

育儿益智 0-3岁

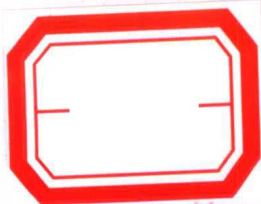
YUERYIZHI

根据国家卫生部颁布的《三岁小儿教养大纲》及教育部颁布的《幼儿教学大纲》编绘

星金标 张荣华 著



老年出版社



育儿益智0—3岁

星金标 张荣华 著

根据国家卫生部颁布的《三岁小儿教养大纲》及
教育部颁布的《幼儿教育大纲》编绘

中国青年出版社

(京) 新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

育儿益智 0~3 岁/星金标, 张荣华著. —北京: 中国青年出版社, 2002

ISBN 7-5006-4625-9

I. 育… I. ①星… ②张… III. 婴幼儿-智力开发
IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 082321 号

*

中国青年出版社 出版 发行

社址: 北京东四 12 条 21 号 邮政编码: 100708

网址: [www. cyp. com. cn](http://www.cyp.com.cn)

编辑部电话: (010) 64034350 发行部电话: (010) 64010813

北京小红门印刷厂印刷 新华书店经销

*

850×1168 1/32 9 印张 3 插页 77 千字

2002 年 1 月北京第 1 版 2002 年 7 月北京第 2 次印刷

印数: 5,001—10,000 册 定价: 14.80 元

本书如有任何印装质量问题, 请与出版处联系调换

联系电话: (010)64033570

前 言

面对自己的小宝宝,家长们都寄托无限希望。然而如何教育孩子,特别是在0—3岁这一黄金阶段,多数家长不知如何是好。现代科学研究表明,这三年的教育,往往能决定孩子一生的命运。及时开发他们的智力,是成才的基本条件,也是造成孩子智力差别的主要原因。俗话说,三岁看大,并不虚言。如能从零岁始就进行科学、系统、全面的智能开发,家长每天挤出点时间,跟孩子做做游戏、聊聊天、讲讲故事、念念儿歌、听听音乐,画画图画,让孩子活动活动小肌肉,开动开动小脑筋,在轻松愉快的氛围中得到语言、文学、数学、道德、常识的启蒙知识,就能培养孩子敏锐的观察力、坚实的记忆力、丰富的想象力和独立思维敢于自己动手以及准确、流畅的语言表达能力,为孩子进入学龄后的学习打下坚实的基础,避免出现孩子入学后,因学习成绩差使家长发愁,甚至埋怨孩子“笨”而丧失信心。在孩子出生后的这三年黄金时间内,及时地把他们的智能开发出来。常说:撒什么种子开什么花。家长如能在这关键的三年内尽到教育的责任,您的孩子肯定会更加聪明。

本书是根据0—3岁孩子成长发育的生理、心理特点,参考国内外最新研究成果,广泛吸收有关材料,遵照国家卫生部颁布的《三岁前小儿教养大纲》及教育部颁布的《幼儿教育大纲》进行编绘的,旨在让您的小天使在降临人世的最初三年间,受到良好的教育,在各方面得到长足发展。

目 录

前言	1
----------	---

一月龄

活动游戏 按摩	1
开发智力 音乐声中喂奶	2
活动游戏 明暗刺激	3
开发智力 注视烛光	4
开发智力 记住亲人的脸	5
学 话 和孩子聊天	6

二月龄

活动游戏 婴儿操（第一节）	7
活动游戏 手脚运动	8
活动游戏 手指的伸屈活动	9
开发智力 训练移视和追视	10
活动游戏 斜抱与直抱	11
活动游戏 活动颈部	12
开发智力 抱出室外	13
儿 歌 摇呀摇	14

三月龄

活动游戏 婴儿操（第二、三节）	15
活动游戏 练硬腰板	16
活动游戏 颈部锻炼	17

活动游戏	练习翻身	18
活动游戏	强化手脚的功能	19
学 话	哄逗对话	20
开发智力	训练分辨形状的能力	21
开发智力	练习听力	22

四月龄

活动游戏	婴儿操（第四、五节）	23
活动游戏	抓玩具	24
活动游戏	站站跳跳	25
活动游戏	捉抓拨浪鼓	26
活动游戏	促进五指分化	27
开发智力	藏闷儿	28
开发智力	认家人	29
儿 歌	小花猫	30
活动游戏	按摩手指和脚掌	31

五月龄

活动游戏	婴儿操（第六、七节）	32
活动游戏	拉香香送臭臭	33
学 话	语言和物体联系	34
开发智力	叫名字	35
开发智力	发展远视	36
开发智力	玩玩具	37
活动游戏	够玩具	38
活动游戏	帮助爬行	39
开发智力	训练听力	40
儿 歌	小耗子	41

