

中级育婴师培训讲义

第一章 育婴师及等级

一、育婴师

育婴师：专门从事 0-3 岁婴儿的生活照料、护理和教育的人员。国家劳动和社会保障部于 2003 年 1 月 23 日颁布的《第五批国家职业标准目录》中第一次明确提出这一职业名称。

二、职业等级

- 育婴员（国家职业资格五级）：了解 0-3 岁儿童生活照料、护理及教育方面的知识，能够运用科学的方法对 0-3 岁儿童的饮食、睡眠、动作技能、智力开发、社会行为等进行训练。
- 育婴师（国家职业资格四级）：全面了解 0-3 岁儿童生活照料，护理及教育方面的知识，能够根据婴儿发展水平设计、选择和制定教育训练方案。
- 高级育婴师（国家职业资格三级）：掌握 0-3 岁儿童科学评价的方法，提出个别化教育的建议，为婴儿全面发展设计成长方案并提供全面咨询和服务。

三、职业特点：

由于面向 0-3 岁婴幼儿的特点，所以要掌握教育学、营养学、生物医学、遗传学、脑科学、心理行为学、儿童保健、妇产科和儿科等相关知识、统计学等。育婴师（有别于其他婴幼儿看护人员）承担着一种社会责任。是为适应社会发展需要而产生的一种新的职业。

四、选择育婴师职业的 10 个理由

- 1、收入高
- 2、发展空间大
- 3、越老越有资本

- 4、和最可爱的孩子们在一起
- 5、受到尊重
- 6、社交范围广
- 7、培养你有好的情感特征
- 8、接触的都是有爱心的人
- 9、工作稳定
- 10、改变我们的未来社会

0-3 岁时人体生长发育最快速度时期, 对人一生的生长发育、身体素质、智力和人格发展将产生重要的影响。

五、育婴师的使命:

让每个儿童都享有一个最佳的人生开端; 接受良好教育; 充分发掘自身潜力, 成为一名有益于社会的人

第二章 新生儿护理

新生儿的生长发育

新生儿: 出生脐带结扎到满 28 天之内的婴儿。

早期新生儿: 指出生 7 天内的新生儿。

围产儿: 怀孕 28 周到产后一周这一时间的婴儿。

1、根据胎龄可分为:

足月新生儿: 胎龄超过 37 周而不满 42 周:

早产儿: 胎龄超过 28 周而不足 37 周;

过期产儿: 即胎龄达到或超过 42 周者。

2、根据体重

正常出生婴儿体重 : 5 斤-7 斤

巨大婴儿： ≥ 8 斤

低出生体重儿：出生 1 小时内不足 5 斤

极低出生婴儿体重：不足 3 斤

超低出生婴儿体重：2 斤

新生儿的生理特点

1、呼吸：每分钟 40~60 次（腹式呼吸、潜、快）；

2、心率：每分钟 120 次-140 次（血集中躯干四肢发紫

3、排尿

新生儿第一天的尿量很少，约 10~30 毫升，在生后 36 小时之内排尿都属正常。随着哺乳摄入水分，孩子的尿量逐渐增加，每天可达 15 次左右，日总量可达 100~300 毫升，满月前后每日可达 250-450 毫升。孩子的尿次数多，这是正常现象，不要因为孩子尿多，就减少给水量。尤其是夏季，如果喂水少，室温又高，孩子会出现脱水热。

4、体温

新生儿的正常体温在 36~37C 之间，但新生儿的体温中枢功能尚不完善，体温不易稳定，受外界温度环境的影响体温变化较大，新生儿的皮下脂肪较薄，体表面积相对较大容易散热。因此要对新生儿注意保暖。尤其在冬季，室温保持在 18~25C 左右，室内湿度 50%~60%，要经常开窗通风，保持室内空气新鲜，避免吹过堂风。

5、睡眠

新生儿期是人一生中睡眠时间最多的时期，每天要睡16~17个小时，其睡眠周期约45分钟，睡眠周期随小儿成长会逐渐延长。睡眠周期包括浅睡和深睡。

在新生儿期浅睡占1/2，深睡时新生儿很少活动，平静，眼球不转动，呼吸规则，而浅睡时有吸吮动作，面部有很多表情，有时似乎在做鬼脸，有时微笑，有时撅嘴，眼睛虽然闭合，但眼球在眼睑下转动，四肢有时有舞蹈样动作，有时伸伸懒腰或突然活动一下。浅睡时有很多表现，不要把这些表现当作婴儿不适，用过度的喂食或护理去打扰他们。

新生儿出生后，睡眠节律未养成，夜间尽量少打扰。喂奶时间由2~3小时逐渐延长至4~5小时，使他们晚上多睡白天少睡，尽快和成人生活节律同步。

6、新生儿大便

- 新生儿胎粪为黑色，一般生后3~4天内排尽。如果小儿是用母乳的，则大便呈金黄色、稀糊状；如果小儿是完全用牛奶喂养的，则大便呈淡黄色、常常较干可堆起来；混合喂养者则大便性状介于以上两者之间。新生儿每天大便次数不定，一般为2~5次，母乳喂养的新生儿大便次数要多一些，有的新生儿每次换时尿布上都有大便，
- 如果大便较均匀、水分不多、不含粘液或者偶尔带有少许奶块，这都是正常现象。人工喂养的新生儿如果发现大便呈灰色、质硬、较臭，多表示所吃东西中蛋白质过多而糖分过

少，应改变所用奶粉的品种或改变牛奶和糖的比例。母乳喂养的新生儿，如大便呈深绿色粘液状，多表示母乳不足，孩子处于半饥饿状态，须增加母乳量，如母乳确实不足则应添加鲜牛奶、奶粉等。

出生后 5 小时的第一次排便

出生后 24 小时的过渡便

出生后 30 小时的凝乳状的母乳便

产后 6 天的全母乳便

产后两周的全母乳便

配方奶喂养的婴儿便

- 酪蛋白含量较高，粪便呈现橡胶样

7、色斑素：

色斑素常见新生儿后背、骶尾部、臀部，为大片灰蓝色或紫色胎生青痣，不高出皮肤，是皮肤深层色素细胞堆积而成，不影响健康，一般在生后 4-5 年会自行消退，不需治疗。

8、大肚子：

新生儿肚子大，是因为肌腹发育不完善，腹壁比较松弛而受胃肠空盈的影响所造成的，吃饱后，腹部比较膨隆；饿了或刚排过大便，腹部略显平坦。一般情况下，只要婴儿吃奶好，生长发育正常，随着婴儿年龄的增长，腹肌不断发育，婴儿的肚子会逐渐变平坦的。

9、打嗝：

新生儿打嗝是一种常见的症状。大部分的宝宝都会时不时打嗝，有的甚至在妈妈的肚子里就会打嗝。打嗝是由于横膈膜痉挛引起的，横膈膜是一块像杯子样的肌肉，它包围着胃和肺。当胃部扩大时，会引发横膈膜痉挛，因此导致宝宝打嗝。除此之外，还有以下原因会导致宝宝打嗝。

·原因一：由于进食过急或惊哭之后进食，一时哽噎也可诱发打嗝；

·原因二：由于护理不当，外感风寒，寒热之气逆而不顺，俗话说“喝了冷风”而诱发打嗝

·原因三：由于乳食不当，若乳食不节制，或过食生冷奶水或过服寒凉药物则气滞不行，脾胃功能减弱、气机升降失常而使胃气上逆动膈而诱发打嗝；

·预防打嗝的小妙招

·妙招一：喂奶姿势要正确，进食时也要避免太急、太快、过冷、过烫；

·妙招二：如果宝宝打嗝是因为对牛奶蛋白过敏，可依医师指示使用特殊配方奶粉；

·妙招三：在宝宝打嗝时可用玩具或轻柔的音乐，来转移、吸引宝宝的注意力，以减少打嗝的频率；

·妙招四：平时喂食宝宝要在安静的状态与环境下，千万不可在宝宝过度饥饿及哭得很凶的时候喂奶；

·妙招五：让宝宝在喝奶的中间休息一下，让宝宝直立站在你

腿上，轻轻拍他的背，打饱嗝可避免连续打嗝；

·妙招六：如果是“胃食道逆流”造成的新生儿打嗝及溢奶，可在喂奶后让宝宝直立靠在大人的肩上排气，且半小时内勿让其平躺，4个月大后可添加米粉或麦粉以增加奶的黏稠度，防止打嗝。

新生儿常见问题的护理

1、黄疸

生理性黄疸：

大部分新生儿在出生第2~3天出现黄疸，第4~6天最重，足月儿出生后10-14天消退，早产儿可持续到21天，在此时期婴幼儿情况良好，无其他症状，适当提早喂奶促使胎粪排出，能在一定程度上减轻黄疸的深度。

病理性黄疸：

一般比生理性黄疸时间早、重，或消退时间过晚。

- 妈妈应在宝宝出生1-2周内，密切观察黄疸的发展情况，如皮肤呈橘黄色，白眼球发黄，尿呈深黄色且能染黄尿布，说明黄疸已超出正常范围，应立即就医。

紫光照射和日光照射疗法

- 红血球破裂形成黄疸经素，通过新生儿胎便被排出。如胎便停留在结肠内时间过长，则胆红素被再吸收。

2、马牙

马牙是长在新生儿牙龈粘膜上的白色带韧性的小颗粒，

类似马齿的组织，医学上称为上皮珠是由上皮细胞堆积或粘液腺潴肿胀所致。

护理：不需要处理，千万不能挑、割，因为新生儿口腔粘膜红嫩、血管丰富，容易损伤而引起感染和出血，一旦被感染，细菌很容易从破损的粘膜处侵入血液，引起败血症或颌骨骨髓炎。

3、乳腺肿大

·新生儿无论男女，出生 3-5 天后，会出现乳房肿大，并分泌出少量奶汁，一般 8-18 天最明显、2-3 周后自然消失，少数也可能要持续 1 个月左右，属正常生理现象。母亲在妊娠末期，雌激素、孕激素、催乳素可通过胎盘传给胎儿，使乳腺肿大。新生儿离开母体后，体内的雌激素和孕激素很快消失，但催乳激素却能维持较长时间，且又失去了被抑制的因素，于是就促使新生儿分泌出一些奶汁来。新生儿生理性乳腺肿大一般不需要治疗，更不能用手去挤或搓揉，以免挤伤乳腺组织和引起乳头发炎，严重的引起败血症。

4、阴道出血

女性新生儿出生后 5~7 天内可有阴道少量出血，持续 1~3 天。这是母亲的雌激素通过胎盘进入婴儿体内，而婴儿出生后，母体的雌激素突然停止，婴儿的子宫黏膜失去了雌激素的支持作用，因而脱落出血，形成“假月经”。一般不用处理，大约一两周内会消失。

5、生理性体重下降

婴儿出生后由于体内丢失水分较多、进量少、胎脂脱落、胎粪排出等，2~4天体重可下降6%~9%，约1周内降至最低点。一般10天左右恢复到出生时的体重。

6、保温

新生儿的体温调节机能不完善，体表散热快。

保暖过低：可导致宝宝“硬肿症”，皮肤和皮下脂肪水肿与变硬，早产儿发病率高；

保暖过度：可导致宝宝“脱水热”。

7、脐带

一般7天内脱落结痂，在末脱落前应注意检查包扎，注意脐带的纱布有无渗血、渗液，发出臭味有渗出物时易发生感染，须重新结扎或包扎，无渗出者不宜任意解开包扎，以免污染，婴幼儿的尿布常被排泄物浸湿后也易污染到脐部。

•脐带脱落后注意脐窝有无渗出物。在保持室内温度的情况下，操作人员清洁双手，打开包扎，观察脐部有无渗水，有无感染，用鼻子闻有无异味，有渗液者，将婴幼儿的衣服下端反折，露出婴幼儿脐部，用75%酒精棉签由里向外涂，保持干燥，发现脐部渗水，需要加强观察，同时保持脐部干燥，换尿布时，尿布不要覆盖在脐部，如果发现有感染脓性分泌物或有出血者，应送医院诊治。

•8、脐疝

由于婴儿的腹壁肌肉还没有很好发育，脐环没有完全闭锁，如增加腹压，肠管就会从脐环突出，而形成脐疝。在脐部会有一个圆卵形的肿块，平卧或安静时可自行消失，但哭吵、咳嗽、运动后肿块又可突出，这是一种发育缺陷，一般女婴多。应尽量避免婴儿哭闹、咳嗽等引起脐疝突出的现象，可用一枚硬币置于脐部，并用布带扎牢，以帮助脐部回纳，如6个月后脐疝仍未回纳，应带宝宝至医院处理。

9、皮肤

- 新生儿皮肤上有一层白色油脂性物质，有保护皮肤作用，生后数小时开始逐渐吸收，不必洗去。擦除胎脂，接触空气等可发生红疹。由于新生儿皮肤薄，易擦伤导致细菌感染，但头皮、耳后、腋下及其他皱褶处的血液及胎脂宜用温开水轻轻擦干。

10、尿布疹

- 多见于初生至1岁的婴幼儿。尿液或大便内的尿毒素，经过细菌消化产生腐蚀性物质，会使婴幼儿娇嫩的表皮损害，使皮表的肌肤容易被细菌所感染，形成尿布疹。

(1)尿布疹的原因有3种：

①粪便引起的尿布疹：皮肤会红一整片，像烧坏了的皮肤。只要将保护皮肤的药膏或尿布疹药膏涂抹在患处即可。

②霉菌引起的尿布疹：先后出现皮肤整片发红的症状，然后出现稀疏的红点，在发红的皮肤上散布红点。

③细菌引起的尿布疹：皮肤会变红、破损，有细小的溃疡，由霉菌和细菌引起的需要有医生给予合适的含有抗生素或抗癣的药膏。

(2)预防与护理：平时注意婴幼儿臀部的清洁。大小便后及时清洗臀部，扑粉，换尿布，不要给大小便产生粪毒的时间，发生尿布疹以后，需要用药膏进行治疗。

①在婴幼儿尿湿后，换下尿布，清洗臀部，轻轻擦净臀部；用柔布或卫生纸吸干水分。

②观察臀部皮疹的部位和感染程度。

③用油膏涂敷皮肤，注意药膏的涂敷面积必须超过皮疹的范围。

④最后使用干净的尿布包臀部，使之松紧适度，不外漏大小便。

11、腹泻：

症状：每日大便三次以上，并且是稀便，不成形，含水量多，含有不消化的食物残渣或含有黏液脓血，即称之为腹泻，俗称“拉肚子”。

原因：婴幼儿胃肠功能发育不完善，抵抗力较差，发育又快，所需的热量和营养物质多，一旦喂养不当，就容易腹泻。

•护理：

暂停新添加的辅食或减少食用量(如奶粉稀释食用)，饮食安排少食多餐，每餐饮食单样化(即各种食物分开食用、

减少一餐的胃消化负担), 饮食柔软化, 减少油脂类食物摄入。

- 生理性腹泻多见于 1 月左右的母乳喂养的婴儿, 婴儿大便稀, 每日 4-5 次或更多次, 有奶块或少许透明粘液, 大便化验正常, 除腹泻外宝宝精神好, 反应好, 体重增长良好

- 生理性腹泻不需要治疗, 一般添加辅食后会好转

12、吐奶:

症状: 有时顺着嘴角流奶, 有时一打嗝就吐奶, 但宝宝精神良好, 吐奶时无痛苦表现, 这种情况一般都属于生理性。

生理原因: 宝宝胃结构特点 (4 个月以前的宝宝): 新生儿胃呈水平状、上口(贲门)松弛、下口(幽门)较紧、容量小、上松下紧的构造使奶水容易溢出。

喂养护理原因:

- 转奶粉过快, 宝宝口味不适应
- 奶粉冲调过稠
- 喂奶量过多、过快
- 喂养不定时
- 奶头过大而致吸入过多空气
- 喂奶后过多搬动孩子

病理原因

- 宝宝舌系带过短
- 妈妈乳头内陷

·肠炎

·呼吸道感染（感冒、支气管炎）

·幽门肥厚症

·护理：每次不要喂得过饱，母乳哺养时，一般喂 15-20 分钟左右即可；奶嘴孔不要太大，喂奶时注意不要让奶瓶头部留有空气，以免孩子吸入过多空气。喂奶时将孩子头部及上身抬高，呈 45 度角，不能平躺着吃。喂奶后应将孩子竖抱，轻拍后背，直到孩子将胃内空气排出（打咯），少搬动宝宝。

13、湿疹

症状：湿疹是一种皮疹，两个月至两岁之间的宝宝最容易发病。湿疹通常出现在宝宝的前额、脸颊或头皮上，但也可能延伸到手臂、腿、胸部或身体的其他部位。表现为干燥、增厚、鳞片样皮肤，也可能是一些轻微的红肿，有水泡，或渗出液体，搔抓后可能会感染。

原因：湿疹是一种与遗传因素有明显关系、与过敏体质有关的自发性疾病。

诱因：

- 1、对某些动物蛋白类食物过敏的：如奶粉、鱼、虾、蛋、鱼肝油
- 2、喂养过度：奶粉喂养过量、易过敏食物初次添加过多
- 3、消化不良：消化下降对蛋白分解能力下降

4、出牙：精神紧张、消化及抵抗力下降

5、接种疫苗可诱发

•护理：

• 1、避免摄入过多的蛋白质：控制奶粉用量及蛋类摄入量，建议选择营养素较低的奶粉

2、避免易过敏食物的摄入：鱼、蛋、虾、蟹等，延迟至七个月后试着添加，或以猪肉、鸡肉、鸭肉等代替鱼、虾、海鲜。母乳喂养的哺乳者也应注意控制。湿疹严重的宝宝以植物蛋白代替动物蛋白，以豆制品代替奶制品，以减敏奶粉代替普通奶粉

3、衣物：棉制品，注意宝宝的别忘家长的。

14、婴儿厌母乳：

(1) 用香皂清洗乳头：从怀孕开始，乳晕下的汗腺和皮脂腺分泌物增加，使皮肤表面酸化，导致角质层被软化，乳头变得柔软。香皂类清洁物质会洗去皮肤表面的保护层，碱化乳房局部皮肤，并促进皮肤上碱性菌群增长，使得乳房局部的酸

化变得困难。此外，用香皂清洗还会洗掉，保持润滑的油脂，你的皮肤就会变得又干又硬还容易皴裂。

(2) 过早用奶瓶让我有乳头错觉：乳头错觉是指婴儿在出生后早期，由于过早使用奶瓶而出现了不肯吃母乳的现象。吸吮乳头和吸吮奶嘴需要两种截然不同的技巧，奶瓶的

奶嘴较长，婴儿吸吮起来省力、痛快。宝宝一旦习惯了这种奶头，再吸妈妈的奶头时，会觉得很难含住，也很费劲，就不愿再去吃母乳。

(3) 按时喂奶的错误：每一位妈妈的乳汁都是为自己宝宝的独特性而设计的，根据宝宝不同的需要，每次喂奶时，乳汁的分泌量、浓度和成分都有所调节。因此要按照宝宝的需要来喂奶，经过几周的磨合，你们就可以形成自己的喂奶时间表。奶粉因为其中含有数倍于母乳的蛋白质、脂肪和矿物质，新生儿不成熟的消化系统无法完全承受。由于无法根据个人安排奶粉量，才需要人为地制造一个固定的时间表，以防过饱或消化不良。

(4) 感冒妈妈别停奶：在感冒发作前，宝宝已经接触到了感冒病毒，母乳里就有他最需要的抗体。继续哺乳也会帮助你得到适当的休息，突然断奶对你们都是百弊而无一利。虽然渗透到母乳中的药量非常小，不会对婴儿产生影响，不过吃药前最好咨询一下医生。

(5) 不要吃运动后的“乳酸奶”：在运动中体内会产生乳酸，滞留于血液中使乳汁变味。据测试，一般中等强度以上的运动即可产生乳酸。所以肩负喂奶重任的妈妈，只宜从事一些温和运动，运动结束休息半小时后再喂奶。

(6) 减肥会伤到婴儿

脂肪是乳汁中的重要组成成分，一旦来自食物中的脂肪

减少，母体就会动用储存脂肪来产奶。平时身体中的有害物质都储藏在脂肪中，调用储存脂肪会让这些“环境荷尔蒙”进入血液及母乳中，危害到宝宝。

15、夜间哭闹：

生理性哭闹：这是一种本能的反应，是婴儿表达情绪与需求的方式，可能是由于饥饿、冷热、受到惊吓或惊梦。爸爸妈妈只需要镇静的安抚，既可使宝宝安静。

病理性哭闹：应引起足够的重视，凡能引起疼痛、瘙痒等不适的疾病，均会使宝宝哭闹不安，如发热、湿疹、佝偻病、蛲虫感染。肠套叠等。当宝宝夜间出现不明原因的啼哭时，大人应首先从生理性原因入手，继而再考虑病理性因素，必要时要及时上医院就诊

16、接种疫苗

婴儿出生24小时 第一针 乙肝 卡介苗 初种 结核病
1个月 乙肝 第二针
2个月 糖丸 第一次 小儿麻痹
3个月 糖丸 第二次 小儿麻痹
3个月 百白破 第一针 百日咳、白喉、
4个月 糖丸 第三次 小儿麻痹
4个月 百白破 第二针 百日咳、白喉、破伤风
6个月 百白破 第三针 百日咳、白喉、破伤风
6个月 乙肝 第三针 乙肝

6 个月 流脑 A C 第一针 流行性脑脊髓膜炎（注：建议打流脑 A C 有价疫苗，效果比较好，不是很贵，四十元一针，以前流脑要十个月才能接种，但流脑 A C 六个月就可以接种。）

7 个月 流脑 A C 第二针 流行性脑脊髓膜炎（注：流脑 A C 两针之间必须间隔三十天，要等到药性发挥到峰值的时候接种第二针，效果最好。）

8 个月 麻疹 第一针 麻疹（注：麻疹属于活性疫苗，如果先行接种，与其他疫苗之间的间隔必须要一个月，如果先接种其他疫苗再接种麻疹，那么可以间隔十五天。）

10 个月 A 群流感疫苗 第一针 流行性脑脊髓膜炎
1 岁 乙脑 初免两针 流行乙型膜炎 13 个月 A 群流脑
第二针 流行性脑脊髓膜炎 1.5-2 岁 百白破疫苗 加强 百日咳、白喉、破伤风 1.5-2 岁 糖丸 加强 小儿麻痹
1.5-2 岁 乙脑 加强 流行性乙型脑炎 3 岁（也可用 A C 流脑加强）第三针 流行性脑脊髓膜炎 4 岁 糖丸 加强 小儿麻痹
7 岁 麻疹 加强 麻疹 7 岁 白破二联疫苗 加强 白喉、破伤风
7 岁 乙脑 初免两针 流行性乙型脑炎 7 岁 A 群流脑疫苗 第四针 流行性脑脊髓膜炎。计划外疫苗建议接种：
水痘

接种疫苗后护理：

打疫苗必须是在宝宝健康的状态下打。绝大多数宝宝在

接种疫苗后出现的不良反应为常见的轻微反应，是由疫苗特有性质引起的反应，这种反应可分为局部反应和全身反应两种：

局部反应：表现为红肿、疼痛和硬结，一般不需特殊处理，大多数宝宝经适当休息即可恢复正常。较重的局部反应可用干净的毛巾热敷，每日数次，每次 10~15 分钟，能帮助消肿和减轻疼痛。个别严重的红肿、疼痛反应需去医院

全身反映：全身反应包括发热及其他反应，如烦躁不安、身体不适、精神不佳和食欲减退等。单纯发热而体温不高，只要加强观察，一般不需任何处理。必要时适当休息，多喝水，注意保暖，防止继发其他疾病。出现其他全身反应时，应加强观察，防止继发感染。全身反应严重的，要做对症治疗，

注意事项：

- 卡介苗的局部反应因其性质特殊，一般严禁热敷或冷敷，以防细菌带入而发生感染。要加强护理，勤换衣衫，防止注射部位破溃化脓。

- 麻疹接种后 7~10 天可能后轻微发烧、出疹子

不宜接种的情况：

- 患各种疾病的宝宝不宜接种，如感冒、腹泻、发热、空腹饥饿、呕吐等

- 宝宝患有肝炎、结核等传染病以及严重心脏病等疾病，不

宜接种

- 患有皮肤病的宝宝也不能进行接种
- 过敏体质的宝宝易产生不良反应，应该咨询医生，再决定是否注射疫苗
- 有急性传染病而未过检疫期的宝宝不宜接种疫苗。

17、新生儿鹅口疮

· 鹅口疮：中医称之为“雪口症”，俗称“白口糊”。是新生儿时期经常见到的疾病，属口腔黏膜感染性疾患。

· 鹅口疮是白色念珠菌感染所引起，这种真菌有时也可在口腔中找到当婴儿营养不良或身体衰弱时可以发病。新生儿多由产道感染，或因哺乳奶头不洁或喂养者手指的污染传播。鹅口疮的危害，患有鹅口疮的宝宝常表现为宝宝嘴巴里有很多像奶斑一样的东西粘在口腔壁上，与新生儿吃奶留下的奶很难区别。如果用棉签能擦掉则为奶斑，擦不掉则为鹅口疮。

·护理方法：

(1) 局部可涂2%小苏打水是婴幼儿鹅口疮治疗最理想、最有效的方法，可用消毒药棉蘸2%小苏打水轻轻擦洗口腔。

(2) 停止使用抗生素、激素等药物，当婴幼儿患鹅口疮时，除非继发细菌感染，一般不主张用抗生素治疗。

(3)、当病情严重，出现声音嘶哑、呼吸困难及吞咽困难时，

应及时去医院就诊。

(4)、建议不要用棉签、纱布、毛巾、手帕擦拭病变处，因损伤粘膜引起出血，容易继发细菌感染。在给患儿鹅口疮治疗过程中，要加强营养，注意口腔清洁。

(5) 母乳喂养时，要在喂奶前清洁奶头。

(6)、人工喂养儿用的奶具，必须煮沸消毒后才能使用。

(7)、喂母乳的婴儿，母亲应在哺乳前认真洗手，并将乳房擦洗干净。

(8)、如果孩子托儿所等集体场所，尤其应该注意奶瓶、奶嘴和食具、玩具的消毒，保持其干燥、清洁。

(9)、孩子的衣服、被褥阳光下暴晒可以起到消毒杀菌的作用。

婴幼儿五官的护理

1、眼部的护理：每天早上擦洗一次，从大眼角向小眼角擦洗，个别新生儿出生 10 天后，眼屎过多，点一些 25% 的青霉素眼药水。

2、鼻子的护理：每天观察婴幼儿鼻腔是否有鼻屎堵塞，如有堵塞，可刺激鼻腔发痒、打喷嚏，使鼻屎顺利排出，不可用硬物挖鼻屎。

3、口腔护理：每次喂完奶后，喂 2~3 小勺温开水、冲洗口腔。

4、耳朵的护理：要防止泪水，洗澡水进入耳内。防溢奶，

流入耳内，侧位睡时，防止外耳轮卷压。经常擦洗外耳轮廓部位。

第三章 日常生活护理

1、婴幼儿卧室安排：首先应为新生儿准备一间朝阳的、空气新鲜、清洁舒适、细菌极少的住室，冬季住室，一般室温应保持在 $18\sim 22^{\circ}\text{C}$ 。夏季室温应保持在 $23\sim 25^{\circ}\text{C}$ 左右，室内湿度 $50\%\sim 60\%$ ，保持室内的清洁卫生，每天用干净湿布擦拭桌椅等家具，地面清扫采用湿拖把拖地，避免扬起灰尘。

2、婴幼儿保暖：足月新生儿比大人多一层为易，观看婴幼儿面色红润，手足温暖无汗为合适。

3、婴幼儿用品：一切生活用品要做到勤换，勤洗、勤晒、勤消毒，保持清洁卫生。

4、防意外伤害：洗澡水要先放冷水再放开水，防止新生儿自己抓伤脸，防止幼儿抓伤新生儿。

5、新生儿智能训练。

①视觉。新生儿一出生就有视觉能力，34周早产儿与足月儿有相同的视力，每天和孩子目光相对视，在20厘米处放一个红色圆形玩具以引起孩子注意，然后移动玩具，上、下、左、右摆动。健康的宝宝在睡醒时一般都会注视和不同程度转动眼球和头，追随移动物。

- ②听觉。新生儿的听觉是很敏感的。为了使孩子发展听力，在喂奶或护理时，只要宝宝醒着，就要随时随地和他说话，用亲切的语气和宝宝交谈。还可以给宝宝播放优美的音乐，摇动柔和响声的玩具，给予听觉刺激。
- ③触觉，婴幼儿从生命的一开始就已有触觉，对不同的温度、湿度、物体的质地和疼痛都有触觉感受能力，触觉是婴儿安慰自己，认识世界和外界交流的主要方式。
- ④味觉和嗅觉。新生儿有良好的味觉，出生一天，对糖水就吸吮的多、快，对咸、酸、苦的液体有不愉快的表情。新生儿还能认识和区别不同气味。
- ⑤运动能力。孩子一出生就已具备了相当的运动能力，头会转动，手上举，腿伸直等。以上各种能力在护理过程中，科学训练，有助于孩子早期智力的开发，每天适当安排，从5分钟开始，逐渐增加训练时间。

6、如何给孩子洗澡。

- 出生 24 小时后就能给婴儿洗澡。 1

①时间安排：喂奶前 1~2 小时。准备好洗澡用的物品：大小盆各一个、小毛巾两块（脸和澡）、浴巾 1 条、婴儿洗发水、浴液、爽身粉、护臀油、干净衣服、尿布湿、朔料袋、75%酒精和棉签、浴网。

②要求：冬季水温在 40℃左右，夏季水温在 37℃左右，室温最好在 26~28℃之间。摘掉手饰，剪短指甲，洗净双手。

取掉宝宝的尿布巾；用肚脐贴将宝宝的肚脐贴上防止进水。

7、如何给婴幼儿抚触：

婴幼儿抚触的好处：

抚触可以增进食欲、抚触能够增加胰岛素，胃泌素等的分泌。使婴幼儿的摄入量增加从而促进体重增长。

抚触可以增强抵抗力：触觉性接触可以增加迷走神经的活动，增加机体的免疫功能，使婴幼儿对疾病产生抵抗力。

抚触可以促进智力发育：婴幼儿接受抚触时，由于皮肤受到不同力度的刺激传至大脑，刺激大脑的神经联系，从而促进婴幼儿智力的开发。

抚触可以调节情绪

抚触直接刺激婴幼儿身体的各部位，从而解决婴儿皮肤饥饿的问题，抚触中操作人员对婴儿的微笑、目光交流，能够安抚情绪。抚触容易使婴幼儿情绪平稳，安静入睡。

抚触可以促进智力发育

婴幼儿接受抚触时，由于皮肤受到不同力度的刺激传至大脑，刺激大脑的神经联系，从而促进婴幼儿智力的发展。

抚触可以调节情绪

抚触直接刺激婴幼儿身体的各部位，从而解决婴儿皮肤饥饿的问题，抚触中操作人员对婴儿的微笑、目光交流，能够安抚情绪。抚触容易使婴幼儿情绪平稳，安静入睡

抚触可以促进智力发育

婴幼儿接受抚触时，由于皮肤受到不同力度的刺激传至大脑，刺激大脑的神经联系，从而促进婴幼儿智力的发展。

抚触可以调节情绪

抚触直接刺激婴幼儿身体的各部位，从而解决婴儿皮肤饥饿的问题，抚触中操作人员对婴儿的微笑、目光交流，能够安抚情绪。抚触容易使婴幼儿情绪平稳，安静入睡。

抚触前的准备

1、保持室温在 23~25℃，打开音乐，准备好包婴幼儿的浴巾，婴幼儿用润肤油等物品。

2、抚触人员剪短指甲，取下戒指、手镯等，清洁双手，调整情绪。

3、抚触人员双手涂上润肤油。 ‘

4、准备好抚触床和桌子，抚触人员和婴儿面对面，能够让婴幼儿看见抚触人员对他说话，进行目光、表情交流。

适宜的抚触时间

一般适宜的抚触时间选择在婴幼儿沐浴后或者婴幼儿吃过奶 30 分钟后，每次时间不超过 20 分钟。

如果出现以下情况，不能进行抚触或在操作中发现如下情况，也应该停止，进行全身检查。

1、啼哭：应寻找原因，换做下一节，再啼哭则停止抚触，待情绪好转时再进行，或完全停止。

2、睡觉：抚触是一种情绪可以互相感应的活动，如抚触过

程中婴幼儿睡着了，应停止操作，待醒后再做。

3、皮肤有破损：皮肤有破溃时不应抚触，但可抚触其他部位。

4、身体不适：发烧、黄疸、腹泻等，预防注射完后 48 小时内请暂时不要做抚触按摩，新生儿的腹部抚触必须在脐痂完全脱落后进行。

四、抚触的操作

操作时，手势先轻，然后逐渐加重一些，让婴幼儿适应，不要勉强婴幼儿保持固定的姿势，可以打乱顺序，也可以节选其中几节操作

1、头面部的按摩

(1) 双手张开，拇指和手掌分开，拇指向下其他四指放在头的后面。

(2) 两手拇指从下颌中央，向两侧往上滑动

(3) 两手拇指水平从额中央，向太阳穴方向轻推压，继续至耳后或向下滑动至颈部。

(4) 两手拇指沿鼻梁两侧向下推压至鼻翼两侧结束整个动作。

(5) 用两手拇指在宝宝上唇划一个笑容，下唇方法相同。

(6) 重复三遍，速度较慢与婴幼儿对视、微笑、说话。

2、胸腹部的按摩

- (1)两手张开，双手放在两侧肋缘，右手向上绕过乳房滑向宝宝左肩复原，左手以同样方法进行。或手掌紧贴前胸，从中央向两侧弧形推向肩胛。

- (2)两手依次放右下腹，沿顺时针方向开始推向左上腹，到右下腹终止。或两手分别在下腹部两侧，按顺时针方向分别做滑行按摩。

- 注：脐痂未脱落前不要按摩该区域。

- (3)重复四次，速度较慢，与婴儿对视、微笑、说话。

3、上肢的按摩

- (1)双手抓住一只胳膊，交替从上臂到手腕轻轻揉捏。对侧上肢同样操作。

- (2)按压手背、手心，在手背来回推动，在手心画圆形，用拇指、食指和中指从婴幼儿指根向指尖转动，依次完成所有手指。

- (3)重复四次，稍用力，慢速与婴幼儿对视、微笑、说话。

4、下肢的按摩

- (1)双手抓住一条腿，交替从大腿到脚腕轻轻揉捏。对侧下肢同样操作。

- (2)按压脚背、脚心、各个脚趾，在脚背来回推动，在脚心画圆形；用拇指、食指和中指，从婴幼儿脚趾根向脚趾尖转动，依次完成所有脚趾。

- (3)重复四次稍用力，慢速与婴幼儿对视微笑、说话

5、背部的按摩

- (1) 双手平行放在脊椎处，与脊椎成直线，往两侧推动。
- (2) 单手从背部上端向臀部移动再推回上端。
- (3) 食指和中指从尾骨部沿脊椎向上按摩到颈椎。
- (4) 左右手分别从后脑旋至尾椎，稍用力下压。
- (5) 稍用力、慢速并与婴幼儿说话。

五、三浴

水浴

通过水温和水的机械作用对身体进行刺激，达到锻炼的目的。

婴儿洗澡、洗脸、洗脚的水温均可在 35-40 度，1-3 个月的婴儿洗澡时的室温应在 24-26 度，有条件的可以一天洗两次。

日光浴

在暖和和无风的日子进行，夏天要带上帽子防止阳光直射婴儿的眼睛。夏季日光浴可选择在上午 9-11 点，下午 3-5 点进行。冬季可选择在中午 11 点至下午 1 点以前。每次从 3-5 分钟，逐渐增加到 8-10 分钟。日光浴后要给婴儿喂些果汁或白开水等。

