

Yingyouer
Qinzi Youxi Tiandi



● 主编 卓 萍

0~3岁 婴幼儿

亲子游戏天地



华中师范大学出版社

0~3岁婴幼儿

Yingyouer

Qinzi Youxi Tiandi

亲子游戏天地

顾问 孙凌毅

主编 卓萍

副主编 李业恒 邓鸿云



华中师范大学出版社

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁婴幼儿亲子游戏天地 / 卓萍主编.

—武汉:华中师范大学出版社,2007.5

ISBN 978-7-5622-3100-4

I.0… II.卓… III.婴幼儿—智力开发—游戏 IV.G613.7

中国版本图书 CIP 数据核字(2007)第 059154 号

0~3岁婴幼儿亲子游戏天地

© 卓萍 主编

责任编辑:张红梅 曾巍

责任校对:罗艺

封面设计:甘英

编辑室:第五编辑室

电话:027-67867364

出版发行:华中师范大学出版社

社址:湖北省武汉市珞瑜路 100 号

电话:027-67863040(发行部) 027-67861321(邮购)

传真:027-67863291

网址:<http://www.ccnp.com.cn>

电子信箱:hscbs@public.wh.hb.cn

经销:新华书店湖北发行所

印刷:湖北新华印务有限公司

督印:章光琼

字数:560 千字

开本:787mm × 1092mm 1/16

印张:23

插页:4

版次:2007 年 5 月第 1 版

印次:2007 年 5 月第 1 次印刷

印数:1—5 000

定价:39.00 元

欢迎上网查询、购书

敬告读者:欢迎举报盗版,请拨打举报电话:027-67861321 (不同图书可设计不同内容)

播撒希望的种子（代序）

0~3岁的早期教育工作已经被纳入到国民教育的体系中。我国的早教工作在社会各方的协同努力下取得了显著成绩：管理体制和运作机制初步建立；对家长的科学育儿指导呈现多元化、特色化的趋势；初步形成全社会关心、重视、参与早教的育人环境和社会化的工作格局；广大家长科学育儿的意识与能力逐渐增强。但从整个社会的发展需求与现实状况来看，目前的早教和指导工作还存在一定的差距：早期教养和家长指导的内容、途径和方式方法还不能完全适应实施素质教育的要求；早教队伍在教养观念、服务意识以及指导能力等方面还不能满足社会、家长和儿童发展的实际需要。

江汉大学实验师范学院学前教育系的教师们本着对学前教育求真务实和开拓创新的精神，经常深入幼儿园和亲子园，关注幼教改革的动态，捕捉学前教育发展的信息，了解幼教改革的步伐和力度，及时调整教学的内容和方法，使学前教育教学和一线幼儿园的实践紧密结合，同时发现和研究了学前领域出现的新现象、新内容和新方法。他们在调研的过程中发现，随着幼儿入园低龄化政策的出台，亲子园和早教机构应运而生，很多幼儿园和社区也都开设了亲子班或者在进行亲子教学活动，这些亲子教育的质量良莠不齐，从业人员整体素质水平不够理想，对婴幼儿教育缺乏完整的认知，教学内容也只是简单的幼儿园教育。由于缺乏统一管理和教材，也呈现出理论基础薄弱、师资水平参差不齐、商业色彩过浓等方面的问题，需要加以正确的引导和管理。尤其是随着对0~3岁婴幼儿教育的关注，教师、家长、幼儿都需要相配套的教育资料。目前，3~6岁幼儿教育的相关教材比较多，也比较成熟，而0~3岁婴幼儿早期教育的教材相对较少，亲子园和各种早期教育机构大多都没有比较科学和实用的教师用书和家长用书。但孩子既是父母的希望，是祖国的未来，孩子更是孩子自己，错过了就决不可能重来，这既是当今社会人们的共识、年轻父母的共识，更是幼教园丁们的共识。学前教育系的教师们希望在这片共识的沃土中，

