



根据国际早教标准和特点编写
北师大幼教专家倾力推荐

★
亲子互动
全脑开发
多元发展
★



北京市绿色印刷工程

优秀青少年(婴幼儿)读物绿色印刷示范项目



1~2岁

亲子早教 10分钟



全国百佳图书出版单位
化学工业出版社

亲子早教 10分钟



1~2岁



化学工业出版社

· 北京 ·

编委会

陈慧颖 陈龙芳子 陈 诗 陈玉嵘 程庭晖 杜佳辰 范瑀珏
胡晓君 黄永梅 贾思思 姜 珊 李青燕 刘 宇 乔 欣
邵颖新 石 林 万艳慧 王小涵 吴玲华 吴梦涵 熊淑云
许红云 杨 柳 张凌云 张 心 赵 娜 周思聪 周 勇
朱 凤 朱明玉

图书在版编目 (CIP) 数据

亲子早教10分钟. 1~2岁/趣狗少儿主编. —北京:
化学工业出版社, 2016.8
(儿童智能开发丛书)
ISBN 978-7-122-27481-6

I. ①亲… II. ①趣… III. ①学前教育-教学参
考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第146787号

选择绿色印刷

保护环境, 爱护健康

亲爱的读者朋友:

您手中的这本书已入选北京市优秀少
儿读物绿色印刷示范项目。它采用绿色印
刷标准印制, 在它的封底印有“绿色印刷
产品”标志。

按照国家有关标准 (HJ 2503—2011),
绿色印刷选用环保型纸张、油墨、胶水等
原辅材料, 生产过程注重节能减排, 印刷
产品符合人体健康要求。

北京市优秀少儿读物绿色印刷示范项
目, 是北京市新闻出版局组织开展的重要
公益性文化服务项目, 也是北京市绿色印
刷工程的主要组成部分, 目的是宣传绿色
印刷理念, 普及绿色印刷知识, 为广大少
年儿童提供更加健康安全的读物。

北京市绿色印刷工程

总 策 划: 丁尚林
责任校对: 陈 静

责任编辑: 刘莉珺

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装: 北京瑞禾彩色印刷有限公司
889mm×1194mm 1/24 印张 5 2016年10月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 22.80元

版权所有 违者必究

目 录

第13个月



艺术	小画家	7
语言	宝宝叫妈妈	8
游戏	坐飞机	9
认知	分辨大小	10
运动	小手拿积木	11
游戏	一起玩皮球	12
认知	找五官	13
童谣	学走路	14

第14个月



生活	宝宝学吃饭	16
儿歌	吃饭歌	17
游戏	踩影子	18
认知	小熊不见了	19
语言	有话说出来	20

自我	一起睡觉觉	21
手工	撕纸	22

第15个月



运动	爬楼梯	24
游戏	戳洞洞	25
童谣	小星星	26
数学	数纽扣	27
儿歌	学说话	28
游戏	小小足球员	29
儿歌	名称歌	30
感知	天黑了	31



第16个月



- 语言 学小动物说话.....33
- 运动 “救”小熊.....34
- 游戏 小小建筑师.....35
- 语言 讲礼貌.....36
- 童谣 穿衣歌.....37
- 情感 大声哭出来.....38

第17个月



- 运动 小小邮递员.....40
- 童谣 睡午觉.....41
- 生活 送玩具回家.....42
- 认知 套圆圈.....43
- 儿歌 四季歌·春.....44
- 认知 分辨色彩.....45
- 童谣 星期歌.....46

第18个月



- 儿歌 爱洗澡的乖宝宝.....48



- 生活 自己脱袜子.....49
- 游戏 穿越椅子.....50
- 儿歌 四季歌·夏.....51
- 游戏 荡秋千.....52
- 童谣 虫儿飞.....53
- 认知 拨“纸钟”.....54
- 认知 分辨形状.....55

第19个月



- 音乐 翩翩起舞.....57
- 运动 倒退走路.....58
- 儿歌 四季歌·秋.....59
- 艺术 画圆圈.....60
- 运动 走小路.....61

