

1-2岁

SUPER BABY

超级宝宝

早教方案

CHAOJI BAobao ZAOJIAO FANGAN

王丽 编著



YZLI 0890088596

山西出版集团
山西科学技术出版社



1-2岁

SUPER BABY

超级宝宝

早教方案

CHAOJI BAOBAO ZAOJIAO FANGAN

王丽 编著



YZLI 0890088596

山西出版集团
山西科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

1~2岁超级宝宝早教方案/王丽编著. —太原: 山西科学技术出版社, 2010.9

ISBN 978-7-5377-3591-9

I. ①1… II. ①王… III. ①婴幼儿—早期教育 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 190056 号

1~2岁超级宝宝早教方案

编 著 王 丽

出版者 山西出版集团·山西科学技术出版社
(太原建设南路 21 号 邮编:030012)

发 行 山西出版集团·山西科学技术出版社(电话:0351-4922121)

经 销 各地新华书店

印 刷 山西出版集团·山西人民印刷有限责任公司

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 8.25

字 数 88 千字

版 次 2010 年 10 月第 1 版

印 次 2010 年 10 月太原第 1 次印刷

印 数 1-4000 册

书 号 ISBN 978-7-5377-3591-9

定 价 25.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

前言

0~3岁是宝宝成长的关键时期。人的大脑蕴藏着100亿个左右的细胞，其中70%~80%是3岁以前形成的。在这一时期主要形成言语、音感和记忆细胞，大脑的各种特征也日趋完善。根据婴幼儿生长发育的这一特点，许多儿童教育家把0~3岁看作是早期儿童智力开发的“关键年龄”，并引起了社会和家长的普遍重视。

儿童教育家认为，0~3岁是人生学习效率最高的年龄阶段。在此期间所实施的教育，可收到事半功倍的效果。这个时期，孩子在生理和精神方面的发育都比较快，如从发单音发展为能说较长的句子；从不会走路到独立的行走。这些进步，都是从日常生活的实践中学习而来的。因为孩子最喜欢模仿、学习别人的动作，为此，如对孩子缺乏正确的思想教育和耐心的引导，就会出现许多不良的习惯。

有些家长认为只要孩子身体健康、不生病，就算完成了抚养的责任，而教育则是幼儿园、学校老师的责任。这种看法是不正确的。在早期的品德教育问题上，除了父母亲，谁还能承担呢？所以，父母一定要掌握一些教育孩子的知识，对孩子进行有计划、有步骤的教育，使孩子树立正确的思想、健康的意识、正常的心理素质，逐步培养他们具备刚毅、正直、纯朴、坚定的精神，聪慧敏捷的思维能力，高尚的道德情操，使之从各方面均衡地发展，这样宝宝长大后才能成为对社会的有用人才。正如意大利教育家蒙特梭利所说：“人生的头三年胜过

以后发展的各个阶段，胜过三岁以后的总和。”

既然早期教育如此重要，那么怎样指导宝宝学习才好呢？

为了帮助年轻父母解决这一难题，我们组织有关专家编写了这套书。该套书按照宝宝年龄段进行分册，共分3册，分别为《0~1岁超级宝宝早教方案》《1~2岁超级宝宝早教方案》《2~3岁超级宝宝早教方案》。每一分册按照宝宝的生长周期分别进行具体讲解，每周内容包括宝宝与人交往的游戏、宝宝智力开发的游戏、宝宝动手操作的游戏、宝宝听音乐打节拍的游戏等内容。这些内容都是根据孩子的生长发育特点，以意大利教育家蒙特梭利的教育理念、奥尔夫音乐理念、美国哈佛大学教育家霍华德·加德纳的多元智能教育理念为基础，充分利用国外人脑科学的研究成果制定的，是经过实践证明了的优秀早教方案。

该套书是早教培训机构重要的参考教材，更是年轻父母教育宝宝的不可多得理想教育方案。这些方案的特点主要表现为：内容全面，具体实用；开发智力，挖掘潜能；生活中教，游戏中学；教在有心，学在无意；玩中有学，学中有玩；积极暗示，注重鼓励；培养习惯，形成定势。这些方案不是固定不变的，还要根据孩子的年龄、个性、家庭环境、当时情况和教育者的条件而变通应用。

