

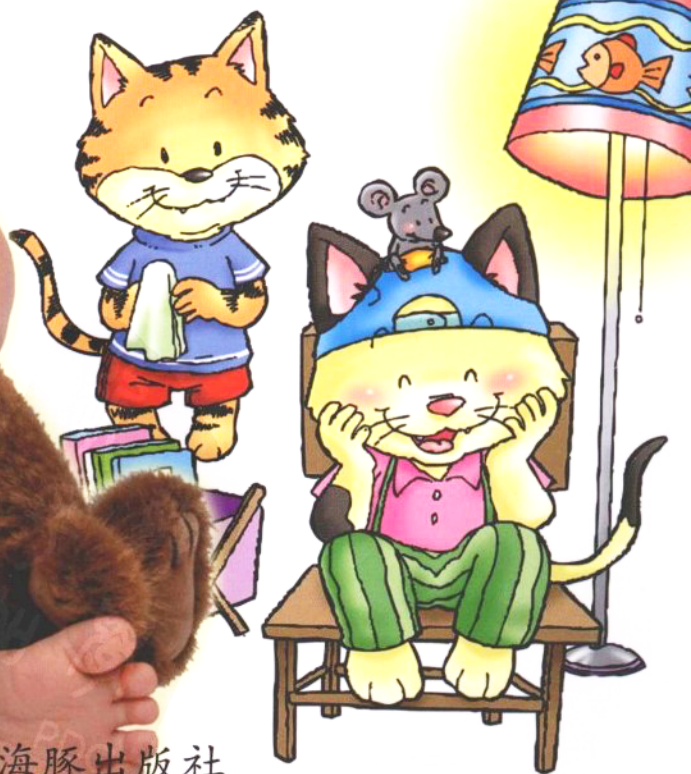
知名幼教专家、北京师范大学教授 陈帼眉 作序推荐

聪明宝宝

成长指南

秦旭芳 张菁 编著

适合0~3岁幼儿家长参阅



海豚出版社

聪明宝宝成长指南

秦旭芳 张菁 编著



 海豚出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

聪明宝宝成长指南 / 秦旭芳编著. —北京: 海豚出版社,
2007.9

ISBN 978-7-80138-751-6

I. 聪… II. 秦… III. 婴幼儿—智力开发 IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 128829 号

书 名: 聪明宝宝成长指南

责任编辑: 紫 薇

作 者: 秦旭芳 张菁

装帧设计: 九点插画

出 版: 海豚出版社

地 址: 北京百万庄大街 24 号

邮 编: 100037

电 话: (010)68997480(销售) (010)68326332(投稿)

传 真: (010)68993503

开 本: 20 开(880 毫米×1230 毫米)

印 张: 7

印 刷: 外文印刷厂

经 销: 新华书店

版 次: 2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-80138-751-6

定 价: 16.80 元

版权所有 侵权必究

序

当今0~3岁早期教育理念广泛流行。初为父母的人，热情极高，心情激动，渴望让自己的孩子“不输在起跑线上”。但是他们大都缺乏育儿知识经验，面对着社会上五花八门的育儿主张和方法，往往不知所措，迫切需要系统的、科学的指导。本书根据婴幼儿身心发展的规律，本着理论与实际相结合的原则，突出实用性，搜集和介绍了丰富的、切实可行的育儿操作方法。

本书的一个明显特色是：以科学的学前教育理论为指导，力排时弊，帮助年轻家长避免误入歧途。

理论研究证明，三岁前是人生身心发展非常迅速的时期。刚出生的孩子是名副其实的“欲哭无泪”，因为他的泪腺还没有发育成熟，几天以后孩子才真正会哭；头一个月的孩子只有在睡眠中的生理性微笑，三个月左右才有真正的笑。出生后第一个月的生长发展，是一天一个样，以后是一月一个样，然后是半年一个样，一年一个样。本书根据理论研究的成果，按照0~3岁婴幼儿身心发展的规律，编写了不同月龄、年龄发展阶段的特点和教育培养方法、玩具投放的具体建议。避免了盲目的、违反科学规律的、拔苗助长的所谓“超前教育”的错误观念和做法。

