

保教人员及父母必读

三岁前婴幼儿的

科学 教养



天津市卫生局先学前教育研究室

天津教育出版社

前 言

当小生命一来到人间，做父母的就希望孩子长得健康、聪明，将来成为有用之材。

怎样才能达到这个目的？过去，很多父母及保教人员，对三岁前婴幼儿的教养，多是重保轻教，只求孩子长得结实、不生病，忽视挖掘他们的潜在智能，不注意品德教育的启蒙，忽视进行系统的先学前期的教育。针对这个问题，我们多年来以天津和平保育院为基地，进行调查研究、定期观察、科学实验，总结出一套比较完整的、保教结合的教材《三岁前婴幼儿教养》，编印成册，并在一些托儿所、保育院中推广、试验。经过四年多的再实践证明，采用这个教养方法，对三岁前婴幼儿体、智、德、美的初步发展，对推动婴幼儿的早期教育，起到了很好的作用。因此，全国各地很多托幼机构纷纷来人来函索取。基于广大保教人员的急需，我们对《三岁前婴幼儿教养》又进行了修订和补充，使之更趋完善，由天津教育出版社正式出版。

本书是根据卫生部制定的《三岁前小儿教养大纲》（草案）的要求，和先学前期婴幼儿生理、心理的发展规律，和多年来从事保教工作的实践经验而编写的。它介绍了教养原则，按不同的年龄和季节，提出教育任务，教学内容和教育、教学方法。特别是结合三岁以下婴幼儿年龄特点，对如何通过日常生活中的各个环节进行教育，做到养中有教、教中有养，有详细的具体的介绍，并附有各科的教材。为了方便教学，另附“看图说话”教学挂图16幅。因此，它不但适合城市和农村的托儿班、托儿所及广大保教人员使用，也适合孩子们的“第一任教师”——年轻的父母们阅读，在家庭教育中使用。

参加本书编著的有李石君、冯秀芳、许淑英、阮玉琇等同志。部分教材和教法是天津和平保育院提供的。在此一并志谢。

天津市先学前教育研究室

1987年10月

目 录

零至一岁孩子的教养

一、生活习惯	3
(一) 睡眠	2
(二) 饮食	4
(三) 盥洗穿衣	6
(四) 大小便	8
二、动作发展	9
三、语言发展	12
四、认识能力的发展	16
五、与成人和小朋友的关系	21
六、教育计划安排	23
七、教材	25
(一) 游戏	25
(二) 婴儿体操	31
第一套 (适用于 2—4 个月婴儿)	
第二套 (适用于 4—6 个月婴儿)	
第三套 (适用于 6—9 个月婴儿)	
第四套 (适用于 9—12 个月婴儿)	

一岁至一岁半孩子的教养

一、生活习惯	43
(一) 睡眠	43
(二) 饮食	44
(三) 盥洗穿衣	44
(四) 大小便	45
二、动作发展	46
三、语言发展	47
四、认识能力的发展	48
五、与成人和小朋友的关系	49
六、教育计划安排	50
(一) 体育活动	50
(二) 认识环境发展语言	53

(三) 音乐	56
七、教材	60
(一) 体育活动	60
1、游戏	60
2、体操 (竹竿操)	63
(二) 认识环境发展语言	67
1、儿歌	67
2、故事	67
3、游戏	68
(三) 音乐	69
1、欣赏乐曲	69
2、欣赏歌曲	70
3、音乐游戏	72

一岁半至两岁孩子的教养

一、体育活动	79
(一) 教育任务	79
(二) 内容和要求	79
1、生活习惯与独立能力的培养	79
2、动作发展	79
(三) 教育计划安排	80
二、认识能力和语言发展	85
(一) 教育任务	85
(二) 内容和要求	85
1、语言发展	85
2、认识社会环境	85
3、认识自然环境	86
(三) 教育计划安排	86
三、音乐	96
(一) 教育任务	96
(二) 内容和要求	96
(三) 教育计划安排	96
四、画、折和搭	101