本书将和您一起，抓住宝宝的关键期，共同收获成功的喜悦，使每个孩子在生命的头三年都能获得最佳的发展。

金色的童年、金色的梦，从本书开始……

目 录

1岁1个月第1周	1
1岁1个月第2周	3
1岁1个月第3周	6
1岁1个月第4周	8
1岁2个月第1周	11
1岁2个月第2周	13
1岁2个月第3周	16
1岁2个月第4周	19
1岁3个月第1周	22
1岁3个月第2周	24
1岁3个月第3周	27
1岁3个月第4周	29
1岁4个月第1周	32
1岁4个月第2周	34
1岁4个月第3周	37
1岁4个月第4周	39
1岁5个月第1周	42
1岁5个月第2周	45
1岁5个月第3周	48
1岁5个月第4周	51
1岁6个月第1周	54
1岁6个月第2周	56
1岁6个月第3周	59

1岁6个月第4周	61
1岁7个月第1周	64
1岁7个月第2周	66
1岁7个月第3周	68
1岁7个月第4周	71
1岁8个月第1周	74
1岁8个月第2周	76
1岁8个月第3周	78
1岁8个月第4周	80
1岁9个月第1周	83
1岁9个月第2周	85
1岁9个月第3周	88
1岁9个月第4周	91
1岁10个月第1周	94
1岁10个月第2周	96
1岁10个月第3周	99
1岁10个月第4周	102
1岁11个月第1周	106
1岁11个月第2周	108
1岁11个月第3周	111
1岁11个月第4周	113
1岁12个月第1周	116
1岁12个月第2周	118
1岁12个月第3周	121
1岁12个月第4周	123
附录	126

年龄：1岁1个月第1周

一、乖乖宝宝见面礼

1. 哈啰歌：《拍哈啰》

$$1=D \quad \frac{2}{4}$$

$\underline{1} \quad \underline{1} \quad \underline{1} \quad \underline{3} \mid 5 \quad 3 \mid 6 \quad 4 \mid 5 \quad 3 \mid$
拍拍 肚给 ××, ××, ××,

$\underline{1} \quad \underline{1} \quad 1 \quad 3 \mid 5 \quad 3 \mid 4 \quad 2 \mid 1 \quad - \parallel$
拍拍 肚给 ×× 拍哈 啰。

2. 自报家门：妈妈抱宝宝面朝大家，宝宝介绍自己的姓名、乳名、年龄、性别。

3. 才艺尖尖角：宝宝可表演拍头、点头、表情变化等节目。

二、音乐宝宝快乐摇

1. 足尖舞：《泥娃娃》

方法：前奏：家长从后面握住宝宝双手，手臂自然弯曲，随音乐摇摆。

第一段：第一节：第1句右手合到胸前，第2句左手合到胸前，第3句双手向前同时打开，第4句双手的食指指眼、眉毛，第5句双手五指分开同时左右方向摆手。第二节：第1句～第3句同上，第4句双手食指指鼻子、嘴，第5句双手五指分开同时左右方向摆手。第三节：第1句～第3句同上，第4句同第1句～第3句，第5句双手抱紧肩。

