



38个成长中的关键游戏

智力潜能游戏

主编：鲁杰 插图：文鲁插图工作室

0-3岁

中国幼儿教育专业委员会
主任：梁志燊
“幼儿思维发展与研究”十
五课题组专家：廖丽英

联袂推荐



华夏出版社



陪陪小“娃娃”

游戏目的

让宝宝了解生活规律，培养良好的生活习惯。

游戏内容

妈妈准备一个小布娃娃、碗、匙、用纸团做的米饭。妈妈对宝宝说：“小娃娃饿了要吃饭。”妈妈教宝宝给小娃娃喂饭。

妈妈和宝宝一起开汽车、搭积木。稍后，妈妈告诉宝宝：“小娃娃要睡午觉了。”妈妈请宝宝把小娃娃抱上床，盖上被子，用手轻轻地拍着娃娃睡觉。

游戏指导

很多宝宝做这个游戏时都不会按规定的程序做，妈妈要有耐心。

育儿新知

父母陪宝宝玩耍能够建立特殊的亲子关系，其影响要远远大于游戏本身对心智的启发。由于智能发展有其生理因素，因此宝宝自己玩与父母陪着玩所得到的刺激与认识是有差别的。

亲子关系需要从无到有，从初步到深度的积累，这种由量变到质变的过程，不是宝宝自己玩玩具就能得到的。



跷跷板游戏

游戏目的

训练宝宝的平衡感。

游戏指导

在整个游戏过程中，妈妈都要在旁边保护宝宝。

游戏内容

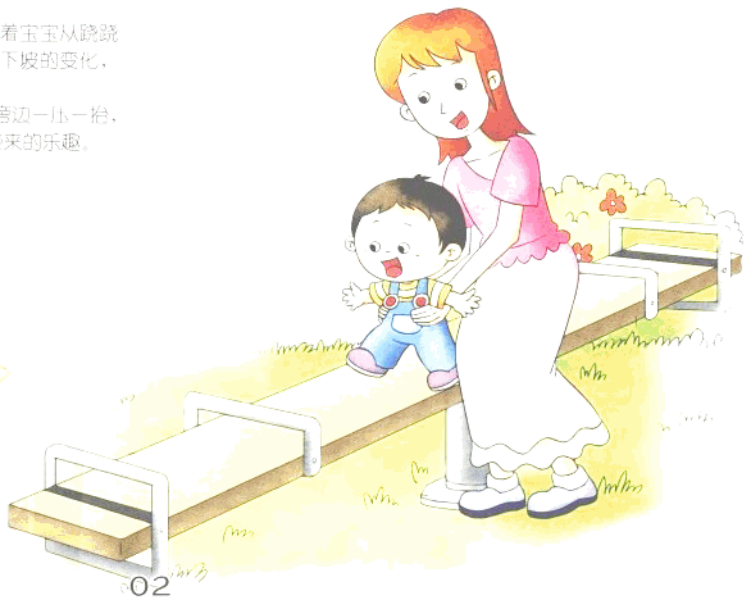
妈妈带宝宝走到跷跷板着地的一头，再扶着宝宝从跷跷板的这一头走到那一头，让宝宝感受从上坡到下坡的变化，锻炼宝宝的平衡能力。

走累了，就让宝宝坐在跷跷板上，妈妈在旁边一压一抬，让宝宝从中感受上上下下、高高低低的变化所带来的乐趣。

育儿新知

1岁~1岁半这个阶段的宝宝在掌握了“高度感与平衡感”之后，就能越走越好。在这个时候一定要为宝宝开辟一些合适的“运动场所”，让宝宝的身体能力得到适时的锻炼和提高。

这个阶段，不但要让宝宝在各种不同的条件下完成步行训练，而且要放手让宝宝去走。一般情况下，不要急于去拉扶跌倒的宝宝，让他充分体验“挫折与成功”是无比重要的！



玩气球

游戏目的

训练手眼协调能力。



游戏内容

准备一只气球，让宝宝把气球抛向空中。当球下来时，教宝宝用左右手向上击球，或让宝宝用头顶球，使球不落地。

也可以和宝宝比赛看谁玩的时间长（或击打的次数多），多者为胜。

游戏指导

在游戏中，要尽量让宝宝取胜，以激发他继续玩下去的兴趣。

宝宝身体能力的发展

大多数宝宝在1岁半左右都已学会“走路”了，为数不少的宝宝还走得“相当不错”！

这个时期，很多宝宝都可以在家中或平坦的地方快速走动，那种从未有过的生命体验真是奇妙无比。每个人的“人生第一步”都是这样开始的。

人影游戏

游戏目的

在做模仿游戏的过程中，培养表现能力，提高认识事物的能力。

游戏内容

天气好时到室外去做游戏。指着影子对宝宝说：“哎哟，你看妈妈前面有个黑影，这是怎么回事呢？哦，你看我动的时候它也在动呢……”

