

当代中国影响最大的婴幼儿早教品牌

《发现母亲文库》早教方案系列

冯德全 / 主编

中国母亲教育网·华东交通大学母亲教育研究所

邯郸市政府幼儿园二十年施教总结
家长、幼儿园值得信赖的优秀读物

2~2.5

0~3岁婴幼儿家长指导手册

FENGDEQUANZAOJIAOFANGAN

冯德全早教方案⑥

数百万人的超大型实验，成千上万例的成功典型，百余所的实验婴幼儿园，数百家海内外媒体的广泛关注，30年无人可匹的普及推广！

中国妇女出版社



“零岁方案”总设计师
冯德全 / 主编
费孝通、程思远、于光远、钱学森等关心、指导并推荐

2~2.5

0~3岁婴幼儿家长指导手册

FENGDEQUAN ZAOJIAO FANGAN

冯德全早教方案⑥

数百万人的超大型实验，成千上万例的成功典型，百余所的实验婴幼儿园，
数百家海内外媒体的广泛关注，30年无人能匹的普及推广！

中国妇女出版社



《发现母亲文库》早教方案系列

冯德全 / 主编

中国母亲教育网·华东交通大学母亲教育研究所

邯郸市政府幼儿园二十年施教总结
家长、幼儿园值得信赖的优秀读物

主 编 简 介



冯德全，1935年1月生，浙江省诸暨人。湖北冯德全儿童潜能开发研究所所长，国家计生委优生优育协会客座教授，华东交通大学母亲教育研究所特聘研究员，武汉大学“零岁方案”总设计师，中国家庭服务业协会高级顾问。长期从事儿童教育与研究工作，著有《神童之迷》《怎样培养早慧儿》《天才的摇篮》等近十种著作。其倾注大量心血设计完成的“0~6岁优教工程及实施方案”（简称“早教方案”），构建了全新而实用的早教理论体系。近30年来，作者讲学足迹遍布祖国各地，达千余场次之多，听众近百万人次。由于其在早期教育理论与实践方面的卓越成就，被誉为“中国当代早教之父”。

《怎样培养早慧儿》《天才的摇篮》等近十种著作。其倾注大量心血设计完成的“0~6岁优教工程及实施方案”（简称“早教方案”），构建了全新而实用的早教理论体系。近30年来，作者讲学足迹遍布祖国各地，达千余场次之多，听众近百万人次。由于其在早期教育理论与实践方面的卓越成就，被誉为“中国当代早教之父”。

华东交通大学母亲教育研究所简介

华东交通大学是一所中央、地方两级共建，以地方管理为主的高等院校。学校现有土木建筑、电气信息工程以及经济管理、体育、外国语、人文社会等13个学院。为致力中国教育尤其是家庭教育的现代化，2000年4月成立母亲教育研究所，旨在通过对母亲——这一家庭教育最重要执行者的研究，提高全民族母亲的教育意识、素质和水平。

母亲所家教报告热线：(010) 63980359

吴章鸿老师家教报告	陈建翔博士家教报告
舒心老师家教报告	刘文利博士家教报告
雷运姣老师家教报告	冯德全教授家教报告
李晓凡老师家教报告	陈一筠教授家教报告
顾今昔老师家教报告	沈利萍教授家教报告
蔡笑晚老师家教报告	徐勇教授家教报告
贾容韬老师家教报告	司有和教授家教报告
钟沛老师家教报告	王东华教授家教报告

母亲所地址（北京）

北京市海淀区莲花苑1号楼511108室

邮 编：100036

电 话：(010) 63980359 63980358

网 址：<http://www.mqjy.com.cn>

E-mail: mqjy@vip.sohu.com

责任编辑：廖晶晶

封面设计：点睛工作室

TEL: (010) 64646726 陈燕

内容简介

本书是我国著名婴幼儿早教品牌——“冯德全早教方案”实验幼儿园的一套起步教材，由被誉为“中国当代早教之父”的冯德全教授主编。全书本着“生活游戏是婴幼儿学习的最好课堂”的早教理念，以及“在玩中学，在学中玩”的早教原则，按照0岁~1岁、1岁~1.5岁、1.5岁~2岁、2岁~2.5岁、2.5岁~3岁五个年龄段，从语言、常识、数学、音乐、美工、体育、游戏等七个方面，为年轻的父母们提供了上百项活动。其中每一项活动内容都充分考虑到了不同年龄段婴幼儿的身心特点，既活泼有趣，又具有很强的针对性和可操作性，是值得广大家长学习的一套教育指导手册。



