



汉竹
●
亲亲乐读系列

戴淑凤 育儿百科

0~3岁亲子游戏

中国优生优育协会推荐用书

戴淑凤 编著

她是最早引入蒙氏早教的先行者之一

她最早提出感觉教育方法

她被美国 CNN 称为最懂中国孩子的人

她亲手治愈过 3000 多名心理行为障碍儿童

她在孩子脑发展领域成果卓著，
《人民日报》、中央电视台、中国教育电视台
等媒体曾对她多次报道

今天，她致力于让每一个中国家庭拥有
聪明健康的宝宝，为您倾情奉献本套
《戴淑凤育儿百科》丛书

每天
10 分钟的早教方案



北京出版社 出版集团
北 京 出 版 社

汉竹·亲亲乐读系列

中国优生优育协会推荐用书

● 戴淑凤 育儿百科 ●

每天 10 分钟的早教方案

0~3

岁
亲
子
游
戏

北京出版社出版集团
北京出版社

戴淑凤 编著

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁亲子游戏 / 戴淑凤编著. — 北京: 北京出版社, 2006
(戴淑凤育儿百科)

ISBN 978-7-200-06632-6

I. 0… II. 戴… III. 婴幼儿—智力开发—游戏 IV. G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第123055号



汉竹图书

精彩阅读, 在汉竹
全案策划

汉竹·亲亲乐读系列 戴淑凤育儿百科

0~3岁亲子游戏

0~3 SUI QINZI YOUXI

戴淑凤 编著

☐ 出版 北京出版社出版集团 北京出版社 ☐ 地址 北京北三环中路6号

☐ 邮编 100011 ☐ 网址 www.bph.com.cn

☐ 总发行 北京出版社出版集团 ☐ 经销 新华书店 ☐ 印制 北京顺诚彩色印刷有限公司

☐ 开本 889×1194 1/24 ☐ 印张 7

☐ 版次 2007年4月第1版 ☐ 印次 2007年4月第1次印刷 ☐ 印数 1—15 000

☐ ISBN 978-7-200-06632-6/TS·155

☐ 定价: 29.80元

质量投诉电话: 010-58572393

“……看过她的书后，不禁深深佩服她于医学、心理学、教育学、社会学、伦理学方面涉猎之广、研究之深。”

——全国人大常委会副委员长 何鲁丽

**中国优生优育协会理事
北京大学第一附属医院儿科教授**

戴淑凤

拥有 40 余年丰富育儿经验，北京大学第一附属医院教授，中国优生科学协会和优生优育协会理事，儿童心理卫生专业委员会主任委员，“十一五”幼教专家研究规划课题专家，《中国生育健康》等杂志编委。

她 1983 年赴日本研究先进的围产医学、并涉猎胎教及早期教育。后曾跟随美国心理学博士布雷寿顿 (Dr. Brazelton) 研究新生儿心理行为，又系统研习了发展与教育心理学，率先参与引进蒙台梭利教育理论和方法，并将国内外诸多相关新学科理论和跨学科知识融合在早教实践中，于 1992 年提出了以“感觉教育”为理论核心的早教理念。曾为上万名家长提供科学育儿和潜能开发指导。3000 多名患有心理行为障碍的儿童在她的亲手调适下，迅速得以康复。

由于她在儿童神经生理学、神经心理学和身心发展领域的重要贡献，在儿童教育理念、教学方法和教学模式方面的诸多创新，赢得了社会各界的高度评价，《人民日报》、中央电视台、美国 CNN 电台曾对她进行多次报道。



《0-6岁宝宝成长监测宝典》



《0-1岁宝宝养育全书》



《1-3岁宝宝养育全书》

策 划 / 盘 静 李晓晨 靳欣欣

责任编辑 / 于 蕊 刘 可

书籍设计 / 张腾方 张 帆

图片编辑 / 吴晓静

摄 影 / 张 鑫

责任印制 / 李文宗

看过她的书，不禁深深佩服她于医学、心理学、教育学、社会学、伦理学方面涉猎之广，研究之深。

——全国人大常委会副委员长 何鲁丽

质 乐观 心智
 脑 部力量 开
 力 依赖感 刺
 展 协调 独立
 意 志力 五官
 肉 创造力 时
 格 大脑 承受
 觉 潜 能 观察
 探 索 关 注
 流 交 流
 体 主 动 性
 绪 调 整 模
 开 阔 上
 技 能 独
 力 感
 限 协 品
 动



