

1~2岁



快乐成长列车

1~2岁成长方案



爸爸妈妈，
陪我一起玩吧！

- 该书作者为美国著名的儿童教育专家、教授，几十年潜心研究儿童心理
- 畅销美国的儿童教育图书

Marilyn Segal [美] 著 傅大伟 译

山东科学技术出版社 www.lkj.com.cn

快乐成长列车·1-2岁成长方案

〔美〕玛丽琳·西格尔博士 著

傅大伟

译

出版者：山东科学技术出版社

地址：济南市玉函路16号

邮编：250002 电话：(0531) 2065109

网址：www.lkj.com.cn

电子邮件：sdkj@jn-public.sd.cninfo.net

发行者：山东科学技术出版社

地址：济南市玉函路16号

邮编：250002 电话：(0531) 2020432

印刷者：山东淄博印刷厂

地址：淄博市张店区共青团西路3号

邮编：255025 电话：(0533) 2180991

开本：850mm × 1168mm 1/32

印张：10.25

字数：190千

版次：2001年9月第1版第1次印刷

ISBN 7-5331-2732-3

N·49

定价：19.50元

32

图书在版编目 (C I P) 数据

快乐成长列车·1~2岁成长方案/[美]玛丽琳·西格尔著;傅大伟译.
济南:山东科学技术出版社,2001.8
ISBN 7-5331-2732-3

I.快... II.西... 2. F... III.游戏课—学前教育—教学参考资料 IV.G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第43656号

Your Child at Play: One to Two Years

by Marilyn Segal, Ph. D.

Published by arrangement with Newmarket
Publishing and Communications

Simplified Chinese translation copyright © 2001
by Shandong Science and Technology Press
ALL RIGHTS RESERVED

图字: 15-00-025

编者的话

《快乐成长列车》讲的是在培养宝宝的过程中，父母应如何以一种快乐的游戏方式，来应付和解决生活中所遇到的各种各样的难题，并以这种方式来培养孩子的想象力和创造力，开发其潜能。更重要的是，父母可以以这种方式，与孩子建立起一种亲密无间的关系，这种关系将使父母和他们的孩子在心灵上融为一体，甚至能使亲子双方共同面对孩子未来那些充满风暴的青少年时光。

这套丛书的作者玛丽琳·西格尔是一位儿童心理学家、教育家，专门从事儿童早期成长的研究，也是佛罗里达州福特·劳德代尔的诺瓦东南大学家庭中心的创办者。她为巩固家庭关系，为父母和儿童教育者更好地培养孩子做出了贡献。她是五个孩子的母亲，还有十个外孙子女。她著书十九种，还制作了九集公共服务电视系列片《向孩子伸出双手》。

这套丛书是出色的，因为它们的作者是如此地不同凡响。可贵的是，作者以特有的细心和敏锐，根据儿童在每一时期的特点提出建议，帮助年轻的父母用丰富多彩的、孩子们乐于接受的游戏和活动来开导和启发孩子，寓教于乐，用科学的思维和正确的人生观哺育孩子的心灵。

她那简朴的格言“在一起游戏，在一起成长”简洁而有力。本书配有大量现场抢拍的照片，使得本书更加生动，更加直观。

读读这套书，用你的心去体验那些快乐吧。



14.26/06

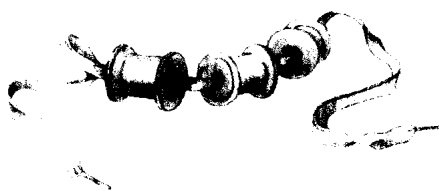
前 言

照料一岁到两岁大的幼儿是一件很有趣的事情，因为学步期正是他们进行自我体验的阶段。有的孩子已经发现自己是独立的个体，有能力处理自己的事情，也能随意地使唤他人。在探索自身能力范围的过程中，如果心情沮丧，再加上不知所措，他们便会向大人传达各种不同的讯息，例如：“别管我，我自己来！”“快来帮帮我呀，我遇到麻烦了！”

