

FPG早教方案

FPG儿童发展研究中心 美国最为权威的儿童发展研究机构

0-1岁

婴儿学习活动指导手册

作者 Debby Cryer Thelma Harmis
Beth Bourland
审定 华爱华
译者 鲍立铤
傅敏敏



给早期教育机构，一套系统的解决方案
给教师和家长，一套可操作的、充满创意的活动库
给孩子，一个扎实的成长基石

少年儿童出版社



本丛书由 FPG 儿童发展研究中心历时多年编写而成,并且经过十七所日托中心的实际工作检验。因而,从书中所有的活动方案都具有在真实教育场景中的可操作性,同时它们也集结了三位专家及十七所早教机构的专业知识和宝贵经验。丛书共一千一百多个活动方案,内容涉及听说活动、肢体活动、创造性活动和探索活动四个领域。各活动方案之前都列出了相应的婴幼儿能力水平,成人可据此选择合适的活动,真正做到因材施教。

专业的作者团队

Debby Cryer 美国北卡罗莱纳大学 FPG 儿童发展研究中心研究员

Thelma Harms 美国北卡罗莱纳大学 FPG 儿童发展研究中心研究员

Beth Bourland 美国北卡罗莱纳大学 FPG 儿童发展研究中心研究员

美国北卡罗莱纳大学 FPG 儿童发展研究中心,是美国最为悠久和权威的儿童发展研究机构,重点关注 0-8 岁儿童的发展,旨在探索与传播所有有益于儿童成长及家庭幸福的知识。第一作者 Debby Cryer 和第二作者 Thelma Harms 还参与编写了著名的《早教机构环境评价量表》与《托幼机构环境评价量表》,这两个量表是目前幼教领域最具权威性的评估量表,作为关键性的指导资料直接影响着各国的早期教育。

《FPG 早教方案》中文版审定专家

华爱华 华东师范大学学前教育系副教授、中国学前教育研究会理事、托幼机构教育专业委员会委员、国家“十五”重点课题“0-3 岁婴幼儿早期关心与发展的研究”的主要研究人员。其重点研究领域为婴幼儿游戏和 0-3 岁婴幼儿的教养。

上架指南:学前教育/育儿

ISBN 7-5324-6896-8



9 787532 468966 >



世纪出版

ISBN 7-5324-6896-8/G·2438

定价: 42.00 元

0-1 岁婴儿学习活动指导手册

美国北卡罗莱纳大学
FPG儿童发展研究中心

一任天真

我们倡导天性、率真的阅读与成长

ISBN7-5324-6896-8 / G·2438

图书在版编目(C I P)数据

0~1岁婴儿学习活动指导手册/(美)克莱尔(Cryer,D.)著;
鲍立铤,傅敏敏译.—上海:少年儿童出版社,2006.6
(FPG早教方案)

ISBN 7-5324-6896-8

I .0... II .①克...②鲍...③傅... III.婴儿—早期教育
IV.G61

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第035287号

著作权合同登记号图字:09-2006-173号



FPG早教方案

0-1岁婴儿学习活动指导手册

Debby Cryer

Thelma Harms 著

Beth Bourland

侯强华 装帧

责任编辑 管 倚 美术编辑 侯强华

责任校对 沈丽蓉 责任监印 万友明

出版发行:上海世纪出版股份有限公司 少年儿童出版社

地址:上海延安西路 1538 号 邮编:200052

易文网:www.ewen.cc 少儿网:www.jcph.com

电子邮件:postmaster@jcph.com

印刷:上海图字印刷有限公司

开本:889×1194 1/16 印张:12.75 字数:102千字 插页:5

版次:2006年6月第1版 2006年6月第1次印刷

印数:1-5,000

定价:42.00元

版权所有 侵权必究

如发生质量问题,读者可向工厂调换

于细微处见爱心

王振宇

华东师范大学学前教育系教授

婴幼儿具有高超的学习能力,这是当代儿童发展心理学研究对早期教育的一大贡献。随之而来的,便是人们对婴幼儿开展早期教育的热忱和关注。

首先,应当承认,关注婴幼儿的早期教育,是社会文明和进步的标志之一。因为,婴幼儿早期学习能力的发挥,能对今后的发展带来积极的后效和影响。于是,0-3岁的教育纳入了早期教育的范畴,托幼一体化成了早期教育的教育原则和托幼机构的组织指导原则,也成为广大家长的热门话题。

