

国家卫生计生委干部培训中心“养育未来”项目指定用书

养育未来

婴幼儿早期发展活动指南

“养育未来”项目编写组 著



上海科学技术出版社

国家卫生计生委干部培训中心“养育未来”项目指定用书

养育未来

婴幼儿早期发展活动指南 1

(6~12月龄)

“养育未来”项目编写组 著

上海科学技术出版社

内容提要

本套活动指南参考国际经验设计,是适合我国 6~36 月龄婴幼儿早期发展的亲子活动课程。本书是其中第一本,促进 6~12 月龄婴幼儿从语言能力、运动能力、认知能力、社会情感能力四方面实现发展潜能。每页一个活动单元,针对其中一项能力展开,活动材料、活动目标及活动方法罗列清晰,操作简便,所有用具都是日常的玩具和图画书。每月提供 A、B 两组方案,使用者可根据婴幼儿的实际情况选取合适月龄起点后,以每天活动一小时的方式,实践 A1~B4 共 8 个单元的活动,按月螺旋上升式促进儿童潜能发展。

本套活动指南特别推荐给“婴幼儿发展引导员”及相关职业的人士作为实践参考。同时,希望社会各界力量关注并通过提供科学而系统的儿童早期发展指导,共同创造贫困地区儿童潜能发展的机会,促进人口素质提升,为中国社会的可持续发展而努力。本套活动指南对于经济发达地区已经开展儿童早期教育行动的相关机构及广大家长,也将是非常有价值的亲子活动参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

养育未来:婴幼儿早期发展活动指南. 1, 6~12 月龄 / “养育未来”项目编写组著. —上海:上海科学技术出版社, 2017.6

ISBN 978-7-5478-3508-1

I. ①养… II. ①养… III. ①婴幼儿—早期教育
IV. ① G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 062797 号

责任编辑 吴 玥

养育未来 婴幼儿早期发展活动指南 1 (6~12 月龄)
“养育未来”项目编写组 著

上海世纪出版股份有限公司 出版
上海科学技术出版社

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.co

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/16 印张 5

字数 98 000 千字

2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-3508-1/G·767

定价: 23.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向工厂联系调换

“养育未来”项目编写组

张林秀 史耀疆 蔡建华

Scott Rozelle 罗仁福 Alexis Medina

岳 爱 曲清和

序

由中国科学院农业政策研究中心、斯坦福大学国际问题研究所、北京大学现代农学院、陕西师范大学教育实验经济研究所等单位联合搭建的中国农村教育行动计划平台，多年来，在中国农村地区开展了大量的项目研究，从中学教育到职业教育，再回到小学教育、幼儿教育，最终发现真正通过教育促进一个人未来的良好发展，最有效的是从婴幼儿早期开始。中国农村教育行动计划的项目参与机构从学习方式的改善、教师激励到环境创设，开展了大量的影响评估研究，获得了一系列对政府有决策借鉴意义、在国际上有影响的研究成果。

国家卫生计生委干部培训中心在当前中国人口发展趋势出现变化的背景下，充分意识到提高人口素质对提升中国未来竞争力和打破贫困代际传递的重要性，也积极关注婴幼儿早期发展，开展了相关项目，并作为农村计划生育干部转型发展的一种探索。

在一个偶然的时机中，两方面团队走到了一起。在深入讨论的基础上，大家形成了初步的共识，计划共同在陕南贫困地区就农村婴幼儿早期发展开展工作。从营养补充角度着手，首先开展了“滋养未来”项目。项目取得了积极的成果，对如何开展农村地区婴幼儿营养补充、如何提高有效性等，提出了循证基础上的政策建议；但与此同时，项目组也发现，在农村贫困地区单单开展营养补充是不够的，农村孩子的语言能力、运动能力、认知能力、社会情感能力等，无法通过营养补充而予以全面提高。经过讨论，项目组适时地将项目从“滋养未来”转向“养育未来”，在营养补充的同时，进行养育方式的干预。