空气浴

1. 室外空气浴：新鲜空气中氧含量高，能促进婴儿新陈代谢。婴儿到户外受到冷空气刺激，可使皮肤和呼吸道黏膜不断受到锻炼，从而增强对外界环境的适应能力和对疾病的抵抗能力。

2. 室内裸体空气浴：开窗 30 分钟，室温升到 20℃ 左右。活动的方法可以由婴儿的兴趣而定。

六、测体温：婴儿正常体温：36C-37C（5 分钟左右），喂奶前后半小时，衣服解开，腋下擦干净，体温计在 35 度以下，超过 38 度（有时室内温度过高或包的太严），半小时后再测。

(体温计用完后开水烫，用酒精擦干净)发现身体发热，可以每天4小时测1次，1天测6次，可以细致准确掌握病情。

七、换纸尿布：漏网拉开，带打开，粘贴立即粘上(防止扎到婴儿)，松紧别超过脐部。

八、冲奶粉的正确方法：1:水温不要太高，开水肯定是不行的，要50度左右(直接使用开水会使牛奶蛋白质凝结，由酸性变成中性而发生沉淀，也会因焦化而分解，从而使牛奶营养价值和色、香、味均有所降低)；2:要先放水，再放奶粉；3:要同一个方向搅拌水温：滴两滴奶液到手腕上，试温度，不烫为止

第四章 婴幼儿的哺育

一、指导母乳喂养

- 1、母乳营养丰富，钙磷比例合宜(2:1)有利于孩子对钙的吸收，母乳中含有较多的脂肪酸和乳糖，磷脂中所含的卵磷脂鞘磷脂较多，在初乳中含微量元素锌较高；这些都有利于促进小儿生长发育。

- 2、母乳蛋白质的凝块小，脂肪球也小，且含有多种消化酶。母乳中乳脂酶再加上小儿在吸吮过程中，舌咽分泌的一种舌脂酶，有利于对脂肪的消化。另外，人乳的缓冲力小，对胃酸中和作用弱，有助于营养物质的消化吸收。

- 3、母乳中含有免疫物质。在母乳中含有各种免疫球蛋白。这些物质会增强小儿的抗病能力，特别是初乳(1~7天分泌

的乳汁)。含有多种预防、抗病的抗体和免疫细胞，这是在牛乳中所得不到的。

4、母乳是婴儿的天然生理食品。从蛋白分子结构看，母乳适宜婴儿，不易引起过敏。而在牛奶中，含有人体所不适应的异性蛋白，这种物质可以通过肠道黏膜被人体吸收引起过敏，因此有的婴儿哺牛奶以后，发生变态反应，引起肠道少量出血，婴儿湿疹等现象。

5、母乳中几乎无菌，直接喂哺不易污染，温度合适，吸吮速度及食量可随小儿需要增减，既方便又经济：

6、母乳喂哺也是增进母子感情的过程。母亲对婴儿的照顾，抚摸、拥抱、对视、逗引以及母亲胸部，乳房手臂等身体的接触，都是对婴儿的良好刺激，促进母子感情日益加深，可使婴儿获得满足感和安全感，使婴儿心情舒畅，也是婴儿心理正常发展的重要因素。

7、婴儿的吸吮过程，促进母亲催产素的分泌，促进母亲子宫的收缩，能使产后子宫早日恢复，从而减少产后并发症。

8、为什么给孩子喂初乳

产妇最初分泌的乳汁(1~7天)叫初乳，虽然不多，但浓度很高，颜色类似黄油，与成熟乳比较，初乳中含有丰富的蛋白质，脂溶性维生素和锌，还含有人体所需要的各种酶类，抗氧化剂等，含有多种预防、抗病的抗体和免疫细胞，初乳

有促脂类排泄作用，减少黄疸的发生，初乳被人们称为第一次免疫，一定要抓住给孩子初乳喂养的机会。

此外，早产乳也具有最适合喂养早产儿的特点，早产乳，乳糖较少蛋白质，乳铁蛋白较多，最适合早产儿生长发育的需要，请不要忽视这点。

二、哪些母亲不宜哺乳

· 母乳喂养固然有许多优点，但还是有少数母亲因健康原因不宜哺乳，例如：母亲生产时流血过多或患有败血症；患有结核病、肝炎等传染病；患严重心脏病、肾脏疾患、糖尿病、癌或身体极度虚弱者”患急性传染病、乳头皲裂或乳腺脓肿者，在暂停哺乳期间，要将乳汁用吸奶器吸出来。这两个好处：一方面可以消除肿胀；另一方面可以使病愈后哺乳时，仍有足量的乳汁，在暂停哺乳期间，可以用牛奶代替喂养。

三、影响母乳分泌的因素

母乳分泌量的多少受许多因素影响，主要有：

1、乳母营养好，热量充足，各种营养素充足，其乳汁的分泌质量就高且数量也多。反之，则质劣量少。

2、乳母的精神情绪因素起一定作用，如焦虑、悲伤、紧张、不安都可使乳汁突然减少，因此，乳母应该有一个宁静、愉快的生活环境。

3、乳母要有充分的休息，保证睡眠，过分的疲劳和睡

眠不足，可使乳汁分泌减少。

· 4、乳母生病也会使乳汁减少，每次哺乳不能完全排空或每日的哺乳次数过少，使乳房内乳汁积郁，会抑制乳汁分泌。

现在分娩后，有的医院抱奶时间较晚，12~24小时后才给母亲喂哺婴儿，夜间又不抱奶，这样婴儿吸奶次数少，加上又给孩子补充糖水或牛奶，所以造成不肯吸吮和吸吮无力的现象，导致母乳喂养失败。因此，应提倡产后母子及早同室；尽早开奶，产后半个小时就能让孩子吸吮；新生儿醒后饿了随时喂哺，按需喂养，以促使乳汁分泌逐渐增多。

四、母乳喂养应注意什么

(1) 孩子出生后1~2小时内，妈妈就要做好抱婴准备。

(2) 掌握正确的哺乳姿势。让孩子把乳头乳晕的部分含接在口中，吃奶姿势正确，也可防止乳头皲裂和不适当的供乳。

(3) 纯母乳喂养的孩子，除母乳外不添加任何食品，包括不用喂水，孩子什么时候饿了什么时候吃。纯母乳喂哺最好坚持六个月。

(4) 孩子出生后头几个小时和头几天要多吸吮母乳，以达到促进乳汁分泌的目的。

(5) 孩子出生后2~7天内喂奶次数频繁，以后通常每日喂8~12次。

五、哺乳前母亲应先做好准备

将手洗干净，用温开水清洗乳头。用湿热毛巾致双侧

乳房 3~5 分钟，哺乳时母亲最好坐在椅子上，将小孩抱在怀中，吸空一侧，再吸另一侧。孩子吃饱后，将小儿抱直，头靠肩，用手轻拍小儿背部，使孩子打几个嗝，胃内空气排出，以防溢奶，然后将婴儿放在床上，向右侧卧位，头略垫高。

六、孩子是否吃饱了

- (1) 喂奶前乳房丰满，喂完后乳房较柔软。
- (2) 喂奶时可听见吞咽声(连续几次到十几次)。
- (3) 母亲有下乳的感觉。
- (4) 尿布 24 小时湿 6 次及 6 次以上。
- (5) 孩子大便软，呈金黄色、糊状。每天 2~4 次。
- (6) 在两次喂奶之间婴儿很满足、安静。
- (7) 孩子体重平均每天增长 18~30 克或每周增加 125~210 克。

七、母乳不足时的哺喂方法

母乳不足时，需加牛奶或其他乳制品进行混合喂养。混合喂养虽不如母乳喂养效果好，但要比完全人工喂养好得多，混合喂养时，每次应先喂母乳，将两侧乳房吸空后，再给孩子补充其他乳品(适宜婴幼儿的奶制品，首选婴幼儿配方奶粉，它是以母乳为“金标准”，把牛奶的成分尽量改变得和人奶“相似”的配方奶粉。)

八、人工喂养

(1) 婴幼儿。配方奶粉是首选的奶制品，最适宜婴幼儿的生长发育，要严格按照喂养比例喂孩子，参照配方奶粉说明书给孩子冲奶，先放水，再放奶。

(2) 新鲜牛奶：出生 2 周内的婴儿用 1/3 奶(3 份奶加 1 分水)；2-4 周内用 4:1 牛奶，满月后用全奶(，同时应加糖 5%-8%)。

(3) 全脂奶粉：刚出生的婴儿消化功能弱，不能消化浓度较高的奶粉，应喂低浓度 1/3 奶(即：一平勺奶粉加 480 毫升水)；3 天后可喂 1/2 奶(即：一平勺奶粉加 320 毫升水)；一周后才可喂全奶(即 1 勺奶粉加 4 勺水，或按重量比为 1:8，即 ≥ 30 克奶粉加水 240 毫升)，按这样的比例冲调即为全奶。

九、人工喂养要注意的问题

(1) 最好选直式奶瓶，奶头软硬适宜。

(2) 奶瓶、奶头、杯子、碗、勺等食具每次用后要清洗，并消毒，应准备一个锅专门消毒用，加水在火上沸煮 20 分钟即可。

(3) 每次喂哺前要看乳汁的温度，可将奶滴于腕或手背部，以不烫手为宜。

(4) 喂奶时将奶瓶倾斜 45 度，使乳头中充满乳汁，避免冲力大或空气吸入。

十、新生儿可以吃什么

新生儿可以吃蔬菜和水果汁、淡茶水、维生素 C 水，稀米汤、葡萄糖水、鱼肝油、白糖水(白糖 1/4 平勺加 100 毫升开水。)母乳喂养的：3-4 个月以后；奶粉喂养的：4-6 个月以后。

十一、添加辅食

4-6 月为味觉发育关键期，婴儿对食物的微小改变已很敏感。婴儿早期的味觉经历的变化对以后接受食物有特殊作用。

添加辅食的原则：从少到多（吃蛋黄由 1/8 到 1/4 再到 1/2），从稀到稠（喝米汤—吃稀饭—吃软饭），从细到粗（蔬菜汁—蔬菜泥—碎菜）。

添加的食物：蛋黄、米糊、菜泥、水果泥、鱼泥等

添加食物的顺序：

2-3 个月：可加菜汁、果汁、米汤。

4-5 个月：可加鸡蛋黄、米粉、菜泥、鱼泥、水果泥。

8-10 个月：可加鸡蛋、稀粥、烂面条、肝泥、瘦肉末、豆腐，饼干、馒头片等。

11-12 个月：可加软饭、小饺子或馄饨、碎肉、碎菜等。

1-2 岁：每天保证喝奶 300~500ml，

2-3 岁：每天保证喝奶 250ml。

十二、早产儿的喂养

(1) 早产儿要尽早开始喂，生活能力强的可在出生后 4-6 小时开始喂。

(2) 体重在 2000 克以下的，可在出生后 12 小时开始喂，情况较差的，可在出生后 24 小时开始喂。

(3) 先喂 5%-10% 葡萄糖液，每 2 小时 1 次，每次 1~3 汤勺，24 小时后可喂奶。

(4)有吸吮能力的，尽早练习哺喂母乳。

(5)吸吮能力差的先挤出母乳，再用滴管滴入口内，注意动作要轻，每2~3小时喂1次。

(6)无母乳可用稀乳(2:1或3:1)最初每千克体重每天喂60毫升，以后逐渐增加。

(7)复合维生素B每次1片，每日2次。

(8)维生素C每次50毫升每日2次。

(9)维生素E每天10毫克，分2次服。

(10)从第二周起浓缩鱼肝油滴剂，每日1滴，并在医生指导下逐渐增加。

(11)出生后1个月在医生指导下补充铁剂。

(12)喂母乳的早产儿要补充钙。

十三、早产儿的特殊护理

(1)保温。早产儿的环境温度应保持在29~33℃

(2)溢奶可造成早产儿呼吸停顿，吸入性肺炎等并发症，要特别注意。

(3)要特别注意早产儿的呼吸。

(4)体温每4~6小时测1次，体温应保持在36.5~37℃之间，室温要恒定。

(5)湿度应保持在50%-60%。

第五章 新生儿护理过程中常遇到的问题

一、新生儿重病的常见症状

- 1、高热或体温不升，四肢发冷。
- 2、水泻、次数增多或带脓血。
- 3、黄疸加深。
- 4、惊厥。
- 5、大哭不止，声嘶力竭。
- 6、呼吸困难、急促。
- 7、严重的呕吐。
- 8、食欲不振或拒哺。
- 9、精神萎靡。
- 发生以上任何一项症状，都应尽快去看医生

二、新生儿常见病的预防和护理

1、预防新生儿脱水热（婴儿严重脱水后，由于皮肤蒸发的水分减少，使机体散热受到影响，从而导致婴儿体温升高的现象）：如果孩子出生2~4天，出现热度升高，体温达38-40℃，但其他情况良好，就要注意新生儿脱水热的问题，此病在预防上只要注意给孩子补充水分，并给孩子以适当的保暖，不要给孩子造成一个高温的环境就可以了。

2、女婴乳头挤压引发乳腺炎：用金黄散外敷很有效。

3、新生儿易患败血症：新生儿败血症，多在生后1~2周发病，是一种严重的全身性感染，此病主要是由于细菌侵入血液循环以后，繁殖并产生毒素引起的，常并发肺炎、脑

膜炎，危及孩子生命。造成新生儿败血症的原因很多，最初期症状不明显，如果粗心，往往被忽视，病情严重时，常有肺炎、脐炎、脓疱疹多方面感染同时存在。目前对新生儿败血症的治疗比较有效。如无合并症，治疗效果比较满意，不会留下后遗症。

4、预防新生儿肺炎：肺炎是新生儿期常见症之一，早产儿更容易得此病，新生儿肺部感染可发生在产前、产时或产后。主要是吸入污染的羊水和接触的人中有带菌者，很容易感染，另外，也可能由败血症或脐炎、肠炎通过血液循环感染肺部，一年四季均可发生，一般产后 1~2 天内发病。预防新生儿肺炎要治疗孕妇的感染性疾病，孩子出院回家后，应尽量谢绝客人，尤其是患有呼吸道感染的人，一定避免进入小儿房内。

三、意外伤害的危险因素识别

1. 毒虫咬伤：仔细检查被毒虫咬伤部位有无毒刺，并予以拔除。蜜蜂、毒蝎、蜈蚣：弱碱性溶液，如肥皂水清洗伤口。黄蜂：弱酸性溶液，如食醋清洗伤口。

2、犬咬伤：被咬伤后，立即用大量清水、肥皂水反复冲洗伤口，然后去医院注射狂犬疫苗。回家后观察 7 周。

3. 气管异物：

4. 烧烫伤：(1) 热液烫伤：脱去烫伤部位的衣服，将烫伤部位浸入冷清水中降温。(2) 强酸或强碱：大量冷清水冲洗

20min。

第六章 0-1 岁婴儿的智能训练

第一个月：

新生儿最佳视距 20cm, 能追视红球, 能够移动自己的视线。

新生儿具备先天的吸吮、行走、爬行、抓握等反射能力, 母子要皮肤早接触、多接触, 多说话、多微笑、多抚触和拥抱宝宝。让宝宝听一些轻柔舒缓的音乐。

新生儿的记忆力: 新生儿更具备记忆的能力, 他看新图片的时间比较长, 看熟图片的时间比较短, 父母呢要给宝宝看一些图案简单的图片, 培养宝宝的专注力, 发展他的记忆能力, 满月时可以看彩色图片。

刚出生的宝宝对能够发出声音的玩具比较感兴趣, 爸爸妈妈可以和他玩有线遥控游戏。将绳的一端系在宝宝的一只手腕上, 另一端系上铃铛, 当宝宝活动是牵动线绳, 铃铛就会发出悦耳的声音, 宝宝会感到既好奇又高兴。

宝宝在玩的过程中, 最初是无意识的活动, 逐渐地宝宝会发现只有当自己的某个肢体活动时, 铃铛才会发出声音, 他会更多的摇手或踢脚, 这样增加了宝宝探索环境的兴趣刚出生的宝宝活动范围比较小, 有线遥控游戏利用宝宝对声音的好奇, 增强了他的四肢活动能力, 对宝宝的大脑发育也极为有利。

能发出声响的玩具，可以激发宝宝的好奇心和探索环境的兴趣。

学抬头：刚出生的宝宝在大人的扶持下，能竖起抬头数秒，抬头是宝宝出生后要学习的第一个动作。**竖直抬头**：让宝宝的头部靠在母亲的肩上，轻拍几下，然后让其自然竖直片刻，每次学习抬头，妈妈要用话语与宝宝交流，或用玩具引逗。**扶腹抬头**：将宝宝抱在胸前，慢慢斜躺或平躺在床上，让宝宝自然地俯卧在你的腹部。**伏床抬头**：让宝宝俯卧在床上，两手放在头两侧，使其头转向中线，逗引其抬头片刻。将小棉被或小枕头垫在宝宝的上身下，让宝宝双手放在头两侧，引逗其抬头。

学会抬头，可以扩大宝宝的视野，促进宝宝体力和智力的发展。

学爬行：爬行是宝宝与生俱来的能力，坚持对宝宝进行训练，就能保持这种能力，否则出生后 52 天就会消失。

爬行训练方法：让宝宝俯卧，用手心抵住宝宝的足底，让他以腹部位支点，向前匍匐爬行。

学习爬行，可锻炼宝宝头颈部及背部的伸肌运动，促进四肢活动和伸展增强体质

第二个月

使宝宝的睡眠时间逐渐形成规律。在天气好的时候带宝宝

到户外活动。让宝宝触摸各种玩具并练习抓握。继续练习俯卧抬头和竖直抬头。多和宝宝交流，逗引他发音。

亲子交流：宝宝一出生时，就要和他进行触觉、语言等各种形式的交流。在宝宝睡醒时或和宝宝说悄悄话时，要配以轻轻的皮肤抚摸。抚摸的部位可以使头发、四肢、腹部、背部、足背、手背、手指等。当你搂抱宝宝时，要用柔和、亲切、富于变化的语调，反复地和宝宝说话。当宝宝注视你时，要用爱抚的目光凝视他，对宝宝的微笑和牙牙学语，必须有积极地反应。多与宝宝交流，能促进宝宝的身心健康和智力发展，是他充分享受你的爱抚。妈妈与宝宝一起玩耍，会增加母子间情感交流，使宝宝产生一种欢快的情绪惯性，这是宝宝心理健康的标志。妈妈要抱着宝宝在室内多走动，丰富多彩的环境能使宝宝的大脑皮层的重量和质量明显增加。

多与宝宝进行亲子交流，可以增强对宝宝视觉、听觉的刺激，丰富宝宝的情感，提高宝宝的情商，有利于宝宝健康人格的形成。

学翻身：侧卧—仰俯卧(90度翻身)：让宝宝的侧卧在床上，将宝宝的左腿放在右腿上，大人稍用力，是宝宝能够顺势翻身。
仰卧(180度翻身)：用玩具放在宝宝眼前，移动玩具引逗宝宝，使他逐渐由俯卧翻成仰卧，经过练习，宝宝能够熟练地完成翻身动作，这样锻炼了宝宝全身的肌肉，促进了大脑的发育。

宝宝学翻身可以促进颈肌及四肢肌肉的协调能动，扩大了孩子的活动范围，发展他的智力。

新奇的小手：宝宝刚出生就具备先天的抓握能力，父母若不加以训练这种先天的反射就逐渐会消失一个月的宝宝可以握住大人的手指或铅笔，以及一些玩具。这时宝宝的抓握是一些无意识行为。妈妈在喂奶或逗笑时要用轻柔的声音和宝宝说话，并加以皮肤抚摸，让宝宝的手能主动伸展，锻炼宝宝的握力。父母可以用红布条、红手镯或红的小铃铛挂在宝宝的手腕上，使他看到颜色或听到声音而注视自己的小手。在宝宝的周围放一些颜色鲜艳或有声音的玩具，引起宝宝拍打或抓握的兴趣，锻炼宝宝手部的精细动作。父母经常给宝宝做手部的训练，可以使宝宝的手有无意握物逐渐过渡到有意握物。两个月的宝宝对自己的小手很感兴趣，两手能够抱在胸前并经常玩耍。父母要多给他玩手的机会，发展宝宝手的技巧。

玩手是宝宝手部动作发展的重要过程，家长多给宝宝做手部练习，可以增强宝宝双手的握力，培养宝宝手眼协调的能力。

第三个月：

和宝宝一起做运动，让宝宝多听音乐，给大脑添加营养。用镜子逗引宝宝抬头。教宝宝练习拍打和够取玩具。给宝宝布置一个可以看、听、摸、玩的环境。

给宝宝做健身操：宝宝两个月时父母可以经常给宝宝做婴

儿健身操。包括：全身放松运动（先从手腕开始，环行至肩部，1-4拍，从脚踝环行至大腿根，5-8拍，胸腹部环行，1-8拍），上肢训练（肘关节屈伸，肩关节环绕），下肢训练（踝关节，膝关节，腿部屈伸），躯体动作，坐的动作。

咿呀学语：宝宝咿咿呀呀的呼唤，是可爱的表现，也是语言发育的开始，两个月的宝宝会发出两三各元音，如 a、o、e 等。宝宝发音时父母要做出回应，用夸大的口型同宝宝说话。三个月的宝宝会出现 PM 呀呀的双元音，有了初步的应答能力。父母要多与宝宝进行声音交流，鼓励宝宝大声说话大声笑。父母要经常逗宝宝笑，父母要面带笑容，可抓挠宝宝的身体，抚摸宝宝的小脸蛋进行逗笑。经过若干天的逗笑，宝宝会在大人逗笑时出现快乐的笑容。学会逗乐，可促进宝宝以后的语言学习。父母在和宝宝逗乐玩耍时，可用玩具在宝宝眼前晃动，让玩具发出声音，激发宝宝的兴趣。要用自然而丰富的表情和手势、轻快欣喜的语调，如“真棒”等综合鼓励方法加以鼓励，鼓励宝宝咿咿呀呀的发音，促进宝宝的语言发育。

宝宝咿咿呀呀学语是宝宝和外界交流、表达自己的开始，父母要多用夸大的口形和宝宝说话，促进宝宝的语言发育。

照镜子：出生 90 天左右的宝宝活泼可爱，可以和妈妈一起做游戏了。宝宝在俯卧以及在竖直抱起的时候可以抬头。这时爸爸妈妈可以做照镜子的游戏，促进宝宝上肢和颈部肌肉的发

育。妈妈可以把宝宝抱到镜子前，让宝宝学习认识自己和妈妈的模样。宝宝感到很快活，并逐渐有了自我意识。

让宝宝俯卧在床上，双手放在头的两侧，在宝宝眼前放一面小镜子，让宝宝注视镜中的自己，促使宝宝抬头。妈妈抱着宝宝照镜子，在镜前安静地让宝宝看一会儿，告诉他这是宝宝，那是妈妈。把宝宝的小手举起，摸摸镜子，再摸摸鼻子，让宝宝逐渐认识自己的模样，经常照镜子的宝宝。会注意到自己脸上的器官，并较快地会认识自己的五官。可以让宝宝玩一些打不碎的镜子，你会发现宝宝再照镜子时有多种表情，会笑，会做鬼脸，并同镜中的人说话。玩镜子使宝宝得到了很大的快乐。

宝宝俯卧时，在宝宝的一侧放一面镜子，宝宝转头就能看到镜子，可诱使宝宝做翻身练习。照镜子的游戏，是宝宝俯卧在床上时，既感到玩耍的兴趣，又可以促进宝宝上肢及颈胸肌肉的发育。

父母可利用宝宝对镜子的兴趣，促使宝宝做抬头和翻身的练习，锻炼宝宝上肢及颈、胸、背部的肌肉，是宝宝认识自己，培养宝宝的自我意识。

第四个月

经常变换室内的布置，给宝宝丰富自己的感官世界。给宝宝做婴儿健身操。学习健身。逗引宝宝主动够取桌上玩具。

多和宝宝做游戏，增强亲子感情。

宝宝的腿部运动：宝宝刚出生时就会迈步行走，这是先天的反射能力。父母若加以适当的动作训练，可是宝宝提早走路。从而促进脑的发育成熟、智力发展。宝宝对熟悉的音乐会有表情，有些乐曲会引起宝宝快乐地舞动四肢。同时，宝宝在被家人逗乐时，也能非常快乐的舞动四肢，如蹬腿或挥动上肢。

选择宝宝喜欢的玩具加上铃铛系在一起悬挂在宝贝正上方，用松紧带系在宝宝的脚踝上，让宝宝踢腿时带动玩具发出声音，增加宝宝做腿部运动的兴趣。在宝宝的脚下放一个吹塑气球或有声的玩具，宝宝在无意蹬时会发出哗啦的声音。这种意外的效果会促使他再次蹬腿，这使无意活动成为有意活动。如果不发出声音的话，宝宝就不喜欢蹬腿。

经常让宝宝做俯卧抬腿运动，不但能够锻炼宝宝的腿部运动，同时也会让宝宝感到快乐。妈妈可扶住宝宝腋下和背部，使宝宝的脚抵住床面做蹬腿运动，训练宝宝的站立平衡。在日常生活中，父母可以经常给宝宝做下肢弯曲和伸直运动，使宝宝的下肢肌肉得到良好的发育，扶住宝宝腋下，让宝宝听着大人的口令，学习主动迈步。训练时动作要轻柔，每次时间 3 分钟左右，以宝宝不感到累为宜。

值得注意的是：1、早产儿及佝偻病患儿不宜做此项练习。2、注意宝宝的情绪，若情绪不好时，就立即停止。3、一般除

腹泻、发热等患病情况外，要坚持进行。

一般在十个月左右，就可以独自步行。

父母利用玩具让宝宝做一些腿部运动，可以促进他下肢肌肉的发育，使宝宝提早学会走路，同时促进他智力的发展。

藏猫猫：是婴儿最喜欢的游戏，无论古今中外的婴儿都会玩这个游戏，从四个月到一岁半的宝宝，经常重复玩这个游戏而得到快乐。

宝宝三个月时，具备较好的辨认记忆能力，对身边常见的亲人有明确的感情记忆。这时可以和宝宝玩藏猫猫的游戏，增进亲子间的感情交流。

随着宝宝视距能力的增强，他会越来越对藏猫猫的游戏越来越感兴趣，在游戏中获得极大的快乐。

第一次最好是用一条大的手帕蒙住妈妈的脸，妈妈像宝宝说：“妈妈呢？”宝宝正奇怪妈妈哪里去时，妈妈扯去手帕露出脸来，会使宝宝十分高兴，妈妈在扯去手帕时，为了引起宝宝的惊奇，妈妈可以不停地和宝宝说话，让宝宝发现看不到的东西还存在，激发宝宝的好奇心，培养他的探索兴趣。

经常和宝宝玩藏猫猫游戏，宝宝逐渐会抓掉毛巾，使妈妈的脸快些露出来。以后宝宝学着往自己头上盖，并能自己掀开都大人玩。

如果宝宝还未学会藏猫猫的游戏，父母要耐心地多同宝宝一起玩，用布巾围在大人脸上，同他讲话，让他知道大人还在身边，扶着宝宝的手将布巾掀开，逗宝宝，使他快乐。在快乐的基础上，让他渐渐参与。以后可以直接用布蒙在宝宝头上，帮助宝宝拉下布巾。经常玩这个游戏，宝宝很快就能玩得开心，并且能玩出许多花样。

经常和宝宝玩藏猫猫的游戏可以培养宝宝探索世界的兴趣，激发宝宝的好奇心，增进母子的情感交流。

宝宝的小手：宝宝的小手三个月前后，宝宝开始有意识地击打东西，这是宝宝主动抓握的开始，但宝宝的小手还不够灵巧，四个月前后，宝宝的眼睛能够追视移动的玩具。

四个月的宝宝能够抓住放置在眼前的玩具，宝宝需要用双手才能抓住悬挂的玩具，因为悬挂的玩具会晃动，宝宝在抓的时候有一定的难度。

宝宝的手部动作是逐步发展的，爸爸妈妈要给他各种玩具，发展他手的技巧，使宝宝有一双灵巧的小手。

主动抓握是宝宝手部精细动作发展的重要阶段，经常训练宝宝抓握可以促进宝宝手眼协调，双手动作协调，使宝宝的手部更加灵巧。

学拉坐：坐、爬、走、跳在成人已经是十分轻而易举的事情，婴儿期却是逐步练习学会的。婴儿能直立，首先是颈肌能

完全支撑头部，颈肌使婴儿最先发育的大肌肉。父母要经常让宝宝做抬头的练习，以锻炼宝宝的颈肌，使宝宝能够抬头以后，父母可以让宝宝躺在床上，然后用双手扶住宝宝的背部，慢慢让宝宝坐起来。

宝宝出生第四个月，颈部肌肉能够完全支撑头部的重量抬头时，父母可以开始给宝宝做仰卧起坐练习。宝宝俯卧时，让他两手各握住大人的一个手指，大人用手握住他的手，慢慢地将手提起，让他借助大人的力量坐起。父母给宝宝做拉坐练习时，动作要轻柔，要喊口令。这样能够培养宝宝主动配合的意识，每次练习时间不宜过长，以3—5分钟为宜。拉坐练习可以训练宝宝颈肌和躯干的协调性，培养宝宝坐的能力，经常练习拉坐的宝宝，在出生第五个月，如果拉手起坐时，坐不前倾或后仰，父母就可以在宝宝三边放上棉被，让宝宝靠着棉被坐起片刻。

宝宝经过拉坐的练习，锻炼了颈部，手臂和胸部，训练了宝宝动作协调的能力，对以后宝宝能独立坐稳做好了准备，在宝宝得到锻炼的同时，母子双方从游戏中也可以体会到许多快乐。

父母给宝宝做拉坐的练习，锻炼宝宝的颈部，手部，胸部肌肉，训练宝宝动作协调的能力。

第五个月

给宝宝念儿歌，让他学习模仿大人发音。教宝宝拉拉手起坐。扶宝宝站立。行走。多练习翻身。练习抓握悬挂的玩具，发展手眼协调。

认妈妈：刚出生的小宝宝能用笑声和微笑来呼唤自己的妈妈了，他喜欢妈妈温柔的声音和笑脸。因为还在子宫里，宝宝就听惯了妈妈的声音。

新生儿有记忆能力：在宝宝醒来的时候，可以给他看一些图片。一般来说宝宝最爱看的是模拟母亲脸的黑白图片，并能记住自己观看过的图片。

妈妈要多拥抱多抚摸宝宝，并轻柔地呼唤和逗引宝宝，让宝宝充分的享受您的爱抚和无微不至的照料。在妈妈温暖的怀抱里，母子双方都会沉浸在幸福之中。

宝宝在日常生活中，由于妈妈平时参与喂奶和护理，有丰富的表情和身体接触，宝宝能逐渐感受到母亲与其他亲人的区别，建立起密切的母子亲情。

宝宝两个月时，已经能认识母亲，在他人和母亲之间能够做出选择，主动投入母亲的怀抱，说明宝宝已经具备了辨认和记忆的能力。

妈妈可以和宝宝玩游戏，用亲切温柔的声音和宝宝谈笑，激发宝宝的快乐情绪，增进母子间的情感交流。母亲要尽量多与宝宝在一起，使宝宝在心理情感上得到安全和满足，以促进

宝宝身心的健康发展。

要积极利用宝宝的辨认和记忆能力，更多地让宝宝认识周围的人和物，使宝宝逐渐对身边常见的亲人产生明确的感情记忆，有利于宝宝的情商发展。

妈妈多和宝宝玩耍，在游戏中增进彼此间的情感交流，使宝宝身心健康发展，同时可以增强宝宝的辨认和记忆能力。

听声寻物，宝宝刚出生见到的就是妈妈慈祥的笑脸，听到的就是妈妈亲切的呼唤，这时的宝宝就能够寻着声音去看，去找。渐渐地，宝宝长大一点，妈妈就可以用一些能发出悦耳动听声音的小玩具帮助宝宝做听声寻物的训练。练习过程中要不断地鼓励他表扬他，很快宝宝对声音的反应就会敏感起来。

五个多月后，宝宝就会由被动逐渐变成对发生物体的主动寻找，这样您的小宝宝就可以说是具备了一定的听声寻物的能力，对将来宝宝的发展和培养探索未知的世界的兴趣很有帮助。

宝宝已经具备了一定的学习能力，父母要教宝宝认他感兴趣的東西，提高宝宝的认知能力。这也是宝宝学习说话的基础。

教宝宝认物：三个月左右的宝宝，已经认识母亲。妈妈日常生活中要尽量多与宝宝交流，教宝宝认识周围的事物，增进宝宝辨认和记忆能力，宝宝四个月时已经具备了学习的能力。父母要先观察宝宝对什么感兴趣，先挑宝宝最喜爱看最喜欢的东西教宝宝认，告诉他东西的名称，使宝宝对声音和物体联系

起来。宝宝一般在一个月内能学会 1-2 种物名。因为宝宝要学认第一种东西需要的时间较长，父母不必太着急，耐心地教，宝宝学会认一种东西后，要早晚复习天天巩固，逐渐地，宝宝在听到物名的时候，能够用眼睛准确地寻找目标。这时父母要鼓励宝宝，用手去指东西的方向。父母要加以鼓励，增强宝宝的记忆。通过学习，宝宝到 6 个月时，听到物品的名称时，不仅能够用眼睛去看，用手指向物体，并且喜欢用手去抚摸或够取东西。父母可以通过户外活动，教宝宝认识花草树木等新奇的事物，增强宝宝学习认物的兴趣。

教宝宝认物可以提高认知能力，宝宝在认物过程中能积累更多的词汇量，促进他的语言发展，使他的智力得到更好的发展。

第六个月

培养良好情绪，保持宝宝心理健康。学习用手指向认识的物体。练习翻身，学会连续翻身。教宝宝学习传手。逗引宝宝追视移动的或有声的事物。熟悉家人和自己，学会认五官。

追视：小宝宝一出生就有了看的能力，但是由于视距调节能力差，只能看到距离眼睛 20 厘米左右的物体。随着宝宝逐渐长，视距调节能力范围的增强，宝宝追视的时间和范围也逐渐扩大，宝宝在不同的姿势下，会有不一样的视线范围。爸爸妈妈根据宝宝不同的姿势，可在相应的位置放置一些不同的玩具，

有利于宝宝注视，提高宝宝玩的兴趣。

五个月前后，宝宝的视调节能力有了很大的提高，爸爸妈妈一定要把握时机，对宝宝进行这方面的训练。可以用一些色彩鲜艳的小玩具，在宝宝眼前有规律地晃动，但是晃动的速度不要太快，可以随着训练的增多，玩具距离宝宝也越来越远。这样到了一段时间后，你的小宝宝会变得更加活泼可爱。

随着宝宝视距调节能力的增强，宝宝追视能力和范围不断扩大，经常和宝宝做追视练习。

宝宝在练习俯卧抬头时，他会以腹部为中心在床上打转转，爸爸妈妈要让宝宝多练习，为宝宝的匍行和学爬做准备。

打转转：宝宝在四个月左右，俯卧时不仅能抬起头，胸部也能够离开床面，只用腹部和手支撑体重，说明宝宝的颈，腹，四肢的肌肉发育良好。

父母可在宝宝俯卧时在一侧用玩具逗引宝宝去拿。宝宝会先用一只手去够，够不着时会用上肢支撑上身，蹬着腿自己打转。父母要适当地让宝宝拿到玩具作为休息，然后再到另一侧用玩具去逗引宝宝，使他继续转动身体。