发育 控制能力 精细动作 情
 调性格 肌肉弹性 艺术修养
 激 综合能力 感知力
 小 脑 社会交往 能
 自信 视觉 注意力
 坚 积极心态 平衡
 力 肌肉锻炼 超
 活动能力 成功体
 力 应变力 人商
 精细动作 右脑
 耐力 挑战性
 仿 社交 平
 脑 配合协
 立 语言理
 知 思维
 调 交往
 自我教
 作

乐观 心智发育 控制能力 精细动作 情商
耐性格 肌肉弹性 艺术修养 注意力 依赖
感知力 全面发展 协调 独立 小脑 社会
能力 五官 自信 视觉 注意力 运动感
积极心态 平衡 综合品格 大脑 手
臂力量 视觉潜能 观察 活动能
力 探索 注意力 应变力 人际
交往 精细动作 右脑开发 躯体
挑战性 节奏 情绪调整 模仿
开闭 上肢 配合协作 动作
语言理解 创造力 感知思维
力 协调 交往 手抓物品 自我
控制动作 逻辑思维 心理机能
平衡 团队精神 下肢

培育 腿部
感 刺激 独
交往 躯体
肉 创造
受 力 成功
沟 益
主动
社交
技
独





0~3
岁
亲
子
游
戏

汉竹读者热线 /010-58294758-18

E-mail/hansonbooks@126.com

优质亲子互动

造就高智能宝宝

你的宝宝聪明吗？怎样让自己的宝宝越来越聪明呢？这是每一个做爸爸妈妈最为关心的问题。在宝宝落地之后，你将给予宝宝怎样的爱、怎样的期待呢？

一、每一个宝宝生下来都是天才

刚出生的婴儿，其大脑具有惊人的吸收能力。越是早期，这种吸收能力就越强。0~3岁的宝宝所具有的吸收能力实在是天才性的。无论难易程度如何，他们对所给予的教育性刺激都能理解、接受。与此同时，他们不仅能记忆进入大脑的知识，而且记忆的图像之清晰胜过高清晰度的电视画面。

早期生活所接受的信息对宝宝一生的发展非常重要。心理学研究证实：人生所需的基本能力，如母语习得、对自然环境的基本认识、社会交往规则的掌握都是在婴幼儿时期完成的。如果能在这个阶段为宝宝提供丰富适宜的环境，用科学、准确的方法教育、培养宝宝，就能让宝宝获得最大程度的发展。

宝宝在智能和身体方面会如何成长，取决于体验何种刺激和环境。在帮助宝宝成长的外部刺激中，和爸爸妈妈玩游戏是最优秀的刺激。

二、游戏是幼儿时期重要的发展任务

发展心理学家认为，人生每一个阶段都有这个阶段的发展任务，幼儿期的一项重要发展任务就是游戏。

宝宝在游戏中获得积极的情绪体验。在游戏中，他会专注、会放松、会惊喜、会大笑，他会表达所有的、真实的快乐，他

会释放小生命的活力。

宝宝在游戏中可以深刻感受亲情的温暖。在游戏中，宝宝与亲人相互交流、相互合作。感受人与人之间的爱与关怀，学会了与他人交往的基本法则。

宝宝在游戏中掌握人类学习的方法。宝宝用眼睛观察，用小手、小脚去探索，用身体去感觉，在游戏中他调动了所有的感官，感受身边的世界，学习和人类相关的一切知识。

宝宝在游戏中能够得到主动、愉快、全方位的发展。每一个游戏都需要调动宝宝的各种器官，运用自身的各种智慧，寻找解决问题、发现乐趣的方法，每一个游戏都可以促进宝宝各种智慧、智能的发展！并在其中体验成功和失败，一步步走向成熟。

三、怎样陪宝宝游戏

在教育宝宝方面，最重要的是亲子之间的优质互动：一起游戏、一起散步、一起聊天、一起做简单的家务等等，千万不要忽略了和宝宝在一起的意义。

年轻的爸爸妈妈大多承受着来自社会、事业等多方面的压力，经常和宝宝在一起，用一颗童心和宝宝游戏、交谈，一方面可以享受宝宝对你完全的需求与信赖；另一方面也是自己放松、休息的时刻，在感受天伦之乐的同时，你也可以重返童年，重温儿时的快乐，摆脱压力，保持健康活力。

亲子游戏是爸爸妈妈与宝宝享受游戏的快乐和互动体验的过程，看似简单的游戏却包涵着深刻的培养、教育意义。陪宝

宝游戏是每一个做爸爸妈妈甜蜜的重任，需要体力、精力、时间、心情和智慧。

教育宝宝是用自己的生命去换得宝宝的成长。在拥有正确的教育理念和做法的前提下，你付出的心力越多，宝宝得到的优质生命经验就越多，长大后成功的几率就越大。

四、多元智能和天才宝宝

美国著名教育心理学家霍华德·加德纳博士认为，儿童至少具有8种智能：语言智能、数学逻辑智能、空间智能（视觉空间智能）、身体运动智能、音乐智能、人际交往智能、自我认识智能和自然观察智能。这些智能相互影响、相互协调，最终形成每个人的独特特质，人的成功需要诸多智慧的相互协调并共同对个体发生作用。这些智能在幼儿期都以潜能的形式存在，而且每个人在这8种智能方面所拥有的量是各不相同的，并因此表现出不同的智能优势，长大后就会展示出不同的才华。