但是,0-3岁的婴幼儿的身心发展具有特殊性,与3-6岁的幼儿并不完全是一回事。对0-3岁婴幼儿的保养和教育,无论是内容还是方法,都需要专业化的指导。美国北卡罗莱纳州大学FPG儿童发展研究中心的D.克莱尔等三位学者编著的《FPG早教方案》丛书是一套理想的文献。我翻阅了书稿,感到作者的教育理念正确,全书的内容和形式也颇有创意,可操作性很强。诚如出版者所说,这本书为早期教育机构提供了一套系统的保教方案;给教师和家长传授一系列可操作的程序;为婴幼儿开创一个扎实的成长基石。

作为一名儿童发展心理学家,在介绍这本书的时候,我想得更多的,倒不是本书丰富的活动方案和要求,而是如何看待儿童、如何看待早期教育的问题。我担心人们捧着这本书,按图索骥,统一口令,步步逼近,规模经营。为此,有必要多说几句:

一、婴幼儿保教要遵照儿童成熟的规律

儿童的生理和心理发展,是按照基因规定的顺序有规则、有次序地进行,通俗地说,基因有一张时间表,儿童的发展必然遵守这张时间表。这种由基因来指导发展过程的机制,就是成熟。对于婴幼儿来说,成熟是推动发展的重要动力。没有足够的成熟,就没有真正的发展。脱离了成熟的条件,学习本身并不能推动发展。著名的美国儿童心理学家、儿科医生格塞尔指出,“儿童在成熟之前,处于学习的准备状态。”所谓准备,就是由不成熟到成熟的生理机制的变化过程。只要准备好了,学习就发生。而在未准备之前,成人应等待,等待儿童达到对新的学习产生接受能力的水平。本书所介绍的各种学习、训练内容,都是在儿童达到一定的成熟水平后展开的,读者千万不要本末倒置,在儿童没有达到一定的成熟水平时强制训练,更不能自作主张,超前训练,把本书的活动当做“开发潜能”的风镐或铁锹。

格塞尔还告诉我们,在儿童成长的过程中,儿童的生理和心理的发展处于平衡和不平衡的交替之中,例

如,2岁儿童的性格特征比较稳定、整合,发展质量较高,而2岁半的儿童性格特征相对不稳定,发展质量较低。到3岁时恢复平衡,3岁半时又会出现不平衡,表现为较内向等。在儿童发展质量较高的时期,亲子关系较和谐,家长和教师可以对儿童提出较高的要求。而在儿童发展质量较低的时期,成人对儿童不能急躁,不能惩处,不能伤害他们,而应该客观地看待他们的表现,耐心地等待他们渡过难关。本书作者十分清醒地认识到这一点,多次强调要“选择一个与幼儿能力相符的活动”,要“温和地处理事情”,要“经常性地给幼儿选择的机会”等,道理就在这里。

二、寓教于乐,在游戏中开展保教

需要着重指出的是,本书是指导手册,不是教材。我们知道,教材具有严格的系统性和一定的封闭性,需要通过系统的教学活动使学生掌握规定的内容。而指导手册,就是为我们提供活动内容和活动方式的建议,供我们选择和操作。这套丛书里的很多内容是我们平时自觉或不自觉地采用过的方法,但是作者将这些资料根据一定的理论指导,加以汇集、梳理、说明、系统化。活动的本身是生活化、游戏化的,许多活动甚至能在不经意间完成。因此,在具体操作过程中,一定要寓教于乐,用游戏的方式进行,而不能采用教学的形式进行。在游戏中,要密切关注孩子的兴趣,关注他们的能力是否能及。在托儿所或幼儿园里,教师更要防止一刀切,不能把活动结果当做鉴定和评比发展高低的标准。

可以明确指出,本书中的各种活动,只具有活动性、娱乐性、启发性,而不具备诊断性。我们不能因为某个孩子一时不能完成某个活动,就断言这孩子发展有问题,给他贴上一张发展落后的标签。要知道,教育和诊断是两个不同范畴的问题,不能随意混淆。