父母可将宝宝放在宽的硬板床上或铺垫好的地上，让宝宝俯卧，在他前面放一些玩具，不断逗引宝宝，促使他练习一手支撑起自己的身体，另一只手去够取玩具。

父母在给宝宝做打转转练习时需要有耐心，从90度逐渐到180度再到360度，循序渐进，为宝宝以后学习爬行做准备。

育婴师提示：打转转是宝宝移动身体时的有效方法，父母多让宝宝练习，可以促进他的动作协调发展，为宝宝学习爬行做准备。

六个月的宝宝各种能力发展很快，主要表现有：

1. 精细动作能力：宝宝能够用两只手各握住一件东西，宝宝用拇指和其他四指相对，共同握住物体，将其拿稳。六个月的宝宝双手的配合能力也很好，他发现自己扔掉的玩具就会拾去，他会想办法不扔，于是他就会将手中之物放在另一只手中，将物传手是这时期的宝宝手技巧的一次进步。

2. 大肌肉运动能力：宝宝六个月时，他的大肌肉运动能力主要表现在宝宝练习俯卧抬头时，他会以腹部为重心在床上打转，移动身体的位置去够取玩具。六个月的宝宝在大人俯卧托胸时，头部，躯干和下肢可以成一条直线，说明除颈部肌肉能支撑头的重量以外，主管屈肌运动的前庭和主管伸屈运动的小脑发育良好，能够使身体保持平衡。

3. 认知能力：宝宝的认知能力也有进步，宝宝能够认一至两种东西，在大人说到东西的名称时，他还能够用手指向物体的方向。父母应该鼓励宝宝用手去抚摸或够取物品，教他认识更多的事物。

4. 语言能力：宝宝从刚出生起就特别喜欢妈妈用温柔和亲切的语调和他说话。妈妈的声音可以抚慰宝宝，是宝宝觉得安全、很温暖。宝宝学习说话首先是从大人开始的，父母要给宝宝倾听语言的机会，和宝宝多做交流，对话要简朴生动，并多次重复出现，便于宝宝学习和模仿，促进宝宝的语言发育。

5. 自理能力：六个月的宝宝已经能够自己拿饼干吃，这也是宝宝自理能力的一种表现。父母要给宝宝一些饼干类的固体食物，这样可以更好的促进乳牙的萌出。宝宝在大小便时也有明确的表示，父母要注意从日常生活中，培养宝宝的自理能力，有利于宝宝独立的人格。

6. 社会交往能力：宝宝在照镜子时会有丰富的表情和动作，喜欢伸手去抚摸镜子中的人。妈妈可以教宝宝认识身体的部位，培养宝宝的自我意识。六个月的宝宝学习的能力很强，父母要更多地和宝宝交流做游戏，是他的各种能力进一步发展。

第七个月

学习爬行和爬行够取物体。教宝宝发展“爸爸”“妈妈”等辅音。学习坐稳。学习吃饼干、用杯喝水、学拿小勺。练习用拇指和其他手指抓握玩具。

宝宝的手部动作发展很快，爸爸妈妈要多给宝宝不同形状、不同质地的玩具让他玩，发展宝宝手部精细动作。

能干的小手：三个月的宝宝手眼协调能力有所进步，手能

击到所看到的目标，可以将小球放到胸前，引诱宝宝除了拍打以外，还要抓住它。如果宝宝要伸手拍打玩具，若宝宝不动手，大人可扶住宝宝的手教其击打。击打是为了抓住吊起的玩具做的准备步骤。

经过练习，四个月的宝宝能用手去够取吊球。有时他会用双手去抱或将手伸得够长够到粗线才拿到吊球，拿掉球比拿桌面静止的东西难度大。因为吊球会晃动，目标不固定，取到吊球的本领要比取到静物要大些。

五个月的宝宝能够两手各拿一件东西。宝宝会用拇指和其他四指共同握物，能将东西拿稳，这是宝宝手指精细运动的开始。这个时期宝宝能够将物传手。他会将一只手中的东西放到另一只手中。传手练习可以锻炼宝宝与上肢的肌肉，培养宝宝双手配合的能力。宝宝的小手能力发展很快，父母要多给宝宝锻炼的机会，让他玩各种不同的玩具使他的的小手更加灵巧。

父母经常给宝宝一些玩具，让宝宝有更多的锻炼机会，锻炼宝宝的手部和上肢肌肉，培养宝宝的手部精细动作。

宝宝出生起就有先天觅食的本能，父母要从吃的方面逐渐培养宝宝自理的能力，对宝宝将来形成独立自主的性格很有帮助。

吃的本领：刚出生的宝宝就有先天觅食和吸吮的本能。宝宝会吃手指，自己寻找妈妈的乳头或奶瓶的奶嘴，并伴随有吸

吮的动作。

两个月的宝宝会接受勺子喂食，妈妈可用勺子压在BB舌头上，等BB吞咽完毕再拿开，教宝宝用舌头舔食。宝宝有适应新食具的能力。

三个月的宝宝舌、咽、唇的动作配合良好，能够学会见勺张口，主动吞咽食物。

宝宝四个月时能够学会用双手扶住奶瓶吃东西，妈妈可先帮助宝宝扶稳奶瓶，再渐渐松开手，让宝宝自己抱奶瓶，经常这样练习的宝宝能够将奶瓶的奶嘴放入口中，说明宝宝具备了自理能力。父母要多加鼓励宝宝自己动手的行为，培养宝宝的自理能力。

五个月的宝宝开始流口水，说明有唾液分泌。唾液中有淀粉酶可以消化固体食物。父母可以给宝宝吃些条形饼干，是宝宝牙龈强壮，有利于乳牙的萌出。

六个月的宝宝会自己拿饼干吃，而且会用牙龈咀嚼食物，即使未出牙的宝宝也能将食物嚼碎吞下。

宝宝的生活自理能力必须从小培养，宝宝在吃东西时情绪比较好，父母要鼓励宝宝自我参与意识，使他形成良好的性格。

父母每个月坚持让宝宝练习迈步以外，还可以和宝宝做蹦蹦跳跳的运动，锻炼宝宝的下肢肌肉及身体平衡，为宝宝学习

站立和行走做准备。

蹦蹦跳：宝宝在出生第四个月，他在仰卧时会自己将腿举起来，膝部伸直。宝宝能够用双手抓住双脚，甚至将脚伸到唇边，说明宝宝下肢伸屈能力较好。父母要坚持让宝宝练习迈步，使宝宝下肢肌肉得到良好的发育，锻炼宝宝的站立平衡。父母在给宝宝做站立练习的过程中，可以扶着宝宝让他稍站片刻，使宝宝的双腿能够支撑自己身体的体重。宝宝五个月左右，父母可以让宝宝在膝上练习蹦蹦跳。用双手扶住宝宝腋下，稍用力提起宝宝的体重再放下，反复几次，宝宝会觉得十分高兴，宝宝在蹦蹦跳时，父母说口令或儿歌，宝宝逐渐会主动配合，双腿能伸直并短时间负担身体的重量，身体动作的协调性也会逐渐加强。经常练习蹦蹦跳的宝宝在俯卧托胸时，头、躯干和四肢能全身持平，说明宝宝的小脑和全身肌肉发育较好。（注意：父母在家中不宜自己做俯卧托胸练习，以免妨碍宝宝的呼吸。）协调能力不足，平时要鼓励宝宝。

蹦蹦跳的练习锻炼了宝宝的下肢肌肉，使宝宝在七个月后能够扶物站起为宝宝学习行走做准备。

父母经常做蹦蹦跳的练习，可以锻炼宝宝的下肢肌肉，增进亲子间的感情，为宝宝学习行走做准备。

父母经常给宝宝念一些节奏明快活泼的儿歌或绕口令，可以增加宝宝的词汇量吗，促进宝宝用动作配合语言，是宝宝更

好的理解语言。

说儿歌：五个月的宝宝特别喜欢节奏明显的儿歌，虽然他还不理解儿歌或诗词的意思，但他喜欢儿歌有韵律的声音和欢快的节奏，更喜欢妈妈念儿歌时丰富的表情、口形和动作。父母可以结合宝宝的日常活动，给宝宝念儿歌并根据不同的儿歌，让他配以固定的动作，逐渐地宝宝不仅能有效地学习和记忆，还能以相应的动作来配合父母所念的儿歌。

在宝贝学习发音和学翻书的过程中，父母适当的给宝宝念儿歌、诗词或绕口令，可以提高宝宝对语言的兴趣。

宝宝学习说话，首先要从听大人的语言开始的。父母多给宝宝倾听语言的机会，给宝宝讲故事、念儿歌、对话要简短生动，并多次重复出现，便于宝宝的学习和模仿，促进宝宝的语言发育。

妈妈经常用温柔的声音给宝宝讲故事，给他念一些节奏明快活泼的儿歌或绕口令，可以给宝宝营造一个良好的环境，促进语言的发育。

第八个月

经常保持爬行、扶物站立等运动的练习。学会用手指捏取东西，寻找藏住的物体。和小朋友交往，学会用手势表达简单的意思。继续认识更多的事物。教宝宝学习坐便盆。

认识五官，增强宝宝的认知能力，增加他的词汇量，在游戏中还能增进亲子间的感情，

认五官:五个月的宝宝在认物的过程中，父母可以教宝宝认识动物或娃娃玩具的各个部位。宝宝会用手抚摸玩具突出的部位，父母可以经常抱宝宝照镜子，学习观察和用手指认自己的身体部位，是宝宝逐渐熟悉自己身体的部位。

七个月的宝宝会认第一个身体，父母可以先从他感兴趣的部位认起，教会他认第一个部位之后，巩固之后再教第二个部位。父母要耐心地教宝宝认身体的部位，要不停的和宝宝说话，告诉他身体部位的名称，让宝宝听懂并服从大人说的词的意思。宝宝在第八个月一般能认识身体两个部位，父母在今后的几个月要不间断地教宝宝认身体的各个部位，让宝宝学习理解和记住日常词汇。

父母经常教宝宝认身体的不同部位，可以增强宝宝的自我意识，提高宝宝的认知能力，使宝宝逐渐理解语言和记忆词汇。

八个月的宝宝对图书中的各种图案、认物很感兴趣，爸爸妈妈要引导宝宝看书，让宝宝从书中获得更多的知识。

学翻书:六个月的宝宝喜欢撕纸，他的拇指与其他四指配合能够抓住纸撕开。父母可以找一些干净的白纸，先撕给他看和听，引起宝宝的兴趣后，让宝宝自己学习撕纸，发展宝宝手指的操作能力。

宝宝会把书当做一种玩具，双手会有抱、摇晃等动作，宝宝喜欢把书放入口中，父母要注意保持图书的清洁，尽量让宝宝玩得开心。

宝宝会对一些颜色鲜艳、有各种画片的书表现出浓厚的兴趣，父母要给宝宝一些不易撕碎的书或布袋书。书中的各种图片会激发宝宝的好奇心。

在宝贝心情愉快的时候，父母要开始教宝宝翻页，你先打开书中他认识的一些图画，在当着他的面合上书，并示范一页一页地翻书，然后让宝宝自己翻书，刚开始他只能打开或合上书，逐渐地宝宝会一次翻好几页书，食指和拇指的配合会逐渐熟练。

在和宝宝一起看书时，父母要教宝宝认识书中的水果或动物等事物，并且可以讲一些节奏明确的短语或故事给他听，逐渐提高他的认知能力。

宝宝在学习翻书的过程中，也许更多的是在玩书，但是只要父母正确的引导，给他讲书中事物的名称。这样不仅训练了宝宝手指精细动作，而且使宝宝从小就养成阅读的习惯，对将来的学习打下良好的基础。

父母可以给宝宝一些好看的书，提高宝宝的认知能力，训练他用手指能动书页的精细动作。

宝宝学会 360 度翻身之后，身体能够向远方移动，父母要

经常用宝宝喜欢的玩具逗引宝宝连续地翻身，练习身体和四肢的协调性。

五个月的宝宝能够完成 180 度的翻身，说明宝宝的身体与下肢配合良好。如果宝宝还未学会 180 度翻身，要先学习侧卧。要耐心的鼓励宝宝练习，宝宝很快就能学会。

七个月的宝宝要学习连续翻身，这是宝宝学爬之前，能够移动身体的好方法。父母可以先放玩具到一侧让宝宝侧翻，然后将玩具置于他的头侧，引诱宝宝侧卧，再把玩具放在上方使宝宝从俯卧又翻到仰卧，最后把玩具扔到稍远处，扶着宝宝的肩和臀部轻轻推动，使宝宝连续翻身拿到玩具。爸爸妈妈可以用一些会动的玩具逗引宝宝移动身体去够取，培养他的四肢和身体的协调性。宝宝学习连续翻身，有利于肌肉运动能力的发展，同时对宝宝的小脑发育也起到了良好的作用。

连续翻身能够锻炼宝宝前庭和小脑的平衡功能，促进动作的协调性，促进了智力的发展。

八个月的小宝宝已经有与人交往的意愿，爸爸妈妈要多与宝宝用各种动作交流，让他学会用各种手势或动作表示自己的意思。

用动作表示语言：宝宝出生第七个月时，听到父母的表扬或批评，他会仔细观察大人的表情，并根据大人的表情和说话的语气逐渐去理解大人的要求，学会约束自己的行为。爸爸妈

妈要经常给宝宝做出一些明确的语言或动作表示，让宝宝有规律可循，慢慢的宝宝就会逐渐理解大人的语言或表情。

宝宝用动作表示语言也是他学习语言的一个阶段，虽然他只能咿咿呀呀的说话，但是用一些手势来表达自己的意愿，即达到了与人交往的目的，有学习到了更多的词汇。

随着对语言的理解能力增强，宝宝自己开始喜欢用动作表示语言，如招几下手表示再见，伸出手我大人的手表示握手，或用手表示抓挠或谢谢等。父母要多做动作示范，反复多次，便于宝宝模仿。每个月学习 1-2 个动作，循序渐进。

宝宝用动作表达语言，是因为宝宝有了与人交往的愿望，预示他今后学习语言的能力比较好。家长要经常鼓励宝宝做标示语言的动作，让他有更多的与人交往的机会，能够促进他的动作和语言的发育

多让宝宝用手势来表示语言，可以增强宝宝与人交往的能力，同时在让他用手势表示语言的过程中，更好的理解和学习语言。

八个月的宝宝在运动方面是以爬行为主的，爬行不仅能锻炼宝宝的肌肉，对宝宝的大脑发育也起着良好的作用。

学爬行：宝宝五个月左右，上肢肌肉发育良好，已经能完全支撑自己的体重，宝宝在够取前面的玩具时有了怕的意识。

七个月的宝宝能够腹部贴着床爬行。宝宝的双手支撑上身，但两脚有时腾空或者足尖着床而使不上劲，身体想象前冲，但手支撑着反而向后退。父母可以用宽大的毛巾把宝宝的腹部稍稍抬起，让宝宝的膝部着床，大人用手推宝宝的足底，可以使宝宝更好的练习爬行。爬行时，宝宝的四肢要轮流协调的支撑自己的体重，在听口令和看玩具的同时，还要保持身体的平衡，使宝宝的前庭系统统合协调发展，对宝宝将来的学习有好处。

父母要经常用可以滚动的小球或小车玩具引逗宝宝练习爬行，逐渐的宝宝为了能够更坚决的拿到玩具，会提起膝部，用手足爬行。

经过练习，宝宝逐渐能够自己托起腹部，用双手和膝部着地，四肢交替向前开始用手膝爬行。爬行是很有用的练习，宝宝四肢协调运动的发展，促进了前庭系统统合的协调，对孩子将来的学习很有帮助。

爬行是很有用的练习，宝宝四肢协调的运动，不仅使宝宝的四肢肌肉发达，同时促进了前庭系统统合的协调。

八个月的宝宝能够很快地将盖在布下的玩具找出来，这个时候，父母要开始培养宝宝的观察能力，要多和宝宝玩寻物的游戏。

找东西：宝宝在玩藏猫猫游戏的时候，宝宝会发现暂时看不见的东西并未消失，可能藏在其他东西背后，他会慢慢的去

看、去找。爸爸妈妈经常和宝宝玩这个藏猫猫的游戏，能够激发宝宝寻找的意识。

七个月左右的宝宝开始有了观察思维能力，大人可以先将宝宝喜欢的玩具拿给他看，然后当着宝宝的面，有一块布将玩具盖住一部分，逗引宝宝把布掀开，够取玩具。父母可以逐渐的用布将玩具盖起来，首先还是要先示范着掀开布让宝宝看到里面的玩具，宝宝记住大人的动作后，会很快的掀开布够取玩具。

宝宝能寻找盖住大半或完全盖住的玩具，说明宝宝能观察到细小部分而找出玩具，具备了一定的判断能力。

经常和宝宝玩这种游戏，能促进宝宝寻找盖住大半或完全盖住全部玩具的能力，有时宝宝还会在看到有鼓起来的地方时就会用手去摸和寻找，这对培养宝宝的观察思维能力很有好处。经常让宝宝练习寻找物体，不仅能够让宝宝理解大人的语言，学习认识各种事物，还能培养宝宝的观察力、判断力以及解决问题的能力。

爸爸妈妈要多和宝宝玩藏东西的游戏，这样可以促进宝宝的观察和思维力，开发宝宝的智力。

第九个月

多练习爬行以促进宝宝大脑发育。扶宝宝腋下练习走路。用不同的玩具练习宝宝手的技巧。学会拉绳取物。听儿歌或音

乐活动肢体。

宝宝九个月后，他的下肢肌肉发育比较好，爸爸妈妈可以经常让他做一些扶物站立的练习，可以更好的锻炼宝贝的下肢肌肉。

扶物站立：五个月左右的宝宝，在仰卧拉坐时能够站起来，说明宝宝的上下肢肌肉发育良好，全身的动作协调，下肢能负重所以能轻松地站起来。在日常生活中，仍要坚持让宝宝练习走路，可以播放一些节奏明快的音乐，让宝宝在练习中获得很大的快乐。父母在给宝宝做拉做的练习时，可根据宝宝的情况，试着让宝宝站起来片刻提高宝宝下肢的负重能力。

七个月的宝宝仰卧在小床上时，双手能够扶住床的边缘做起来，妈妈可以给宝宝一些可以扶持的东西，让他逐渐学习扶物站起来。宝宝每次扶站的时间不宜过长。以10-15分钟为宜，避免宝宝因站立时间太长，使宝宝的下肢负重过度。宝宝会扶物站立以后，他会自由的更换站立的姿势。父母要经常参与宝宝的练习，让宝宝在父母的鼓励中得到锻炼。

扶物站立可以锻炼宝宝下肢肌肉，使宝宝在更换站立姿势时能够保证身体的平衡，让宝宝尽快学会行走。

宝宝的自理能力必须是从小培养的，宝宝满九个月时，妈妈要注意从各方面培养宝宝自己动手的能力，增强他的自主性。

吃的能力：宝贝的生活自理能力必须从各个方面培养，从

饮食方面而言，小宝宝要适应不同的食具，比如奶瓶、勺子等。

宝宝四个月的时候，就已经能够接受用勺子喂食一些辅食了。爸爸妈妈可以在和宝宝玩耍的时候，用玩具碗和勺子逗引宝宝学习使用勺子，这样既为宝宝以后学习吃饭做准备，也可以锻炼他手部动作的灵巧性。

宝宝八个月的时候，再给宝宝喂吃的同时，可以让宝宝自己拿勺子，学习大人的动作自己吃碗里的食物。父母可以先握着他的手，叫他盛碗里的食物，逐渐的宝宝知道自己能够吃到碗里的食物，他会很高兴、很主动地吃东西。

父母还要试着让宝宝学会用杯子喝水，这也是培养宝宝的自理能力，因为宝宝不能一只用奶瓶喝奶、喝水。父母可以先用杯子喂宝宝，让宝宝逐渐适应用杯子喝水，不要过急，以免呛着宝宝。宝宝学会用杯子喝水，也是为以后断奶瓶做准备，可以使将来宝宝在饮食变化时很快就能适应。父母注意在吃饭和喝水方面培养孩子的自主性，可以增强孩子将来独立生活的能力，形成孩子健康良好的个性。

父母让宝宝在吃到方面锻炼他的自主性，可以培养宝宝的生活自立能力，使宝宝的个性得到发展。

宝宝的手部动作是逐渐发展的，从握物到手指的精细动作。这时一个很大的进步，宝宝进入八个月以后，父母要多给他锻炼的机会，使宝宝的双手更加灵巧。

灵巧的手：宝宝进入八个月以后，他的手部动作越来越多，从以前简单地握物到现在手指精细动作的发展，宝宝进入了一个新的阶段，宝宝对一些键盘乐器玩具如钢琴等特别感兴趣。他会用双手拍打键盘，对发出的声音很好奇，并逐渐会用一个手指去按键盘，并从中获得很大的快乐。

八个月的宝宝眼睛和手部动作的协调已经比较准确，爸爸妈妈可以在白纸或白布上放一个小豆或小丸，让小丸滚动已引起宝宝的注意，开始时他会惊奇地注视着，后来见它不动才会伸手去抓或拨弄。宝宝的手指还不太准确，有事接近小丸要摸几下才能碰到。经常练习的宝宝能够准确的用拇指和食指捏住小丸。大人要和宝宝一起练习，离开时要将小丸拿走，防止宝宝吧小丸吞入口中。

宝宝八个月时，父母要尽量地让他练习食指的动作，可以利用一些玩具让他练习抠洞、投放、旋转等动作，是他的食指技能增强。爸爸妈妈要用宝宝比较喜欢的玩具逗引宝宝，比如小车、滚珠等。由于这些玩具上有可以滚动的小轮或小珠子，大人可耐心地教宝宝做食指抠、旋转等动作，宝宝会很快学会的。

在宝宝练习手部动作时，父母还可以用一些颜色鲜艳的尼龙绳系上一个小环，拉着尼龙绳在宝宝眼前晃动，然后把小环放在远处，尼龙绳放在宝宝近前，教宝宝用拉绳的方式够取到

小环。经常让宝宝练习拉绳取环，不仅锻炼的宝宝手部的动作，而且可以培养宝宝的预测、判断能力。

所以的父母都希望自己的孩子心灵手巧，多让宝宝做各种手部运动，练习精细动作、手眼协调，对宝宝将来学习音乐、绘画等各种技能都是很有好处的。

父母多给宝宝玩各种玩具，可以发展宝宝手部精细动作，促进手眼协调，九个月的宝宝在学习说话的过程中，总会有很多可爱的表现。当宝宝用稚嫩的声音称呼“爸爸妈妈”时，带给父母的是无限的欣慰和幸福。

宝宝的语言发育：宝宝进入第九个月后经常会发 ma 的音，当宝宝第一次看到母亲叫妈妈是，母亲会觉得异常欣慰。但是这个时候宝宝的发音常常是无意识的乱叫，并非是看到母亲才叫妈妈。妈妈要利用宝宝爱发音的兴趣，更多地与宝宝对话，用夸大的语调和口型教宝宝发一些简单的音，如“爸爸、妈妈、爷爷、奶奶”等，可以先教一种发音，等宝宝学会并巩固后再继续教别的发音。

宝宝学习说话是先从听大人的语音开始的，小宝宝有很强的模仿能力，父母多和宝宝交流，在和宝宝玩耍时，不要忘记让宝宝称呼自己，使宝宝逐渐从无意识地称呼自己的父母。

九个月的宝宝发音不是很多，在表达自己的意思时，他会用动作、面部表情和身体的动作来表达，如谢谢、摇头、欢迎

等等，这说明宝宝多语言的理解能力逐渐增强，已经能听懂大人的意思了。

父母要教宝宝用姿势和表情来表达自己的意思，这是宝宝在学会说话之前最有效的表达方式，父母要鼓励宝宝学习，每个月都要叫他几种动作，让宝宝能够更好的理解语言。这样，宝宝就会更加的机灵，更加善解人意。

宝宝的语言是逐步发展的，父母多与宝宝交流，让他积累许多的词汇，并用动作来表达自己的意愿，促进他的语言发育。

第十个月

宝宝学步，要注意保护。学习打开或合上动作，发展受到技巧。教宝宝认图片。学会称呼咤人、安排合适的生活制度。

十个月的宝宝开始蹒跚学步了，刚开始他必须用双手扶住沙发或床沿，逐渐的用一只手就能扶住迈步了，这时父母要多加鼓励宝宝，使他能够较早学会独步行走。

宝宝学步：宝宝进入十个月以后，他的下肢肌肉已经完全支撑自己全身的重量，爸爸妈妈在和宝宝玩耍的时候要试着让他稍站片刻，让他的下肢得到更好的发育。

宝宝在起坐时，只要手边有可扶持的东西就能扶住站立，还可以自由地更换站立的姿势。不过刚开始宝宝只会站立，不会扶住坐下。所以为避免久站使下肢负重过度，最多扶站 10-15 分钟，不可超过 20 分钟，要由大人扶住躺下。

十个月的宝宝还能够学会扶物横跨。爸爸妈妈可以让宝宝扶着沙发和床的一边，在另一端放上一个有声音的玩具逗引宝宝去拿。宝宝会双手扶住家具，横行跨步走到玩具的一端去够取，这也是宝宝双手扶物学步的过程。

在宝宝扶站时，父母还可以让宝宝学习一只手扶稳，用另一只手去捡物。刚开始时，家长要在旁边保护，让宝宝的身体逐渐适应蹲下和站起来的动作。在适宜的位置上宝宝感兴趣的玩具，这样宝宝会调整自己身体，努力够取地上的玩具。蹲下捡物可以锻炼宝宝上下肢的协调动作，还增强了宝宝手眼协调的能力。当宝宝能一手扶着家具一手捡到东西时就可以练习拉手走步了。开始宝宝总是害怕站起来离开固定的家具，这时家长可以牵着宝宝的双手学走，来回走了几次之后，父母可以试着放开一只手，只用一只手牵着宝宝，经过慢慢练习，宝宝会走得越来越稳。蹒跚学步的宝宝总是惹人疼爱的，爸爸妈妈要鼓励宝宝勇敢地学步。

宝宝在学步的过程中，不仅锻炼了下肢肌肉，还会培养面对困难的勇气，这对他将来的生活都是有益的。

育婴师提示：宝宝学步可以锻炼他的下肢肌肉，增强动作的协调性，在学步中保持身体的平衡，促进大脑的发育。

九个月的宝宝手部动作已经进入新的阶段，他开始学会放手。宝宝在玩玩具时，手部动作和眼睛的协调也得到了良好的

发展。

宝宝的手部动作：宝宝进入第九个月以后，他的手部动作已经有了很大的进步，手指也越来越灵巧。父母可以利用各种新奇的玩具逗引宝宝练习手的技巧。爸爸妈妈可以拿一个色彩鲜艳的小杯，让宝宝伸出一个手指，然后将小环套在他的手指上，学会伸手指可以增强宝宝手指的灵活性。

父母可以用小环在桌上旋转，教宝宝用手指将小环拍停。宝宝起初对旋转的小环很感兴趣，在父母的示范下，宝宝很快就能将小环拍住，并且从中获得很大的快乐。一个小小的圆环，宝宝能玩出很多花样。宝宝的眼睛注视圆环，然后才有手部的动作，这样使宝宝的眼睛和手部动作能够协调的发展。爸爸妈妈还可以进一步让宝宝学习套环。让宝宝将小环套在大人的一个手指上，不仅锻炼宝宝的手眼协调，而且学会用一个手指表示1。九个月的宝宝在玩玩具的时候，爸爸妈妈可以试着给他一个比较大的桶或小框教宝宝练习放手，将手中的玩具放入小桶或小框，这也是宝宝手部动作发展的一个不然阶段。宝宝在拿一个玩具时通常都握得比较紧，妈妈要教宝宝学会打开和放手。初学时宝宝会投不准而掉在外面，但只要能够学会放手，父母就要鼓励宝宝，并和宝宝一起做，让宝宝学会快取快放。玩小环和把积木放入筐中，这都是为了锻炼宝宝双手的技巧。同时由于手与眼睛的协调运动，也促进了大脑的发育。爸爸妈妈一定要和宝宝一起玩，为宝宝将来的学习打下良好的基础。

小圆环和小筐可以提高宝宝手部动作的灵活性，促进宝宝手眼协调。

九个月的宝宝自理能力有很大的发展，父母要从生活各个方面培养他的自理能力，使他在将来的生活当中形成独立自主的性格。

宝宝的自理能力：随着宝宝的成长，细心的妈妈会发现，小宝宝不仅会变得越来越活泼可爱，而且自理能力的发展也很快，他能够自己拿勺子吃东西，还懂得配合大人的意思穿衣服，这是宝宝健康发展的表现。

九个月大的宝宝在妈妈给他换衣服的时候，已经不像新生儿时容易哭闹。他能够有意识地配合大人的动作，如抬高手臂、伸伸胳膊等等。妈妈要鼓励宝宝的动作，为他以后在生活方面的自理做好准备。宝宝穿脱衣服是比较常见的一件事，父母在这方面培养宝宝的自主性，既可以养成他良好的习惯，也可以促进母子间情感的交流。有些宝宝在洗澡的时候，会觉得很快活。妈妈可以在浴盆里放些可以漂浮的小玩具，让宝宝自己玩。在洗完澡穿衣服时，要教宝宝伸手和抬腿配合大人穿衣服。妈妈要一边说话一边做，使宝宝听懂大人的意思后再做。

九个月的宝宝在睡眠时也有了一定的规律，一般在睡前会稍显烦躁，对玩具不感兴趣。妈妈可以播放一些轻柔的音乐，使宝宝在一个良好的环境中入睡。在平时要注意养成宝宝有规

律的睡眠，生活的规律对宝宝的健康很有好处。

小宝宝不仅在穿衣、吃饭、睡眠方面有明显的表示，他在大小便之前也会有一些表示，如哭闹等等。各方面要注意观察宝宝的习惯，及时发现并加以培养。九个月的宝宝已经能够坐的很稳了，父母可以让他试着让他在小盆或小桶上大小便，坐盆是一个很有用的能力。

现在的家庭只有一个宝宝，做父母的不能成为“包办”式家长，要从各方面培养宝宝的自理能力。穿衣、吃饭、睡眠、大小便等这些家长看来特别简单的事情，在宝宝而言，每件事情都要好好地学习，这种生活适应能力，会使他终身都受益匪浅。

在日常生活中培养宝宝的自理，可以促进他的生活自理能力，形成独立自主的人格。

宝宝十个月时，爸爸妈妈可以开始教宝宝认一些图案简单的卡片，如水果、动物等。还可以教宝宝认日常生活中常见的事物。这样可以扩大宝宝的视野，提高他的认知能力。教宝宝认识图片。

十个月的宝宝已经认识很多玩具，爸爸妈妈在和他游戏的过程中，可以让宝宝找出他比较喜欢的玩具，爸爸妈妈还可以在家中贴一些彩色的图片，教宝宝认识图中的事物，宝宝一般对水果和动物比较感兴趣。图片的图案要简洁明了，便于宝宝

辨认。

宝宝在生活中会接触不少的图案，父母可以随时教宝宝认，耐心的教，反复几次，宝宝很快就能学会。宝宝对有色彩图案的书比较感兴趣，但是他也许是喜欢撕书页或翻着玩。父母可以用一些小卡片，教宝宝认识其中的事物。在宝贝认图片时，父母可以让宝宝从图片中拣出大人要的某一幅图、还可以让他认识家中常见的事物。

宝宝认图片可以让他知道更多的事物，提高认知能力。扩大认知的范围。宝宝进入十个月以后，父母要有意识地让他与小朋友一起玩，让他学习与人和平相处，学会有爱和谦让，使他在将来能很快地适应社会大环境的变化。

宝宝的社交：宝宝进入十个月后，与人交往的意愿逐渐增加，他不仅与家里人相处的很好，而且他喜欢和同龄的小朋友一起玩耍。宝宝十个月时，能够自己玩藏猫猫的游戏，他喜欢自己蒙上毛巾逗妈妈乐，母子在这个过程中会增加彼此之间的感情。父母应该多安排宝宝与同龄的小朋友接触，这样在游戏的过程中，宝宝会和小朋友和平相处，让宝宝学会谦让友爱，是他尽快地融入同龄小社会，经常让宝宝玩过家家的游戏，可以培养宝宝的爱心，同时可以让宝宝在游戏的过程中。学会如何关心别人，可以用一些简单的手势来表达自己的意思，如再见、欢迎、谢谢等等，这说明宝宝的语言能力有了很大的提高，

这对于他将来友好的与人相处会有很大的帮助。良好的语言交流和感情交流，还有助于促进宝宝的智力发育，宝宝在和家人的游戏中，容易集中注意力。培养他良好的学习习惯。

父母多让宝宝与小朋友接触，可以让他尽快地融入小社会。学会如何与人相处。

第十一个月

继续进行手足爬行和行走练习。2、学习翻书、看图书。3、给宝宝念儿歌，学习押韵。4、用笔随意涂涂画画。5、学会认一种颜色。

宝宝十个月以后，父母要有意识地培养宝宝手部动作和眼睛的协调能力，要耐心的教，多给他玩各种不同的玩具，在游戏中培养他手的技巧。

手眼协调：慢十个月的宝宝，手部动作已经比较灵巧了，父母要更有意识的培养他的手部和眼睛的协调动作，并且学会用手的动作来解决一些问题。

父母可以给宝宝准备一个上下开洞的小盒子，大人把吊线的小球从上方的洞投入，然后让宝宝去取，小宝宝会仔细研究这个小盒子，逐渐地他会拉起线拉出小球了。

宝宝在这个月还应该学会打开和合上这两个动作。爸爸妈妈可以给宝宝一些带盒的玩具，教他打开后再将东西合拢。宝

宝对能够打开的玩具感到很好奇，父母可以给他不同形状的玩具让他练习。玩具不要过于紧密，使宝宝能够很容易打开。爸爸妈妈还要和宝宝一起玩，给他多做示范。宝宝熟悉玩具之后，就能很快将玩具打开。

十个月的宝宝还会用手剥开一些纸包，并将其中的东西取出来，刚开始妈妈可以用一个大一点的小球，当着宝宝的面用纸稍微包裹一下并示范着如何打开。宝宝的模仿能力很强，他会学着大人的动作将纸包打开取出小球。

宝宝的手部动作发展是一个循序渐进的过程，每个时期都有一定的特点，同时也需要父母耐心的教，耐心的训练宝宝，父母可以根据孩子的喜好和特点，给他一些比较感兴趣的玩具，这样就可以使宝宝在游戏的愉快心情中培养他手的技巧。

打开和合上可以锻炼宝宝双手的灵活性，培养手部和眼睛的协调动作。宝宝进入第十一个月了，他的各方面能力都有很大的发展，认识的事物增多，双手也越来越灵巧，父母这个时候就可以给宝宝看布书了。

看布书：父母可以精心地挑选一些上面印有各种图案的手帕，再买一些可以绣在童装上的各种小动物布贴或彩色碎布做成的各种图案，用尼龙粘扣的方式粘在手帕上，再把这些手帕缝合在一起，一本布书就这样制成了。

各种不同颜色的圆形小球，可以让宝宝学习认识颜色。十

一个月的宝宝大都会对红或黑色感兴趣。父母要先教宝宝指认一种他喜欢的颜色，学会后要经常复习。等他熟悉之后再教宝宝认第二种颜色，不要贪多，宝宝学得太多，反而不易分辨出不同的颜色。