在参考和分析大量国际文献的基础上，项目组决定在陕南贫困地区开展每

周一次入户指导的试点。在确定了工作方向之后，组织各方面专家，在借鉴国内外各类方案的基础上，编写了具有中国特色的每周一次入户指导方案。在这套方案中，以儿童早期发展规律为指导，以促进儿童认知、语言、运动和社会情感能力发展为目标，为6~36月龄儿童开发了248个亲子活动方案，每个方案都有易于购买或制作的活动材料及相应的活动方法指导。

从实践结果看，这一探索取得了令人兴奋的成果。影响评估研究显示：当每个月开展三次及三次以上的入户指导活动、0~3岁婴幼儿的父母或看护人能坚持每天不少于一个小时与婴幼儿进行互动，对婴幼儿的语言、认知、运动和社会情感能力发展有很大的促进作用；经过培训的乡级计划生育工作者完全能够胜任“养育师”的工作，且他们的工作受到了服务对象的欢迎和认可。这一结果告诉我们，在贫困地区，只要我们能创造一定的环境，坚持开展养育指导，农村孩子也能得到良好的发展，也会有良好的社会性，也会有强大的创造力。探索证明，这套方案是科学的，是符合实际需要的，也是成本可控的。随后，项目组又在陕南地区建立村级儿童早期发展活动中心，利用这套方案，同时创造一些有利于集体活动的环境，努力覆盖村级项目点的所有儿童，让更多的儿童从中获益。

我们清晰地认识到，今天的婴幼儿，在20年之后都会成为社会的建设者。“少年强则中国强”，他们的素质越高、创造力越强，我们国家的可持续发展就越有保障，这关系到国家未来发展所必需的人力资源储备。促进婴幼儿早期发展的项目、活动，不应该是奢侈品，而应该是必需品；不应该仅仅是有条件家庭的孩子才可以参与的活动，而应该是所有家庭的孩子都可以参与的活动。在我们国家经济发展还不均衡的情况下，应该是一种经济、社会长远发展所必需的公共服务产品。这套方案不仅适用于农村孩子，其基本理念和活动方案也同样适用于城市的家长及其婴幼儿。

感谢为“养育未来”项目实施提供过各种帮助的陕西卫生计生系统的各级领导，感谢参与项目的陕南地区乡镇卫生计生干部，感谢中国科学院农业政策

研究中心和陕西师范大学教育实验经济研究所的助理和研究生们，没有他们的参与和帮助，也就不可能有“养育未来”项目所取得的一系列研究成果。这套活动指南的出版，不是我们工作的终点，而只是阶段性的成果，我们的实践研究还在继续。我们相信，随着实践的深入，也随着中国经济、社会的不断发展，以及人们对婴幼儿早期发展的更深入了解，我们还会持续升级更新。我们期待着大家在使用的过程中，对本活动指南多提出批评与建议。

希望每一个使用本书与孩子开展亲子互动交流的家庭、每一位婴幼儿的父母或看护人，都能将亲子照料工作转变为与孩子一起享受成长的历程，给家庭带来更多的欢声笑语。我们更希望，所有的孩子都能在同一片阳光下，有机会站在同一条起跑线上，有可能更好地实现他们的发展潜能。

“养育未来”项目编写组

2017年2月

前言

生命最重要的 1 000 天

大量研究表明,“生命最初的 1 000 天”,也就是从怀孕到出生后两岁这段时间是人类大脑生长发育最重要的阶段,大脑经历了快速发育、突触修剪和髓鞘形成等过程,对儿童未来发展潜能的实现至关重要,同时也是多数能力(听觉、视觉、语言和认知等)的最佳发展期。认知、语言能力和情感发展在儿童早期已经出现分化,并且能很好地预测儿童未来的学业表现以及成年后的收入水平。在该阶段给儿童健康成长提供均衡的营养,并有针对性地开展儿童早期发展干预,可以更有效地激发儿童内在学习动力,促进儿童能力发展和健康成长,提高其未来教育和收入水平。

