

玩出好宝宝丛书 **1**

幼教
妈妈
心理专家
倾力打造

玩出听话

摩天文传 著

0~6岁

宝宝家庭必备

乖宝宝

Wan Chu Ting Hua Ji Bao Bao



海量
精美图片
专业摄影
团队原创

备孕妈妈、准妈妈、新妈妈
最最想要的**亲子游戏宝书**

● 最易上手的育儿绝招 最快乐的育儿心得 ● 不再被孩子牵着鼻子走 轻轻松松当爸妈

广西人民出版社

玩出听话乖宝宝

WAN CHU TINGHUA GUAI BAOBAO

摩天文传 著

图书在版编目 (C I P) 数据

玩出听话乖宝宝 / 摩天文传著. — 南宁: 广西人民出版社, 2013. 7

(玩出好宝宝)

ISBN 978-7-219-08364-2

I. ①玩… II. ①摩… III. ①儿童教育—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第 084391 号

监 制 白竹林
策划编辑 郑 洁
责任编辑 周月华 郑 洁 张 凡

出版发行 广西人民出版社
社 址 广西南宁市桂春路 6 号
邮 编 530028
网 址 <http://www.gxp-ph.cn>
印 刷 广西大一迪美印刷有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 8
字 数 10 千字
版 次 2013 年 7 月 第 1 版
印 次 2013 年 7 月 第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-219-08364-2/G · 1742
定 价 28.00 元

