

半小时妈妈



儿童智能训练手册

2岁

畅销 18 年的经典品牌
中国家长心目中的家教宝典



浙江出版联合集团
浙江少年儿童出版社

半小时妈妈

儿童智能训练手册

编写 沈晓刚
绘画 梦幻卡通等

2岁



浙江出版联合集团
浙江少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

半小时妈妈儿童智能训练手册. 2岁/沈晓刚编写. —杭州:浙江少年儿童出版社, 2012. 2
(半小时系列丛书)
ISBN 978-7-5342-6704-8

I. ①半… II. ①沈… III. ①智力开发-儿童教育: 家庭教育-手册 IV. ①G78-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 228753 号

责任编辑: 徐 洁

美术编辑: 楼迎春

封面设计: 沈 利

电脑制作: 枫桦图文

责任校对: 石晓音

责任印制: 林百乐

封面宝贝: 傅嘉雯

封面照片由杭州爱你宝贝专业儿童摄影提供

半小时系列丛书

半小时妈妈儿童智能训练手册 2岁

沈晓刚 编写

浙江少年儿童出版社出版发行

(杭州市天目山路 40 号)

杭州下城教育印刷有限公司印刷 全国各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 10

印数 1—15180

2012 年 2 月第 1 版 2012 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5342-6704-8

定 价: 18.00 元

(如有印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换)

目录

2岁



第1个月

宝宝竹竿操(第一节)	3
滚圆筒	4
扶家具走	5
敲锣打鼓	6
转红点	7
月亮	8
电话铃声响了	9



第3个月

宝宝竹竿操(第三节)	27
剥糖纸	28
玩拉链	29
相对概念认知	30
悬垂身体	31
学讲单词句	32
纠正象声词	33
跟着月亮走	34
掉在水里的房子	35



第2个月

宝宝竹竿操(第二节)	15
捉玩具	16
看手影	17
追光点	18
认小动物	19
动物儿歌两则	20
青菜熊和萝卜熊	22



第4个月

宝宝竹竿操(第四节)	39
找妈妈	40
迈圈圈	41
开关小盒子	42
弯腰下蹲	43

数字儿歌两则	44
学会伸懒腰的蟒蛇	46



第5个月

宝宝竹竿操(第五、六节)	51
小小搬运工	52
穿项链	53
认图形	54
尝味道	55
随意画	56
小板凳	57
小猪照镜子	58



第6个月

宝宝竹竿操(第七、八节)	63
--------------------	----

上楼梯	64
走小路	65
装篮筐	66
滑滑梯,过拱门	67
搭积木	68
分果果	69
太阳公公出来了	70
送个冬天给青蛙	71



第7个月

模仿操(一)	75
猜手	76
学讲感觉词	77
对颜色	78
竖手指	79
横走台阶	80
爬楼梯	81
有魔法的鸡蛋	82



第8个月

模仿操(二)	87	认图形	107
寻宝	88	找玩具	108
看六面画	89	拍蝴蝶	109
学说短句	90	小狗该待的地方	110
数家具	91		
喂娃娃	92		
添点画和添线画	93		
按色放积木	94		
风来啦	95		
害怕吃药的小老鼠	96		



第9个月

模仿操(三)	101
拔萝卜	102
玩水,玩沙	103
学说动词句	104
学说“我”	105
骑竹马	106



第10个月

模仿操(四)	115
连点画	117
给瓶罐戴帽子	118
拍照	119
辨别声音	120
跑跑跳跳	121
听数取物	122
走圆圈	123
拔河马比赛	124