第二段：动作同第一段。

2. 欢乐节拍：《玩具国》

- (1) 听音乐，随音乐节奏左右拍手。
- (2) 练习拍手、拍肚子打节拍。



(3) 听音乐，练习节拍，并一起喊：“强、弱”。

3. 乐器王国：手摇铃

(1) 老师出示手摇铃，摇响引起宝宝的注意。

(2) 老师介绍乐器名称及玩法（右手握住手摇铃的柄，左右摇晃，发出声响）。

(3) 老师给每位宝宝发一个手摇铃，宝宝要表示感谢。

(4) 听音乐，用手摇铃伴奏。

三、运动宝宝来探宝

1. 指导活动：推大龙球走

活动目的：训练宝宝手、眼、脚的协调能力，对宝宝运动协调性有很大的帮助。

活动准备：大龙球。

活动方法：(1) 老师出示大龙球，让家长带宝宝随意玩大龙球，如拍、踢、躺、坐、趴等。

(2) 老师示范推大龙球走，双手轮流一下一下推着向前走。

(3) 请家长配合宝宝练习推大龙球走。

2. 合作活动：推大龙球

活动目的：培养宝宝集体合作精神。

活动准备：大龙球。

活动方法：(1) 老师将宝宝们分成两组。

(2) 两位宝宝一组分别站在教室两端，进行推大龙球比赛。

四、聪明宝宝动动脑

1. 智力充电：认识牛、羊、马

活动目的：让宝宝认识牛、羊、马的外形特征及叫声。

活动准备：牛、羊、马的实体动物或字卡、图片。

活动方法：(1) 老师将准备好的牛、羊、马实体动物让宝宝观察，同时介绍该动物的特征及叫声，然后出示该动



物的图片及字卡。

(2) 老师——介绍牛、羊、马，并让宝宝指认，模仿其叫声，如：牛“哞哞”、羊“咩咩”。

(3) 老师说动物名称，让宝宝——指认。

2.心灵手巧：快乐的节日

活动目的：培养宝宝手眼协调能力及对颜色的认知。

活动准备：画有太阳和气球的图纸，剪好太阳、气球形状的即时贴。

活动方法：(1) 老师出示已制作好的图纸，让宝宝观察，引起其兴趣。

(2) 老师示范制作方法（把剪好的即时贴撕下来，贴在画好的图纸上）。

(3) 发给每位宝宝一套操作材料。

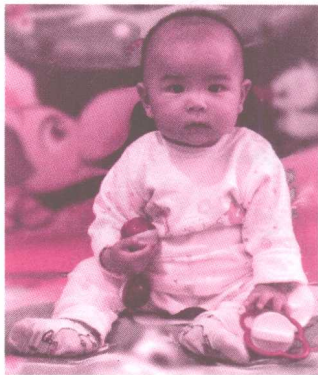
(4) 家长协助将剪好的即时贴撕下来，让宝宝贴上去，在图纸右下角写好宝宝的姓名、年龄。

五、妈妈宝宝开心笑

小小儿歌：《小鸟飞，大狼追》

$\begin{array}{ccccccc} \times & \times & \times & \times & \times & \times & \times \\ \text{小鸟} & \text{小鸟} & \text{飞飞} & \text{大狼} & \text{大狼} & \text{追} & \text{追} \end{array}$

$\begin{array}{ccccccc} \times & \times & \times & \times & \times & \times & \times \\ \text{小鸟} & \text{枝头} & \text{唱唱} & \text{大狼} & \text{口水} & \text{淌} & \text{淌} \end{array}$



年龄：1岁1个月第2周

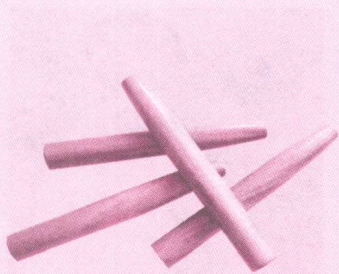
一、乖乖宝宝见面礼

1.哈啰歌：《拍哈啰》

1=D $\frac{2}{4}$

$\begin{array}{ccccccc} \underline{1} & \underline{1} & \underline{1} & \underline{3} & | & \underline{5} & \underline{3} & | & \underline{6} & \underline{4} & | & \underline{5} & \underline{3} & | \\ \text{拍拍} & \text{肚给} & \times \times & \times \times & , & \times \times & , & \times \times & , & \times \times & , & \times \times & , & \times \times \end{array}$

$\begin{array}{ccccccc} \underline{1} & \underline{1} & \underline{1} & \underline{3} & | & \underline{5} & \underline{3} & | & \underline{4} & \underline{2} & | & \underline{1} & - & || \\ \text{拍拍} & \text{肚给} & \times \times & \times \times & \text{拍哈} & \text{啰} & . & \end{array}$