在发展的全过程中,每一个孩子都有自己的发展特点。系统理论告诉我们,儿童拥有的遗传基因和人类社会发展的基本规律,为发展编织了一个无限宽广的网状框架,每一根网络都是儿童的一个潜在的发展空间。根据自身的能力和所处的特定条件,儿童在这个网络的任何一个结点上都能得到相应的发展。因此,对于每一个具体的儿童来说,发展都是特殊的、有差异的。应该说,这是大自然的杰作。从进化的角度看,这种多样性甚至代表着适应,因为具有不同特征的种系在环境发生灾难性的变化时幸存下来的可能性更大。从这个意义上讲,儿童发展的个别差异是人类发展有力量、有前途的表现;也是教育赖以存在的理由。因此,为了真实地解释人类,我们必须承认和欣赏发展的多样性,保护发展中的个别差异,千万不要抓住一个模子去“塑造”你心目中儿童。在所有教育中统一“模具”是极愚蠢、极有害也是最无效的行为。格塞尔非常诚恳地指出,“当前学校最大的需要是……把儿童当做人来看待,而不要把儿童当做一个必须去适应某个预定的模式的物体,这种模式对于个体通常是不适合的。”在这个多元的世界中,我们应学会用多元的眼光看待儿童的发展。

寓教于乐,不仅指的是成人应把教育内容采用游戏的方式进行,也指的是儿童在游戏过程中是感兴趣的、愉悦的、有自由活动和创造的时间和空间。

三、加强亲子互动,营造和谐环境

本书所提供的所有活动,都是在成人照看者,包括父母和托幼教师的照看下进行的。因此,成人尤其是父母与儿童的亲密程度,是婴幼儿保教是否成功的关键。父母和儿童之间的联系就像与其他人的联系一样,是随亲子双方相互认识 and 理解的增进而发展变化的。在任何活动中,成人都应该充满对儿童的爱心,关注儿

童的需要,关注儿童的情绪变化,关注儿童的安全。同时,要热情地与孩子交谈。本书作者十分注重这一点,她们说:“本书的所有活动都是听说活动。在每一个活动中,你都要和孩子讨论他们看到的、正在做的和感受到的事。”“当你和一岁幼儿说话的时候直视他们的眼睛”,“用他的名字称呼他”,“如果他们向你要求什么或表示出对什么感兴趣时,你一定要用词语或动作来回应,尽可能地满足他们的要求。”千万不要给孩子扔下一堆玩意儿,然后就忙自个儿的事去了。要知道,对孩子的需求敏感不敏感,正是考验父母称职不称职、有没有爱心的试金石。

无论孩子会不会讲话,成人对孩子的语言刺激都是必要的。来自环境的语言刺激能帮助婴幼儿构建外部世界的知识,在潜意识的层面上让儿童获得经验,让他们了解别人的想法,也从别人的言谈中感受到别人对自己的态度,体会到自身的重要性,从而判断出环境的安全程度。而获得安全感,避免不安全感正是一周岁以内的儿童发展的任务!对于一周岁以上的儿童,体会到亲人的敏感和亲切,体会到亲人的关爱和支持,对于他们的认知、情感、社会化发展来说,同样是不可缺少的。

良好的亲子关系不仅来自于父母对孩子的直接态度,也来自家庭的情感氛围。夫妻恩爱、家庭和睦,是孩子身心正常发展的必要条件。在一个充满火药味的家庭中,内心恐惧的孩子怎么可能跟着你去“喂小丑吃饭”或“踮着脚走路”呢。

四、发展是一个终生的任务

传统发展心理学认为:从出生到成熟是个体心理发展期,成年后处于平稳状态,然后老年期进入退行性发展。二十世纪六十年代起,学术界开始关注人的毕生发展。事实上,个体发展是多层次、多方面的。个体的心理发展目标包括三个可以转换的系统:成长、保持和调整。其中,成长指心理发展到更高水平,主要体现在儿童期。保持指个体面临新的挑战或潜在损失,努力维持和恢复正常的功能水平,主要表现在成年期。调整指当原有的心理水平在机能上不能修复时就在较低水平上加以调整,主要体现在老年期。在个体发展的每一个阶段,都存在着选择发展方向和目标、优化发展结果和补偿资源丧失三者相协调的心理机能。个体发展除了受到年龄因素的影响外,还受到历史阶段的影响和非规范事件的影响,每一个人的发展总是在生物和文化共同进化的总体框架中得到实现的。