对于3岁以内的宝宝，母亲是最了解他的人。核对下面列举的迹象，可以估量你的宝宝是否具备成为天才的潜力。

天才宝宝的5种迹象：

讲话早。如果他迅速掌握大量词汇、发音清晰、喜欢刨根问底并具备非凡的理解力，说明他拥有聪明的潜力。

阅读早。关注他识字和识图的过程。另一个有提示作用的迹象就是他拿书本自己阅读。

喜欢数字。他喜欢数字日常生活中的一切东西，如楼梯、来往的车辆吗？他能记住电话号码吗？他认识书本上的数字吗？他是否很早就开始数数？他能解简单的数学题吗？

善于解决问题。他玩那些适于比他年长的宝宝玩的游戏吗？他能自主解决游戏中的困惑吗？他对细节特别感兴趣吗？

能够全神贯注。如果他能长时间自始至终地关注一件事情，比如完成拼图游戏的时候非常专心、耐心，说明他有成为天才的趋势。

在宝宝生命的最初几年，能自觉地接受大量的信息和学习丰富的知识，如果他是个很聪明的宝宝，效果会特别显著。

爸爸妈妈所能做的最重要的事情，就是为宝宝创造一个轻松关爱的环境，让他感到在这样的环境中学习是一种乐趣。同时，尽可能给他提供在游戏中学习的机会，比如拼图、阅读和玩角色游戏等等。

五、如何使用本书

教育学家指出：你没必要花大钱购买昂贵的玩具，但要设法让他充分发挥他的想象力，即使周围除了纸板盒、羊毛毯、枕头和衣服之外没其他东西，也没关系。

有创意的游戏对宝宝的成长尤为重要，天才宝宝尤其需要机会表现自己，他会自觉地通过他的想象力去探索世界。

本书设计和收集了将近150个简单易行的亲子游戏，并将游戏的等级划分为难度最低的1到最高的5。每一个游戏都可以有效增进宝宝情商、智商的平衡发展。这些游戏大多使用家中现有物品和场地，无须再额外购置任何物品。

为了方便家长更好地利用本书，我们在每一个游戏前都对家长最为关心的发育目标和个性目标给予科学的指导说明，在游戏后则对具体的玩法和可拓展的活动提出建议。希望家长能够举一反三、因地制宜，和宝宝共同开发出更多、更好的智能游戏来。

编者



0-3
岁
亲
子
游
戏

0~3
岁
亲
子
游
戏



探科学奥秘 享健康人生

感谢你购买我们的图书，欢迎你参加我们的科学生活书友会。

在这里，你可以进入我们的《自然图书馆》认识大自然的美丽；可以《登上健康快车》，享受健康、幸福的生活；可以和我们一起感受《生命在于呼吸》的养生之道，还有……

参加方式

非常简单，填写《会员登记表》(背面)，邮寄、传真或发E-mail给我们即可，也可以在我们的网站上下载注册表和书友会书目，成为我们的会员

会员权利

- 登记以后，将收到会员确认信，成为终身会员
- 不定期收到新书简介
- 有机会成为兼职作者
- 直购图书，将享受免邮费及打折优惠(具体规则见会员确认信)
- 不定期参加各种书友联谊活动
- 年度购书满200元，年底将获赠小礼品

会员义务

- 遵守国家相关法律法规
- 填写的会员资料必须真实有效

* 直购图书仅限科学生活书友会图书目录

* 科学生活书友会活动解释权归北京出版社出版集团科学生活编辑中心所有

科学生活书友会联系方式

邮政地址：北京北三环中路6号 北京出版社出版集团科学生活编辑中心

邮政编码：100011

网址：www.bph.com.cn

邮箱：chgmls@163.com kxsh@bphg.com.cn

书友会热线：(010)58572512 (010)58572288 (010)58572381(传真)

联系人：廖琼 陈刚



科学生活书友会 会员登记表

姓 名: _____ 性 别: _____ 年 龄: _____

通信地址: _____

邮 编: _____

E — mail: _____

电 话: _____

- 你购买的图书名称(准确书名)

- 你在哪一家书店购买的(请写明具体省市地区名称)

