

SCIENCE
&
CULTURE

科文图书



科文健康文库 西方家庭养育良策丛书

0~18 个月孩子的 婴儿游戏



—— 游戏中
开发智力潜能

(日本) 石田芳虹 著

中国人口出版社
科文(香港)出版有限公司
Science & Culture Publishing House(H.K.)

科文健康文库·西方家庭养育良策丛书

0~18个月孩子的 婴儿游戏

——游戏中开发智力潜能

(日本) 石田芳虹 著



中国人口出版社
科文(香港)出版有限公司

图书在版编目 (CIP) 数据

西方家庭养育良策丛书: 0~18 个月孩子的婴儿游戏/石田
芳虹著. - 北京: 中国人口出版社, 1998. 10

(科文健康文库)

ISBN 7-80079-513-6

I. 西… II. 石… III. 婴幼儿-保健-西方国家 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 27308 号

科文健康文库·西方家庭养育良策丛书

0~18 个月孩子的婴儿游戏

中国人口出版社/科文(香港)出版有限公司出版

批发: 中国人口出版社

北京科文剑桥图书有限公司

电话: (010) 64203023, 传真: (010) 64248899—6793

新华书店经销

开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 8 字数: 130 千字

1998 年 10 月第一版 2002 年 1 月修订 2002 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7-80079-513-6

G·156 定价: 15.00 元

目 录

◆ 1 ◆

0~18 个月的发展阶段期观察

1. 0~1 个月的婴儿每天的大部分时间都在睡眠中
渡过 2
2. 1~4 个月的婴儿表情生动、活泼身体方面的发展 4
 - 颈部比较坚挺 4
 - 心智方面的发展 6
 - 表情丰富、展现笑容 6
3. 5~8 个月的婴儿有了力气，具有强烈的好奇心 8
 - 身体方面的发展 8
 - 逐渐可以坐立了 8
 - 心智方面的发展 10
 - 在人际关系的交流中成长 10

4. 9~10 个月的婴儿会到处爬行、开始扩展兴趣领域	12
• 身体方面的发展	12
• 喜欢爬行或扶着东西站起来	12
• 心智方面的发展	15
• 会模仿大人来增加自己的知识	15
5. 11~14 个月的婴儿充满好奇心地到处走动	17
• 身体方面的发展	17
• 开始做学走路前的准备	17
• 心智方面的发展	19
• 开始学习说话, 也学会记住东西的名字	19
6. 15~18 个月的婴儿动作变得正确、灵巧	21
• 身体方面的发展	21
• 已经走得很稳了	21
• 心智方面的发展	23
• 感情的表达能力的增加	23

◆ 2 ◆

婴儿在每个发展阶段的智力游戏

1. 睡眠时期(0~4 个月)	28
〈看·听〉	30

• 给予舒适的刺激	30
• 视野应保持在眼前 15~20 公分内	32
• 让他固定地凝视	34
• 这是手部发育的出发点	36
• 最喜欢听舒适的声音	38
〈运动能力〉	40
• 穿薄一点，让他容易活动	40
• 让他趴着玩	42
• 用他喜欢玩的玩具引诱他	44
• 将身体扶起，和他玩游戏	46
• 让他做翻身运动	48
〈语言・智力〉	50
• 让他记住妈妈的声音	50
• 让他尽情地说话	52
• 让他愉快地笑出声音	54
2. 会坐的时期(5~8 个月)	58
〈看・听〉	60
• 叫他的名字，和他玩	60
• 将声音和影像融入游戏中	62
• 随时在婴儿身边准备各种声音	64
〈运动能力〉	66

• 做踢脚游戏, 刺激他的脚底	66
• 多让他玩运用手的游戏	68
• 让他趴着玩	70
• 用游戏的方式帮他学会爬行	72
• 玩运用手指的游戏	74
• 和他玩平衡的游戏	76
• 尽量让他用两手游戏	78
〈语言·智力〉	80
• 反覆做同样的游戏	80
• 慢慢地、温柔地和他说活	82
• 安排一个可以自由玩耍的环境	84
• 多玩一些互相接触的游戏	86
• 和他玩能提高记忆力的游戏	89
3. 爬行时期(9~10个月)	93
〈运动能力〉	95
• 多让他爬动	95
• 玩一些引诱他活动的游戏	98
• 训练他脚部和腰部的力量	100
• 让他玩蹲蹲站站的游戏	102
• 玩一些可以帮助走路的游戏	104
• 玩一些能运用手指的游戏以启发他的智能	107

