

妈妈宝宝
系列

0~3岁宝宝 益智亲子游戏

吴光驰/编著



父母是孩子第一任老师
游戏是宝宝第一堂课

每天一个小游戏，宝宝越玩越聪明
在玩乐中培养亲子关系，让宝宝在游戏中健康成长

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁宝宝益智亲子游戏 / 吴光驰编著. —北京: 中国纺织出版社, 2013.8
(妈妈宝宝系列)

ISBN 978-7-5064-8321-6

I. ①0… II. ①吴… III. ①婴幼儿—智力游戏 IV. ①G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第033366号

责任编辑: 胡敏 韩婧

责任印制: 何艳

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码: 100124

邮购电话: 010-67004461 传真: 010-87155801

http: //www.c-textilep. com

E-mail: faxing@c-textilep. com

北京千鹤印刷有限公司 各地新华书店经销

2013年8月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 17

字数: 283千字 定价: 39.80元(附赠挂图)

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

妈妈宝宝
系列

0~3岁宝宝 益智亲子游戏

吴光驰/编著



父母是孩子第一任老师
游戏是宝宝第一堂课

每天一个小游戏，宝宝越玩越聪明
在玩乐中培养亲子关系，让宝宝在游戏中健康成长



妈妈宝宝
系列



定价：49.80 元



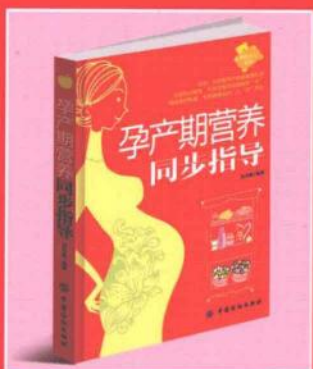
定价：39.80 元



定价：39.80 元



定价：49.80 元



定价：49.80 元



定价：39.80 元

上架建议：孕产育儿类

ISBN 978-7-5064-8321-6



9 787506 483216 >

定价：39.80 元



漫号文化创意

妈妈宝宝系列

吴光驰 编著

0~3岁宝宝
益智
亲子游戏



 中国纺织出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

0~3岁宝宝

益智
亲子游戏



前言

从出生到3岁这个阶段，是宝宝成长发展最快的时期。在这段时间，宝宝的吸收能力超强，他们的理解或接受能力，有时强到我们难以想象。尽管宝宝之间存在个体差异，但只要爸爸妈妈有心，他们都可以成为天才！

游戏是促进宝宝发育的重要方式

在最初的几年里，宝宝所接触到的一切，都会深远地影响着他将来的情志。父母通过与宝宝做游戏，不仅可以让宝宝开心度过每一天，更重要的是能开启他的未来之路。

比如，学习精细运动和粗放运动技能，可以达到身体上的成长；在游戏中思考、发现和解决问题，可达到认知上的成长；学习沟通、接受和表达，可促进语言的发展；与他人互动，则能达到社交技能的提高。此外，宝宝在游戏过程中还能形成更多的自我认同，掌握情绪的表达并能合理管理自己的情绪，从而达到心理上的成长……



本书能为你提供的

本书以年龄为划分方式，为不同阶段的宝宝创设了适合本阶段做的游戏，详细列出了每一种游戏所需的材料和步骤。为了让游戏更有趣，本书还设置了衍生游戏。另外，书中提到的安全提示确保宝宝在游戏中不会受伤。当然更少不了介绍游戏能为宝宝带来的益处，这会让爸爸妈妈在和宝宝玩游戏时更有目的性。

每一个宝宝都是天才，父母所要做的就是发掘天才，并做出正确的引导。与宝宝游戏时，父母可以及时发现宝宝的兴趣、特点，并据此及时调整教养方案，更好地挖掘宝宝的潜能。亲子游戏还会给父母带来很多意想不到的收获，游戏所带来的欢快情绪会冲淡一切烦恼与压力，让你重回童年的美好时光，感受人生的真谛。





