

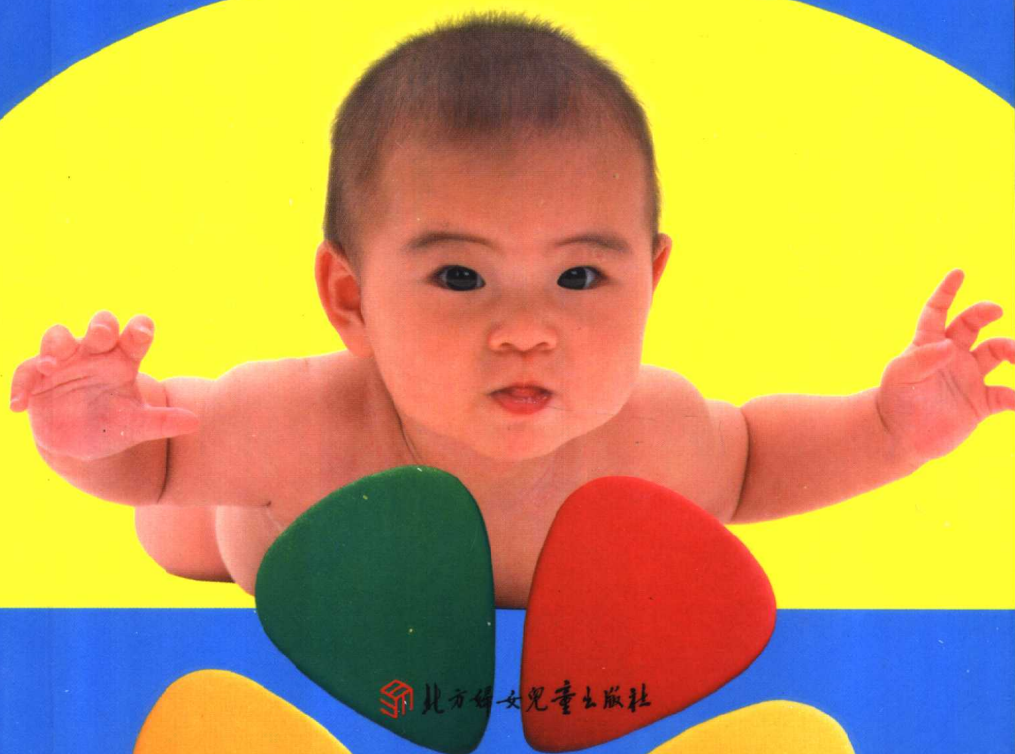


潜能开发游戏

QIANNENGKAI FAYOUXI

0—1岁

主编：刘艳虹
李彩云



北方妇女儿童出版社

育儿直通车



潜能开发游戏

0~1岁

主编：刘艳虹 李彩云

北方妇女儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

潜能开发游戏/刘艳虹, 李彩云编著. —长春: 北方妇女儿童出版社,
2004, 1

ISBN 7-5385-2435-5

I. 潜... II. ①刘...②李... III. 婴幼儿—智力开发—游戏

IV. G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 113120 号

主 编: 刘艳虹 李彩云

参加编写: 刘艳虹 李彩云 战 丽

刘 丹 张 泉 曲秀影

梁敏仪 刘金花 唐春梅

谢颂雯(澳门) 郭 琅

冉小兰 张 红 张清保

潜能开发游戏 (0~1 岁)

出版发行◎北方妇女儿童出版社

地 址◎长春市人民大街 4646 号

电 话◎0431-5640624

印 刷◎吉林省吉青印业有限公司

开 本◎32(850×1168 毫米)

印 张◎7.125

全套定价◎36.00 元 本册定价◎12.00 元

ISBN 7-5385-2435-5/G·1573

前言

前言 (0~1岁)

写给孩子的父母:

在出生的第一年, 婴儿是以身体和心理的超速发展为特征的。

脐带的剪断标志着孩子由子宫内生活转到子宫外生活。在子宫内, 孩子的饮食、呼吸、排泄等都不费力气, 只是通过脐带和母体进行物质交换, 是一个被动的寄居者。离开母体, 面临着生活环境和生活方式的巨大变化, 孩子的各器官尚未发育成熟, 但又必须开始独立工作, 因此, 孩子的吃喝拉撒睡就成了我们育儿之乐的重要内容。吃喝拉撒睡, 不单纯是长身体的需要, 也是智力发展的需要。对每一个家长来说, 育儿绝不是单纯的喂养, 还要在喂养中建立良好的亲子关系, 要经常使孩子保持愉快的情绪, 以促进他们对外界知识的探索与学习。