副主编简介

雷建新，女，1952年2月生，现任邯郸市妇联副主席、市家教学会会长、省家教学会理事。曾被评为全国家庭教育先进工作者、省优秀妇女干部、省三八红旗手等。主编有《巾帼风采录》《巾帼创业篇》《群星璀璨》《家庭道德教育》。



张春辉，女，1960年11月生，现为邯郸市政府幼儿园园长。曾被评为省优秀教育工作者、省后勤系统先进工作者、市巾帼十杰、市三八红旗手等，并有两篇论文在省幼教年会上获得三等奖。



吕联起，女，1961年6月生，中学高级教师。现为中国学前教育研究会会员，河北省幼教研究会会员。曾获河北省“双合格”家庭教育先进个人及省玩具优秀奖等，并在国家级刊物发表论文3篇、省级刊物发表论文1篇，获河北省优秀论文两次。



郝志芳，女，1968年10月生，国家三级心理咨询师。现任邯郸市妇联儿童部部长、市家庭教育研究会秘书长。曾参与编辑了《“好摇篮”示范户》《邯郸市第四届家庭教育论文选刊》《家庭思想道德教育》等书刊。

本书编撰人员名单

主 编：冯德全

副主编：雷建新 张春辉 吕联起 郝志芳

作 者：	吕联起	张春辉	吴红伟	李梓海	武丽霞
	吝正香	裴书婷	赵玉梅	郑栗琳	张 玲
	杨柯彬	王红娟	崔疆梅	朱奇娟	方 虹
	梁玉红	李 蓓	杜红燕	陈 芳	孙 坤
	李红霞	朱 敏	张亚丽	张娅娜	张月红

001	2 岁~2 岁半宝宝发展目标	提示一
002	智慧妈妈提示	提示二
003	语言活动	第一章
004	2 岁~2 岁半宝宝语言活动目标	
005	春天到	1
006	手指谣	2
008	小手	3
010	小兔拔萝卜	4
012	小妹妹,爱刷牙	5
013	看谁的小手最干净	6
014	剪指甲	7
015	多吃蔬菜	8
016	红娃娃,绿娃娃	9
018	太阳公公起得早	10
019	睡觉	11
020	贪吃的小刺猬	12
021	他们在干什么	13
022	摇篮	14
023	拍手歌	15
024	量词歌	16
025	小猫为什么哭了	17
027	小兔上幼儿园	18

第二章 常识活动

029

2岁~2岁半宝宝常识活动目标

030

- 1 认识嘴巴、耳朵 031
- 2 认识鼻子、眼睛 032
- 3 认识杯子 033
- 4 认识碗 034
- 5 自助餐 035
- 6 蚕豆和绿豆 036
- 7 认识水果和蔬菜 037
- 8 做个好妈妈 038
- 9 认识小兔 039
- 10 认识长和短 040
- 11 认识白天 041
- 12 认识黑夜 042
- 13 认识夏天 043
- 14 认识冬天 044
- 15 认识国旗 045

第三章 计算活动

047

2岁~2岁半宝宝计算活动目标

048

- 1 认识早和晚 049
- 2 认识数字“4” 050
- 3 点数“4” 051
- 4 用“4”说一句话 052

053	理解“一样多”	5
054	认识数字“5”	6
055	点数“5”	7
056	用“5”说一句话	8
057	认识数字“6”	9
058	点数“6”	10
059	用“6”说一句话	11
060	复习数字 1~6	12
061	认识三角形	13
062	认识正方形	14
063	认识圆形	15
064	复习三角形、正方形、圆形	16
065	给图形分类	17
066	摆果子	18
067	看点取物	19
068	看物做动作	20
069	小兔吃萝卜	21