版权所有 翻印必究

CONTENTS

目录



Chapter 1 0~6个月

1 肚皮咯吱咯吱 002

游戏目的：让宝宝感觉愉快，锻炼宝宝的身体触觉，让宝宝养成爱笑的习惯。

2 宝宝抬头看看 004

游戏目的：让宝宝学会抬头，扩大视野，养成善于观察的习惯。

3 妈妈的爱 006

游戏目的：让宝宝感受到爱，从小养成信任别人的习惯。

4 宝宝敲鼓咚咚咚 008

游戏目的：培养宝宝的节奏感，让宝宝逐渐认识自己和环境之间的关系。

5 宝宝看这里 010

游戏目的：培养宝宝的语感，加深亲子感情。

6 摇铃叮当响 012

游戏目的：让宝宝认识到自己对外界事物产生的影响。

7 宝宝和妈妈跳支舞 014

游戏目的：刺激宝宝的听觉，开发宝宝的右脑。

8 翻身乖宝宝 016

游戏目的：让宝宝学会翻身。

9 宝宝乖乖吃东西 018

游戏目的：让宝宝改变进食的方法，学会见勺子就张口，为日后宝宝吃饭打下基础。

10 可爱的小兔子 020

游戏目的：培养宝宝的想象力，增进亲子感情。

11 成长记录 022

宝宝好习惯养成时间表

Chapter 2 6个月~1岁



1 妈妈出门了 026

游戏目的：帮助宝宝减少依赖的习惯。

2 冷热很有趣 028

游戏目的：刺激宝宝的触觉，让宝宝在生活中养成知冷知热的习惯。

3 节约食物从我开始 030

游戏目的：锻炼宝宝手的抓握能力，以及让宝宝学会分享。

4 捡花生 032

游戏目的：锻炼宝宝的手指活动能力，以及让宝宝养成整理和收纳的好习惯。

5 呼啦圈会走路 034

游戏目的：培养宝宝对物体的操控能力，培养宝宝对工作的兴趣。

6 分享大苹果 036

游戏目的：让宝宝练习递东西给别人，学会与人分享，养成不自私和善于与人合作的习惯。

7 山的那边有什么 038

游戏目的：开发宝宝的智力，增进亲子关系。

8 竹蜻蜓的小天地 040

游戏目的：丰富宝宝的想象力，加深亲子关系。

9 枕头游戏 042

游戏目的：激发宝宝欢快的情绪，加深亲子关系。

10 小狗快快追 044

游戏目的：训练宝宝的爬行能力和听口令的能力。

11 成长记录 046

读懂宝宝的表情



Chapter 3 1~2岁



1 乖小兔睡觉 050

游戏目的：培养宝宝关心他人的习惯，让宝宝知道睡觉要安静、要盖好被子。

2 宝宝当起化妆师 052

游戏目的：培养宝宝的美感和动手能力，培养宝宝对工作的兴趣。

3 自己动手做糖果 054

游戏目的：培养宝宝的动手能力，培养宝宝对劳动的兴趣。

4 戴帽子，摘帽子 056

游戏目的：让宝宝理解戴和摘的意义，锻炼宝宝对事情的专注力。

5 丰收季节叠南瓜 058

游戏目的：培养宝宝的专注力和动手能力。

6 宝宝带小猪回家 060

游戏目的：让宝宝知道要听从指挥。

7 偷懒的杯子 062

游戏目的：让宝宝理解“倒”和“正”的意思，锻炼宝宝的手指灵活度。

8 动动身子真有趣 064

游戏目的：训练宝宝身体和语言的协调性，培养宝宝听口令的习惯。

9 一起拧毛巾 066

游戏目的：培养宝宝团结合作的意识。

10 乖宝宝问声好 068

游戏目的：教会宝宝与人交往的礼节。

11 成长记录 070

如何提高宝宝的注意力





Chapter 4 2~3岁

1 木头人不许动 074

游戏目的：训练宝宝遵守规则，锻炼宝宝的意志力和自制力。

2 干净吃苹果 076

游戏目的：让宝宝学会吃水果前要先洗水果，养成良好的卫生习惯。

3 一堂表演课 078

游戏目的：培养宝宝对表演的兴趣，以及培养宝宝听从口令的习惯。

4 分类小当家 080

游戏目的：让宝宝学习按物品的功用分类，养成爱分类的好习惯。

5 小积木大清理 082

游戏目的：提高宝宝解决问题的能力，让宝宝养成爱收纳、爱劳动的好习惯。

6 快乐递送 084

游戏目的：提高宝宝的听觉和反应能力。

7 宝宝切蛋糕 086

游戏目的：让宝宝明白整体与局部的关系，培养宝宝做一些力所能及的劳动。

8 认真听出跳跑蹲 088

游戏目的：培养宝宝的快速反应能力和听从口令的习惯。

9 扣子游戏 090

游戏目的：让宝宝早日学会自己穿衣，提高宝宝的自理能力。

10 左手右手听口令 092

游戏目的：锻炼宝宝的快速反应能力和服从口令的习惯。

11 成长记录 094

妈妈和宝宝的童话趣事



Chapter 5 3岁以上



1 穿衣服比赛 098

游戏目的：训练宝宝正确地穿、脱衣服，培养宝宝的自理能力。

2 儿歌里的小动物 100

游戏目的：提高宝宝的概括能力以及语言表达能力，增强宝宝的自信心。

3 解救小动物 102

游戏目的：教会宝宝学会关爱生命，培养宝宝的社会责任感。

4 夹菜大考验 104

游戏目的：提高宝宝手指的灵活性，培养宝宝专心做事的能力。

5 危险东西不要碰 106

游戏目的：教会宝宝认识危险物品，让宝宝有安全意识并学会自我保护。

6 衣服小达人 108

游戏目的：让宝宝学会叠衣服，并养成自己叠衣服的好习惯。

7 快乐摆放童书 110

游戏目的：让宝宝养成整理东西的好习惯。

8 勺子和筷子 112

游戏目的：提高宝宝的注意力和反应能力，增强亲子感情。

9 反话国的人 114

游戏目的：锻炼宝宝的反向思维能力和判断力，培养宝宝听从指令的良好习惯。

10 小手变变变 116

游戏目的：锻炼宝宝手指的灵活性，训练宝宝的思维反应能力。

11 成长记录 118

宝宝礼节大检查





0~6个月

宝宝出生3周后，宝宝的睡眠和觉醒就有了一定的规律。这个时候家长可以安排比较固定的时间让宝宝做游戏，比如让宝宝吃饭，让宝宝动动头，使得宝宝接受良好的外界刺激，养成良好的生活习惯。需要注意的是，3个月大的宝宝不宜长时间抬头，6个月大的宝宝不宜久坐，以免对宝宝的发育造成不良影响，家长们要注意把握游戏时间。在游戏中，家长和宝宝说话时一定要温柔，使宝宝感受到父母的爱，这对日后宝宝懂事很有帮助。

1 肚皮咯吱咯吱

适宜年龄：0~3 个月。

游戏目的：让宝宝感觉愉快，锻炼宝宝的身体触觉，让宝宝养成爱笑的习惯。

游戏场所：光线充足、柔和的安静室内，柔软的床或垫子上。

游戏时间：每次 3 分钟。



温馨提示：

家长不要用长指甲挠宝宝，以防刮伤宝宝的皮肤，如果手凉，也不要直接接触宝宝的肚皮。挠痒要尽量轻柔，不要太用力。

还可以这样玩：

妈妈可以手里拿着些东西，用这些东西突然碰一下宝宝的身体。

家长笔记



游戏步骤

1
STEP

让宝宝仰卧在床或垫子上，妈妈在床边呼唤宝宝的名字。

2
STEP

妈妈伸出手指，轻轻地挠宝宝的肚皮，逗宝宝笑，并说：“咯吱咯吱咯吱……”

