

2~3岁宝宝早教

2~3 sui Baobao Zaojiao Yiri Yike

一日一课

中国儿童早期教育专家组 编著

全新的理念
有趣的游戏

陪伴宝宝聪明成长每一天

 内蒙古科学技术出版社



0~3岁的宝宝在身体迅速健康成长的同时，大脑的活动程度是成人的两倍，这个时期宝宝不仅对世界充满好奇心，思维也十分敏捷、活跃，是对宝宝智力进行有效开发的最佳时期。

宝宝智力发展的模式将会影响他的一生。那么，什么样的早教是科学而有效的？什么样的早教内容涵盖了智力开发的方方面面呢？在日常生活中，怎样才能让宝宝发育得更全面，智力得到质的提高呢？本书会给您最佳的答案。

它非常有针对性。本书专门为2~3岁宝宝设计，针对宝宝在不同阶段的发育特点，提供专业的早教指导。特别为您准备的每月宝宝早教课程表中，详细指出了该阶段对宝宝不同能力的训练及可以达到的效果，让您每一天都会为宝宝的进步惊喜不已；而为宝宝每天准备的早教内容，更是让您教育宝宝时不会手足无措，做到胸有成竹，有目的地去培养自己的天才宝宝。

它非常有趣。对宝宝来说，最好的教育就是游戏。在游戏中培养能力是宝宝最乐于接受的启智方法，也是父母掌握科学育儿和快乐育儿的有效途径，本书根据大量的教育实践及宝宝每个月的生长发育特点来设计游戏，让宝宝从中学会运动、认知、语言、手的技巧、与人交流及自理等方面的各种能力，全面提高宝宝智力。

它非常严谨。本书在每日的早教课程中，开篇就有一个早教的主要内容，以提高宝宝某一方面的能力。但早教又并不局限于这一小点内容，您可以把前面的所有早教内容运用到宝宝将来的成长阶段，不但可以加强前面的早教效果，还可以全面促进宝宝的动手活动与思维探索，达到最佳教育效果。

它非常贴心。本书在每日早教的内容中都安排有妈妈经验分享，从过来人的角度给您最贴心的提示，为您提供切实可行的指导，帮助宝宝真正从生活中、在其最自然的状态下获取知识，提高能力。

目录

c o n t e n t s

24~25个月

宝宝早教预习课

第 1 天	宝宝的营养早教	002
第 2 天	宝宝听我说	003
第 3 天	看星星	004
第 4 天	找朋友	005
第 5 天	闻一闻	006
第 6 天	点数1、2、3	007
第 7 天	到户外散步去	008
第 8 天	让宝宝自己吃饭	009
第 9 天	自己穿衣服	010
第 10 天	夸奖宝宝的艺术	011
第 11 天	宝宝爱撕纸	012
第 12 天	这是什么声音	013
第 13 天	找宝藏	014
第 14 天	引导宝宝表达	015
第 15 天	给宝宝卧室添加色彩	016
第 16 天	给宝宝独处的时间	017
第 17 天	让宝宝学着去爱	018
第 18 天	听听古典音乐	019
第 19 天	看蚂蚁搬家	020
第 20 天	这不是吃的	021
第 21 天	画图找家	022
第 22 天	宝宝吃小的	023
第 23 天	发音更清楚	024
第 24 天	自己来洗手	025
第 25 天	妈妈生气了	026

第 26 天	沙子的独特魅力	027
第 27 天	看着宝宝眼睛说话	028
第 28 天	宝宝的白日梦	029
第 29 天	当故事的主人公	030
第 30 天	独一无二的宝宝	031



25~26个月

宝宝早教预习课

第 31 天	学习刷牙喽	033
第 32 天	好问的宝宝	034
第 33 天	妈妈永远支持你	035
第 34 天	教宝宝穿裤子	036
第 35 天	让我悄悄地告诉你	037
第 36 天	宝宝自己独立吃饭	038
第 37 天	适合宝宝的图书	039
第 38 天	打破砂锅问到底	040
第 39 天	拓展宝宝想象力	041