可见,发展是一个终生的任务。早期经验本身“要么让一个人成功要么让一个人毁灭”的情况很少。相反,在人的一生中有很多机会去消除由早期创伤所带来的伤害,教他们新的技能并重新给他们指引一条更富有成效的道路。早期的不利影响和其他不利影响的持续,可能会造成不良适应的发展结果。但是,如果早期经验的潜在伤害被以后好的经验所抵消,我们可以期望具有可塑性和弹性的人类幼儿表现出强烈的自动纠正倾向,并表现出适应性的发展结果。

总之,对于学前儿童来说,早期发展既是奠基性的,又是初步的。忽视早期发展的作用是危险的,但过分夸大早期发展的“终生后效”也是有害的。

每一位具有爱心的家长和托幼教师,是否应该考虑,如何才能使自己的爱心体现在儿童教育的每一个细微之处呢!

目 录

保教指南

- 高质量的婴儿保教……1
- 关于本丛书……1
- 与家长的沟通……3
- 帮助婴儿感受到自己的重要性……4
- 如何处理婴儿的哭闹……5
- 为婴儿制定一日作息……7
- 活动注意事项……8
- 婴儿导向的活动与教师导向的活动……10
- 一日作息表范例……11
- 为婴儿营造安全健康的环境……12
- 记录你自己设计的活动……12
- 充分利用空间……13
- 运用创意活动箱来拓展空间……15
- 创意活动箱……15
- 开辟趣味活动角……17
- 和婴儿说话……17
- 挑选合适的活动……19
- 活动方案说明……20
- 撰写活动计划……21
- 活动计划表范例……22
- 活动方案的使用方法……24
- 婴儿行为发展列表……25
- 活动检测项目……29

听说活动

- 开展听说活动的重要性……31
- 图书和图片
 - 活动材料和注意事项……32
 - 活动检测项目……33

活动……34

对话

- 活动材料和注意事项……40
- 活动检测项目……41
- 活动……42
- 你自创的活动:听说活动……52

肢体活动

- 开展肢体活动的重要性……55
- 大肌肉活动
 - 活动材料和注意事项……56
 - 活动检测项目……57
 - 活动……58
- 小肌肉活动
 - 活动材料和注意事项……70
 - 活动检测项目……71
 - 活动……72
- 你自创的活动:肢体活动……84

创造性活动

- 开展创造性活动的重要性……87
- 美术
 - 活动材料和注意事项……88
 - 活动检测项目……89
 - 活动……90
- 积木
 - 活动材料和注意事项……98
 - 活动检测项目……99
 - 活动……100

角色游戏

活动材料和注意事项……104

活动检测项目……105

活动……106

音乐

活动材料和注意事项……112

活动检测项目……113

活动……114

歌曲附录……132

你自创的活动:创造性活动……140

探索活动

开展探索活动的重要性……143

大自然

活动材料和注意事项……144

活动检测项目……145

活动……146

数字

活动材料和注意事项……154

活动检测项目……155

活动……156

感知觉

活动材料和注意事项……164

活动检测项目……165

活动……166

形状、大小和颜色

活动材料和注意事项……182

活动检测项目……183

活动……184

你自创的活动:探索活动……191

当今社会,早教人员是一个特殊的工作群体,他们在协助家长照料孩子的过程中发挥着举足轻重的作用。高质量的保教是保证婴儿健康成长的前提。本书旨在帮助早教人员轻松掌握高质量的婴儿保教技巧。

长期以来,业内人士都十分关注“监护式保教”与“发展性保教”之间的区别。监护式保教是日常式保育,较多关心婴儿的基本需要,如喂食、更换尿布、让婴儿保持干净和安全。而发展性保教除了包含监护式保教的关注点以外,还十分强调满足婴儿渴望爱护和关注的需要;强调给婴儿提供多看多听的机会;强调让婴儿离开床铺到外面去玩耍,并且在大人的帮助下独立活动。

高质量的婴儿保教,是一种有助于婴儿在安全、健康的环境中发展心智和身体的保教方式。然而,为婴儿提供优质保教并非易事,早教人员需要不断学习、不断完善各项工作。

本书所提供的活动方案十分简便而且容易操作,许多活动可与婴儿的日常保育同步开展,如在喂食和更换尿布时开展某些活动。我们要记住,孩子从一出生就开始学习;在此过程中,早教人员扮演了非常重要的角色。