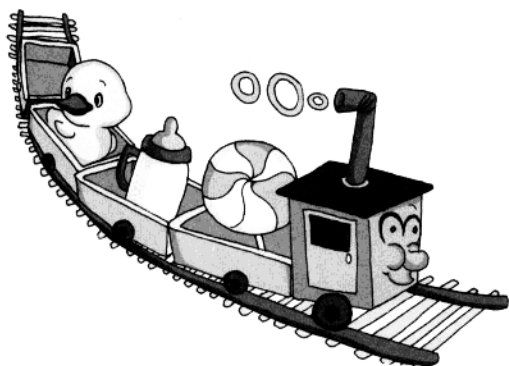
全书主要以亲子游戏的形式出现，以科学的教育思想贯穿其中。游戏是婴幼儿的基本活动，孩子通过游戏，身心可以得到发展。本书介绍了大量的亲子游戏，提供了具体而易于操作的技巧与方法，尽力使读者“一看就懂，一学就会”。这就有助于家长亲自在温馨的、孩

子熟悉的环境和气氛中进行个别培养,使家长避免抱着小小的孩子去接受那些劳民伤财、又未必适合孩子兴趣需要的课堂教学——“宝宝班”。

本书内容包括亲子游戏的各个方面,既涉及开发孩子智力因素方面(包括大肌肉运动和小肌肉运动的动作发展、语言发展以及感知观察力、记忆力、思维能力、想象力、注意力、创造力等),也涉及对孩子非智力因素的培养(生活习惯、自理能力、社会适应性以及情感控制与表达、人际交往、性别角色、自我意识、性格和品德的萌芽等)。从孩子人生的开端就注意培养他的非智力因素,对于奠定孩子未来的良好发展十分重要。然而这个方面常常被忽视。引导家长通过游戏对孩子进行教育,使孩子得到身心健康的发展,打好全面发展的基础,是科学育儿的新观念。本书摆脱了流行的、错误的、所谓“早起教育”观念,改变了片面强调智力开发,追求从小训练孩子识字、学外语、超常计算能力的认识和做法。这也是本书的一个特色。

在生活中教,在生活中学,既符合婴幼儿学习与成长的规律,又适合广大家长的需要。本书介绍了许多能够使用易于到手的游戏材料和简单操作的方法,帮助处在紧张的精神、时间与经济压力下的年轻爸爸妈妈,使他们更好地培养至爱的小宝宝。

作为一名在本领域奋斗了半个多世纪的老幼教工作者,我欢迎有更多的育儿新书问世。相信读者会从本书有所收益,并期望本书在读者的帮助下不断完善。



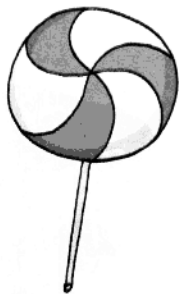
陈炯石

2007·8·16 于北京师范大学

0~1岁幼儿的年龄特点与玩具投放 / 1

★ 0~3个月

- 宝宝操 (动作训练) / 6
- 抬抬头 (动作训练) / 6
- 扭一扭 (动作训练) / 7
- 沟通 (语言训练) / 7
- 明和暗 (视觉训练) / 8
- 黑暗中的光 (视觉训练) / 8
- 远和近 (视觉训练) / 9
- 学着看 (视觉训练) / 9
- 向左看, 向右看 (听觉训练) / 10
- 妈妈的微笑 (记忆训练) / 10
- 抬头找声音 (动作训练) / 11
- 抓住妈妈的手指 (触觉训练) / 11
- 什么在响? (动作训练) / 12
- 胳膊和小铃 (动作训练) / 12
- 摇一摇 (动作训练) / 13
- 我要抓住你 (动作训练) / 13
- 帮宝宝翻身 (动作训练) / 14
- 翻身取物 (动作训练) / 14
- 坐起来 (动作训练) / 15
- 游泳 (动作训练) / 15
- 发展评价 / 16



目录

★ 4~6个月

- 高处看世界 (观察力训练) / 18
- 照镜子 (观察力训练) / 18
- 掉下来的皮球 (注意力训练) / 19
- 妈妈在哪儿? (空间训练) / 19
- 抓抓蹬蹬 (动作训练) / 20
- 玩纸 (动作训练) / 20
- 五颜六色真好看 (视觉训练) / 21
- 改变了的玩具 (创造力训练) / 21
- 敲一敲 (认知训练) / 22
- 探索 (创造力训练) / 22
- 真好听 (动作训练) / 23
- 听音乐 (听觉训练) / 23
- 拉橡皮筋 (动作训练) / 24
- 手的节奏 (艺术熏陶) / 24
- 学爬 (动作训练) / 25
- 啃萝卜 (生活习惯训练) / 25
- 发展评价 / 26