让宝宝踩着自己的影子，做张开双臂、举起双手、抬起一条腿等动作，同时说：“哎呀，小黑影也学人呢！”让宝宝注意影子的变化。

游戏指导

互相模仿影子玩，以增强宝宝对事物变化的认识能力。

● 宝宝运动能力的发展 ●

1岁~1岁半的大多数宝宝都能拉着玩具倒退走，也有一些宝宝喜欢拿着玩具向旁边走。妈妈拉着宝宝的一只手，多数宝宝都能在体位竖直的情况下走下楼梯。一些宝宝能利用椅子或凳子设法去够自己拿不到的东西。多数宝宝在这个阶段尚不会踢球。

04



体验圆形

游戏目的

认识物体的基本形状。

游戏内容

教宝宝认识圆形，并让宝宝指出日常生活中常见的圆形物体，如气球、车轱辘、碗等。

游戏指导

在1岁—1岁半这个阶段，年轻的爸爸妈妈要多陪宝宝一起外出。良好的亲子关系，正是在爸爸妈妈对宝宝无微不至的关怀和呵护下，一点一点地建立和发展起来的。

专家提示

父母要结合宝宝的个性来判断游戏是否合适。同等能力，不同个性的宝宝，对同一种游戏会有不同的反应。害羞、胆怯的宝宝的喜好反应都不明显，但活泼、好动的宝宝的喜怒哀乐却分明可见。因此，父母不要一开始就对宝宝在游戏中的表现有成见，而是要“投其所好”。



看图识物

游戏目的

培养宝宝的综合能力。

游戏内容

妈妈先教宝宝认识一种动物，宝宝熟记后再认识另外一个。待宝宝全部认识后，再由妈妈指着某一动物让宝宝叫出名称，或由妈妈叫出名称，宝宝指出是哪个动物。这个游戏做熟练后，妈妈可进一步告诉宝宝该动物的特点，比如叫声、走路姿势、喜欢吃的食物等。有机会的话，妈妈可带宝宝到动物园去看真实的动物。

游戏指导

妈妈在教宝宝认识动物时，除了让他熟悉该动物的特点外，最好再结合图画，给宝宝讲一讲长颈鹿高、小羊矮等常识，以初步培养宝宝对高与矮的空间认识。

育儿新知

1岁~1岁半的宝宝已不愿长时间安静地坐下来了。他喜欢让父母带他出去散步、兜风。一旦外出，他就会把全部兴趣都指向外部环境，往往会盯着小鸟、小草、花木看很长时间，对一切都充满新鲜感。爸爸妈妈要善于观察，找出宝宝喜好的活动项目。



扑蝴蝶

游戏目的

1. 培养宝宝的勇敢精神和承受挫折的能力。
2. 培养宝宝的自信心和克服困难的精神。

游戏内容

在墙上吊一只纸做的彩色蝴蝶，高度以宝宝伸手能摸到为宜。离墙2米左右放一条彩带，告诉宝宝这是一条“小河”。

妈妈对宝宝说：“宝宝看，河那边有只很漂亮的蝴蝶，宝宝去把它捉住，好吗？”妈妈鼓励宝宝跨过“小河”，继续行走，走到墙边。

当宝宝取下蝴蝶时，妈妈可表现出兴奋的样子，为宝宝拍手：“啊，把蝴蝶扑到了！”之后，妈妈让宝宝把蝴蝶“带回家”，鼓励宝宝举着蝴蝶跨过“小河”。

游戏指导

做游戏时，妈妈可带领宝宝一起跨过“小河”。如果宝宝有困难，妈妈可带领宝宝反复练习几次。

育儿新知

当宝宝活动的范围扩大后，他们就开始有了独立性的萌芽。这时的宝宝对一切都很好奇，喜欢探索新鲜事物。所以，爸爸妈妈不妨适当地放开手，给宝宝布置一个适合运动需求的环境，如一块安全的空地，里面有秋千、木马等，这对喜欢摇晃、跳跃的宝宝来说是很很有用的。