2.自报家门：妈妈抱宝宝面朝大家，宝宝介绍自己的姓名、乳名、年龄、性别。

3.才艺尖尖角：宝宝可表演拍头、点头、表情变化等节目。

二、音乐宝宝快乐摇

1.足尖舞：《泥娃娃》

(1) 听音乐，老师与宝宝、妈妈一起复习1次。

(2) 听音乐，宝宝与妈妈表演1次。

2.欢乐节拍：《玩具国》

(1) 听音乐，拍手练习节奏。

(2) 听音乐，拍手、拍地板打节拍。

3.乐器王国：节奏棒

(1) 老师出示节奏棒，敲击出响声引起宝宝注意。

(2) 老师介绍节奏棒的名称及玩法（双手各执一个节奏棒，相互敲击发出声响）。

(3) 听音乐，用节奏棒伴奏。

三、运动宝宝来探宝

1.指导活动：过桥

活动目的：训练宝宝的平衡力，促进宝宝足部神经系统的发育，提高宝宝触觉敏感度。

活动准备：平衡步道。

活动方法：(1) 老师提前摆好平衡步道，让宝宝先摸一摸，认识平衡步道。

(2) 老师示范走“小桥”（平衡步道），并讲解玩法（先脱掉袜子，双手侧平举，从平衡步道一头走到另一头）。

(3) 请宝宝过“小桥”，家长扶住宝宝腋下走。

(4) 鼓励宝宝坚持多走几次。

2.合作活动：比赛走平衡步道

活动目的：培养宝宝团队合作精神。

活动准备：平衡步道。

活动方法：(1) 老师将宝宝们分成两组。

(2) 宝宝进行走平衡步道接力赛。

四、聪明宝宝动动脑

1.智力充电：认识圆

活动目的：让宝宝通过教具感知圆。

活动准备：圆形卡片、圆形镶嵌板。

活动方法：(1) 老师出示圆形卡片，告诉宝宝：“这是圆。”

(2) 老师用三指捏起圆形镶嵌板，用另一只手的食指、中指触摸圆的一周，并告诉宝宝：“这是圆”。

(3) 老师发给宝宝圆形卡片及镶嵌板。

(4) 家长指导宝宝认识圆。

(5) 宝宝寻找生活中的圆，如球、电风扇、汽车的轮子等。

2.心灵手巧：三指捏跳棋

活动目的：训练宝宝手指的灵活性，学习三指捏物体，为以后宝宝执笔作铺垫。

活动准备：跳棋、工作台、托盘。

活动方法：(1) 老师出示跳棋，引起宝宝的兴趣。

(2) 老师发给每位宝宝五个跳棋，让宝宝随意摆弄。

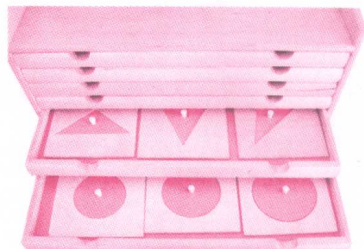
(3) 老师示范正确捏跳棋的方法，食指、中指、拇指三指捏，捏起跳棋摆放在工作台上，然后用另一只手三指捏向托盘并摆放好。

(4) 宝宝练习用三指捏跳棋，家长指导。

五、妈妈宝宝开心笑

小小儿歌：《小鸟飞，大狼追》

× ×	× ×	× ×		× ×	× ×	×	×	
小鸟	小鸟	飞飞		大狼	大狼	追	追	



$\begin{array}{ccccccc} \times \times & \times \times & \times \times & | & \times \times & \times \times & \times & \times & || \\ \text{小鸟} & \text{枝头} & \text{唱唱, 大狼} & & \text{口水} & \text{淌} & \text{淌。} & & \end{array}$

年龄：1岁1个月第3周

一、乖乖宝宝见面礼

1. 哈啰歌：《拍哈啰》

1=D $\frac{2}{4}$

$\begin{array}{ccccccc} \underline{1} & \underline{1} & \underline{1} & \underline{3} & | & 5 & 3 & | & 6 & 4 & | & 5 & 3 & | \\ \text{拍拍} & \text{肚给} & \times \times, & \times \times, & \times \times, & & & & & & & & & \end{array}$

$\begin{array}{ccccccc} \underline{1} & \underline{1} & 1 & 3 & | & 5 & 3 & | & 4 & 2 & | & 1 & - & || \\ \text{拍拍} & \text{肚给} & \times \times & \text{拍哈} & \text{啰。} & & & & & & & & \end{array}$