播撒下希望的种子，于是便有了这本《0~3岁婴幼儿亲子游戏天地》教材的诞生。

本书的作者可以说是一个幼教精英的组合群体，其中有幼儿医疗保健专家，幼儿师范学院的专家和教授，早教机构、亲子园、幼儿园园长及骨干教师。她们全新的早教理念和丰富的早教实践在这本书中得到了完美的体现。

《0~3岁婴幼儿亲子游戏天地》内容丰富，具有很强的科学性、系统性。根据婴幼儿0~1岁、1~2岁、2~3岁三个生长发育阶段，按孩子智能的发展，安排了各月龄阶段的教养要点、亲子活动方案等内容，做到了婴幼儿教育与孩子的身心发育、智能发展同步。根据孩子不同年龄段、不同发育状况，父母和教师们会很容易在书中找到切入点，对孩子进行科学系统的养育。

《0~3岁婴幼儿亲子游戏天地》具有突出的实践性和可操作性。教养要点的方方面面，是编写者多年早教经验的结晶。活动方案的步骤环节，既涵盖了幼儿身心发育、智能发展的内容，又用温馨提示的方式向家长、教师们提示各环节的操作细则，还用相关链接的形式使各活动方案在内容上得到延伸，在理念上得到升华。这本书真正是幼儿教师们的教学参考资料、早教机构的教师和育婴师学员的实用手册、家长们育儿的行动指南，这本书也将真正为孩子们的成长播撒下希望的种子！

华中师范大学学前教育系主任、博士：蔡迎旗

2007年3月

目 录

播撒希望的种子 (代序)	蔡迎旗
第一部分 0岁~1岁婴幼儿亲子游戏活动方案	(1)
0岁~0岁1个月 教养要点	(2)
亲子游戏活动方案1~4	(3)
0岁1个月~0岁2个月 教养要点	(15)
亲子游戏活动方案5~8	(16)
0岁2个月~0岁3个月 教养要点	(25)
亲子游戏活动方案9~12	(26)
0岁3个月~0岁4个月 教养要点	(35)
亲子游戏活动方案13~16	(36)
0岁4个月~0岁5个月 教养要点	(44)
亲子游戏活动方案17~20	(45)
0岁5个月~0岁6个月 教养要点	(53)
亲子游戏活动方案21~24	(54)
0岁6个月~0岁7个月 教养要点	(62)
亲子游戏活动方案25~28	(63)
0岁7个月~0岁8个月 教养要点	(71)
亲子游戏活动方案29~32	(72)
0岁8个月~0岁9个月 教养要点	(79)
亲子游戏活动方案33~36	(80)
0岁9个月~0岁10个月 教养要点	(88)
亲子游戏活动方案37~40	(89)
0岁10个月~0岁11个月 教养要点	(98)
亲子游戏活动方案41~44	(99)
0岁11个月~1岁 教养要点	(108)
亲子游戏活动方案45~48	(109)
第二部分 1岁~2岁婴幼儿亲子主题活动方案	(117)
1岁~1岁1个月 教养要点	(118)
亲子主题活动方案1~4	(119)
1岁1个月~1岁2个月 教养要点	(127)
亲子主题活动方案5~8	(128)
1岁2个月~1岁3个月 教养要点	(136)
亲子主题活动方案9~12	(137)
1岁3个月~1岁4个月 教养要点	(144)
亲子主题活动方案13~16	(145)
1岁4个月~1岁5个月 教养要点	(155)
亲子主题活动方案17~20	(156)