(一) 教育任务	101	(二) 内容和要求	139
(二) 内容和要求	101	1、生活习惯与独立能力培养	139
(三) 教育计划安排	101	2、动作发展	139
五、认识周围的形体和数	105	(三) 教育计划安排	140
(一) 教育任务	105	二、认识能力和语言发展	145
(二) 内容和要求	105	(一) 教育任务	145
(三) 教育计划安排	105	(二) 内容和要求	145
六、教材	109	1、语言发展	145
(一) 体育活动	109	2、认识社会环境	146
1、活动性游戏	109	3、认识自然环境	146
2、体操	111	(三) 教育计划安排	146
(1) 儿歌操(一)	111	三、音乐	156
(2) 模仿操	112	(一) 教育任务	156
(3) 儿歌操(二)	113	(二) 内容和要求	156
3、桌面游戏	115	(三) 教育计划安排	157
(二) 认识能力和语言发展	115	四、画、折和搭	162
1、发音练习	115	(一) 教育任务	162
2、看图说话(附挂图7幅)	116	(二) 内容和要求	162
3、儿歌	119	(三) 教育计划安排	163
4、故事	120	五、认识周围的形体和数	167
5、教学游戏	121	(一) 教育任务	167
6、认识环境	122	(二) 内容和要求	167
(1) 认识社会环境	122	(三) 教育计划安排	168
(2) 认识自然环境	123	六、教材	172
(三) 音乐	123	(一) 体育活动	172
1、欣赏歌曲	123	1 活动性游戏	172
2、学唱歌曲	124	2、体操	175
3、律动	127	3、教学游戏	180
4、音乐游戏	128	(二) 认识能力和语言发展	183
5、歌表演	130	1、发音练习	183
(四) 画、折和搭	132	2、看图说话(附挂图5幅)	183
绘画	132	3、儿歌	185
折纸	132	4、故事	186
搭积木	133	5、教学游戏	190
(五) 认识周围的形体和数	133	6、认识环境	193
		(1) 认识社会环境	193
		(2) 认识自然环境	193
		(三) 音乐	194
		1、欣赏歌曲	194

两岁至两岁半孩子的教养

一、体育活动	139
(一) 教育任务	139

2、学唱歌曲	195	(一) 体育活动	253
3、律动	198	1、活动性游戏	253
4、音乐游戏	201	2、娱乐游戏	255
5、歌表演	203	3、体操	256
(四) 画、折和搭	207	(1) 拍手操	256
1、绘画	207	(2) 模仿操	257
2、折纸	208	(3) 玩具动作操	258
3、粘贴	208	(二) 认识能力和语言发展	260
4、泥工	209	1、发音练习	260
5、搭积木	210	2、看图说话 (附挂图2幅)	261
(五) 认识周围的形体和数	211	3、儿歌	261
两岁半至三岁孩子的教养		4、故事	266
一、体育活动	219	5、教学游戏	270
(一) 教育任务	219	6、认识环境	270
(二) 内容和要求	219	(1) 认识社会环境	270
1、生活习惯与独立能力培养	219	(2) 认识自然环境	271
2、动作发展	219	(三) 音乐	271
(三) 教育计划安排	220	1、欣赏歌曲	271
二、认识能力和语言发展	225	2、学唱歌曲	274
(一) 教育任务	225	3、律动	275
(二) 内容和要求	225	4、音乐游戏	277
1、语言发展	225	5、歌表演	280
2、认识社会环境	225	(四) 画、折和搭	282
3、认识自然环境	225	1、绘画	282
(三) 教育计划安排	226	2、折纸	283
三、音乐	236	3、粘贴	283
(一) 教育任务	236	4、泥工	284
(二) 内容和要求	236	(五) 认识周围的形体和数	284
(三) 教育计划安排	236	七、补充教材	287
四、画、折和搭	241	(一) 体育活动	287
(一) 教育任务	241	1、活动性游戏	287
(二) 内容和要求	242	2、娱乐游戏	291
(三) 教育计划安排	242	3、桌面游戏	292
五、认识周围的形体和数	247	(二) 认识能力和语言发展	294
(一) 教育任务	247	1、发音练习	294
(二) 内容和要求	248	2、看图说话 (附挂图2幅)	294
(三) 教育计划安排	248	3、儿歌	295
六、教材	253	4、欣赏儿歌	298
		5、谜语	299

6、故事	299	7、节奏乐	332
7、教学游戏	309	8、欣赏乐曲	334
(三) 音乐	312	(四) 画、折和搭	337
1、欣赏歌曲	312	1、绘画	337
2、学唱歌曲	316	2、折纸	340
3、律动	319	3、粘贴	341
4、音乐游戏	321	4、泥工	342
5、歌表演	325	5、搭积木	342
6、集体舞	328	(五) 认识周围的形体和数	343