六月龄

活动游戏	婴儿操 (第八节)	42
活动游戏	练习独坐自由	43
开发智力	寻找玩具	44
开发智力	锻炼见生人	45
开发智力	扔玩具	46
开发智力	玩水	47
活动游戏	抬腿运动	48
学 话	发音练习	49
开发智力	乱七八糟	50
开发智力	滚响响	51
活动游戏	练习站立	52
儿 歌	拉大锯	53
认 知	水果	54

七月龄

开发智力	练手指	55
活动游戏	助爬	56
活动游戏	玩球	57
开发智力	知道自己是谁	58
活动游戏	手指的屈伸	59
开发智力	训练叫“爸爸妈妈”	60
儿 歌	过新年	61
认 知	动物	62

八月龄

活动游戏	练习投掷	63
开发智力	选绳头	64
活动游戏	礼节训练	65
开发智力	照镜游戏	66

开发智力	逮耗子	67
活动游戏	拉拉坐, 拉拉站	68
活动游戏	靠背	69
学 数	分扑克牌	70
开发智力	大与小	71
儿 歌	小星星	72
认 知	室内陈设	73

九月龄

活动游戏	学走路	74
活动游戏	传递玩具	75
活动游戏	练弓腰	76
开发智力	认识表情	77
活动游戏	蹬蹬踹踹	78
开发智力	顶牛	79
开发智力	拆纸包	80
儿 歌	小花狗	81
认 知	鸟类	82

十月龄

活动游戏	蹦蹦跳	83
活动游戏	练蹲蹲	84
学 话	练习听说	85
开发智力	巧取玩具	86
活动游戏	捏豆豆	87
开发智力	找玩具	88
活动游戏	玩铁筒	89
活动游戏	用杯子喝水	90
活动游戏	遛边走	91

活动游戏	扶拐棍走	92
儿 歌	我们都是好朋友	93
认 知	衣物	94
十一月龄		
活动游戏	学大熊	95
活动游戏	推车练走	96
活动游戏	抱抱布娃娃	97
活动游戏	踢毽毽	98
学 话	走步步	99
开发智力	对号盖盖	100
开发智力	认知红、黄颜色	101
学 话	认知和语言结合	102
故 事	小羊乖乖	103
儿 歌	太阳红	105
十二月龄		
开发智力	藏闷儿	106
活动游戏	临高取物	107
活动游戏	走在大人的脚背上	108
德 育	训练孩子不自私	109
自我服务	配合穿衣服	110
开发智力	绕道	111
开发智力	玩手电筒	112
儿 歌	秋天里	113
十三月龄		
活动游戏	爬岗钻洞	114
活动游戏	追小狗	115
开发智力	听响响	116

开发智力	巧装直尺	117
学 话	训练会说	118
德 育	从小不吃独食	119
故 事	吃饭时不玩	120
儿 歌	好乖乖	121

十四月龄

开发智力	玩多米诺骨牌	122
开发智力	复合思维	123
学 话	学“不”和“是”等单词句	124
活动游戏	穿圈圈	125
学 话	强迫学话	126
学 画 画	涂鸦	127
故 事	不爱洗脸的陶陶	128
儿 歌	春天到	129

十五月龄

学 数	大小排队	130
开发智力	杯盖上放物	131
开发智力	巧取玩具	132
开发智力	踩日光	133
活动游戏	投球	134
劳动教育	帮大人干活	135
故 事	摔倒不哭	136
儿 歌	甜宝宝	137

十六月龄

学 数	认认多与少	138
活动游戏	爬上爬下	139
开发智力	循声找人	140

开发智力	对照物品	141
学 数	快数数	142
故 事	爱哭鼻子的小熊猫	143
儿 歌	小白兔	144
十七月龄		
活动游戏	活动手指	145
开发智力	给小狗开门	146
活动游戏	踢足球	147
开发智力	从高处取玩具	148
活动游戏	以手代脚	149
故 事	不找妈妈	150
儿 歌	笑哈哈	151
十八月龄		
开发智力	听声音, 作判断	152
学 话	点哪说哪	153
活动游戏	搬到东搬到西	154
活动游戏	跑圈圈	155
开发智力	爬高	156
活动游戏	爬楼梯	157
故 事	懒猪	158
儿 歌	数字儿歌	159
十九月龄		
学 数	认数	160
学 话	背着说	161
开发智力	认左右	162
开发智力	追影子	163
故 事	小白兔找妈妈	164

二十月龄

学 数	分葡萄干	165
开发智力	我的你的	166
开发智力	蒙瞎瞎	167
活动游戏	背一背等一等	168
开发智力	玩跳棋	169
故 事	小梅花鹿	170

