

半小时妈妈

0 — 2 岁儿童家庭智能训练手册

Sanxiaoshi
Mama

开发孩子

观察力

记忆力

想象力

思维能

操作能

语言能

少年儿童出版社

G78
90
3:1

半小时妈妈

0 — 2 岁儿童家庭智能训练手册

本社 编

Banxiaoshi
Mama

029529



女子学院 0072529

少年儿童出版社

媽媽是孩子的第一個老師

康克清

一九八六年七月二十六日

内 容 提 要

零——二岁是婴幼儿生长发育变化最快的时期，目前我国这一年龄段的智能训练材料最为缺乏。本书根据零——二岁婴幼儿成长的生、心理特点，参考了国外最新科研成果，为年轻的妈妈提供游戏、儿歌、故事、数学、音乐、绘画等方面的大量智能训练材料（每天大约活动半小时），使你们的小宝宝在降临人世的最初两年间，受到科学而系统的智力开发训练，尤其在运动能力和语言能力上得到长足的发展。

本书另有《附件》彩色画八十幅，这是本书的有机组成部分，妈妈要把它们作为直观教具而充分利用。这个年龄段的孩子喜欢用手撕书，所以我们的附录材料均采用活页装帧。妈妈依据每月训练顺序，把有关画页插入透明塑料折页。那样，妈妈就可以放心地边给孩子讲解，边让孩子自己翻玩了。

前 言

年轻的夫妻，一旦怀孕，不管是盼儿盼女，总还是希望自己能有一个健康、聪明、活泼、可爱的孩子。健康的孩子都可以成为一个聪明、活泼、可爱的小天使，这要靠父母、特别是妈妈的努力。现在，许多学龄儿童的父母，每天要挤出很多时间陪自己的孩子读书，捡起自己扔下二十多年的小学课本给孩子默生字、背课文、解应用题、说明小数点后应保留几位小数……这只是亡羊补牢，往往事倍功半，还养成了自己孩子学习的依赖性。其实，这大可不必——如果年轻的妈妈在孩子一出世就开始对孩子进行智能训练，每天用半小时工夫，跟孩子聊聊天、念念儿歌、做做游戏、讲讲故事、听听音乐、画画图画，自幼启发、培养孩子的观察力、记忆力、想象力、思维能力、语言能力和自己动手的能力，那么一旦上了学校，孩子就能轻松自如地完成学业，而不必让父母过分操心了。

俗话讲：三岁看到老。现代教育家也说：从三岁才开始教育就太迟了。这些都强调了应该从零岁开始科学、系统、全面地开发婴幼儿智能的做法。近年来，我们已经有了许多很好的幼儿教育用书。不过，那些书只安排了一年的材料，而且一般是不适宜于0~3岁的婴幼儿家庭智能训练。所以，我们为年轻的妈妈们编了这套《半小时妈妈——0~6岁儿童家庭智

能训练手册》。

这套系列训练手册有0~2岁、3~4岁、5~6岁各一册。根据零到六岁婴幼儿各成长期的特点，各有侧重，由浅入深、首尾相接。辟有二十项专题训练项目，收进故事259篇，活动性游戏152篇，智力游戏464篇，各种插图1021幅，加上其他各项专题总共拥有1377个细目。

“妈妈是孩子的第一个老师”。我们之所以把这套书叫成《半小时妈妈》，是希望通过妈妈和孩子每天半小时的游戏来完成对孩子的智能训练。我们的指导思想，不是让孩子成为被动的听故事的人，而是通过各种游戏，让孩子活动活动小肌肉，开动开动小脑筋，在轻松愉快的气氛中得到语言、文学、数学、常识的启蒙知识，培养孩子敏锐的观察力、坚实的记忆力、丰富的想象力，能够独立思维和敢于自己动手的能力以及准确、流畅的语言表达能力，为孩子进入学龄期打下坚实的学习基础。

另外，如果年轻的爸爸妈妈能用好这一套书，不仅会使他们的子女受到良好的教育，家庭生活也会因此增添许多乐趣，孩子将对自己的父母更加信服，父母子女间的感情也会更加融洽。