• 引诱他做各种不同的手指动作.....	109
• 帮助他发展情感.....	111
〈语言·智力〉.....	113
• 让他多关心别人.....	113
• 玩模仿游戏.....	116
• 边玩边跟他说话.....	118
4. 站立时期(11~14个月)	123
〈运动能力〉.....	125
• 帮他训练平衡感.....	125
• 跟他玩需要步行的游戏.....	128
• 让他边玩边练习走路.....	130
• 给他玩运用手指的玩具.....	132
〈语言·智力〉.....	135
• 慢慢地、清楚地跟他说话.....	135
• 跟他玩猜猜看的游戏.....	138
• 游戏时多跟他交谈.....	140
• 给他表现的机会.....	143
5. 摇晃学步期(15~18个月)	147
〈运动能力〉.....	149
• 让他多玩运动游戏.....	147
• 玩需要用到手或手腕的游戏.....	152

• 准备大一点的容器.....	154
• 玩各种不同的走路方式.....	156
• 玩动感强的游戏.....	158
• 训练身体的柔软度.....	161
〈语言·智力〉.....	165
• 玩猜身体各部位名称的游戏.....	165
• 玩模仿游戏.....	168
• 准备一些色彩鲜明的东西让他玩.....	170
• 重覆地读给他听.....	172

◆ 3 ◆

如何和婴儿沟通

1. 如何跟上婴儿心智发展的脚步	176
• 与婴儿培养良好的关系.....	176
• 婴儿的哭泣是对妈妈打信号.....	178
• 有了健全的帮助,孩子才能健全成长.....	179
• 多爱抚婴儿、亲近婴儿.....	181
• 跟婴儿玩儿语游戏.....	182

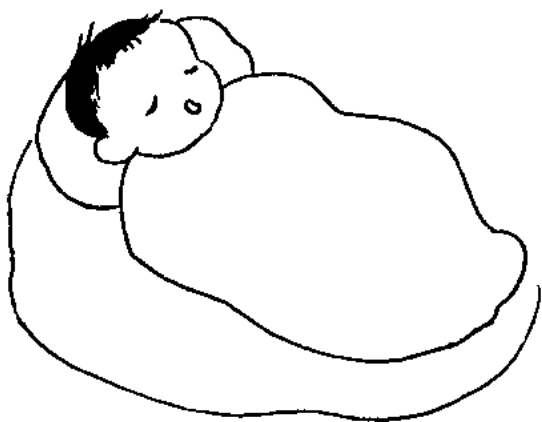
◆ 1 ◆

0~18 个月的发展 阶段期观察

0~1个月的婴儿每天大部分时间都在睡眠中渡过

• 在沉睡中成长的时期

刚出生不久的婴儿，几乎整天都在睡眠中渡过。当饿的时候就会醒来，吃完奶又继续睡觉，每天反覆如此，没有昼夜的分别。这个时期中他一边睡觉一边感受来自外界的光线和空气，同时也逐渐习惯家人的对话及生活中的各种声音。他想睡时就让他睡，当他醒来时，温柔地抱着他说话，待他完全清醒时再照料他。想睡的时候就让他得到充分的睡眠；哭了的时候，母亲应很快过来温柔的拥抱他；



吃饱了或换掉脏尿布就能得到满足，对婴儿的成长过程来说，这种舒服的体验非常重要。

• 婴儿会以反射动作来反应外界的刺激

婴儿不用教他，自然就会吸吮母亲的乳房，一旦接触东西就会用力握着。这些动作只是针对刺激的一种反应，没有任何意思。这个时期他们的大脑仅能发挥少许功能，因此出生不久的婴儿是靠这种反应动作来保护自己的。

在不久以后，反射动作会逐渐进化成有感觉的反应或有意义的举动。例如，当他听到大一点的声音时会受到惊吓，两手左右张开，手腕做出想要抓住某种东西的举动，这种反射运作就是要求别人来抱他的基础动作。当我们撑着他的身体，让他脚底着地时，他会做出两脚交换前进的步行反射动作，这可以说是一种预测步行能力的反射动作。

以前，我们总认为新生儿时期的婴儿眼睛看不到东西，也没有任何力量。随着研究的进展，我们已经知道此时期的婴儿也具备与外界接触的能力。原本我们认为看不到东西的眼睛其视野虽然狭窄，但还是能着到正前方15~30公分左右的事物。他们也有分辨东西的能力，在各种形状中，他们最喜欢类似脸形的东西。