专题：0-1岁宝宝的玩具箱 / 14



引导宝宝熟悉外面的世界 / 17

表情变变变：逗笑 / 18

拨浪鼓，咚咚响：听力练习 / 19

对面的宝宝看过来：注视锻炼 / 20

看这里，看那里：追视锻炼 / 21

玩具在哪里：认识物体的恒存性 / 22

手套脸谱：认识面部特征 / 23

手脚动不停：感觉锻炼 / 24

宝宝按摩：建立身体意识 / 25

嘴巴的音乐：感受不同的声音 / 26

翻来翻去：建立方向感 / 27

小青蛙抬头看：俯卧抬头 / 28

妈妈摸一摸，宝宝快快长：抚触 / 29



充满好奇，用手、眼感受世界 / 31

左三圈，右三圈：全身旋转 / 32

玩偶手套：表达情绪 / 33

看看我的小鞋子：脚眼协调 / 34

后边是谁呀：转头训练 / 35

眼睛眨眨：认识身体部位 / 36

小蜜蜂，嗡嗡嗡：锻炼头部灵活性 / 37

音乐时刻：辨别不同的声音 / 38

握握脚，盘盘腿：盘腿游戏 / 39

小手小手拍拍：拍手游戏 / 40

抬脚脚，踢球球：抬腿运动 / 41

和小球亲密接触：认识空间 / 42

手舞足蹈：四肢协调 / 43

我能抓到你：练习抓握 / 44

捂脸躲猫猫：认识妈妈的样子 / 45

泡泡浴：感官刺激 / 46

彩纸贴贴贴：视觉跟踪练习 / 47

降落球：视觉追踪 / 48

谁笑得最响：丰富面部表情 / 49



认识自己、爸爸和妈妈 / 51

晃晃我的拨浪鼓：抓取训练 / 52

蹲一蹲，跳一跳：平衡之舞 / 53

镜子里的宝宝是谁啊：认识自己 / 54

红苹果滚啊滚：抬头训练 / 55

拉大锯，扯大锯：坐起来了 / 56

摇啊摇，摇到外婆桥：打开社交 / 57

大鼻子，小鼻子：认识五官 / 58

纸飞机，飞呀飞：锻炼追视能力 / 59

骑上小车去旅行：蹬腿运动 / 60

身体扭扭扭：初步爬行练习 / 61

名字歌：听力训练 / 62

乘着小船四处游：扩大视野 / 63

开小车：另一个角度看世界 / 64

钓鱼：懂得运用技巧 / 65

摘帽子：认识不同的角色 / 66

小球小球别落下：挑战协调性 / 67

抓住再松开：手指的精细运动 / 68

袜子玩偶：培养专注力 / 69

下雨啦，下雨啦：感受水的特性 / 70

骑上马儿哒哒哒：控制平衡 / 71

手电筒游戏：认识神奇的光 / 72

小蜘蛛爬呀爬：培养身体意识 / 73

宝宝坐起来：锻炼对头颈的控制能力 / 74

游来游去：用感官了解周围的世界 / 75



6~9个月 关心自己和家人，渴望交流 / 77

跟妈妈一起做鬼脸：认识表情 / 78

叮铃铃，电话响了：识别声音 / 79

小小钢琴家：识别声音高低 / 80

我找到了：思维的萌芽 / 81

糖果在哪里：积极探索 / 82

哗啦啦，下雨啦：培养想象力 / 83

翻山越岭找玩具：爬行中成长 / 84

找啊找啊找妈妈：攀越训练 / 85

小花猫钻山洞：越爬越聪明 / 86

小船晃悠悠：空间体验 / 87

小蜜蜂，嗡嗡嗡：丰富想象力 / 88

小小模仿秀：学会观察和模仿 / 89

玩具变变变：感受物体的恒存性 / 90

小小投篮高手：在模仿中学习 / 91

动物园之旅：辨别不同的声音 / 92

动物玩偶：丰富想象力 / 93

动感乐队：感受节奏 / 94

抓住了，抓住了：感受惊喜 / 95

快乐拍拍手：学会表达情绪 / 96
小冰块，飘啊飘：探索科学的奥秘 / 97
巧手捡豆豆：手眼协调 / 98
会动的豪猪：让认识更直观 / 99
贴纸在哪里：寻找目标 / 100
浮起来，沉下去：认识物体的性质 / 101