童谣	小花猫	62
空间	方位训练	63
故事	早上好	64
感知	捏橡皮泥	65
运动	插笔筒	66

第20个月



游戏	穿珠子	68
生活	勤洗手	69
童谣	小蜜蜂	70
运动	小门童	71
运动	独自上楼梯	72
儿歌	四季歌·冬	73
生活	帮宝宝入睡	74
故事	动物合唱团	75
认知	水果画册	76
运动	捡木棍	77

第21个月



游戏	装豆子	79
----	-----	----

运动	并腿跳跳跳	80
童谣	小鸭子	81
生活	养成秩序感	82
视觉	红和绿	83
游戏	小熊过生日	84
数学	多和少	85
故事	火车来了!	86
运动	掰泡沫板	87
运动	推小车	88

第22个月



游戏	剪纸	90
情绪	不要怕	91
童谣	打电话	92
游戏	捏橡皮泥	93
童谣	下雨啦!	94
运动	跨呼啦圈	95
故事	热情的宝宝	96
情绪	画表情	97
音乐	小鼓手	98

第23个月



生活	独立吃饭	100
儿歌	小火车	101
运动	拧紧瓶盖	102
音乐	学唱歌	103
习惯	握笔	104
儿歌	小青蛙	105
游戏	搭房子	106
故事	香蕉睡着了	107
认知	谁的肚子大?	108
观察	会掉下去吗?	109

第24个月



运动	爬梯子	111
游戏	滑滑梯	112
童谣	逛公园	113
观察	圆形在哪儿?	114
生活	用筷子	115
儿歌	好妈妈	116
游戏	跟着地图走	117
故事	一起玩	118
观察	鼓励破坏	119
智力	套盒子	120



亲子早教 10分钟



化学工业出版社

· 北京 ·

目 录

第13个月



艺术	小画家	7
语言	宝宝叫妈妈	8
游戏	坐飞机	9
认知	分辨大小	10
运动	小手拿积木	11
游戏	一起玩皮球	12
认知	找五官	13
童谣	学走路	14

第14个月



生活	宝宝学吃饭	16
儿歌	吃饭歌	17
游戏	踩影子	18
认知	小熊不见了	19
语言	有话说出来	20

自我	一起睡觉觉	21
手工	撕纸	22

第15个月



运动	爬楼梯	24
游戏	戳洞洞	25
童谣	小星星	26
数学	数纽扣	27
儿歌	学说话	28
游戏	小小足球员	29
儿歌	名称歌	30
感知	天黑了	31



第16个月



语言	学小动物说话	33
运动	“救”小熊	34
游戏	小小建筑师	35
语言	讲礼貌	36
童谣	穿衣歌	37
情感	大声哭出来	38

第17个月



运动	小小邮递员	40
童谣	睡午觉	41
生活	送玩具回家	42
认知	套圆圈	43
儿歌	四季歌·春	44
认知	分辨色彩	45
童谣	星期歌	46

第18个月



儿歌	爱洗澡的乖宝宝	48
----	---------	----



生活	自己脱袜子	49
游戏	穿越椅子	50
儿歌	四季歌·夏	51
游戏	荡秋千	52
童谣	虫儿飞	53
认知	拨“纸钟”	54
认知	分辨形状	55

第19个月



音乐	翩翩起舞	57
运动	倒退走路	58
儿歌	四季歌·秋	59
艺术	画圆圈	60
运动	走小路	61



童谣	小花猫	62
空间	方位训练	63
故事	早上好	64
感知	捏橡皮泥	65
运动	插笔筒	66

第20个月



游戏	穿珠子	68
生活	勤洗手	69
童谣	小蜜蜂	70
运动	小门童	71
运动	独自上楼梯	72
儿歌	四季歌·冬	73
生活	帮宝宝入睡	74
故事	动物合唱团	75
认知	水果画册	76
运动	捡木棍	77