布书上还可以粘贴一些不同的水果图案，在教宝宝认的同时，还可以让他用手摘下来再放回去。这样不仅培养了宝宝认识事物的能力，还可以促进双手的灵活性，提高他手部动作和眼睛协调的能力。

父母可以做一个带拉链的大昆虫布贴，里面放上两三个小昆虫，教宝宝拉开拉链，取出或放入小昆虫，这样能让宝宝认识里和外的区别。刚开始，宝宝也许只会拉开拉链，将小昆虫取出来，却不会放进去，这没关系，多重复几次，慢慢地他就会做得很好。布书的试用期很长，父母可以随时往布书里添加新的图案，只要在宝宝感兴趣时适当地教其中的内容，宝宝接受起来就会很容易，这对宝宝综合能力的发展有很好的作用。

不但可以教宝宝认识事物的大小、颜色等等，了解事物的各个特点，还可以提高他的认知能力。

宝宝学习画画，是为了锻炼宝宝手的灵巧性以及手眼协调能力，同时在涂涂抹抹的过程中，培养宝宝对颜色和图画的兴趣。

学画画；宝宝以前只会用拳握笔杆，现在他的手指灵巧度增

强了，他开始能用拇指和食指握住笔，这时父母可以让宝宝练习画画。家长可以先握住宝贝的小手教他画。当宝宝看到画出的线条时，他会很高兴，并要自己去画。开始宝宝画画的随意性很强，会到处乱涂。如果他没有画到纸上或者劲太大把纸扎破了，这时父母不要训斥孩子，要鼓励他在纸上画画。宝宝在这个时期学习画画，主要是发展他手的技巧，所以宝宝只是涂涂抹抹，作为父母都要加以鼓励，还可以给他看不同颜色的笔，使他在画画时增强了手指的灵活性，还可以培养他对色彩和涂画的兴趣。

宝宝随意涂涂画画，可以练习手部动作的灵活性。培养宝宝对图画的兴趣。爬行和行走是十一个月宝宝的主要运动方式，这些运动能够很好的锻炼宝贝的四肢肌肉，增加活动范围，同时也促进了智力的进一步发展。

宝宝的运动：宝宝进入十一个月以后，他的运动能力已经很强了，他不仅能通过爬行够到他想要的玩具，还能借助一些扶持迈步行走了。

爬行是很好的练习，他促进了四肢协调的运动，对宝宝的智力开发很有帮助，所以父母也要鼓励宝宝的爬行运动。

宝宝从扶站到完全站稳是下肢发育的一个进步，学会站稳之后在学走就会比较快了。宝宝刚站稳时只能站几秒钟，这时大人要注意在旁保护，防止摔跤。慢慢地，宝宝独自站稳的时

间会逐渐延长。

十个月以后的宝宝已经会扶着家具来回走，父母可以稍隔一段距离让宝宝在两人之间走。刚开始宝宝会害怕，妈妈可以牵着宝宝的手带她走，宝宝很快会走步。但是，由于在学步时偶尔会摔跤，这会使宝宝产生恐惧心理。爸爸妈妈不仅要注意保护宝宝，还有尽量让宝宝在学步时产生愉快的情绪。宝宝经过一段时间的练习后，他会逐渐使自己的身体保持站立时的平衡，然后在大人之间走一两步。父母要鼓励宝宝独自学走，不要坐在学步车内，否则宝宝身体会产生依赖性，练习再久也不会走。

父母可以用绳栓住小车等玩具，让宝宝用一只手牵着绳拉住小车，另一只手扶住妈妈或沙发学走。宝宝看到随着自己的走动小车也在移动，他会感到特别好奇也特别高兴，这样会增加它学步的积极性。

经常练习爬行和走步能增强宝宝的运动能力，提高身体动作的协调性，促进大脑的发育。十一个月的宝宝小肌肉发育主要表现是手部动作的发展，他的手指灵巧性和手眼协调的能力会得到进一步发展，这个时候，父母可以让宝宝逐渐注意套塔和套碗之类的玩具，使他的手得到很好的发育。

套塔：套塔是训练宝宝手指灵活性和手眼协调的好玩具，刚开始宝宝并不会将小环准确地套入。妈妈可以先让他学习用

双手依次把小环从塔中取出来。等宝宝逐渐熟悉之后，在示范将小环一个一个套入，开始他不分大小，只要能套入就算是对的，宝宝要到一岁左右才会把小环全部正确套入。

宝宝在这个时期学习套环或套碗，只是为了让他慢慢地熟悉这些玩具，发展手的技能，同时为他以后用小环学习颜色或学习数字打下良好的基础，所以妈妈要耐心，要鼓励宝宝自己玩。

育婴师提示：套塔练习可以进一步发展宝宝手的技能，提高他的手眼协调能力。

第十二个月

学习独立行走。竖起一个手指表示“1”，按照大人的指令拿2-3种物品。利用积木、小球等玩具发展手的灵巧性。看书、听故事并模仿一些发音和动作。在生活方面培养宝宝的自理能力。

宝宝进入第十二个月，他认识的事物比较多了，这时父母可以教宝宝认颜色，是宝宝学习较抽象的概念，发展他的思维能力的时期。

教宝宝认颜色：宝宝在和父母游戏时，一般会有比较偏爱的玩具，爸爸妈妈在和他玩的同时，还要叫他认识事物的一些特性，比如颜色和形状。妈妈可以教宝宝先认其中的红色。先去一件宝宝喜欢的红色玩具，反复的告诉他，这是红色的，然

后让他从其中不同颜色的玩具中指出红色的玩具。将红色的玩具放在一起，另一边放一些别的颜色的玩具，告诉他那边都不是红色的让宝宝的注意力集中到颜色上。当宝宝找出一个红色玩具时，妈妈要给予宝宝适当的鼓励。每次只能教宝宝认一种颜色，学会后还要巩固一段时间，再教他认第二种颜色。宝宝认颜色需要一步一步的学习，因为颜色是一个抽象的概念，所以父母一定要让宝宝从他喜爱的玩具学起。只要耐心地教导，宝宝就会认识更多的事物，他的思维能力也会得到很大的提高。

父母多让宝宝做手部练习，可以训练手指、手腕的灵活性、为宝宝将来的学习打基础。

宝宝一岁前后，父母要利用各种玩具发展他的手部技巧，如敲打、旋转等动作，这样可以使宝宝有一双灵巧的双手。

敲木球和抓吊球：宝宝很喜欢用手做敲打的动作，妈妈可以根据宝贝的这个特点经常给他一些敲击的玩具，让他练习手和眼的协调能力。

木球敲击玩具是让宝宝用榔头敲击方盒上的一个木球，让木球从下方的一个小洞滚出来。当小球滚出来时，他会觉得非常地高兴。宝宝开始玩时会感到非常地好奇，会仔细的研究这个小方盒，或是对手里的榔头不感兴趣，只喜欢玩小球或小盒。妈妈可以稍微示范，等他熟悉玩具之后，他就会很专心的做，这样也培养了他专注的能力。

妈妈可以拿一个穿线的小球或小丸，教宝宝用手指捏稳细线，转动小球做到环行运动，这是很好的腕部动作练习。宝宝会握住细线做前后或左右晃荡，掌握了技巧之后才能做环行运动，所以妈妈不要心急，要多鼓励宝宝，增加他学习的信心。

手指和手腕、手和眼睛的协调运动，这些练习都是为以后学习画、写、弹等技巧动作大基础的。宝宝经常保持练习，就会有一双灵巧的双手。

父母多让宝宝做手部练习，可以训练手指、手腕的灵活性，为宝宝的将来打下基础。

宝宝周岁左右，他对周围的事物很感兴趣。爸爸妈妈要利用自己宝宝的特点，用图书和图片教宝宝认更多的事物。

和宝宝一起看书：宝宝的认知能力是日积月累的，随着他的成长，认识的事物也越来越多，爸爸妈妈要根据宝宝的喜好，给他看一些有趣的图书和图片，让他认识更多的事物。图书和图片一直是宝宝喜欢的玩具，色彩鲜艳、形象逼真的图案会激起他们的好奇心，扩大宝宝的视野，增加他们的认知范围。

宝宝在看书的同时，要让他用手指指。宝宝一般比较有比较偏爱的事物，有的小孩喜欢小车，有的喜欢动物，有的喜欢水果或人物，妈妈要根据宝宝的特点，选择相应的图片让他认，这样宝宝学起来比较容易。

妈妈要经常和宝宝一起看书，要跟他讲一些简洁明了的故

事，或者说一些短语，如果宝宝咿呀说话，妈妈要和宝宝一问一答，使他能积累更多的词汇，提高语言的能力。

看书是宝宝的爱好，也是认识事物的好办法。妈妈要持之以恒，和宝宝一起看书，认识书中的事物和生活中的事物，培养宝宝对世界的探索精神，促进他大脑的全部发育。

育婴师提示：和宝宝一起看书，可以提高宝贝的认知能力，父母与宝宝多交流还可促进语言的发育。

周岁宝宝的身心发育特点：一岁宝贝的体重约 9.24-9.87 千克，伸长 74.32-75.82 厘米，头围约 45.2-46.3 厘米，胸围 45.2-56.2 厘米。

宝宝一般能认识身体的五个部位。家长要经常让宝宝在游戏中学习各种部位，可以利用小动物或布娃娃让他练习，使宝宝的认知和记忆能力得到进一步提高。宝贝的认知能力在第十二个月时增加最快，能够认识自己经常玩的玩具，以及家中常用的物品和各种水果，它不仅能分辨实物，还能从图书或图片中指出自己认识的事物。

宝宝的精细动作发展主要表现为手的技巧，他能打开各种瓶盖或盒子，握住笔在纸上随意涂涂点点，还能将细小的东西准确的投入小瓶中这都说明宝贝的小肌肉发育和手眼协调能力都有很大的提高，爸爸妈妈要给宝宝各种各样的玩具，让他练习双手的灵活性，如小吊球、形状各异的嵌盖、套圈等等。宝

宝不仅能从中学习各种技能，而且还能够增强手指、手腕同时运动的协调性。

随着宝宝与人交流的机会增多，他对语言的理解和记忆能力也增强。他能够用许多的动作来表示自己的意愿，同时在和家人相处的时候，还会经常发出一些单个的音。虽然有些发音还比较模糊，但是父母要鼓励宝宝多说，使他积累更多的词汇。

宝宝的运动主要是学习行走：他已经能够独自站得很稳，爸爸妈妈可以先让他扶着家具或沙发学走。宝宝开始会有一些害怕，妈妈可以牵着宝宝的手学走，还可以利用一些拖拉玩具，增加他学步的兴趣。

小宝宝满一周岁，只是他一生中一个重要的里程碑。每个孩子都会有自己发展的时间表，家长要根据自己的孩子的特点，发展他各方面的能力。同时更要培养他对世界的求知和探索精神，以及适应和改变环境的基本能力和信心，这些都是他未来的发展。

第七章 1岁--1.5岁的智能训练

这个年龄段的宝宝，可设计一些如下蹲拾物、上斜坡、推车走、追逐跑之类的游戏活动，进一步锻炼下肢肌肉的力量；提供细小的物品，让宝宝操作摆弄，但要防止宝宝误吞。

1岁~1.5岁的宝宝发展目标 1. 行走平稳，乐意追逐跑。

2. 能借助辅助物上台阶，会踢静止的球。3. 乐意操作小体积的物品，愿意用手挖空物品。4. 会连接或搭积木。5. 生活自理能力明显提高，会脱鞋袜。6. 初步萌发与小同伴交往的兴趣，会表达自己的喜怒哀乐。7. 能听懂指令性语言，从学说一个单字发展到会发叠音，再到用简单的单句 与人交谈。8. 好奇心、求知欲增强。9. 能准确地将圆形、方形放入模板。10. 对汉字、读书产生浓烈的兴趣，喜欢听儿歌、讲故事。11. 会背诵数字 1~10，会认一两种几何图形。

1. 这个年龄段的宝宝，需要进一步锻炼下肢肌肉的力量，为此，可设计一些如下蹲拾物、上斜坡、推车走、追逐跑之类的游戏活动。2. 提供细小的物品，让宝宝操作摆弄，但要防止宝宝误吞。3. 在日常生活中不失时机地训练宝宝独立生活的能力，如正确使用小勺，脱背心、鞋、袜等。4. 要经常为宝宝提供与他人交往的机会，鼓励宝宝大胆与人交往。5. 结合生活环境与大自然环境让宝宝认识颜色。6. 运用“环境濡染法”“表情识字法”“动作识字法”“阅读识字法”等，教宝宝认识 150 个左右的汉字。

1-1.5 岁半宝宝语言活动目标：(1) 能安静、专注地听家长讲故事。(2) 在反复倾听的基础上，能接儿歌末尾一两个字。(3) 会说出自己的名字，会对家长的问话做出简单的应答。(4) 会说出家所有成员的称谓。(5) 会说至少 10 个单词，如“抱”“吃”“不”等。会发叠音，说简单的句子。

(6)能模仿动物的叫声，如：小猫“喵喵”，小鸡“叽叽”。

(7)识字：电话、Hello、你好、早、好、嘴巴、鸡蛋、小鸟、飞、天、蜡笔、鸭梨、橘子、家、碗、盘、春晓、笑、哭、鹅。 1岁半宝宝语言游戏：

1. 语言.

目的：鼓励宝宝尝试用语言进行表达。

准备：玩具手机，玩具电话，字卡“电话”。

(1)在场地上散放着各种玩具电话，鼓励宝宝玩玩、看看，并模仿成人的动作，如：拨号，拿起话筒说“喂喂”，反复将话筒拿起、挂好。(2)让宝宝摆弄手机，听声音。宝宝摆弄几分钟后，妈妈可用自己的手机与宝宝对话，鼓励宝宝说“喂”“Hello”“爸爸”“妈妈”。还可鼓励宝宝给家人打电话，说“爷爷”“奶奶”“婆婆”“好”“宝宝”“再见”等。对月龄较大的宝宝，交流的内容可更丰富些。(3)识字：电话。

建议：在家中，要经常给宝宝接听电话的机会，鼓励宝宝对着电话说“Hello”“你好”。 2. Hello,你好 你好! 你好

2、识别

目的：(1)引导宝宝理解“Hello”的中文意思，学会用“Hello”与别人打招呼。(2)熟悉音乐，能在家长的帮助下随着音乐做挥手、拍手的动作。

准备:小猴、小兔、小熊、小猫等动物手偶(套在手上的
人或动物形象)或玩具,字卡“Hello”“你好”。

(1)妈妈套上小猴手偶与宝宝打招呼:“Hello,你好!”
并代替宝宝或鼓励宝宝说:“Hello,你好,小猴!”(2)依次
换上其他手偶,用“Hello”与宝宝打招呼,并不断地引导
宝宝边挥手边说。(3)妈妈两只手都套上手偶,随着音乐让
宝宝模仿挥手、拍手、摇头的动作。(4)识字:Hello、你好。

建议:在日常生活中,当宝宝见到熟悉的人或同龄小伙
伴时,可鼓励宝宝用“Hello,你好”打招呼。

3、握手

目的:

(1)让宝宝学会问“早”和“好”。(2)让宝宝学会握
手的动作。

准备:画有哥哥、弟弟、姐姐、妹妹的图片,小鸡、小
鸭手偶,字卡“早”“好”。

(1)妈妈出示小鸡、小鸭手偶,让它们互相问“早”和
“好”,然后对宝宝说:“宝宝看,小鸡、小鸭真有礼貌呀,
宝宝你有礼貌吗?”让宝宝懂得见面时互相问好,这样才
有礼貌。(2)妈妈拿出画有哥哥、弟弟、姐姐、妹妹的图片,
引导宝宝向他们问“早”和“好”。(3)妈妈教宝宝说儿歌,
指导宝宝接字“早”“好”“貌”。(4)妈妈拉着宝宝向家庭成
员逐一问“早”和“好”。(5)识字:早、好。

儿歌：哥哥早，弟弟早，姐姐好，妹妹好，小朋友，有礼貌。

4. 嘴巴

目的：(1) 让宝宝通过观察，发现小鸡、小鸭和娃娃嘴巴的区别。(2) 让宝宝学会说重叠词“尖尖”“扁扁”“圆圆”。

准备：小鸡、小鸭、娃娃的图片，字卡“嘴巴”。

(1) 妈妈拿出图片说：“宝宝看，小鸡的嘴巴是尖尖的，小鸭的嘴巴是扁扁的，娃娃的嘴巴是圆圆的。今天我们来学一首好听的儿歌叫《嘴巴》。”然后让宝宝观察图片，告诉宝宝它们嘴巴的不同形状。(2) 妈妈提问：“谁的嘴巴是尖尖的？谁的嘴巴是扁扁的？谁的嘴巴是圆圆的？”让宝宝准确回答。(3) 妈妈加上简单的模仿动作，朗诵儿歌，接着指导宝宝模仿小鸡、小鸭、娃娃的动作，并用手指做出尖尖的、扁扁的、圆圆的形状。然后，妈妈把着宝宝的手，边念儿歌边指导宝宝做动作。(4) 妈妈念儿歌，让宝宝接说儿歌每一句末尾的重叠词。(5) 识字：嘴巴。

儿歌：小鸡嘴巴尖尖，小鸭嘴巴扁扁，娃娃嘴巴圆圆。

5. 鸡蛋

目的：(1) 让宝宝认识鸡蛋，知道鸡蛋是鸡妈妈生下的宝宝。(2) 学会说重叠词“溜溜”，并学会做磕和剥的动作。

准备：鸡蛋娃娃(画上五官的鸡蛋)，几枚熟鸡蛋，字卡“鸡蛋”。

(1) 妈妈从身后取出鸡蛋娃娃：“宝宝看，今天妈妈请来了一位小客人，他就是鸡蛋娃娃，名字叫鸡蛋，是鸡妈妈的宝宝。” (2) 妈妈指导宝宝观察熟鸡蛋，并让宝宝摸一摸，知道鸡蛋是圆溜溜的。然后妈妈剥鸡蛋，让宝宝观察动作(先磕一磕，再剥皮)，同时说儿歌。(3) 宝宝学说儿歌，边说边剥鸡蛋；妈妈则重点指导宝宝剥鸡蛋的动作：磕、剥。(4) 剥开鸡蛋后，妈妈指导宝宝观察蛋黄、蛋清。然后让宝宝品尝鸡蛋，并告诉宝宝，鸡蛋的营养价值很高，多吃鸡蛋身体壮(5) 识字：鸡蛋。

儿歌：小鸡蛋，圆溜溜，磕一磕，剥一剥，宝宝吃了身体壮。

6. 小鸟飞

目的：(1) 让宝宝认识小鸟的外形特征。(2) 让宝宝学会表演儿歌的简单动作，重点是飞。(3) 让宝宝学会接儿歌的尾字“飞”和“天”。

准备：玩具小鸟(上发条会飞)，小鸟飞的动画碟片，字卡“小鸟”“飞”“天”。

(1) 妈妈带宝宝来到户外，拿出玩具小鸟，把拧紧弦的小鸟放飞，并对宝宝说：“宝宝看，小鸟飞了，飞得多高呀，飞到天上去了。”(2) 待小鸟从天上落下后，妈妈指导宝宝观察小鸟的外形特征：“小鸟身上长满了羽毛，它有一个尖尖的嘴巴和一对翅膀。”(3) 妈妈用简单的动作表演儿歌，让宝宝

宝学念儿歌，并会接儿歌的尾字“飞”和“天”。(4)识字：小鸟、飞、天。

儿歌：小鸟小鸟高高飞，飞呀飞呀飞上天。

7. 小狗汪汪

目的：(1)让宝宝欣赏故事，激发宝宝听故事的兴趣。
(2)让宝宝懂得大小便要上厕所，养成讲卫生的习惯。

准备：事先录好的《小狗汪汪》故事录音带，小狗图片。

(1)妈妈说：“今天给宝宝讲个故事，看看小狗汪汪发生了什么事情？”然后指导宝宝观察故事图片，向宝宝介绍人物，并讲述故事。随后播放提前录好的故事磁带，宝宝和妈妈共同欣赏故事。(2)带宝宝去参观厕所，告诉宝宝这是大小便的地方。

故事：小狗汪汪不听话，总是在屋里随地尿尿。有一天它在屋里尿完尿，就跑出去玩了。玩了很长时间，它又累又渴，便回家喝水。结果，它一不小心，踩在自己撒的尿上，摔了一跤，疼得它大叫起来：“妈妈，妈妈！”妈妈听到汪汪的叫喊声，赶快从厨房里跑出来。她看见汪汪是踩到自己的尿而摔倒的，便对汪汪说：“汪汪，谁让你又在屋里尿尿呀？摔得这么疼，看你下次还随便尿尿不！”汪汪听了妈妈的话，红着脸说：“我再也不随便尿尿了，今后我一定去厕所尿尿。”

8. 小蜡笔

目的：(1) 让宝宝认识蜡笔，知道蜡笔可以画画。(2) 在妈妈的指导下，宝宝学会用简单的动作表演儿歌。(3) 让宝宝学会接字“大”“画”“排”“来”。

准备：一盒蜡笔，一张纸，字卡“蜡笔”。

(1)：妈妈打开蜡笔盒：“宝宝，妈妈请来许多彩色娃娃，你知道它们会干什么吗？”引导宝宝认识蜡笔。(2)妈妈伸出食指做蜡笔状，边念儿歌边画画。(3)让宝宝跟着妈妈念儿歌，并接字“大”“画”“排”“来”。(4)妈妈出示字卡“蜡笔”，教宝宝认识，并让宝宝在“蜡笔”二字上随意点画。

儿歌：小蜡笔，本领大，房子、窗户都会画。桌子、椅子画一排，宝宝们呀坐下来。

9. 鸭梨

目的：(1) 让宝宝认识鸭梨。(2) 在妈妈的指导下，宝宝学会接说儿歌的尾字“梨”“皮”“你”。(3) 让宝宝品尝鸭梨，并告诉宝宝，河北省出产的鸭梨特别好吃。

准备：一把刀子，一个鸭梨，字卡“鸭梨”。

(1) 妈妈将鸭梨藏在布袋内，让宝宝摸一摸，闻一闻。然后出示鸭梨，让宝宝观察鸭梨的特征。(2)妈妈洗净鸭梨，并切开让宝宝品尝。(3)妈妈念儿歌，宝宝学习接字“梨”“皮”“你”。(4) 识字：鸭梨。

儿歌：大鸭梨，黄黄的皮，又甜又脆我爱你。

10. 橘 子

目的：(1)让宝宝认识橘子的形状及颜色，知道橘子的果肉是一瓣一瓣的。(2)让宝宝学会接字“圆”“瓣”。

准备：橘子，小橘灯(将橘瓢取出后，保留完整的橘皮做成的)，字卡“橘子”。

(1)妈妈拿出小橘灯，吸引宝宝的注意力，并问宝宝：“宝宝看，妈妈有一个美丽的小橘灯。你知道它是用什么做的吗？它是用橘子做的。看，这就是橘子。”随即拿出橘子。(2)让宝宝通过观察、触摸，知道橘子是橘红色的、圆圆的。(3)妈妈剥掉橘子皮，让宝宝看里面一瓣一瓣的果肉，边剥边念儿歌，并让宝宝学习接字“圆”“瓣”。(4)品尝橘子，并识字：橘子。

儿歌：橘子橘子圆又圆，橘子里面一瓣瓣。

11. 小鸟的家

目的：(1)让宝宝知道大树是小鸟的家。(2)在妈妈的指导下，宝宝学会用简单的动作表演儿歌。(3)学会接字“家”。

准备：小鸟的头饰，字卡“家”。

(1)妈妈抱着宝宝，指着窗外的大树说：“小鸟也有家，它的家就在那高高的大树上。”(2)妈妈带着宝宝来到大树下，观察大树和小鸟，并给宝宝念儿歌《小鸟的家》。接着让宝宝跟着妈妈念儿歌，接字“家”。(3)把字卡“家”贴在大树上，给宝宝戴上小鸟头饰。然后妈妈拉着宝宝模仿小鸟

飞的样子，跑到大树下，摸一摸字卡“家”，并把宝宝举起来，绕着树边跑边念儿歌。

儿歌：你有家，我有家，小鸟也有家。高高大树上，住着鸟娃娃。

12. 用餐

目的：(1) 让宝宝知道碗、盘、勺的用途。(2) 让宝宝练习使用勺子。

准备：玩具碗、盘、勺，豆子，字卡“碗”“盘”。

(1) 妈妈端来米饭和菜，对宝宝说：“饭来了，开饭了！”
(2) 利用吃饭的时间，妈妈向宝宝介绍碗、盘、勺的用途。
(3) 妈妈教宝宝学说儿歌，并识字：碗、盘。然后，让宝宝把字卡“碗”和“盘”分别放到碗里和盘里。(4) 指导宝宝做游戏：①让宝宝给玩具碗盛上饭，给玩具盘盛上菜；②让宝宝练习使用勺子，把碗里的豆子用勺子舀到盘子里。

儿歌：小碗盛上饭，小盘盛上菜，拿起小勺子，宝宝张开嘴。

13. 天黑了

目的：(1) 让宝宝通过观察，知道夜间的天空里有月亮和星星。(2) 让宝宝学会用简单的动作表演儿歌。

准备：月亮、星星图片，字卡“月亮”“星星”。

(1) 妈妈把窗帘拉上，出示月亮和星星图片，并告诉宝宝说：“天黑了，看谁出来了？是月亮和星星。”让宝宝观察

月亮和星星是什么样子。(2)妈妈说“月亮”“星星”，让宝宝用手指出相应的图片。(3)在妈妈的指导下，宝宝和妈妈一起用动作表演儿歌。(4)给宝宝准备“月亮”“星星”字卡各一张，当妈妈说：“天黑了，月亮出来了。”宝宝就把“月亮”字卡举起来；当妈妈说：“天黑了，星星出来了。”宝宝就把“星星”字卡举起来。

儿歌：天黑了，谁来了？月亮、星星跑来了。大星星、小星星，挂在天空眨眼睛。

14. 宝宝唱歌

目的：(1)让宝宝认识火车、汽车、皮球，并了解它们发出的声音。(2)让宝宝学会“呜——”“嘀——”“蹦——”的发音。

准备：火车、汽车玩具，皮球实物或图片。

(1)妈妈拿出玩具火车、汽车及皮球，使它们发出声音，让宝宝逐一倾听，然后教宝宝模仿其声音：“呜——”“嘀——”“蹦——”(2)妈妈念儿歌，让宝宝接儿歌每句的尾字“呜”“嘀”“蹦”“啦”。(3)玩游戏“跟我做”。妈妈拍手说：“宝宝、宝宝快快来，我们一起开火车。”宝宝听到妈妈的话，便模仿火车的样子，并发出“呜——”的声音。以此类推，开展下去。

儿歌：火车唱歌“呜呜呜”，汽车唱歌“嘀嘀嘀”，皮球唱歌“蹦蹦蹦”，宝宝唱歌“啦啦啦”。

15. 春晓 学古诗 春晓(学古诗 学古诗)

目的：(1)让宝宝欣赏古诗。(2)在妈妈的指导下，用动作表演古诗。(3)学会接说古诗每句的最后一个字。

准备：古诗配套图片，字卡“春晓”。

(1)妈妈出示古诗配套图片，对宝宝说：“宝宝看，这是春天里的一个早晨，一位诗人睡醒了，看到这美丽的景色，就写了一首诗：‘春眠不觉晓，处处闻啼鸟，夜来风雨声，花落知多少。’”让宝宝观察春天的景色。(2)妈妈指着图片讲解古诗的含义。(3)妈妈朗诵古诗，并加上简单的动作，教宝宝学习表演古诗。(4)让宝宝学习接说古诗每句的最后一个字：①接最后一个字时，拍一下手；②接最后一个字时，拍一下腿；③接最后一个字时，点一下头。(5)识字：春晓。

16. 购物

目的：引导宝宝尝试用单字词表达，培养宝宝的语言表达能力。

准备：布娃娃，常见水果，玩具架，图书，皮球，糖，绒布动物玩具等，字卡“糖”“球”“水果”“车”“书”。

(1)用玩具架布置成购物的场景，把准备好的物品陈列其上，然后用语言引导宝宝自由观看，以激发宝宝购物的兴趣。(2)妈妈问“宝宝要不要糖？”或“要不要球？”等，让宝宝尝试用语言回答，如“宝宝要”“拿”“糖糖”“车

车”等。(3)有的宝宝用动作提出要求，妈妈理解后可用语言示范，引导宝宝学习用语言表达。当宝宝有进步时，把他所需要的玩具给他。(4)宝宝在摆弄玩具时，妈妈仍可不断地用语言引导，如“宝宝，这是球”。如宝宝不愿意说，妈妈也不必太着急，应以激发兴趣为主，先随其摆弄，然后再鼓励宝宝用语言表达。游戏可反复进行。也可用字卡代替实物，进行购物游戏。

建议：在日常生活中，家长应利用各种机会，引导宝宝用语言与家长交流。在宝宝用动作和表情暗示时，家长尽可能不马上给予满足，而要让宝宝尽量把意思说出来。

17. 看布书

目的：(1)鼓励宝宝看布书，能理解成人的指令并做出相应的动作。(2)培养宝宝的手眼协调能力。

准备：布书。

(1)引导宝宝看布书，边翻边讲，并鼓励宝宝：“这书真好看，有气球、苹果、汽车、蝴蝶，还有三角形、圆形……”
(2)翻到宝宝最喜欢的一页后，就合上布书，鼓励宝宝去翻。若宝宝翻到了，就要给予表扬。(3)根据宝宝的兴趣及专注时间的长短，进行以下训练：①请宝宝把苹果树上的苹果摘下来，数数有多少个；②把粘贴的气球当着宝宝的面取下来，要求宝宝再粘贴上；③请宝宝把红色的三角形取下来给妈妈；④拉开“蝴蝶”身体上的拉链，找出藏在里面的小

“蝴蝶”……

建议：这个月龄的宝宝正处于语言发展的关键阶段，因此，边看书边听成人讲书中的内容，是发展语言的一种很好的方式。此外，布书要求宝宝动手操作，有益于培养宝宝的手眼协调能力。

18. 小兔笑了

目的：(1)让宝宝学会安静地听故事。(2)让宝宝学会模仿故事中小动物的叫声，并能用相应的动作表演故事的开头和结尾。

准备：故事图片一套(有小兔、小鸡、小猫、小狗等)，字卡“笑”。

(1)妈妈指着故事图片，向宝宝介绍上面的动物。然后边指导宝宝观察图片内容，边给宝宝讲故事：“宝宝看，这是一只小兔。在一个晴朗的日子里，发生了一件使小兔感到非常高兴的事情……” (2)妈妈加上简单的动作给宝宝表演故事。(3)教宝宝识字：笑。具体做法如下 ①妈妈拿出字卡“笑”，对宝宝做出笑的表情；②妈妈做出笑的表情，让宝宝给妈妈“照相”；③妈妈拿出字卡“笑”，让宝宝给“笑”字“照相”。(4)指导宝宝模仿故事中小动物的叫声及相应的动作，表演故事的开头和结尾故事

有一天，天气特别好。红红的太阳出来了，照在身上暖洋洋的。小兔子一蹦一跳地来到草地上玩。它看看美丽的

花，采采蘑菇，突然听到远处传来一阵阵歌声。它顺着声音走呀走呀，走进了树林里，原来是小动物们正在举行歌唱比赛呢！小鸡唱：“我爱我的小鸡，小鸡‘叽叽’。”小鸭唱：“我爱我的小鸭，小鸭‘嘎嘎’。”小猫唱：“我爱我的小猫，小猫‘喵喵’。”小狗唱：“我爱我的小狗，小狗‘汪汪’。”小兔听了它们的歌，高兴地拍着手说：“一二三，你们真棒！”

19. 小兔哭了

目的：(1) 培养宝宝安静听故事的好习惯。(2) 通过听故事，让宝宝学习接说故事里的对话，掌握情节和动作，并懂得遇到困难要勇敢面对。

准备：兔妈妈、兔娃娃头饰各一个，一套故事图片，字卡“哭”。

(1) 妈妈拿出兔妈妈和小兔头饰，向宝宝作介绍：“宝宝看，这位是兔妈妈，这位是小兔。有一天，在兔妈妈和小兔之间发生了这样一件事情……”妈妈取出故事图片，边指导宝宝观察图片内容，边讲故事。(2) 妈妈戴上头饰，并加上简单的动作，给宝宝表演故事。(3) 教宝宝识字：哭。具体做法如下：①妈妈拿出字卡“哭”，对宝宝说：“小兔哭了。”②妈妈对宝宝做出哭的表情，然后让宝宝也做出哭的表情。③让宝宝试着讲故事中的道理。(4) 妈妈给宝宝讲故事中的道理。(5) 让宝宝接说故事中小兔所说的话，其他部分由妈妈来讲。然后妈妈和宝宝共同讲故事。

故事：有一天，天气特别好，红红的太阳出来了，照在身上暖洋洋的。兔妈妈带着小兔来到草地上玩。小兔一蹦一跳，看看美丽的花，采采蘑菇。它把采到的蘑菇装在篮子里，一会儿篮子就装满了。小兔把篮子放在地上，高兴地围着篮子转起来。它转呀转呀，一不小心摔倒了。小兔又哭又喊：“妈妈，妈妈！”兔妈妈听见了，走到小兔身边，微笑着对小兔说：“宝宝是个勇敢的好孩子，你是可以自己站起来的。”小兔听了妈妈的话，擦干眼泪一使劲儿，就站了起来。它高兴地喊：“噢！我自己起来了！”

20. 小鸭上学

目的：(1) 通过听故事，教育宝宝从小爱学习。(2) 指导宝宝学会欣赏古诗。(3) 指导宝宝接说古诗中每一句的最后一两个字。

准备：小鸭、鹅大哥、鸭妈妈、鸭爸爸头饰或图片，字卡“鹅”。

(1) 妈妈拿出小鸭、鹅大哥、鸭妈妈、鸭爸爸头饰或图片，向宝宝作人物介绍。(2) 在头饰的配合下，妈妈讲述《小鸭上学》的故事。(3) 讲完故事后，妈妈朗诵故事中的古诗《咏鹅》。(4) 妈妈配以简单的动作，再次朗诵古诗，以加深宝宝的印象。(5) 妈妈把着宝宝的手朗诵古诗，当读到最后一个字时，声音加重，并让宝宝拍一下手。然后指导宝宝接说每一句的最后一个字。(6) 教宝宝识字：鹅。具体做

法如下：①妈妈指着鹅大哥头饰说：“鹅大哥，鹅大哥，它的名字就是‘鹅’。”并出示字卡“鹅”。②请宝宝亲亲“鹅”或摸摸“鹅”。③请宝宝把“鹅”抱回家(墙上贴了许多“鹅”字，让宝宝摘下来送给妈妈)。

故事：有一天，小鸭来到河边，正准备跳进河里游泳，一抬头，看见鹅大哥从远处游来，边游边大声说：“鹅，鹅，鹅，曲项向天歌，白毛浮绿水，红掌拨清波。”小鸭问：“鹅大哥，你在说什么呀？”鹅大哥说：“我正在背古诗呢！”“是谁教你的呀？这么好听！”“是我的老师。”鹅大哥回答。“那我也要上学，让老师也教我古诗。”说完小鸭就跑回了家。小鸭回到家里，对爸爸妈妈说：“爸爸、妈妈，我要上学。”鸭妈妈说：“你还小，等一等再说吧。”小鸭说：“不不不，我就要上学嘛！鹅大哥都会背古诗了，我也要学。”鸭爸爸听了小鸭的话，对鸭妈妈说：“小鸭这么爱学习，我们明天就给他报名吧。”小鸭听了爸爸的话，对鸭妈妈说：“噢，我也要上学了！”从此以后，小鸭和鹅大哥天天一起上学，他学会了许多好听的古诗。