第 40 天	刚才这里有什么	042
第 41 天	玩具不要给太多	043
第 42 天	教宝宝学称呼	044
第 43 天	好奇的宝宝	045
第 44 天	蒲公英和它的宝宝们	046
第 45 天	浴缸戏水真开心	047
第 46 天	打针不可怕	048
第 47 天	教宝宝解衣服扣子	049
第 48 天	想要什么说出来	050
第 49 天	变谎言为讲故事	051
第 50 天	宝宝自己的欢乐天堂	052
第 51 天	等爸爸回家吃晚饭	053
第 52 天	宝宝为什么任性	054
第 53 天	和风儿一起玩耍	055
第 54 天	名画的教育效果	056
第 55 天	给宝宝多一些选择	057
第 56 天	不迁就也是爱	058
第 57 天	春天来了	059
第 58 天	注意力的培养	060
第 59 天	睡前故事王	061
第 60 天	关注宝宝的环境安全	062



26~27个月

宝宝早教预习课

第 61 天	认识回家的路	064
第 62 天	妈妈的好帮手	065
第 63 天	合作画图画	066
第 64 天	饭桌上的小大人	067
第 65 天	谁的东西	068
第 66 天	玩简单的拼图	069



第 67 天	让规则发挥作用	070
第 68 天	挤出来的亲子时光	071
第 69 天	公交车上的教育	072
第 70 天	宝宝爱洗脸	073
第 71 天	去外婆家做客	074
第 72 天	谁抢到谁吃	075
第 73 天	让我们一起观察吧	076
第 74 天	好看的云朵	077
第 75 天	父子二人的亲密空间	078
第 76 天	宝宝情绪的变化	079
第 77 天	恋上自己的小毛毯	080
第 78 天	给爸爸拿拖鞋	081
第 79 天	伴着动作背儿歌	082
第 80 天	宝宝广交朋友	083
第 81 天	结巴别介意	084
第 82 天	说完整的句子	085
第 83 天	你问我答	086
第 84 天	自编水果歌谣	087
第 85 天	宝宝你真棒	088
第 86 天	宝宝害羞怎么办	089
第 87 天	和宝宝谈感受	090
第 88 天	宝宝自己“做”早餐	091
第 89 天	宝宝发烧	092
第 90 天	宝宝喜爱甜食	093

27~28个月

宝宝早教预习课

第 91 天	跟着动物学发音	095
--------	---------	-----

第 92 天	逗虫虫, 虫虫飞	096
第 93 天	雨滴是一个小精灵	097
第 94 天	批评事情而不是孩子	098
第 95 天	用商量的语气跟宝宝说话	099
第 96 天	庆祝宝宝的独特性	100
第 97 天	客人来了	101
第 98 天	在叛逆, 也在成长	102
第 99 天	宝宝尝试自己做	103
第 100 天	我是谁	104
第 101 天	天亮与天黑	105
第 102 天	给爸爸打电话	106
第 103 天	爱的宣言	107
第 104 天	带宝宝去乐器行	108
第 105 天	让宝宝学会安静	109
第 106 天	想象中的朋友	110
第 107 天	袜子手偶	111
第 108 天	会讲故事的报纸	112
第 109 天	宝宝珍爱的玩具	113
第 110 天	宝宝的另类涂鸦	114
第 111 天	透气的小脚丫	115
第 112 天	减少宝宝的依恋	116
第 113 天	初识容器	117
第 114 天	宝宝出汗多	118
第 115 天	重复的乐趣	119
第 116 天	良好的声音环境	120
第 117 天	宝宝的餐桌自由	121
第 118 天	跑和跳的训练	122
第 119 天	区分多和少	123
第 120 天	颜色日	124



28~29个月

宝宝早教预习课

第 121 天	从小学英语	126
第 122 天	不理不睬的管教	127
第 123 天	温柔与叱责	128
第 124 天	青蛙跳跳跳	129
第 125 天	可爱的童话屋	130
第 126 天	我有一双小手	131
第 127 天	一样多	132
第 128 天	小小建筑师	133
第 129 天	匹诺曹的鼻子	134
第 130 天	适当的处罚	135



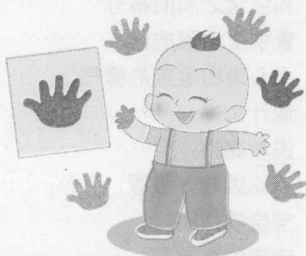
第 131 天	唱着儿歌长大	136
第 132 天	上蹿下跳的宝宝	137
第 133 天	坚强的宝宝	138
第 134 天	不要恐吓宝宝	139
第 135 天	宝宝的安全认知	140
第 136 天	开始自己睡	141
第 137 天	跟你来命名	142
第 138 天	宝宝打人怎么办	143
第 139 天	手巧心也灵	144
第 140 天	谁躲进水里了	145
第 141 天	宝宝不必太听话	146
第 142 天	好宝宝乖乖睡	147
第 143 天	宝宝的幽默感	148
第 144 天	做个勇敢的宝宝	149
第 145 天	自制图画书	150