学步期幼儿的父母，每天都必须面对生活中各种各样的挑战。本书便是一部帮助学步期幼儿的父母面对这些挑战的实用手册，书中每一部分阐述一个学步期幼儿的父母所熟悉的问题，即：“探索”、“日常生活”、“情感交流”以及“做游戏”。孩子进入两周岁以后所出现的一个主要问题是，父母必须面对一些非此即彼的选择。父母如何在鼓励儿童养成独立习惯的同时，帮助他们接受合理的限制并且循规蹈矩？如何在既不形成压力，也不会减少游戏乐趣的情况下，让幼儿尽可能发挥其学习潜能？尽管我们着眼于实际的问题，但对一些不好处理的难题，我们并不确定让家长用哪种方法解决。在几种解决问题的方法中，如何打破平衡做出选择，其最后的决定权应在父母的手中。

本书旨在为学步期幼儿的父母提供实用的建议，帮助他们解决日常生活中的问题。

我们深信，做学步期幼儿的父母，没有一条最佳途径。每个家庭的环境和照顾幼儿的方法不同，但生活在每个家庭中的儿童都能茁壮成长。在本书中，我们阐述了多种可供选择的办法，以便父母可以按照自己的实际情况做出选择并加以尝试。



目 录

第一部分 探 索

第一章 四面出击的小手	5
触摸的规则	7
关于浪费问题	11
活动建议	14
第二章 倒空与装填	25
让室内井然有序	27
有积极意义的重新安置活动	28
儿童的“大”与“小”的概念	35
活动建议	38
第三章 让孩子更加强壮	54
携物与搬运	56
推与拉	59
投掷、敲打和攀爬	61
活动建议	71
第四章 胆小的探索者	84
活动建议	90

第二部分 日常生活

第五章 日常作息	103
睡觉	106
进食	111
衣着打扮	119
洗澡	123
学会上厕所	125
活动建议	126
第六章 爸爸妈妈的小帮手	137
洗衣服	139
做饭	141
打扫房间	145
活动建议	148
第七章 在公共场所	154
乘车	156
慰藉物品的问题	158
商店里的探索限制	160
具有诱惑力的条件	164
怎样使看自己不尴尬	165
活动建议	168

第三部分 情感交流

第八章 日常的情绪	179
对抗和发脾气	180
自豪感	184
帮助孩子面对恐惧	186
避免争吵	187
把握可以协商的问题	187
把握不可协商的问题	188
感情认同	188
离别	191
弟弟或妹妹的降生	195
活动建议	198
第九章 语言的力量	204
与孩子一起看书	208
选择合适的图书	212
给幼儿念书的方法	213
教学步期幼儿看书	217
活动建议	219
第十章 交朋友	227
与其他成年人交朋友	228
与其他儿童交朋友	232

如何处理矛盾冲突	237
临时保姆	240
与宠物交朋友	241
活动建议	243

第四部分 做游戏

第十一章 动态游戏	252
体力的新水平	252
想像力的重要性	255
新的沟通方式	257
活动建议	260

第十二章 玩玩具	268
玩球的游戏	269
积木和拼插玩具	273
玩具汽车	275
玩具娃娃	277
活动建议	283

第十三章 过家家	297
重演熟悉的事情	298
重演刚发生的事情	303
让玩偶活起来	304
用玩具代替实物	305
早期的角色游戏	305
活动建议	308

第三部分 情感交流

第八章 日常的情绪	179
对抗和发脾气	180
自豪感	184
帮助孩子面对恐惧	186
避免争吵	187
把握可以协商的问题	187
把握不可协商的问题	188
感情认同	188
离别	191
弟弟或妹妹的降生	195
活动建议	198
第九章 语言的力量	204
与孩子一起看书	208
选择合适的图书	212
给幼儿念书的方法	213
教学步期幼儿看书	217
活动建议	219
第十章 交朋友	227
与其他成年人交朋友	228
与其他儿童交朋友	232