带“娃娃”去散步

游戏目的

1. 培养宝宝关心他人的品德。
2. 训练宝宝行走的能力和下蹲的能力。

游戏内容

准备一个玩具拉车和一个“小娃娃”，在房间一角的地板上放置一个小提篮，将“小娃娃”放在提篮里。

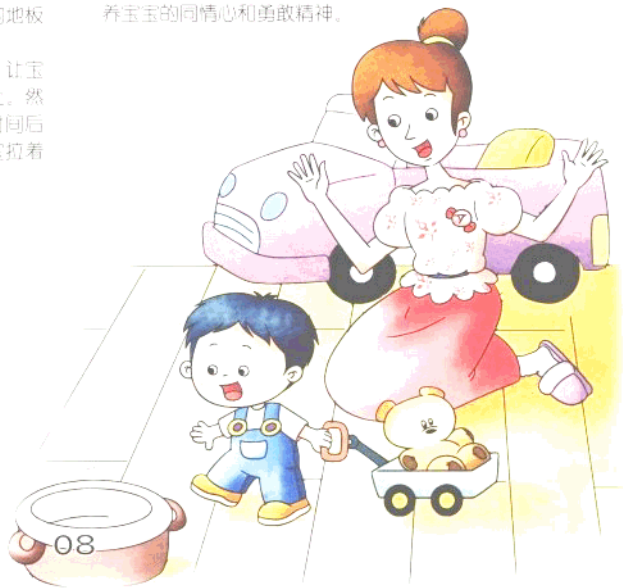
妈妈告诉宝宝：“娃娃醒了，带娃娃去散散步吧。”让宝宝蹲在地上将“娃娃”从提篮中拿出来，放在玩具拉车上。然后，妈妈让宝宝拉着拉车在房间里四处走动，过一段时间后告诉宝宝：“小娃娃饿了，要回家，送他回家吧。”宝宝拉着拉车，走到提篮边，从拉车中取出“娃娃”放回提篮。

专家提示

让宝宝自由自在地玩是生活中不可缺少的要素，无论它是什么形式的游戏，父母都不要抱太多的期望，也不宜事事都忽略，亲子游戏的过程远远胜于游戏的内容与成绩。

游戏指导

1. 防止宝宝边拉车边回头看车而跌撞或被拉车的绳子绊倒。
2. 当车子翻倒时，要让宝宝将车重新装好，并借此教育宝宝：“小娃娃跌倒了，多疼呀，给他掸掸土吧。”以此来培养宝宝的同情心和勇敢精神。



讲故事

游戏目的

1. 训练宝宝倾听成人讲话的习惯，发展宝宝的注意力。
2. 通过简短的故事让宝宝明白一些简单的道理，使他们从中学会良好的行为举止；并以此发展宝宝的语言，丰富他们的词汇。
3. 通过讲故事，建立良好的亲子关系，让宝宝保持良好的情绪状态。



游戏内容

选择一些故事情节简单、配有图画说明的故事书，让宝宝一边看图画，一边听妈妈讲故事。将故事反复讲几遍，使宝宝对故事情节有粗略的记忆。

可根据故事提一些简单的问题让宝宝回答，如“妈妈讲的故事里有谁？”等。

游戏指导

可根据故事的内容进行一些延伸活动，如当故事里出现小猫时，可让宝宝学学猫的叫，以增加趣味性。

专家提示

妈妈给宝宝讲故事，一定要注意语调亲切、吐字清楚、语速稍慢。若要配合图片讲故事，选择的图画书构图要简单，颜色要鲜艳。此外，设计的提问不要太复杂，因为宝宝此时的语言词汇很贫乏，发音也不清楚，只能说一些简单的词和简短的句子，同时宝宝这一时期的思维能力、理解事物的水平也较低。