零至一岁孩子的教养



零至一岁孩子的教养

一、生活习惯

(一) 睡眠

教育任务

- 1、根据月龄，结合体质与身体状况，安排一昼夜的睡眠时间和次数，保证足够的睡眠。
- 2、在成人照顾下，逐步培养婴儿很快地入睡、睡熟和安静地醒来。

月龄	睡 眠 时 间			发 展 情 况	培 养 方 法	
	昼 间		夜间 (小时)			共计 (小时)
	次数	每次时间 (小时)				
出生——一个月				20—22 婴儿出生后一周内几乎都在睡，未满月前整天大部分时间处于睡眠与假寐状态。 第三周开始能安静地睡着，睡眠时间逐渐缩短。	除哺喂、盥洗时间叫醒婴儿；尿湿时，为婴儿换尿布外，其余时间均安排睡眠。	
二个月	4	1.5—2.0	11—12	18—19 1个半月时逐渐能按时睡眠。	1. 根据婴儿的年龄与体质，决定睡眠和起床的时间。 2. 按规定时间安排睡眠，以养成睡眠习惯，保证足够的睡眠时间。 3. 睡前避免过度兴奋，安排婴儿睡眠时，环境要安静，成人之间互相配合，做好睡前准备，成人动作要轻柔，说话要低声，态度要和蔼、安详，保持睡前情绪稳定。有条件的可播放一些催眠曲，促进婴儿较快入睡。	
三个月	4	2.0—2.5	10—11	17—18 3个月逐步按生活制度所规定的时间睡眠。		

续

月龄	睡眠 时间				发 展 情 况	培 养 方 法
	昼 间		夜间 (小时)	共计 (小时)		
	次数	每次时间 (小时)				
四 个 月 —— 六 个 月	4—3	2.0—2.5	10	16—17	由白天 4 次睡眠 改为 3 次睡眠。	4. 卧室内保持空气新鲜、温度适合, 注意婴儿穿盖适宜, 睡的舒适, 午睡时脱去部分衣服, 锻炼开窗睡眠 (注意风不直吹婴儿)。 5. 培养婴儿能迅速入睡的习惯 (不拍、不摇、不哭闹), 对刚入所不能自然入睡的婴儿, 要和家长共同配合, 逐渐改变不良习惯。
七 个 月 —— 九 个 月	3—2	2.0—2.5	10	14—15	懂得躺下睡觉的意思。 按时睡眠已形成习惯。	6. 婴儿入睡后, 成人应进行巡回观察, 随时纠正睡眠姿势和不良习惯。
十 个 月 —— 十二个月	2	1.5—2.0	10	14—15	在成人提醒下能安静入睡。 白天睡眠时间缩短, 醒着的时间增加。	7. 6 个月以前婴儿要定期变换头位方向, 以免因长时期偏向一侧, 睡成偏头。 8. 婴儿随醒随起床, 撤掉尿布, 把尿或坐盆, 然后喂食。 9. 用语言指导婴儿的动作, 提出要求。随着年龄发展, 培养婴儿积极参加配合动作。

(二) 饮食

教育任务

1. 按时喂奶、喂水、按月龄增加辅食, 让婴儿吃饱、吃好、健康成长。
2. 培养婴儿对哺喂的好感, 同时发展有关的各种动作, 使婴儿积极愉快地参加哺喂。
3. 及时培养与月龄相适应的能力, 如用勺进食、拿碗喝水、用手握住食物吃等。

月龄	发展情况	培养方法
	当奶头接触到婴儿嘴唇时(发生食物性非条件反射), 出现吸吮动作, 头几天吸吮	1. 婴儿出生4—6小时即可哺乳, 初生几天母乳分泌量少, 可根据需要调节哺乳次数, 婴儿吸吮刺激母乳的分泌, 吃奶间隔相应延长, 一两周后可每隔3