如果在这一阶段缺乏充足的营养和环境刺激,不仅关系到婴幼儿的体格和大脑发育,甚至会对婴幼儿未来的健康成长造成不可逆的损害。通过科学合理的儿童早期发展干预,从源头上促进儿童发展潜能得到更好发挥是有效提升我国贫困地区人力资本素质的前提和基础,并具有极高的投资回报率。根据国际著名医学专业期刊《柳叶刀》(THE LANCET)“发展中国家儿童早期发展”系列报告综述,遗传因素决定着儿童发展潜能,而营养和有效刺激儿童发展的家庭及社会环境等要素则决定儿童自身发展潜能的实现程度。诺贝尔经济学奖获得者赫克曼等的研究也指出,平均而言,人力资本投资回报率随着年龄增加会逐步下降,0~3 岁阶段儿童早期人力资本投资的回报率最高,据估算,可高达 1:17。

发展中国家儿童能力发展现状

发展中国家 0~3 岁儿童能力发展滞后问题普遍。《柳叶刀》“发展中国家儿童早期发展”系列报告指出,大约 2 亿 5 岁以下儿童的能力发展滞后,未能发挥他们潜能。《中国 0—6 岁儿童营养发展报告》指出,2010 年贫困地区尚有 20% 的 5 岁以下儿童生长发育迟缓。农村教育行动计划项目组(Rural Education Action Program, 简称 REAP)对我国近 2 000 个婴幼儿及其家庭的调查发现:隔代抚养的儿童比例逐步从 20% (6~12 月龄)增加到 60% (24~30 月龄);约一半看护人既不知道母乳喂养的重要性,也不知道正确添加辅食的时间;在辅食多样性和最小进餐频率方面不符合世界卫生组织推荐标准的比例分别为 48% 和 43%;样本地区没有任何机构提供儿童早期发展指导服务,同时也缺少能支持儿童早期发展的社区环境;超过 90% 的看护人表示不知道如何和儿童玩亲子游戏以促进其能力发展;调查前一天没有给儿童讲故事、唱儿歌或玩游戏的看护人比例分别高达 88%、67% 和 61%;6~12 月龄儿童贫血(血红蛋白水平低于 110 g/L)比例达到令人惊讶的 49%……如果不采取有效措施,这些儿童的能力发展测试得分将从 6~12 月龄的 97 分下降到 24~30 月龄时的 81 分(降幅达 10.7%);智力发育滞后(比同年龄段正常儿童低一个标准差)和迟缓(比同年龄段正常儿童低两个标准差)儿童的比例将从 6~12 月龄的 21% 和 7% 快速上升到 24~30 月龄时的 58% 和 33%。上述研究表明,在我国贫困地区,由于婴幼儿营养不良和缺乏有效刺激儿童能力发展的环境制约儿童发展潜能的实现,进一步形成儿童成年后受教育程度低和收入低(贫困)的恶性循环,如果不采取有效干预措施,贫困的代际传递陷阱将很难跨越。

农村教育行动计划在行动

我国政府已经意识到相关问题的紧迫性和重要性,近年来,先后出台了《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020 年)》和《国家贫困地区儿童发展规划(2014—2020 年)》。在上述纲要和规划中明确了 0~3 岁儿童早期发展的重要性,并提出了坚持儿童成长早期干预的基本方针,然而如何落到实处仍需更深入研究。2014 年由中国科学院农业政策研究中心、斯坦福大学国际问题研究所、北京大学现代农学院和陕西师范大学教育实验经济研究所共同组成的科研团队联合国家卫生计生委、陕西省及商洛市卫生计生委共同开展了

“养育未来：通过科学喂养和教育抚育干预促进贫困农村儿童健康成长”试点研究项目。该项目旨在探索如何将营养、健康和家庭亲子活动指导等综合性儿童早期发展干预的不同要素有机结合起来的可行有效方式，并评估其影响及作用机制，为国家今后落实和完善促进贫困地区儿童早期发展相关政策，实现我国人力资源大国向人力资源强国的转变提供决策参考。

