

中国心理学会学校心理专业委员会推荐用书



- 认知能力发展与注意力训练 ●
- 情绪情感发展与人际交往训练 ●
- 动作技能发展与控制力训练 ●
- 语言表达发展与果敢训练 ●
- 性格品行发展与行为习惯训练 ●

3~6岁

幼儿心理健康 家庭训练手册

王 玲 主 编

冯夏婷 吴海勇 副主编



深圳报业集团出版社
SHENZHEN PRESS GROUP PUBLISHING HOUSE

序

著名教育家夸美纽斯说过：“一个人的整个人生全以儿童时期所受的教导为转移，所以，除非每个人的心在小时候得到培养，能去应付人生的一切意外，否则任何机会都会错过。”“三岁看到老”，这是中国人总结出来的谚语。年轻的爸爸妈妈可能会感到疑惑：“这个说法有科学根据吗？孩子早期的发展和教育，真的对他的终生起着那么大的影响吗？”让我们先看看科学家提供给我们的一组数据：

宝宝出生的时候大脑重量约为370克，此后第一年内脑重量增长速度最快，6个月时为出生时的2倍，占成人脑重的50%；1岁时接近成人脑重的60%；2岁时脑重约为1050克，为出生时的3倍，占成人脑重的75%；3岁时接近成人脑重。与此相对的是，宝宝的体重要到10岁才能达到成人的50%。从这组惊人的数据中我们可以看到，宝宝大脑的发育速度远远超过了身体发育的速度。

在人生最初的几年里，除了需要充足的营养来保证脑细胞和结构的发育之外，还需要注重环境的刺激和心理训练来促进心智的发展。正如心理学书籍里经常提到的“印度狼孩”，他就是在出生后不久被狼带入狼窝的，他靠吃狼奶、与狼群为伍而长大，从此习得了狼的特性，像狼一样爬行。当狼孩回到人间后，尽管接受了9年的特殊教育，也终不能变成人。直到死，仍用四肢走路，只记得45个单词，智力停留在3岁。

心理学家发现，如果猫或老鼠出生后生活在极单调的环境中，它们的大脑皮层开始萎缩，脑重量减轻，神经细胞之间的联系减少。经研究表明，幼儿在出生后的6年，良好的信息刺激和恰当的教育训练对大脑的功能和结构发育有重要影响，其潜在能力能得到最大限度的发挥。《幼儿心理健康家庭训练手册》经过几年的精心筛选和整理。针对幼儿心理健康发展，侧重研究幼儿心理的发展过程与幼儿心理成长的特征，为年轻的爸爸妈妈与渴望了解孩子心理的大人提供了良好的学习与沟通方式和渠道。

我们注重在0~6岁的这段“关键期”，对宝宝进行及时的“早期教育”。我们的“早期教育”，并不是“神童教育”或“天才教育”，我们希望尊重孩子的身心发展规律，让他能在智力上茁壮成长的同时，非智力因素也能得到全面发展；我们的“早期教育”，并不是提前的知识教育，也不是填鸭式地塞给孩子他没有准备好接受的资讯，我们希望通过必要的外部刺激，让孩子充满好奇，喜欢探索，培养他对学习的兴趣，打好未来学习的基础；我们的“早期教育”，不是枯燥的教条，也不是无趣的课本，我们希望通过简单易操作的训练，让爸爸妈妈体验到亲子活动的乐趣，也让宝宝感受成长的愉快。

作为父母，谁不希望找到正确的途径去造福孩子？然而，我们年轻的爸爸妈妈却并不一定能如愿以偿地找到理想的方法去陪伴孩子成长。为此，广州津心教育科技有限公司教研部特别为年轻的爸爸妈妈编制了一套《幼儿心理健康教育与发展》系列丛书。该系列丛书包括：《0~3岁幼儿心理健康家庭训练手册》和《3~6岁幼儿心理健康家庭训练手册》。