神奇的雪：感受雪的特性 / 102
捏一捏：感受不同物品的特性 / 103
跷跷板：控制平衡 / 104
闻一闻，尝一尝：认识不同的食物 / 105
隧道旅行：感受深度 / 106
玩具哪去了：简单推理 / 107



四处探险，认识更多的东西 / 109



彩纸撕撕撕：动手协调性 / 110
大小杯子套起来：初步认识大小、数字 / 111
玩具出来：理解空间概念 / 112
妈妈，我能找到你：积极探索 / 113
玩具丢丢丢：提高运动和空间智能 / 114
推推我的小推车：为行走做准备 / 115
小皮球推来推去：手眼协调 / 116
玩具搬家啦：肢体配合 / 117
小球球跳啊跳：手指精细动作 / 118
爸爸妈妈跳出来：表达情绪 / 119
滑滑梯：平衡游戏 / 120

咿咿呀呀就是我：语言训练 / 121
叮当叮当：听力开发 / 122
推倒积木：尝试自己解决问题 / 123
宝宝宝宝出来啦：探索中解决问题 / 124
造形海绵：认识色彩与形状 / 125
乱跑的小熊：因果推理训练 / 126
手指、头发和鼻子：认识自己的身体 / 127
推拉小车：练习行走 / 128
跨越障碍：自己想办法解决问题 / 129
我来脱衣服：学习生活的技能 / 130
各归各位：区分物品的种类 / 131