2014年7月，项目团队组织30多位教育学和心理学等领域的专家，结合国际公认的牙买加儿童早期发展干预的成功经验，参考国家教育部和联合国儿童基金会共同发布的《0~6岁儿童发展的里程碑》开发了一套适合我国儿童发展需要、符合该阶段儿童身心发展特点和规律、通俗易懂的248个亲子活动方案，并于2014年11月开始在商洛市丹凤、商南、山阳和镇安四县开始了项目试点活动。项目组培训了70名我国第一批农村婴幼儿“养育师”。这些养育师开始每周一次到275个婴幼儿家中开展婴幼儿发展亲子活动入户指导干预，为监护人讲解和示范每周的活动方案，提供相应的活动材料，并向看护人宣传、讲授婴幼儿营养、健康、卫生和安全保护等方面的知识。第一阶段试点干预结束后的评估结果显示，干预不仅对婴幼儿看护人养育行为产生了积极影响，提高了婴幼儿看护人与婴幼儿讲故事、唱儿歌和玩游戏的比例，同时对婴幼儿的语言、认知、运动和社会情感方面有很大的促进作用——与未接受干预的婴幼儿相比，接受养育师指导家庭的婴幼儿认知得分提高了12分（1.5分=1 IQ）。

实践证明，虽然我们的项目已经使部分儿童直接受益，但是入户模式能够覆盖的农村家庭非常有限，在贫困地区，还有千千万万个这样的宝宝，如何让更多的婴幼儿尽快受益？2015年6月，项目进入第二阶段：在贫困农村地区，利用村委会等场地，专门建设村级儿童早期发展活动指导中心——养育中心。除了延续养育师定期到中心指导外，项目还聘请当地热心且有一定学习经验的家长作为中心的管理人员，负责在每周日和周五组织开展集体活动和亲子阅读活动，其他时间自由开放，营造婴幼儿社区交流氛围，充分利用养育中心的图画书、玩具等资源。截至2017年5月，项目组在贫困农村地区建成并运行50个村级养育中心，为1500个农村家庭带来科学的养育知识和养育方法。

共同养育未来

我国政府现已将“婴幼儿发展引导员”作为一个新职业纳入到最新的《国

家职业分类大典》中，有关职业标准和认定也正在制定之中。项目组开发的本套《养育未来 婴幼儿早期发展活动指南》丛书也将作为“婴幼儿发展引导员”培训推荐用书之一。养育未来项目的养育师和管理员有望成为我国第一批婴幼儿发展引导员。

“养育未来”项目也将继续探究入户模式、村级和乡镇级养育中心模式，并对其成本收益分析，不断优化和更新养育中心操作手册和本套活动指南等资料，积极为国家开展和完善贫困地区儿童发展服务提供决策依据。项目组衷心希望社会各界力量一同关注“养育未来”项目，共同推动贫困地区的未来发展。

关于本书的使用说明

本书按照月龄排序，每个月龄提供 A、B 两套亲子活动方案，着重促进儿童早期发展的认知、语言、运动和社会情感四方面能力。婴幼儿发展引导员或看护人可根据婴幼儿实际发育情况以及活动的效果，按月龄选择使用。本项目组推荐按照每天活动一小时的方式，每月完整实施 A1~B4 共 8 个单元的亲子活动。

每个活动单元包含活动材料、活动目标和活动方法三部分。使用者应在正确理解活动目标的前提下，熟悉活动方法，然后再着手开展亲子活动。活动方法中的“提示”除了说明该活动的要领外，还有活动中需要特别注意的安全事项，请使用者务必重视。

本书活动根据该月龄婴幼儿的平均发展水平开发而成，而婴幼儿个体发育实际存在差异，若婴幼儿发展引导员或看护人在活动过程中发现孩子在完成本月龄活动的过程中存在很大的困难，可以退一步从更小月龄的活动开始实施。希望所有的婴幼儿家长不要操之过急，可以多花时间与孩子使用对应月龄段的适宜活动，多与孩子互动，而不要提前开展超出其月龄过多的活动，切忌急于求成的心态。