071

音乐活动 第四章

072	2岁~2岁半宝宝音乐活动目标	
073	蹦蹦跳跳身体好	1
075	爱惜一粒米	2
077	不让妈妈抱	3
078	走路静悄悄	4
079	宝宝睡了	5

6	过马路	080
7	小镜子	081
8	两只手	083
9	小牙刷	084
10	小滑梯	085
11	迎春花	086
12	桃花像娃娃	088
13	葡萄甜又酸	090
14	小黄瓜	092
15	布娃娃	093
16	我爱小动物	094
17	小青蛙	096
18	小花猫	097
19	小蜗牛	098
20	小金鱼找朋友	099
21	大雨和小雨	100

第五章 美工活动

101

	2 岁~2 岁半宝宝美工活动目标	102
1	喂小兔吃草(添画)	103
2	草地上的花(点画)	104
3	小鱼(折纸)	105
4	印模画	106
5	太阳(涂色)	107
6	温暖的太阳(泥工)	108

109	小船水中游(绘画)	7
110	糖葫芦(粘贴)	8
111	小蝌蚪(绘画)	9
112	桃花(粘贴)	10
113	红萝卜(涂色)	11
114	气球(连线)	12
115	房子(折纸)	13
116	乌龟(添画)	14
117	小狗头(折纸)	15
118	奇妙的花朵(添画、涂色)	16
119	美丽的夜空(涂色、粘贴)	17
120	国旗(粘贴)	18

122	2岁~2岁半宝宝体育活动目标	
123	龟兔赛跑	1
124	追影子	2
125	蚂蚁搬豆	3
126	花样玩球	4
127	警察与司机	5
128	小熊钻山洞	6
129	小小运动员	7
130	金鸡独立	8
131	小兔跳远	9
132	沙滩排球	10

11	小羊过桥	133
12	看谁先到家	134
13	捉尾巴	135
14	晒毛巾	136
15	迷路的小动物	137
16	小猫捉老鼠	138

第七章 游戏活动

139

2 岁~2 岁半宝宝游戏活动目标		140
1	串铃操(第一、二节)	141
2	串铃操(第三、四节)	142
3	串铃操(第五、六节)	143
4	串铃操(第七、八节)	144
5	健脑操	145
6	动物模仿操	147

提示一

2岁~2岁半宝宝发展目标

1. 能说几首完整的短儿歌，听故事后会复述简单的情节；会说简单的礼貌用语，能认读一些简单的汉字。
2. 了解气候、时间的变化，认识并掌握一些日常生活用品。
3. 发展肢体动作的协调性、平衡性，使跳、跑、攀、爬、投掷等运动技能及身体控制能力逐步得到提高。
4. 理解“一样多”“相同”“相等”的概念，认识和分辨三角形、正方形、圆形，认识并能点数1~6。
5. 学会唱音域1~5的歌曲，初步掌握2/4、3/4拍的节奏，并能随着音乐即兴表演动作。
6. 能分辨红、绿、蓝、黄、黑、白等基本色；学会简单的添画、点画、印章画，会画直线、横线；掌握搓、压、团等玩橡皮泥的技巧，会简单的手工折纸。



提示二

智慧妈妈提示

1. 2岁~2岁半的宝宝已经能独立行走了，这时家长应多让宝宝进行一些从高处往下跳、平地跳远、自由追逐、攀登及平衡运动，这样可以进一步发展宝宝全身肢体动作的协调性，促进宝宝体格健康发展。

2. 宝宝现在已经对外界的事物产生了极大的兴趣，家长应多带宝宝接触社会，扩大视野；多带宝宝到公园、绿地、河边等有益身体健康的环境中，丰富宝宝的 life 内容，让宝宝感受外部世界的多姿多彩。