我们这套丛书参考选用了国内外书刊的一些材料，经过改写，另成体例，所以没有逐一注明材料的出处和编著译者。请恕我们不能一一发函致谢，谨在此一并致谢。

目 录

零岁——一周岁

第一个月 (5~8)

活动性游戏: 按摩操两节 (5)

感官刺激: 触脸 (6) 听音乐 (6) 看明暗 (7)

看光 (7) 看亲人的脸 (7) 讲话给孩子

听 (8)

第二个月 (9~13)

活动性游戏: 增加两节按摩操 (9) 转头180° (9)

抓手指 (10) 竖抱 (10) 踢被子 (11)

吐舌玩 (11) 做两节被动操 (11)

感官刺激: 抱出去玩 (12) 抱抱摇摇 (13) 看气球 (13)

寻找声源 (13)

第三个月 (14~20)

活动性游戏: 增加两节按摩操 (14) 抓和蹬 (14) 俯卧抽

头 (15) 帮助翻身 (15) 戴手套 (16)

增加两节被动操 (16)

感官刺激: 看镜子 (17) 指认物体 (18)

语言训练: 应答发音 (18)

儿歌：逗笑（19）

妈妈唱的歌：宝宝快安睡（19）

第四个月（20~25）

活动性游戏：增加两节被动操（21） 找“小猫”（22） 蹬小腿（22） 跳啊跳（23） 虫虫飞（23）
手的种种训练（23）

感官刺激：摸摸看（24）

儿歌：小老鼠上灯台（24）

妈妈唱的歌：抓呀抓（25）

第五个月（26~30）

活动性游戏：增加两节被动操（26） 自己玩（27） 学小狗（27） 找动物（28）

感官刺激：看远（28） 找声音（29）

儿歌：拉大锯（29）

妈妈唱的歌：宝宝疲倦了（30）

第六个月（31~36）

活动性游戏：增加一节被动操（31） 找方木（32） 绳拉玩具（32） 滚罐头（32） 站一会儿（33） 坐着玩（33） 撕纸玩（33）

语言训练：叫自己名字（34）

儿歌：骑大马（34）

看图认物：家具（35）

智力游戏：模仿点头（36） 照镜子（36）

妈妈唱的歌：照镜子歌（36）

其他：不怕陌生人（34）

第七个月（37~43）

活动性游戏：做一节主动操（37） 对着篮子掷（38）
练爬（38） 取米花（39） 滚球（39）

追泡泡 (39)

语言训练: 模仿发重叠音 (40)

儿歌: 妈妈上班去理发 (40)

妈妈唱的歌: 花园里多么安静 (41)

看图认物: 餐具 (42)

智力游戏: 阻力 (42)

第八个月 (44~49)

活动性游戏: 增加一节主动操 (44) 练站 (44) 追皮
球 (45) 弯腰取物 (45) 敲悬垂物 (46)

语言训练: 说“再见”“Bye—Bye” (46)

儿歌: 小鸟学我操操 (46)

妈妈唱的歌: 再见歌、拍手歌 (47)

看图认物: 衣物 (48)

智力游戏: 挑绳子 (49) 分辨多与少 (49)

第九个月 (50~54)

活动性游戏: 增加两节主动操 (50) 摇摇晃晃 (50)
贴贴, 站站 (51) 碰碰头 (51)

语言训练: 把玩具还给妈妈 (52) “给奶奶吃” (52)

儿歌: 背背驮驮 (52)

看图认物: 动物 (53)

智力游戏: 取娃娃 (53)

其他: 识别态度 (54)

第十个月 (55~59)

活动性游戏: 增加一节主动操 (55) 练走 (56) 装小
豆 (56) “跳跳, 跳跳” (56)

儿歌: 摇不倒翁 (57)

妈妈唱的歌: 晚风轻轻吹 (57)