第八章 1.5岁--2岁的智能训练

家长以大朋友的身份带宝宝到室外去，到大自然中去，培养宝宝的观察力，丰富其认识；宝宝有了“属于自己”的概念，情绪易怒，家长应鼓励宝宝与同伴友好交往，使其社会性行为得到发展。

1.5岁~2岁宝宝发展目标

1. 臂力、腿力、平衡能力等得到发展，会跑，会跳，会自己上下楼梯，会跨越、钻爬障碍。
2. 学会一些基本的动作技能，如挤、拧、套、搭、捞等，手眼协调能力逐步发展。
3. 会说出常用物品的名称，知道动物的叫声，知道自己的名字并会说出来，会念简单的儿歌。
4. 能注意事物的明显特征及变化。
5. 能辨认4种~6种不同的颜色，会画简单的横、竖线条，掌握粘贴及简单的泥工技巧。
6. 喜欢听音乐，并能用肢体语言进行表演；能唱简单的歌曲。
7. 喜欢和别人一起玩，愿意接近同伴。
8. 词汇量急剧增加，能理解成人的语言并做出判断，能说出较完整的句子，说简单的英语口语，能口头数1-3，能区分多、少、上、下。
9. 认识圆形、方形、三角形，会区别“1”和“许多”。

提示 1. 多带宝宝到户外活动，有意识地训练宝宝的动作协调能力，满足宝宝活动的欲望。 2. 提供丰富的玩具，吸引宝宝操作摆弄。 3. 家长以大朋友的身份带宝宝到室外去，到大自然中去，培养宝宝的观察力，丰富其认识。 4. 宝宝有了“属于自己”的概念，情绪易怒，家长应鼓励宝宝与同伴友好交往，使其社会性行为得到发展。 5. 教宝宝背简单的儿歌，唱简单的歌曲，多给宝宝听故事，培养宝宝的感受力和表达能力。 6. 创设环境，教宝宝认识常见的汉字和简单的英语日常口语，进而能用较完整的句子表达自

己的意愿。7. 家长应有意识地培养宝宝的记忆力和思维能力，让宝宝认识并会点数 1-3，会背数 1-20，会比较大小、多少。8. 提供多种绘画材料，让宝宝玩颜色，培养宝宝对颜色的感知。

1 岁半~2 岁宝宝语言活动目标：

(1) 从会模仿念两句 3 个字的儿歌，到会背两句 5 个字的儿歌。(2) 能说出日常生活中 3 个~5 个字的简单句子，如“谁来了”“我吃饭了”等。(3) 知道自己的名字，并会说出来。(4) 能说出常见物品的用途，能看图讲故事，并能用短句回答问题。(5) 能判断和理解成人的语言，并能用较完整的句子表达自己的感受和意愿，讲述自己的见闻。(6) 能掌握一些常见的汉字和英语口语。(7) 识字：不倒翁、甜、咸、凉、烫、刷牙、洗脸、牙刷、高、生日、皮球、孔雀、小鸡、小鸭、上、下、问好、礼貌、踩、碰、对不起、没关系、蝌蚪、青蛙、长颈鹿、大象、小兔、飞机、轮船、气球、汽车。

1 岁半-2 岁宝宝语言游戏：

1. 儿歌“一二三 儿歌 一二三” 一二三

目的：通过学习儿歌，培养宝宝的语言表达能力。

准备：儿歌卡片。

(1) 妈妈先和宝宝一起拍手念儿歌：“一二三，爬上山；四五六，拍皮球；七 八九，翻跟斗；伸出两只手，十个手

指头。” (2) 妈妈出示儿歌卡片，边念儿歌边教宝宝认“爬上山”“拍皮球”“翻跟斗”。 (3) 妈妈念儿歌的前半句，请宝宝接儿歌的后半句，并指认卡片上相应的字。

建议：家长可采用多种方式让宝宝认字，激发宝宝的学习兴趣。如果宝宝反复指认都不正确，家长可减少字卡；如果宝宝能正确指认，家长应立即拍手表扬。游戏前，家长应经常带宝宝看字卡念儿歌，让宝宝有初步的感知。

2. 不倒翁

目的：学说儿歌，练习“笑”“觉(jiào)”的发音。

准备：会发出笑声的不倒翁，儿歌磁带，字卡“不倒翁”。

(1) 拿一个会发出笑声的不倒翁让宝宝任意推着玩。在玩的过程中插播儿歌《不倒翁》：“不倒翁，眯眯笑，老是坐着不睡觉。”妈妈和宝宝一起边念儿歌边玩不倒翁。(2) 妈妈做不倒翁的动作，和宝宝一起来推不倒翁，边玩边念儿歌《不倒翁》。(3) 识字：不倒翁。

建议：刚开始宝宝可能说不下来，或说不清楚，家长可与宝宝多玩不倒翁，反复念，帮助宝宝记忆，并学会正确发音。

3. 表达感受

目的：训练宝宝的语言表达能力，发展宝宝的感知。

准备：调味瓶，小勺，(甜、咸、凉、烫)佐料或食物，字卡“甜”“咸”“凉”“烫”。

(1) 把调味瓶放在桌上，引导宝宝尝“甜、咸”两种味道，并教宝宝学说“甜、咸”这两个形容词。(2) 让宝宝多次接触较烫的水，并问：“水烫，是吗？”当宝宝吃到较凉的东西时，可以马上说：“凉极了，宝宝不能吃，对吗？”多次重复，让宝宝理解“凉、烫”这两个形容词的意义。(3) 识字：甜、咸、凉、烫。

建议：对宝宝来说，形容词比名词、动词难理解，家长在日常生活中要多丰富宝宝的感知经验。

4. 理解语意

目的：发展宝宝的语言理解能力和表达能力，以及分析判断能力。

准备：不同颜色(红、绿、蓝、黄)的气球和玩具小汽车，字卡“气球”“汽车”。

(1) 妈妈将红、绿(或黄、蓝)两种颜色的气球(或玩具小汽车)放在不同的位置上，问宝宝：“什么地方有气球？”(床上、地上。)
“床上是什么颜色的气球？”(绿颜色的。)
妈妈描述“床上的绿气球”，宝宝重复妈妈的话，并做出判断，取回气球。(2) 识字：气球、汽车。

建议：家长也可让宝宝将取回的物品放回原处，以增强宝宝的语言理解能力。

5. 看图说动作

目的：让宝宝正确地运用动词，并说出一句完整的话。

准备：画有小朋友洗脸、刷牙、穿衣服的图片，字卡“刷牙”“洗脸”。

(1) 妈妈做刷牙、洗脸的动作，让宝宝猜，并说出完整的话。(2) 给宝宝看图：“看，小朋友在干什么？”让宝宝看图学习说话：“小朋友在洗脸、刷牙、穿衣服。”(3) 识字：刷牙、洗脸。

建议：在日常生活中，妈妈要多和宝宝一起模仿刷牙、洗脸、穿衣服的动作，边模仿边说动作，为培养宝宝的生活自理能力打下基础。

6. 小牙刷

目的：(1) 让宝宝认识牙刷，知道牙刷是用来刷牙的。(2) 通过学习儿歌，教宝宝讲卫生。

准备：儿童牙刷，字卡“牙刷”。

(1) 妈妈拿一把牙刷给宝宝看，让宝宝认识：“这是牙刷，是刷牙用的。牙齿好，宝宝吃饭就香了。”(2) 妈妈拿着牙刷做刷牙的动作：“宝宝，看妈妈在干什么？”“妈妈用什么刷牙呢？”让宝宝进一步认识牙刷。(3) 识字：牙刷。

儿歌：小牙刷，手中拿，里里外外，上上下下，刷牙刷牙，刷牙刷牙，牙齿洁白人人夸。

7. 图中有什么

目的：(1) 让宝宝正确地说出图中有什么。(2) 让宝宝学说“红红的太阳”“绿绿的小草”“高高的大树”。

准备：画有红太阳、绿草、大树的图片，字卡“高”。

(1) 妈妈和宝宝一起看图片：“宝宝，你看这是什么？”指着图片中的太阳、小草、大树，并一一说出来，引导宝宝观察这些物体的特征。(2) 在观察的同时，教宝宝学说：红红的太阳、绿绿的小草、高高的大树。(3) 识字：高。

建议：可把图片贴在墙上，和宝宝做游戏，巩固所掌握的词汇。

儿歌：小孩小孩真爱玩儿，摸摸这儿，摸摸那儿，摸摸太阳跑回家。

8. 娃娃过生日

目的：让宝宝学习使用量词“个”“辆”“本”“块”，以及礼貌用语“谢谢”。

准备：苹果、玩具汽车、图画书、糖果各一，布娃娃，字卡“生日”。

(1) 播放乐曲《生日快乐》，告诉宝宝：“布娃娃要过生日了。”(2) 拿出一个苹果、一辆玩具汽车、一本图画书、一块糖，对宝宝说：“今天是布娃娃的生日，我们一起送给她生日礼物，好吗？”(3) 教宝宝送礼物给布娃娃，并学说：“我要送你一个苹果、一辆玩具汽车……”然后妈妈模仿布娃娃的口气说：“谢谢！”(4) 妈妈、宝宝围着布娃娃一起唱《生日快乐》。(5) 识字：生日。

9. 拍拍小皮球

目的：(1) 让宝宝认识皮球的特性，知道一拍皮球，

它就会跳起来。(2) 学习儿歌，练习“拍”“跳”的发音。

准备：一只小皮球，字卡“皮球”。

(1) 妈妈和宝宝一起玩拍皮球的游戏，在玩的过程中认识皮球的特性，告诉宝宝：“一拍皮球，皮球就会跳起来。”让宝宝观察妈妈说得对不对。(2) 妈妈引导宝宝一边玩皮球，一边学习儿歌，重点练习“拍、跳”的发音。3) 将“皮球”二字贴在皮球上，玩“摸摸皮球跑回来”的游戏。(4) 识字：皮球。

建议：妈妈可鼓励宝宝和其他小朋友一起玩摸皮球、拍皮球等游戏。

儿歌：小皮球，真好玩，拍一拍，跳一跳，不拍它就睡懒觉。

10. 小孔雀

目的：(1) 让宝宝认识孔雀的外形特征，学习用手表示美丽的孔雀。(2) 学习儿歌，丰富词汇。

准备：孔雀的图片，字卡“孔雀”。

(1) 妈妈让宝宝看孔雀的图片，观察孔雀的外形特征：头上有 3 根翎毛，身上的羽毛颜色很漂亮，长长的尾巴展开像一把大扇子。(2) 妈妈用手势来表示孔雀：大拇指、食指相对，其他三指伸展。让宝宝猜一猜是什么动物。(3) 让宝宝模仿孔雀，妈妈模拟照相的动作来“照相”，也可让宝宝给妈妈“照相”。(4) 学习儿歌《小孔雀》。(5) 识

字：孔雀。

儿歌：小孔雀，真漂亮，长尾巴，花衣裳，展开尾巴照张相。

11. 小鸡和小鸭

目的：(1) 让宝宝学会模仿小鸡、小鸭的叫声及动作，并知道它们爱吃什么。(2) 学习儿歌，练习“叽”“嘎”的发音。

准备：小鸡、小鸭木偶或图片(小鸡在河边吃虫，小鸭在河里捉虾)，字卡“小鸡”“小鸭”。

(1) 宝宝和妈妈一起玩给小鸡、小鸭送食物的游戏。妈妈出示小鸡、小鸭木偶：“我是小鸡，我是小鸭，我们两个是好朋友。”小鸡是这样叫的：“叽叽叽、叽叽叽，我喜欢吃米。”小鸭是这样叫的：“嘎嘎嘎、嘎嘎嘎，我喜欢吃鱼虾。”

(2) 教宝宝模仿小鸡、小鸭的动作：两手大拇指、食指相对，两手拉开距离，即为小鸡；五指并拢，两手手腕相对，手心同时向下，两手拉开距离，即为小鸭。(3) 学习儿歌，练习发音：叽、嘎，并识字：小鸡、小鸭。

儿歌：小鸡和小鸭，一起过家家。小鸡叽叽叽，小鸭嘎嘎嘎。小鸡爱吃米，小鸭吃鱼虾。

12. 树上树下

目的：(1) 通过故事，让宝宝学会方位词“上”“下”，并初步理解上下的方位概念。(2) 能一问一答地回答简单的问题。

准备：一张图片(在一棵大树上，一只百灵鸟在唱歌；在树下，小松鼠采满了一篮果子)，字卡“上”“下”。

(1) 妈妈指着图片给宝宝讲故事，并指导宝宝观察图上的事物：“宝宝看，这儿有一棵大树，百灵鸟和小松鼠来了。”

(2) 妈妈采用一问一答的方式，介绍故事中的动物。例如，妈妈问：“什么在树上？”宝宝回答：“小鸟在树上。”(3) 玩亲子游戏“快快指出来”。比如，妈妈问：“小鸟在哪儿？”宝宝快速地指出来，并说出“在树上”。(4) 识字：上、下。

故事：今天天气真好，百灵鸟在树上叽叽喳喳地唱歌，小松鼠在树下采果子。百灵鸟对小松鼠说：“小松鼠，快到树上来，我们一起玩。”小松鼠说：“对不起，我要采果子。”小松鼠把果子一个一个地采到篮子里，不一会儿，篮子里就装满了果子。

13. 小娃娃 (一)

目的：(1) 教育宝宝有礼貌，见人主动问好。(2) 学习儿歌，丰富词汇。

准备：手指木偶或布娃娃，画有爷爷、奶奶的图片，字卡“问好”。

(1) 妈妈出示木偶小娃娃，告诉宝宝：“这个小娃娃呀，大家都不喜欢，因为他见了爷爷不问好，见了奶奶不问好，连小猫见了他都‘喵喵’地叫着说‘不好’呢！”(2) 妈妈

教宝宝念儿歌，并告诉宝宝不要学木偶小娃娃，见人要问好。

(3) 让宝宝有礼貌地向木偶娃娃问好，并让木偶娃娃向宝宝学习。(4) 识字：问好。

儿歌：小娃娃，真可笑，见了爷爷不问好，见了奶奶不问好。小猫一边喵喵叫：“不好，不好，真不好。”

14. 小娃娃（二）

目的：(1) 培养宝宝见人问好的习惯。(2) 学习儿歌，丰富词汇。

准备：手指木偶或布娃娃，字卡“礼貌”。

(1) 妈妈出示木偶小娃娃，告诉宝宝：“小娃娃变了，他见了人就知道问好。爷爷、奶奶喜欢他，大家都夸他是个有礼貌的好宝宝呢！”并问宝宝：“原来的娃娃是什么样的？”复习上一首儿歌。然后问：“现在小娃娃怎么样了？”教宝宝念新儿歌，启发宝宝对比、分析。(2) 识字：礼貌。(3) 多带宝宝出门，让宝宝见人主动问好，鼓励宝宝大声说话，并及时表扬宝宝的礼貌行为。

儿歌：小宝宝，有礼貌，见了人就问“你好”。爷爷奶奶哈哈笑，夸他是个好宝宝。

15. 有礼貌的小花狗

目的：(1) 通过故事，让宝宝学说“对不起”“没关系”。(2) 丰富宝宝的词汇。

准备：小花狗、小花猫头饰，字卡“对不起”“没关系”。

(1) 妈妈对宝宝说：“我们来踢皮球，好吗？你来做小花猫，我来做小花狗。”然后分别戴上小花猫和小花狗头饰。“小花狗”不小心碰了“小花猫”一下，“小花狗”说“对不起”，引导“小花猫”说“没关系”。(2) 妈妈给宝宝讲故事《有礼貌的小花狗》。然后提问：“谁碰了小花猫一下？小花狗说了什么？小花猫又说了什么？”“谁踩了小花狗一下？小花猫说了什么？小花狗又说了什么？”让宝宝简单地回答。(3) 掌握词汇：踩、碰。(4) 识字：对不起，没关系。

故事：小花狗和小花猫是好朋友。有一天，它们在一起玩，小花狗不小心碰了小花猫一下。小花狗说：“对不起。”小花猫说：“没关系。”过了一会儿，小花猫不小心踩了小花狗。小花猫说：“对不起。”小花狗说：“没关系。”它们还是好朋友。

16. 看图说话

目的：让宝宝看图说一句完整的话，并能正确使用动词。

准备：画有“小鱼在水里游，小鸭在水里游，小鸟在天上飞，飞机在天上飞”的图画一幅或图片若干，字卡“飞”。

(1) 妈妈让宝宝看图画：“宝宝，快看，这儿有一幅漂亮的图画，上面有谁？它们在干什么呢？”(小鱼、小鸭在水里游，小鸟、飞机在天上飞。)引导宝宝看图说话。(2) 学习说话：小鸟在天上飞，飞机在天上飞。(3) 识字：飞。

建议：妈妈和宝宝模仿“飞”和“游”的动作，做亲子游戏。

17. 小鸡吃什么

目的(1) 让宝宝学说儿歌，练习“虫”“米”的发音。(2) 知道小鸡爱吃的食物是虫、米。

准备小鸡吃虫、吃米的图片，字卡“虫”“米”。

(1) 妈妈指着图片，让宝宝观察：“宝宝，看一看图上都有什么？有几只小鸡？小鸡们都在干什么呢？”(2) 妈妈给宝宝讲图片内容：“今天天气真好，小鸡们都出来做游戏了。有的小鸡在吃虫子，有的小鸡在吃米，还有的小鸡在玩。看，它们相亲相爱在一起多好哇！”告诉宝宝，小鸡爱吃虫和米。(3) 妈妈教宝宝说儿歌，练习快速指字。

儿歌小鸡小鸡吃什么？ 爱吃虫来爱吃米。绿草地上做游戏， 相亲相爱在一起。

18. 小蝌蚪找妈妈

目的让宝宝学习儿歌，认识蝌蚪，知道蝌蚪的妈妈是青蛙。

准备青蛙、蝌蚪的图片和头饰，字卡“青蛙”“蝌蚪”。

(1) 妈妈出示小蝌蚪头饰，告诉宝宝：“它是小蝌蚪。看！它长了一个大脑袋，有一条长长的尾巴，在水里快活地游来游去。”(2) 妈妈和宝宝分别戴上青蛙、蝌蚪头饰，边念儿歌边做游戏“小蝌蚪找妈妈”，并告诉宝宝：“蝌蚪

的妈妈是青蛙。”(3) 教宝宝学小蝌蚪游来游去的样子。(4) 学习儿歌，丰富词汇：游来游去。(5) 识字：蝌蚪、青蛙。

儿歌小蝌蚪，摇尾巴，游来游去找妈妈。妈妈妈妈你在哪儿？游来一只大青蛙。

19. 长颈鹿

目的(1) 让宝宝认识长颈鹿的外形特征。(2) 学习儿歌。

准备长颈鹿的图片或模型，字卡“长颈鹿”。

(1) 妈妈给宝宝看长颈鹿模型，讲一讲长颈鹿是什么样子：“脖子是长长的，穿着花衣裳，有四条长腿，能吃到树上的叶子。”然后让宝宝仔细观察。(2) 实地看一看、摸一摸长颈鹿的脖子、皮毛，以加深对长颈鹿特征的认识。(3) 学习儿歌。(4) 识字：长颈鹿。

儿歌长颈鹿，脖子长，花衣裳，腿儿长，高高树叶吃得香。

20. 谁的最长

目的(1) 通过故事，让宝宝认识大象、长颈鹿、小兔的明显特征。(2) 了解3种动物的外形特征。

准备大象、长颈鹿、小兔的图片，字卡“大象”“长颈鹿”“小兔”。

(1) 妈妈手指图片，让宝宝认识这3种动物，并告诉宝宝：“小白兔的耳朵最长，长颈鹿的脖子最长，大象的鼻子

最长。”给宝宝讲一讲这 3 种动物的外形特征。(2) 妈妈给宝宝讲故事《谁的最长》。(3) 妈妈和宝宝学一学用手部动作表示“小兔子的耳朵最长”“大象的鼻子最长”。(4) 识字：大象、长颈鹿、小兔。

故事小白兔和大象、长颈鹿站在一起，显得非常矮小。他不服气，对大象、长颈鹿说：“别看你们的身体比我大，可是我的耳朵最长最长。”长颈鹿说：“不能光看耳朵，我的脖子最长最长。”大象摇着鼻子说：“哈哈，你们看看我的鼻子吧，我的鼻子最长最长。”说着他用鼻子把小白兔卷起来放到了自己的背上。 21. 丁丁是个小画家

目的

(1) 通过故事，让宝宝知道飞机在天上飞，汽车在马路上跑，轮船在水上行驶。(2) 学习正确使用量词“架”“辆”“艘”。

准备

画有一架飞机、两辆汽车、三艘轮船的图画，字卡“飞机”“汽车”“轮船”。

(1) 妈妈手指图画，让宝宝观察，并说一说图上有什么，它们都在什么地方。然后以神秘的口吻告诉宝宝：“这幅画是一个叫丁丁的小画家画的。”(2) 让宝宝数一数图上有几架飞机、几辆汽车、几艘轮船。(3) 妈妈给宝宝讲故事，学习正确使用量词。(4) 游戏：妈妈说前半句，宝宝

答后半句。例如，妈妈说：“飞机——”宝宝说：“在天上飞。”识字：飞机、汽车、轮船。

故事

丁丁特别喜欢画画，他每天都拿着彩笔，不停地画呀画，大家都叫他“小画家”。有一天，丁丁画了一架飞机在天上飞，两辆汽车在马路上跑，三艘轮船在水上行驶。小朋友们看了，都说：“丁丁画得真好。”丁丁听了很高兴，他更喜欢画画了。

22. 爸爸是个飞行员

目的

(1) 让宝宝知道飞机在天上飞，并认识飞机的外形特征。(2) 学习说话：“飞机在天上飞，轰隆隆……”

准备 飞机模型或图片，字卡“飞机”。

(1) 妈妈让宝宝观察飞机模型，并指导宝宝认识机头、机身、机尾、机翼。然后提问：“飞机在哪儿飞？发出怎样的声音？飞机里面有什么？机头(机身、机翼、机尾)在哪儿？”让宝宝说一说，看一看，摸一摸，然后妈妈手指图片给宝宝讲故事。(2) 学习说话：“飞机在天上飞，轰隆隆……”(3) 识字：飞机。(4) 做游戏“飞机飞”：妈妈平托宝宝，宝宝两臂平伸，妈妈和宝宝一起说：“飞机在天上飞，轰隆隆……”

故事

园园的爸爸是个飞行员，每天都驾驶着飞机在天上飞来飞去。有一天，园园和妈妈到飞机场去看爸爸。在飞机场，他看见飞机真大呀！有机头、机身、机尾，还有两个翅膀叫机翼。飞机里面真大呀，有很多椅子，能坐很多人。爸爸说：“飞机在天上飞，能发出‘轰隆隆’的声音。”园园对爸爸说：“我长大了，也要开飞机。”

第八章 1.5岁-2岁的智能训练

1岁半-2岁宝宝常识活动目标

(1) 认识自然界常见的现象。(2) 认识几种常见的蔬菜和水果。(3) 认识几种常见的小动物，模仿小动物的叫声。(4) 认识身体各个部位，并逐步掌握初步的生活自理能力。(5) 认识常见的交通工具，了解交通规则(红灯、绿灯)。(6) 提高观察、思维、分辨的能力，培养记忆力、判断力。(7) 识字：洗澡、水、晴、雨、柳树、桃花、白菜、西红柿、黄瓜、葡萄、香蕉、苹果、小白兔、鸡、鸭、青蛙、红灯、绿灯、公共汽车。

1岁半~2岁常识游戏：

1. 猜猜看

目的

培养宝宝的观察能力和思维能力。

准备

两只碗，一块积木(或其他小物品)。

(1) 妈妈出示两只倒扣的碗，其中一只碗扣住积木，另一只碗是空的。然后让宝宝猜一猜积木在哪只碗里。(2) 如果宝宝猜对了，妈妈可增加移动的次数，增加游戏的难度；如果宝宝猜错了，就重来一次，并提醒宝宝注意观察。最终让宝宝明白，无论怎样变换碗的位置，积木都在原先的碗里。

建议

这个游戏一是让宝宝知道积木在哪只碗里，并不是随着碗的位置改变而改变的；二是让宝宝通过认真观察，能始终抓住目标。

2. 谁来了

目的：锻炼宝宝的听觉，培养宝宝对声音的分辨能力。

准备 录音机，录有动物叫声的磁带，绒布动物玩具若干，相对应的物品名称卡片若干，设计一幅“动物王国”背景图。

这是一个听音辨物的游戏，可分两步来完成：(1) 妈妈出示“动物王国”背景图，让宝宝指认图上的各种动物，接着放录音，让宝宝听一听是谁来了(根据叫声指出相应的动物)。(2) 出示绒布动物，让宝宝认识，接着让宝宝听录音找相应的动物(以绒布动物为主)。当宝宝能熟练听出动物的叫声时，可用相应的动物名称卡片代替绒布动物。游戏可重复进行。

建议 在图上指认动物和指绒布动物是游戏的两个环节，目的是让宝宝打破图片与实物的界限。在游戏过程中，宝宝每指认对一次，家长都要鼓掌表扬。同时可让宝宝学习模仿各种动物的叫声，复习并掌握动物的名称，并正确地指认字卡。

3. 什么不见了

目的 培养宝宝的观察能力和记忆能力。

准备 不同种类的玩具若干，一块白布，相应的玩具名称字卡。

(1) 出示五六件不同种类的玩具，让宝宝指认。然后用一块白布盖住玩具，偷偷地拿走其中一件。再揭开白布，让宝宝说一说什么不见了。如果宝宝说对了，应马上给予表扬，并继续进行游戏。(2) 如果宝宝多次说不出来，可降低游戏的难度，减少出示的玩具，重新开始游戏。玩具的种类可随宝宝的实际情况而定。建议 (1) 游戏前宝宝要认识并说出玩具的名称，学习把字卡与相应的玩具搭配。(2) 拿出相应的字卡，让宝宝练习按字卡拿玩具。

4. 大球和小球

目的 让宝宝复习“大”“小”，知道哪个大，哪个小。

准备 两个塑料篮子，各种彩色大球和小球，一个大肚娃和一个小肚娃，字卡“大”“小”。

(1) 妈妈拿出一个大球和一个小球，让宝宝抱一抱，拿一拿，并引导宝宝说一说：哪个球要两只手抱起来？哪个球用一只手就能拿起来？(2) 回答正确后，鼓励宝宝将大球和小球分别放入不同的篓子里，再引导宝宝观察场地上多出了什么。要求宝宝把大球送给大肚娃，把小球送给小肚娃，并比一比，谁送得多，谁送得快。(3) 复习字卡“大”和“小”。

建议(1)让宝宝比较大小时，所提供的实物比例应悬殊一些，以便于宝宝加深印象。(2)在家中经常鼓励宝宝把大小不同的同一种事物进行比较，如玩“比脚印、手印”的游戏。(3)在玩比大小的游戏过程中，同时可复习汉字“大、小”。

5. 洗澡

目的(1)让宝宝认识身体的各个部位，如头、上臂、前臂、胸、大腿、小腿等。(2)初步学习生活自理技能。

准备 塑料娃娃若干，小毛巾，盛有水的盆，挂图一幅(妈妈给宝宝洗澡)，字卡“洗澡”。

(1)妈妈先和宝宝一起看挂图，并告诉宝宝，图中的妈妈在给宝宝洗澡。然后问宝宝：“妈妈会怎样给宝宝洗澡？”指导宝宝答：“从上往下洗，先洗头，再洗脸……”

(2)让宝宝用小毛巾给塑料娃娃洗澡。妈妈先按宝宝洗澡的顺序，告诉宝宝身体各个部位的名称，如胸、背、胳膊、

腿、屁股、脚丫等，再教宝宝如何给娃娃洗澡。(3) 还可让宝宝用干毛巾在大人身上试试。(4) 识字：洗澡。

6. 动手试一试

目的 发展宝宝的手眼协调能力。

准备 钻孔游戏的配套玩具。

(1) 妈妈出示钻孔玩具，边操作演示边说：“宝宝，钻过去了。”让宝宝试着寻找可以钻过小孔的玩具。如果遇到钻不过去的玩具，可告诉宝宝再找其他玩具来试一试。(2) 反复玩钻孔游戏，培养宝宝的观察力及专注力。通过多次失败与不断尝试，让宝宝获得成功的满足感。建议开始玩游戏时，宝宝可能会经常失败。如果宝宝缺乏进一步尝试的耐心，家长应积极引导宝宝，帮助宝宝获得成功，以培养其参与游戏的兴趣和自信心。

7. 水不见了

目的 (1) 让宝宝对水有初步的了解。(2) 培养宝宝对事物的观察力和探索欲望。

准备 干毛巾，海绵，装少许水的盘子，字卡“水”。

(1) 妈妈把装有少许水的盘子端给宝宝看，问宝宝：“盘子里装的是什么？”引导宝宝回答。接着再问：“怎样才能把水‘变走’？”(2) 给宝宝准备干毛巾或海绵，并让宝宝知道它们都是干的，请宝宝自己动手，想办法把盘中的水“变走”。(3) 妈妈引导宝宝用干毛巾和海绵把盘中的水

擦一擦，水就没有了。再让宝宝摸摸毛巾和海绵，告诉宝宝，水“跑”到干毛巾和海绵上来了，所以盘子干了，毛巾和海绵湿了。

(4) 识字：水。

建议 (1) 在活动中，可多准备些干毛巾和海绵，让宝宝反复试验，以满足宝宝的探索欲望。(2) 在适宜的情况下，经常给宝宝提供玩水的机会，以加深宝宝对水的了解。

8. 晴天和雨天

目的 让宝宝认识晴天和雨天，学会根据天气变化去行动，并巩固走和跑的动作。

准备 晴天、雨天的图片，搭建简易的小房子(或在地下画圈表示房子)，雨伞，遮阳帽，字卡“晴”“雨”。

妈妈首先出示图片让宝宝指认，告诉宝宝晴天可以出来玩，雨天要躲进家里(指“房子”)。接着开始游戏：(1) 出示雨天的图片，并说：“下雨了，宝宝快回家。”宝宝听了妈妈的话，赶紧跑进“房子”里；再出示晴天的图片，说：“天晴了，宝宝出来玩。”宝宝赶快从“房子”里跑出来。(2) 出示雨伞和遮阳帽，告诉宝宝，晴天和雨天出门时应分别选择哪一样。然后出示晴天的图片，说：“天晴了。”宝宝赶快把遮阳帽戴在头上；再出示雨天的图片，说：“下雨了。”宝宝赶快撑起雨伞。(3) 结合游戏，拿出字卡“晴”“雨让宝宝 宝 识 字 。

建议 游戏的两个步骤可在一次活动中进行，也可根据宝宝

的情况分两次进行。宝宝玩熟后，家长可出示图片，直接说“天晴了”或“下雨了”，让宝宝做相应的动作，同时指认字卡“晴”或“雨”。

9. 认识柳树 目的 (1) 让宝宝了解柳树有长长的枝条、细长的柳叶。(2) 培养宝宝热爱花草树木、热爱大自然的情感。准备 柳树的图片，绿色彩纸，空白图画纸，字卡“柳树”。智慧妈妈教你玩 (1) 春夏时节，妈妈带宝宝去柳树成荫的路边或公园里散步。(2) 妈妈抱起宝宝摸摸柳条、柳叶，并告诉宝宝，这是柳树，柳枝长长的，柳叶细又长。还可让宝宝捡拾路边的柳条，来玩赛马的游戏。(3) 妈妈和宝宝一起用绿彩纸在白纸上粘贴漂亮的“柳叶”，以加深宝宝对柳树的认识。(4) 识字：柳树。

10. 认识桃花 目的 (1) 让宝宝认识桃花的颜色，并能正确指认桃树。(2) 让宝宝感受桃花的美，培养宝宝热爱大自然的情感。准备 彩色纸(粉红色)，空白图画纸，字卡“桃花”。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈抱着宝宝去户外观察桃花，并告诉宝宝：“桃花是红红的，像宝宝的小脸一样，多漂亮呀！桃花就是桃树妈妈的宝宝。”(2) 回家后，妈妈还可以用彩色纸给宝宝剪桃花，并指导宝宝贴桃花。在动手操作中，让宝宝加深对桃花的认识，增加对桃花的喜爱。(3) 识字：桃花。

11. 认识白菜

目的 让宝宝认识白菜的外形、颜色，使宝宝养成爱吃

菜的好习惯。

准备 白菜实物或图片，字卡“白菜”。

(1) 做饭前，妈妈可以叫宝宝一起来拿白菜，洗白菜，剥白菜，边认识边动手操作。(2) 这项活动可以在日常生活中经常进行，以加深宝宝对白菜颜色、外形的认识，增强宝宝的食欲，使宝宝养成爱吃菜的好习惯。(3) 识字：白菜。

12. 认识西红柿

目的 让宝宝了解西红柿的颜色、外形、味道，使宝宝养成不挑食、爱吃菜的好习惯。

准备 西红柿实物或图片，字卡“西红柿”。

(1) 妈妈出示西红柿：“宝宝，看妈妈手里是什么？”(西红柿。)再把西红柿切成片，让宝宝品尝，并告诉宝宝：“西红柿是圆圆的、酸酸的、红红的。”(2) 识字：西红柿。

建议 妈妈可带宝宝一同去菜市场买西红柿，还可以在做饭时和宝宝一起洗西红柿，并让宝宝通过触摸来感觉西红柿的形状，进一步了解西红柿的颜色、外形、味道。

13. 认识黄瓜

目的 (1) 让宝宝认识黄瓜的颜色和基本形状。(2) 培养宝宝爱吃蔬菜的好习惯。

准备 黄瓜实物或图片，字卡“黄瓜”。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈带宝宝去菜市场买菜，让宝宝帮助挑选新鲜的黄瓜。(2) 回家后，妈妈和宝宝一起洗黄瓜，切黄瓜。在洗黄瓜的时候，问宝宝：“黄瓜是什么颜色的？”(绿色的。)在吃黄瓜时，问宝宝：“黄瓜好吃吗？脆不脆？”通过多种感官的参与，使宝宝充分认识黄瓜。(3) 识字：黄瓜。

14. 认识葡萄

目的 (1) 让宝宝了解葡萄的颜色、外形、味道。(2) 培养宝宝爱吃水果的好习惯。

准备 葡萄，空白图画纸，紫色彩笔，字卡“葡萄”。(1) 吃葡萄时，先让宝宝看看葡萄是一串一串的，再让宝宝摘下葡萄分给客人或长辈吃，长辈或客人要说：“葡萄真好吃，又酸又甜。”(2) 让宝宝也品尝一下葡萄，每品尝一颗都要对妈妈说：“葡萄圆又圆，味道酸又甜。”(3) 妈妈和宝宝一起画一串葡萄，并让宝宝来涂色。通过多种活动来增强宝宝对葡萄的认识。(4) 识字：葡萄。

