物，包括动作和叫声，增强宝宝的观察模仿能力。

2



游戏目的

宝宝很喜欢模仿成人的动作，妈妈可以利用这一点，让宝宝学习各种姿势。妈妈可以告诉宝宝这是什么动作，并鼓励宝宝模仿动作，锻炼宝宝的肌肉及机体平衡以及宝宝的想象能力。



3



我要做投手



1



2



3



游戏目的

这个游戏可以训练宝宝对手部动作的控制，对距离的判断力，也有利于宝宝的右脑开发。



宝妈秘籍

宝宝投球时喜欢靠近，要逐渐拉远距离，一步步提高难度，才能达到锻炼的目的。

- ★准备一些报纸球和一个开口纸盒，并且首先由妈妈给宝宝演示投球动作，然后在一旁指导宝宝。
- ★让宝宝捡球，抛球。
- ★纠正宝宝动作，并给予鼓励。
- ★妈妈还可以与宝宝比赛，以增强宝宝对游戏的兴趣。

推小车



★准备一把四脚的小椅子，让宝宝推行，可以加以演示，然后让宝宝模仿。

★让宝宝独立在平滑地面推动椅子。

★对宝宝进行鼓励，如“宝宝加油”，“宝宝真棒”等。



游戏目的

这个游戏可以帮助宝宝更好地学走路，锻炼宝宝上肢力量，促进宝宝身体协调能力。

1



2

小推车，咕噜转
娃娃来推车
去公园游玩



宝妈秘籍

宝宝在推动过程中感觉自己很有力量，有成功的体验哦！妈妈们还可以在游戏的过程中编一些简单的儿歌，边对宝宝说，边帮助宝宝做运动。

倒茶



3

1



游戏目的

这个游戏可以训练宝宝手腕活动能力，培养宝宝责任感。



2



宝妈秘籍

开始进行游戏时，宝宝经常会不小心把水洒在外面，这时妈妈一定要鼓励宝宝，不可责怪宝宝。

★准备一些塑料瓶子、酸奶瓶子、小口杯等容器，一个带柄小茶壶，妈妈和宝宝一起将容器、茶壶摆在茶几上，让宝宝给妈妈倒茶。

★妈妈坐在容器旁边，指导宝宝双手捧着茶壶，慢慢将茶水倒进杯子里，然后放下茶壶，双手端着杯子递给妈妈，喝完茶后可让宝宝再倒一杯，然后让宝宝自己用各种容器倒着玩。

★妈妈还可以在稍远处看着宝宝往其他容器里倒水，并提示宝宝将两个容器拿起来相互倒来倒去，直到宝宝能准确地将一个容器中的水倒进另一个容器。

蹲蹲站站



游戏目的

这个游戏可以培养宝宝的反应能力和肢体活动能力。

2

1



宝妈秘籍

因为宝宝有时会不听口令乱跳，慢慢才会在引导下学会听口令。所以妈妈们在和宝宝玩的时候也一定要注意这一点哦！

- ★妈妈演示动作，喊“蹲下”时，蹲下，喊“起立”时站起。
- ★妈妈要陪着宝宝一起做动作，并注意节奏。
- ★在重复多遍后，妈妈喊口令，让宝宝独立做动作，并鼓励宝宝。

坐椅子



其实很
简单嘛！

1



2



3



★选择一把高度适中的椅子，如图
所示。妈妈站在一旁协助，让
宝宝尝试爬上椅子。

★宝宝爬上椅子后，让宝宝坐在
椅子上，并在此过程中不断鼓励
宝宝。

★待宝宝逐渐熟练后，可鼓励宝
宝独立尝试。



游戏目的

通过宝宝主动攀爬椅
子的过程，可以锻炼宝宝
身体协调性和四肢协调活
动能力。