续

月龄	发展情况	培养方法
出生——一个月	力弱。 定时哺乳后,很快形成习惯,能到时醒来,有时准确地按时醒来。	小时1次,一昼夜7次,夜晚间隔6小时,两次哺乳中间可喂糖水(含糖5%)。 2. 喂奶前先洗手擦奶头。吸空一侧奶再换另一侧,下一次先吸上次后吸的一侧奶。每次哺乳不应超过20—25分钟,婴儿感觉疲乏欲睡时,可抚摸其手心或脚心,或轻拍其臀部,使能继续吸吮吃饱。 3. 喂奶后,抱起婴儿,右手抱臀部,呈直立状态,使婴儿贴成人肩部,左手轻拍婴儿背部,吐出吸入的空气,以免溢乳。
二个月	抱起婴儿哺乳时,他积极想衔住奶头,伸着头张着嘴。开始认识奶瓶,看见奶瓶就抬起头来,张开嘴,做出吸吮的动作。	1. 培养婴儿聚精会神、情绪愉快、积极吃奶的习惯。 2. 抱起喂奶时,让他看见乳房或奶瓶,注意发展婴儿的积极动作,成人同时说有关吃奶的语言,引婴儿将头靠近乳房自己衔住奶头,或把婴儿手放奶瓶上。成人把着乳房,乳量减少时,训练他用力吸吮。
三个月	开始用手扶奶瓶。	1. 根据月龄、生理特点,制定相适应的生活制度,确定哺喂的时间、次数。 2. 培养婴儿聚精会神吃奶的习惯,吃奶时不要有其他干扰,吃母乳和牛奶,都应抱起来喂。 3. 喂奶前将奶瓶给婴儿看,引他将头靠向奶瓶,当吸住奶头时,把婴儿手放在奶瓶上,教他扶住奶瓶。
四个月	会拿奶瓶准确地放在嘴内。能从小勺中吃蛋黄。	4. 哺喂时成人应说与饮食相关的语言,如“吃奶了,吃奶了!”“××抱住奶瓶子,学着自己吃奶喽!” 5. 4个月开始用小勺喂蛋黄,把蛋黄用奶或米汤调成糊状,让婴儿练习从小勺中吃食物。开始时喂少量食物,逐渐增加食量。
五个月	能从小勺中吃较稠食物。	1. 培养婴儿吃不同滋味和不同浓度的食物。 2. 哺喂时将婴儿抱起,用勺逗引婴儿张开嘴,将少量食物喂进,让婴儿学会用嘴唇抿进食物,咽下第一口后,再喂第二口。
六个月	成人将饼干放婴儿手中会拿着吃。	3. 将饼干或馒头片放婴儿手内,让他练习往嘴里送。 4. 哺喂前要给婴儿洗手,培养卫生习惯。

续

月龄	发展情况	培养方法
七个月	会自己抱奶瓶喝奶。	1、培养婴儿抱瓶吃奶，将婴儿放成吃奶的姿势，把奶瓶给他，教他自己往嘴里放，并抱住奶瓶吃。
八个月	会拿放在盘内的饼干。	2、将放饼干或馒头片的盘子，放在婴儿伸手能及的地方，让婴儿练习自己拿来吃。 3、培养婴儿坐着吃饭，时间不宜过长，掌握婴儿进食量。
九个月	洗完手能安静的坐在饭桌前等待成人喂饭。	1、将婴儿抱到喂饭的三连桌里或是饭桌旁，成人可同时喂2—3个婴儿，各有自己专用的碗和勺，成人要耐心轮流喂食。
十个月	开始练习从成人拿着的杯中喝水或吃流质食物。	2、培养婴儿从成人拿着的杯中喝水，水要斟的少些，鼓励婴儿喝完，再添再喝。
十一个月	从成人端着的杯或碗中喝水或吃流质食物时，双手会扶杯、碗。	1、培养婴儿自己拿勺学着吃饭，成人把住婴儿手，把勺戳到碗里扒饭，再往嘴里送或成人另拿一把勺，帮助他吃饭。
十二个月	学着拿勺往碗里去戳，练习扒饭的动作，但不准确。	2、保持进餐时的卫生，婴儿的手或脸弄脏时，成人要随时擦净，将全部食物吃完再离开桌子，饭后用专用餐巾擦嘴。

