

Quick & Fun: Learning Activities for 4 year olds
Quick & Fun: Learning Activities for 5 year olds

万千婴幼儿认知活动丛书



快乐宝贝 天天 玩

[美] Marla Pender McGhee 著
Julia Jasmine, M. A.

郭建玲 魏晔玲 译

4~5岁

更



试

图书馆



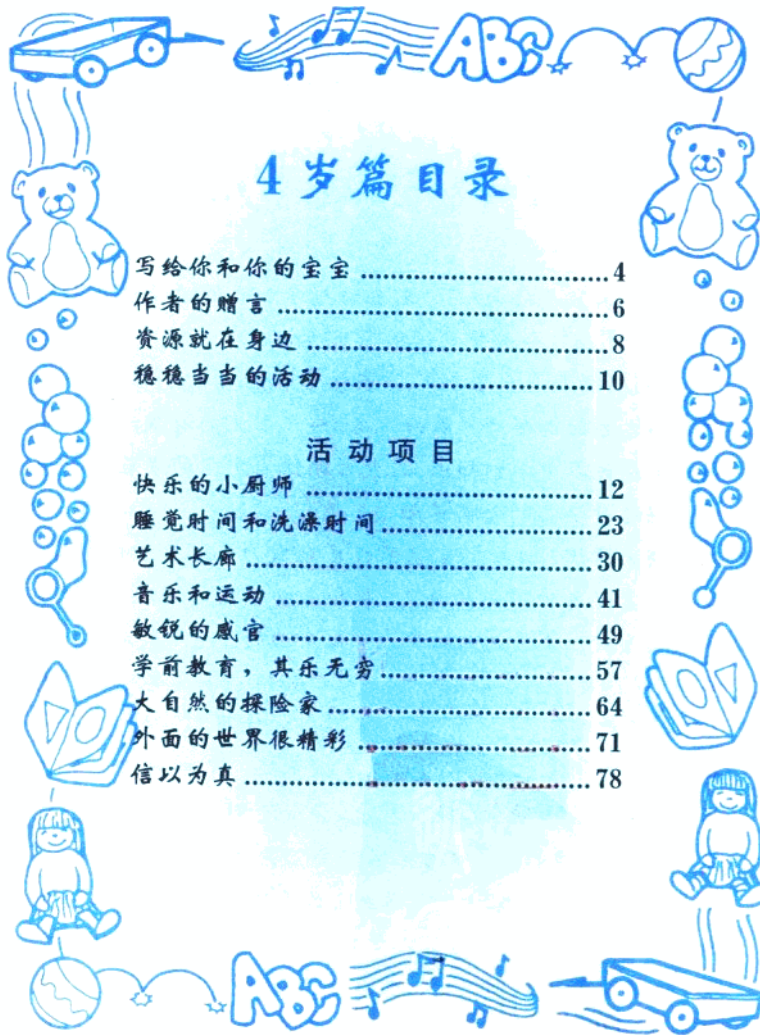
中国轻工业出版社



4岁篇

〔美〕Marla Pender McGhee 著

郭建玲 译



4岁篇目录

写给你和你的宝宝	4
作者的赠言	6
资源就在身边	8
稳稳当当的活动	10

活动项目

快乐的小厨师	12
睡觉时间和洗澡时间	23
艺术长廊	30
音乐和运动	41
敏锐的感官	49
学前教育，其乐无穷	57
大自然的探险家	64
外面的世界很精彩	71
信以为真	78

写给你和你的宝宝



你的宝宝已经4岁了，需要为接受正规的学校教育做好准备，但是在这个关键的过渡阶段他还要学习许多事情。那么，你能帮他做些什么呢？你可以帮助他培养自信心，并在学习的方方面面帮助他做好准备。这本书里的游戏活动使你和宝宝在玩耍中学到知识，并且帮助你为宝宝的发展打下一个使他终身受益的坚实基础。

约束意识对4岁的宝宝来说已经成为必不可少的部分。他可以尝试各种不同的角色，参加各种不同的活动，无论是有人指导的，还是没人指导的，是主动的，还是被动的，是安静的，还是吵闹不休的，这一切都必须在安全的范围内进行。他还需要了解不同的要求在不同的时间、不同的场合所起的不同作用。比如说，如果教室里的每个人想什么时候说话就什么时候说话，那么没有人能听清别人到底在说些什么。所以，在学校里，你的宝宝需要等轮到他时，才能发言；但是平时在家里，我们一般不会这么正规地意识到什么时候允许说话。在你把宝宝送入学校，让他面对一个全新的环境、一套全新的规则之前，把你自己放到宝宝的位置上，设身处地为他想一想，并且告诉他如何面对这种情况。同样的