- 你对本书的封面设计有什么意见和建议

- 你对本书的内容有什么意见和建议

- 你是否愿意成为兼职作者(如愿意, 请写明专业背景)

- 你还希望我们出版哪一方面的图书

目 录

0~3 岁亲子游戏

第一章 0~6 个月宝宝的亲子游戏 / 1

转转真好玩——旋转	2	1 个半月
盘过来盘过去——腿部动作	3	
小手小手拍拍——认识手	4	2 个月
我的小手会敲鼓——手腕运动	5	
小淘气踢球球——抬腿	6	3 个月
小小舞蹈家——四肢运动	7	
镜子里的宝宝是谁啊——认识身体	8	4 个月
我能抓到你——抓玩具	9	
摇摇晃晃坐摇篮——浴巾游戏	10	5 个月
骨碌骨碌滚一滚——翻滚运动	11	
顶鼻子——认识五官	12	6 个月
纸飞机——追视	13	
拉大锯，扯大锯——坐起来	14	7 个月
滚动的红苹果——抬头	15	
小屁股会跳舞——蹲蹲舞	16	8 个月
推推宝宝——爬行准备	17	
翻山越岭找妈妈——攀越训练	18	9 个月
我在哪儿——藏猫猫	19	
上上下下的脸——看妈妈	20	10 个月
骑上自行车去旅行——蹬腿运动	21	

22 / 第二章 7~12 个月宝宝的亲子游戏

24 / 我找到了——找玩具	1 个半月
25 / 做鬼脸——识别表情	
26 / 丁零零，来电话了——打电话	2 个月
27 / 哗啦啦，下雨了——扔纸游戏	
28 / 小小搬运工——搬运饼干	3 个月
29 / 爬大山——拿回玩具	
30 / 辨别高低音——听音乐	4 个月
31 / 宝宝懂礼貌——教宝宝说：“谢谢”	
32 / 小船晃悠悠——空间体验	5 个月
33 / 小花猫钻山洞——爬行能力	
34 / 模仿秀——跟着妈妈做	6 个月
35 / 小蜜蜂，嗡嗡嗡——学会“飞”	
36 / 小手真有力——扔沙包	7 个月
37 / 你来我往——推球球	
38 / 看，我真能干——套杯子	8 个月
39 / 小小分装站——分装物品	
40 / 彩带飘飘——撕纸条	9 个月
41 / 爸爸的腿是滑梯——滑下来	
42 / 推推乐——推小车	10 个月
43 / 藏宝游戏——妈妈藏宝宝找	
44 / 妈妈，我能找到你——捉迷藏	11 个月
45 / 小宝宝大搬家——捡拾玩具	
46 / 盒子接物——投掷玩具	12 个月
47 / 妈妈讲我也讲——讲故事	

第三章 1岁~1岁6个月宝宝的亲子游戏 / 48

- 对对看——纸盒游戏 / 50
背狗狗——背背驮驮 / 51
步调一致——爸爸走我也走 / 52
我的小手最灵巧——抓球 / 53
爸爸给我当飞机——骑在爸爸肩上 / 54
甜的还是酸的——尝一尝 / 55
会跳的小球球——三指捏球 / 56
五颜六色的帽子——你戴我也戴 / 57
大拇哥，二拇弟——手指头会唱歌 / 58
对号入座——找图形 / 59
猜猜看——看图画 / 60
泡泡乐——爸爸吹我来抓 / 61
红灯停，绿灯行——开汽车 / 62
小脚丫到处走——追玩具 / 63
走得好——穿过羊肠小道 / 64
踩来踩去真好玩——踩影子 / 65
我是娃娃的好妈妈——过家家 / 66
水果宝宝送回家——找对应 / 67
幸福歌——拍拍手，跺跺脚 / 68
画个太阳红彤彤——涂鸦 / 69
一样多——积木分类 / 70
公鸡喔喔叫——发音练习 / 71
运动宝贝——小动物模仿操 / 72
小屁股蹲蹲——捡豆子 / 73

1岁1个月

1岁2个月

1岁3个月

1岁4个月

1岁5个月

1岁6个月

74 第四章 1岁7个月~2岁宝宝的亲子游戏

- 80 找朋友——和小伙伴一起玩
81 花样走——走直线
82 我能行——上下楼梯
83 小兔子乖乖——不能给陌生人开门

86 认一认——认识自己和他人
87 外面真好玩——树叶游戏
88 剥香蕉，吃香蕉——自己动手
89 每个宝宝都有家——积木游戏

95 跳一跳——跳房子
96 闻一闻——空气的气味
97 小风车，转转转——风在哪儿

1岁8个月

1岁10个月

2岁