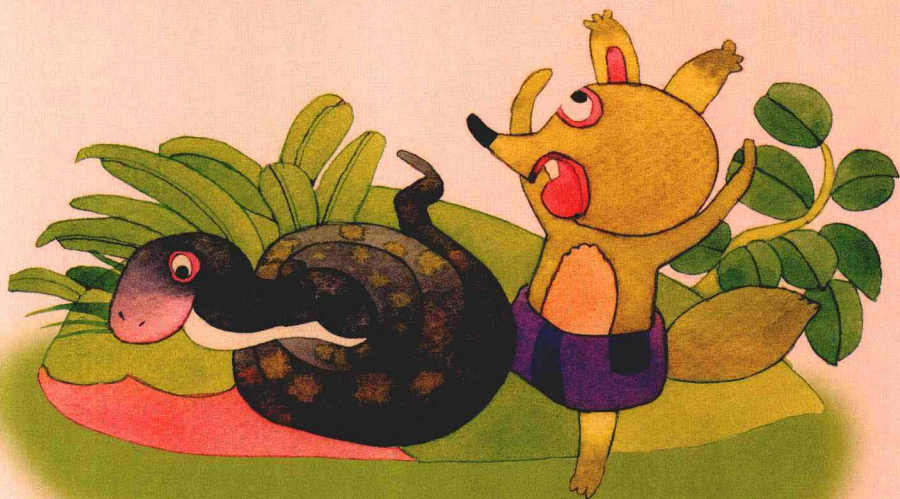
第11个月

模仿操(五)	129
踢球	131
按节拍做动作	132
摸暗袋	133
开门取玩具	134
放积木	135
打大麦	136
点线画	137
喷嚏狗和唱歌猫	138



第12个月

模仿操(六)	143
右脑训练	145
球出山洞	147
照镜子化妆	148
圆形变化	149
踩凳子	150
小鸭喝水	151
心中的铃铛	152

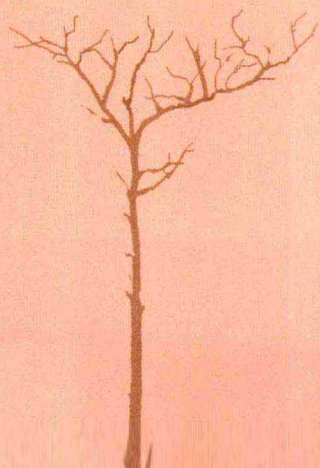


第1个月



第1个月

孩子满一周岁了,他已经能把一块块积木放进大口径的容器里,会紧紧地握住一把勺子放进嘴里。如果孩子拿到了一支笔,他就会开心地到处涂涂画画。一周岁的孩子已能理解一些简单的语言指令,可以自己摇摇晃晃地走几步,并帮大人取东西了。





宝宝竹竿操

(第一节)

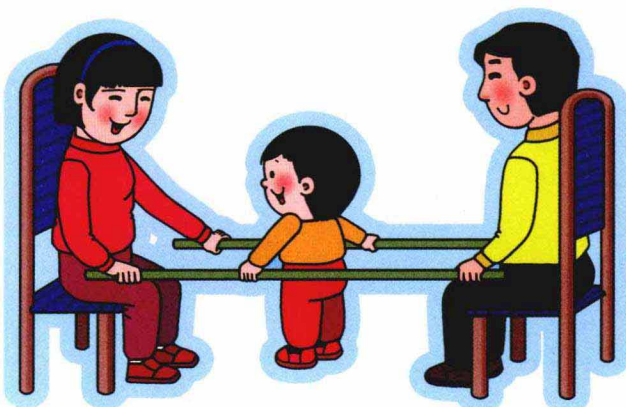
预备姿势

父母为孩子准备两根竹竿(长1.5~2米,直径2~3厘米)。活动时,父母分坐在两端的小椅子上,两手分别握住一根竹竿,让孩子站在两竿之间。孩子两臂下垂,手心朝下分别握住一根竹竿,两脚分开站立与肩同宽,在父母的带动下做操。

动作

双臂摆动

两脚原地不动,左右臂随竹竿向前后轮流摆动。做四个八拍。



专家建议

孩子刚开始学习走路时,还无法单独站稳,此时,可借竹竿,在妈妈的帮助下训练站立的稳定性。为了增加孩子参与的热情,妈妈应尽可能创造轻松、愉快的活动氛围,可以选择在光线柔和的地方做操,再配以轻柔的音乐;也可以将竹竿加以装饰,比如给竹竿缠上色彩鲜艳的彩带、纸条等。