目 录

6 月龄

- | | | | |
|------------|---------------|------------|-----------------|
| A1. 语言能力单元 | 图画书《要跟着来噢》/ 1 | B1. 语言能力单元 | 儿歌《“a, o” 歌》/ 5 |
| A2. 运动能力单元 | 抓花球 / 2 | B2. 运动能力单元 | 牵拉坐起 / 6 |
| A3. 认知能力单元 | 捉小鱼 / 3 | B3. 认知能力单元 | 找铃铛 / 7 |
| A4. 社会情感单元 | 小摆钟 / 4 | B4. 社会情感单元 | 和妈妈一起跳舞 / 8 |

7 月龄

- | | | | |
|------------|-------------|------------|-------------|
| A1. 语言能力单元 | 图画书《小宝宝》/ 9 | B1. 语言能力单元 | 儿歌《蹭痒痒》/ 13 |
| A2. 运动能力单元 | 稳定坐 / 10 | B2. 运动能力单元 | 感受爬行 / 14 |
| A3. 认知能力单元 | 认动物 / 11 | B3. 认知能力单元 | 摇一摇 / 15 |
| A4. 社会情感单元 | 图画书《妈妈》/ 12 | B4. 社会情感单元 | 膝盖舞 / 16 |

8 月龄

- | | | | |
|------------|----------------|------------|-----------------|
| A1. 语言能力单元 | 儿歌《小老鼠上灯台》/ 17 | B1. 语言能力单元 | 儿歌《手指头，头碰头》/ 21 |
| A2. 运动能力单元 | 贴地爬行 / 18 | B2. 运动能力单元 | 运花生 / 22 |
| A3. 认知能力单元 | 找洞洞 / 19 | B3. 认知能力单元 | 拍鼓认颜色 / 23 |
| A4. 社会情感单元 | 蒙脸躲猫猫 / 20 | B4. 社会情感单元 | 图画书《爸爸》/ 24 |