认识身体器官

游戏目的

发展宝宝的学习、记忆能力以及自我认识能力。

游戏内容

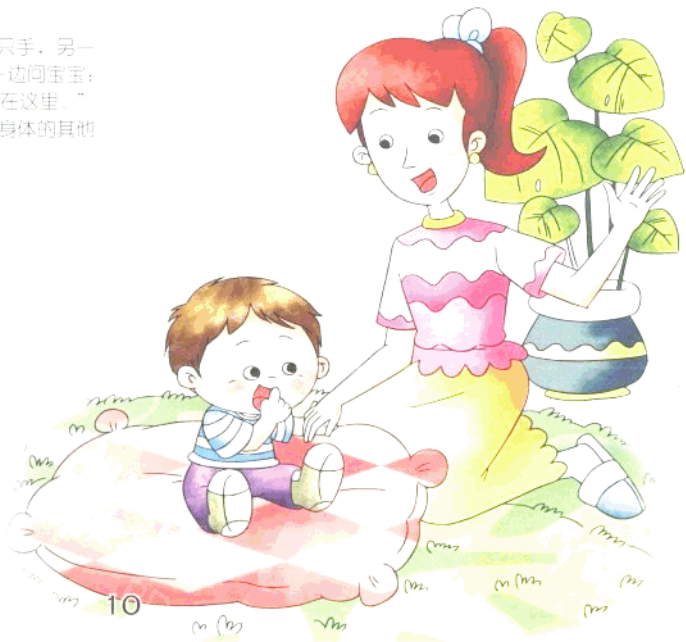
妈妈和宝宝面对面坐着，妈妈让宝宝伸出一只手，另一只手指着自己的鼻子。妈妈一边拍着宝宝的手，一边问宝宝：“眼睛在哪里？”让宝宝用手指着眼睛，并说：“在这里。”“鼻子在哪里？”“在这里。”用同样的方法指认身体的其他部分。

游戏指导

还可以指认周围的常见物品，如“闹钟在哪里？”“沙发在哪里？”等。

专家提示

从认识自己的身体开始训练宝宝的记忆力，既培养了宝宝的自我认识能力，也训练了宝宝的专注力、思维敏捷力。这一类游戏看似简单，实则对发展宝宝的认知能力大有裨益。



绕过障碍物

游戏目的

发展宝宝初步的思维能力和空间知觉能力。

游戏内容

妈妈站在宝宝能走到的最远处，并在自己前面几步远的地方放一把椅子。

妈妈拍手叫宝宝到自己这里来，宝宝走到椅子前面，往往会停顿一下看着妈妈。这时，妈妈不要给宝宝任何提示，要耐心等待，看宝宝如何行动。

有的宝宝会从旁边绕过去，有的则止步不前。对于后者，妈妈可以用手示意宝宝绕着走。如果宝宝仍然止步不前，妈妈可以牵着宝宝的手，帮他绕过椅子。

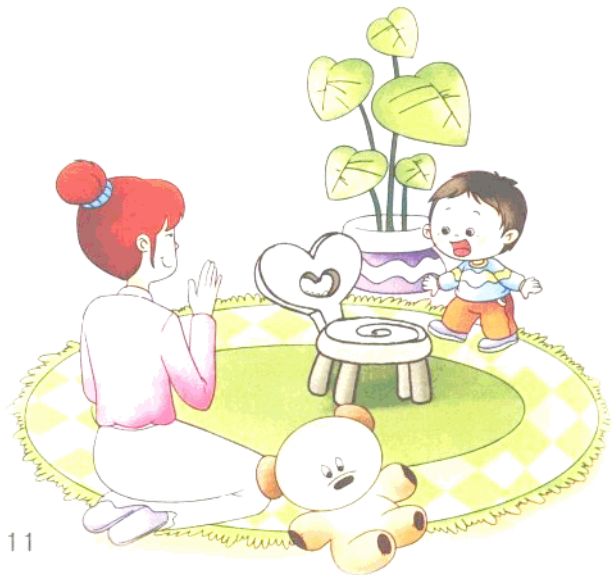
重复几次后，可换成其他如长板凳、架起来的竹竿等这些可绕、可钻、可爬过去的障碍物。

宝宝身体能力的发展

由于身体能力的发展，2岁左右的宝宝已经变得比较结实，脚步已经很稳固。他可以随心所欲地走动，很少会跌倒，很多时候可以自如地爬楼梯，不用扶栏杆。因此父母不必总是担心宝宝会摔跤。