第21个月



游戏	装豆子	79
----	-----	----

运动	并腿跳跳跳	80
童谣	小鸭子	81
生活	养成秩序感	82
视觉	红和绿	83
游戏	小熊过生日	84
数学	多和少	85
故事	火车来了!	86
运动	掰泡沫板	87
运动	推小车	88

第22个月



游戏	剪纸	90
情绪	不要怕	91
童谣	打电话	92
游戏	捏橡皮泥	93
童谣	下雨啦!	94
运动	跨呼啦圈	95
故事	热情的宝宝	96
情绪	画表情	97
音乐	小鼓手	98

第23个月



生活	独立吃饭	100
儿歌	小火车	101
运动	拧紧瓶盖	102
音乐	学唱歌	103
习惯	握笔	104
儿歌	小青蛙	105
游戏	搭房子	106
故事	香蕉睡着了	107
认知	谁的肚子大?	108
观察	会掉下去吗?	109

第24个月



运动	爬梯子	111
游戏	滑滑梯	112
童谣	逛公园	113
观察	圆形在哪儿?	114
生活	用筷子	115
儿歌	好妈妈	116
游戏	跟着地图走	117
故事	一起玩	118
观察	鼓励破坏	119
智力	套盒子	120



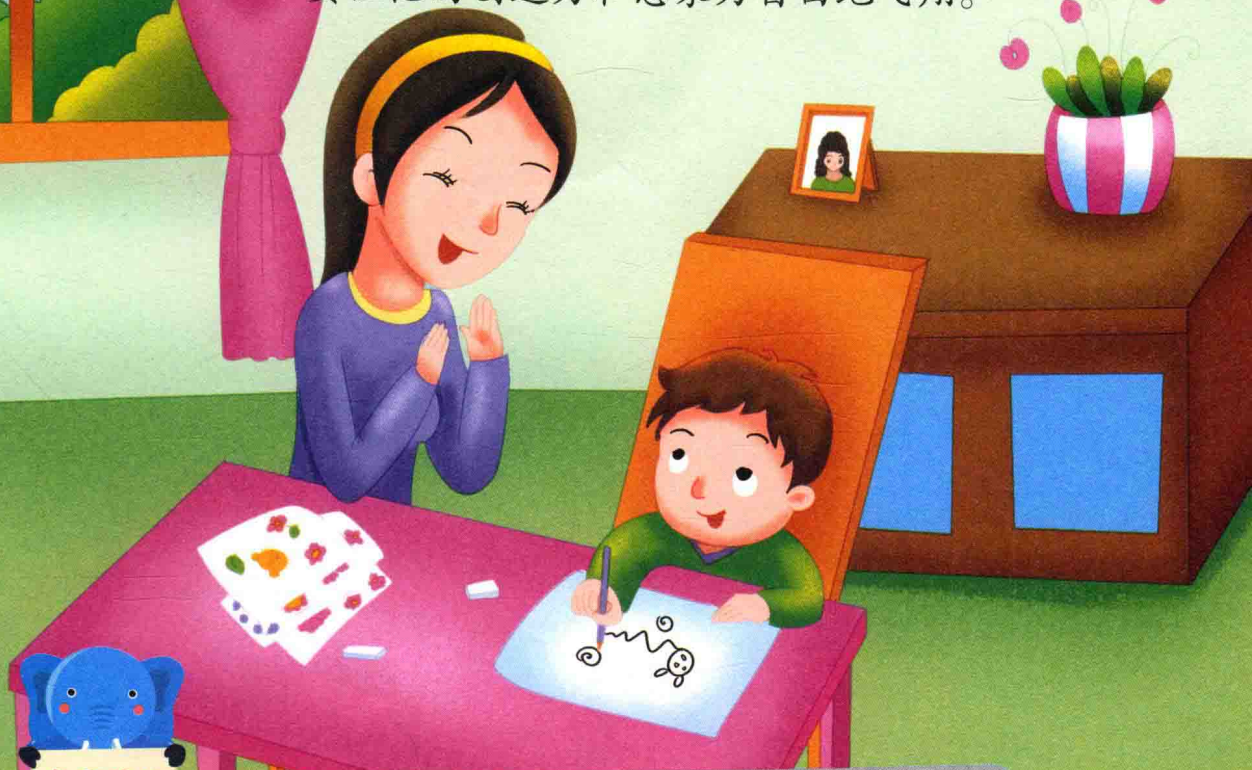


第13个月

宝宝1岁后的生长速度比1岁前要慢一点。大部分的宝宝此时可以行走了。随着活动范围的扩大，宝宝的好奇心逐渐增强，手眼的配合能力也有所提高，宝宝会尝试去拿他所能拿到的任何东西。在这一时期，家长要特别注意孩子的卫生和安全问题，并在宝宝学走路的过程中加以正确的指导。

小画家

妈妈要给宝宝准备好画笔和纸，让他随意在纸上涂抹。妈妈应该在旁边看着宝宝画画，不时给予他眼神和语言上的鼓励。但请注意千万不要告诉宝宝应该怎么画，或不该怎么画。如果宝宝弄脏了衣服、地板或者是墙壁，也不要责怪他。要让他的创造力和想象力自由地飞翔。



专家建议

1岁的宝宝已经进入幼年期，他们会对画画产生浓厚的兴趣。让他们自己随意发挥的过程，有助于培养宝宝的想象力，为他们的创造力发展打好基础。

请注意不要让孩子单独拿尖锐的东西玩，如圆珠笔和钢笔。