7~9个月

- 小青蛙，跳一跳 (动作训练) /28
- 宝宝站站 (动作训练) /28
- 拉大锯 (动作训练) /29
- 捉迷藏虾 (认知训练) /29
- 斗斗飞 (语言训练) /30
- 藏东西 (认知训练) /30
- 牵绳寻物 (思维训练) /31
- 物品的名称 (语言训练) /31
- 图物对号 (观察力训练) /32
- 确认名字 (认知训练) /32
- 小狗哪儿去了? (认知训练) /33
- 谢谢奶奶 (动作训练) /33
- 讲故事 (语言训练) /34
- 看图片 (语言训练) /34
- 认识家里人 (社交训练) /35
- 有趣的手电 (动作训练) /35
- 发展评价 /36

10个月~1岁

- 稳稳站 (动作训练) /38
- 妈妈的脚是舞台 (动作训练) /38
- 拉毯子，取玩具 (思维训练) /39
- 拉对了 (思维训练) /39
- 水中的玩具 (动作训练) /40
- 弹钢琴 (动作训练) /40
- 滚皮球 (注意力训练) /41
- 认识身体 (认知训练) /41
- 包里有什么? (认知训练) /42
- 放进去，拿出来 (动作训练) /42
- 爬着找图 (认知训练) /43
- 小球为什么掉出来? (创造力训练) /43
- 豆豆在哪儿? (观察力训练) /44
- 这是什么? (认知训练) /44
- 早晨好 (语言训练) /45
- 贪吃的小猪 (认知训练) /45
- 发展评价 /46



1~2岁幼儿的年龄特点与玩具投放 / 47

★ 1岁~1岁半

推小车 (动作训练) / 54
爬台阶 (动作训练) / 54
捡皮球 (动作训练) / 55
踢球 (动作训练) / 55
小松鼠捡果实 (动作训练) / 56
套塔 (动作训练) / 56
叮咚敲打 (听觉训练) / 57
大橘子, 小橘子 (观察力训练) / 57
远处是什么? (观察力训练) / 58
捉泡泡 (动作训练) / 58
一条小路 (动作训练) / 59
捡树叶 (情感训练) / 59
什么感觉? (语言训练) / 60
听妈妈的话 (语言训练) / 60
这是公鸡喔喔叫 (语言训练) / 61
碰碰小鼻子 (语言训练) / 61
踩脚印 (艺术熏陶) / 62
弯弯的月亮 (艺术熏陶) / 62
大马运粮 (动作训练) / 63
火车咔嚓嚓 (艺术熏陶) / 63
画画真有趣 (动作训练) / 64
一个又一个 (认知训练) / 64
身上的数字 (认知训练) / 65



打包找一找 (认知训练) / 65
数蜜蜂 (语言训练) / 66
盖盖子 (认知训练) / 66
看书讲故事 (语言训练) / 67
扑通跳下水 (动作训练) / 67
钻山洞 (动作训练) / 68
取糖 (动作训练) / 68
换位找糖 (空间训练) / 69
认识小动物 (认知训练) / 69
它们在干什么? (认知训练) / 70
学动物叫 (认知训练) / 70
找爸爸的照片 (认知训练) / 71
送货 (动作训练) / 71
发展评价 / 72