道理，你需要花一些时间，仔细耐心地教给他一些新的活动和游戏，就像我们在这本书中为你准备的，这些活动会使宝宝在以后的学习生活中更容易获得成功。

要记住的一点是：宝宝的正常发展和到某一特定时间才出现的关键转折点并非像石头一样固定不变。有的孩子比其他同龄的孩子更早地发展了某些能力。一般来说，4岁的孩子全身大小肌肉的协调能力正不断增强，也正是在这个时候，他开始喜欢和其他小伙伴一起玩耍，做游戏，并在其中获得无穷的乐趣。这本书介绍的活动可以帮助你培养孩子的自尊自信（包括他在获得各种身体技能时产生的自豪感），并为他将来的学习做好准备。你也可以在活动中加入一些自己的想法，比如你可以邀请宝宝的小伙伴一起来做游戏，而不是每个游戏都只有你和宝宝两个人参加。

最重要的是创造一个轻松愉快的氛围，使宝宝在快乐的活动中了解周围的世界！

105055

作者的赠言

本书中的所有活动旨在帮助孩子建立起一个知识和经验的基础,这个基础将使孩子在以后的学习活动中更容易获得成功。但是,不能因此把这些活动就看做是“为入学做准备”,它们只是一些有意义的游戏而已,认识这一点对你和孩子都非常重要。对孩子来说,工作、玩和学习是一回事。所以在每一个活动中你要确保乐趣的重要性,这样才能帮助孩子培养起一种可以延续终身的对学习的热爱。

通过活动培养孩子的创造力、灵活性、解决问题的能力 and 自信心是我们设计这本书中所有活动的前提。在每一章中,我们尽可能地按照从简单到复杂的顺序来编排活动。

如果孩子的发展水平适合某项活动,这项活动就能吸引他的注意力,吸引他连续多次地参与活动,或者保持至少5~10分钟的兴趣。如果一项活动演示了两三次,仍不能引起孩子的注意,那么对孩子的发展水平而言,这项活动要么为时过早,要么已经错过时机了,不能使孩子从中受益。要决定你的宝宝是否已经错过了参与某项活动的最佳时期,你可以采用同一章中的另一项活动。如果宝宝对两项活动都不感兴趣,那么很有可能这两项活动对他来说为时尚早,你最好等一至两个月后再试一试。

除了本书介绍的活动外，4岁的宝宝通常喜欢下列活动：

- ◆ 用5到10个面团做拼图游戏
- ◆ 简单的图片游戏（最好是那些规则不多，也不需要读的图片）
- ◆ 剪剪贴贴（画一些带弧线、带角的图形让宝宝剪下来）
- ◆ 建筑工具箱
- ◆ 搭积木
- ◆ 象征着孩子成长的玩具，如小工具箱或听诊器
- ◆ 听妈妈讲故事（最好是神话传说和幽默小故事）

资源就在身边

请记住，即使在当今现代化的时代，只用日常生活中的普遍工具和简单玩具，也可以开展宝宝喜爱的活动。

- ◆ 浆糊
- ◆ 胶水
- ◆ 棉签
- ◆ 棉球
- ◆ 记号笔
- ◆ 彩色蜡笔
- ◆ 无毒颜料
- ◆ 画笔
- ◆ 钢笔
- ◆ 铅笔
- ◆ 硬纸板
- ◆ 图画纸
- ◆ 卫生纸
- ◆ 描图纸
- ◆ 蜡纸
- ◆ 目录索引卡
- ◆ 衣服夹子
- ◆ 锡箔纸
- ◆ 量杯
- ◆ 量勺
- ◆ 混合东西的小碗
- ◆ 塑料杯
- ◆ 纸盘
- ◆ 漏斗
- ◆ 食用色素
- ◆ 收录机
- ◆ 纸板
- ◆ 皮球
- ◆ 小木偶
- ◆ 旧衣服
- ◆ 镜子
- ◆ 种子
- ◆ 陶土
- ◆ 书本

◆ 橡皮筋

◆ 玩具面团

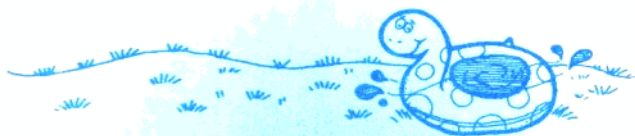
◆ 放大镜

◆ 磁铁

◆ 干沙



稳稳当当的活动



父母最关心的是宝宝的安全问题。从宝宝呱呱坠地到能跌跌撞撞走路，我们发现自己处处小心谨慎：关好厨房门，系好并扔掉塑料袋，事实上，我们的眼睛几乎就没有一刻离开过宝宝。但不幸的是，我们有时认为宝宝到了4岁，已经有能力避免危险了。事实并非如此。