关于本丛书

《FPG 早教方案》丛书一套三本,分别为《0-1 岁婴儿学习活动指导手册》、《1-2 岁幼儿学习活动指导手册》、《2-3 岁幼儿学习活动指导手册》。每本书都包含了一个完整的保教指南和四个不同领域的活动方案库。

《0-1 岁婴儿学习活动指导手册》围绕 0 到 12 个月婴儿的活动展开,其具体内容包括:

保教指南

本章旨在帮助早教人员为婴儿创设活动场地,安排一日作息,提供高质量的保教。内容包括如何照料婴儿,如何安排婴儿活动的时间和场地,如何做好保教工作的规划。

听说活动

本章旨在帮助早教人员充分利用各种时间来尽可能多地与婴儿进行语言交流;也提供了一些利用书籍、图片和布偶开展活动的方案。听说活动的编号为 1 到 48。

肢体活动

本章提出了发展婴儿大肌肉动作的活动方案,包括大腿动作、手臂动作和背部动作等,以及针对小肌肉动作发展的活动方案,如训练婴儿的手、手指,让他们学习抓、握、拾起物品。肢体活动的编号为 49 到 120。



创造性活动

本章内容是与美术、积木、角色游戏和音乐相关的活动方案。这些活动有助于发展婴儿的感知觉、想像力以及参与艺术活动的兴趣。创造性活动的编号为 121 到 228。

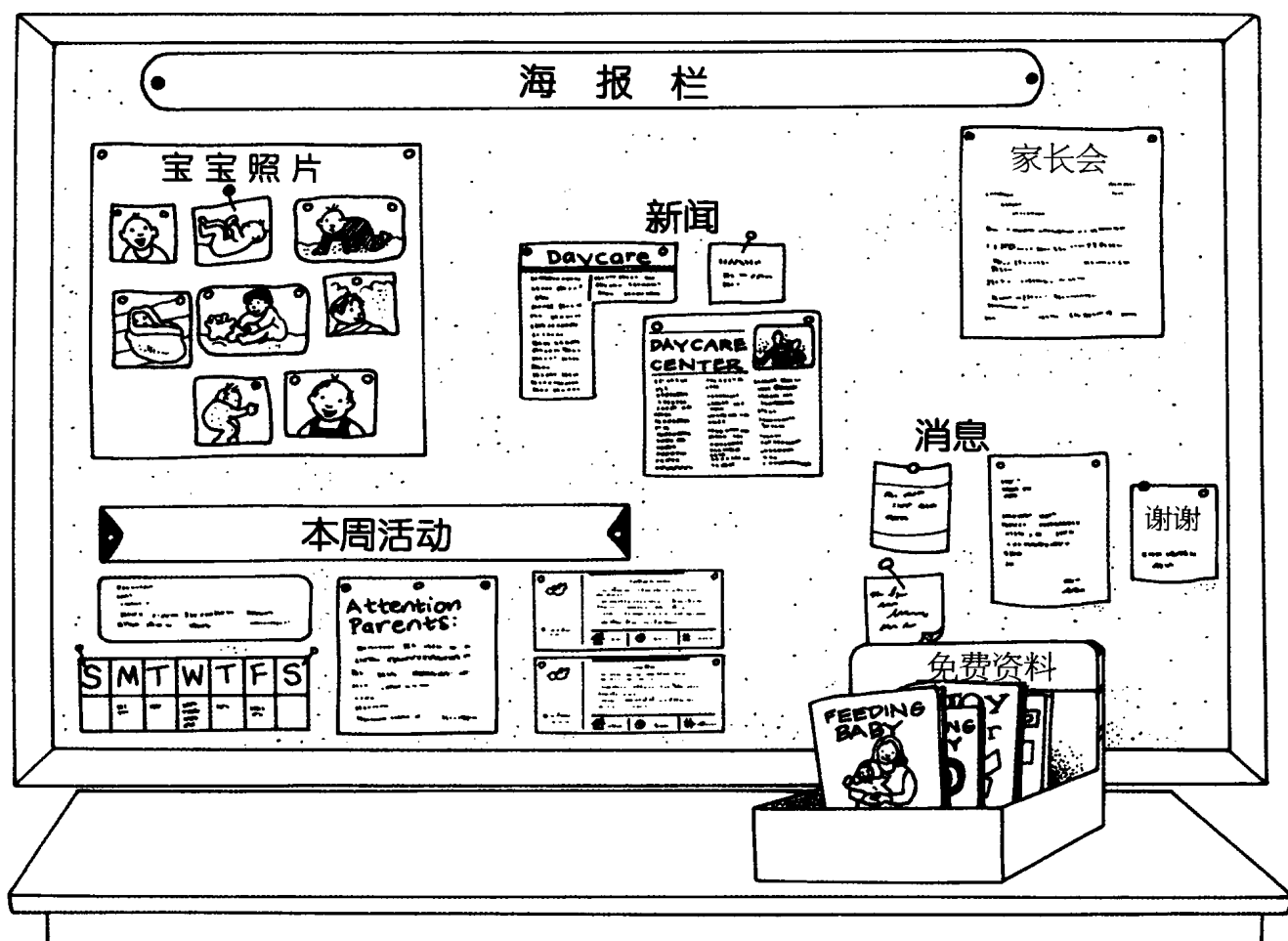
探索活动

本章的活动方案集中于自然、感知觉、大小、形状、颜色和数字等内容,目的在于帮助婴儿了解并喜爱身边的世界。探索活动的编号为 229 到 345。

与家长的沟通

家长感兴趣的是你能为他们的孩子做些什么。如果知道你为他们的孩子提供个性化活动方案,他们就会十分高兴。因此,不妨和家长一起分享本书中的一些信息。

- 告诉家长他们的孩子喜欢哪项活动。
- 准备一些向家长开放的杂志或读物,允许他们借阅。从杂志上剪下有用的文章,贴在文件夹里,并让家长知道你收集了很多资料以供他们借阅。
- 向有关政府部门索要一些关于婴儿保教的免费材料,它们可能涉及婴儿喂养、成长发育,以及家长如何预防问题等方面的信息。