1 岁半~2 岁

上山打猎 (动作训练) / 74

滚球 (社交训练) / 74

送皮球回家 (动作训练) / 75

小火车钻山洞 (动作训练) / 75

打狐狸 (动作训练) / 76

过小桥 (动作训练) / 76

我给妈妈穿项链 (动作训练) / 77

玩沙 (认知训练) / 77

玩水 (思维训练) / 78

小皮球在哪里? (认知训练) / 78

去邻居家做客 (社交训练) / 79



认识颜色 (认知训练) / 79

多彩的世界 (注意力训练) / 80

神奇的大树 (认知训练) / 80

学样 (动作训练) / 81

打雪仗 (动作训练) / 81

小小故事家 (语言训练) / 82

小鸡吃米 (动作训练) / 82

小老鼠, 上灯台 (语言训练) / 83

十个手指头 (认知训练) / 83

服从命令的小兵 (动作训练) / 84

搭小桥 (创造力训练) / 84

娃娃的衣服 (认知训练) / 85

猜猜有几个 (认知训练) / 85

下雨了 (动作训练) / 86

小石头和小塑料片 (认知训练) / 86

小熊在召唤 (思维训练) / 87

手表和“滴答” (认知训练) / 87

都是食物 (认知训练) / 88

香蕉、鸡蛋和苹果 (动作训练) / 88

快乐水果店 (认知训练) / 89

你找谁呀? (认知训练) / 89

发展评价 / 90





2~3岁幼儿的年龄特点与玩具投放 / 91

★ 2~3岁

早上空气真正好 (动作训练) / 96

小蝌蚪找妈妈 (动作训练) / 96

消灭坏老鼠 (动作训练) / 97

小孩小孩真爱玩 (动作训练) / 97

头顶沙袋练平衡 (动作训练) / 98

跷跷板 (动作训练) / 98

拉成圆圈慢慢走 (动作训练) / 99

不是 (语言训练) / 99

住在房子里 (动作训练) / 100

剥鸡蛋 (生活习惯训练) / 100

森林音乐会 (语言训练) / 101

捉尾巴 (动作训练) / 101

红绿灯 (认知训练) / 102

脚丫也灵巧 (动作训练) / 102

喂小猪 (动作训练) / 103

请你像我这样做 (动作训练) / 103

木头人 (情绪训练) / 104

我是小蜜蜂 (动作训练) / 104

冻冰花 (认知训练) / 105

跳房子 (动作训练) / 105

空中传球 (动作训练) / 106

小小足球运动员 (动作训练) / 106

绕线团 (动作训练) / 107

茂密的小草 (动作训练) / 107

草地上的花 (动作训练) / 108

西瓜籽 (动作训练) / 108

消灭苍蝇 (动作训练) / 109

大老虎的笼子 (艺术熏陶) / 109

爷爷的胡子 (动作训练) / 110

绿绿的大树 (动作训练) / 110

击鼓传花 (动作训练) / 111

撕彩带 (动作训练) / 111



照相 (动作训练) / 112
 皮球滚画 (艺术熏陶) / 112
 折手帕 (动作训练) / 113
 我的妈妈最漂亮 (情感训练) / 113
 匙印画 (艺术熏陶) / 114
 包糖果 (动作训练) / 114
 变色的天空 (认知训练) / 115
 小刺猬 (动作训练) / 115
 这是谁的声音? (听觉训练) / 116
 头发、肩膀、膝盖、脚 (认知训练) / 116
 我爱我的小动物 (艺术熏陶) / 117
 大拇指 (艺术熏陶) / 117
 我是小小舞蹈家 (动作训练) / 118
 小手爬 (动作训练) / 118
 高个矮个 (艺术熏陶) / 119
 小鼓手 (艺术熏陶) / 119
 探索小人国 (认知训练) / 120
 照片上的人 (认知训练) / 120
 灿烂的星空 (认知训练) / 121
 洗澡盆里知识多 (认知训练) / 121
 快眼宝宝 (注意力训练) / 122
 小眼睛 (认知训练) / 122
 送小卡片回家 (认知训练) / 123
 谁的气球飞走了? (观察力训练) / 123



找出一样的图形 (思维训练) / 124
 竖琴 (认知训练) / 124
 找不同 (认知训练) / 125
 秋天的树叶 (认知训练) / 125
 铅笔对对碰 (注意力训练) / 126
 送玩具回家 (生活习惯训练) / 126
 溶化 (认知训练) / 127
 多、少、一样多 (认知训练) / 127
 猜猜我是谁? (思维训练) / 128
 按大小排序 (认知训练) / 128
 谁不见了? (记忆力训练) / 129
 学做小主人 (生活习惯) / 129
 发展评价 / 130



0~1岁幼儿的年龄特点与玩具投放



年龄特点

1 婴儿出生后的第一年，身体和心理的发展速度比其他年龄段快，肌体和神经系统的功能迅速发展，视觉、听觉和对声音的反应逐步完善。

眼由视力集中到能追随物体移动，头能转向声源。手的动作从触摸物体，到抓、握、摇动、敲打玩具，到摆弄物体不断发展。半岁左右，手眼动作逐渐协调；半岁以后，孩子会双手配合拿东西；七个月左右，五指分工动作已经逐渐灵活。

全身动作从仰卧，转向侧卧和俯卧，直到翻身，学会爬行；从稍坐到稳坐，从站立到一岁左右时能独立行走。独立行走为扩大眼界创造了良好的条件，增加了认识周围世界的可能性。



2 满半岁后，婴儿可以发出许多重复的连续的音节，如“爸——爸——”；9~10个月以后，婴儿逐步理解成人的语言，能作出动作反应，与成人建立情感联系，开始了初步的语言

交往；7个月的孩子会分别用不同的声音招呼别人；9~10个月的孩子开始主动发出一定的声音来表示一定的意思；将近1岁时，会用单词招呼别人。从牙牙学语到会叫“爸爸”、“妈妈”，说出玩具名和一些词。



3 从1个月出现微笑，逐渐见到颜色鲜艳、光亮、带有声响的玩具就手舞足蹈，3~4个月见到妈妈或熟人就高兴，5~6个月会认生，出现了对亲人的依恋和对熟悉程度不同的人的不同态度。