(三) 盥洗穿衣

教育任务

- 1、培养婴儿爱清洁，讲卫生的良好习惯。
- 2、培养婴儿愿意参加盥洗，在脱、穿衣服时配合成人做相应的动作。

月龄	发展情况	培养方法
出生——二个月	培养婴儿愉快地接受成人人为他盥洗、穿脱衣服、换尿布等。	1、从出生到6个月前由成人抱着洗，成人左臂托婴儿后背，面朝上，腿挟在成人腋下，成人姆指、食指堵住婴儿耳朵，防水进入，用右手洗。 2、初生几天最好用煮沸过的水洗脸。眼睛用煮沸过的水或用棉球沾2%硼酸溶液（每只眼睛用1个）从外眼由此向内擦洗，外耳道用干软棉球捻擦。鼻孔用蘸以凡士林的棉花捻擦，以避免刺激粘膜，通常不擦口腔，最后洗头。

续

月龄	发展情况	培 养 方 法
		脐带脱落后可盆浴,水温不低于36—37℃,室温为18—20℃。将婴儿放入水中时,成人用左手托住婴儿的背,使婴儿头靠在成人左臂上,水应没到婴儿肩头,在水中逗留4—5分钟。成人动作要轻柔,用语言逗引婴儿积极配合。先洗头、颈面部、然后洗全身。注意耳后、颈、腋下、肘部、腹股沟等皱褶处的清洗和保持干燥。女婴外阴部的冲洗应由前到后,防止粪便污染外阴及尿道。洗完立即用干毛巾擦干身体,在皱褶处扑些滑石粉或婴儿扑粉。 3. 每次大便后,应由前向后用温水冲洗,或简单地用一条干净的、温度适宜的湿毛巾,擦拭肛门周围,转过来叠好再擦洗一遍。 4. 衣服要轻柔舒服,大小适宜,易于脱穿,事先套好,从袖口、裤腿处帮助婴儿伸手,伸腿。
三 个 月 — 六 个 月	培养在清洗、穿衣时有愉快情绪(不哭闹、不拒绝)。	1. 根据不同年龄和季节,规定洗头、洗澡、剪指(趾)甲、理发的时间。 2. 按生活日程的安排,饭前洗手,洗脸,晚上上床前洗脸、洗脚、洗屁股或洗澡,用尿布的婴儿每次大便后洗屁股。
七 个 月 — 九 个 月	在成人提醒下,愿意参加盥洗、穿衣。	3. 用流水冲洗,水温要适度,洗澡水32—34℃,洗头水35℃左右。一人一巾,用后消毒。 4. 盥洗时要防止水灌进婴儿的眼、鼻、耳内,洗后注意擦干皮肤皱褶部位(颈、腋、鼠蹊部等处),使用尿布的婴儿,臀部如发红,洗后搽一些油。 5. 婴儿的衣服要宽大,穿脱方便,尿布要用柔软吸水透气的布(旧布亦可),并经常烫洗。
十 个 月 — 十二 个 月	在成人提醒下,开始稍能配合盥洗、穿衣的一些动作,如洗手时伸出小手,洗脸不哭等。	6. 成人给婴儿盥洗、穿衣时,动作要轻柔,态度要和蔼,以培养婴儿喜欢盥洗。

(四) 大小便

教育任务

- 1、培养婴儿“识把”的习惯。
- 2、随着年龄增长，逐步培养婴儿坐盆大小便的习惯。

月龄	发展情况	培 养 方 法
出生——二个月	在头6个月,由于中枢神经系统发育不完善,来自膀胱粘膜的反射性刺激,可引起不自主的小便,一昼夜达20—25次。 1个月时,一昼夜排尿约330毫升。	1个月左右婴儿醒来尿布未湿,或是哺乳后15—20分钟,成人可将其抱起,双手握住婴儿双腿,婴儿背贴成人怀中,下面放大脸盆训练把尿。
三个月——四个月	接近三个月可训练把尿。能逐渐把成人发出“嘘嘘”声与抱的姿势(把尿)和排小便联系起来。	1. 在婴儿喂奶前换掉湿尿布,并随湿随换,尿布要柔软,吸水性好,包裹时尿布要平展,成人动作要轻柔。 2. 掌握婴儿大小便规律,近3个月的婴儿可开始训练把尿,使把尿的姿势与“嘘嘘”的声音,成为排尿的信号,逐渐形成习惯。
五个月——六个月	成人扶着能坐盆上或便椅上大小便。	3. 6个月以后可坐便椅大小便,但时间不宜过长,不超过2—3分钟,最长5分钟。次数也不宜过勤,以免影响习惯的形成。
七个月——八个月	坐盆上懂得是大小便。	4. 六七个月婴儿在未撤掉尿布前成人要随时观察帮助婴儿练习坐盆大小便,为撤尿布后打基础。 5. 培养10个月婴儿能安静的坐在盆上大小便。要随时注意表情的变化,如玩着忽然愣住或是打颤等,成人要及时帮助坐盆,以掌握婴儿排便的规律。
九个月——十个月	要大便时有表情或是发出“嗯嗯”的声音。	6. 午睡或夜间睡眠要根据婴儿的习惯把尿,次数不宜过多。冬季注意便盆不可太凉,以免影响睡眠。 7. 便盆口径要适合婴儿年龄,坐盆时应有人守护。
十一个月——十二个月	要大小便时有表示,如突然蹲下或是玩的中间突然愣神了。	8. 培养婴儿大小便习惯时,应说有关语言,如“坐盆尿尿”、“尿了真乖!”尿完后进行鼓励。