- 召集家长开展交流会谈。在会谈中可以放映录像或幻灯片,还可以与家长谈论照料孩子的好方法。会谈的开场白可以是如何给婴儿喂食、如何应对孩子的哭闹和与家长分离等典型问题。可以向当地社区大学或其他机构借用话筒、影像资料或其他资源。
- 在早教机构的入口处布置一个海报栏,贴上近期活动的信息,家长学校的通知,以及孩子们的趣事等。
- 每天告知家长孩子的信息,如孩子吃了什么、什么时候睡觉、参加了什么活动,这样可以帮助家长了解孩子的发展状况。



帮助婴儿感受到自己的重要性

婴儿需要成人真心的关注。他们能从柔和的声调、温柔的抚摸中感受到这一点。如果你说话时，眼光能与他们对视，并随时对他们的要求做出快速的回应，那他们就会非常愉快。但如果你用粗鲁、不友好的方式去抱他们，大嗓门说话，对他们的哭声置之不理，那婴儿就会感到失落。日常保育中，如何与婴儿交流是非常重要的问题，这会影响到婴儿如何看待自己。

发展性保教意味着要向婴儿表明你重视他们、喜爱他们。本书提供了许多方法来帮助你让婴儿感受到他的重要性。尽管本书没有就社会性发展和情感发展设计专门的活动，但是在所有的活动中都融合了情感支持。遵循以下的原则，你就能帮助婴儿获得良好的自我感觉。

- 和婴儿说话时一定要注视他的眼睛，这会使他觉得自己很重要、很特别。
- 和婴儿说话时要叫他的名字，这表明谈话是针对他个人的。

- 语调柔和,抚摸轻柔,经常抱一下婴儿并轻轻摇他,这能表达你的关心。
- 利用日常保育的时间与婴儿谈话、相处。他们在得到个性化保育的同时也会感受到特别的关注。
- 对婴儿所做的事情表示赞扬和欣喜,这有助于他们从自己所做的事情中体会到愉悦。
- 与婴儿对话,重复他发出的声音,这样表示你在听他说话。
- 经常对着婴儿说话,这样能建立起愉快的互动关系。

如何处理婴儿的哭闹

照料一岁以内的婴儿通常是非常快乐的事情。他们还没有真正学会说“不”,相互之间不会打架,更不会乱跑乱动,所以比较容易保证安全问题。他们喜欢被拥抱,甚至对一些非常平常的事物也能表现出强烈的喜好。因此,我们常常会说婴儿还没有长牙时的微笑或者他们灿烂的笑容比其他任何事物都要美好。