3
STEP

妈妈接着挠宝宝肚皮的两侧，让宝宝感觉更愉快。

游戏完成度



宝宝活跃度



家长满意度



2 宝宝抬头看看

适宜年龄：0~3 个月。

游戏目的：让宝宝学会抬头，扩大视野，养成善于观察的习惯。

游戏场所：光线充足、柔和的宝宝房间。

游戏道具：一个小鸭玩具。

游戏时间：每次 2 分钟。



温馨提示：

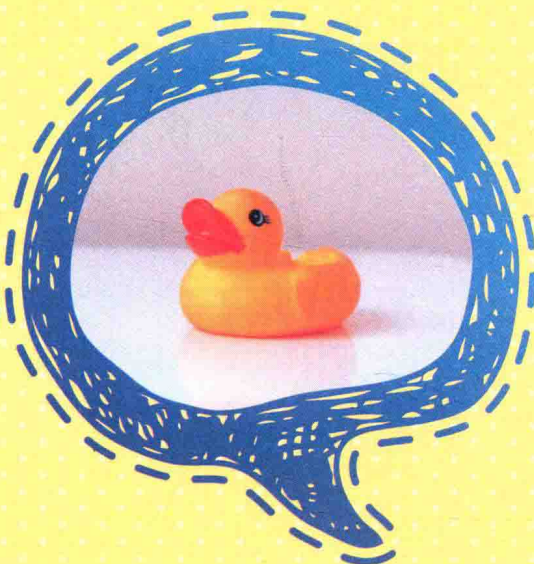
这套游戏最好选择在宝宝吃完奶稍作休息后进行。3 个月大的宝宝已经可以抬头了，但不宜让宝宝长时间抬头，所以妈妈要注意把握游戏时间，多让宝宝仰卧休息。



还可以这样玩：

爸爸可以参与游戏，可以手持摇铃等发声物体，在宝宝耳边摇动，吸引宝宝的注意力，让宝宝自觉抬头。

家长笔记



游戏步骤

1
STEP



妈妈把宝宝竖直抱起来，当宝宝的头自然地靠在妈妈的肩头时，妈妈轻轻动动肩头，让宝宝自然地把头抬起。

2
STEP



让宝宝趴在床上，拿出一个小鸭玩具来吸引宝宝抬头。

3
STEP



让宝宝趴在妈妈身上，妈妈小心地扶住宝宝的头，然后妈妈慢慢平躺在床上，让宝宝的头自然地抬起。

游戏完成度



宝宝活跃度



家长满意度



3

妈妈的爱

适宜年龄：0~3 个月。

游戏目的：让宝宝感受到爱，从小养成信任别人的习惯。

游戏场所：光线充足的安静室内。

游戏时间：每次 5 分钟，可重复 2~3 次。



温馨提示：

最好选择在宝宝换尿布、吃奶或洗澡后进行。

还可以这样玩：

在抱宝宝的过程中，家长可以增加抚摸宝宝身体的动作，这样能使宝宝感受到亲人的关怀。

家长笔记



游戏步骤

2
STEP



妈妈用双手慢慢抱起宝宝，并发出笑声，逗宝宝开心。

3
STEP



妈妈把宝宝抱在怀里，轻轻摇一摇，给宝宝唱儿歌。

游戏完成度



宝宝活跃度



家长满意度



4 宝宝敲鼓咚咚咚

适宜年龄：0~3 个月。

游戏目的：培养宝宝的节奏感，让宝宝逐渐认识自己和环境之间的关系。

游戏场所：光线充足、柔和的安静室内，柔软的床上。

游戏道具：一个木筒，一根小木棍。

游戏时间：每次 4 分钟。



温馨提示：

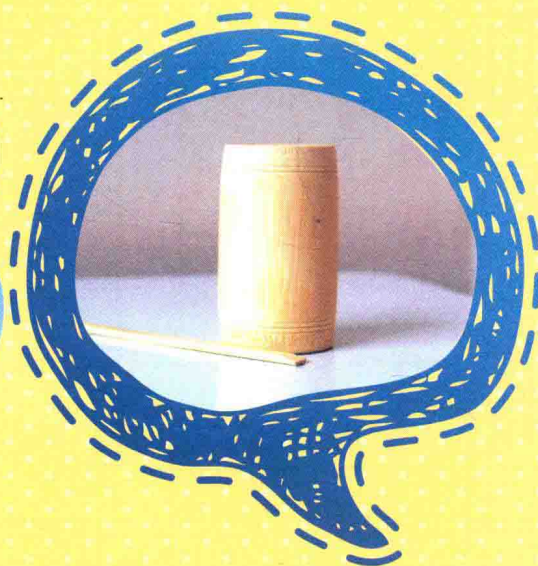
敲击木筒的频率不要太高，时间也不宜过长，一般连续四五下就可以了。



还可以这样玩：

当宝宝敲击木筒一段时间后，妈妈可以换一个玻璃杯，宝宝会感到敲击不同的物体发出的声音是不一样的。

家长笔记



游戏步骤

2
STEP



妈妈当着宝宝的面，敲一下木筒，让宝宝注意到声音。停顿一下后，妈妈再连续敲几下木筒，让宝宝确信声音是由木筒发出的。

3
STEP



妈妈让宝宝握住木棍，引导宝宝敲击木筒发出咚咚的声音。

游戏完成度



宝宝活跃度



家长满意度