1岁5个月~1岁6个月	教养要点	(166)
	亲子主题活动方案21~24	(167)
1岁6个月~1岁7个月	教养要点	(177)
	亲子主题活动方案25~28	(178)
1岁7个月~1岁8个月	教养要点	(187)
	亲子主题活动方案29~32	(188)
1岁8个月~1岁9个月	教养要点	(196)
	亲子主题活动方案33~36	(197)
1岁9个月~1岁10个月	教养要点	(206)
	亲子主题活动方案37~40	(207)
1岁10个月~1岁11个月	教养要点	(215)
	亲子主题活动方案41~44	(216)
1岁11个月~2岁	教养要点	(227)
	亲子主题活动方案45~48	(228)
第三部分 2岁~3岁婴幼儿	亲子主题活动方案	(239)
2岁~2岁1个月	教养要点	(240)
	亲子主题活动方案1~4	(242)
2岁1个月~2岁2个月	教养要点	(254)
	亲子主题活动方案5~8	(255)
2岁2个月~2岁3个月	教养要点	(266)
	亲子主题活动方案9~12	(267)
2岁3个月~2岁4个月	教养要点	(278)
	亲子主题活动方案13~16	(280)
2岁4个月~2岁5个月	教养要点	(288)
	亲子主题活动方案17~20	(289)
2岁5个月~2岁6个月	教养要点	(297)
	亲子主题活动方案21~24	(298)
2岁6个月~2岁7个月	教养要点	(306)
	亲子主题活动方案25~28	(308)
2岁7个月~2岁8个月	教养要点	(317)
	亲子主题活动方案29~32	(318)
2岁8个月~2岁9个月	教养要点	(327)
	亲子主题活动方案33~36	(328)
2岁9个月~2岁10个月	教养要点	(337)
	亲子主题活动方案37~40	(340)
2岁10个月~2岁11个月	教养要点	(349)
	亲子主题活动方案41~44	(350)
2岁11个月~3岁	教养要点	(358)
	亲子主题活动方案45~48	(359)
后记		(367)

第一部分



0岁~1岁婴幼儿
亲子游戏活动方案

0岁~0岁1个月

教养要点

动作发展

抱起靠肩时抬头；抱起靠肩时调整姿势；头部竖起；侧头；爬动；伸臂玩耍；踢腿玩耍；肢体游戏；妈妈亲，妈妈抱；以肘撑起身躯；耸鼻、咧嘴游戏；主动找奶；勾拉手指；活动手掌。

社会情感

抱起时安静；大人对宝宝微笑、轻唤宝宝姓名（逐渐更换家人）；逗宝宝微笑；大人设法理解宝宝哭闹原因，并做适当处理；宝宝追视微笑说话的成人。

认知

对铃声反应、对摇鼓声反应；短暂地注视红环、短暂地注视人；眼的水平协调活动；眼睛追随移动的人；眼的垂直协调活动；看妈妈的正面、侧面；抱起，竖立看物；听声音；红布电筒照眼（出生后半月起）；看红色气球(高度25厘米)。

语言

对说话声有反应；发声一至两次；大人安慰哭闹的宝宝，用舒缓柔和的语调跟宝宝说话；大人哼简单儿歌给宝宝听；哦，哦。

艺术

节操音乐；让宝宝一天三次听一曲短的优美舒缓音乐；母子律动(固定音乐)；哼配乐儿歌给宝宝听；喂奶前、起床时、睡觉前放固定音乐；听柔和的声音(塑料瓶装小石子或豆子摇动)；倾听铃声（音乐盒）；复习胎教时的音乐，否则其影响将在出生后4~6个月后消失。

亲子游戏活动方案 1 亲亲我的宝贝

一、问候乖乖虎



1. 问候之歌。哈啰！哈啰！HOW ARE YOU? I AM A BOY, I AM A GIRL。
2. 开心宝宝秀。请家长介绍宝宝的姓名、年龄等。

二、动感健健熊



活动名称：新生儿抚触按摩操

活动目标：

1. 放松宝宝全身肌肉，发展触觉感，平复宝宝焦躁的情绪，减少哭泣。
2. 增强抵抗能力，改善消化，增强睡眠，促进宝宝的生长发育。
3. 促进母婴间的交流，传递亲子之情。