二、动作发展

教育任务

- 1、培养抬头、翻身、坐、爬、站、蹲、迈步、行走等基本动作。
- 2、发展触摸、抓握并逐步学会拇指和食指捏取及玩弄较多物体的动作。
- 3、通过发展动作，增强婴儿体质，促进婴儿身体发育。
- 4、随年龄增长，在发展抓握、捏取动作的同时，适当培养婴儿抱奶瓶，扶碗等最初的独立能力。

年龄	发展情况	培养方法
出生——一个月	初生婴儿越是兴奋，他的四肢和身体动得越是厉害，通常是肌肉屈曲，手指握着拳，双手抱在胸前，腿向肚子屈着。因为伸肌发展不够，手、脚的动作是突然的、不连续的，动作杂乱，甚至睡觉时也有冲动性动作。视觉和听觉的集中影响婴儿的动作，当他注视着物体、人或倾听声音时，不只眼睛跟着转动，连头部也随着转动。 从四周起，在哺乳前或入睡前当成人把婴儿放成俯卧姿势时，能尝试抬头，只能稍稍抬起一点，便立刻倒下。	1. 经常抱抱婴儿，用躺着的姿势抱在手里。 2. 对俯卧时尝试抬头的婴儿，成人应当用手抚摸其后背，引他抬头。 3. 抱起时，用手支持其后背，把他的身体靠在怀里。
二个月	在视觉发展的基础上，婴儿开始发展有意识的活动，第2个月末，看到奶瓶时，就会伸头张嘴，做出吸吮动作。 两个月俯卧肘能立即把头抬起，但支持得不久，当成人用手抱着或扶着时，能很	1. 经常用直立的姿势抱起婴儿，使他的脸朝着成人的脸，这有助于婴儿把头抬起和竖立。 2. 成人吸引婴儿注意挂在胸前上方的各种色彩鲜明的响铃或小环，鼓励他去玩。 3. 婴儿能稍稍抬起并竖立头时，成人抱他时，用一只手抱其臀部，另一只手放在他的腋下。

续

年龄	发展情况	培 养 方 法
	好地抬起头,较长久地竖立它。 两个半月时,手的动作变得自由、灵活,婴儿用手在胸前活动,伸直手指,常常用一只手抚摸另一只手,会用手碰胸前上方挂着的玩具、抓它,挥动手去拿。 能拿住抓到手里的东西。	
三 个 月	俯卧时能抬头片刻,很容易弯到背后,用前肘支撑着。 会试着用手抓东西,开始无意地抚摸被褥、亲人、玩具与自己的小手。 直立时能把头伸直,转头注视周围。	1. 将婴儿抱起直立,成人手支撑婴儿后背,训练头的直立。 2. 哺喂前可训练婴儿俯卧抬起头来。 3. 婴儿醒着的时候,成人轻轻帮助由仰卧转向侧卧位。 4. 在婴儿胸前上方约40—60厘米处挂色彩鲜艳的彩带或小的带柄的玩具,引导婴儿去抓。 5. 做婴儿体操第一套,练习上肢、下肢、抬头、翻身动作。(附教材)
四 个 月	俯卧时能用前臂和肘长久地支持着抬起前胸。 能较长久地玩弄挂在胸前的玩具。 在成人支撑腋下时能站一会。 可由仰卧位转向侧卧位。	1. 在俯卧练习抬头的基础上,练习用前臂、肘部支撑抬起前胸。 2. 成人扶婴儿腋下,让婴儿脚接触支撑点(成人的腿或是床),腿一弯,立刻提起,然后再放下,再提起,有节拍地反复练习。 3. 帮助婴儿翻身,从仰卧位翻向侧卧位。 4. 开始做婴儿体操第二套,练习上肢、下肢、翻身、坐的动作。(附教材)
五 个 月	从仰卧位翻向俯卧位。 成人握双手轻拉能从坐位站起来。 动作带有一定随意性,能很好抓握悬挂的玩具。 会从侧卧位拿住玩具。	1. 帮助婴儿翻身,从仰卧位翻向俯卧位。 2. 成人把婴儿双手轻拉坐起,然后再轻拉站起。 3. 在婴儿胸部上方挂些颜色鲜艳的小玩具或有柄的啾啾棒,让婴儿练习抓握。 4. 将玩具放在婴儿侧位,引他转身去取。