游戏指导

无论宝宝是自己还是在大人的帮助下走过去的，妈妈都应该给予表扬，使他有信心面对问题，并在不断反复中找出解决问题的办法。



模仿小动物

游戏目的

训练宝宝的动作协调能力，增强宝宝的语言表达能力。

游戏内容

随着儿歌的节奏，让宝宝学各种动物的动作。

附儿歌：

小鸟小鸟高高飞，飞呀飞呀飞上天。
小鱼小鱼水中游，又摇尾巴又点头。
小鸡小鸡叽叽叽，快到这里来吃米。

专家提示

1岁半以后，宝宝逐渐由说单个词过渡到学说短句，这时父母应多问宝宝一些日常生活中的问题，让他用短句回答。

如果宝宝答不出，或回答得不完整，父母要用完整的句子再说一遍，让宝宝重复。

一问一答，既能训练宝宝的语言能力，又能训练宝宝的记忆力。

游戏指导

1. 妈妈可以先给宝宝作示范。
2. 妈妈自编自唱，鼓励宝宝也自编自唱。



扑克牌游戏

游戏目的

训练宝宝对语言的理解能力，对图形、数的识别和分类能力。

游戏内容

妈妈准备一副扑克牌，教宝宝学会几种牌的分类及排列，如按颜色可分为红、黑两色；按花可分为红心、方块、黑桃、梅花四类。

待宝宝认识扑克牌的花色和大小后，还可教宝宝用牌进行接龙游戏，即从小到大排列或从大到小排列。

游戏指导

妈妈可以把每次活动所花的时间记录下来，看看宝宝是否有进步。

育儿新知

宝宝的兴趣绝无禁区，几乎每一天都会有新奇的发现。宝宝最初的独立倾向也是在这种探索 and 发现中渐渐萌生的。



采“蘑菇”

游戏目的

1. 训练宝宝走和蹲的动作。
2. 培养宝宝耐心、细致的好习惯。

游戏内容

将彩色硬纸板剪成蘑菇状，散落在地上。准备一个提篮，作为装“蘑菇”的工具。

妈妈取出一个玩具小兔，告诉宝宝：“小兔子饿了，宝宝给他采一些‘蘑菇’吧。”然后让宝宝提着篮子，将散落在地上的“蘑菇”拾起放在篮子里，再走回妈妈身边。

游戏指导

1. “蘑菇”不要太多，不要让宝宝蹲的时间过长。
2. “蘑菇”放得不要太集中，让宝宝在采“蘑菇”时四处找找，以训练宝宝的观察力。
3. 妈妈可参与到游戏中来和宝宝一起捡“蘑菇”，以增加宝宝的兴趣。

宝宝独立生活能力的发展

1岁半—2岁的宝宝独立生活的能力有了新发展，比如：开饭时知道食物烫能安静等待，不会动手打翻食物；会抓起帽子放在头顶上；会自己用勺子装上食物放入口内；会自己端杯子喝水而不漏或少漏；会脱掉帽子和鞋；会拿凳子给大人坐；会模仿大人抹桌子、扫地等等。



学称呼

游戏目的

学习称谓常识，为宝宝的社会交往活动奠定基础。

游戏指导

要在日常生活中经常对宝宝进行“称呼”教育，直到宝宝能基本掌握不同年龄的人如何称呼为止。

游戏内容

准备一些画有不同年龄人物的卡片，指着卡片上的人物告诉宝宝怎样去称呼他们，如叔叔、阿姨、姐姐、爷爷、奶奶等。

指着卡片上的人物，问宝宝：“这是谁？”，让宝宝说出对他（她）的称呼，如果宝宝出现称谓错误，就要及时给予纠正。

让宝宝按指令分别找出不同年龄人物的图片，如爷爷、叔叔、阿姨等。

当家里来客人或带宝宝去做客时，要让宝宝养成称呼人的习惯，宝宝出错时，妈妈要及时更正。

宝宝语言能力的发展

宝宝到了2岁左右，语言能力也快速发展，对周围的东西几乎都能叫出它们的名称。1岁时只有妈妈才听得懂的含糊发音，现在已经说得非常清楚，但所说的话还是以“宝宝用语”为主。



剪指甲

游戏目的

培养宝宝良好的生活习惯。

游戏指导

通过这样的游戏，可以使宝宝在优美的语言刺激下，逐渐养成良好的生活习惯。

游戏内容

父母在给宝宝剪指甲时念儿歌：“小剪刀，张嘴巴”，把剪刀口一张一合地弄给宝宝看。“不吃鱼、不吃虾”，把剪刀在空中晃动几下，接着念“爱吃宝宝的长指甲”，反复几次后，宝宝虽然不一定能全记住，但往往能跟着父母念其中的一句或几句。

平时也可以配合动作念这首儿歌，让宝宝理解儿歌的内容，如父母可将食指、中指一张一合，模仿剪刀状。

专家提示

宝宝过了1岁，就要鼓励他自己穿戴衣物。可先学戴帽、脱帽、脱鞋、脱袜子，脱去简单的内衣、内裤和上衣，再学穿鞋、穿袜、穿上松紧裤，逐渐培养宝宝的自理能力。