看图认物：水果（ 58 ）

智力游戏：移纸取物（ 58 ） 玩具哪儿去了（ 59 ）

色彩和绘画：涂鸭画（ 59 ）

第十一个月（60~67）

活动性游戏：增加一节主动操（ 60 ） 打球、追球（ 61 ）

踢悬球（ 61 ） 扶妈妈手走（ 61 ） 扶床沿

走（ 62 ） 爬台阶取物（ 62 ） 蹲蹲看（ 63 ）

脚够玩具（ 63 ）

语言训练：会叫“爸爸”、“妈妈”、“阿姨”（ 63 ）

儿歌：耳朵（ 64 ）

妈妈唱的歌：我爱我的小动物（ 65 ）

智力游戏：盖盖子·放积木（ 65 ） 尺子过夹缝（ 66 ）

故事：唱歌比赛（ 66 ）

第十二个月（68~72）

活动性游戏：增加一节主动操（ 68 ） 绕凳取物（ 68 ）

踏着妈妈的脚走（ 69 ） 拿和放（ 69 ）

语言训练：指五官（ 69 ）

儿歌：小雨点（ 70 ）

妈妈唱的歌：我是一辆自行车（ 70 ）

故事：小明明去奶奶家（ 71 ）

智力游戏：拉杯子（ 71 ） 从局部看整体（ 72 ）

色彩和绘画：看妈妈画图形（ 72 ）

一周岁——两周岁

第一个月（十三个月）（77~86）

游戏操：一节竹竿操（ 77 ）

活动性游戏：扶棍走（ 78 ） 滚圆筒（ 79 ）

智力游戏：预测（ 79 ）

儿歌：摇啊摇（80） 吃豆豆（81）

故事：哗啦，小鸡出壳了（81） 长颈鹿洗头（83）

语言训练：发其他重叠音（84）

数和空间知觉：哪边的勺子多（85） 捡树叶（85）

妈妈唱的歌：月亮星星云里睡了（85）

第二个月（十四个月）（87~96）

游戏操：增加一节竹竿操（87）

活动性游戏：扶家具走（88） 追随拖拉玩具（88）

智力游戏：旋转（89） 看手影（89） “嘀嗒、嘀嗒”
（91）

儿歌：剥糖果（91） 小玩具（92）

故事：吃早饭（92） 小弟弟扔掉了大轮船（93）

语言训练：纠正象声词（94）

数和空间知觉：分辨“大”与“小”（91）

妈妈唱的歌：两只小象（95）

色彩和绘画：感知红、黄二色（96）

第三个月（十五个月）（97~103）

游戏操：增加一节竹竿操（97）

活动性游戏：我和爸爸一起爬（98） 追亮光（98） 悬
垂身体（98）

智力游戏：开门取玩具（99） 玩拉绳（99）

儿歌：好朋友（99） 大气球（100）

故事：小花和小白（100） 骑大马（101）

语言训练：学讲单词句（102）

妈妈唱的歌：蝴蝶花（102）

第四个月（十六个月）（104~112）

游戏操：增加一节竹竿操（104）

活动性游戏：找妈妈（105） 弯腰、下蹲（105） 迈进迈出（106）

智力游戏：开关小金子（106） 踩废纸箱（106） 逛商店（107）

儿歌：数数歌（107） 月亮走（108）

故事：这是手帕（109） 房顶上的大蘑菇（109）

语言训练：帮妈妈做事（110）

妈妈唱的歌：我给小鸡起名字（111）

第五个月（十七个月）（113~123）

游戏操：增加两节竹竿操（113）

活动性游戏：“球不见了”（114） 下木箱（114） 踢“足球”（115）

智力游戏：叠得高（116） 找小动物（116） 串项链（116）

儿歌：小板凳（一）（117） 小板凳（二）（117）

故事：大钟真的生气了（118） 圆圆和蚂蚁（119） 下雨了（119）

语言训练：进一步表达要求（120）

数和空间知觉：认图形（121）

妈妈唱的歌：宝贝（121）

色彩和绘画：随意画（122）

第六个月（十八个月）（124~135）

游戏操：增加两节竹竿操（124）

活动性游戏：捏纸团（125） 上楼梯（125） 走小路（126）
装蓝筐（126） 绕障碍走（127） 登高、跳下（128）
翻书页（128） 坐小滑梯等（129）