1岁~1岁半



继续锻炼感知，为学习打基础 / 133

大小图片对一对：手眼协调 / 134

爸爸走，我也走：步调一致 / 135

手抓玻璃球：提高抓握力和意志力 / 136

我来放饼干：促进动作思维发展 / 137

飞机起飞啦：建立空间感 / 138

甜的还是酸的：提升感觉智能 / 139

公鸡喔喔叫：锻炼听和说 / 140

戴五颜六色的帽子：颜色识别 / 141

在爸爸腿上滑滑梯：提高平衡能力 / 142

变积木：初步认识1、2、3 / 143

手指头会唱歌：锻炼手口一致、

音乐感知力 / 144

图形对号入座：抽象思维训练 / 145

猜猜看：提高判断及推理能力 / 146

追泡泡：分享快乐 / 147

乒乓球和花皮球：分辨大小 / 148

过家家：培养良好的生活习惯 / 149

水果宝宝送回家：学会归类和排序 / 150

学动物走路：模仿、想象、创造 / 151

幸福拍手歌：形成良好的性格 / 152

穿过羊肠小道：提高行走技能 / 153

踩影子：锻炼动作的协调性 / 154

红灯停，绿灯行：提高大脑的协调能力 / 155

背狗狗：锻炼协调和空间感知能力 / 156

涂鸦：训练手眼协调能力 / 157

给积木分类：认识颜色、形状，识别多少 / 158

捡豆豆：促进运动智能和耐力的发展 / 159

小脚丫到处追：增强视觉追踪能力 / 160

爬呀爬，绕障碍：增加安全感 / 161





积木进洞：促进手眼配合 / 164

小动物模仿操：锻炼观察和模仿能力 / 165

看图找字：记忆和语言训练 / 166

学跳舞：增添活力 / 167

爬山：磨炼意志力 / 168

一起去踏青：培养观察力和探索精神 / 169

踢足球：锻炼动作协调性 / 170

大风吹：提高推理能力 / 171

自己扶栏杆上楼：提高独立性 / 172

“谢谢”和“再见”：必备礼仪 / 173

小兔子乖乖：提高辨别能力 / 174

点豆豆，抓手指：提高灵敏性 / 175

送积木宝宝回家：好习惯培养 / 176

树叶作画：提高手部运动协调性 / 177

跳房子：增强身体的灵活性 / 178

空气的味道：刺激嗅觉发育 / 179

找朋友：树立集体意识 / 180

脚跟接脚尖走：促进平衡能力发展 / 181

手印画：培养手部协调能力和创造力 / 182

找字卡：锻炼认知能力 / 183

飘落的树叶和纸片：感受自然 / 184

剥香蕉：培养生活自理能力 / 185

分扑克：锻炼手眼配合和逻辑思维能力 / 186

装直尺：增强分析能力和意志力 / 187

勇敢的小伞兵：建立自信 / 188

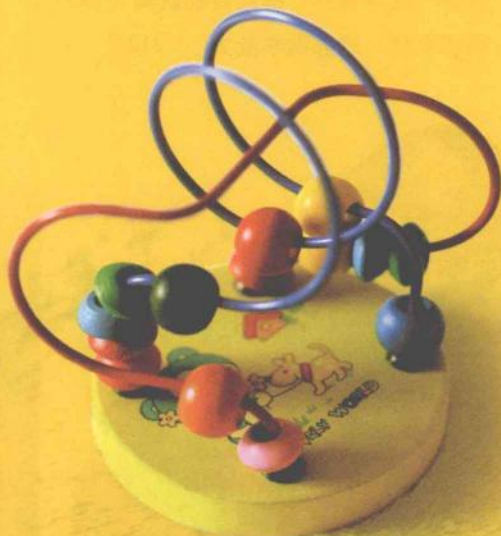
小风车，转转转：感知自然 / 189

火车进山洞：学会穿裤子 / 190

假装开车：充分发挥想象力 / 191

惊喜盒子：感受期待与惊喜 / 192

摸一摸，猜一猜：记忆识别 / 193





在模仿中学习 / 195

分豆豆：锻炼逻辑思维和概括能力 / 196

图片归类：培养抽象思维能力 / 197

摸摸看：感受物品的形状 / 198

和妈妈开舞会：领略音乐魅力 / 199

说一说，我是谁：提高表达能力 / 200

青蛙宝宝跳一跳：培养健康的身心 / 201

跳圈圈：养成运动习惯 / 202

玩沙子：开发形象思维 / 203

自我介绍：沟通和社交能力的培养 / 204

边唱边指：训练反应能力 / 205

彩绳找朋友：强化颜色识别和手眼协调 / 206

寻宝：拓展灵敏度、观察力 / 207

抓海绵：激发探索欲 / 208

探索光与影：培养思考能力 / 209

我来演，你来猜：提高语言表达能力 / 210

大家一起弯弯腰：提高自我认知 / 211

搭积木塔：培养数学能力 / 212

上下左右：学习方位概念 / 213

龟兔赛跑：塑造健康人格 / 214

套娃：空间感知演练 / 215

推球入门：按指令行事 / 216

耳语传话：沟通的诀窍 / 217

你拍一，我拍一：锻炼动作配合能力 / 218

奇怪的故事：增强记忆力、语言能力 / 219

欢迎来做客：学习社交规则和礼仪 / 220

画脸：发展想象力 / 221

神奇眼镜：提高视觉敏锐度 / 222

钓鱼：训练耐力、协调性 / 223

采集石头：培养钻研精神 / 224

堆雪人：增强体魄、培养乐观品格 / 225

看图找物：提高分类和配对能力 / 226

小动物爱吃什么：发展语言表达能力 / 227

猜花生：锻炼眼力和记忆力 / 228

我来擦桌子：树立自我和自尊意识 / 229





和小朋友一起玩 / 231

- 做鬼脸：发展创造性思维 / 232
- 爬山：开阔心胸、强身健体 / 233
- 会唱歌的杯子：发展音乐智能 / 234
- 带妈妈回家：强化记忆力、塑造自信 / 235
- 漂亮的手工纸花：提高艺术感受力 / 236
- 男孩和女孩：增强自我意识 / 237
- 手指操：锻炼手指灵活性和反应能力 / 238
- 发生了什么：培养解决问题的能力 / 239
- 自编儿歌：提升创造力 / 240
- 走楼梯，学数数：促进综合能力发展 / 241
- 扑克钓鱼：认数字，比大小 / 242
- 来回倒水：增强手部肌肉控制力和独立性 / 243
- 记得准，找得快：训练记忆力和观察力 / 244
- 看望朋友：情商培养 / 245
- 趣味袋：给物品分类 / 246
- 滚一滚，认一认：游戏中学习 / 247
- 你做我猜：锻炼模仿力 / 248
- 瓶子画：发展创造力 / 249
- 蹦蹦跳：快乐地运动 / 250
- 整理衣服：训练分类和思维能力 / 251
- 折纸：增强操作能力 / 252
- 打电话：提高语言与社交能力 / 253
- 抛接球：促进空间知觉的发展 / 254
- 飞机拉线：激发求知欲 / 255
- 遇到危险怎么办：认识紧急电话 / 256
- 神奇的静电：探索科学世界 / 257