该系列丛书，根据幼儿心理发展的特点与需要，在结构上分为5个部分：认知能力发展与注意力训练、情绪情感发展与人际交往训练、动作技能发展与控制力训练、语言表达发展与果敢训练、性格品行发展与行为习惯训练；在内容上强调科学性和实操性，每个部分都包含许多具体的训练方案和教育建议，如认知能力发展与注意力训练部分，包括观察力的培养、记忆力的增强、思维能力的训练、想象力的丰富以及注意力的训练等；情绪情感发展与人际交往训练部分，包括良好情绪的培养、不良情绪的消解以及学会与小朋友交往等；动作技能发展与控制力的训练部分，包括粗大动作、精细动作、协调性以及冲动行为的控制训练等；对幼儿的语言发展与表达、性格品行和行为习惯养成等，也都提出了具体的建议和训练方案，可以说内容颇为丰富。在写作风格上，强调简洁、明了、可读性强，同时配合专家意见、爱心链接以及插图，使本书显得既有很强的知识性和专业性，又不失通俗与活泼。

我们特别邀请了广东省著名的心理教育专家王玲教授和学前教育专家冯夏婷教授来担纲该书的主编，由她们亲自负责本书的构思、写作和质量把关，再整合我们公司教研部的技术力量来充分润色。

我们希望该书的出版能起到抛砖引玉的作用，使更多的爸爸妈妈愿意和宝宝一起做些力所能及的游戏，更希望通过这些游戏能够为宝宝带来生命的祝福，带来阳光和雨露，带来快乐健康的一生！祝你们和宝宝一起健康地成长！

广州津心教育科技有限公司

2008年9月

CONTENTS

目录

1	第一部分 读懂宝宝的需要
5	第二部分 认知能力发展与注意力训练
9	一、如何训练宝宝的感知能力
18	二、如何训练宝宝的记忆能力
22	三、如何训练宝宝的思维能力
25	四、如何训练宝宝的想象能力
28	五、如何训练宝宝的注意力
31	第三部分 情绪情感发展与人际交往训练
36	一、如何培养宝宝的积极情绪
38	二、常见情绪问题与应对方案
48	三、如何训练宝宝的人际交往能力
52	四、如何借助游戏发展家庭的亲子关系

53	第四部分 动作技能发展与控制力训练
55	一、如何训练宝宝的动作技能
60	二、如何训练宝宝的控制力
63	第五部分 语言表达发展与果敢训练
65	一、如何训练宝宝的听说能力
73	二、如何训练宝宝的果敢力
75	第六部分 性格品行发展与行为习惯训练
78	一、如何训练宝宝的自我意识和生活习惯
83	二、如何培养宝宝的道德品行
89	三、如何培养宝宝的性别角色
91	附录
92	附录一 故事接龙
94	附录二 儿歌
97	附录三 绕口令
101	附录四 道德判断故事
103	附录五 《幼儿心理健康家庭训练手册》训练方案与所需材料
106	参考文献

第一部分

读懂宝宝的需要



- 一位妈妈说：“我的儿子怎么这么顽皮，整天跑来跑去的，一刻也停不下来，好像不知道累似的，是不是有问题？”
- 也有妈妈说：“我的儿子3岁前很乖，很听话，但过了3岁脾气就变得非常怪什么事都要自己来，比如吃饭，非要自己吃，弄得满桌子的饭菜。看他那么慢，想要喂他，结果他把脸一扭，说什么也不吃了。”
- 还有妈妈说：“我家的宝宝整天在家里乱搞东西，一会儿动这个，一会儿动那个，把家里搞得乱七八糟，害的我要不停地跟在他后面收拾。”

很多爸爸妈妈都觉得，宝宝过了3岁就变得不像以前那样听话了，很顽皮，经常自己去乱搞东西，还成天玩水玩沙什么的，乱跑乱跳，把自己弄得很脏，这让爸爸妈妈很苦恼。有时，爸爸妈妈会去骂孩子，叫他们老实点、安静点，其实，这是不了解孩子特点的表现。