第 146 天	用音乐和宝宝说话	151
第 147 天	辅导宝宝看动画	152
第 148 天	美味时间	153
第 149 天	润肤乳液的呵护	154
第 150 天	宝宝生病慎用药	155

29~30个月

宝宝早教预习课

第 151 天	视觉大发现	157
第 152 天	舞动的小精灵	158
第 153 天	宝宝的偏爱	159
第 154 天	拼图形	160
第 155 天	宝宝的条理性	161
第 156 天	宝宝如厕预备时	162
第 157 天	父母教育的一致性	163
第 158 天	宝宝的自我控制	164
第 159 天	电视节目的选择	165
第 160 天	过家家	166
第 161 天	节奏的深入体验	167
第 162 天	有趣的手指画	168
第 163 天	快乐故事餐	169
第 164 天	袜子找朋友	170
第 165 天	宝宝的进餐规矩	171
第 166 天	训练左脚左手	172
第 167 天	变废为宝的技巧	173
第 168 天	尊重宝宝的努力	174
第 169 天	用棉签画葡萄	175
第 170 天	淡化宝宝的缺点	176
第 171 天	运动益智	177



第 172 天	黑暗中的大嘴怪物	178
第 173 天	宝宝会认字了	179
第 174 天	宝宝也有嫉妒心	180
第 175 天	培养良好的睡眠习惯	181
第 176 天	小鸟是大树的朋友	182
第 177 天	彬彬有礼好宝宝	183
第 178 天	跟宝宝一起阅读	184
第 179 天	不能这样哄宝宝	185
第 180 天	不尴尬的性教育	186

30~31个月

宝宝早教预习课

第 181 天	彩色巧克力豆	188
第 182 天	指尖上的灵感	189
第 183 天	睡前故事要短	190
第 184 天	别奖赏宝宝的任性行为	191
第 185 天	宝宝的方向感	192
第 186 天	玩转小皮球	193
第 187 天	上下擦擦	194
第 188 天	小小音乐家	195
第 189 天	邻里间的早教同盟	196
第 190 天	让冬天动起来	197



第 191 天	使用筷子预备时	198
第 192 天	神奇的如意罐	199
第 193 天	给宝宝幸福感	200
第 194 天	宝宝自己的故事	201
第 195 天	猜猜他是谁	202
第 196 天	宝宝天生爱玩水	203

第 197 天	大脚小脚走起来	204
第 198 天	时间的秘密	205
第 199 天	美味奶酪餐	206
第 200 天	谨防宝宝孤独症	207
第 201 天	跳出来的智慧	208
第 202 天	小鼓会说话	209
第 203 天	贴五官	210
第 204 天	月亮跟我走	211
第 205 天	给宝宝一些选择的机会	212
第 206 天	交通安全	213
第 207 天	口齿伶俐的宝宝	214
第 208 天	是和不是	215
第 209 天	一起来读古诗吧	216
第 210 天	沙子会画画	217

31~32个月

宝宝早教预习课

第 211 天	故事中的因果关系	219
第 212 天	爱抚哭闹的宝宝	220
第 213 天	小鬼当家	221
第 214 天	说“不”的小大人	222
第 215 天	带宝宝去游泳	223
第 216 天	随处可识字	224
第 217 天	小心电视宝宝	225
第 218 天	教宝宝快乐分享	226
第 219 天	带树叶回家	227
第 220 天	纸屑里飞舞的智慧	228
第 221 天	妈妈的魔术口袋	229
第 222 天	别让宝宝异性打扮	230
第 223 天	摸摸大树跑回来	231
第 224 天	一罐橡皮泥	232
第 225 天	说话的节奏	233
第 226 天	泡泡下的想象	234
第 227 天	沿路追踪	235
第 228 天	宝宝的梦幻旅行	236
第 229 天	盒子火车	237
第 230 天	左右分得清	238