虽然大多数4岁的宝宝已经知道不能喝毒药，不能跑到街上去追皮球，但他们面临着一系列新的危险。当他们增强自立意识，并主张“我自己来”时，他们往往忽视了安全问题。厨房通常是最容易发生危险的地方。到了4岁，宝宝已经厌倦了总是做你的小助手，他很自信，认为自己完全可以像妈妈一样用微波炉和火炉。这时你要加倍小心！虽然你想为宝宝创设尽可能多的机会，使他学会独立，获得成功，但安全始终是最重要的。许多受伤事件正是在厨房发生的。

宝宝洗澡和游泳时，你也要同样小心。4岁的宝宝喜欢由自己来放满洗澡水，如果不小心，他们可能会被严重烫伤。如果宝宝参加了“爸爸、妈妈和我”或者幼儿游泳学习班的课程，不论他们是在水里玩，还是在水边，都必须有人照看监督。

最重要的一点是，千万别让宝宝独自一个人待着。4岁的孩子虽然看上去能对自己负责，有一定的安全意识，但孩子毕竟是孩子，他们需要你的看护和指导，帮助他们做出适当、正确的决定。一个人时，这个主张“我自己来”的宝宝往往会做那些超出他年龄的事，而很容易受伤。

在这本书里，我们精心设计了多种活动，使你的宝宝在活动中接触各种有趣的学习经验。确保安全的关键是你始终在宝宝的身边帮助他，加强他的安全意识，来保护他避免伤害。你不能想当然地认为宝宝会记住你教给他的每一条安全原则。和宝宝在一起，你将重温那些曾经帮助你快乐、健康成长的安全技能。

快乐的小厨师

宝宝将学会什么	13
小小刨子用处大	14
香香浓浓的巧克力热饮	15
蚂蚁上树	16
布置餐桌	17
厨房拼贴画	18
水果串串	19
肉桂葡萄干卷	19
花生黄油球	20
香香脆脆复活蛋	21
让你大吃一惊的蛋糕	22

宝宝将学会什么	13
小小刨子用处大	14
香香浓浓的巧克力热饮	15
蚂蚁上树	16
布置餐桌	17
厨房拼贴画	18
水果串串	19
肉桂葡萄干卷	19
花生黄油球	20
香香脆脆复活蛋	21
让你大吃一惊的蛋糕	22

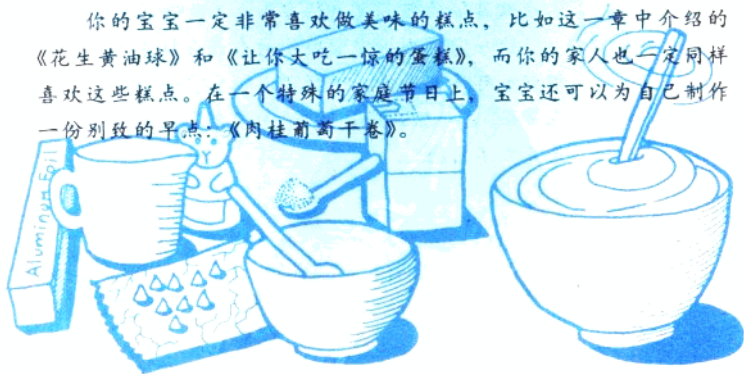
宝宝将学会什么



4岁的宝宝非常希望自己能派上用场，成为妈妈得力的小助手，所以这个年龄是向宝宝介绍那些他们喜欢，并在日常家庭生活中起重要作用的工具的黄金时期。在这一章里，我们安排了几个关于准备就餐和美化家居的活动，这些活动能培养宝宝的自尊和自信。在活动中，宝宝不仅意识到他能帮助妈妈在厨房里做一些真正有用的事，而且还能赢得他人的注意和赞扬。在《香香浓浓的巧克力热饮》和《厨房拼贴画》这两个活动中，宝宝还可以做出精美的礼物作为你们辛勤劳动的回报。

教会宝宝做有用的事情，不仅使准备就餐的繁忙劳动变得更加轻松，而且还能增添乐趣，减少你一天的紧张和劳累。当宝宝在另一个房间感到厌倦或烦躁不安时，你最好不要急着做饭，你可以鼓励他来和你一起做游戏，完成一个共同的目标。

你的宝宝一定非常喜欢做美味的糕点，比如这一章中介绍的《花生黄油球》和《让你大吃一惊的蛋糕》，而你的家人也一定同样喜欢这些糕点。在一个特殊的家庭节日上，宝宝还可以为自己制作一份别致的早点：《肉桂葡萄干卷》。