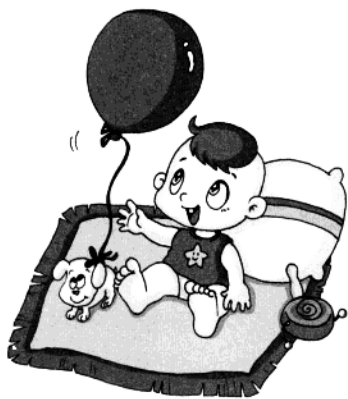
半岁以后，由于孩子和亲人相处了将近一年的时间，亲子之间的依恋关系日益发展。若一岁左右入托，分离焦虑非常明显，许多孩子长时间哭闹，情绪不安，这是依恋关系遇到障碍的表现。





玩具投放

这个时期幼儿身心的健康发展，除了母亲的爱抚、哺喂、生活上的照顾外，应该让他自由活动，看、听、啃咬、玩弄玩具。通过凝视玩具的色彩、形状，倾听和谐悦耳的声音，迅速发展对外界事物的感知觉。



所以，我们给幼儿提供玩具时，应投放发展视觉、听觉和动作的玩具，同时也投放音乐和娱乐玩具，还要投放发展语言和认知能力的玩具，促进幼儿动作发展，逗引幼儿情绪愉快，激发幼儿发展各种动作的兴趣，认识周围的事物，并且逐步说出名称，模仿动物、车辆等的叫声。



1 发展语言和认知能力的玩具

可用一些形象玩具，如常见的软硬塑料、吹塑、橡胶、布制的娃娃、小动物、交通工具、小餐具、小用具等。



2 发展视觉的玩具

以悬挂玩具为主,如灯笼、彩花、挂人、气球、吹塑球、吹塑玩具等。

3 发展听觉的玩具

带有声响的玩具,如八音盒、八音响棒、各种手摇铃、拨浪鼓;带响的形象玩具,如橡胶或软塑的各种能捏响、摇响的小动物、小人、小鸟等;能拉响的小手风琴、各种悬挂玩具等。



4 音乐和娱乐玩具

各种利用发条、机动、惯性为动力,发声发光的形象玩具,如小鸡吃米、跳蛙、猫滚球、小熊打鼓、各种交通工具的玩具等。此外,帆布兜秋千、成人吹奏的口琴、八音盒、摇鼓、小鼓、手按喇叭、陀螺、吹肥皂泡也是幼儿喜爱的玩具。



5 发展动作的玩具

训练手的动作的玩具:摇棒、拨浪鼓、各种环状玩具、拉串、软硬塑料和橡胶玩具。

0~3个月



早期的简单行为，如鼻拱、吸吮、抓紧，偶尔看一下附近的东两，是以后全部智力的基础。



游戏指导

交叉双臂：让宝宝躺在床上，将大拇指伸进孩子的小手中，其余四指扣在宝宝的手腕上。先轻轻地将宝宝的胳膊从肘关节处弯曲，活动一两次。然后将宝宝的双臂在胸前交叉，再活动一两次。

曲腿：让宝宝平躺在床上，用手轻轻地抓住宝宝的脚脖子，将他的两条腿拉直。然后将宝宝的两膝盖弯曲，再拉直。

挺身：让宝宝俯卧。妈妈用双手从宝宝的胸部轻轻地将孩子托起，使他的腰弓起来（逐次延长时间），再将宝宝放下。

爱心提示

宝宝在大人的帮助下，做各种伸展运动，这对增强宝宝的体质很有好处。



宝宝操



抬抬头 >>>

游戏指导

准备一个能发出清脆声响的玩具。

妈妈坐在趴着的宝宝面前，一手轻轻地扶住宝宝，一手摇动玩具，同时说：“看这里！”

当宝宝看到玩具后，慢慢地把玩具抬高，并不断地对宝宝说：“眼睛看这里！”“玩具在哪里呀？”鼓励宝宝抬头，用双手支撑起上半身。

爱心提示

孩子睡醒后，喂奶前让孩子俯卧在床上，训练孩子抬头，可增强颈部及背部肌肉的力量。俯卧时间不要超过一分钟，以后逐渐增加时间。



小贴士

新生儿健康的标准（一）

- 出生后先啼哭数声，然后开始用肺呼吸。
- 脉搏每分钟 120~140 次。
- 正常体重为 3kg~4kg。
- 出生两天内大便呈黑绿色、黏稠状、无气味，喂奶后逐渐转为黄色（金黄或浅黄）。
- 出生后 24 小时内开始排尿，如第一周每天排 30 次以上，则为异常。