周岁之内的宝宝, 人们相对重视其身体的发育状况, 如身高多少、体重多少。甚至有人认为, 过早使用大脑会伤害大脑。其实, 大脑是在使用的过程中得到发育和完善的。从生理上看, 脑的重量出生时为390克, 一周岁便达到700克, 相当于成人的1/2。随着婴儿脑的飞速发展, 使孩子各种机能和活动的发展有了物质的前提。从功能上看, 孩子一出生, 就开始对周围环境进行积极的探索。他们有着惊人的学





潜能开发游戏

习能力,他们从只会哭喊和吮吸,到会爬、站立、走路,这都是对周围环境探索学习的结果。

婴儿一出生,就有学习的欲望,并且已经“才华横溢”了。不信你试一试:给3个月大的孩子一张纸,它会怎样做呢?首先,孩子用小手拿起纸片晃一晃(向周围展示一下,有人需要这张纸片吗?);摇一摇,制造出响声(听一听这张纸片能制造出什么样的乐音?);撕碎纸片(了解这张纸片的工程学和机械学方面有什么特殊的机理?);把纸片放进嘴里(思索这张纸片有什么社会学、经济学的价值);咀嚼纸片(将纸片进行深加工,探讨还有什么其他性质?)。你能怀疑他(她)不就是未来的爱因斯坦吗?

虽然初来乍到,孩子对这个世界的一切感到陌生而不可控制,但是他小小的身体里蕴藏着无数具有发展潜力的种子。他的认识能力、言语动作的萌芽和社会性的发展,都是以此为发展的基点。

孩子一出生,就已具备了一定的视觉能力。一岁之内的孩子喜欢看运动的物体,如闪烁的光、活动的球和表情丰富的人脸。他们偏爱的颜色依次为:红、黄、绿、橙、蓝等,因此,我们常用红色的玩具逗引孩子;不自觉地用夸张的语调和

前言

表情与孩子说话。

婴儿不仅能听到声音,而且能区别语音和非语音。显然这有助于语言的学习。婴儿有很强的音乐感知能力。和谐、悠扬、柔和的音乐对人的听觉发展具有积极的意义。给婴儿听音乐要注意几点:一是结合婴儿的起居生活自然进行。如要唤醒正在睡觉的婴儿可选择较为轻松活泼的音乐;婴儿吃奶时可播放悠扬的轻音乐;睡觉前播放静谧感强的音乐。二是有节奏地播放。不要让婴儿整天在音乐声的包围之中,否则会使之麻木甚至厌烦。三是音量不宜过大。最大不超过50分贝(人的耳语声约30分贝,一般人小声说话为40分贝;普通人说话声约50~60分贝),否则会影响孩子的听力。

味觉是孩子出生时最发达的感觉。新生儿已经能辨别不同的味道了,对甜味的反应一开始就是积极的,对咸、酸、苦的反应则是消极的。给孩子尝尝不同的味道,一方面促进味觉系统的发育,另一方面有助于预防孩子偏食。新生儿的嗅觉器官也已相当成熟,敏锐的嗅觉可以寻找食物、回避危险。

十月怀胎,胎儿被羊水包裹着,胎儿的皮肤感受着一定的压力、温度、湿度等的刺激,这些刺激伴随着胎儿长大,是胎儿生存的环境。出生后,生活环境发生了巨大的变化,没





潜能开发游戏

有了紧裹感、温暖感等熟悉的感觉,这就是所谓的“皮肤饥饿”。全身的抚摩对于促进婴儿身心的发展是很有帮助的。

孩子出生的头一年,是言语开始发生的阶段。孩子在这个阶段逐渐掌握语言,并开始理解一些词汇。儿童初问世的大声啼哭,无意中练习了正在生长的语言器官;孩子只有接触语言,在活生生的环境中听人讲话,才能迈出言语活动的关键一步。儿童最初的言语活动是从听懂成人说出的词开始的。约从孩子7~8个月开始,由于孩子多次感知环境中的某个物体或动作并同时听到成人说出的相关词,在他的头脑中,就在这一物体或动作的形象和词的声音之间建立起暂时联系,经过反复强化,以后只要听到这个词的声音就能引起相应的反应,意味着孩子听懂了这个词。最初,这种动作反应基于整个语言环境。1岁左右,开始把词的发音和词代表的对象联系起来。在这个时期,要多与孩子说话,把环境中经常出现的物体和动作,通过语言诱导,逐渐与言语信号联系起来。