第 231 天	引导宝宝与书“牵手”	239
第 232 天	爸爸的作用	240
第 233 天	成功的梯子	241
第 234 天	冒险岛之旅	242
第 235 天	坐在爸爸的肩上	243
第 236 天	谁会飞	244
第 237 天	接龙讲故事	245
第 238 天	榜样的力量	246
第 239 天	蔬菜瓜果排排队	247
第 240 天	轻松训练宝宝如厕	248

32~33个月

宝宝早教预习课

第 241 天	看天气预报	250
第 242 天	宝宝的爱车	251
第 243 天	玩具伴随宝宝成长	252
第 244 天	跨栏游戏	253
第 245 天	宝宝的金鱼朋友	254
第 246 天	大小风筝	255
第 247 天	建立经验法则	256
第 248 天	学会积蓄快乐	257
第 249 天	我们都是木头人	258
第 250 天	和宝宝之间的暗号	259
第 251 天	重视宝宝说的话	260
第 252 天	小心逼出宝宝的脾气	261
第 253 天	像什么	262
第 254 天	说教高招	263
第 255 天	串珠游戏升级版	264
第 256 天	宝宝咬指甲	265
第 257 天	宝宝的百宝箱	266

第 258 天	自己挑选衣服	267
第 259 天	铺路游戏	268
第 260 天	宝宝爱蔬菜	269
第 261 天	适度地争抢	270
第 262 天	好家风, 好教育	271
第 263 天	教宝宝唱起来	272
第 264 天	宝宝的故事表演	273
第 265 天	宝宝的小世界	274
第 266 天	木偶戏	275
第 267 天	急诊室之撞伤头部	276
第 268 天	别当着宝宝的面争吵	277
第 269 天	宝宝学画圆	278
第 270 天	让你难堪的宝宝	279



33~34个月

宝宝早教预习课

第 271 天	和宝宝一起说绕口令	281
第 272 天	你会怎么办	282
第 273 天	急诊室之气管异物	283
第 274 天	画窗帘	284
第 275 天	科学小实验	285
第 276 天	小手帕洗一洗	286
第 277 天	宝宝继续说	287
第 278 天	好玩的气球	288
第 279 天	小小魔术师	289
第 280 天	思维动一动	290
第 281 天	冷静对待宝宝的怒火	291
第 282 天	水的魔术	292
第 283 天	试着跟宝宝说理	293

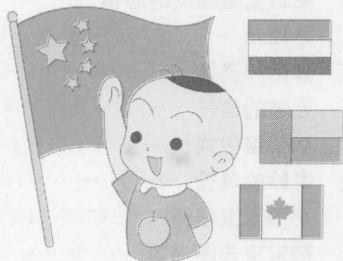
第 284 天	驱除宝宝理发的恐惧	294
第 285 天	寻找光	295
第 286 天	真话和谎话	296
第 287 天	宝宝的信任	297
第 288 天	从错误中成长	298
第 289 天	奇妙的风铃	299
第 290 天	别怕宝宝顶嘴	300
第 291 天	带宝宝去图书馆	301
第 292 天	玩转影子	302
第 293 天	在家也当值日生	303
第 294 天	晒太阳的健康教育	304
第 295 天	碰巧的艺术	305
第 296 天	兴趣第一	306
第 297 天	跳房子	307
第 298 天	放手让宝宝自己玩	308
第 299 天	打断你说话的宝宝	309
第 300 天	带宝宝去看牙医	310



34~35个月

宝宝早教预习课

第 301 天	补好撕破的书	312
第 302 天	瓜果艺术画	313
第 303 天	钱是什么	314
第 304 天	帮宝宝学习交流	315
第 305 天	去野餐吧	316
第 306 天	猜谜语	317
第 307 天	急诊室之外伤	318
第 308 天	动动手上的小肌肉	319
第 309 天	重复手势游戏	320



第 310 天	正确对待宝宝打闹	321
第 311 天	逆向思维训练	322
第 312 天	给宝宝零压力	323
第 313 天	走进地球村	324
第 314 天	创意玩电话	325
第 315 天	宝宝是游戏的主人	326
第 316 天	倾听宝宝的梦	327
第 317 天	和宝宝一起做早操	328
第 318 天	宝宝的破坏欲	329
第 319 天	一句话的魔力	330
第 320 天	警惕手足口病	331
第 321 天	盛怒别管教	332
第 322 天	益智七巧板	333
第 323 天	宝宝考考你	334
第 324 天	小小石头艺术家	335
第 325 天	接电话	336
第 326 天	晕车的宝宝	337
第 327 天	等待宝宝慢慢长大	338
第 328 天	固定阅读时间	339
第 329 天	急诊室之中毒	340
第 330 天	幼儿园预备时	341