15. 好吃的水果

目的 (1) 让宝宝认识几种常见的水果，并初步了解这些水果的味道。(2) 培养宝宝的触觉。

准备 几种水果实物或图片，相应水果的字卡若干。

智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈把香蕉切成块：“宝宝，你尝一尝这是什么水果？”再把苹果切成片：“宝宝再尝一尝，现在吃的是什么水果？”然后把葡萄去皮：“宝宝，再尝尝这是什么？”通过品尝，让宝宝感觉不同水果的味道，并正确地说出它们的名称。(2) 还可以和宝宝一起玩“摸一摸”的游戏：把洗好的水果放在一个干净的布袋里，让宝宝通过触摸来感觉水果的形状，并说出水果的正确名称。(3) 让宝宝通过水果的图片，找出相对应的名称字卡，进一步了解到，香蕉是长长的、弯弯的、甜甜的，苹果是圆圆的、甜甜的，葡萄是一串串的、圆圆的、酸酸的。(4) 识字：香蕉、苹果、葡萄。

16. 小熊请客

目的 (1) 让宝宝知道小兔、小猫、小狗和小鸡爱吃什么。(2) 培养锻炼宝宝的观察能力、思维能力和手脑协调能力。

准备 小猫、小兔、小狗、小鸡的图片各一张，小动物爱吃的食物若干，塑料盘 4 个。

(1) 妈妈告诉宝宝，今天小熊请客。然后出示图片，让宝宝了解小熊请的是哪些动物，它们分别爱吃什么。接着出示食物：“小兔爱吃什么？”让宝宝取出来。如取对了，就鼓掌和称赞；如取错了，要鼓励宝

宝再想一想，重新取，直到取对为止。(2) 食物全部取对以后，让宝宝拿4个盘子，分别放在小兔、小猫、小狗、小鸡的图片旁边。妈妈指示：“把萝卜放进小兔的盘子里。”宝宝就把取出的萝卜放在小兔的盘子里。如宝宝不会，妈妈可操作演示，让宝宝明白该怎么做。建议“取食物”和“食物入盘”的操作过程可视宝宝的实际情况而定。如果游戏的难度过大，可将小动物的个数减少；如果宝宝能较好地取食物，并对应入盘，可要求宝宝一次完成两个连续动作，如：“请把萝卜放入小兔的盘中，把小鱼放入小猫的盘中。”

17. 给小动物喂食

目的 让宝宝学会用小勺的凹面装上食物送入小动物嘴里，培养宝宝的手眼协调能力。

准备 张大嘴的小动物模型若干，小动物若干，黄豆，小勺。

智慧妈妈教你玩 (1) 这个年龄段的宝宝好奇心很强，干什么事都要亲自尝试。“给小动物喂食”游戏可让宝宝学习自理，为今后更好地学会吃饭打下基础。(2) 妈妈可和宝宝一起用小勺先给张大嘴的动物模型喂食，熟练后再给小动物喂食，一边喂一边说：“给小狗吃豆豆。”以此激发宝宝的兴趣。建议宝宝玩这

个游戏时，先要学会用小勺的凹面装豆，然后将勺中的豆送入小动物的嘴中。家长要注意宝宝的安全。

18. 小白兔

目的 (1) 让宝宝认识小白兔的颜色和主要特征。(2) 培养宝宝喜爱小动物的情感。

准备 小白兔实物或图片，字卡“小白兔”。

(1) 妈妈可带宝宝去动物园给小兔喂食，边喂食边说：“看，这是小白兔。小白兔的毛雪白雪白的，眼睛红红的，耳朵长长的。”(2) 如果有条件，家里可以饲养一只小白兔，让宝宝在观察中加深对小白兔的印象；也可以在认识小白兔后，让宝宝从众多图片中找出小白兔的图片，以巩固对小白兔的认识；还可以结合传统儿歌“小白兔，白又白”来认识小白兔。(3) 识字：小白兔。

19. 学小动物叫

目的 (1) 让宝宝能模仿几种常见的小动物的叫声。(2) 培养宝宝喜爱小动物的情感。

准备 小动物图片若干，相对应的名称字卡若干。

(1) 妈妈为宝宝准备小鸡、小鸭、小猫、小狗、小羊、青蛙的图片：“宝宝，看看妈妈这里有许多小动物图片。听听声音，猜一猜妈妈学的是哪种动物的叫声？”(2) 玩“听叫声找图片”的游戏，即妈妈模仿动物的叫声，宝宝根据叫声准确地找出相应的图片；还可玩“听指令取图片”的游戏。

戏，即妈妈说出动物的名称，宝宝取出图片并发出该动物的叫声。以上游戏结合模仿动作进行，效果更佳。（3）识字：鸡、鸭、青蛙。

20. 红绿灯

目的 让宝宝认识红绿灯，了解交通规则。

准备 红绿灯图片，玩具小汽车，字卡“红灯”“绿灯”

（1）妈妈推着玩具小汽车，并发出“嘀嘀”声。然后出示“红灯”：“红灯”亮了，汽车停下；再出示“绿灯”：“绿灯”亮了，汽车继续开。（2）教宝宝念儿歌《红绿灯》：“小汽车，嘀嘀嘀，红灯停，绿灯行，黄灯亮，不要急。”（3）识字：红灯、绿灯。建议（1）家长可带宝宝到有红绿灯的路口实地观看红绿灯。（2）在学儿歌时，家长可和宝宝以玩游戏的形式共同开汽车，出示红灯就停下来，出示绿灯就继续开。反复玩几遍。

21. 公共汽车

目的 让幼儿学习模仿汽车的喇叭声，并能正确地指认公共汽车。

准备 公共汽车玩具或图片，字卡“公共汽车”。

（1）妈妈拿出公共汽车玩具，让宝宝看一看，摸一摸，玩一玩。然后，妈妈和宝宝一起边玩边模仿汽车的喇叭声：“嘀嘀嘀——”（也可拿出公共汽车图片讲解）。

（2）妈妈还可以带宝宝去乘坐公共汽车，并指认公路上

的公共汽车，边看边模仿汽车的喇叭声，以加深宝宝对公共汽车的认识。(3) 识字：公共汽车。

1 岁半-2 岁宝宝计算活动目标

能正确分辨大与小、多与少。认识物体的上下方位。认识数字 1~3，并能手口一致地点数 1~3，建立初步的数概念。初步了解数的对应关系、所属关系。能从“1”背到“20”。识字：纽扣、水果、铅笔、蔬菜、信、眼睛、图片、花朵、耳朵。

1 岁半-2 岁宝宝计算活动：

1. 给纽扣排队

目的 让宝宝认识大、小，并能按从小到大或从大到小的顺序排队。

准备 大小不一、颜色多样的纽扣若干，大口玻璃瓶一只，字卡“纽扣”。

(1) 妈妈出示纽扣：“宝宝，看妈妈这里有这么多漂亮的纽扣。来，咱们一起来玩‘扣子排队’的游戏吧。”(2) 妈妈把多种颜色的纽扣放入一个玻璃瓶中，摇一摇，发出清脆的响声，以引起幼儿的兴趣。(3) 让宝宝按从小到大或从大到小的顺序给纽扣排队，还可以和妈妈比赛，看谁排得快。妈妈可以有意让宝宝取胜。(4) 宝宝不仅可以给纽扣排队，还可以给其他物品排队。(5) 识字：纽扣。

2. 理解数量是“1”的物体

目的 让宝宝能点数“1”，并知道“1”代表什么。

准备 水果若干种(每种一只)，水果篮一只，小动物手偶，字卡“水果”。

(1) 妈妈把水果装到篮子里，拿出水果篮对宝宝说：“宝宝，看妈妈给你带来 了什么？这么多好吃的水果，都有什么呀？看，有一只 苹果、一只梨、一只橘 子、一只草莓、一只香蕉……”以引起宝宝的兴趣。(2) 妈妈可以戴上小动物手偶，说：“小猴请小象吃一只苹果、一只香蕉……”(3) 还可以让宝宝指认室内数量是“1”的物品，指认正确时要予以鼓励。(4) 识字：水果。

3. 认识数字“1”

目的 让宝宝认识数字“1”，并会按指令取一个一个的物品。

准备 玩具汽车、手枪等各一，铅笔一支，不同颜色的数字“1”，字卡“铅笔”。

(1) 妈妈说：“宝宝，看妈妈给你买来许多玩具，这是一辆车，这是一把手 枪，这是一只皮球……”(2) 出示不同颜色的数字“1”，以引起宝宝的兴趣。妈妈边出示数字“1”，边说“1 像铅笔细又长”，并告诉宝宝：“给妈妈拿过来一本书，再给妈妈拿一张纸、一支笔，好吗？”(3) 可用游戏的方式让宝宝多练习取数量是“1”的物品，例如：让宝宝学小动 物走路的样子，去取数量是“1”的物品。(4) 识

字：铅笔。

4. 用“1”说句完整的话

目的 让宝宝进一步了解“1”的含义，会用“1”说句完整的话，以发展宝宝的综合能力。

准备 西红柿、白菜、黄瓜、青椒等蔬菜实物或图片，字卡“蔬菜”。

(1) 妈妈说：“宝宝，快看，这是一个西红柿，这是一棵白菜，这是一根黄瓜，这是一个青椒。宝宝多吃蔬菜，身体棒……” (2) 妈妈对宝宝说以上带“1”的语句时，可边说边伸出食指表示“1”。(3) 妈妈有意引导宝宝说出：“这是一个××。” (4) 玩“过家家”游戏。让玩具熊或玩具小狗等坐在旁边听宝宝讲，宝宝说对一句，妈妈就模仿它们的声音，对宝宝表示赞扬，以激发宝宝的兴趣，增强宝宝的信心。(5) 识字：蔬菜。

1岁半-2岁宝宝计算游戏：

5. 寄信

目的 让宝宝分辨数字“1”和“2”。

准备 塑料大鸭一只，塑料小鸭两只，两个纸制的大信封(上面分别标明“1”和“2”)，数字卡片“1”和“2”若干，数字屋(上面贴了“1”和“2”)，字卡“信”。

(1) 妈妈拿出一只塑料大鸭，引导宝宝竖起食指说：“一只大鸭子。”并找出卡片“1”。再拿出两只塑料小鸭，

引导宝宝竖起食指和中指说：“两只小鸭子。”并找出卡片“2”。(2) 宝宝将所有数字卡片“1”和“2”找出来后，分别装入标明“1”和“2”的两个大信封，再将信封送入数字屋中。(3) 识字：信。建议寄信活动可针对宝宝掌握的情况反复练习，也可用这种方法来认识其他数字。

6. 1 和许多

目的 让宝宝分清一个和许多个，培养宝宝的认知能力和观察力。

准备 一个和许多个物品的图片若干，木珠若干，铅笔若干。

(1) 妈妈出示一支笔和许多支笔，竖起食指表示“1”支笔，张开手臂表示“许多”支笔。(2) 出示图片，告诉宝宝一边是一个××，用食指表示；另一边是许多个××，用张开手臂表示。请宝宝指出一个在哪边，许多个又在哪边。(3) 拿出木珠，让宝宝按要求做动作，即在许多个木珠中拿出一个木珠，再将手中的一个木珠放在许多木珠里。反复进行。

7. 理解数量为“2”的物体

目的 让宝宝能点数“2”，知道“2”代表什么。

准备 画有两个鱼缸的图画纸，鱼缸里有两条小鱼、两只蝌蚪；字卡“眼睛”。

(1) 妈妈出示图画：“宝宝，你看图上有几个鱼缸？对，

两个。宝宝真棒！看，这个鱼缸里有几条小鱼？那个鱼缸里有几只蝌蚪呀？”（小鱼和蝌蚪的数量各为“2”。）（2）妈妈辅导宝宝折两条小鱼，粘在纸上，下面画上水纹，伸出两个手指教宝宝说：“两条小鱼游呀游。”（3）可以敲小鼓或拍手，让宝宝说出是一下还是两下。（4）还可以从身上找出数量是“2”的部位，如两只眼睛、两只耳朵、两只胳膊、两只手或两条腿等。（5）识字：眼睛。

8. 认识数字“2”

目的 让宝宝认识数字“2”，并会按指令取两种物品。

准备 小鸭图片一张，各种颜色的数字卡片“2”若干张，笔，油画棒，字卡“小鸭”。

（1）妈妈出示各种颜色的数字卡片“2”：“宝宝，妈妈这里有许多张纸，看，上面写着什么呢？哟，像小鸭一样（出示小鸭图片），对，是‘2’，2像小鸭水上游。有红色的‘2’，黄色的‘2’，真漂亮！”并对宝宝说：“来，宝宝给妈妈拿两支笔、两张纸、两盒油画棒来。”（2）妈妈可边让宝宝看两个实物，边说“这是两条鱼”或“这是两只鸟”等，边出示数字卡片“2”，让宝宝理解“两”和“2”。（3）还可和宝宝玩“过家家”游戏，让宝宝把食品两个两个地分给玩具熊、玩具狗等。（4）识字：小鸭。

9. 用“2”说句完整的话

目的 让宝宝进一步了解“2”的含义，会用“2”说句

完整的话，以发展宝宝的综合能力。

准备 数量为“2”的物品图片若干张，字卡“图片

(1) 妈妈出示图片：“宝宝，快看！这儿有这么多图片。这张图上画的是两棵绿色的小树，上面站着两只小鸟。这张图上画的是两只可爱的小熊……” (2) 出示其他数量是“2”的物品图片，让宝宝说出“这是两个××”。 (3) 妈妈和宝宝做游戏时，可以让宝宝去取数量是“2”的玩具，取回后，可以问：“这是几个玩具呀？”引导宝宝正确回答：“这是两个玩具。”注意教宝宝把话说完整。 (4) 向宝宝提问身上数量为“2”的部位，如：“你有几只眼睛呀？”引导宝宝说出“我有两只眼睛”。 (5) 识字：图片。

10. 数花朵

目的 让宝宝巩固点数 1~2，并能看图点数数量是“1”或“2”的物品。

准备 花朵图片，各种颜色的扣子，水果若干，字卡“花朵”。

(1) 妈妈出示花朵图片：“宝宝快看，这张图上是什么呀？噢，美丽的花朵。看，有红色的花、白色的花、蓝色的花，还有黄色的花，真漂亮！来，咱们数数白色的花有几朵……” (2) 找来各种颜色的扣子，每种颜色的数量各为一个或两个，让宝宝按指令取物。 (3) 还可

取 3 个水果放在盘子里，让宝宝分给爸爸、妈妈，并告诉宝宝：“爸爸个子高，吃两个；妈妈个子矮，吃一个。”看宝宝怎么分。（4）还可为宝宝编一首有“1”和“2”的儿歌，如：“一朵花，摇摇头；两朵花，做朋友。”（5）识字：花朵。

11. 认识数字“3”

目的 让宝宝认识数字“3”，并知道“3”代表 3 个物品。

准备苹果、饼干等物品若干，数字卡片“3”，字卡“耳朵”。

（1）妈妈出示数字卡片“3”：“宝宝，看妈妈拿着的这个数字像什么？（像耳朵。）这是数字‘3’，3 像耳朵能听音。”（2）妈妈可以先让宝宝把“1”和“2”的儿歌复习一遍，再连起来说：“1 像铅笔能写字，2 像小鸭水上游，3 像耳朵能听音。”（3）妈妈拿出 3 个苹果，并强调是“3”；还可出示各种物品，数量都是“3”，以加深宝宝的印象。（4）还可把许多饼干放在桌上，让宝宝给爷爷拿 3 块，给奶奶拿 3 块，给爸爸拿 3 块，这样可以加深宝宝对“3”的理解。（5）识字：耳朵。

12. 数小鸡

目的 让宝宝学习点数 1~3，并能按指令从许多物品中取出 1 种~3 种。

准备 画有 3 只小鸡的图画，字卡“小鸡”。

(1) 妈妈出示图画：“宝宝，快看，妈妈给你带来一张好看的画。画上是什么呢？对，是小鸡。来，跟妈妈一起数数，1、2、3，对，是 3 只小鸡。宝宝真是太聪明了！” (2) 妈妈可以把数小鸡的游戏编成儿歌来教宝宝，以引起宝宝的兴趣，如：“鸡妈妈，数小鸡，一只小鸡来吃米，两只小鸡做游戏，三只小鸡叽叽叽。” (3) 妈妈还可以和宝宝一起玩“过家家”游戏：请玩具小兔、小熊、小猴来家里做客，给小兔拿 1 块糖，给小猴拿 2 块糖，给小熊拿 3 块糖。游戏反复进行，让宝宝熟练掌握点数 1~3。 (4) 识字：小鸡。

13. 口头数数 1~3

目的 让宝宝练习“3”的发音，学会数数 1~3，并掌握 1~3 与相关动作的对应性。

准备 小鼓，数字卡片“1~3”，字卡“小鼓”。

(1) 妈妈拿出小鼓：“宝宝，看妈妈手里拿的是什么呢？是小鼓。来，敲一敲，声音很好听。宝宝，你仔细听听，妈妈敲了几下？”可敲 1 下~3 下，让宝宝回答是几下。(2) 妈妈和宝宝做游戏之前，可先复习儿歌：“1 像铅笔能写字，2 像小鸭水上游，3 像耳朵能听音。”妈妈可以一边念儿歌，一边出示铅笔、小鸭，指自己的耳朵。(3) 妈妈还可以说口令，让宝宝敲击。妈妈说“1”，宝宝

就敲一下；妈妈说“2”，宝宝就敲两下；妈妈说“3”，宝宝就敲三下。（4）妈妈还可以做拍手、跺脚、拍肩等动作，让宝宝数数；或宝宝听妈妈的口令，做跺脚、拍手等动作。

14. 用“3”说句完整的话

目的 让宝宝进一步了解“3”的含义，会用“3”说句完整的话，以发展宝宝的综合能力。

准备 画有3棵树、3只小鸟的图画。

（1）妈妈出示图画：“宝宝，快看，这张画多漂亮呀！这里有几棵绿树呀？对，这里有3棵绿树。有3只小鸟在树上叫，有3只小鸡在地上跑……”（2）妈妈可以用“3”为宝宝编儿歌：“三棵树，三只鸟，三朵白云飘呀飘，三只小鸡地上跑。”以引起宝宝的兴趣。（3）还可为宝宝准备一些数量是“3”的食品，引导宝宝说出“这是3个××”；或让宝宝给爷爷奶奶送数量是“3”的水果，并引导宝宝说出“我给奶奶3个苹果”等。（注意：“3”的正确发音是“san”，并非“shan”。）

15. 分辨大和小

目的 让宝宝正确区分大与小，并能按大人的口令说出或指出物品的大小。

准备 一大一小两个球，一大一小的其他物品若干种，字卡“大”“小”。智慧妈妈教你玩（1）妈妈出示一大一小

两个球：“宝宝，看，这两个球多好看。想玩吗？那好，先告诉妈妈，哪个大，哪个小？”（2）“宝宝真棒，说得太好了！现在宝宝闭上眼睛，妈妈给你变出好东西来。一、二、三，变变变，快出现——是好玩的玩具。咱们比一比，哪个大，哪个小呢？”（3）妈妈还可出示多种物品吸引宝宝，让宝宝区分大小；也可让宝宝按口令举起“大”物品或“小”物品；还可全家玩游戏，比如把大的物品给爸爸，小的物品给妈妈，让宝宝更深地理解大小。（4）识字：大、小。

16. 认识多和少

目的 让宝宝正确区分多与少，并能按大人的口令说出或指出物品的多少。

准备 两张图画（一张画了 2 只气球，一张画了 5 只气球）。

（1）妈妈出示两张图画：“宝宝，你看，妈妈这里有两张画。上面是什么呀？噢，对，是气球。哪张画上的气球多呢？哪张画上的气球少呢？”引导宝宝进行比较。（2）妈妈还可出示其他数量不同的图片，让宝宝区分多与少。（3）全家可一起进行游戏。妈妈和爸爸各拿一些数量差别较大的物品，鼓励宝宝说出“多”与“少”；或让宝宝两只手拿着数量不等的图片，妈妈说“多”或“少”，宝宝按指令快速举起。宝宝举对了要予以鼓励。

17. 区分上和下

目的 让宝宝感知上下方位。

准备 画有动物的图片，其中动物的位置有上有下。

(1) 妈妈拿着一张图片，让宝宝看：“宝宝，咱们找一找，小动物哪儿去了？对，小猴子在树上，小花猫在树下……” (2) 妈妈可以让宝宝观察室内的物品，区分上下；还可以让宝宝在室外观察，区分上下。(3) 妈妈和宝宝一起做游戏。妈妈说“小鸟向上飞”，宝宝就站起来做“飞”的动作；妈妈说“小鸟向下飞”，宝宝就蹲下来做“飞”的动作。

18. 从“1”数到“5”

目的 让宝宝从容不迫地点数。

准备 数量为5的物品若干。

(1) 妈妈和宝宝一起边拍手边数数：“1、2、3、4、5。” (2) 妈妈还可以和宝宝边拍肩边数1~5(拍5下)，边叉腰边数1~5(叉5下)，边跺脚边数1~5(跺5下)，边蹦边数1~5(蹦5下)。(3) 为了吸引宝宝，妈妈还可以编首儿歌：“一二三四五，五只小白兔，活泼又可爱，爱吃大白菜。”

第九章 2岁-2.5岁的智能训练

这时家长应多让宝宝进行一些下跳、跳远、追逐等运动，可以发展宝宝全身肢体动作的协调性；利用宝宝有强烈的自主意识和动手愿望的有利时机，为宝宝提供可锻炼大脑、

发展动手能力 的益智玩具。

2 岁~2 岁半宝宝发展目标

1. 能说几首完整的短儿歌，听故事后会复述简单的情节；会说简单的礼貌用语，能认读一些简单的汉字。2. 了解气候、时间的变化，认识并掌握一些日常生活用品。3. 发展肢体动作的协调性、平衡性，使跳、跑、攀、爬、投掷等运动技能及身体控制能力逐步得到提高。4. 理解“一样多”“相同”“相等”的概念，认识和分辨三角形、正方形、圆形，认识并能点数 1~6。5. 学会唱音域 1~5 的歌曲，初步掌握 2/4、3/4 拍的节奏，并能随着音乐即兴表演动作。6. 能分辨红、绿、蓝、黄、黑、白等基本色；学会简单的添画、点画、印章画，会画直线、横线；掌握搓、压、团等玩橡皮泥的技巧，会简单的手工折纸。

提示 1. 2 岁~2 岁半的宝宝已经能独立行走了，这时家长应多让宝宝进行一些从高处往下跳、平地跳远、自由追逐、攀登及平衡运动，这样可以进一步发展宝宝全身肢体动作的协调性，促进宝宝体格健康发展。2. 宝宝现在已经对外界的事物产生了极大的兴趣，家长应多带宝宝接触社会，扩大视野；多带宝宝到公园、绿地、河边等有益身体健康的环境中，丰富宝宝的生活内容，让宝宝感受外部世界的多姿多彩。3. 利用宝宝有强烈的自主意识和动手愿望的有利时机，为宝宝提供可锻炼大脑、发展动手能力的益智

玩具，如积木、拼图、橡皮泥、球类等，并和宝宝一起玩，以发展良好的亲子关系。4. 在日常生活中因地制宜地创设学习环境，时时处处为宝宝打开知识的门窗，激发宝宝的求知欲望，培养宝宝的联想、思维和分析能力，使宝宝更聪明、更可爱。

2岁~2岁半宝宝语言活动目标

(1) 能说出自己的姓名、年龄、性别，能介绍爸爸、妈妈的姓名。(2) 会看图片，并能说出图片上的内容，知道日常生活中一些物品的名称及用途。(3) 会说4首~5首完整的儿歌，并能背诵，还能在成人指导下模仿表演儿歌中的动作。(4) 能够听懂故事，掌握故事中的简单词汇，会用礼貌用语。(5) 能在成人指导下认读简单的汉字及英语单词，并能复述故事的主要内容。(6) 识字：蜜蜂、手、拍、摆、藏、白花花、洗手、干净、指甲、长、细菌、萝卜、青菜、健康、蔬菜、睡觉、公公、婆婆、花儿、森林、天空、滚、跳、跑、飞、游、蓝天、大海、大雁、熊猫、小鸡、架、辆、条、只、幼儿园。

1. 春天到

目的 发展宝宝的语言表达能力，学会背诵儿歌，并能手口一致地表演动作。

准备 有关春天的图片，“春天”“蝴蝶”“蜜蜂”字卡及相应图片。

(1) 妈妈拍手说儿歌《春天到》，鼓励宝宝一起拍手，一边跟着说儿歌。之后妈妈问宝宝：“谁来这首儿歌里做客了？”（蜜蜂、蝴蝶，还有小鸟。）(2) 妈妈说两遍儿歌后，让宝宝学习重点词句及动作：①“春天到，空气好。”——双手上举，左右摆动。②“草儿绿，鸟儿叫。”——左右拍手。③“花儿朵朵开口笑。”——双手手腕相合。④“蜜蜂蝴蝶齐舞蹈。”——学小鸟飞。(3) 妈妈表演儿歌，遇到重点词句时速度要慢，动作要夸张。(4) 周末带宝宝外出游玩时可复习儿歌。(5) 识字：春天、蜜蜂、蝴蝶。

2. 手指谣

目的 (1) 学说拟声词“吧吧吧、刷刷刷、嘭嘭嘭、嗒嗒嗒”。(2) 知道每个手指的名称。

准备 指偶 5 种(爸爸、妈妈、哥哥、姐姐、妹妹)，挂图 5 幅。

(1) 请宝宝依次看挂图一，说出“爸爸会开汽车，吧吧吧”；看挂图二，说出“妈妈会洗衣服，刷刷刷”；看挂图三，说出“哥哥会踢足球，嘭嘭嘭”；看挂图四，说出“姐姐会打电脑，嗒嗒嗒”；看挂图五，说出“小妹妹在看图画书”。(2) 妈妈与宝宝一起看图，多念几遍。当宝宝有一定印象后，再说“大拇指是爸爸”，并帮宝宝给拇指套上“爸爸”指偶，然后依次套完 4 个指偶。最后再做动作，念几遍手指谣。(3) 妈妈念手指谣，请宝宝用手势表演。

建议 (1) 刚开始，宝宝不会完整地说出儿歌，也不会与儿歌同步出示指偶，家长应耐心地引导宝宝反复练习。可以由家长念儿歌，宝宝只出示指偶，过渡到只发拟声词，再过渡到说出完整的儿歌。(2) 家长可通过玩猜手指游戏，来帮助宝宝记住各个手指的名称。儿歌 爸爸会开汽车，吧吧吧；妈妈会洗衣服，刷刷刷；哥哥会踢足球，嘭嘭嘭；姐姐会打电脑，嗒嗒嗒；小妹妹在看图画书。

3. 小手

目的 让宝宝认识、了解小手的作用，会朗诵表演短儿歌。

准备 手的图片，字卡“手”“拍”“摆”“藏”。

(1) 妈妈出示手的图片，让宝宝说这是什么，同时认识“手”字。(2) 请宝宝伸出小手，拍拍妈妈的大手。妈妈可让宝宝做合拢、放开等动作，以活动宝宝的小手。(3) 学习儿歌《小手》。(4) 妈妈给宝宝加动作，让宝宝表演儿歌。(5) 识字：手、拍、摆、藏。建议 (1) 妈妈在教宝宝学习儿歌之前，先做洗脸、吃饭、画画的动作，让宝宝猜一猜，学一学，用完整的语言表达出来，如：“我用小手洗洗脸。”(2) 为培养宝宝的灵活性，可加手指操：“大拇指睡了，食指睡了，大个子睡了，老四睡了，小不点儿也睡了。咯咯咯，公鸡叫，小不点儿醒了，老四醒了，大个子醒了，你(食指)醒了，我(大拇指)醒了，大家都醒了。”儿

歌 小手小手拍拍； 小手小手摆摆。 小手小手藏起来； 小手小手伸出来。

4. 小兔拔萝卜

目的 培养宝宝对色彩的兴趣。

准备 小兔玩具或图片，3 种颜色(白、灰、黑)，字卡“小兔”“萝卜”“白”“灰”“黑”。

(1) 妈妈问宝宝：“谁的耳朵长长的？谁的尾巴短短的？谁的眼睛红红的？”宝宝回答：“小兔。”再问：“这 3 只小兔都是什么颜色的？”(白色、灰色、黑色。)(2) “妈妈呀，今天要给宝宝讲一个关于小兔的故事，宝宝要认真听。听完后 告诉妈妈，故事里有几只小兔子？它们都是谁？”讲述第一遍时，速度放慢些。(3) 妈妈讲述第二遍时，问宝宝：“谁给小兔当拔萝卜的裁判？3 只小兔分别 拔出什么颜色的萝卜？”(4) 当宝宝熟悉故事内容后，再讲故事时，妈妈说上半句，可让宝宝接下半句，例如：妈妈说：“小白兔拔了一个——”宝宝接：“红萝卜。”故事 小白兔、小灰兔、小黑兔准备进行拔萝卜比赛，请牛伯伯来当裁判，看谁最先拔出萝卜。“一二、一二、一二，哎哟哟！”小白兔最先拔出了一个长长的红萝卜，小灰兔接着拔出了一个圆圆的绿萝卜，小黑兔也拔出了一个大大的白萝卜。但 3 只小兔一点儿都不高兴，它们拿着萝卜去问牛伯伯：“为什么我们拔出的萝卜颜色都不一样啊？”牛伯伯

笑着说：“这没什么奇怪的。你们看看，你们身上皮毛的颜色也不一样嘛。” 3 只小兔你看看我，我看看你，抱着拔出来的萝卜笑起来。

5. 小妹妹，爱刷牙

目的 (1) 认识牙刷，知道牙刷的用途。(2) 学习儿歌，教育宝宝从小养成讲卫生的好习惯。

准备 牙刷实物或图片，字卡“牙刷”“白花花”。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈让宝宝猜谜语：“一把小扫帚，个头不算大，早晚来清洗，牙齿白又亮。”提示宝宝，答案是牙刷。(2) 妈妈出示牙刷，让宝宝想一想，牙刷是干什么用的？(刷牙。)(3) 学习儿歌《刷牙》。妈妈在教宝宝儿歌的过程中，可自创动作，加深宝宝对儿歌的印象。(4) 妈妈可用手指教宝宝刷牙的方法：前面上下刷，里面左右刷，打开门儿横着刷、竖着刷。(5) 识字：牙刷、白花花。儿歌 小妹妹，爱刷牙，嘴巴小，牙刷大，刷呀刷，刷呀刷，刷得小牙白花花。

6. 看谁的小手最干净

目的 教育宝宝饭前便后要洗手，培养宝宝良好的卫生习惯。

准备 关于节约用水的图片，关于讲卫生的图片(饭前便后洗手)，字卡“洗手”“干净”。

(1) 妈妈拿出图片，教育宝宝饭前便后要洗手。(2)

在学习儿歌前，准备一些有关节约用水的图片，教育宝宝要节约用水。（3）教宝宝学洗手的步骤：①用水沾湿手；②打上肥皂；③搓手心、手背、关节、手腕；④冲洗干净，甩3下；⑤擦干。（4）识字：洗手、干净。儿歌 自来水，哗哗哗，洗一洗，擦一擦，饭前洗手讲卫生，看谁小手最干净。

7. 剪指甲

目的 教育宝宝养成勤剪指甲的好习惯。

准备 两个宝宝的图片（一个讲卫生，剪指甲；一个不讲卫生，指甲长了也不剪），字卡“指甲”“长”“细菌”。

（1）在讲故事之前，妈妈可准备相关故事图片，给宝宝讲故事。例：有两个宝宝，一个勤剪指甲，讲卫生；另一个贪玩，指甲长了也不剪。他一会儿摸玩具，一会儿玩沙土，长长的指甲里面藏进了细菌，结果和蛋糕一起吃进了肚子里，生病住进了医院。医生讲了长指甲的危害。（2）宝宝听完故事后，妈妈启发宝宝认真剪指甲，然后教宝宝念儿歌。（3）识字：指甲、长、细菌。儿歌 手指甲，长又长，小小细菌里面藏。常剪指甲讲卫生，宝宝长得胖又壮。

8. 多吃蔬菜

目的 培养宝宝从小爱吃蔬菜的好习惯。

准备 萝卜、青菜实物或图片，字卡“萝卜”“青菜”“健康”。智慧妈妈教你玩（1）妈妈向宝宝介绍萝卜、青菜的

外形、颜色和营养，教宝宝学习儿歌。(2) 宝宝进餐时，妈妈可向宝宝介绍今天吃什么菜，它是什么颜色的，多吃它有什么好处(3) 在复习儿歌时，可让宝宝说一说，这两种蔬菜的名字叫什么？它们长什么样子？各是什么颜色？进一步加深宝宝对这首儿歌的印象。(4) 识字：萝卜、青菜、健康。儿歌 红萝卜，绿青菜，红红绿绿营养在。吃萝卜，吃青菜，身体健康人人爱。

9. 红娃娃，绿娃娃

目的 (1) 教育宝宝要多吃水果和蔬菜。(2) 丰富词汇。

准备 相应的水果、蔬菜若干种，红娃娃、绿娃娃布偶或图片，字卡“红”“绿”“水果”“蔬菜”。

(1) 妈妈和宝宝一起看图片，并提问：“图上的小朋友叫丁丁，它长得又瘦又小，小朋友们都不愿意和他玩？他为什么长得又瘦又小？”(不吃蔬菜、水果。)(2) 讲故事《红娃娃，绿娃娃》，表情要丰富，语速要慢。(3) 妈妈通过提问，让宝宝加深对故事内容的理解：①丁丁不吃水果和蔬菜之前，长得怎样？(又瘦又小。)②丁丁吃了水果和蔬菜之后，长得怎样？(又高又胖。)(4) 让宝宝分别品尝苹果、西红柿、青菜等，告诉宝宝，多吃水果和蔬菜，身体才会健康。识字：水果、蔬菜。故事 丁丁不吃水果和蔬菜，长得又瘦又小。有一天，地面上钻出两个娃娃，一个红娃娃，一个

绿娃娃。红娃娃一挥手说：“变！”变出许多苹果、西红柿、红萝卜。绿娃娃一挥手说：“变！”变出许多青菜、黄瓜、菠菜。两个娃娃说：“丁丁，这些水果和蔬菜送给你吃吧，吃了你会变得又高又胖的。”从此以后，丁丁天天吃水果和蔬菜，果然长得又高又胖了。

10. 太阳公公起得早

目的 培养宝宝从小早睡早起的好习惯。

准备 宝宝在早晨的太阳下做操的图片，字卡“太阳”“早”。

(1) 妈妈出示图片，问宝宝：“图中都有谁？这是什么时候？宝宝到哪儿去了？宝宝在做什么？天上有什么？”

(2) 妈妈出示字卡“太阳”“早”，让宝宝认识。(3) 妈妈边说儿歌边做动作：①“太阳公公起得早。”——双手上举，左右摆动。②“它怕宝宝睡懒觉。”——双手相合，放在脸的一旁，做睡觉状。③“爬上窗口瞧一瞧。”——做张望状。④“咦，宝宝哪儿去了？”——做疑问状。⑤“一二一二做早操。”——两臂伸直，上下轻微摆动。(4) 识字：太阳、早。儿歌 太阳公公起得早，它怕宝宝睡懒觉。爬上窗口瞧一瞧，咦，宝宝哪儿去了？一二一二做早操。

11. 睡觉

目的 培养宝宝安静睡觉的好习惯。

准备 夜晚的图片，小宝宝睡觉的图片，字卡“睡觉”“公

公”“婆婆”。

(1) 妈妈出示图片，问宝宝：“图中有谁呀？它们干什么呀？”（月亮出来了，天黑了，小花猫睡觉了。）(2) 妈妈说：“小宝宝睡觉也要像小花猫一样，静悄悄地。”(3) 学习儿歌《睡觉》。(4) 宝宝每次睡觉前，妈妈都可念儿歌给宝宝听（语速要轻、慢）。(5) 在学习儿歌时，重点掌握短语“静悄悄、眯眯笑、像花猫”。让宝宝有表情地念出来，体会语言的表达。(6) 识字：睡觉、公公、婆婆。儿歌大地公公睡觉，静悄悄。月亮婆婆睡觉，眯眯笑。小娃娃睡觉，像花猫。