2. 自报家门：妈妈抱宝宝面朝大家，宝宝介绍自己的姓名、乳名、年龄、性别。

3. 才艺尖尖角：宝宝可表演拍头、点头、表情变化等节目。

二、音乐宝宝快乐摇

1. 足尖舞：《泥娃娃》

(1) 听音乐，请宝宝与妈妈表演1次。

(2) 听音乐，请宝宝独立表演1次。

2. 欢乐节拍：《娃哈哈》

(1) 听音乐，拍手练习打节奏。

(2) 听音乐，拍手、转腕练习节拍。

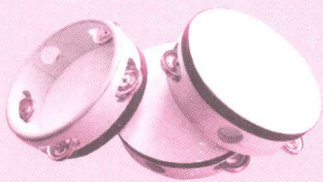
3. 乐器王国：铃鼓

(1) 老师出示铃鼓，摇响引起宝宝的兴趣。

(2) 老师介绍乐器名称及玩法（左手拇指与其他四指分开，握住铃鼓边，右手拍鼓面）。

(3) 老师发给每位宝宝一面铃鼓，自由操作练习。

(4) 听音乐，用铃鼓伴奏。



三、运动宝宝来探宝

1.指导活动：抱着玩具学走

活动目的：让宝宝练习单独行走，培养宝宝勇于克服困难的的精神。

活动准备：毛绒玩具、布娃娃等玩具。

活动方法：(1) 先请家长拉着宝宝的手练习走，可以先用双手拉着宝宝。熟练后，单手拉着宝宝走。

(2) 老师发给每位宝宝一个玩具。

(3) 让宝宝抱着玩具靠墙站立，家长离宝宝 0.5 米远，鼓励宝宝走过来。

(4) 家长要与宝宝面对面，根据宝宝走路情况调整距离。

(5) 宝宝练习走路，最好由爸爸陪伴练习。

2.合作活动：比赛单独走

活动目的：培养宝宝合作意识。

活动准备：各种玩具。

活动方法：(1) 老师将宝宝们分成两组，并发给宝宝玩具。

(2) 让宝宝靠墙站好，老师下达口令，比赛开始。

四、聪明宝宝动动脑

1.智力充电：哪个颜色与这个颜色相同。

活动目的：用游戏来扩展宝宝对红色概念的认知。

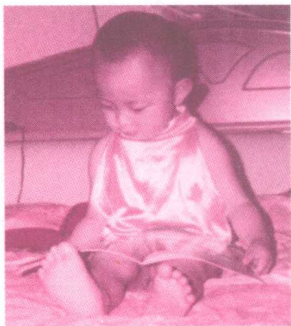
活动准备：五六个不同颜色的积木或塑料玩具。

活动方法：(1) 老师出示红色的积木，让宝宝复习红色。

(2) 请宝宝从不同颜色的玩具中，挑出红色的玩具给妈妈。

(3) 玩具堆中放两个红色的玩具，问宝宝哪个与红色玩具颜色相同，让宝宝挑出红色的玩具。

(4) 老师把玩具发给宝宝。



(5) 让妈妈与宝宝一起练习，老师指导。

2. 心灵手巧：积木排火车

活动目的：让宝宝学习用不同方式玩积木，培养宝宝视觉空间能力。

活动准备：积木（2.5 厘米×2.5 厘米）。

活动方法：（1）老师出示积木并发给宝宝，让其自由玩耍。

（2）家长指导宝宝玩积木，如搭高楼等。

（3）老师示范用积木排火车，一个接着一个。老师说：“开火车了，咔嚓咔嚓”，引起宝宝兴趣。

（4）家长指导宝宝排火车，比比看谁的火车排的最长。

五、妈妈宝宝开心笑

小小儿歌：《小鸟飞，大狼追》

$\frac{\times \times}{\text{小鸟}} \quad \frac{\times \times}{\text{小鸟}} \quad \frac{\times \times}{\text{飞飞}} \mid \frac{\times \times}{\text{大狼}} \quad \frac{\times \times}{\text{大狼}} \quad \frac{\times}{\text{追}} \quad \frac{\times}{\text{追}} \mid$

$\frac{\times \times}{\text{小鸟}} \quad \frac{\times \times}{\text{枝头}} \quad \frac{\times \times}{\text{唱唱}} \mid \frac{\times \times}{\text{大狼}} \quad \frac{\times \times}{\text{口水}} \quad \frac{\times}{\text{淌}} \quad \frac{\times}{\text{淌}} \parallel$