第 336 天	接下来是什么	348
第 337 天	有趣的不倒翁	349
第 338 天	实用的广告册	350
第 339 天	营养丰富的小米粥	351
第 340 天	小动物点名	352
第 341 天	宝宝说脏话	353
第 342 天	宝宝来下棋	354
第 343 天	语言发育迟缓	355
第 344 天	扁桃体发炎	356
第 345 天	懂事的好孩子	357
第 346 天	特别好动的宝宝	358
第 347 天	理解规矩和标准	359
第 348 天	宝宝咬人怎么办	360
第 349 天	大家一起玩吧	361
第 350 天	奖罚分明	362
第 351 天	吃水果认颜色	363
第 352 天	妙用果汁瓶	364
第 353 天	幸福拍手歌	365
第 354 天	积木配对	366
第 355 天	冲突也是交往课	367
第 356 天	带宝宝参观幼儿园	368
第 357 天	幼儿园好宝宝	369
第 358 天	避免灾难发生	370
第 359 天	宝宝的跳蚤市场	371
第 360 天	让宝宝学会等待	372
第 361 天	保护宝宝的眼睛	373
第 362 天	让宝宝自己爱上吃饭	374
第 363 天	立交桥的教育	375
第 364 天	沉睡的天赋	376
第 365 天	宝宝的生日计划	377

35~36个月

宝宝早教预习课

第 331 天	建立宝宝的诚信观	343
第 332 天	淘气包	344
第 333 天	庭院中的小秋千	345
第 334 天	洗头引发的“战争”	346
第 335 天	重量级宝宝	347



24~25个月 宝宝早教 预习课

宝宝已经两周岁了！此时的宝宝从大动作、言语能力、认知能力到精细动作、社交行为等各方面都有了明显的进步，这真让爸爸妈妈看在眼里、喜在心头！爸爸妈妈要再接再厉实行早教计划，让宝宝更上一层楼哦！

lesson 1 语言能力训练

1. 鼓励宝宝复述出完整的句子。当你给宝宝讲内容简单、富有情节的小故事时，不妨有意识地教宝宝复述句子，你说一句，宝宝重复一句，你说开头，让宝宝补充后面的话，促进宝宝提高语言能力。
2. 平时交谈，尤其是跟宝宝讲话时，注意发音准确、用词贴切、语言简练，给宝宝一个模仿的榜样。

lesson 2 精细动作能力训练

1. 现在是训练宝宝协调能力的好时候，可以让他搭积木、画直线和圆圈、还可以进行穿珠比赛等活动。
2. 2岁的宝宝一般都能麻利地用勺和碗了，可以用勺舀东西来做游戏，这对宝宝可是一项很好的锻炼呢。

lesson 3 社交行为能力训练

1. 宝宝初步懂得与同伴交往，并在家人的引导下礼貌待人了。家人应作好榜样，使好模仿的宝宝模仿家长的良好行为。
2. 培养宝宝独立吃饭，养成良好的饮食习惯也是很重要的，这将使宝宝终生受益。

lesson 4 生活自理能力训练

为保护好宝宝的乳牙，可训练宝宝养成饭后漱口的习惯，如果乳牙出齐了20颗，就应训练宝宝学会刷牙。

lesson 5 大动作能力训练

1. 宝宝这时会“跑”了，他就像一架上足了发条的小坦克，一刻不停地跑来跑去，乐此不疲。爸爸妈妈一定要注意把环境中危险的物品放置好，以免出现意外。
2. 选择较低矮的台阶，最好只有10厘米高，让宝宝练习双脚交替一步一阶上楼梯。

lesson 6 适应能力训练

1. 善于鼓励，以积极的态度教育宝宝。适当回避，家庭生活的有些方面是宝宝不必参与、不必知道的，要适当回避。
2. 恪守一致的教育态度会对孩子有加倍的作用，态度不统一会抵消教育的威力。预先提示，和孩子商量后提出要求，孩子乐于接受。