心理专家认为，3~6岁的宝宝心理发展有其独特性。具体来说，爸爸妈妈需要了解孩子下面的一些特点与需要：

1. 宝宝需要更多地参与社会生活和发展独立性

进入幼儿期，宝宝由于身心各方面的发展和生活范围的扩大，他们的独立性逐渐增强，会产生和别人在一起，和其他小朋友一起玩的愿望，因此宝宝会对很多事情产生兴趣，要求自己吃饭、穿衣等，自己去认识新朋友，自己和别人打交道，去探索，去学习，去获得对周围事物的理解。

但由于生理发展的限制，宝宝的能力很有限，不能很好地控制和调节自己的行为，他们需要爸爸妈妈的帮助。如果爸爸妈妈过于担心宝宝，而不让宝宝自己动手的话，是不利于宝宝形成独立自主的人格的。爸爸妈妈可以尽量让宝宝随自己的意愿去尝试，在他们需要帮忙时给予协助，让宝宝在亲身体验中发展自己的人格，只是要注意宝宝的安全。

2. 宝宝需要玩具和游戏

游戏在这一时期成为宝宝的主导活动，也是促进宝宝心理发展的最好形式。宝宝可能会对玩具情有独钟，在游戏中学习、成长。爸爸妈妈不用过分担心因为玩而耽误了宝宝的发展，宝宝通过各种游戏活动不但练习了各种动作，有助于动作灵



活性和协调性的发展，宝宝的思维、感觉、知觉、想象力以及社会交往能力也都能得到很快的发展。

3. 关注宝宝的语言发展

学前期是宝宝学习语言的关键期。经过婴儿期的发展和训练以后，宝宝已经获得了基本语言，能与他人进行一定程度的交流。进入幼儿期，宝宝的语言进一步丰富，使他们以一种全新的方式去认识世界，表达或解释自己的想法和愿望。3~5岁主要侧重于语音、词汇和句法的获得；5~6岁主要侧重于将已获得的词汇和句式应用于同他人的交往中。爸爸妈妈要根据宝宝发展的具体情况，对他们的语言发展有所侧重地加以引导。

4. 关注宝宝的社会化行为发展

宝宝出生一两个月就开始了社会化进程，随着与他人交往范围的扩大，此时的宝宝逐渐形成自己的个性。宝宝出现了性别概念，逐渐获得了对自己性别的认同和理解以及对性别差异的认识，并逐渐对某个性别产生偏爱；亲社会行为和攻击行为逐渐凸显。爸爸妈妈要特别注意积极引导宝宝形成正确的性别概念理解和对自己性别的认同；帮助宝宝控制攻击行为，发展亲社会行为，从而使宝宝形成健全的人格，有利于宝宝以后的社会适应，也有利于社会的发展。



爱心链接

3~6岁幼儿心理发展和父母教育引导表¹⁾

3~4岁	
孩子常常做的是	父母可以做什么
① 独立地到处走走，到邻居家玩，能够轻松地走。 ② 能自己穿衣、脱衣。 ③ 学会在晚上控制大小便。 ④ 摹仿画十字，画人有头、有身，甚至有其他部分。 ⑤ 认识2~3种颜色。 ⑥ 讲话很聪明，但仍有孩子话。 ⑦ 能说自己的姓名、性别和年龄。 ⑧ 问题很多，并对“孩子是怎样来的”感兴趣。	① 鼓励孩子跑、跳、攀登，但要谨防危险，对孩子每一次成功表示祝贺。 ② 听孩子说的话，听他自编的故事，回答他的问题，并采用不同的词语来对孩子讲话。 ③ 让孩子负一点责任（如拿个口袋或拿不容易打破的东西，当他完成任务时，鼓励他）。 ④ 要求他自己盥洗、穿衣、脱衣，帮助并鼓励他这样做。 ⑤ 交给他简单愉快的任务。

(续表)

3~4岁

孩子常常做的是	父母可以做什么
⑨ 能区别上和下、前和后。 ⑩ 爱听故事,对爱听的故事要求再讲。 ⑪ 和别的孩子玩,开始让别人玩他的东西,对弟弟妹妹表示关爱。 ⑫ 开始能够完成简单的任务。	

