



Chengzhangshouce  
新世纪婴幼儿成长手册

# Wanquanmama

浙江少年儿童出版社

## 完全妈妈

艺术卷 0—1岁





|           |    |
|-----------|----|
| 看棋盘卡      | 1  |
| 看镖靶图      | 2  |
| 看红气球      | 3  |
| 美丽的彩带     | 4  |
| 双色花       | 5  |
| 简单面孔      | 6  |
| 彩色的物体     | 7  |
| 黄色花朵      | 8  |
| 水果面孔      | 9  |
| 花朵拼图      | 10 |
| 蔬菜面孔      | 11 |
| 观看四周      | 12 |
| 爸爸抱宝宝     | 13 |
| 推着小车去看花   | 14 |
| 看白云、蓝天、太阳 | 15 |
| 看月亮、星星    | 16 |
| 用蔬菜摆脸形    | 17 |

|                |    |
|----------------|----|
| 画嗯嗯 .....      | 18 |
| 画饼饼 .....      | 19 |
| 画饭饭 .....      | 20 |
| 一家人的饭饭 .....   | 21 |
| 玩颜料, 印手形 ..... | 22 |
| 大手牵小手 .....    | 23 |
| 徒手点画妈妈 .....   | 24 |
| 手指点画爸爸 .....   | 25 |
| 印脚印 .....      | 26 |
| 踩鞋印 .....      | 27 |
| 捏泥 .....       | 28 |
| 做饼 .....       | 29 |
| 做筷子、油条 .....   | 30 |
| 皮球滚画 .....     | 31 |
| 星宝宝 .....      | 32 |
| 给鞋子找朋友 .....   | 33 |
| 大苹果和小苹果 .....  | 34 |





|            |    |
|------------|----|
| 大麻花 .....  | 70 |
| 包馄饨 .....  | 71 |
| 袜子球 .....  | 72 |
| 西瓜皮帽 ..... | 73 |
| 一碗面条 ..... | 74 |
| 咬饼干 .....  | 75 |
| 包糖果 .....  | 76 |
| 穿珠子 .....  | 77 |
| 纸棍 .....   | 78 |
| 糖葫芦 .....  | 80 |
| 贴大树 .....  | 81 |
| 追肥皂泡 ..... | 82 |
| 野花别针 ..... | 83 |
| 树叶项链 ..... | 84 |
| 小响筒 .....  | 85 |
| 小红旗 .....  | 86 |
| 三角旗 .....  | 87 |

|                |     |
|----------------|-----|
| 纸球 .....       | 88  |
| 长纸条 .....      | 89  |
| 会变的影子 .....    | 90  |
| 找相同, 画横线 ..... | 91  |
| 找相同, 画竖线 ..... | 92  |
| 许多小三角 .....    | 93  |
| 分苹果 .....      | 94  |
| 纸团印画 .....     | 95  |
| 双色纸团印画 .....   | 96  |
| 妈妈的头巾 .....    | 97  |
| 摇篮 .....       | 98  |
| 抚摸 .....       | 100 |
| 小鸟飞 .....      | 102 |
| 抬头 .....       | 104 |
| 鸡鸡斗, 虫虫飞 ..... | 105 |
| 跟踪人脸 .....     | 106 |
| 看一看 .....      | 108 |



|                 |     |
|-----------------|-----|
| 捉迷藏 .....       | 109 |
| 嘟嘟飞 .....       | 110 |
| 翻翻身 .....       | 112 |
| 抓呀抓 .....       | 114 |
| 划船 .....        | 116 |
| 坐起来，躺下去 .....   | 118 |
| 小木马 .....       | 120 |
| 大家喜欢 .....      | 122 |
| 跳呀跳 .....       | 124 |
| 我帮妈妈绕毛线 .....   | 126 |
| 小手拍拍，小脚踏踏 ..... | 128 |
| 摇荡鼓 .....       | 130 |
| 亲亲小手 .....      | 131 |
| 听音找玩具 .....     | 132 |
| 玩具多 .....       | 134 |
| 拍手、点头 .....     | 136 |
| 熊猫吹泡泡 .....     | 137 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 小鸭、小鸡 .....  | 138 |
| 抱大皮球 .....   | 140 |
| 谢谢 .....     | 141 |
| 我们来跳舞 .....  | 142 |
| 再见 .....     | 144 |
| 学做解放军 .....  | 146 |
| 爸爸、妈妈 .....  | 147 |
| 到妈妈这里来 ..... | 148 |
| 宝宝好 .....    | 150 |
| 在哪里 .....    | 151 |
| 汽车嘟嘟 .....   | 152 |
| 可爱的小猫 .....  | 154 |