第1天 宝宝的营养早教

► 2~3岁宝宝营养需求

研究表明,2~3岁宝宝平均每日需要4 604.6~5 441.8千焦的能量,长得稍快或稍慢的宝宝可能需要的能量会稍微多或少一些。现在虽然没有专门的幼儿膳食金字塔,但营养学金字塔指南同样适用于2岁以上的宝宝,你可以用它指导你的宝宝的膳食。宝宝一天的饮食要包括6份粮食、3份蔬菜、2份水果、2份奶与蛋、2份瘦肉,同时要限制他对脂肪和糖的摄入量。注意每份的份量应比较小,大约相当于成人量的1/2~1/3。

► 妈咪经验分享——2~3岁宝宝一天菜谱

早餐:牛奶半杯(或豆浆1小碗),鸡蛋1个,小花卷50克,花生酱1汤匙。

零食:烤面包1片或小饼干整个,酸奶1/2杯,香蕉1/2个。

午餐:米饭1小碗,胡萝卜炒肝片,鸡蛋汤或豆腐小白菜汤。

零食:牛奶或豆浆半杯,面包50克,苹果1/2个。

晚餐:羊肉胡萝卜馅包子50~100克,大米稀粥1/2~1碗。

入睡前半小时:牛奶或配方奶1/2~1杯。

► 益智游戏——草地上的珍珠

◆ 游戏目的:熟悉各种颜色,训练宝宝的观察能力。

◆ 游戏前准备:各种颜色的珠子。

◆ 游戏开始啦:带着宝宝去有草地的公园,并把各种各样颜色的珠子撒在草地上,然后说出一种颜色,让宝宝捡起相应颜色的珠子。你也可以准备各种形状的珠子让宝宝去寻找。注意不要让宝宝把珠子塞进嘴巴里哦。

第2天 宝宝听我说

► 记得多跟宝宝说说话。

语言的早期教育对宝宝很重要。对宝宝来说，你对着宝宝说话时的表情、眼神和动作是对宝宝的视觉刺激，可以让宝宝慢慢学会对情境的领悟，还能让宝宝领会你的爱，产生安全感。平常对宝宝多说说，不但让宝宝从小就生活在一个良好的语言环境中，培养出一个语言丰富的聪明宝宝，这对宝宝以后的情感、智力、脑功能的发育都有好处。

对宝宝说话时，一定要注意眼睛要注视着宝宝。可说的内容很多，你和宝宝正在做什么、看到什么就讲什么给宝宝听。例如，你可以把宝宝身边物品的名称一一教给他“宝宝看，这是花，是红颜色的花”；也可以亲亲宝宝，告诉他“爸爸妈妈好爱你”。

► 妈咪经验分享——不要以否定的态度对待宝宝。

“宝宝实在是太不听话、太不乖了”、“你太顽皮了……”这样的话千万不要当着宝宝的面说。早教的原则之一就是“积极暗示原则”，而你这样否定的话语实际上是一种消极的暗示，会对宝宝产生消极的教育影响。年幼的宝宝没有是非的分辨能力，他对你说的话会无条件地认同，当你说他不乖、懒惰、胆小的时候，他真的就会这样看待自己，进而产生自卑的心理。别再对宝宝说这样的话了，给他一些正面的鼓励吧，否则宝宝就会真的变成那样了。

► 益智游戏——我会寄信啦。

◆ 游戏目的：让宝宝在会数1~10的基础上，区分数字1和2。

◆ 游戏前准备：用两个相同的盒子或铁罐分别标上1和2，充当“信箱”，挂在宝宝够得到的地方。然后用几张写上1或2的纸片当作“信”。

◆ 游戏开始啦：每次发给宝宝2~3封“信”，让他寄到号码相同的“信箱”内，看看宝宝能否认清数字正确送信。最后检查“信箱”内有无寄错的“信”。随着宝宝认字能力的加强，以后可逐步增加数字甚至是汉字哦！

第3天 看星星

► 耐心回答宝宝提问

宝宝的很多知识和间接经验，都是在与父母机智的一问一答中获得的，他现在喜欢问“是什么”，等到再大一些，开始不断问你“为什么”的时候，宝宝的智力思维就将进入更高级的阶段。你要善于回答宝宝的提问，保护好他的求知欲望和学习兴趣。

回答宝宝问题的时候需要跟他的认知水平相适应，既要帮助宝宝学习理解一些基本常识和概念，又要防止用规范的条条框框限制他的思想的空间。比如宝宝向你提出一个有趣的问题：

“星星是什么呀？”如果说“它是一个天体，在宇宙中转”、“星星就是小太阳”，宝宝由于不理解而疑惑茫然；如果你回答说：“星星是太阳和月亮的弟弟。”他就会心地点头笑了。等他对天文感兴趣的时候，你再教会他相关深奥的天文知识吧。