1~4个月的婴儿表情生动、活泼身体方面的发展

• 颈部比较坚挺

满1个月的婴儿，身体状况大至都已经呈现稳定。在这时期，他们手脚动作活泼，睡醒后会不断地挥动手脚，精神非常充沛。清醒的时间逐渐延长，开始养成白天醒着，夜晚睡觉的睡眠习惯。当你让他趴着时，他会把头抬起，有些婴儿在2个月时就能将头抬起数十秒钟，在抱着他时，脖子也不太会东摇西晃。



到3个月时，婴儿的体重约为出生时的2倍，皮下脂肪发达，身体变得圆圆胖胖，看起来愈加可爱。由于肌肉的成长比较发达，脖子变得相当稳固，若是让他趴着，他会尝试用手、脚将胸部或肩膀撑离地板，有些婴儿只要你伸手帮他，就能够自己翻身。

大部分婴儿在4个月的时候，脖子就很稳固了。脖子的稳固表示脑部正在发育。脑神经开始对身体各部位分别下达指令。以往让他摆动右手时，左手跟颈部就会一齐运动，但现在不同了，他已经可以让左右手分别独立运动了。

脖子稳定是站起来走路的第一步。婴儿头部挺立，可以眺望东西后，更可满足其探究的欲望了。

· 有看东西和听声音的能力

新生儿时期的婴儿只能看到脸部正前方15~30公分左右的地方，第2个月时可以看到90度，第3个月能看到180度。

婴儿的听力发育得很快，一个月左右就能听铃鼓声及音乐盒的声音，连很小的声音他也能听的到。2个月时脸就会转向声音传来的方向，3个月时对很多声音都有反应，对电视声音也会出现反应，到了第4个月婴儿已能知道声音发出的方向。



心智方面的发展

· 表情丰富、展现笑容

1个月后的婴儿已经可以分辨母亲的声音。当他哭泣时，母亲抱起他，若是对他说：“怎么了？宝宝！”此时婴儿会停止哭泣，竖起耳朵倾听妈妈的声音。

呢喃是语言发育的基础，到了2个月后半期，婴儿开始发出“啊、嘻、咕噜”之类的声音，有时他会一个人高兴的自言自语，有些婴儿甚至会在妈妈跟他说话时发出回反般的声音。

3个月大时，会明显出现欢愉或不快的感情，表情愈来愈丰富，一逗他就发出笑声，全身表现出喜悦的神情，妈妈一离开，会用眼光追随着，若发现没有回来，便企图用

哭声唤回母亲。

4个月后，随着智慧的成长，对看到过的东西多少有点记忆，能够区分母亲和其它人，对母亲的依恋也愈来愈强。

• 吸吮手指是心灵成长的表现

这时，新生儿时期的反射动作会逐渐消失，而改由感情及意志来支配行动。

出现在2~3个月时吸吮手指行为，就是婴儿心灵发育中最明显的例子。婴儿之所以会吸吮手指，是因为漫无目的的摆动手指，无意中碰到嘴巴，在反射作用下吸吮起来。这个偶然让婴儿发现吸吮手指的动作可以得到象吸吮乳房般的安心感。

但是，对这段时期的婴儿来说，将手举向嘴巴是一件非常困难的事情。经过无数次尝试后，终于能靠自己的意志和运动能力来吸吮手指了。

吸吮手指是为了能在不久的将来，靠自由运用手部来生活，所做的第一步准备。当这个动作更持续发展时，在婴儿觉得不再需要时就会自然的消失。婴儿经由“反射”这种本能的动作，逐渐地学会各种新动作，这些新动作和反射动作全然不同。

5~8个月的婴儿有了力气具有强烈的好奇心

身体方面的发展

· 逐渐可以坐立了

这个时期，体重和身高的增加速度虽然不象前几个月那么明显，但是手和脚都已经有了力气，运动能力有了惊人的进展。8个月大的婴儿一般都能坐得很好。在细微的动作方面，他们喜欢拿着东西敲打，并全神贯注地摇动手部或用手敲出声音。4~5个月大的婴儿几乎已远离整日睡觉的时代，他们可以坐在妈妈的膝盖上自己拿着玩具玩。仰躺时也能滚动身体、伸手拿玩具，有些婴儿会自己翻身，用爬的方式玩耍。到了6~7个月，大部分婴儿可以自己翻身，用爬行的方式慢慢移动身