9 月龄

A1. 语言能力单元 儿歌《小星星》/ 25

A2. 运动能力单元 手膝爬行 / 26

A3. 认知能力单元 找动物 / 27

A4. 社会情感单元 爬行比赛 / 28

B1. 语言能力单元 儿歌《小猪呼噜噜》/ 29

B2. 运动能力单元 骑小马 / 30

B3. 认知能力单元 照镜子认身体 / 31

B4. 社会情感单元 钻桥翻山 / 32

10 月龄

A1. 语言能力单元 图画书《袋鼠也有妈妈吗?》/ 33

A2. 运动能力单元 捏娃娃 / 34

A3. 认知能力单元 蔬果切切乐 / 35

A4. 社会情感单元 儿歌《抓手》/ 36

B1. 语言能力单元 儿歌《袋鼠妈妈》/ 37

B2. 运动能力单元 积木乐园 / 38

B3. 认知能力单元 认识圆形 / 39

B4. 社会情感单元 照镜子认五官 / 40

11 月龄

A1. 语言能力单元 小火车嘟嘟嘟 / 41

A2. 运动能力单元 扶助行走 / 42

A3. 认知能力单元 认识苹果 / 43

A4. 社会情感单元 不同的五官 / 44

B1. 语言能力单元 图画书《世界上最好的爸爸》/ 45

B2. 运动能力单元 画横竖 / 46

B3. 认知能力单元 认识方形 / 47

B4. 社会情感单元 布书《乌龟爬爬》/ 48

12 月龄

A1. 语言能力单元 会说话的小汽车 / 49

A2. 运动能力单元 蹲蹲舞 / 50

A3. 认知能力单元 认识三角形 / 51

A4. 社会情感单元 手偶书《做鬼脸的小猴子》/ 52

B1. 语言能力单元 图画书《蹦!》/ 53

B2. 运动能力单元 学走路 / 54

B3. 认知能力单元 敲鼓 / 55

B4. 社会情感单元 图画书《抱抱》/ 56

主要参考文献 / 57

附录 / 59

A1. 语言能力单元

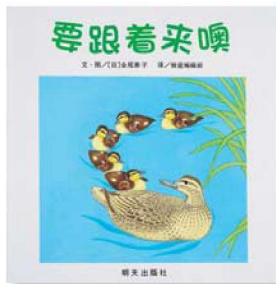
图画书《要跟着来噢》



活动材料

图画书

《要跟着来噢》



活动目标

培养宝宝对简单词语的感受力，激发宝宝模仿说话的兴趣。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《要跟着来噢》，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝舒适地坐在妈妈怀里，拿着图画书，边给宝宝展示边说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个鸭宝宝和鸭妈妈的故事！”
- ② 妈妈翻开第一页，指着上面的鸭妈妈，用缓慢而温柔的语气问宝宝：“宝宝，你看这是什么呀？这是鸭一妈一妈。鸭妈妈这是在干什么呢？鸭妈妈在河里游泳呢。”
- ③ 妈妈继续翻开第二页，很惊讶地说：“哇！你看，鸭妈妈后面还跟着几只鸭一宝一宝呢。我们看看有几只鸭宝宝？”妈妈边指鸭宝宝边说：“一、二、三，有三只鸭宝宝呢。鸭宝宝高兴地叫着，嘎嘎嘎，嘎嘎嘎。”
- ④ 翻开第三页，妈妈跟宝宝说：“噢，鸭妈妈后

面还有几只鸭宝宝呢！”妈妈边指鸭宝宝边说，“一、二、三、四、五，有五只鸭宝宝呢！你看，后面还有一只小乌龟呢！”

- ⑤ 妈妈继续讲故事：鸭宝宝跟小乌龟玩了一会儿，扭头一看，“噢，鸭妈妈去哪了？大家都游走了。‘哥哥姐姐等等我，妈妈，等等我——’鸭宝宝一边喊一边飞快地游过去，还跟小乌龟说：‘小乌龟也游快一点！’”
- ⑥ 妈妈依次翻开每一页，用自问自答的方式，把故事读给宝宝听。最后，微笑着对宝宝说：“鸭宝宝都跟上鸭妈妈了，宝宝以后也要跟着妈妈噢。”

提示：妈妈要一边读一边与宝宝进行眼神的交流，表情可以配合故事情节尽量夸张，声音要温柔，语速要慢，读“鸭妈妈”“鸭宝宝”时可拉长音调重读。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《要跟着来噢》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以把书放在宝宝面前，让宝宝自己对着故事书随意发声。妈妈也可以和宝宝一起学鸭宝宝叫：“嘎嘎嘎”。
- ② 妈妈可以指着书上的动物，给宝宝念“鸭一宝一宝”“小一乌一龟”。
- ③ 如果妈妈不在家，家人给宝宝讲完这个故事，可以亲切地问宝宝：“宝宝的妈妈去哪了？妈妈去干什么了？”来增强宝宝对妈妈的意识。

A2. 运动能力单元

抓花球



活动材料

红色、黄色、蓝色毛绒小球各一个
(小球上分别拴上细绳)



活动目标

培养宝宝手部、脚部触碰等大动作能力，以及对颜色的初步感受能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“抓花球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将宝宝抱到爬行垫上，让宝宝坐在妈妈面前。妈妈拿出三个不同颜色的毛绒小球，抓住其中一个小球的绳子，让小球在宝宝的面前缓慢摇晃；不时让小球轻触宝宝的脸，告诉宝宝小球是“软软的”。然后将小球放在宝宝触碰范围内，逗引宝宝去抓球。
- ② 宝宝抓到后，妈妈再拿其他两个颜色的球逗引宝宝，让宝宝伸手抓小球。也可将小球移到宝宝脚边，引导宝宝尝试伸脚碰球。
- ③ 在游戏过程中，妈妈边用小球逗引宝宝，边给宝宝念儿歌。在念最后一句“有红、有黄，还有蓝”时，逐一拿起三个对应颜色的小球，让宝宝观察球的颜色。
- ④ 游戏结束后，妈妈可以给宝宝做抚触放松。