► 妈咪经验分享——回答宝宝的问题切忌信口开河

在听取和解答他提出问题的过程中，你可以发现和发展宝宝的兴趣和爱好，有利于因材施教，因势利导。在耐心回答宝宝问题的基础上，你别忘了要对宝宝提出的问题认真思考，要注重科学性，切勿信口开河。对问题的回答，不仅要有耐心，而且力求通俗易懂，自己不清楚不要随便作答，以免引起他的不信任，否则你的下一步管教就会困难得多。

► 益智游戏——看星星

● 游戏目的：让宝宝学会数数，知道数字表示的多少的概念。

● 游戏前准备：准备笔和一些彩色纸张。

● 游戏开始啦：先让宝宝念小星星儿歌：“小星星亮晶晶，挂在天上眨眼睛。”然后给宝宝画个五角星，一起数数有几个角。可以教宝宝折五角星，边折边教儿歌：“1角星亮晶晶，2角星蓝莹莹，3角4角5角星，光明光明真光明。”



第4天 找朋友

► 鼓励宝宝跟小伙伴交往

不要总是觉得自己的宝宝小，担心他在与人发生冲突时吃亏，于是在宝宝户外活动时，时刻不离宝宝左右。殊不知孩子们正是在相互摩擦中“吃一堑，长一智”，你的这种过度保护反而限制了他的社会性交往能力的发展。社会生活是宝宝健康发展不可缺少的因素，所以带着宝宝走出去，扩大他的社会生活圈子吧，“让孩子教育孩子”，使他在相互交往中获取社会生活的经验，学会如何控制和调节自己的行为，增强社会交往能力。

► 妈咪经验分享——给孩子社交的机会

培养宝宝的社会交往能力，你一定要放开手脚，多带宝宝出门参加社交活动，只有经历种种“大场面”才能锻炼他良好的交往素质。在家里设生日宴，让宝宝接待客人，做一些力所能及的招待活动，比如送茶水、送糖果、抬椅子等，让他和小朋友们一起看图书、玩玩具、吃糖果，宝宝长期耳濡目染，也会逐渐学会待人接物之道，养成热情待客的良好习惯。带宝宝参加故事会、联欢活动等等，还可以经常带宝宝走亲访友，这样，会使宝宝增长见识、增强信心，在社会交往时就会变得落落大方。同时要积极引导宝宝和不同年龄层次的伙伴一起玩，以积累更丰富的交往经验，从而提高其自制能力、抗挫能力和交往水平。

► 益智游戏——追影子

◆ 游戏目的：让宝宝了解大自然，并训练宝宝的跑、跳能力。

◆ 游戏前准备：选择阳光灿烂的日子带宝宝到户外（庭院、儿童活动场地或公园）。

◆ 游戏开始啦：帮助宝宝找到他的影子，让他换个方向，来回走走，好让他能看到自己对影子变化的作用，然后让宝宝去踩住影子并去努力“抓住”。

要时刻盯着宝宝防止他摔跤哦！

第 5 天 闻一闻

宝宝的嗅觉旅行

2岁时宝宝就能闻出味道的好坏了，此时训练宝宝用嗅觉去闻各种气味，以通过刺激嗅觉细胞的发育来促进宝宝感觉中枢神经细胞的发育，对促进宝宝的智力发育会起到良好的作用。

在日常生活中，注意让宝宝闻香味、臭味及刺鼻的味道，比如吃饭时，学会让宝宝先享受食物的香味；常带宝宝到植物园去接触不同的花草、树木的气味，均有助于刺激宝宝的嗅觉发育。现在市场上还有许多香味书，而且配有与香味相关的图卡，方便父母带领宝宝一起认识新物品及其具备的味道，是宝宝良好的嗅觉教具。此外，训练宝宝学会用鼻子呼吸，少用嘴巴呼吸，也可以培养宝宝的嗅觉灵敏性。

妈咪经验分享——让宝宝远离香烟

宝宝的嗅觉、味觉都比成人敏感，香烟烟雾的异味不但破坏宝宝的嗅觉灵敏性，还会刺激宝宝的迷走神经，导致宝宝胃肠道发生痉挛性收缩，产生剧痛。而香烟中的尼古丁毒素如果长期留存在宝宝的体内，就会让他的身体产生不适，甚至造成宝宝厌食、拒食，对宝宝的智力开发百害而无一利。为了宝宝的身心健康，家人不要吸烟，如果实在戒不掉，则应尽量少吸，至少要让烟雾远离宝宝，为他创造一个舒适、清新、安全的生活环境。