3. 利用宝宝有强烈的自主意识和动手愿望的有利时机，为宝宝提供可锻炼大脑、发展动手能力的益智玩具，如积木、拼图、橡皮泥、球类等，并和宝宝一起玩，以发展良好的亲子关系。

4. 在日常生活中因地制宜地创设学习环境，时时处处为宝宝打开知识的门窗，激发宝宝的求知欲望，培养宝宝的联想、思维和分析能力，使宝宝更聪明、更可爱。



0~3 岁婴幼儿家长指导手册
0~3 SUI YINGYOUNER JIAZHANG ZHIDAO SHOUC

第一章

语言活动





2岁~2岁半宝宝语言活动目标

- (1) 能说出自己的姓名、年龄、性别，能介绍爸爸、妈妈的姓名。
- (2) 会看图片，并能说出图片上的内容，知道日常生活中一些物品的名称及用途。
- (3) 会说4首~5首完整的儿歌，并能背诵，还能在成人指导下模仿表演儿歌中的动作。
- (4) 能够听懂故事，掌握故事中的简单词汇，会用礼貌用语。
- (5) 能在成人指导下认读简单的汉字及英语单词，并能复述故事的主要内容。
- (6) 识字：蜜蜂、手、拍、摆、藏、白花花、洗手、干净、指甲、长、细菌、萝卜、青菜、健康、蔬菜、睡觉、公公、婆婆、花儿、森林、天空、滚、跳、跑、飞、游、蓝天、大海、大雁、熊猫、小鸡、架、辆、条、只、幼儿园。

1. 春天到

目的

发展宝宝的语言表达能力，学会背诵儿歌，并能手口一致地表演动作。

准备

有关春天的图片，“春天”“蝴蝶”“蜜蜂”字卡及相应图片。

智慧妈妈教你玩

- (1) 妈妈拍手说儿歌《春天到》，鼓励宝宝一起拍手，一边跟着说儿歌。之后妈妈问宝宝：“谁来这首儿歌里做客了？”（蜜蜂、蝴蝶，还有小鸟。）
- (2) 妈妈说两遍儿歌后，让宝宝学习重点词句及动作：
 - ① “春天到，空气好。”——双手上举，左右摆动。
 - ② “草儿绿，鸟儿叫。”——左右拍手。
 - ③ “花儿朵朵开口笑。”——双手手腕相合。
 - ④ “蜜蜂蝴蝶齐舞蹈。”——学小鸟飞。
- (3) 妈妈表演儿歌，遇到重点词句时速度要慢，动作要夸张。
- (4) 周末带宝宝外出游玩时可复习儿歌。
- (5) 识字：春天、蜜蜂、蝴蝶。



2. 手指谣

目的

- (1) 学说拟声词“吧吧吧、刷刷刷、嘭嘭嘭、嗒嗒嗒”。
- (2) 知道每个手指的名称。

准备

指偶5种（爸爸、妈妈、哥哥、姐姐、妹妹），挂图5幅。

智慧妈妈教你玩

(1) 请宝宝依次看挂图一，说出“爸爸会开汽车，吧吧吧”；看挂图二，说出“妈妈会洗衣服，刷刷刷”；看挂图三，说出“哥哥会踢足球，嘭嘭嘭”；看挂图四，说出“姐姐会打电脑，嗒嗒嗒”；看挂图五，说出“小妹妹在看图画书”。

(2) 妈妈与宝宝一起看图，多念几遍。当宝宝有一定印象后，再说“大拇指是爸爸”，并帮宝宝给拇指套上“爸爸”指偶，然后依次套完4个指偶。最后再做动作，念几遍手指谣。

(3) 妈妈念手指谣，请宝宝用手势表演。

建议

(1) 刚开始，宝宝不会完整地说出儿歌，也不会与儿歌同步出示指偶，家长应耐心地引导宝宝反复练习。可以由家长念儿歌，宝宝只出示指偶，过渡到只发拟声词，再过渡到说出完整的儿歌。

(2) 家长可通过玩猜手指游戏，来帮助宝宝记住各个手指的名称。