4~5岁

孩子常常做的是	父母可以做什么
① 跳跃、荡秋千。 ② 下台阶用一只脚跳。 ③ 画人有头,有主要躯干和部分身体;仿画正方形和三角形。 ④ 说话相当聪明。 ⑤ 知道怎样数他的手指和自己的年龄,以及一星期的日子。 ⑥ 听故事并能复述故事。 ⑦ 仍然问很多问题,对新的词语和它的意义感兴趣。 ⑧ 当他的愿望遭到拒绝时,表示抗议。 ⑨ 能认识4种颜色,区别形状和大小,与小的比较选出大的。 ⑩ 对成人的活动感兴趣。	① 教孩子用双脚跳或双脚交换跳、跳绳。 ② 调换姿势(站、坐、蹲、伏),沿着直线走,拿着装水的器皿走,以及扔接球。 ③ 教他分辨动物的声音,认识水果、食物和树木。 ④ 要求他数东西并认识颜色。 ⑤ 教他唱歌、数数和背诵歌诀。 ⑥ 教他回答简单的问题。 ⑦ 教他按形状大小、颜色来分类。 ⑧ 教他弹乐器。 ⑨ 要求他表演一些有趣的、简单的动作。

5~6岁

孩子常常做的是	父母可以做什么
① 知道怎样爬树,伴随着音乐跳舞。 ② 能接1米以外扔来的球。 ③ 能静停1分钟。 ④ 正确地说话,放弃孩子的语言。 ⑤ 画人像有头、躯干和腿。 ⑥ 开始分辨左右,区别昨天和今天。 ⑦ 问抽象词的意义。 ⑧ 对家庭和周围的活动有兴趣。 ⑨ 对青年人、老年人的年龄有兴趣。 ⑩ 区别甜、咸、辣和苦的味道。 ⑪ 创造游戏,在玩的过程中改变规则。 ⑫ 对权威反感,迟迟地服从命令。 ⑬ 有兴趣去完成简单的任务。	① 教孩子尽可能跳得越高越好,短距离地跑,把木棍放在地面上,在上面走。 ② 听音乐按节奏跳舞。 ③ 准许孩子玩创造性游戏,用各种零碎物做各种东西,并收集东西,如石子、木块及其他杂物。 ④ 教孩子认识自然现象,并听他对自然现象进行描述。 ⑤ 回答孩子所有的问题,即使有些问题会使人难堪。 ⑥ 让孩子玩时使用安全的工具。 ⑦ 偶尔可以让他烹饪,在家务劳动上让孩子负责较多的任务。

①选自朱智贤《父母对六岁前儿童应负的责任》

第二部分

**认知能力发展
与注意力训练**



●“我的孩子记忆力好像很差，教他念的儿歌，他总是背不出来。怎样能让他记忆力好些？”

●“有时候宝宝会提出一些很难回答的问题，比如：‘碗为什么是圆的？妈妈为什么叫妈妈？’每当面对这样的问题时就感到为难，不知怎样回答。有时心烦，就会说：‘真烦人，怎么提这么怪的问题？’这样做会伤到宝宝吗？”

●“我的宝宝注意力总是很难集中，做任何事情好像都心不在焉，怎样能让他专注地做一件事情？”

宝宝一天天地长大，慢慢地认识了许多事物，学会了跟着音乐扭动小小的身体，学会了自己思考一些问题……看着宝宝一点点地认识这个美丽而多彩的世界，而且在认识世界的过程中变得越来越聪明、可爱，妈妈是多么欣慰啊！

宝宝的这些进步都和认知能力的提高有关。认知是人最基本的心理过程，它包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等。宝宝的智力发展首先依靠感觉，利用感觉搜集事实，并辨别它们，因此感觉训练是最基本的智力发展训练。然后宝宝会把自己的所见、所听、所做、所想的事情记在大脑里，在日后所需时，就从大脑里提取（回忆）已有的知识经验，进行分析、思考、判断推理、解决问题。遇到不懂或者无法解决的问题时，宝宝就会不厌其烦地、一遍遍地问父母或身边的人。