环境创设：

1. 调节室温为25℃，并温暖双手，先轻轻抚触宝宝，随后逐渐增加压力，以便宝宝适应。
2. 抚触宝宝前，母亲要洗干净手，抹上按摩油，剪好指甲，摘掉手上和腕上的饰物，以免刮伤宝宝。
3. 为宝宝准备好替换的衣物、尿片及包裹宝宝的小毯子，以便给宝宝做完抚触后立即穿好。

互动过程：

1. 室内放送一些轻柔的音乐，可以使妈妈和宝宝精神更放松。
2. 第一节，脸部抚触。在手掌中倒适量婴儿油，将手搓热，从宝宝前额中心处开始，用双手拇指轻轻往外推压，然后依次是眉头、眼窝、人中、下巴。这些动作，可以舒缓脸部因吸吮、啼哭及长牙所造成的紧绷。做6个节拍。
3. 第二节，胸部抚触。双手放在宝宝的两侧肋缘，先是右手向上滑向宝宝右肩，然后复原；换左手，方法同前。这个动作可以顺畅宝宝的呼吸循环。(可先做2个节拍然后再增加)
4. 第三节，手臂按摩。双手先捏住宝宝的一只胳膊，从上臂到手腕轻轻挤捏，再按摩小手掌和每个小手指。换手，方法同前。这个动作可以增强宝宝手臂和手的灵活反应，增强运动协调功能。做6个节拍。
5. 第四节，腹部抚触。在宝宝腹部以顺时针方向按摩。这个动作可以加强宝宝内排泄功能，有助排气，舒解便秘，按摩动作要在宝宝下腹结束(右下方)，这是排泄器官所在部位，

温馨提示

建议在每天洗澡后坚持做“宝宝抚触操”；睡觉之前给他做操，他可能会睡得更香；宝宝情绪反应激烈时，要停止抚触按摩；心情愉快、精神饱满时最为适宜。按摩手法一定要注意轻柔。为防止擦伤宝宝的皮肤，可隔着一层衣服或用柔软的毛巾轻轻抚摸。



目的是把排泄物推向结肠。注意：在脐痂未脱落前不要进行这个按摩动作。做6个节拍。

6. 第五节，腿部抚触。从宝宝的大腿开始轻轻挤捏至膝、小腿，然后按摩脚踝、小脚及脚趾。这个动作可增强宝宝腿和脚的灵活反应，增强运动协调功能。做6个节拍。

7. 第六节，背部抚触。让宝宝趴在床上(注意宝宝脸部朝向，使其呼吸顺畅)，双手轮流从宝宝头部开始沿颈顺着脊柱向下按摩，再用双手指尖轻轻从脊柱向两侧按摩。动作结束后，还可用手轻轻抵住宝宝的小脚，使宝宝顺势向前爬行(注意：新生儿做1~2个爬行动作即可)。这个动作可以舒缓宝宝背部肌肉。做6个节拍。

注意：①在宝宝充分休息后进行抚触按摩，不易太饱或太饿时进行，最好在餐后半小时进行；②按摩胸部时要避开宝宝的乳头；③腹部按摩要顺时针方向(宝宝腹泻时，可选择逆时针方向按摩)；④宝宝的脐痂未脱落时，腹部不要进行按摩，等脐痂脱落后再按摩。