第一部分

探 索





导 言

母亲：（怀中抱着处于学步期的幼儿，两眼看着婴儿车里的婴儿。）“多可爱的宝宝呀！那双蓝色的大眼睛真漂亮。特里，你看，多漂亮的宝宝。”

特里：（小手伸向婴儿车，指尖触及婴儿的脸颊。）“眼睛、宝宝的眼睛。”

母亲：“轻一点，特里，只能摸摸宝宝的手，不要弄痛他。”

看到上述情景，一周岁幼儿的父母一定能体会到，照料婴儿和照料学步期幼儿是不同的。在婴儿诞生的第一年，父母忙于了解孩子发出的每一个信号以及满足其任何需要。幼儿进入学步期后，父母关注的焦点也随之转移。在这一阶段，父母主要是帮助孩子学会自理，培养孩子的责任感，开始鼓励孩子探索其周围的环境，发现其自身的能力，而不再满足于为孩子包办一切。

常言道，年轻是为人父母的最佳本钱。把这句话用在学步期幼儿的父母身上是再恰当不过的了。学步期的幼儿几乎从早到晚一直动个不停，没有安静的时候。从好的一面来看，学步期幼儿是绝佳的伙伴，因为他们总是兴致勃勃，精力旺盛，对每一项新发现都感到兴奋不已。但从另一个角度来说，和一个体力充沛、好

奇心很强的小东西在一起，大人不能有丝毫的松懈和疏忽。因此在实际生活中，父母常常需要对学步期幼儿说“不”，但同时也必须承认，“不”这个字对学步期幼儿有可能产生重大的影响。儿童听到“不”的次数过于频繁，可能会使他们把“不”和“不要去尝试，不要找出答案”画上等号。

本书第一部分将讨论与“探索”有关的主题。在第一章“四面出击的小手”里，针对学步期幼儿一心想处理所有事务的情况，向父母提供相应的对策。第二章“倒空与装填”，则讨论父母如何引导学步期幼儿学习倒空与装填容器以及打扫卫生。第三章“让孩子更加强壮”，则是指导父母如何在学步期幼儿练习体能技巧时，给予其适当的鼓励和保护。上述三个章节所探讨的共同主题是：父母如何在鼓励孩子探索的同时，也能保护孩子不因探索而受到伤害。最后一章则是向父母提供了一些有效的方法，以使他们帮助自己的孩子克服在探索过程中产生的恐惧心理，让孩子快乐地学习和成长。





第一章 四面出击的小手

场景：奶奶家的客厅。

母亲：“你的宝贝孙女已经学会走路了，家里没有一样东西能逃得过她的小魔掌。”

奶奶：“不要紧，这里没有她能打得破的东西。你把她放下来，让她自己玩吧！”

几秒钟之后。

母亲：“噢！天哪，阿米莉亚把桌布扯下来了，花瓶摔在地上啦！”

奶奶：“嗯嗯……哦，反正花瓶值不了多少钱。”
(笑着抱起阿米莉亚。)
“你真是个小小闪电侠呀。还好，我的小宝贝没有受伤。嗯，我们来找一些玩具给你玩。”

大家知道，学步期幼儿喜欢对各种东西进行探究。当然，他们最感兴趣的东西无外乎下列几种：香水瓶子、精致的瓷质装饰品、新买的CD唱机等。有些学步期幼儿对这些东西大体上探究一番也就算了，而大多数学步期幼儿会忍不住去动手试着把香水喷出来，把小装饰品拿在手里，或者在音响器材的按键上乱摁一通。

甚至那些常常对一般物品大体上探究一下便会罢手的学步期幼儿，也会被一些特别有趣的东西所吸引。其结果是可以预见的，这些东西往往会被