小小刨子用处大

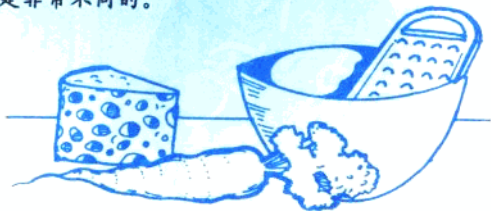
你需要准备
一个塑料刨子
胡萝卜
奶酪或烤面包
一个塑料碗
防滑用餐垫

活动是这样的

4岁的宝宝最乐于帮忙了！你只要注意一些小细节，比如用塑料刨，而不是用铁刨，在刨之前把食物没用的部分切掉，那么你4岁的小宝宝就真能在你准备晚餐时帮上大忙了。刨好的胡萝卜可以做炸丸子和沙拉；刨好的面包在许多菜里可以当面包屑用；当然，刨奶酪的用处就更多了。使用刨子还可以发展宝宝手和眼的协调能力，锻炼他们手上的肌肉，这些都是他们以后学习更复杂的活动，如写字等的先决条件。

让宝宝把手洗干净，帮助他把手所需的材料拿出来，放在儿童用的桌子上。然后演示给他看怎样正确使用刨子。你让宝宝用什么样的材料，你也应该用同样的材料演示。需要提醒你的是：把刨子放在碗里，再把碗放在防滑的塑料用餐垫上，而不是像我们大人那样放在碟子或蜡纸上，这样宝宝刨起来会容易些。让宝宝刨一刨，看看他是否真的掌握了，然后你才能做其他的事，但仍然需要时不时地注意他。

你一定要告诉宝宝他刨的东西在接下来的晚餐中到底有什么用处。这样可以让宝宝明白他是真的在帮忙，这与你在厨房做饭，而宝宝在玩具厨房模仿是非常不同的。



香香浓浓的巧克力热饮

你需要准备

量杯

量勺

筛子

做巧克力粉的

原料（参见

下面的食

谱）

一个大木勺

一个塑料碗

一个食品储存

罐

一个漏斗（选

用）

活动是这样的

测量和筛选不仅本身很有用，而且它们还能锻炼宝宝手和眼的协调性与手臂的肌肉。在活动的最后，你和宝宝还能做出一种美味可口的饮料，那就是你和宝宝一起品尝到的热乎乎的巧克力奶！

帮助宝宝准备好制作巧克力粉的各种原料。选一两两种原料演示给宝宝看怎样测量，然后让宝宝用量杯、量勺量出需要的其他原料。混合粉做好后，把它装入食品罐，这样你们以后就可以随时享用了。

巧克力热饮的原料

1 杯白糖（240 毫升）

1/3 杯可可粉（160 毫升）

1 杯奶粉（240 毫升）

1/2 杯咖啡冰淇淋粉（120 毫升）

1/4 茶勺盐（1.25 毫升）

制作过程：

把筛子放在碗上。量出白糖，倒一半在筛子上。量出可可粉，倒一半在筛子上。把它们筛到碗里。把剩下的一半白糖和可可粉倒在筛子上，筛到碗里。量出奶粉倒在筛子上。量出盐倒在筛子上。量出咖啡冰淇淋粉倒在筛子上。把它们筛到碗里。拿掉筛子，把所有原料搅拌在一起。拌匀以后，用量杯把混合粉舀到食品储存罐里。往杯子里舀满满两勺匀混合粉，冲入开水，搅拌几下。好了！现在可以美美地品尝你和宝宝的劳动成果了！

蚂蚁上树

你需要准备

芹菜梗
花生黄油或奶
酪
葡萄干
一把塑料菜刀
一块小毛巾或
擦桌布
一块砧板
一块防滑用餐
垫

活动是这样的

“蚂蚁上树”是一道漂亮精致而营养丰富的小点心，也可以作为正餐前的开胃小菜。

一开始，先把芹菜的两头去掉，只留下中间的芹菜梗。帮助宝宝把芹菜梗洗干净，沥干水。再把其他材料放到一个宝宝做起来比较方便的地方。演示给宝宝看怎样用塑料刀把芹菜梗切成一小段一小段。帮助宝宝把砧板放在防滑餐垫上，告诉宝宝把芹菜梗切成3至4段，每段大约8至10厘米长。接着，和宝宝一起把花生黄油或奶油乳酪涂在芹菜梗上。然后，把葡萄干放到芹菜梗上。帮助宝宝把芹菜梗一根一根整整齐齐地摆在浅盘子里。噢！大家快来品尝美味可口的“蚂蚁上树”呀！