三、智慧聪聪猫



活动名称：叫叫宝宝

活动目标：

1. 训练宝宝对声音的反应能力，并能通过听觉来对应人的位置。

2. 培养宝宝的视觉追踪和观察能力。

3. 激发宝宝活泼愉快的情绪并增进亲子间的感情。

环境创设：

宝宝喜欢的玩具或小铃铛。

互动过程：

1. 宝宝平躺时，爸爸、妈妈走到婴儿床边叫宝宝的名字。

2. 必要时，可连续叫宝宝的名字，直到宝宝的眼睛或头转向声音处。

3. 走到婴儿床的另一侧再叫宝宝的名字。

4. 轻轻抚摸宝宝的身体，同时看着宝宝的眼睛微笑，再叫宝宝的名字。

注意：出生3天后，宝宝对铃声就有一定的反应；一个月左右，宝宝对周围的说话声一定有不同的反应。

温馨提示

宝宝出生后一天就能辨认自己父母的声音，爸爸、妈妈在怀孕期间轻拍妈妈肚子并与宝宝说话，宝宝就会记住你的声音。如果刚开始宝宝对叫他名字没有反应，家长也不要着急，可以用宝宝喜欢的玩具和拍手、摇铃来引起宝宝的注意。但要在距离宝宝耳朵30厘米处轻轻地摇铃，先在一只耳朵边摇几秒钟，再在另一只耳朵边摇。



四、快乐百灵鸟



活动名称：亲亲我的宝贝

活动目标：

1. 通过刺激宝宝身体的各部位，提升宝宝的触觉反应能力。

2. 在音乐游戏中, 激发宝宝活泼愉快的情绪并增进亲子间的感情。

环境创设:

歌曲磁带。

互动过程:

1. 爸爸、妈妈抱着宝宝, 把宝宝放在臂弯里轻轻摇动。

2. 边摇边抱着宝宝唱《亲亲我的宝贝》这首歌。

3. 唱到最后一个“你”的时候, 亲吻宝宝的身体的某一部位, 比如头、鼻子、脚趾等。

4. 宝宝稍稍大一点后会主动要求玩这个游戏。

附歌曲:

1=C 4/4

亲亲我的宝贝

5 3 5 3 3 6 5 | 5 3 5 3 2 3 1 :||
宝 宝 宝 宝 我 爱 你, 爱 你 疼 你, 亲 亲 你。

温馨提示

这个游戏有助于培养亲情。如何触摸、对待和培养宝宝, 对其成长为什么样的人会产生极深刻的影响。亲亲、抱抱这个游戏会让你的宝宝产生一种安全感。给宝宝换尿布的时候, 也可以哼唱这首歌并亲亲宝宝的小鼻子、脚趾、手指等。



五、开心宝宝乐



活动名称: 小小蜜蜂嗡嗡嗡

活动目标:

1. 训练宝宝的触觉和前庭固有平衡的发展。

2. 激发宝宝活泼愉快的情绪并增进亲子间的感情。

环境创设:

柔软的浴巾一条。

互动过程:

1. 让宝宝躺在床上或软垫上, 爸爸、妈妈举起手指, 嘴里发出“嗡嗡嗡”的声音。

2. 爸爸、妈妈发出“嗡嗡嗡”声的时候, 手指来回晃动, 吸引宝宝的目光跟着“小蜜蜂”, 让“小蜜蜂”飞到宝宝的身上(腋下、胸口等)搔痒。

3. 爸爸、妈妈要依孩子的反应来控制用力的大小及刺激的强度, 训练宝宝的触觉, 防止宝宝触觉过于敏感或迟钝。

温馨提示

爸爸、妈妈在给宝宝洗完澡后也可玩这个游戏。还可用大浴巾包裹住孩子的身体, 放在床上滚来滚去, 对宝宝进行身体各部位触觉刺激的强化。但饱食后不能进行这个游戏。这样的游戏对婴儿触觉及前庭固有平衡的发展会有帮助。



相关链接

一个月的时候, 宝宝就像经历过了一次感官交响曲。他看到的和听到的东西会使他安静、兴奋、满意或享受。多和宝宝说话, 宝宝很熟悉您的声音, 您的声音会令他变得安静或更兴奋。在您为宝宝哺乳或换尿布时, 或是给他洗澡时, 摇他时, 应给宝宝唱歌或对宝宝说话。您的语言是他最初的交流渠道。您的宝宝会向您学习听和说。您还会发现婴儿喜