二十一月龄

开发智力	开汽车	171
开发智力	翻书页	172
活动游戏	骑竹马	173
开发智力	用用右半脑	174
开发智力	找一样的	175
活动游戏	走平衡木	176
故 事	熊猫和松鼠	177

二十二月龄

活动游戏	骑三轮车	178
学 话	“我吃那个”	179
开发智力	给奶奶说“游记”	180
活动游戏	肥皂泡	181
活动游戏	钻绳	182
开发智力	领瞎瞎	183
故 事	氢气球	184

二十三月龄

活动游戏	玩具旅游	186
学 话	做代言人	187
开发智力	聪明的做法	188

学 数	数手指	189
学 画 画	画直线认颜色	190
自我服务	穿鞋穿袜	191
开发智力	看天空	192
故 事	长颈鹿大象猴子	193
二十四月龄		
开发智力	认识上下前后	194
学 数	数实物	195
开发智力	识别声响	196
活动游戏	跳房子	197
活动游戏	骑 8 字	198
活动游戏	过马路	199
故 事	孔融让梨	200
二十五月龄		
学 话	语言的掌握	201
看图讲故事	小熊猫请客	202
学 画 画	给爸爸修梯子	204
学 数	都给小宝宝	205
活动游戏	钻桌子	206
开发智力	问长问短	207
二十六月龄		
学 话	对与错	208
手 工	做小花帽	209
背 古 诗	悯 农	210
开发智力	说说看	211
活动游戏	踢毽子	212
故 事	龟兔赛跑	213

二十七月龄

学 话	练习吐字	214
自我服务	自己穿衣服	215
看图讲故事	佳佳扫地	216
学 画 画	给小猴子补箱子	218
学 数	穿纸片	219
开发智力	成 对	220

二十八月龄

学 唱 歌	妈妈买了七只鸡	221
手 工	小跳棋坐椅子	222
背 古 诗	静夜思	223
故 事	司马光	224
开发智力	接 球	225
活动游戏	装扑克牌	226

二十九月龄

学 话	说一说	227
看图讲故事	小猴子想吃桃子	228
学 数	看星星	229
活动游戏	扔沙包	230
开发智力	训练空间方位	231
学 画 画	给妈妈画梳子	232

三十月龄

学 话	看图讲故事	233
自我服务	扣衣扣	234
学 画 画	给小刺猬补衣服	235
手 工	做风轮车	236
背 古 诗	游子吟	237

故 事	小刺猬穿花衣	238
三十一月龄		
学 话	语言游戏	239
看图讲故事	刺猬拣桃子	240
学 数	拍手歌	242
开发智力	什么东西没有了	243
活动游戏	夹腿跳	244
手 工	剪个苹果吃	245
三十二月龄		
学 话	喜欢谁	246
开发智力	做买卖	247
活动游戏	模 仿	248
故 事	吃烙饼	249
手 工	乒乓球要睡觉	250
活动游戏	打 滚	251
三十三月龄		
学 话	说名词	252
自我服务	搬小凳	253
看图讲故事	几只小鹿	254
学 画 画	送给小牛半个足球	256
背 古 诗	鸣翠柳	257
三十四月龄		
学 话	逛商场	258
开发智力	帮助小兔去姥姥家	259
活动游戏	摸瞎瞎	260
学 画 画	给老爷爷坐椅子	261
学 数	套圈圈	262

故 事	聪明的乌鸦	263
三十五月龄		
学 话	答复下一句	264
看图讲故事	乌龟和小猴子	265
开发智力	回 家	266
开发智力	要一块糖还是要两块糖	267
活动游戏	吹耗子	268
手 工	做狗头	269
活动游戏	钓纸鱼	270
三十六月龄		
开发智力	认识表情	271
开发智力	摸积木	272
活动游戏	够高高	273
活动游戏	玩 圈	274
故 事	小花猫和大公鸡	275
学 唱 歌	不让妈妈抱	276



一 月 龄

活动游戏 按摩

目的：孩子生下来就有很敏感的触觉，按摩能疏通孩子全身脉络。在父母轻柔地抚摸下，那种舒适愉快的爱抚以及父母的语言指示，给予孩子良好的心理爽慰和语言刺激。

做法：两周后让孩子仰卧，双臂顺于体侧，大人双手指掌面从肩开始向下徐徐捋顺，口念“长（zhǎng）——长。”每日四次，做到会坐止。

提示：这时可把孩子双手从襁褓中解放出来，一个月后就可穿上小衣小裤。孩子手脚可自由活动，增强全身运动，促进脑的发育。按摩时直接触摸小儿皮肤应格外轻柔或以软布相隔防止损伤皮肤。此活动可延续到一两周岁。