### 专家提醒

这个月龄的孩子只能辨别简单的颜色。可以给孩子提供相关的图形。

## 看棋盘卡

初生婴儿喜欢看黑白图形。将这张黑白棋盘卡放在离宝宝双眼约 30 厘米处，观察宝宝的视觉反应，吸引他的注意力。



### 完全妈妈教室

视力是指精确地辨别细致物体或远距离物体的能力，也就是能够发现所看到的物体在体积和形状上最小差异的能力。视力发展是孩子视觉发展的一个重要方面，出生后 6 个月以内是孩子视力发展的敏感期，家长应予以关注。

**提示：**一些儿科专家经过实验认为，初生婴儿对黑色和白色较为敏感，对横线和直线比对斜线易于接受。将卡片放在宝宝面前，让宝宝欣赏、注视，几秒钟后拿开卡片，让宝宝休息一下，然后再反复做几次。



# 看靶靶图

妈妈把黑白靶靶图放在距宝宝双眼约30厘米处,宝宝的双眼会很容易地对准图,注视靶心数秒钟,并兴奋地晃动手脚。

## 专家提醒

孩子爱看这个图形,只是在几个月左右。稍大时,就不要进行训练了。



## 完全妈妈教室

孩子睡醒时,妈妈可与他谈话,可以边说话边慢慢移动头的位置,吸引孩子的视线随着移动;还可以每天定时在孩子床前上方挂些颜色鲜艳的物品,可经常更换,以训练其视觉集中。

**提示:**几秒钟后要拿去图片,让宝宝休息,然后再反复做几次。不要将图片放得太近。



# 看红气球

## 专家提醒

孩子2个月时有两色视觉，已经初步具备了区别颜色的能力。

宝宝已经满月了。这时候，可将红色气球放在宝宝前面让宝宝注视，然后慢慢移动红气球，让宝宝的眼睛追随红气球移动。有时宝宝会运动四肢，说明宝宝看到了红气球，很兴奋。



## 完全妈妈教室

新生儿对反差很大的黑白颜色组成的图案最敏感，对粉红色、蓝色等颜色还不敏感，但家长仍然应当用这类颜色来给孩子布置环境。不过不要忘了在孩子床边多放一些黑白相间的小饰物，在与小床相近的墙上放一个黑白棋盘等。

提示：宝宝对红色特别感兴趣，红气球目标大，容易吸引宝宝。





# 美丽的彩带

将彩色的绸带挂在距宝宝双眼约 30 厘米处，让宝宝注视绸带。妈妈向绸带吹气，让绸带飘动，刺激宝宝的视觉，主动地感知颜色。

**专家提醒**  
活动可以培养孩子最初的颜色视觉。



## 完全妈妈教室

可以带 7-9 个月的孩子到大自然中去领略自然环境的美，到街心公园看花草、昆虫和一些自然景观。观看时，可用一些动听的词语给宝宝描述，使他对自然界的美好事物留下一定的印象。