欢听音乐,您可在白天和就寝时放些柔和的摇篮曲帮助他放松。

附:

一套科学的婴儿被动操

婴儿运动功能发育较差,如果成人不去有意识地帮助他,婴儿往往保持固定的姿势,身体各部分得不到充分活动,这会造成婴儿精神不振、情绪低落、动作发育迟缓。父母帮助婴儿做体操,能加强婴儿的血液循环和呼吸功能,使身体各部分骨骼和肌肉得到锻炼,排泄通畅,食欲加强,情绪活跃,促进体力和智力的发展,还能培养婴儿正确的生活节律。通过父母帮助婴儿做体操的过程,还可加深父母对婴儿的情感交流。

注意点:早产婴儿、低体重婴儿、有疾病的婴儿,可推迟2个月做操,必要时可到当地妇幼保健院经儿保医生评估后再进行。对体弱婴儿可先做2个八拍,后增加到4个八节。婴儿被动操可在床上或是桌面上进行,但一定要注意安全。

婴儿被动操(适合于1~6个月的婴儿,在成人帮助下进行)

第一节:肩胸运动

预备姿势:婴儿仰卧,父母亲用双手握住婴儿双腕,放于婴儿体侧,把大拇指放在婴儿掌心里,婴儿握拳。

动作:

1. 两臂左右分开,掌心向上。
2. 两臂向身体前方平举,掌心相对。
3. 两臂上举,掌心向上。
4. 还原。

注意事项:婴儿两臂前举、上举时,距离应与肩同宽,动作要柔和,不要太用力。

第二节:上肢伸屈运动

预备姿势:婴儿仰卧,父母亲用双手握住婴儿双腕,放于婴儿体侧,把大拇指放在婴儿掌心里,婴儿握拳。

动作:

1. 弯曲婴儿左臂肘关节,还原。
2. 弯曲婴儿右臂肘关节,还原。
3. 1、2交换做。

注意事项:弯曲肘关节时,婴儿手要接触肩部,婴儿屈臂时,父母亲要稍用力,还原时不要用力。

第三节:扩胸运动

预备姿势:婴儿仰卧,父母亲用双手握住婴儿双腕,放于婴儿体侧,把大拇指放在婴儿掌心里,婴儿握拳。

动作:

1. 两臂胸前交叉。
2. 两臂左右分开,婴儿掌心向上。
3. 两臂胸前交叉。

4. 还原。

注意事项：婴儿两臂胸前交叉时，父母亲双手不要太用力，两臂分开时，父母亲要稍用力。

第四节：肩部运动

预备姿势：婴儿仰卧，父母亲用双手握住婴儿双腕，放入婴儿体侧，把大拇指放在婴儿掌心里，婴儿握拳。

动作：

1. 把婴儿左臂拉向婴儿胸前。
2. 左臂由婴儿胸前向外侧环绕。
3. 把婴儿右臂拉向婴儿胸前。
4. 右臂由婴儿胸前向外侧环绕。

注意事项：婴儿手臂回旋的时候，应以肩关节为轴心，转动时不要太用力。

第五节：下肢运动

预备姿势：让婴儿仰卧，两腿伸直，父母亲用两手握住婴儿脚腕，不要握得太紧。

动作：

1. 把婴儿两腿同时屈缩至腹部。
2. 还原。

注意事项：婴儿两腿屈至腹部的时候，父母亲稍用力，伸直时则不要太用力。

第六节：两腿轮流伸屈

预备姿势：婴儿仰卧，两腿伸直，父母亲用两手握婴儿脚腕，但不要握得太紧。

动作：

1. 让婴儿左腿屈缩至腹部，还原。
2. 让婴儿右腿屈缩至腹部，还原。两腿轮流交换做。

注意事项：婴儿两腿屈至腹部时，父母亲要稍用力，伸直时则不要太用力。

第七节：两腿伸直上举

预备姿势：婴儿仰卧，两腿伸直，父母亲用双手握住婴儿膝部，不要握得太紧。

动作：

1. 把婴儿的两腿上举与腹部成直角。
2. 还原。

注意事项：婴儿两腿伸直上举时，臀部不要离开原位。

第八节：股关节活动

预备姿势：婴儿仰卧，两腿伸直，父母亲用两手握住婴儿脚腕，不要握得太紧。

动作：

1. 把婴儿左侧的大腿与小腿屈缩成直角。
2. 把婴儿左腿屈缩至腰部。
3. 把婴儿左腿向身外侧转动。
4. 还原。两腿轮换做。

注意事项：回旋婴儿腿部时，应以股关节为轴心转动。父母亲动作要柔和，不要用力太大。

亲子游戏活动方案 2 黑白配

一、问候乖乖虎



1. 介绍宝宝。请妈妈介绍宝宝, 跟其他宝宝问好。
2. 开心宝宝秀: 抚触按摩操, 请家长带着宝宝跟随音乐做操 (宝宝情绪未稳定时不要强迫)。

二、动感健健熊



活动名称: 小小大力士

活动目标:

1. 发展宝宝运动能力, 训练并提升宝宝手和腿的力量。
2. 通过宝宝下意识的动作, 充分活动和锻炼宝宝的全身筋骨。

环境创设:

小薄被或小薄毯一床。

互动过程:

1. 宝宝通常喜欢独自玩耍, 高兴的时候自己会开心地手舞足蹈。宝宝这些下意识的动作, 能达到意想不到的全身锻炼效果。
2. 如果爸爸、妈妈们能有意识地多次重复类似的活动, 可以充分活动和锻炼宝宝的全身筋骨。例如, 要锻炼宝宝手和腿部的力量, 爸爸、妈妈可以有意识地在宝宝身上盖上小薄被或小薄毯, 让宝宝自己用手和脚把被子推开、踢开。
3. 为防止宝宝把被子扯到头、脸上堵住鼻子, 爸爸、妈妈在活动中不能离开宝宝。
4. 日常生活中, 经常有意识地对宝宝进行多方面的体能训练, 更有助于宝宝运动能力的迅速提升。此年龄段的宝宝表现明显满足情绪时, 会出现伸臂玩耍, 呈现觉醒、快活、敏感的状态。

温馨提示

对宝宝进行有意识训练时, 一要注意看宝宝的情绪, 二要注意室温适宜, 便于宝宝能伸展性地运动。冬天不宜。



三、智慧聪聪猫



活动名称: 黑白配

活动目标:

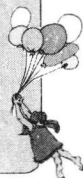
1. 游戏中发展宝宝的视觉分辨能力。
2. 训练宝宝的观察力、注意力和视觉追踪能力。

环境创设:

黑白对比度强的黑白棋盘或图形。

温馨提示

进行视觉训练的时间不易过长, 训练中途要让宝宝适当休息, 然后再反复。



互动过程：

1. 一些儿科专家经过实验认为，初生婴儿对黑色和白色较为敏感，对横线和竖线比对斜线易于接受。
2. 爸爸、妈妈对宝宝进行视觉训练，可先选择对比度强的黑白色来操作。
3. 在宝宝清醒时，将黑白对比度强的黑白棋盘或黑白图形，举到宝宝眼前30厘米处，对宝宝说“这是黑白棋盘”，“这是黑白图形”。让宝宝欣赏、注视。
4. 爸爸、妈妈应注意观察宝宝的眼球是否在黑白两个画面上溜来溜去。
5. 当宝宝的视线注意到你手中的棋盘后，再将棋盘缓缓向宝宝左侧或右侧移动，爸爸、妈妈要注意引导、训练宝宝用眼睛来跟踪棋盘。
6. 宝宝稍大点，家长可选择色泽鲜艳的挂图或者重点突出的名画。家长可经常抱着宝宝看这些图画，并且轻柔地告诉宝宝画面里的内容。
7. 使用一些色彩鲜艳的卡片或物体，把这些物体水平地挂着（距离离宝宝头部约43厘米处），使宝宝躺着时能看到它们，对宝宝进行视觉训练。