益智游戏——闻闻这是什么味道

◆ 游戏目的：有助于宝宝大脑独特结构的形成。

◆ 游戏前准备：选择三种气味截然不同的物品，如橘子或丁香花。

◆ 游戏开始啦：创设游戏场景，告诉宝宝，你们俩扮成走在路上的熊。你说：“小熊，我闻到了香味。”假装从树上摘下橘子，剥开一部分让宝宝闻闻看，让宝宝用语言描述味道。最后，对宝宝说：“小熊愿意尝一尝咱们刚才闻过的东西吗？”

第6天 点数1、2、3

我来数一数!

宝宝已经学会数数啦。在教宝宝数数的同时让宝宝了解物品大小、数量是不错的选择哦。宝宝对物品大小、数量的认识是在对实物的比较中形成的，搜集大小质地不同的各类小物品，如积木块、贝壳等，尽量让宝宝用眼看，动手摸，张口讲，通过多种感官参与活动，比较、认识物品的大小和数量。还可配合教点数，如口读1，手指拨动一个物品，读2，用手指再拨动一个小物品，读3，再拨动一个物品，教点数1~3。在教宝宝数数时，你要在一旁看着，他不小心吞下小物品可就危险了!

妈咪经验分享——给宝宝准备创意游戏箱

你可以把某项游戏要用的所有材料都装进一个箱子，做成“创意游戏箱”。游戏箱可以把宝宝需要玩的不同材料都准备好，又不会占用太多的空间。你可以把游戏箱放柜子里或架子上，然后再在箱子外面贴上标签。这样你知道里面装的什么，给宝宝准备游戏时也不用急着到处找需要的材料，也给宝宝学习整理玩具做榜样。比如，你可以把洋娃娃、娃娃家等一些角色游戏所需要的物品放入“洋娃娃家游戏箱”中。当然，你要记得把所有物品都放进箱子之前要逐一清洗，确保活动箱里的物品都卫生。

益智游戏——点数1~3

◆ 游戏目的：让宝宝准确点数3以内的数。

◆ 游戏前准备：3辆车、3只鸭、3只鸟、3只小兔、3只小狗、3只小猫等有3件物品的图片。

◆ 游戏开始啦：出示图片，然后问问宝宝：“图片上有几辆车？小河里有几只鸭？天空中有几只鸟？草地上有几只小动物？”让宝宝大声点数“3”。在桌上摆出各种物品，数量可分为1个、2个、3个。当宝宝点数正确时，及时予以鼓励。

第 7 天 到户外散步去

和宝宝一起散步

此年龄段宝宝不仅喜欢户外活动，而且随着大动作能力的发展，已能逐步自行参与许多户外活动，这些活动不仅能使宝宝心情愉快、自由活泼、积极主动，还能培养其开朗的性格和良好的个性品质。天气晴朗时常带宝宝出去散步是不错的选择。此时的宝宝喜欢探索能使身体运动的不同方式。你可以多开发不同的运动方式让宝宝学习。带宝宝外出散步时，可以游戏的方式让他学习向前跑，尝试双脚一起跳，在你的支撑下单足站稳。可一手扶着宝宝，帮助他保持身体平衡，待他熟练之后，再渐渐让他独立单足站立。还可以鼓励宝宝用脚尖走路，给他一个小球，教他学踢球等等，促进宝宝运动的技巧进一步的提高。

妈咪经验分享——让宝宝多参加运动

让宝宝经常参加运动，可以促进宝宝身体的血液循环和新陈代谢。相反，如果宝宝的运动量不足或从来不让他到户外运动，就会使其大脑供血不足，脑细胞和智力发育受到一定程度的影响。因此，你应该根据宝宝的年龄特征和体质，适量地让宝宝参加运动，如翻滚、爬行、在户外跑跳等。

益智游戏——跟我学

- ◆ 游戏目的：训练宝宝的运动能力和社交能力。
- ◆ 游戏前准备：选择宝宝精神好的时候。
- ◆ 游戏开始啦：你可以在屋里单脚跳、双脚跳、踮脚尖走路，或围着屋子爬，并且让宝宝跟着学。