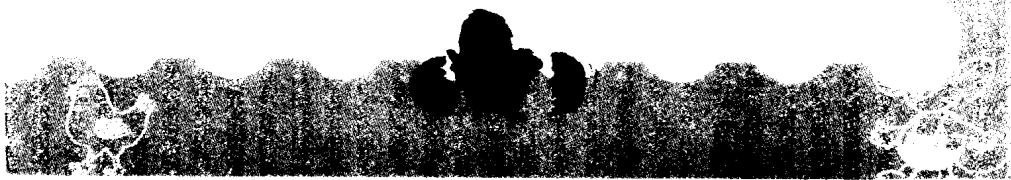
1岁之内孩子动作的发展显示出较大的支配能力及动作功能的特征。孩子出生后就会转头踢腿,手臂四处乱动,这种动作是全身性的,不准确的、散漫的,以后逐渐发展到局部的、精确的、专门化的。孩子从保持头部竖直到站立,再



前言

到行走,从匍匐爬行到四肢爬行,从支配双手到支配每一个手指等,都是从混沌到精细的过程。3~4个月,是婴儿翻身能力发展的关键期;5~6个月是婴儿双手协作能力产生、发展的关键期;7~8个月是婴儿爬行能力发展的关键期,同时也是单手抓住物体能力发展的关键期;10~11个月是婴儿独自站立能力发展的关键期,也是放物入孔能力发展的关键期;11~12个月是婴儿独自行走能力发展的关键期。在能力发展的关键期进行科学的培养将有效地促进大脑的发育,同时智力水平也将得到有效的开发。我们为您提供的游戏活动,都与这些能力发展的关键期环环相扣。

随着人们生活环境和生活方式的改变,现在婴儿爬行的机会大大减少了。需要强调指出的是,爬行在婴儿动作发展的过程中具有很重要的地位。爬行不仅可以促进全身动作的发展,锻炼肌力,为直立行走打下良好的基础,为将来握笔写字打下良好的基础,同时也促进了两眼会聚功能的发展,为将来的阅读打下良好的基础;爬行增加了孩子搜索的空间,使孩子能主动接近和认识事物,促进其认识能力的发展。由于爬行时头部必须往上方抬起,这样经常的颈部肌肉活动可以刺激到大脑皮层的语言中枢,有益于孩子将来顺利学习语





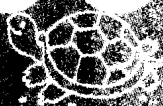
潜能开发游戏

言。国外研究还发现,爬行对孩子情感的发展有好处。所以,您一定不要错过书中有关爬行的游戏活动。

周岁的孩子能集中注意力2~3分钟。家长在训练孩子时应该多提醒孩子,使得孩子的活动时间得以延长,这也是对孩子的注意力的培养。

零岁开始,是早期智力开发的起点。0~1岁孩子语言能力尚未成熟,感觉运动能力是智力表现的有力手段。这种感觉运动经验对儿童智力发展具有重要的作用。做父母的要尽早(一出生就可开始)提供各种感觉信息的输入,为大脑输入良好的信息营养,并利用各种活动性游戏发展动作、训练孩子言语发音和理解语言的能力以及模仿成人言行的能力。一个重要的原则是:孩子借助于活动而学习,借助爬行的活动学习爬行,借助走路的活动学习走路,借助说话而学习说话。智力开发的本质是略为超前地给孩子一些有益的刺激,引起孩子强烈的学习兴趣。由于每个孩子的发育水平不一,兴趣与需要不同,我们为0~1岁的孩子每个月都设计了数套活动以供选择之用,当然,这些活动也可以拆散重组使用。

请您注意:所有的活动都应该在孩子有兴趣时开始,并在孩子的兴趣尚未消失之前结束。





第一组



育儿之乐——安然入睡

孩子状态 眼睛半睁，活动减少的瞌睡状态。通常发生于入睡前或睡醒后。

环境准备 室内安静，室温不能太高，光线较暗；哼唱摇篮曲或放录音，给孩子放一些胎教时听过的录音，有助于孩子安然入睡。

能力准备 平衡器官发育基本完善。

器材准备 摇篮。一个音质较好的录音机和几盒柔和优美的摇篮曲、胎教音乐磁带等。





潜能开发游戏

目的 促进孩子听觉与平衡觉的联系；培养孩子昼夜有区别的生活规律。

方法 ①把孩子放在摇篮内，大人按着节拍轻轻摇的同时轻轻哼唱摇篮曲，或者放录音；孩子睡着后，停止摇动并停止音乐声。

②晚上孩子偶尔哭一二声，眼皮闪动但未睁开，有时面部显出可笑的表情，如微笑、皱眉、吸吮等，可轻摇或轻拍孩子，让其继续入睡。

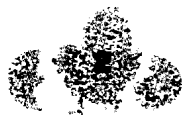
③白天孩子哭时可抱起来喂奶。



感知训练——运动的红球

孩子状态 安静觉醒状态。这种状态常在吃奶后1小时左右出现，大约持续一刻钟到半小时。

环境准备 室内环境安静，光线柔和稍暗，因为光线太亮会使新生儿睁不开眼睛。



1个月

能力准备 所有健康的新生儿天生就有看东西的能力，特别喜欢看复杂和运动的物体。

姿势准备 母亲（代理母亲）采取坐位，将孩子半卧位抱在膝上（也可将孩子半卧位放在床上），面朝前方（头放在成人中线位），让颈部露出来，以免颈部衣服或衣被限制头部的转动。