四、快乐百灵鸟**活动名称：**睡吧——小宝贝**活动目标：**

1. 用柔和的音乐安抚宝宝烦躁的情绪。
2. 通过音乐来促进宝宝的睡眠质量。

环境创设：

柔和的乐曲或摇篮曲。

互动过程：

1. 在宝宝的小床边准备一台小录音机。
2. 宝宝睡觉前，爸爸、妈妈有选择性地播放一些柔和轻声的乐曲或摇篮曲。有重复旋律的音乐对宝宝有很好的抚慰、催眠作用，因为那就像在母体中听到的声音。

温馨提示

在宝宝睡觉时可播放固定音乐。一般婴儿睡眠的时间都会比较长，睡眠质量好，会有利于婴儿的生长发育。宝宝如果出现睡眠不安、烦躁、闹瞌睡的现象，可以有选择性地播放些柔和、舒缓、宝宝熟悉的乐曲。

**五、开心宝宝乐****活动名称：**找妈妈**活动目标：**

1. 刺激宝宝发展视觉追踪观察的能力。
2. 激发宝宝活泼愉快的情绪并增进亲子间的感情。

环境创设：

儿歌磁带。

互动过程：**温馨提示**

如果是爸爸和宝宝游戏的话，儿歌可适当变为找爸爸的内容。还可以变换其他的家人，训练宝宝视觉观察追踪能力。



1. 宝宝躺在床上,妈妈靠近宝宝的脸,轻轻叫宝宝的名字,又侧移到另一侧来引起宝宝的注意。

2. 待确定宝宝的视线有追踪能力后,妈妈可刻意和宝宝玩躲猫猫的游戏。

3. 反复多次,逐步训练宝宝的视觉追踪能力(反复时,可伴随儿歌游戏)。

附儿歌:找妈妈——找,找,找妈妈,妈妈不见了,妈妈出来了。

相关链接

新生儿会注意人的脸。从出生后第6天开始,妈妈就可根据这一点与婴儿增进亲子关系及视觉的训练。丰富多彩的环境刺激,对婴儿早期智力开发有明显作用。家庭生活及双亲对宝宝的刺激作用,对1~3个月的婴儿就显得更为重要。

亲子游戏活动方案 3 美食家

一、问候乖乖虎



1. 问候之歌。哈啰!哈啰!HOW ARE YOU? I AM A BOY, I AM A GIRL。

2. 介绍宝宝。请妈妈介绍宝宝,跟其他宝宝问好。

3. 开心宝宝秀。抚触按摩操,请家长带着宝宝跟随音乐做操。

二、动感健健熊



活动名称:碰碰球

活动目标:

1. 锻炼下肢肌肉,使宝宝下肢活动幅度加大,促进宝宝肌肉发育和新陈代谢。

2. 训练宝宝脚眼协调和视觉追踪的能力。

3. 引导宝宝从无意识的活动逐步转为有意识的运动。

环境创设:

在婴儿床上宝宝脚的上方,悬挂内有小铃铛的塑料球。

互动过程:

1. 新生儿的脚通常习惯性地向上无意识地踢、蹬,爸爸、妈妈可以根据宝宝的这一生理特点,设计能起到锻炼宝宝身体的有效游戏。

2. 当宝宝仰卧在婴儿床上时,爸爸、妈妈可以有意识地在宝宝脚的上方悬挂内有小铃铛的塑料球。

3. 当宝宝在无意中多次碰到内有小铃铛的塑料球,看到球在跳动,听到铃铛响时,他

温馨提示

宝宝稍大点后,爸爸、妈妈想训练提升宝宝上肢运动能力时,也可以玩这样的游戏。