宝宝来到这个世界上，世界上的一切对他来说都是新奇的、未知的，于是他们会用自己的小脑瓜去思考感兴趣的一切问题，还会发挥自己的想象去解释看到的事物，在思维和想象的过程中，宝宝的智力渐渐地发展起来。当然，所有的认知过程都离不开注意。良好的注意力会提高宝宝的感知、记忆及思维活动的效率。

既然认知过程与智力有这么大的关系，要把宝宝培养成为一个聪明的宝宝，爸爸妈妈应该怎么做呢？要从哪些方面来锻炼宝宝的感觉、知觉能力呢？当宝宝的记忆不如人意的时候要采取一些什么措施呢？宝宝问一些稀奇古怪的问题时，妈妈要怎么回答呢？妈妈要怎么做才能为宝宝插上想象的翅膀呢？如果孩子注意力不集中，该怎样训练呢？要解决些问题，首先要知道宝宝的心理发展在这些方面有什么规律。下面是一些已经被心理学研究证实了的规律，让我们一起来学习吧！



1、幼儿感知觉的特点

幼儿感知觉的特点1：感觉和知觉是人生最早出现的认识过程

现代儿童心理学研究证明，新生儿就已经具备了人类的基本感觉和知觉，如视觉、听觉、嗅觉、味觉等，这些感知觉是人生最早出现的认识过程，以后才相继出现记忆过程及与记忆相联系的表象，再进一步发展为最简单的思维以及最初的想象。

幼儿感知觉的特点2：两岁前儿童依靠感觉和知觉认识世界

在人生的头一年，婴儿是依靠视觉、听觉、皮肤感觉等和外界接触的；两岁以前也是依靠感觉得来的信息，对周围世界做出反应。在这个阶段，如果儿童不能用感官接触到某个物体，即不能看到、听到或接触到，儿童就不会去找寻该物体，即认为它不存在。

幼儿感知觉的特点3：幼儿期感知觉仍然占据重要地位，并影响其他心理过程的发展

幼儿期，儿童对世界的认识仍然处于感性认识阶段，幼儿是借助于颜色、形状、声音和动作来认识世界的。3岁后，幼儿的思维虽然已经有所发展，但是其思维是紧紧依靠知觉形象的。

2、幼儿记忆特点

幼儿记忆的特点1：擅长形象记忆

幼儿喜欢记忆形象、生动活泼和熟悉的事物，对这些事物的记忆效果也好。比如，记10个动物比记10种花草或树木效率更高；记10种具体的东西比记10个分别代表这10种东西的词汇效率要高。

幼儿记忆的特点2：习惯机械记忆

幼儿喜欢机械地背诵儿歌、童谣，即使复述一个故事，也喜欢原文不动地一字一句地重复听。

幼儿记忆的特点3：无意性强

幼儿还未形成稳定的个性，自我控制能力也比较弱。因此，幼儿的整个心理活动，包括记忆活动在内，都容易受情境和情绪的影响，表现出极强的无意性。

3、幼儿思维特点

幼儿思维的特点1：以具体形象思维为主要的思维形式

具体形象思维是在感知动作思维的基础上逐渐形成的。这种思维依靠头脑中的表象，即保存在大脑中的事物或情景的形象来联想与思考问题。例如，宝宝在游戏中扮演不同的角色，并且依照角色的身份进行表演；宝宝讲故事时，依靠头脑中关于故事人物及其言行的具体形象，去表述故事情节。

幼儿思维的特点2：能够进行初步的抽象逻辑思维

幼儿后期，在孩子知识经验范围之内，他们能够进行初步的抽象逻辑思维，即依靠概念，并由概念组合成合乎逻辑的判断和推理。思维的这种形式在幼儿期仅处在萌芽状态，不占主导地位。