12. 贪吃的小刺猬

目的 学说短句，认识颜色红、蓝、绿。准备 小刺猬图片，红色字卡“花儿”，绿色字卡“森林”，蓝色字卡“天空”。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈出示图片，说：“小刺猬饿了，它去了一家商店，看看它吃了什么？”讲述故事，分别展示三种颜色让宝宝辨认。(2) 提问：“故事中有谁？”“小刺猬来到商店做了什么事？”“油漆是做什么用的？”（提醒宝宝不能乱喝东西。）(3) 学说短句：红红的花儿、绿绿的森林、蓝蓝的天空。(4) 识字：花儿、森林、天空。故事有一天，小刺猬走在大街上，肚子有点饿了。它走到了一家商店，看见了红红绿绿的瓶子，就打开红颜色的瓶子，“咕咚”喝了一大口。“呸呸呸！红颜色真难喝。”又打开黄颜色的

瓶子，“咕咚”喝了一大口。“呸呸呸！绿颜色真难喝。”这时一个小男孩走过来，惊讶地说：“呀，谁在墙上画了这么好看的画儿呀？红红的花儿，绿绿的森林，蓝蓝的天空。”原来小刺猬喝的是在墙上画画用的难闻的油漆。

13. 他们在干什么 目的 让宝宝通过模仿小动物，掌握简单的动词，如滚来滚去、跳来跳去、飞来飞去、游来游去、跑来跑去等。准备 小刺猬、小白兔、花蝴蝶、小金鱼头饰或图片各一，字卡“滚”“跳”“飞”“游”“跑”。智慧妈妈教你玩

- (1) 妈妈和宝宝一起看图片，并让宝宝说一说，图片上都有哪些小动物？它们分别在做什么？
- (2) 妈妈边念边表演儿歌《他们在干什么》。
- (3) 妈妈和宝宝可带动物头饰来表演，一起说儿歌并模仿动作，同时拿出相应的字卡教宝宝认字。
- (4) 妈妈可采用问答的方式教宝宝学习，比如，妈妈说：“小刺猬——”宝宝答：“滚来滚去。”
- (5) 识字：滚、跳、飞、游、跑。儿歌 小刺猬，滚来滚去；小白兔，跳来跳去；花蝴蝶，飞来飞去；小金鱼，游来游去；小朋友，跑来跑去。

14. 摇篮

目的 让宝宝认识蓝天、大海

。准备 蓝天上有星星、大海里有鱼儿的图片各一，字卡“蓝天”“大海”。

- (1) 妈妈和宝宝一起看图片，让宝宝知道星星在蓝天上，鱼儿在大海里，宝宝在妈妈的怀抱里。
- (2) 表演儿歌

《摇篮》。(3) 识字：蓝天、大海。建议妈妈可摇着宝宝讲儿歌，这样更加形象，也可在宝宝入睡前讲儿歌，还可让宝宝抱着布娃娃说儿歌。儿歌 蓝天是摇篮，摇着星宝宝；大海是摇篮，摇着鱼宝宝；妈妈的手是摇篮，摇着小宝宝；歌儿轻轻唱，宝宝睡着了。

15. 拍手歌

目的 (1) 让宝宝有节奏地拍手说儿歌。(2) 通过学儿歌，让宝宝掌握数量 1~5。

准备 孔雀、小鸡、大雁、熊猫图片若干，字卡“1”“2”“3”“4”“5”“孔雀”“大雁”“熊猫”“小鸡”。

(1) 妈妈出示图片：孔雀(1只)、小鸡(2只)、大雁(3只)、熊猫(4只)，让宝宝认识并说出名称。然后提问：“它们分别有几只？”(2) 妈妈和宝宝面对面地拍手表演儿歌，可让宝宝边说儿歌边模仿小动物。妈妈和宝宝说儿歌时，语气要慢，要有节奏感。(3) 妈妈可准备其他实物，要宝宝动手数 1~5。识字：孔雀、大雁、熊猫、小鸡。儿歌 你拍一，我拍一，一只孔雀穿花衣。你拍二，我拍二，两只小鸡做游戏。你拍三，我拍三，三只大雁飞上天。你拍四，我拍四，四只熊猫吃竹子。你拍五，我拍五，我们大家来敲鼓。咚咚锵，咚咚锵，咚咚锵，咚咚锵。

16. 量词歌

目的 (1) 通过学习儿歌，掌握一定的量词，如“架”“辆”

“条”“只”等。(2) 培养宝宝的朗诵能力。

准备 飞机(1 架)、汽车(2 辆)、小鱼(3 条)、小鸭(4 只)、青蛙(5 只)实物、玩具或 图片, 字卡“架”“辆”“条”“只”。

(1) 妈妈准备各种实物与图片, 让宝宝根据妈妈说的物品, 从中找出来。然后妈妈提问:“它们分别都是几件?”让宝宝数一数。(2) 教宝宝念儿歌 《量词歌》, 边说儿歌边表演动作。妈妈可提问:“它们分 别在什么地方飞(跑、游、跳)? 小动物分别怎样叫?”让宝宝边说边表演。例如, 妈妈说:“一架飞机——”宝宝接:“在天上飞。”(3) 通过《量词歌》, 让宝宝数数 1~5, 并能认识简单、常见的量词。识字: 架、辆、条、只。 儿歌 一架飞机天上飞, 两辆汽车路上跑, 三条小鱼水中游, 四只小鸭嘎嘎叫, 五只青蛙蹦蹦跳。

17. 小猫为什么哭了

目的 (1) 让宝宝能安静地听故事。(2) 教育宝宝出门时要经过妈妈同意。(3) 培养宝宝乐于助人的品质。

准备 小猫、小狗图片或头饰, 字卡“小猫”“小狗”。

(1) 妈妈扮演小猫, 让宝宝猜猜看:“谁来了? 喵喵喵。”(小猫。)然后, 妈妈 做哭泣状说:“小猫为什么哭了? 让我们来听故事。”(2) 讲述故事 《小猫为什么哭了》。(3) 妈妈和宝宝可戴头饰表演故事, 让宝宝分别学小猫、小狗的叫

声。(4) 妈妈通过提问方式,使宝宝加深对故事内容的理解,如:“谁和谁在草地上玩?”“小猫为什么哭了?”“最后,谁把小猫送回家去了?”(5) 识字:小猫、小狗。故事 一天,天气很好,小狗和小猫在草地上玩。小猫出门的时候忘了跟妈妈说一声。天黑了,狗妈妈接走了小狗,猫妈妈却没有来接小猫。小猫哭了,“喵喵 喵”。大象伯伯听见了,赶快跑过来说:“小猫,别哭了,我送你回家。”小猫家到了,猫妈妈正着急地找小猫呢!小猫说:“是大象伯伯送我来的,谢谢大象伯伯!”大象伯伯说:“不用谢了。下次出去玩的时候,一定要跟妈妈说一声。”

18. 小兔上幼儿园

目的 通过故事让宝宝了解幼儿园的一日活动。

准备 有关幼儿园活动的挂图或图画书,玩具小兔,字卡“幼儿园”。

(1) 妈妈说:“宝宝,你长大了,再过一段时间就要上幼儿园了。幼儿园里有许多小朋友跟你玩,还能学知识。现在小兔就要上幼儿园了,让小兔先带我们去幼儿园看一看吧。”(2) 讲故事《小兔上幼儿园》。(3) 识字:幼儿园。建议 有条件或时间的话,家长可带宝宝去幼儿园看看。故事 小兔长大了,妈妈告诉它:“宝宝,你要上幼儿园了,到幼儿园里要听老师的话。”小兔问:“幼儿园里全是小兔子吗?”“不,”妈妈说,“幼儿园里有许多小朋友。”第

二天，小兔来到幼儿园，进了小班。正像妈妈说的，这里有许多小朋友，有小羊、小狗、小鸡……吃饭了，小朋友们坐在椅子上，手里拿着小碗、小勺。幼儿园里的饭真香啊！幼儿园里还要上课。上图画课时，小兔学会了画太阳；上音乐课时，小兔学会了唱歌。接着，老师给大家讲故事，领着大伙儿做游戏。小兔在幼儿园里还得了一朵小红花，它可高兴了！傍晚，妈妈来到幼儿园接小兔。妈妈问：“幼儿园好不好？”小兔说：“好，明天还要来！”

2岁-2岁半宝宝常识活动目标

(1) 认识国旗。(2) 认识身体各部位，尤其是五官。(3) 了解白天、黑夜的不同和天气的冷热变化。(4) 掌握几种日常用品的使用方法，并模仿家长做家务。(5) 识字：嘴巴、耳朵、眼睛、鼻子、杯子、碗、小兔、长、短、白天、黑夜、国旗。

2岁~2岁半常识游戏

1. 认识嘴巴、耳朵

目的 让宝宝了解嘴巴、耳朵的用途，引起宝宝对自己身体器官的兴趣。

准备 嘴巴、耳朵图片，字卡“嘴巴”“耳朵”。

(1) 妈妈摇铃鼓，引起宝宝的注意：“咦，宝宝你怎么知道妈妈摇铃鼓了？你用什么听见的？”(2) 告诉宝宝：“哦，原来耳朵可以听声音，它在脸的两边。”(3) 妈妈手

拿苹果问宝宝：“宝宝，你想吃大大的苹果吗？你告诉妈妈，用哪里吃苹果？”（4）告诉宝宝：“哦，原来嘴巴可以吃东西，它在鼻子下面。”（5）反复认识五官的位置，如：眼睛下面是鼻子，脸的两边是耳朵。（6）识字：嘴巴、耳朵。建议（1）妈妈和宝宝面对面地玩“指五官”游戏，比一比，看谁指得又快又准。（2）反复了解五官的用途。

2. 认识鼻子、眼睛、

目的 让宝宝认识鼻子、眼睛的用途，探索五官的特征。

准备 几种味道不同的液体（牛奶、可乐、醋、酱油等），鼻子、眼睛图片，字卡“鼻子”“眼睛”。

（1）准备几种味道不同的液体，让宝宝去闻一闻。（2）提问：“宝宝，你是怎么知道它们的气味的？”让宝宝回答。（3）告诉宝宝：“鼻子在脸的中间，它可以闻气味。”（4）妈妈手里拿着东西，问宝宝：“你怎么知道妈妈手里拿的是什么？你用什么看见的？”（5）告诉宝宝：“人都有两只眼睛，眼睛可以看东西。”（6）反复认识鼻子和眼睛的位置，并让宝宝正确指认。（7）识字：鼻子、眼睛。建议家长和宝宝玩“指五官”游戏，可反复进行。

3. 认识杯子

目的（1）让宝宝认识杯子，知道它的用途，并动手用杯子喝水。（2）培养宝宝日常生活自理能力。

准备 一个杯子，字卡“杯子”。

不挑食的好习惯。

准备 藕粉糊、桂花糊、绿豆汤、牛奶、豆奶、小点心等等，碗，碟。

(1) 把各种糊糊、奶、点心分别放在保温桶里。家长带着宝宝一起端碗、碟，去选择自己喜欢的点心和糊糊。(2) 宝宝选择后，家长帮宝宝把碗、碟端到桌前，和宝宝一起吃喝。(3) 要求宝宝一手拿勺，一手拿点心自己吃。吃完后还想吃的话，再去选择。建议宝宝选择点心和糊糊时，家长不要盛得太多，要提供机会让宝宝尝不同味道 的食物。吃的时候，也可以教宝宝说“甜甜的”“香喷喷的”等词语。

6. 蚕 豆 和 绿 豆

目的 (1) 通过感知与观察，让宝宝认识蚕豆。(2) 利用比较法，找出蚕豆和绿豆的异同。

准备 装有蚕豆、绿豆混合物的塑料大容器一个，供婴幼儿使用的小塑料容器若干，字卡“蚕豆”“绿豆”。智慧妈妈教你玩

(1) 引导宝宝随意摆弄各种豆子。当宝宝抓、捧时，妈妈要问他手里抓、捧 的是什么，并告诉他哪些是蚕豆，哪些是绿豆。

(2) 让宝宝自由玩弄容器内的豆子，可用手抓、捧、捏，也可用小容器舀或倒。在宝宝兴趣浓厚时提问：

“你手里抓的是什么？哪些是绿豆？哪些是蚕豆？” 启发他观察、比较，找出蚕豆与绿豆的异同。(3) 儿歌总结：“蚕豆大，绿豆小。大的是蚕豆，小的是绿豆。大大小小千万 别

弄错。”待宝宝认识蚕豆、绿豆后，再做分类练习。(4) 宝宝听指令捡豆豆，把蚕豆和绿豆分别装入小容器内，看谁捡得又对又快。

建议 (1) 在活动中，如果宝宝不能准确地说出蚕豆和绿豆的异同，家长不要急于告诉他，而应尽量启发宝宝自己说。(2) 在家中，家长可以用类似的方法教宝宝认识其他豆类。

7. 认识水果和蔬菜

目的 让宝宝认识水果和蔬菜，并能正确区分水果和蔬菜。

准备 水果(苹果等)、蔬菜(大白菜等)若干种，字卡“水果”“蔬菜”。

(1) 妈妈问：“宝宝，妈妈给你买了好多东西，看是什么？”出示苹果：“看它圆圆的、红红的，吃起来又脆又甜。”

(2) 再出示菜：“这是白菜，它的叶子一层裹着一层。它不能生吃，煮过、炒过以后才可以吃。”并告诉宝宝，刚才看到的苹果是水果，水果可以生吃。和宝宝一起说：“苹果是水果，白菜是蔬菜。”同时拿出“蔬菜”“水果”字卡让宝宝正确指认。(3) 分别出示其他水果和蔬菜，对宝宝讲一讲它们的特征，并学会区分水果和蔬菜。

8. 做个好妈妈

目的 (1) 使宝宝愿意重复去做与生活相关的事情。(2)

让宝宝体验与同伴或成人交往的乐趣。

准备 录像带，娃娃家务用具：小锅、小铲、小碗、小勺等。

(1) 妈妈引导宝宝看成人做家务的录像，或观察成人的实际操作，如：洗碗、炒菜、扫地等，妈妈一边做一边向宝宝解说。(2) 引导宝宝模仿成人做一些日常生活中的事情。(3) 在与宝宝玩的过程中，经常提示宝宝：“你在干什么？”“妈妈是这样做的。”以丰富游戏的内容。

建议 (1) 在家中，可有意识地引导宝宝观察家长在干些什么，是怎样做的。(2) 在这项活动中，宝宝通过模仿、操作，可以丰富生活经验，同时进一步促进亲子关系。

9. 认识小兔

目的 让宝宝了解小兔的基本特征。

准备 小兔实物、玩具或图片(要大一些)，字卡“小兔”。

(1) 出示图片，把兔子的眼睛、耳朵、嘴巴、尾巴分别用纸盖住，让宝宝观察：“宝宝你看，这是什么呀？”引起宝宝的注意。(2) “来，让妈妈把盖住的纸撕掉，看看它是什么？”妈妈边说边撕掉其中一张纸。例如，撕掉盖住耳朵的纸，露出耳朵，问：“宝宝，这个长长的是什么？”(3) 以此类推，撕去盖在兔子身上所有的纸：“原来是只小兔！”妈妈说出动物的名字，并强调指出：小兔的眼睛红红的，小兔的尾巴短短的，小兔是个三瓣

嘴。(4) 让宝宝正确指认小兔的五官，学会发音：长长的、红红的、短短的。(5) 识字：小兔。

10. 认识长和短

目的 发展宝宝的观察力，学会区分长、短。

准备 松紧绳一根(不要太长)，长短实物若干(如长短纸条各一张、长短笔各一支)，字卡“长”“短”。

(1) 妈妈手里拿着松紧绳，让宝宝观察绳子的长短，并认识松紧绳。(2) 妈妈和宝宝面对面站着，妈妈把松紧绳的两端抓在手中，再慢慢拉长，让宝宝观察和刚才看见的绳子有什么不同，并和宝宝一起说出“绳子变长了”。然后慢慢松手，让宝宝说出“绳子变短了”。反复拉动松紧绳，和宝宝一起说“长”与“短”。(3) 出示一长一短两支笔，让宝宝看，并说出哪支笔长，哪支笔短，同时认字“长”和“短”。(在教宝宝说“长”和“短”时，注意口形要夸大，以加深印象。)(4) 让宝宝在屋子里找长短不一的物品，同时出示字卡“长”和“短”。

11. 认识白天

目的 让宝宝分清白天、黑夜，并知道白天人们干什么。

准备 关于白天的图片一张(天空中有太阳、白云、小鸟，人们上班、上学，商店开门营业，大街上人来人往)，字卡“白天”。

(1) 妈妈指着图片对宝宝说：“宝宝看，天亮了，太阳公公出来了，公鸡喔喔地叫人们起床呢！小朋友们上学了，大人们上班了。现在是白天。看看，白天的天空中有什么？”（太阳、白云、小鸟。）“白天的人们在干什么？”

(2) 让宝宝看图，找出白天的景物特征，并知道白天是人们活动的时间。(3) 识字：白天。建议家长也可以带宝宝外出，在街上、公园、动物园等处观察白天的特征。

12. 认识黑夜

目的 让宝宝分清白天、黑夜，并知道黑夜的特征。

准备 关于夜晚的图片一张(宝宝睡觉了，月亮出来了，星星一闪一闪地眨眼睛)，字卡“黑夜”。

(1) 让宝宝认真观察图片中的人物在干什么，问：“宝宝什么时候睡觉呀？”（晚上。）“对了，黑夜到了，宝宝睡觉了。再看看黑夜天上有什么？”引导宝宝观察图中夜间的特征。(月亮出来了，星星一闪一闪地眨眼睛。)(2) 识字：黑夜。建议可将白天、黑夜两张图片反复对比，反复练习巩固，以加深宝宝的印象。

13. 认识夏天

认识夏天 目的 让宝宝认识夏天，了解夏天的基本特征。准备 有关夏天特征的图片若干张，扇子、小裙子等，字卡“夏天”。智慧妈妈教你玩 (1) 出示图片，问宝宝：“宝宝你看，图上的小朋友们在干什么？”“哦，他们在做游戏呢！”(2) “看旁边的小哥哥在干什么？”“哦，他在扇扇子！”(3) “宝宝，

你什么时候玩游戏？什么时候用扇子？”“天热的时候是什么季节？”（夏天。）（4）“夏天人们都在干什么？”（夏天可以游泳，吃雪糕，穿裙子，用电扇等。）（5）识字：夏天。建议让宝宝到户外亲身感受夏天的气候特点及大自然的特征。

14. 认识冬天

目的 让宝宝认识冬天，了解冬天的基本特征。

准备 有关冬天特征的图片若干张，字卡“冬天”。

1) 出示冬天的图片，让宝宝观察树、房子、大地、天空和现在的有什么不一样。（2）提问：“大地、树为什么是白色的？”“白色的东西是什么？”“什么时候下雪？”“冬天宝宝穿什么衣服？”（3）让宝宝知道下雪、寒冷是冬天的特征。冬天小宝宝们要穿棉衣、戴帽子和围巾，北方的小朋友们可以滑冰。（4）识字：冬天。建议（1）如果季节合适，可以带宝宝参加冬天的体育活动，如滑雪、打雪仗、堆雪人、冻冰花等，同时让宝宝比较一下冬天与夏天的不同。（2）冻冰花的方法：在透明的器皿底部放上鲜艳的糖纸或颜色纸，注入凉水，放在窗外或冰箱的冷藏室里结冰后拿出来。

15. 认识国旗

目的 认识国旗，了解国旗的特征。

准备 国旗实物或图片，字卡“国旗”。

- (1) 出示国旗图片，让宝宝观察国旗是什么颜色的。
- (2) 提问：“宝宝，国旗上面有什么？五角星是什么颜色？有几颗五角星？几颗大，几颗小？在国旗的什么位置？”
- (3) 告诉宝宝，国旗是中国的象征，我们见到它时要向它行注目礼。
- (4) 识字：国旗。

建议 可带着宝宝去参加升旗仪式，让宝宝体验升旗时的庄严气氛。

2 岁~2 岁半计算游戏：

1. 认识早和晚

目的 能区分早、晚，初步掌握时间概念。

准备 起床、洗漱、晨练的图片，晚上看电视、睡觉的图片，字卡“早晨”“晚上”。

- (1) 妈妈出示起床、洗漱、晨练的图片，请宝宝观察后回答：“这是什么时候？”（早晨。）
- (2) 妈妈向宝宝展示全家人看电视、哄宝宝睡觉的图片，请宝宝观察后回答：“这是什么时候？”（晚上。）
- (3) 妈妈可在相应的时间段里，利用文字或照片，帮助宝宝记录家人的所作所为。通过这项活动，使宝宝逐渐建立初步的时间概念。
- (4) 妈妈手拿图片，并向宝宝发出指令：“天亮了，小宝宝要起床了，是什么时候？”请宝宝回答：“早晨。”妈妈继续发出指令：“月亮出来了，妈妈要哄宝宝睡觉了，是什么时候？”请宝宝回答：“晚上。”
- (5) 识字：早晨、晚上。

2. 认识数字“4”

目的 认识数字“4”，知道“4”像什么。

准备 小兔、小羊、小狗、小鸟图片各一张，黄、红、蓝字卡各一张，“1~10”数字卡片一套。

(1) 妈妈引导宝宝：“今天森林里要开动物运动会，小动物们听说后，都想来参加。咱们看一看，来了几只小动物？”出示小兔、小羊、小狗、小鸟图片及字卡“4”。(2) 妈妈给宝宝做示范时，先把要说的对象逐个地数一遍，再进行总结。(3) 妈妈可把其中的量词及名词加重音，且语言简单明了，易于宝宝理解。(4) 如果宝宝说的话中有错误，如出现“我有4个蜡笔”等量词错误，妈妈要及时予以纠正，避免宝宝下次重复错误。

3. 点数 点数“4”

目的 学习数字“4”，让宝宝能手口一致地顺数4以内的物品。

准备 一只果盘，4只苹果，字卡“1~4”。

(1) 妈妈出示果盘，拿出盘中的苹果摆成一排，让宝宝点数，点完后总结：“有4只苹果。”(2) 用同样的方法，妈妈和宝宝数一数家里还有哪些物品是4个。(3) 妈妈再把苹果逐个放入果盘，让宝宝一个一个地点数。待熟练后，宝宝单独点数1~4。

4. 用“4”说一句话

目的 通过对“4”的认识和学习，让宝宝练习用“4”说一句话，从而发展宝宝的语言表达能 力。

准备 有关“4”的物品的图片，小纸盒，字卡“1~4”。

(1) 妈妈从小纸盒中取出一张图片，让宝宝看图，边观察边点数。点完后妈妈引导宝宝总结：“4 只小鸡在吃米。” (2) 妈妈让宝宝从纸盒中取出一张图片，点数并总结：“4 只小羊在吃草。” (3) 宝宝又取出一张图片，上面有 4 只蝴蝶，蝴蝶身上分别贴着数字“1~4”。请宝宝观察并点数，然后总结：“4 只蝴蝶在跳舞。” (4) 还可引导宝宝自由发挥，如“天空中飞着 4 只小鸟”“鱼缸里游着 4 条小鱼”等。

5. 理解 一样多

目的 理解“一样多”和“相等”的概念。

准备 小碗、小勺、奶瓶、茶杯、布娃娃、帽子等，字卡“一样多”。

(1) 妈妈把小碗、小勺、奶瓶及茶杯、布娃娃、帽子等宝宝常见的物品分成 两组，并将两组物品上下对齐摆放，让宝宝感知物品的数量。通过比较这两组数量相等的物品，理解“一样多”。 (2) 还可以将宝宝爱吃的食物摆放成两组，让宝宝理解“相等”的概念。 (3) 识字：一样多。

6. 认识数字 “5”

目的 认识数字“5”，知道“5”像什么。

准备 小羊、小鸡、小狗、小猫、小兔的图片及字卡，数字卡片“1~5”。

(1) 妈妈引导宝宝：“今天，妈妈为宝宝请来了几位客人：小羊、小鸡、小狗、小猫、小兔，让它们来和宝宝做游戏。”然后妈妈出示 5 只小动物，并出示相应的字卡“5”。

(2) 妈妈可先拿出画有秤钩的图片，与字卡“5”上下对齐，让宝宝比较，并用小手指出相同点。最后妈妈用儿歌总结：

“5 像秤钩来买菜。”请宝宝和妈妈一起点“5”，并念儿歌。

(3) 把“1~5”的数字卡片一一罗列，请宝宝从中找出“5”来，并念出相应的儿歌。妈妈要及时奖励宝宝。(4) 识字：羊、鸡、狗、猫、兔。

7. 点数“5”

目的 学习数字“5”，能手口一致地顺数 5 以内的物品。准备 红、黄二色的纸花各 5 朵，字卡“1~5”“花”。

(1) 妈妈把同一颜色的 5 朵花摆成一排，让宝宝点数，点完后总结：“有 5 朵花。”(2) 妈妈再把 5 朵红色的花摆成散状，让宝宝练习点数，数完后汇报总数；接着摆出 5 朵黄色的花，让宝宝数完后报出总数。(3) 妈妈将 5 朵花逐个拿出，让宝宝一朵一朵地点数，达到练习点数 1~5 的目的。(4) 识字：花。

8. 用“5”说一句话

目的 复习巩固数字“5”，充分理解“5”的含义，发展

宝宝的语言能力。

准备 5 个小皮球。

(1) 妈妈手拿皮球，轻轻拍 5 下，让宝宝观察并点数。妈妈拍完球后总结：“我拍了 5 下球。”并让宝宝跟着做。

(2) 妈妈轻轻跳 5 下，让宝宝数一数并总结：“妈妈跳了 5 下。”(3) 让宝宝拍 5 下手，妈妈数完后，让宝宝总结：“我拍了 5 下手。”还可让宝宝自由发挥：“我能吃 5 块蛋糕。”“我有 5 辆玩具汽车。”

9. 认识数字“6”

目的 认识数字“6”，知道“6”像什么。

准备 6 朵纸花或 6 朵花的图片，一只口哨(或图片)，不同颜色的字卡“6”。

(1) 妈妈把 6 朵花依次排列，然后和宝宝一起观察，并告诉宝宝：“这儿有 6 朵花。”同时出示数字卡片“6”。(2) 妈妈把字卡“6”和哨子图片相比较，让宝宝发现它们的相似点。妈妈总结：“6 像哨子嘟嘟响。”同时伸出大拇指和小拇指，并把大拇指放到嘴边，做吹哨状。边做动作边说儿歌，便于宝宝记忆。(3) 分别向宝宝出示不同颜色的字卡“6”，让宝宝反复记忆，并让宝宝把最喜欢的颜色的字卡“6”贴在床上。

10. 点数“6”

目的 让宝宝能和成人一起顺数 6 以内的数。

准备 小鸡、小鸭、小猫、小狗、小羊、小牛图片各一张。

(1) 妈妈分别出示小鸡、小鸭、小猫、小狗、小羊、小牛等 6 只小动物的图片，和宝宝一起从小鸡顺数到小牛，练习点数 1~6。(2) 妈妈可先出示 3 只小动物的图片，让宝宝点数；再分别出示 4 只或 5 只小动物的图片，让宝宝点数。(3) 最后，妈妈和宝宝共同点数 6 以内的小动物数目。熟练后，宝宝单独练习点数 1~6。(4) 妈妈还可以准备若干玩具及食物，请宝宝点数 1~6。

11. 用“6”说一句话

目的 让宝宝可以用“6”说一句话，发展宝宝的语言能力。

准备 6 条鱼的图片，小猫图片，字卡“1~6”。

(1) 妈妈可先为宝宝做示范，在出示小猫图片的同时引导宝宝：“小猫饿了，妈妈来给小猫喂鱼吃。宝宝数一数，妈妈一共喂了几条鱼？”(2) 妈妈通过给“小猫”喂“鱼”，让宝宝数数喂了几条“鱼”，并汇报总结：“妈妈喂了 6 条鱼。”(3) 妈妈一条“鱼”一条“鱼”地喂给“小猫”“吃”，并在每条“鱼”的身上贴上数字 (1、2、3、4、5、6)。请宝宝观察点数结果：妈妈一共喂了 6 条“鱼”。(4) 妈妈敲 6 下鼓，让宝宝也敲 6 下鼓，并总结说：“我敲了 6 下鼓。”妈妈蹦 6 下，让宝宝也跟着做，并说：“我蹦了 6 下。”

12. 复习数字 1~6

目的 复习巩固,让宝宝从 1 数到 6,知道数字 1~6 各像什么。

准备 “1~6” 数字图片及卡片。

(1) 妈妈把 “1~6” 数字卡片及图片排列好,让宝宝逐个点数后,把 6 个数字的儿歌对照说一遍:“1 像铅笔细又长,2 像小鸭水上漂,3 像耳朵听声音,4 像小旗迎风飘,5 像秤钩来买菜,6 像哨子嘟嘟响。”(2) 妈妈和宝宝从 1 数到 6,每说一个数,妈妈就说出相应的儿歌。(3) 做游戏:妈妈敲几下鼓,宝宝听到鼓声就取几件物品。取对了,就及时鼓励宝宝。可反复练习数数 1~6。

13. 认识三角形

目的 让宝宝认识三角形,并在生活中找出三角形,知道三角形的作用。

准备 三角形娃娃、小旗、大小三角形组成的松树图片各一张,字卡“三角形”。

(1) 妈妈出示三角形娃娃,让它和宝宝做朋友,再让三角形的“兄弟姐妹”小松树、小旗也来和宝宝做朋友。(2) 让宝宝观察:三角形长得尖尖的,像个帽子,有三个角和三条边。(3) 妈妈让宝宝找一找,家里哪些物品中包含三角形,并指出来。(4) 折纸:妈妈手拿正方形纸一张,先折成三角形,再折成小帽子给宝宝戴上,引起宝宝的兴趣。

然后宝宝和妈妈一起动手把正方形变成三角形，再折成小猫、小狗等动物，进而知道三角形的作用。（5）识字：三角形。

14. 认识正方形

目的：认识正方形，找出生活中的正方形。

准备 三角形、正方形娃娃(上面画有五官)若干，三角形、正方形图片各一张，小手绢，字卡“正方形”。

(1) 妈妈出示正方形娃娃，让宝宝和它握握手，亲一亲，再让正方形的小手绢也来和宝宝做朋友。(2) 让宝宝观察正方形：长得方方正正的，像块饼干，有4个角和4条边，4条边一样长。(3) 让宝宝找一找，家里有哪些物品是正方形的，并一一指出来。(4) 把三角形、正方形摆在宝宝面前，让宝宝找出正方形。(5) 识字：正方形。

15. 认识圆形

目的 认识圆形，找出生活中的圆形。

准备 三角形、正方形、圆形图片各一张，皮球，字卡“圆形”。

(1) 妈妈出示圆形图片一张，告诉宝宝这是圆形，让宝宝知道圆形长得圆圆的，像个大皮球。(2) 妈妈手拍皮球，告诉宝宝，圆圆的皮球会跳舞，圆圆的皮球会滚动；并总结：球是圆形的。(3) 妈妈拿积木给宝宝做实验：先把积木扔出去，积木无法滚动；再让宝宝一手扔积木，一手滚

动皮球，从而发现圆形的特点：圆形物体可以滚动。积木不是圆形物体，所以无法滚动。（4）妈妈拿着宝宝的小手在桌子上练习画圆，熟练后，可让宝宝拿蜡笔在纸上画圆。（5）把三角形、正方形、圆形摆在宝宝面前，让宝宝找出圆形，并找出室内的圆形物品。（6）识字：圆形。

16. 复习三角形、正方形、圆形 复习三角形、正方形、
目的 巩固对三角形、圆形、正方形的认识。
准备 三角形、正方形、圆形积木或图片各一，字卡“三角形”“正方形”“圆形”。

（1）妈妈同时出示 3 种图形：三角形、正方形及圆形，让宝宝听口令指认，并说一说 3 种图形的特点。（2）妈妈手拿一种图形，让宝宝找出相同的图形，并举例说出和图形相近的物品（如圆形像皮球，方形像手绢等）。（3）玩游戏：妈妈可以把三角形、正方形及圆形作为 3 种小动物的嘴巴，请宝宝为“小动物”喂“饼干”，把相应的图形投入相应的嘴里。（4）玩“图形妈妈找宝宝”游戏：妈妈出示一种图形，宝宝就在屋内找到相似的物品，并把图形卡片贴到相似的物品旁边。

17. 给图形分类

目的 按形状、大小给图形分类。

准备 大小三角形、圆形、正方形若干个。

（1）按形状把所有的三角形、圆形及正方形分别归类。

妈妈首先把其中一个图形如正方形拿出来放到一边，然后请宝宝把所有的正方形找出来，和拿出来正方形放在一起，以此类推。(2) 听口令，请宝宝按指令找图形。(3) 让宝宝把大、小图形分别放在两个筐子里。(4) 妈妈可利用多种游戏帮助宝宝学会给图形简单分类。

18. 摆果子

目的 让宝宝掌握“一一对应”的概念，巩固“一样多”“相等”的概念。

准备 相同的盘子两只，苹果、梨等水果若干。

(1) 妈妈出示盘子及水果，让宝宝摆出相同的盘子及水果。(2) 妈妈先请宝宝在一只盘子里放一只苹果，再在另一只盘子里放两只苹果；或是一只盘子里放一只苹果，另一只盘子里放一只梨。(3) 宝宝摆放完毕后，还要让宝宝查一查，两只盘子里的水果是否一样多，是否相等。(4) 也可用小动物和食物代替盘子和水果，帮助宝宝掌握“一一对应”“相等”的概念。

19. 看点取物

目的 点数 4~6 的物品，巩固数字“4~6”。

准备 6 块糖果，1 个~6 个圆点的图片各一张。

(1) 妈妈出示 4 个点的图片，请宝宝点数后，取出相应的 4 个物品。(2) 妈妈也可以出示 5 个点的图片，让宝宝数一数，并取出 5 个物品。妈妈还可以拿出 6 块糖

果，请宝宝把相应的 6 个点的图片找到。(3) 妈妈可以利用多种游戏方法帮助宝宝复习巩固数字“4~6”。

20. 看物做动作

目的 点数 4~6 的物品，并做出相应的动作。

准备 玩具或食品 6 个。

(1) 妈妈出示 4 辆~6 辆玩具小汽车，请宝宝数一数，并做相应数目的动作。妈妈出示物品后，请宝宝点数并汇报数目，然后听妈妈口令，或蹦或跳或拍手或跺脚，做出同样数目的动作。(2) 妈妈出示 4 种~6 种物品的同时，也可以和宝宝一起做相应数目的动作，以增进母子之间的感情。

21. 小兔吃萝卜

目的 认识多少，知道哪些多、哪些少。

准备 塑料筐若干，萝卜、白菜若干，绒布小白兔、小黑兔各 6 只，布置一个有草地、蘑菇房、萝卜地、白菜园的场景。

(1) 妈妈以讲故事的形式，从蘑菇房中请出 1 只小白兔、5 只小黑兔，然后问宝宝：“哪种颜色的兔子多？”当宝宝说出“黑兔多”后，妈妈立即说“白兔少”。(2) 妈妈继续讲故事：“小白兔、小黑兔到草地上做游戏，它们玩得累了，肚子也饿了，于是决定到萝卜地里拔萝卜吃。小白兔拔了一个萝卜，小黑兔拔了两个萝卜。”问宝宝：“哪只