续

年龄	发展情况	培养方法
六个月	会将玩具换手。 会摇发响的玩具。 扶腋下站起,会上下跳动。 能稍坐片刻。 由俯卧位翻向仰卧位。	1. 将小的或带响的玩具给婴儿,帮他练习换手动作,并教他摇晃发响的玩具。 2. 成人扶婴儿腋下,以成人腿或床为支撑点练习跳动。 3. 用玩具或声音引导婴儿翻身。 4. 开始做婴儿体操第三套,练习上肢、下肢、爬行、站立和走、拾取、跳的动作。(附教材)
七个月	会两手各拿一物,用一物去打击另一物。 会独坐。 扶支持物能站一会儿。 开始爬,但难移动。	1. 同时给婴儿两个玩具或是给婴儿手中拿一物品,在他附近再放一个物品,让婴儿有机会练习用一物打击另一物的动作或打击桌面和床。 2. 将婴儿手把住床栏或其他支持物,练习稍站片刻(注意不使疲劳)。 3. 将婴儿放成俯卧位,在他前方约二尺处放玩具,引导婴儿向前爬。如不能向前移动,成人可用双手掌托住婴儿脚,帮助他向前爬。
八个月	会用拇指和食指将细小物品捏起。 在成人示范下能模仿拍手、招手、举手。 抓住栏杆能站起来。 抓住东西可以迈步。 自己能坐起来,躺下去。 会爬。	1. 在教养床里或桌上放些细小的东西(木珠、米花等),让婴儿初步练习捏取动作。 2. 成人做拍手、招手等动作,让婴儿模仿或是把着婴儿两手对拍、举起,教会拍、举动作。 3. 创造练站的条件,婴儿醒着的时候,放在教养床里,鼓励他抓住栏杆或其他支持物站起来,逐渐挪动脚步。 4. 用玩具引起婴儿爬的积极性,可将玩具放离婴儿远一些的地方,促使婴儿去拿,或是成人用玩具逗引婴儿爬过来。
九个月	抓住东西或成人拉住双手能向前走几步。 扶着能蹲下,然后站起来。	1. 教会婴儿拍手、招手、摆手(再见)。 2. 给婴儿创造能练习站、走的条件和设备。 3. 让婴儿扶着栏杆或拉住成人双手练习蹲下、起来。 4. 开始做婴儿体操第四套,练习上肢、下肢、站立和走、拾取、蹲、跳的动作。(附教材)
十个月	会自己坐下。 能独立站一会。 能一只手扶栏杆走来走去。	1. 安排设备(栏杆、学步车),让婴儿练走。 2. 成人轻拉婴儿双手练习迈步。 3. 在成人保护下,撤开婴儿手或让婴儿靠墙独站,逐渐延长时间。
十一个月	能将一块积木放在另一块积木上。 成人领一只手会走。 能推车向前走或转弯。	1. 给两个以上玩具,成人示范将两物摆上,让婴儿模仿。 2. 成人领婴儿一只手练习走。 3. 为独走做准备,要有较宽敞的场地和适宜的设备(小推车、学步车等)。
十二个月	能将圆环套在棍上或自己手上。 能独站。 会独走几步。	1. 给婴儿圆环、套塔、套盒、积木等玩具,成人引导婴儿练习套、摆或摆。 2. 为婴儿安排宽阔、平坦的场地,学独站、练走路。 3. 成人可在前边拉着玩具车,引导婴儿练习向前走。