4、幼儿想象特点

幼儿想象的特点1：无意性

由于调节自己心理活动的能力不足，幼儿的想象基本上都是无意的。幼儿想象的无意性表现为：

(1) 想象的主题不稳定。幼儿的想象往往是在外界事物的刺激下产生的，没有预定目的。因此，想象的内容常常随外界刺激的变化而变化。例如，宝宝摆积木，在摆之前想不出要摆成什么，只是随意地摆，自发地改变摆的形状。一会儿报告摆成“城堡”了，一会儿报告摆成“长城”了。

(2) 幼儿只满足于想象过程，而不在意想象结果。例如，宝宝自由画画，在画面上画了太阳，又画大象，再画桌子，直到画满为止。

幼儿想象的特点2：有意想象开始发展

幼儿的有意想象是在无意想象的基础上发展起来的。随着年龄的增长，幼儿的想象逐渐能围绕一定的主题进行。虽然经常会偏离主题，但自己能够绕回来。例如，宝宝在玩角色游戏时，能事先商定游戏主题，根据主题进行想象，确定大致情节，然后分配角色，制订游戏规则。

幼儿想象的特点3：想象脱离现实或与现实混淆

幼儿的想象脱离现实或与现实混淆，这是宝宝想象的突出特点。幼儿的想象脱离现实主要表现为想象的夸张性。例如，在听故事时，喜欢听夸张性的童话故事，什么拇指姑娘、大人国、小人国等等。在画画时，画人只画一双大眼睛，不画鼻



子、耳朵。幼儿常把想象与现实混淆，把想象的事当成真的。例如，在玩游戏时，宝宝沉迷于游戏想象情景中，有的孩子会把游戏中的“菜”吃了。

5、幼儿注意特点

幼儿注意的特点1：注意的稳定性不断提高

注意的稳定性是指在同一对象或同一活动中注意所能持续的时间。持续时间越长，注意的稳定性就越高，注意的稳定性和注意的集中性紧密联系。许多研究显示，幼儿的注意稳定性随年龄的增长而增强。在良好的教育环境下，3岁幼儿能集中注意3~5分钟，4岁幼儿能够集中注意10分钟左右，5~6岁幼儿注意稳定性可保持20分钟。在游戏条件下，幼儿注意稳定性的时间可以更长。

幼儿注意的特点2：注意范围不断扩大

注意范围是指在同一时间内能清楚地把握对象的数量。幼儿注意范围较小，随年龄的增长注意范围逐渐扩大。一般认为，由于幼儿知识经验贫乏，眼球跳动的距离比成人短得多，也不善于运用边缘视觉，所以视觉注意的范围也小。

幼儿注意的特点3：有意注意和自我控制力还比较弱

有意注意是指有意识地、自觉地保持注意。由于幼儿的大脑皮层发育还不够完善，自我控制力也比较差，因此其有意注意也较弱。这使得幼儿的注意分配和注意转移的能力相对也弱。但是，通过养成良好的生活习惯和注意习惯，有助于提升幼儿的注意品质。

一、如何训练宝宝的感知能力



（一）视觉训练

1、敏锐性训练

训练目标：锻炼视觉敏锐性。

所需材料：各种各样的蝴蝶标本或其他昆虫标本。

亲子互动：

方案一：这是什么？

搜寻或辨认细小物体，如寻找掉在地上的针，挑拣米中的米虫，辨认天上的星星等。辨认远距离的物体，如远处的人、物，飞速越上空上的飞机，飞驰而来的汽车等。辨认各种自然物或社会产品的颜色，并区别它们的色度，如气球等。



方案二：变化的物体

将蝴蝶标本接近宝宝，由近及远地变化着，让宝宝注意看蝴蝶的轮廓和细节，如蝴蝶翅膀的花纹。如果孩子能清楚辨认，则可将它们放远一些，如不能辨认，可移近一些，为了避免旧经验的作用，每次使用的可以是不同的蝴蝶。用类似方法可以让宝宝辨认图画及其他实物。