妈妈和爸爸前后移动竹竿时,要与孩子的动作相配合。刚开始不必急于摆动竹竿,而应先鼓励孩子扶竿站稳。待孩子站稳以后,可以小幅度地摆动竹竿。等到孩子适应后,父母可以稍稍加大摆动竹竿的幅度,但不宜过大。

本活动每周进行3次。

(活动时间:约5分钟)



滚圆筒

地上铺一块干净的席子,妈妈取一只圆铁罐,里面放些纽扣、珠子、干蚕豆等,让孩子与自己相对而坐。妈妈和孩子一边来回滚着铁罐,一边不停地念着:“滚啊滚,滚啊滚!”妈妈可以提问:“咦,哪来的声音?里面是什么呀?”当孩子很兴奋地想要打开时,妈妈就打开圆筒,把东西一样一样倒出来,每倒出一样物品就念出它的名称:“噢!是积木;是豆豆。”让孩子摆弄。



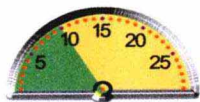
专家建议

做游戏是孩子认识和理解周围世界的基本活动,在游戏中,孩子的综合能力得到全面发展。在这个游戏中,妈妈可以选取各种不同质地的物品,一边放入圆筒一边说着“叮叮叮”、“当当当”等各种象声词,让孩子积累听觉经验。

妈妈在将物品放入圆筒中时,最好是先放进去一样,拿出来后,再放入另一样,以便孩子清晰地辨认各种不同物体发出的声音。

本活动每周进行2次左右。

(活动时间:约10分钟)



扶家具走

妈妈扶着孩子走到一把牢固的椅子或桌子旁边站好。然后妈妈一边说着：“宝宝走路啰，宝宝走路啰。”一边引导孩子一件挨一件地扶着家具，一步步往前走。妈妈在一旁保护（尽量不要搀扶），鼓励孩子向前走。走到屋子另一端时，把孩子抱起来，让他休息一会儿后，再做几次练习。

专家建议

这个年龄段的孩子，基本上可以走上几步了。尽管如此，他们腿部肌肉的力量还很弱，腿的支持力还不够，扶着家具走既可以训练孩子的行走能力，又不至于使他太累。

孩子刚开始扶着家具走时，往往会摇摇晃晃走不稳当，妈妈应该在一旁进行保护，但尽量不要去搀扶孩子。因为孩子摇摆身体的过程，是他在探索一个不会跌倒的稳定状态的过程，也是学习控制自己的身体的过程。

本活动每周进行2次左右。

（活动时间：约10分钟）





敲锣打鼓

妈妈可以把家里不易损坏的瓶瓶罐罐收集起来,如奶粉罐、瓶子、小桶等,在孩子面前排成一排。放一些节奏明快、孩子熟悉的歌曲,然后给孩子一把勺子或一根筷子,一边和孩子在罐头或小桶上敲打,一边唱歌,让孩子体验不同质地的物体相互碰撞带来的不同声音效果。

专家建议

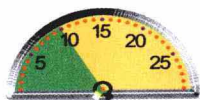
孩子对各种能敲打发声的物品都会很感兴趣,平时他对家中物品进行敲打时,只要是敲不坏的东西,妈妈都不要去阻止,因为这是孩子探索未知世界的一种方式。这种活动不仅能发展孩子的听觉,还能使他的手、眼协调能力以及手部肌肉得到很好的训练。

活动时,妈妈可以将孩子面朝外抱在怀里,先由妈妈示范如何敲打,发出不同的声响,引起孩子注意。再由孩子和妈妈共同敲打。最后,妈妈可以退出游戏,由孩子自己进行敲打。

本活动每周进行1次左右。

(活动时间:约10分钟)





转红点

妈妈把一辆玩具小汽车翻过来,滚动下面的轮子,让孩子观察;再找几只圆形茶杯垫,用食指固定茶杯垫的圆心,让孩子用手推动茶杯垫边缘,使茶杯垫旋转起来。

待孩子对旋转运动有所了解后,妈妈再做这样一个游戏:在一只塑料盘的边上点一点红颜料(或贴上一小块红纸),把这个红点对着孩子,然后用手推动盘子,使它在桌上旋转起来。妈妈渐渐地让红点转回到孩子面前,可以边转边说:“瞧,小红点转啊转,它又转回来啰!”