**提示：**可以将彩带挂在摇篮的上方。宝宝会转动头后，彩带可以经常变换位置，让宝宝左看看、右看看。



# 双色花

将双色花 (红白或绿白)放在宝宝面前,吸引宝宝的视线。



## 完全妈妈教室

孩子从很小开始就出现了视听协调。视听协调使他能够将视觉能力和听觉能力结合起来,集中地看和听。从而为他更加细致地观察和认识世界奠定了基础。

提示:2个月的婴儿对视觉开始有反应,喜欢注视彩色曲线图形。妈妈要观察宝宝对花的反应,同时要告诉宝宝花是什么颜色的。

# 简单面孔



## 专家提醒

孩子的图像视觉开始发展啦！注意，给他提供的面孔图要清晰、正确。

宝宝最早感知的是妈妈的面孔。这张简单的面孔图形，会使宝宝与妈妈的面孔产生某种联系，这是最初宝宝对人的脸形的认知。



**提示：**心理学家认为，新生儿最早对形状感知的是人脸，因为从出生开始，婴儿在吃奶时，总是面对着妈妈亲切的脸。

## 完全妈妈教室

国内外的一些研究表明，爸爸对孩子的实际照顾、对孩子发出的感情信号的回应、对孩子的关心和责任，以及对孩子发自内心的关爱，都不应少于妈妈。





## 彩色的物体

宝宝每天都会有一段醒着的时间，妈妈可以找一些色彩淡雅柔和的毛巾、衣服、小碗、小勺等，在宝宝面前晃动，引起他的注意，刺激他的视觉。

### 专家提醒

彩色玩具能帮孩子建立起分析颜色和物体的能力。



### 完全妈妈教室

美国的怀特博士认为，给刚出生几周的孩子一个“丰富多彩”的环境是不适宜的。因为在生命的最初几周里，孩子很少有警觉，而且感觉能力也有限，他大部分的时间处于睡眠中，所以“学习”活动是很少的。

提示：家中的许多色彩漂亮的日用品，都可提供给宝宝欣赏，但须注意色彩要淡雅柔和些。





## 黄色花朵

宝宝3~4个月时喜欢看更多的颜色，将这幅黄花花朵图挂在宝宝能看到的地方，使宝宝随时能欣赏黄花梦幻般的魅力。

### 专家提醒

可以在房间里布置各种颜色的东西，培养宝宝的颜色视觉及视觉集中能力。



**提示：**3个月的宝宝已能主动转动头部观看周围的实物，室内可以挂一些图形简单、色彩单纯的图片，让宝宝欣赏。在宝宝欣赏时，妈妈应用轻柔的语调告诉他花是什么颜色的。

### 完全妈妈教室

在布置孩子的房间时切不可走极端。在他的床上放一两个黑白颜色的玩具，床的前方挂一个活动雕塑，便能满足几个月大的孩子的视觉需求了。摆放过多的玩具只能过度刺激孩子的视觉，使他面前一团模糊。



# 水果面孔

## 专家提醒

该活动能够训练孩子的视觉集中，并培养他初步的形状知觉。

将这幅水果面孔图给宝宝看，看他有什么反应。



## 完全妈妈教室

大量的证据表明，新生儿先天就适应触摸、爱抚。通过触摸，会使他的部分感知觉得到更好的发展。同时，多触摸孩子，会使他备感舒服。

提示：平时，妈妈可以用一些日用品拼搭成面孔，让宝宝感知，使之与妈妈的脸建立某种联系。



## 花朵拼图

3个月以后的宝宝,对拼图的图像会有知觉,一般宝宝会注意到中间的方框。早期拼图的规律也会使宝宝保留记忆。

### 专家提醒

应当结合身体移动、手的触摸等活动让他全身心地感知图形。



**提示:** 也可以用实物摆放成图形让宝宝欣赏,使之感知图的合成。

### 完全妈妈教室

提倡早期教育要从0岁开始,并不是指要从0岁开始教孩子数数、认字,而是指应该尽早地为他提供丰富的、能够为他所接受的、有意义的各种促进视听及触摸觉的刺激活动,丰富认知,激发美感。





### 专家提醒

将妈妈的面孔与颜色联系起来，可使孩子的颜色视觉得到进一步发展。

## 蔬菜面孔

这幅用蔬菜拼成的面孔图也会使宝宝将图与妈妈的面孔联系起来。看到图宝宝会兴奋起来。



### 完全妈妈教室

1岁前的孩子对于自己喜欢的色彩和图画仅仅用眼睛看似乎还嫌不够，还喜欢用触觉来帮助自己获得更细致、更真切、更丰富的感受。爸爸妈妈应该理解和鼓励他的这种行为，并为他提供更多的条件和机会。

提示：也可用蔬菜摆放面孔图，让宝宝欣赏。可以让3个月以后的婴儿看各种颜色的、造型柔美的艺术品及日用品等。



## 观看四周



宝宝4个月时，妈妈可以抱住宝宝，用手撑住头和背，使宝宝头部处于直立形态。妈妈边哼音乐边让宝宝观看四周的人和物。

### 专家提醒

要注意丰富孩子周围的环境。



### 完全妈妈教室

给孩子拍照，不能用闪光灯。新生儿视网膜发育还不完善，遇到强光，可能使视网膜神经细胞受损。新生儿视觉的发育也不完善，遇到电子闪光灯等强光直射，则会引起视网膜和角膜灼伤，甚至有导致失明的危险。

**提示：**可以常常播放曲调平稳的音乐当背景音乐，使宝宝能较专注地观看四周。