器材准备 直径约5厘米的红球。

目的 训练孩子注视和追视的能力，促进视觉发育。

方法 ①母亲（或代理母亲）手持红球，在距离孩子眼睛正前方20厘米的地方，轻轻转动红球，吸引孩子注视。

②慢慢把红球由中线位沿着水平方向移动到孩子头的一侧；如果孩子的头和眼追随红球到一边（大约8~15厘米），将头和红球恢复到中线位，再沿水平方向向另一侧移动红球。





潜能开发游戏

③垂直向上移动红球（大约4~8厘米）；然后再呈弧形从一侧移动到另一侧（大约180度）。

说明 每次2分钟，每天2~3次。在规定的时间内可以重复进行；每2次之间最少休息15秒钟。尽量使孩子的注意力集中在红球上，不要和孩子谈话、或因孩子注意人脸而受干扰。

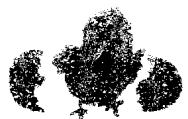


运动训练——俯卧

孩子状态 安静觉醒状态，空腹（大约喂奶前1小时）。

能力准备 根据孩子的喜爱，选择优美柔和的轻音乐。1个月内的孩子俯卧时有本能挣扎的动作，能稍稍地转动头使面部转向一侧，以免堵住鼻孔。

器材准备 平坦且较硬的床或桌子（铺上一个小毛毯）。



1个月

目的 促进颈部肌肉的发育。

方法 把新生儿俯卧在硬板床上;将头向一侧偏斜;每次从半分钟开始,逐渐延长至2~3分钟。一日2~3次。

说明 有先天性心脏病、呼吸道疾病和其他感染性疾病的孩子不能进行俯卧练习;俯卧时一定要有家长在旁边,注意一定要将孩子鼻子和口暴露在外。

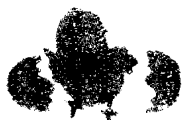


语言与交往——模仿

孩子状态 安静觉醒状态。

环境准备 根据孩子的喜爱,选择优美柔和的轻音乐做背景音乐。

能力准备 初生的新生儿(包括36周的早产儿)就有模仿成人面部表情的能力。





潜能开发游戏

目的 学习对舌头和嘴唇的定位和使用；促进视觉与动作的大脑联系；促进交往能力的发展；为发展语言打下基础。

方法 ①让孩子仰卧或侧卧在床上，母亲或代理母亲的脸距孩子的脸20~25厘米，吸引孩子注视母亲的脸。

②母亲先慢慢地尽可能地伸出舌头，每间隔20秒钟伸一次，重复伸出舌头6~8次。当孩子还在继续注视着母亲的脸时，常常可能在嘴里移动舌头。大约20~30秒钟后，孩子也能将舌头伸出嘴外。

③母亲对着孩子张开嘴，重复几次后，孩子也会学着张开嘴。母亲对着孩子啾嘴唇，重复几次后，孩子也会学着啾嘴唇。



1个月



第二组



育儿之乐——觉醒时光

孩子状态 活动觉醒状态。

环境准备 柔和欢乐的音乐做背景。

能力准备 眼睛、脸部、胳膊、腿、全身出现有节律性的活动。

目的 促进孩子心理和运动的发育。

方法 让孩子仰卧在床上，母亲对着孩子说一些夸奖或喜欢的话，新生儿会对母亲凝视；新生儿运动的节奏会随着母亲谈话声音的停顿和





潜能开发游戏

变化而协调起来。



感知训练——运动的脸

孩子状态 安静觉醒状态，眼睛睁得很大，很少活动。

环境准备 室内环境安静，光线柔和。

能力准备 喜欢看复杂和运动的物体；喜欢看人脸，特别是母亲的脸。

姿势准备 母亲（代理母亲）采取坐位，将新生儿半卧位抱在膝上（也可将孩子半卧位放在床上），面朝前方（头放在中线位），暴露颈部，以免颈部衣服或衣被限制头部的转动。

目的 训练孩子注视和追视的能力，促进视觉发育；亲情互动。