提示：

- 妈妈不要把球拿得离宝宝太远，要保证小球在宝宝的触碰范围内，避免因难度过高，宝宝触碰不到小球而失去兴趣。
- 妈妈时刻注意宝宝的安全，避免宝宝独自玩毛绒小球或者误将小球塞到嘴里。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“抓花球”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

宝宝能轻松触碰到小球后，妈妈可以加快小球的移动速度。

小花球

小小花球真鲜艳，轻轻跳到我面前。

你的颜色我知道，有红、有黄，还有蓝。

A3. 认知能力单元

捉 小 鱼



活动材料

钓鱼玩具一套



活动目标

培养宝宝对硬度及颜色的感受能力，提高宝宝的视觉追随能力和双手抓握能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“捉小鱼”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝在爬行垫上坐好，给宝宝简单描述小鱼，关键字：“鱼”和颜色。妈妈拿小鱼轻触宝宝的脸和手，告诉宝宝这个玩具是“硬硬的”。
- ② 妈妈给宝宝一个小鱼让宝宝握住，然后再给宝宝一个小鱼，让宝宝的另一只手来抓。
- ③ 妈妈拿不同颜色的小鱼重复上面的游戏，引导宝宝拿起下一个小鱼，放掉上一个小鱼。妈妈同时唱儿歌，并根据每句儿歌的意思做出不同表情。
- ④ 妈妈也可以用玩具套装里的鱼竿将其中一个小鱼钓起来，将小鱼悬至宝宝眼前手能够到的地方，鼓励宝宝伸手去触碰。

提示：在游戏的过程中，妈妈要多鼓励宝宝，如“宝宝真棒，抓住小鱼了！”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“捉小鱼”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以拿出其他软性玩具（毛绒球或毛绒娃娃），放在宝宝的一只手里让宝宝握住；然后将玩具从宝宝手中取出，换成小鱼，让宝宝感知两个玩具在硬度上的不同。或者让宝宝两手各抓一个，对比硬度的差异感觉。

捉小鱼

鱼儿鱼儿真调皮，
总是蹦来又蹦去，
宝宝伸手捉小鱼，
捉不到，真着急。

A4. 社会情感单元

小 摆 钟



活动材料

婴儿脚铃两个



活动目标

培养宝宝对妈妈的信任感，让宝宝体验摇摆带来的乐趣。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小摆钟”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先将宝宝的双脚套上婴儿脚铃，同时用手晃动宝宝的脚让宝宝开心。
- ② 妈妈伸出双手放在宝宝眼前，吸引宝宝用自己的小手抓妈妈的大拇指，牵引宝宝坐起来。如果宝宝的手臂力量还不够，也不用勉强。然后妈妈站在宝宝身后，双手从宝宝腋下轻柔地托起宝宝，从左往右小幅度摇宝宝身体，然后从右往左来回反复。如果宝宝感到害怕，妈妈要减慢摇摆的速度，减小摆动的幅度。
- ③ 宝宝习惯摇摆后，可以稍微增大幅度。妈妈在跟宝宝游戏的过程中，边摇摆边说：“小摆钟，摆啊摆。小摆钟，摆啊摆。”

- ④ 每次摆动的时间最多不超过2分钟。休息的时候，妈妈和宝宝一起摇宝宝脚上的铃铛，可以将两个铃铛在一起敲打打出不同的节奏。

提示：妈妈在做“小摆钟”时，动作幅度一定要注意不能大，避免宝宝害怕或受伤。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“小摆钟”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可以在左右摇摆的基础上速度稍微加快，还可以抱着宝宝上下运动，但应注意幅度都不能太大，速度不能太快。