智力游戏：搭积木（129） 分果果（130）

儿歌：太阳公公出来了（130） 抱西瓜（131）

故事：吉宾和小鸟（131） 唧唧和小虫（132） 木马摇了（133）

语言训练：会叫其他长辈（134）

数和空间知觉：竖指头（135）

妈妈唱的歌：请你唱个歌吧（135）

第七个月（十九个月）（136~148）

游戏操：模仿操四节（136）

活动性游戏：串珠子、套圆环（137） 横走台阶（137）
横滚（138） 玩橡皮泥（138） 给花儿浇水（139） “落叶”（139）

智力游戏：猜手（139） 给妈妈“穿鞋”（140） 用棍子取玩具（140） 找玩具（141）

儿歌：爬楼梯（141） 大棒哥（142）

故事：小公鸡和小鸭子（142） 帮妈妈（143） 云彩和风儿（145） 虎助的尾巴（145）

语言训练：学讲感觉词（147）

妈妈唱的歌：小手拍拍（147）

色彩和绘画：对颜色（148）

第八个月（二十个月）（149~160）

游戏操：模仿操四节（149）

活动性游戏：蝴蝶飞（150） 大球不要跑（151）

智力游戏：找宝（151） 捡花瓣，拔小草（151） 看六西西（152）

儿歌：八只老鼠（152） 风来啦（153）

故事：可爱的小白兔（153） 小花猫钓鱼（154） 忽飞起来的小猴（155） 摘星星（156）

语言训练：学说短句（158）

数和空间知觉：数家具（158）

妈妈唱的歌：划船歌（159）

色彩和绘画：添点画（159） 按色放积木（160）

第九个月（二十一个月）（161~175）

游戏操：模仿操四节（161）

活动性游戏：玩水、玩沙（162） 走斜坡（163） 球钻山洞（163） 拔萝卜（163） 玩橡皮泥（164）
放“风筝”（164）

智力游戏：“上”和“下”（165） 移椅找球（165）

儿歌：秋风吹（166） 布娃娃（166） 小竹竿（167）

故事：三只羊（167） 会爬的花朵（169） 有一只小刺猬
（170） 踢球（172）

语言训练：学说动词句（173）

数和空间知觉：对图形（173）

妈妈唱的歌：拍手踏步（174）

色彩和绘画：连点画（174）

第十个月（二十二个月）（176~191）

游戏操：模仿操四节（176）

活动性游戏：击球（177） 拍蝴蝶（178）

智力游戏：排大小（178） 给瓶罐戴帽子（179） 玩娃娃，
过家家（179） 辨别声音（180）

儿歌：拍照片（180） 跑跑跳跳（180） 两点（181）

故事：老虎的故事（181） 小云朵儿（183） 小老鼠历险记
（184） 一瓶烈性酒（186）

语言训练：学说方位、时间词（187）

数和空间知觉：找积木（187） 听数取物（188）

教孩子唱歌：亲亲我（188）

色彩和绘画：连点画（189） 按色取物（190）

第十一个月（二十三个月）（192~206）

游戏操：模仿操三节（192）

活动性游戏：踢球（193） 走砖块（194） 大球下山、上山（194）

智力游戏：“快”“慢”“停”（195） 放书、找书笈（195）
选择工具（196） 搭积木（196） 摸暗箱（197）

儿歌：拍大麦（197） 小猪吃个饱（198）

故事：小猴做草帽（198） 小狐狸朗达（连续故事一）（200）
小兔子变成了大兔子（连续故事二）（201） 住在兔
子家的狐狸大叔（连续故事三）（202）

语言训练：复述动物特征（203）

数和空间知觉：放积木（204）

教孩子唱歌：乖孩子（204）

色彩和绘画：点线画（205）

第十二个月（二十四个月）（207~228）

游戏操：模仿操两节（207）

活动性游戏：捉泡泡（208） 下台阶（208） 走平衡木
（209） 球出山洞（209）

智力游戏：装信封（209） 装小勺（210） 拿走了什么（211）
夹子游戏（211） 松鼠大嫂请客（212）

儿歌：小鸡喝水（214） 小花碗（215）

故事：谢谢小猴子（215） 巧手佳佳（连续故事）（217） 小麻雀坐
飞机（一）（217） 小松鼠坐小船（二）（219） 小鸟龟坐上
小马车（三）（221） 布老鼠“活”了（四）（222） 小青
蛙穿上新衣服（五）（224）

语言训练：“言语作业”（225）

数和空间知觉：比长短（226）

教孩子唱歌：大拇指，小拇指（226） 点节奏（227）

色彩和绘画：图形变化（227）

零岁——周岁