方案三：点数字

妈妈让宝宝看下图，要求宝宝快速按自然顺序把每个图中的数字从1数到25。要求一边数，一边用手指点出来。

13	3	20	12	21
18	9	16	8	2
5	24	1	25	6
23	11	19	10	22
14	4	17	7	15

25	10	22	6	18
20	3	13	16	2
7	1	24	9	23
11	19	17	5	12
15	4	8	21	14



11	18	7	20	15
3	14	10	1	22
6	24	17	25	12
9	2	21	5	23
4	13	8	19	16

6	18	3	25	11
21	12	23	16	20
1	9	7	2	10
15	22	19	24	14
5	13	4	17	8

14	24	11	6	23
8	4	20	25	9
19	13	17	3	22
5	10	21	1	12
15	2	7	16	18



专家提醒

每方阵2分钟，不让宝宝眼睛过度疲劳。

2、颜色视觉训练

训练目标：锻炼颜色视觉。

所需材料：各种颜色的硬纸卡、积木。

亲子互动：

方案一：说名称

将各色卡片掺和起来，扣在桌上，让宝宝一张张地翻开，并说出看到的卡片是什么颜色的。

方案二：找对子

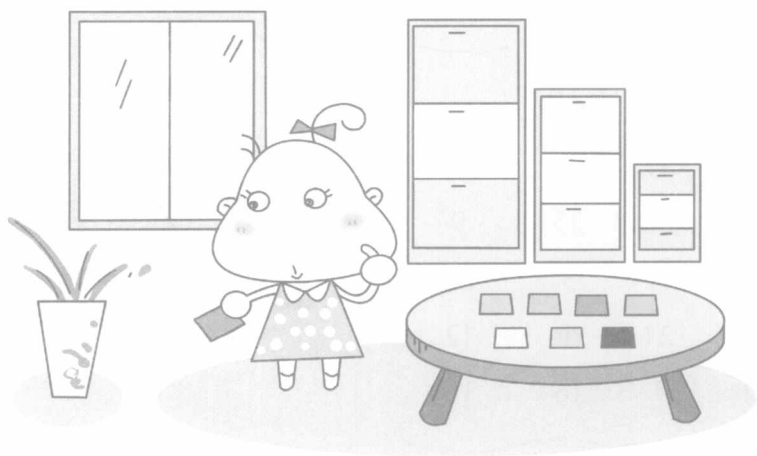
让宝宝记住看到的一种卡片颜色，然后寻找相同颜色匹配。做法如下：让宝宝从一堆扣着的卡片中抽出一张，翻过来看颜色，并说出颜色的名称。然后将卡片再扣过去，让宝宝凭记忆在屋子里或庭院里寻找带有上述颜色的东西。

方案三：摆图样

鼓励宝宝用颜色卡片摆各种图样，图样越多越好，但不能摆相同的图形。

方案四：挑一挑，看一看

- ① 选择一块红色的积木，再拿一块其他颜色的积木。将2块积木放在桌上，对宝宝说：“给我红色。”请宝宝从2件中挑出红色的积木。
- ② 将积木的位置更换，再尝试。
- ③ 逐渐增加颜色数量，要宝宝从2、3、4块中作挑选。
- ④ 红色积木训练后，再依次挑选蓝色、黄色、绿色、黑色等。



妈妈经验

妈妈在教宝宝识别物体或颜色时，可结合日常生活或者编故事的方式引起宝宝的兴趣，当宝宝记住后，妈妈可给予夸奖或者适当奖励。



专家提醒

测验儿童是否能挑选颜色时，大人要小心避免以眼光或手向宝宝做出提示。



爱心链接

在幼儿颜色视觉发展顺序中，幼儿有精确的分辨最细微的物体或远距离物体的能力，这个能力因年龄不同而各异。年龄越大，辨别能力越强。拿一张16开纸，画出有带缺口的圆圈的图，测量他们能够看出圆圈上缺口的平均最大距离，4~5岁为207.5厘米，5~6岁为270厘米。

幼儿对颜色辨别的能力逐年提高，2~3岁时可以正确辨认基本颜色——红、黄、蓝、绿。3~4岁时可以辨别红、橙、黄、绿、青、蓝、紫7种颜色。宝宝最先掌握的是红色，其次是绿色、黄色等。