专家建议

旋转是一个比较抽象的概念,妈妈可以通过实际操作,让孩子初步对“从某一点转个圈,然后再回到原点”这一概念留下直观印象。这样的活动,对于孩子以后真正理解圆周、曲线等几何概念将有很大的帮助。

开始时,可以由妈妈转,孩子看;激起孩子的兴趣之后,妈妈可以鼓励孩子用手指指着红点一起转一转。

本活动每周进行1次左右。

(活动时间:约10分钟)



月亮

月亮圆圆，
像个盘盘，
我要上去，
找你玩玩。
星星晶晶，
好像明灯，
我要上去，
拿你照明。
天河长长，
好像长江，
我要上去，
坐船逛逛。

专家建议

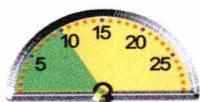
儿歌中包含了很多重叠词，妈妈念到这些重叠词时应该适当放慢速度，吐字饱满、清晰。妈妈可以一边念一边搭配做一些简单的动作，吸引孩子跟着妈妈一起做。

从这个月开始，还可以增加一些与数字相关的儿歌。虽然这个年龄段的孩子还不会数数，但通过聆听一些朗朗上口的数字儿歌，可以加深孩子对数字的印象。

本活动每周进行2次左右。

(活动时间:约8分钟)





电话铃声响了



张秋生

大耳狗和小耳鼠的家装上了电话。

小耳鼠家的电话响个不停。

“喂，请问是哪一位？”小耳鼠接起电话说。

“是我，你的好朋友大耳狗。”

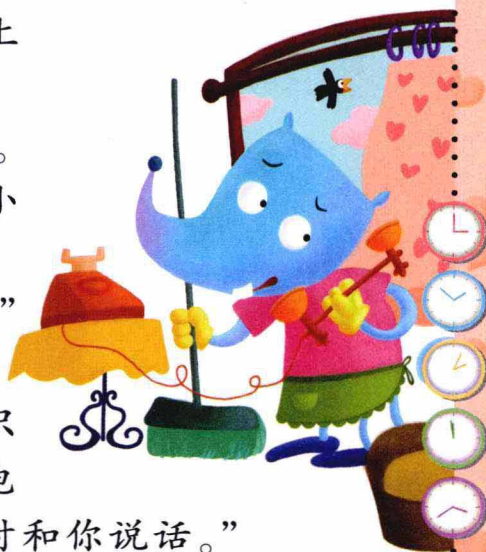
“你有什么事吗？”

“没什么事，只是想你了。有了电话真好，我可以随时和你说话。”

“大耳狗，这是你今天打来的第12个电话了，你至少有10次打断了我的工作。”

“对不起，我不知道你有那么多的工作，下次我等你空下来的时候，再给你打电话。也请你给我打电话啊！”

大耳狗挂了电话，他一刻不停地



盯着电话瞧，可是电话铃一直不响。过了一会儿，大耳狗终于忍不住了，他跑到小耳鼠家窗前瞧了一下。小耳鼠干完活，正在沙发上休息。

大耳狗赶紧跑回家，给小耳鼠打电话。

“大耳狗，你怎么又打电话来了？”小耳鼠说。

“我知道你现在空下来了，所以给你打电话。”

“我才没空下来呢，我只是干活儿累了休息一会儿，我还有许多活儿等着干呢！等我真的空下来了，会给你打电话的。”

“我老盯着我的电话瞧，铃声一直不响。”大耳狗说。

“你别老盯着你的电话。”小耳鼠说，“你最好盯着你的屋子瞧，看看有多少活儿要干。”

大耳狗放下电话，他盯着自己的屋子瞧，果然，

他有许多事要干。大耳狗擦完了窗，扫完了地，便开始整理自己的玩具。

他刚把玩具整理好，忽然想起明天是刺猬弟弟的生日，他要为小刺猬画一张漂亮的贺卡。

大耳狗摊开纸，拿出笔，开始认真地画画，大耳狗还在画上写下：

小刺猬弟弟，祝你生日快乐！