年龄：1岁1个月第4周

一、乖乖宝宝见面礼

1. 哈啰歌：《拍哈啰》

$1=D \quad \frac{2}{4}$

$\frac{1}{\text{拍拍}} \quad \frac{1}{\text{肚给}} \quad \frac{3}{\times \times, \times \times, \times \times} \mid \frac{5}{\times \times, \times \times, \times \times} \mid \frac{6}{\times \times, \times \times, \times \times} \mid \frac{4}{\times \times, \times \times, \times \times} \mid \frac{5}{\times \times, \times \times, \times \times} \mid \frac{3}{\times \times, \times \times, \times \times} \mid$

$\frac{1}{\text{拍拍}} \quad \frac{1}{\text{肚给}} \quad \frac{3}{\times \times} \mid \frac{5}{\times \times} \mid \frac{6}{\times \times} \mid \frac{4}{\times \times} \mid \frac{2}{\times \times} \mid \frac{1}{\text{拍哈}} \mid \frac{-}{\text{啰}} \parallel$

2. 自报家门：妈妈抱宝宝面朝大家，宝宝介绍自己的姓名、乳名、年龄、性别。

3. 才艺尖尖角：宝宝可表演拍头、点头、表情变化等

节目。

二、音乐宝宝快乐摇

1.足尖舞:《泥娃娃》

- (1) 听音乐,宝宝与妈妈表演,老师指导。
- (2) 听音乐,请宝宝独立表演1次。

2.欢乐节拍:《娃哈哈》

- (1) 听音乐,左右拍手打节奏。
- (2) 听音乐,拍手、捂眼睛(藏猫猫)打节拍。
- (3) 可以请宝宝给大家表演。

3.乐器王国:棒铃

- (1) 老师出示乐器并介绍其名称及玩法(右手拿棒铃,敲击在左手上),摇响棒铃引起宝宝的兴趣。
- (2) 老师发棒铃给每位宝宝。
- (3) 听音乐,用棒铃伴奏。



三、运动宝宝来探宝

1.指导活动:宝宝接“西瓜”

活动目的: 训练宝宝视眼追踪能力及身体的协调性。

活动准备: 吹塑球。

活动方法: (1) 老师出示吹塑球,引起宝宝兴趣。

(2) 把吹塑球滚给宝宝,让宝宝在妈妈帮助下接住滚过来的球。

(3) 请宝宝把球再滚给老师。

(4) 请宝宝与妈妈面对面坐好,练习滚球、接球。在游戏时,可以说:“宝宝、宝宝接西瓜。西瓜、西瓜给妈妈。”

(5) 将两位宝宝分为一组,进行接“西瓜”的游戏。

2.合作活动:大家一起滚“西瓜”

活动目的: 培养宝宝团队合作精神。

活动准备: 吹塑球。

活动方法: (1) 老师请宝宝围坐成一个圆圈。

(2) 宝宝之间互相滚球、接球。

四、聪明宝宝动动脑

1.智力充电：认识大、小

活动目的：让宝宝认识大、小，辨别大、小。

活动准备：大、小物品（如球、卡片、娃娃等）。

活动方法：(1) 老师出示大球与小球，放在一起，让宝宝观察（大龙球、小海洋球）。

(2) 告诉宝宝哪个是大的，哪个是小的。

(3) 请宝宝指一指哪个大，哪个小。

(4) 依此方法，可以辨别大、小娃娃，大、小汽车，大、小卡片等。

(5) 老师给每位宝宝发1份大、小材料。

(6) 妈妈指导宝宝认识大、小，辨别大、小。

2.心灵手巧：套彩虹圈

活动目的：训练宝宝手眼协调能力。

活动准备：彩虹圈。

活动方法：(1) 老师出示彩虹圈，并示范、讲解如何操作（左手扶住彩虹圈的底部，右手将圈一个一个拿下来，然后再套上）。

(2) 老师给每位宝宝发一套彩虹圈。

(3) 妈妈扶住彩虹圈的底部，让宝宝来把圈一个一个取下来，再一个一个套上去，在套圈的时候加上数数“1、2、3、……”

(4) 熟练后，可让宝宝单手操作，左右手轮流练习。

五、妈妈宝宝开心笑

小小儿歌：《小鸟飞，大狼追》

× ×	× ×	× ×		× ×	× ×	×	×	
小鸟	小鸟	飞飞，	大狼	大狼	追	追，		
× ×	× ×	× ×		× ×	× ×	×	×	
小鸟	枝头	唱唱，	大狼	口水	淌	淌。		