自制动力小火车：发展动手能力，

增加成就感 / 258

练习用筷子：锻炼手部灵活性和控制力 / 259

我来学刷牙：生活技能训练 / 260

模特表演：训练生活自理能力 / 261

开个生日会：培养认知和归纳能力 / 262

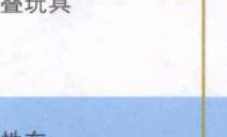
小小邮递员：发展记忆力和语言表达能力 / 263

附录 / 264

0~3岁宝宝体格智力发育指标 / 264

专题：0~1岁宝宝的玩具箱

年龄	名称	品质要求	使用方法
1个月	充气玩具 吊挂玩具	色彩鲜艳、造型精美、易于清洗，无毒、无害。	悬挂在宝宝的床头及周围3米以内，每隔2~3天轮流更换。
2~3个月	吊挂玩具 可发声的橡胶玩具 摇铃玩具	颜色鲜艳、声音悦耳、造型逼真，树脂或塑料制品，可以清洗、消毒。	悬挂在宝宝的床头及周围3米以内，定期轮换。
4个月	会翻跟头的小猴子 等电动玩具 	形象可爱、声音悦耳、造型逼真，树脂、塑料或毛绒外壳的玩具，最好可以清洗。	打开开关或上紧发条，玩具可以移动，或伴有音乐和动作。宝宝会认真地观察玩具。
5个月	宝宝画报	最好是塑料材质的不易撕坏的书。色彩鲜艳、印刷精美逼真、内容简单、图比较大的画面。	先看一些简单的画，如一个苹果、一张床、一只猫，逐渐看其他的物品、景色和花草等。
6个月	小彩球 	颜色鲜艳、造型精美，宝宝用两只手或一只手能抱住，易于清洗、消毒。	宝宝对能动的一切物品感兴趣，能滚动的彩球和摆来摆去的不倒翁非常有吸引力，他会随着滚动的彩球翻身或爬行嬉戏。 

年龄	名称	品质要求	使用方法
7个月	小鸭子、小海豚等 戏水玩具 	颜色鲜艳、造型精美，塑料制品，可以清洗、消毒。	宝宝会独坐后，洗澡时在浴盆中玩，或者坐在水盆边玩。
8个月	套叠玩具 	颜色鲜艳、造型精美，树脂制品，可以清洗、消毒。	父母可以示范给宝宝，将套环一个一个套在立柱上。
9个月	惯性车 	颜色鲜艳、造型精美，树脂制品，可以清洗、消毒。如果有一些大块的可拆卸的组件（方块、圆柱或开车的小人）就更好。	让宝宝推着车在地上爬来爬去，爬累了，可以把车上的组件拆开，再组装，装了再拆。 
10个月	积木 	造型精美，形状各异，可选择颜色鲜艳的塑料积木，也可选择无漆的木制积木。	父母给宝宝示范，一块一块搭起来，宝宝搭上一块就要表扬他。开始可能搭得不整齐，通过练习会搭得越来越好。
11个月	小乌龟、小鸭子等 动物或汽车造型的 拖拉玩具	颜色鲜艳、声音悦耳、造型精美，树脂或塑料制品，可以清洗。	让宝宝学着拖拉着玩具走来走去，提高宝宝学走的兴趣。
12个月	儿童三轮车 	有安全认证标志的知名品牌的产品，最好带有推车扶手。 	可以让宝宝推车练习行走，也可以教宝宝练习骑车，开始要由父母扶住车子，防止宝宝侧摔。