但每个婴儿都会有发脾气的时候,有的婴儿甚至更难照料,而且他们又只会用哭来表达不满。

哭闹是早教人员最经常碰到的问题。哭闹是婴儿表达不满的方式。一些研究试图了解哪一类婴儿更容易哭闹,究竟是那种哭闹后得不到回应的婴儿还是哭闹后能很快得到回应的婴儿。结果表明,能够很快得到成人回应的婴儿哭闹得较少,而哭闹很长时间才能得到回应的婴儿则更容易采用哭闹作为他们的表达方式。可以很快得到回应的婴儿知道成人爱他们、愿意帮助和关心他们,长大后也更加愉快和独立。反之,如果哭闹从来不能引起成人的回应,那么这些婴儿很有可能不再哭闹,长大后也难以信任他人,并在一生中都充满了这样那样的问题。

上面的研究让我们了解到,及时给予那些哭闹的婴儿以回应是非常重要的。对于同时照料好几个婴儿的早教人员来说,及时回应也许比较困难,因此本书提供一些建议来帮助早教人员尽量减少婴儿的哭闹:

- 对婴儿的哭闹要尽可能快速地回应。这有助于培养他们对你的信任感,从而减少哭闹,更有耐心地等待。
- 和婴儿相处时,保持心态平和。成人的好情绪会让他们感受到一切都处于正常状态,这样,他们就会更少哭闹。
- 让婴儿慢慢适应陌生的环境和陌生的面孔,不要着急。帮助每个婴儿学习接纳和欣赏新事物。当他们处在新环境中或是与陌生人在一起时,要给予他们更多的身体接触,多抱抱他们。

- 熟知每个婴儿的特点,了解什么事物可以让哪个婴儿平静下来,什么事物又会让其烦躁。
- 如果婴儿的日常需要都已得到满足但他仍在哭闹时,就要找出其中的原因。早教人员可以按如下线索来考虑,如:孩子是不是觉得无聊了?他是不是累了?他是不是不舒服?今天他是不是需要更多的拥抱?他是不是被另一个孩子吵到了?如果拥抱和抚摸奏效的话,那就多去抱抱他,让他得到充分的满足。
- 不能任由婴儿大声哭闹。如果他在入睡前哭闹的时间超过了三分钟,那就需要采取措施让他放松下来,重新使其获得安全感。

帮助婴儿说再见

所有的婴儿在和家长分别时都会碰到困难,这是他们学习爱的一部分。尽管出现该问题时的年龄有早有晚,但一般来说,6至12个月大的婴儿与家长分别时难度最大。

下面提供一些方法,可以让婴儿更容易和家长分别:

- 首先要帮助那些决定把孩子留给早教人员照料的家长放松心态。早教人员对家长的提问要流利作答,邀请他们观看你如何照料婴儿,并随时欢迎他们参观。因为婴儿能觉察到家长的焦虑,所以尽量先让家长放心。
- 让婴儿知道你很高兴和他在一起。婴儿入托以后,对其多加关注,这可以帮他更快地适应早教机构的生活。
- 婴儿刚入托时会出现许多问题,对此要做好充分的准备。婴儿需要一段时间才能记住你,习惯你的做事方式。
- 当婴儿难以与家长分别时,要表现出同情和关心。想想自己和心爱的人分别时的难受心情,你就会多几分同情心。因为婴儿还不懂得父母总会回来这一事实,所以分别就显得更加困难。
- 在婴儿周围摆放一些他熟悉的物品,如他最喜欢的毯子、玩具娃娃,他认识的动物玩具,这样他会觉得像在家里一样。

帮助婴儿改掉躺着喝奶的习惯

我们都知道,躺着喝奶不利于婴儿的发育。因为如果牛奶和橘子水含在嘴里的时间太长,就会延缓牙齿的发育;同时也容易引发耳道传染。但很多婴儿不含着奶瓶就会哭闹、不肯睡觉。下面介绍一些方法,可以帮助婴儿改掉躺着喝奶的习惯。