本活动每天都可以进行。

（活动时间：约10分钟）

宝宝叫妈妈

妈妈要多跟宝宝进行语言交流，语气要轻柔，多用疑问句为好。比如指着自己问：“这是谁？”然后告诉宝宝：“这是妈妈。”或者指着爸爸问：“他是谁？”……使用的语言要正确，不要用小孩子说话的语言。但需要说一些比较简单的话，并且要反复多说几遍。



专家建议

这个时期的宝宝已经开始学习说话，家长们要多和宝宝交流。使用正确的语言，可以正确地指导宝宝的语言系统发展。

但是宝宝的个体差异会很大，有的宝宝可能还不会说话，这就需要妈妈与宝宝有更多的交流。使用提问式的语言可以刺激宝宝的大脑发育，有助于宝宝语言功能的健康发展。

本活动每天都可以进行。

（活动时间：约10分钟）

坐飞机

让爸爸蹲下来，宝宝在妈妈的帮助下，坐到爸爸的脖子上去，然后爸爸再缓缓地站起来，往前走几步，或者慢慢地转几圈，妈妈在旁边照顾宝宝，防止宝宝摔下来。在这个过程中，爸爸妈妈要一直和宝宝交流，比如说：“飞喽！飞机起飞了！”最好，宝宝也能跟着说话。



专家建议

这种

“飞翔”的感觉会让宝宝产生一种新鲜感，也可以训练宝宝的平衡能力。温馨的亲子游戏，会给宝宝的童年留下温暖愉快的记忆，有助于宝宝的身心健康成长。

请注意，这个时期宝宝胆子还比较小，爸爸在站起来和转圈时，动作幅度要小一点，避免吓到孩子。

（活动时间：约10分钟）

分辨大小

妈妈拿出两个大小差异特别明显的物品，例如，玩具或者水果，然后让宝宝来分辨大小，比如说，妈妈先拿出一个皮球和一个乒乓球，让宝宝玩一会儿后，再用轻柔的语气问他：“宝宝，是乒乓球大？还是皮球大啊？”在询问的时候，妈妈要把相应的物品拿在手上，让宝宝清楚地看到妈妈说的究竟是什么。如果宝宝说错了，请耐心地指正，但不要斥责他。

相比于0~1岁时期，进入1岁的宝宝身体和大脑发育都有了质的飞跃，多做此类的小游戏，可以为宝宝树立起大和小的概念，帮助宝宝分辨物体的大小，还可以锻炼宝宝观察事物的能力，有助于培养宝宝的认知能力。本活动每天都可以进行。

（活动时间：约5分钟）



专家建议