- 只有在抱着婴儿的时候,才给他们喂奶。不要在婴儿躺着的时候,让其喝奶或进食。

- 按照每个婴儿的生物钟分别喂奶，这样可以将喂奶时间适当地错开，不必同时给所有婴儿喂奶。
- 等婴儿在你的臂弯里有困意时，再给他喂奶。然后轻轻地把他放到婴儿床里面，让他安睡。
- 如果上述方法不奏效，那就试着用奶嘴，同时轻拍婴儿的背部，哼些柔缓的歌曲。
- 不要强迫婴儿立即改正过来，要给他帮助让其自然而然地改变。
- 和婴儿的家长一起努力。如果婴儿没有奶瓶很难入睡，那就建议家长在奶瓶里装纯水，而不是牛奶和果汁。这样至少可以保证婴儿牙齿的健康发育。

为婴儿制定一日作息

用一日作息表安排好你和婴儿的共处时间。在制定作息表时，要兼顾日常保育和学习活动两方面，为这两方面的活动做好具体的时间安排。

如果你需要离开，那就让接替你的人先熟悉一下婴儿的作息表。如果平时你能记录下婴儿的主要活动以及活动的具体时间，那么接替者就可以在相同的时间段里给婴儿做同样的事情了。

为婴儿制定的作息表要有一定的弹性，因为每个婴儿的生物钟是不同的。尽量让婴儿保持与家中一致的作息时间表，这样也能避免你在同一时间给所有的婴儿喂奶、换尿布。当你从一个活动换到另一个活动时，首先检查一下婴儿的尿布是否需要更换。另外，记录下每个婴儿更换尿布的时间，以供第二天参考。这个信息也可以帮助家长更好地掌握更换尿布的时间。在换尿布之后洗手，将换尿布的地方清理干净，并形成规律，养成自然而然保持卫生的好习惯。当早教人员需要同时照料几个婴儿时，作息表的确是个好帮手。

如果一个活动室里有一位以上的早教人员，那就需要把婴儿分成相应的几个小组，每个小组各由一位早教人员负责。当然，这样做的目的并不是要早教人员之间放弃协作或者各自为政，而是为了更好地发挥他们的责任心，方便其照顾到小组里每个婴儿的需要。另外，由固定的早教人员看护，婴儿也更容易与其建立亲密的关系；同时也有助于早教人员更多地了解每个婴儿的需要，从而制定出更合适的个性化作息表。

早教人员要利用日常保育时间，比如换尿布或喂食时间，给予婴儿特殊的关注。只要稍作规划，本书中的许多活动都可与日常保育同步进行，决不增加早教人员的工作量。在这段时间内，可以和婴儿说说话、唱唱儿歌，引导他观看附近悬挂的图片及可移动的物体等。当然这样做的前提是，你必须在制定规划时选择一些能和日常保育同步进行的活动。

活动注意事项

提前制定活动计划

- 选择婴儿能力所及的活动。
- 在实施活动方案之前,要仔细阅读所选活动的详细介绍。
- 收集活动所需的材料。
- 以计划表的形式,写下计划。
- 活动计划要包括上午活动和下午活动。

确定活动场地

- 床是用来睡觉而不是做活动的,婴儿醒着的时候应该让他离开小床。
- 为较小的婴儿设置一块开放的活动场地,里面放置专用的婴儿椅、毯子,用于悬挂玩具的杆子或钩子,以及开放式的柜子。这些设施可以保证你能顺利开展活动。
- 当你无法全程陪同时,一定要把还不会移动的婴儿和会爬的、会走的婴儿分开进行活动。
- 婴儿活动场地的地板上,应该铺有毯子或柔软的垫子。
- 可以在婴儿椅上或箱子里放上枕头,起到支撑婴儿的作用。
- 可以使用婴儿用秋千椅和学步车。
- 用手推车将婴儿带到室外,将他们放到柔软的毯子上、松软的草地上,或者有围栏的场地中。

经常更换活动场地和活动内容

- 确保婴儿对活动内容感兴趣。
- 每天为婴儿提供多种玩具和各类活动。
- 玩具的数量要充足。
- 给会爬的和会走路的婴儿准备一些安全的玩具,摆在开放式的矮柜上,让他们能自己选取。

经常复习已经做过的活动,婴儿需要反复练习

- 每周让婴儿重复某个活动两到三次。
- 尝试在同一个活动中更换不同的玩具。
- 尝试在不同的地点做同一个游戏。