兔子拔的萝卜多？”当宝宝说出“黑兔拔得多”后，妈妈立即说“小白兔拔得少”。“小白兔拔了 3 棵白菜，小黑兔拔了两棵白菜，宝宝，哪只兔子拔的白菜多？”当宝宝说出“小白兔拔得多”时，妈妈立即说“小黑兔拔得少”。

建议 (1) 开始教宝宝认识多与少时，所比较的实物数量差距要大些，便于宝宝加深印象。(2) 在日常生活中，随时可让宝宝玩“比多少”的游戏，并逐步增加比较的难度，如 3 个和 2 个的比较。

第十章 2.5 岁-3 岁的智能训练

此时的宝宝好问，喜欢喋喋不休，家长应经常与宝宝交流，满足其好奇心和求知欲。在日常生活中培养宝宝的生活自理能力，如用筷子吃饭、自己穿脱衣服等，为日后上保育院(幼儿园)做好准备。

2 岁半~3 岁宝宝发展目标

1. 走、跑、跳等基本动作更加协调，身体控制能力进一步提高。
2. 在摆弄物品的活动中，协调运用各种技能。
3. 建立大小、颜色、形状等基本概念。
4. 能指出事物的相似处、不同处和显著的特征，能注意小的细节和差异，能按颜色、形状归类。
5. 喜欢听故事、音乐儿歌，有初步的图画概念，有一定的模仿能力。
6. 与他人互动，乐意玩扮演角色的游戏，社会性进一步发展。
7. 培养语言理解和表

达能力，掌握一定的礼貌用语和良好的生活习惯。8. 会认数字 1~10，并能点数、背数 1~20，建立初步的空间、时间概念。

提示 1. 多带宝宝参加玩球、骑车、攀登、平衡木、投掷、游泳等活动，增加活动的难度，使宝宝动作协调、有控制力。2. 多为宝宝提供接触大自然的机会，让宝宝了解季节更替、气候变化、植物生长等自然规律。3. 多给宝宝提供表现机会，让宝宝体会成功的喜悦，父母多用肯定、鼓励、乐观的态度对待宝宝，以利于其形成活泼开朗、勇敢自信的良好性格。4. 让宝宝多接触社会，以扩大视野，丰富宝宝的生活经验。5. 让宝宝欣赏名曲、名画，以陶冶情操，并让宝宝学会用笔和身体表达自己的感觉。6. 此时的宝宝好问，喜欢喋喋不休，家长应经常与宝宝交流，满足其好奇心和求知欲。7. 在日常生活中培养宝宝的生活自理能力，如用筷子吃饭、自己穿脱衣服等，为日后上保育院(幼儿园)做好准备。8. 创设语言环境，让宝宝掌握简单的日常用语和一部分汉字及英语单词，引导宝宝阅读简单的幼儿读物。

2 岁半-3 岁宝宝语言游戏

1. 小熊的梦

目的 (1) 让宝宝能安静地听故事。(2) 丰富宝宝的词汇。

准备 小熊木偶，五颜六色的雪花图片，字卡“雪花”。

(1) 妈妈对宝宝说：“今天，妈妈给你请来一位小客人，看是谁？”随后出示小熊木偶：“小熊昨天晚上睡觉时，做了一个梦，让我们一起来听听，它梦见了什么？”(2) 在利用木偶玩具讲故事的同时，也可准备一些彩色雪花(用彩色纸剪成)。(3) 妈妈提问：“这是什么颜色的雪花？”(红雪花……)“它们合在一起是什么颜色？”(五颜六色。)”“摸一下雪花有什么感觉？”(冰凉。)(4) 让宝宝根据故事情节和道具丰富词汇，如“五颜六色”“冰凉”等，并能流畅地讲述出来。(5) 妈妈讲故事时，表情要丰富。妈妈可先讲上半句或上句，让宝宝补充后半句或下句的内容。(6) 识字：雪花。故事 夜里，小熊上了床，迷迷糊糊地睡着了。它做了一个奇妙的梦，梦见天上下雪了，有红雪花、绿雪花、黄雪花、蓝雪花，五颜六色的，真好看！一朵绿雪花飘啊飘啊，落在了小熊头上，冰凉冰凉的。小熊醒了，它下了床，推开门一看，外边真的下雪了，大地穿上了白衣裳。

2. 数字歌

目的 宝宝通过学习 1~10，会表演数字歌。

准备 数字卡片“1~10”及相关图片。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈和宝宝一起看图片，并数数 1~10，再说出这些数字都像什么。引导宝宝观察，并提出自己的看法。(2) 表演儿歌《数字歌》。妈妈和宝宝边说儿歌边表演动作。妈妈提问：“1 像什么？”宝宝回答：“1 像铅笔细又长。”以此

类推说儿歌。也可让宝宝边说数字边用手指来表示。儿歌
1 像铅笔细又长，2 像小鸭水上漂，3 像耳朵听声音，4 像
小旗迎风飘，5 像秤钩来买菜，6 像哨子嘟嘟响，7 像镰
刀来割草，8 像麻花扭一扭，9 像勺子能吃饭，10 像铅笔
加鸡蛋。

3. 图形娃娃

目的 让宝宝认识三角形、正方形、圆形，并学说儿歌。
准备 三角形、正方形、圆形图片及相应实物(小旗、小
手绢、小皮球等)，字卡“圆形”“三角形”“正方形”。

(1) 妈妈出示上述实物和图片，让宝宝认识，并说出三角形、正方形、圆形的名称。(2) 表演儿歌《图形娃娃》。(3) 识字：三角形、正方形、圆形。建议(1) 妈妈要形象地给宝宝讲这三种图形，如：三角娃娃像戴了一顶尖帽子，方形娃娃像穿了一件棉袄，圆形娃娃像一个大皮球。(2) 准备充足的实物和图片让宝宝寻找和区分。儿歌 图形娃娃来报到，三角娃娃戴高帽。方形娃娃穿棉袄，圆形娃娃跳一跳。我们三个好朋友，小朋友们猜猜看。

4. 三原色

目的 通过各种实物，让宝宝认识红、黄、蓝，并学说儿歌。

准备 红、黄、蓝 3 种气球图片或实物，字卡“红”

“黄”“蓝”。

(1) 妈妈出示 3 种颜色的气球，让宝宝认识它们的颜色，并说出红、黄、蓝。妈妈告诉宝宝，这 3 种颜色的名称合在一起，还有一个名字叫“三原色”。(2) 教宝宝念儿歌《三原色》。(3) 识字：红、黄、蓝。

建议 (1) 妈妈可通过红、黄、蓝 3 种颜色的橡皮泥、玩具等让宝宝认识颜色。(2) 如果宝宝掌握得较好，可让宝宝再认识其他颜色。(3) 让宝宝在家里找颜色相同的物体。儿歌 宝宝手中三条线，三只气球手中牵。红黄蓝，三原色，小朋友们记心间。

5. 纳闷的小牛

目的 (1) 让宝宝能安静地听故事。(2) 教育宝宝要珍惜别人的劳动成果，爱护花草。

准备 新皮鞋一双，小牛、山羊、梅花鹿图片和字卡各一张。

(1) 妈妈出示一双新鞋以吸引宝宝，并提问：“你知道这是谁的皮鞋吗？这是小牛的皮鞋。小牛穿着这双鞋发生了什么事情呢？”(2) 接着妈妈讲故事《纳闷的小牛》。(3) 妈妈边讲故事边出示图片、字卡，教宝宝认读“小牛”“山羊”“梅花鹿”。

建议 (1) 妈妈给宝宝讲故事时，表情要丰富，动作要夸张。(2) 妈妈和宝宝可带头饰表演故事。(3) 妈妈

通过提问的方式，让宝宝理解故事内容，最后可再讲一遍故事。（4）妈妈可以和宝宝一同续编小牛改好以后的故事情节。故事 牛妈妈给小牛买了一双新皮鞋，小牛穿着新皮鞋跑来跑去，真开心！小牛跑到山羊大叔的家里，大声喊：“山羊大叔，我穿着新皮鞋，您看看，好不好看？”山羊大叔爱清洁，正在打扫屋子，洗刷地板。小牛“咯瞪、咯瞪”地在刚刚洗刷过的地板上走过，留下了一串鞋印。山羊大叔没办法，只好重新洗刷地板。小牛又来到梅花鹿大婶的院子里，大声喊：“梅花鹿大婶，你看我脚上的新皮鞋，好不好看？”梅花鹿大婶非常喜欢种花，在院子里种了许多花草。小牛在院子里“咯瞪、咯瞪”地跑来跑去，踩坏了草地，还踩倒了几棵花呢！梅花鹿大婶很心疼，只好扶起被踩倒的花草，心想：“它们还能成活吗？”小牛心里很纳闷：妈妈给我买的皮鞋那么好看，为什么山羊大叔和梅花鹿大婶见了我却不高兴呢？小朋友，你知道吗？

6. 大卡车，运货忙 大卡车，

目的 让宝宝了解大卡车的形状、用途。

准备 大卡车图片或玩具，苹果或其他水果若干，字卡“大卡车”“苹果”。

(1) 妈妈问：“大卡车今天非常忙，要运货，会运什么呢？”让宝宝闭上眼睛。然后妈妈把苹果放入车

中，“嘀嘀嘀”地开过来，问宝宝：“大卡车运来了什么货物？”（让宝宝说出“大卡车运来了苹果”。）（2）学习儿歌《大卡车》。反复几遍后，妈妈说上半句，让宝宝接下半句。（3）识字：大卡车、苹果。建议（1）宝宝熟悉儿歌后，可试着改编儿歌。例如：将苹果换成西瓜、菠萝、橘子、香蕉等。（2）请宝宝扮演小司机和装卸工，将筐中的水果一个接一个地传递到妈妈手中，这样更能激发宝宝学习儿歌的兴趣。儿歌大卡车，运货忙，嘀嘀嘀嘀喇叭响，运来一车大苹果，我请大家尝一尝。

7. 小乌龟，并不丑，

目的（1）宝宝能安静地听故事，了解到每个人都有自己的长处与本领，不要随便轻视别人。（2）通过故事，教育宝宝在遇到危险时如何保护自己。

准备 小乌龟、野兔、小猴、老狼图片、字卡各一张。

（1）妈妈出示图片，让宝宝认识，并提问：“小乌龟身上长了什么？”（硬壳。）“别看乌龟小，它的本领可大了，能对付敌人。让我们一起来听个故事，看看乌龟是怎样对付敌人的吧。”（2）妈妈讲故事《小乌龟，并不丑》，也可和宝宝戴上头饰，分角色表演故事。（3）妈妈讲故事时，表情要丰富，动作要夸张。（4）故事讲完后，妈妈提问：“小猴、野兔为什么说小乌龟长得丑？大灰狼来了，这三

个小动物是怎么做的？小乌龟又是怎样保护自己的？”让宝宝认真想，然后回答。（5）通过提问的方式，妈妈可再把故事复述一遍。（6）识字：老狼、野兔、小猴、小乌龟。故事 小乌龟和野兔、小猴一起在树下拾果子，野兔忽然说：“小乌龟，你的腿短，这可不好看！”小猴也说：“你身上干吗长个硬壳呀？硬壳多不漂亮！”……突然，一头老狼号叫着从山后边冲出来，想吃掉它们。小猴赶紧跳到附近的大树上。野兔也拼命地逃跑，拾到的果子撒了一地。野兔和小猴逃走了，老狼只好扑向小乌龟。只见小乌龟把头 and 脚一缩，只剩下一个硬壳，让老狼没法子下嘴。老狼气得“嗷嗷”直叫，只好再上别处找吃的了。小猴从树上跳下来，野兔也跑回来了，它们说：“小乌龟，我们都看见了，你身上的硬壳真有用啊！腿短也有腿短的好处。”从那以后，小猴和野兔再也不说小乌龟丑了。

8. 大熊猫，是国宝

目的 让宝宝懂得大熊猫是国宝，人人都要爱护它。

准备 大熊猫玩具或图片，字卡“大熊猫”。

（1）妈妈出示熊猫玩具：“今天一位小客人来我们家做客，宝宝猜猜看，它是谁？”（大熊猫。）（2）妈妈又说：“大熊猫是我国的国宝，既然它来到我们家，我们就向它招招手，问声‘大熊猫，你好’吧。”（3）学习儿歌《大熊猫》。（4）识字：大熊猫。

建议 (1) 可用不同颜色的“大熊猫”字卡来帮助宝宝记忆。(2) 让宝宝看图片，观察大熊猫的外形特征和生活习惯，并说出大熊猫最喜欢吃什么。儿歌 大熊猫，是国宝，我对熊猫把手招：“大熊猫，你好！”

9. 窗玻璃哪儿去了

目的 让宝宝了解季节的特征及水的形态变化，培养宝宝的观察能力。

准备 用大萝卜刻成的住房或相关图画，小白兔图片，字卡“水”“冰”“窗户”。

(1) 出示图片，引起宝宝的注意，然后讲故事。讲述故事内容时，着重强调“冬天”“冷”“冰”这几个关键词语，并配合字卡让宝宝认读。(2) 重复故事情节，让宝宝试着补充内容。识字：水、冰、窗户。故事 小白兔种了一个萝卜，长得可真大呀！小白兔就把它做成一间房子，开了一个窗户，高高兴兴地住了进去。冬天，北风夹着雪花，呼呼地从窗口吹进来，真冷呀！小白兔决定在窗户上安一块玻璃。他来到小河边，砸了块冰拿回家，安在窗户上，就像玻璃一样，屋里也就不冷了。第二天，太阳出来了，小白兔坐在窗下晒太阳。突然，一滴滴的水珠掉在小白兔的头上。他抬头一看，咦！窗玻璃不见了。宝宝，小白兔的窗玻璃到哪儿去了呢？（可以告诉宝宝，由于阳光照射，冰融化成水了。）

10. 走路静悄悄

目的 教育宝宝在别人休息时走路要静悄悄的，不要打扰别人休息。

准备 小猫、小狗图片或玩具，字卡“走路”“静悄悄”。

(1) 妈妈出示小猫、小狗图片，表演它们走路的样子。

(2) 学习儿歌。妈妈和宝宝边学儿歌边表演动作，同时教宝宝认字：走路、静悄悄。(3) 妈妈问宝宝：“小花猫是如何走路的？”“小花狗是如何走路的？”“你喜欢哪只小动物？”“你要学哪只小动物走路？不学哪只小动物走路？”

建议 (1) 妈妈在为宝宝辅导儿歌时，重点复习每句话后面的3个字。(2) 准备的图片颜色要鲜艳，这样既能吸引宝宝，又能培养宝宝对颜色的兴趣。儿歌 走路要学小花猫，脚步轻轻静悄悄。我们不学小花狗，又跑又叫真糟糕。

11. 小花猫摘桃子

目的 (1) 通过故事，培养宝宝认真倾听的习惯。(2) 教育宝宝遇事要多动脑筋，启迪宝宝思维的灵活性。

准备 桃树、小花猫、小黄狗、长颈鹿图片，字卡“小船”“游泳”。

(1) 妈妈出示小花猫、桃树图片，讲述故事，让宝宝欣赏。(2) 妈妈提问：“故事中有谁？”(小花猫、小黄狗、长颈鹿。)“是谁帮助小花猫过河的？”(小黄狗。)“小黄狗是怎样帮助小花猫的？”(划小船送小花猫。)“摘到了

吗？”（没有，因为它们个子太矮了。）（3）“谁能帮助小花猫摘苹果？”（长颈鹿。）“小花猫还可以用什么办法摘苹果？”引导宝宝灵活思考，找出办法，如：用小棍，请小猴、小鸟、大象帮助……（4）教育宝宝，遇到困难只要肯动脑筋，就会想出许多好办法的。建议妈妈可根据摘桃子的不同方法，编出几个故事讲给宝宝听，启发宝宝在日常生活中用不同的途径和方法解决问题。故事 一个夏天的早晨，小花猫来到草地上玩耍。突然，它发现河对岸有棵高高的桃树，树上结满了又红又大的桃子。小花猫馋得口水都流了下来，它真想马上吃到桃子。可是小花猫不会游泳，过不了河，这可怎么办呢？这时，一只小黄狗划着小船慢慢地过来了，不慌不忙地说：“小花猫，别着急，坐我的小船过河吧。”小黄狗让小花猫跳上自己的小船。它划着船，划呀划呀，不一会儿就来到了桃树下。小花猫踮起了脚尖，但还是够不到树上的桃子。这下子可难住了小花猫和小黄狗。正在这时，一只长颈鹿走了过来。小花猫请求道：“长颈鹿阿姨，请您帮我摘几个桃子吃好吗？”长颈鹿笑眯眯地扬起长脖子，咬住了红红的桃子，轻轻一拉就摘下来了。小花猫高兴地说：“谢谢您，长颈鹿阿姨！”长颈鹿摇了摇头说：“不客气，再见！”说完又向前走去……

12. 布娃娃

目的 教育宝宝要爱护玩具。

准备 布娃娃玩具，录音机，摇篮曲磁带，字卡“布娃娃”“脸”“嘴巴”。

(1) 音乐伴奏，妈妈从身后拿出布娃娃，让宝宝说出这是什么。(2) 妈妈提问：“布娃娃的脸是什么样的？”(圆圆的。) “小嘴巴是什么颜色的？”(红红的。) (3) 学习儿歌，并识字：布娃娃、圆、脸蛋、红嘴巴。

建议 (1) 妈妈在教宝宝学习儿歌前，让宝宝首先问候布娃娃。(2) 妈妈可用手绢和橡皮筋(或用小枕头)做一个布娃娃，宝宝可学着妈妈的样子拍着、哄着布娃娃，欣赏《摇篮曲》。儿歌 我是一个布娃娃，圆圆的脸蛋红嘴巴，不会说话不会爬，坐在一边笑哈哈。

13. 捞西瓜

目的 (1) 让宝宝了解几种动物的特性。(2) 培养宝宝动脑筋、想办法的能力。

准备 小牛、小猪、小羊、小猴、小河马图片，字卡“河马”“猪”。

(1) 拿出动物图片，简单地介绍故事情节：“宝宝就要过生日了，你准备请谁来和你一起过生日呀？今天，妈妈讲一个小牛过生日的故事给你听……” (2) 妈妈讲故事时，伴以夸张的动作及语言，以引起宝宝的兴趣。(3) 向宝宝提出问题后，先不急着他答案，而要多启发宝宝谈不同小动物的生活习惯，并从中找出正确答案。识字：河

马、猪。故事 小牛今天过生日，朋友们带着礼物去他家。他们走到一座小桥上，小猪一不小心，“骨碌”，手上的西瓜掉了。小猪连忙去抓，可是没抓着。“扑通！”西瓜掉到了河里，在河面上滴溜溜地转着漂走了。小猪没有礼物送小牛了，他急得哭了起来。这时，小羊、小猴、小河马忙上前安慰小猪：“别急，别急，我们给你把西瓜捞上来！”宝宝想想看，他们当中谁能把西瓜捞上来？（应该是河马。河马产于非洲，大部分时间生活在水中，头部露出水面。）

14. 丁丁的布娃娃

目的 (1) 让宝宝能听懂故事，并会简单复述。(2) 培养宝宝安静听故事的习惯。

准备 布娃娃，“天线宝宝”拉拉和丁丁的图片，字卡“布娃娃”“漂亮”“拉拉”“丁丁”。

(1) 妈妈出示布娃娃，给宝宝讲《丁丁的布娃娃》的故事。(2) 妈妈复述故事，然后提问：①故事的名字叫什么？故事里都有谁？发生了什么事？②是谁帮拉拉捡回了布娃娃？丁丁对拉拉说了什么？(3) 识字：布娃娃、漂亮、丁丁、拉拉（重点练习“娃娃”的发音）。建议通过讲故事，对宝宝进行品德教育，教育宝宝有好吃的、好玩的东西，能和大家一起分享。

故事 丁丁妈妈爱丁丁，给他买了个布娃娃。布娃娃红嘴唇儿、大眼睛，越看越漂亮。丁丁舍不得布娃娃，不给

拉拉玩。“轰隆隆”，打雷了，丁丁感到害怕，就跑回了家，丢下了布娃娃。“咚咚咚”，谁在敲门？丁丁打开门，只见拉拉打着伞，抱着布娃娃，站在门外边。“丁丁，我捡到了你的布娃娃，给你吧！”丁丁很惭愧：“拉拉……拉拉，谢谢你，咱们一起玩吧。”

15. 小松鼠和小白兔

目的 (1) 培养宝宝关爱他人的情感。(2) 训练听说，学习复述的技能。

准备 小松鼠、小白兔图片，字卡“松鼠”。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈出示图片并讲述故事。(2) 提问：“故事里面有谁呀？”“下雨了，谁哭了？谁又来保护它？”(3) 妈妈复述故事若干遍，教育宝宝学习松鼠和白兔团结友爱、相互谦让的好品质。(4) 宝宝熟悉故事后，可让宝宝来扮演故事中的角色，和妈妈进行对话练习。(5) 识字：松鼠。建议 识字时，可加上游戏。例如：出示字卡“松鼠”时，宝宝可变出手枪，发出“啪 啪”的声音；出示字卡“白兔”时，宝宝可变出大炮，发出“轰轰”的声音，以加深宝宝对字卡的印象。故事 小松鼠和小白兔一起在草地上做游戏。突然，“滴答滴答”下雨啦！小松鼠和小白兔赶紧躲到树叶下。“轰隆隆”打雷了。“哇……”小松鼠吓哭了。小白兔连忙抱住小松鼠说：“别怕，别怕，有我呢！我们两个在一起。”雨停了，天晴了，小松鼠和小白兔又跑到草地上玩。

它们看见不远处有一个圆圆的、红红的东西，看上去像果子一样。小松鼠说：“哇，好大的红果呀！”小白兔说：“小松鼠，你吃吧。”小松鼠说：“小白兔，你吃吧。”最后，小白兔说：“我们大家一起吃吧。”它们走了过去，低下头刚要吃时，突然哈哈大笑起来——原来地上是个红皮球，不是大红果。

16. 小狐狸捉虾

目的 让宝宝听懂故事，并能简单复述。

准备 狐狸妈妈、小狐狸、虾的图片，字卡“狐狸”“

(1) 妈妈出示玩具或图片，引起宝宝的兴趣。(2) 妈妈为宝宝讲故事，并提问：“故事的名字叫什么？”“故事中都有谁？”“小狐狸最后捉到虾了吗？”(3) 宝宝在妈妈指导下，看图复述两三段故事。宝宝熟悉故事后，可让宝宝扮演其中的角色，以加深宝宝对故事的印象，也可促进宝宝的语言发展。识字：狐狸、虾。故事 小狐狸特别喜欢吃虾。一天妈妈对它说：“你长大啦，应该自己去捉虾了。”小狐狸跟着妈妈来到河边。呀，河水太深了，小狐狸不敢下水。妈妈说：“宝宝不要怕，下去吧。”狐狸妈妈的本领可真大，不一会儿就捉了好几只大虾。小狐狸终于跳进了河水里。河里的虾真多啊，小狐狸不知该捉哪一只好。结果，小狐狸一只虾也没有捉到。小狐狸回到岸上，生气地坐在大树下。狐狸妈

妈说：“不要急，慢慢来，下次 你一定会捉到虾的。”

2 岁-3 岁宝宝常识活动目标

(1) 大体了解四季气候的变化及景物的不同，认识大自然。(2) 认识餐具、玩具及家具(按大小、形状、颜色、材料分类)。(3) 认识各种交通工具，如公共汽车、消防车、救护车、警车，知道处理突发事件的简单方法：火灾拨打“119”，急病拨打“120”，事故拨打“110”。(4) 培养宝宝探究事物的兴趣，启发思维，提高观察能力。(5) 认识几种动物，并能用恰当的词语来描述动物的明显特征与生活习性。(6) 加强对周围事物的观察和探索能力，找出物体的相似点与不同点。(7) 为宝宝入园做好充分的准备。(8) 识字：树叶、燕子、刀、叉、勺、盘、碗、筷子、沙发、桌子、床、积木、家具、玩具、餐具、磁铁、服装、公共汽车、消防车、救护车、警车、幼儿园、美丽的、漂亮的、知了。

2 岁半-3 岁常识游戏：

1. 美丽的春天

目的 了解春季的基本特征，关注大自然在春季的变化。

准备 兔妈妈、小兔头饰或图片，有关春天景物的图画，字卡“春天”“燕子”。智慧妈妈教你玩 (1) 妈妈

扮兔妈妈，宝宝扮小兔(或戴头饰，或别上“兔妈妈”“小兔”字卡)。妈妈说：“春天到了，天气多暖和呀！河里的冰融化了，柳树发芽了，小草变绿了，桃花也开了。兔妈妈带兔宝宝到草地上去玩耍。”然后，请宝宝跟妈妈一起学小兔 双脚向前跳。(2) 妈妈可带宝宝春游，在户外找春天。在让宝宝感受大自然的同时，渗透环境教育。(3) 妈妈带宝宝做美工：粘贴桃花。(4) 在活动中教宝宝学说儿歌《春天到》：“春天到，桃花笑，柳树发芽，燕子到。”(5) 识字：春天、燕子。

2. 炎热的夏天

目的 了解夏季的特征，知道降温的方法。

准备 夏季服饰，有关夏天特征的图片，字卡“夏天”“知了”。

(1) 妈妈出示短袖上衣和凉鞋，问宝宝：“这是什么季节穿的，知道吗？如果夏天到了，天气非常炎热，你想想，用什么办法能使自己凉快些呢？”引导幼儿回答。(开空调、用电扇、用扇子……)(2) 再出示冷饮(冰棒、冰激凌、冰汽水)，问宝宝：“这是什么季节吃的？”(都是夏天吃的。)(3) 让宝宝跟妈妈一起找室内可以降温的电器及其他物品，如：电扇、空调、凉席、太阳伞……(4) 拿出知了的图片，让宝宝认识知了，知道夏天一到，知了就会在枝头鸣叫。(5) 学儿歌：“夏

天到，知了吱吱唱，荷花水上漂，青蛙呱呱叫。”(6) 识字：知了、夏天。

3. 可爱的秋天

目的 认识秋季，增强环保意识。

准备 各种秋季水果图片，粮食作物图片，秋天的景色图片，字卡“秋天”“树叶”。

(1) 妈妈出示各种水果图片：“宝宝，你看这么多的水果，你都认识吗？”待宝宝把水果名称说完后，问：“宝宝，你知道这些水果是什么季节成熟的吗？”“秋天。”“对，秋天是个收获的季节。”(2) 再出示秋天的图片，请宝宝仔细观察花、草、树的变化。告诉宝宝，秋天农民伯伯种的粮食也丰收了，有水稻、玉米、芝麻、大豆、花生等，并拿出相应的图片让宝宝指认。(3) 在活动结束后，为了鼓励宝宝，请他品尝各种水果及玉米等粮食作物。如季节合适，还可以带宝宝到户外做捡树叶的游戏。(4) 教育宝宝要爱护花草树木，不踩踏草坪，不乱扔果皮纸屑，增强其环保意识。(5) 识字：树叶、秋天。

4. 寒冷的冬天

目的 了解冬季的明显特征，知道人们对环境的依赖和适应。

准备 冬天的景色图片，冬季服饰，字卡“雪花”“冬天”。

(1) “宝宝，见过雪花吗？”“喜欢下雪吗？”“什么季节会下雪呢？”妈妈用提问的方式让宝宝知道，冬季会下雪。(2) 妈妈带宝宝到户外观察寒冷的天气，让宝宝把手伸出来感觉一下冷不冷。(3) 请宝宝说一说：“雪花是白的，冬天北风呼呼吹。”(4) 告诉宝宝冬季人们取暖的方法，(穿棉衣、棉鞋，戴棉帽、围巾、手套……)和宝宝一起找室内的取暖物品。(暖气、空调、棉被……)(5) 识字：雪花、冬天。

5. 请小熊吃饭

目的 认识生活中常见的餐具，并知道其用途。

准备 玩具小熊，玩具餐具一套(刀、叉、勺、盘、碗、筷)，字卡“刀”“叉”“勺”“盘”“碗”“筷子”。

(1) 妈妈出示小熊玩偶，并模仿其声音与宝宝互相问好。(2) 妈妈说：“我们请小熊一起吃饭吧！”到餐厅后，妈妈模仿小熊，指着餐具，一个一个地问宝宝，让宝宝介绍其名称和用途，同时出示相应的字卡让宝宝认读。(3) 在宝宝介绍餐具及其用途时，如果遇到困难，妈妈一定要及时提示、引导，并给予鼓励。(4) 注意培养宝宝良好的生活习惯，如用餐前洗手等，并让宝宝了解餐具使用之后要清洁、消毒。

建议 (1) 请宝宝在用餐前帮家长摆放餐具，复习餐具的名称及用途。(2) 让宝宝知道爱护餐具，因为它们易碎。

并结合瓷碗、不锈钢碗、木碗、塑料碗等，让宝宝分辨和掌握不同餐具的质地等。（3）让宝宝学会正确地使用餐具，锻炼宝宝自己吃饭的能力，并养成良好习惯。

6. 给玩具找家

目的 认识各种家具，知道爱护它们。

准备 各种家具的图片，玩具小兔、小狗、小猫等若干，字卡“沙发”“床”“桌子”。

（1）妈妈说：“宝宝，小动物们找不着自己的家了，你来帮帮它们好吗？”然后，妈妈拿起玩具小兔说：“我的家在沙发上。”请宝宝把小兔放到沙发上。宝宝找(放)对后，就给予鼓励：“宝宝真棒！帮小兔找到了自己的家，小兔说谢谢你！”并引导宝宝说“不用谢”。再依次拿起其他小动物玩具，分别请宝宝放到不同的家具上(里)。（2）通过这项活动，让宝宝认识各种家具的名称。（3）教会宝宝正确使用礼貌用语“谢谢”“不用谢”等。（4）妈妈还可以提供机会，让宝宝帮助擦家具，同时教育宝宝爱护家具，并使之保持清洁。（5）识字：沙发、床、桌子。

7. 我会玩玩具

目的 充分利用感知，引导宝宝玩各种有趣的玩具，以丰富其生活经验。

准备 积木，玩具汽车，布娃娃，电动玩具小鸭、小狗等，字卡“积木”。

(1) 妈妈说：“宝宝你看，这儿的玩具真多，咱们一起来玩吧！”激发宝宝观察、摆弄玩具的兴趣，并请宝宝选一个玩具。(2) 选好玩具后，宝宝和妈妈互相介绍各种玩具的名称。然后，妈妈要教会宝宝玩具的正确玩法。(3) 让宝宝体验玩玩具的乐趣，并懂得爱护它们。当宝宝玩完之后，再让他把玩具放回原处(请玩具回家)。(4) 妈妈在整理和清洗玩具时，可让宝宝参与，让他学会清洁玩具，并懂得爱护玩具。(5) 识字：积木。

8. 听指挥

目的 学会分类，掌握同类物品的概念。

准备 家具、玩具、餐具图片或实物，字卡“家具”“玩具”“餐具”。

(1) “宝宝，咱们一起做‘听指挥’的游戏吧。”妈妈先说“餐具”(可用手指一下餐具图片)，请宝宝拿一样餐具来。再依次找玩具和家具，并重复进行。(2) 在做游戏时，为了激发宝宝的积极性，宝宝每次完成指令后，妈妈都要给予奖励。(3) 带宝宝认识了家里的各种家具后，妈妈教宝宝学说：“这是家具，家具有桌子、柜子、床……”(4) 吃饭时，向宝宝介绍桌子上的餐具：“这是餐具，餐具有碗、筷、盘、勺……”(5) 教宝宝认识玩具柜里的玩具，并学说：“这是玩具，玩具有布娃娃、积木、拼图……”(6) 识字：家具、玩具、餐具。

9. 跟我走

目的 (1) 培养宝宝对周围事物探究的兴趣。(2) 初步感知磁铁的磁性。

准备 长方形磁铁或环形磁铁、曲别针、小铁罐、木头、泡沫、塑料瓶、纸盘、小铁片、铁盘等，放在桌上用布盖好；字卡“磁铁”。

妈妈拿出一块磁铁，告诉宝宝，它的名称叫“磁铁”，它可以把桌上的一些东西粘在身上带走。然后，请宝宝拿着磁铁在桌上寻找。当磁铁吸住了铁质物品时，妈妈就予以肯定，并告诉宝宝，磁铁只能吸住铁质的东西。识字：磁铁。

建议 (1) 在玩的过程中，家长还可以引导宝宝将两块磁铁相对碰碰，感知磁铁之间既可以相互吸引，也可以相互排斥。(2) 在宝宝玩磁铁的时候，家长不必过于干涉他的活动。

10. 我做的小点心

目的 (1) 训练宝宝手指的灵活性，增强手指的力量。(2) 培养宝宝的生活自理能力。

准备 自发面粉，盘子，毛巾，围裙，各种馅料，电饭锅，字卡“点心”。

妈妈对宝宝说：“我们玩了好半天，太累了！宝宝肚子饿了吗？饿了我们就来 做点心吃吧！”然后拿出面粉、馅料，

给宝宝示范做点心。接着引导宝宝自己动手做包子、饺子。最后，把做好的包子、饺子放进电饭锅里。蒸熟后，让宝宝和家人一起品尝。建议在做点心时，家长不必向宝宝过于强调点心的外形，只要宝宝将点心里面的馅包紧就可以了。

11. 服装和玩具

目的 (1) 让宝宝了解日常生活用品的用途，并学会按其用途进行分类。(2) 掌握基本的生活自理能力。

准备 宝宝出生时的衣服、鞋、袜、手套、围巾等，宝宝的各种玩具，可装衣服的带抽屉的柜子，大塑料玩具箱，玩具标签和服装标签，字卡“服装”“玩具”。

(1) 妈妈引导宝宝认识几种常见的服装和玩具，并说出名称；也可满足宝宝的愿望，让宝宝试穿、试玩。(2) 先告诉宝宝，带抽屉的柜子是装衣服的，大塑料箱子是装玩具的，然后引导宝宝按类别，把服装和玩具分别放入柜子和箱子里。(3) 识字：服装、玩具。

12. 认识公共汽车

目的 能简单地描述公共汽车的外形特征及用途。

准备 玩具小汽车(小轿车、公共汽车)或汽车图片若干，字卡“公共汽车”。

(1) 妈妈问：“宝宝，你坐过公共汽车吗？”出示小轿车和公共汽车模型或图片，让宝宝仔细观察后提问：“哪一

辆是公共汽车？”宝宝回答正确后，进一步引导宝宝描述公共汽车的特征：“公共汽车有长长的车厢，能坐许多乘客，司机叔叔（阿姨）在前面开车。”教育宝宝乘坐公共汽车时，要遵守秩序，排队上车，学会谦让，不争抢座位。（2）学儿歌《我是小司机》：“小板凳，排一排，我们全家坐上来。我是小司机，开车真神气，嘀——嘀——”（3）识字：公共汽车。（4）这项活动不仅能让宝宝掌握公共汽车的特征及用途，还渗透了礼貌教育，从而培养宝宝从小做一名文明的小公民。

建议（1）为让宝宝更好地认识公共汽车，还可让宝宝当司机，家中成员当乘客，一起来做游戏。（2）家长可带宝宝一起乘坐公共汽车，体验感受。

13. 认识消防车

目的 通过观察，掌握消防车的主要特征及用途。

准备 消防车、小轿车、洒水车、大卡车玩具或图片，字卡“消防车”。

（1）妈妈模仿消防车的声音提问：“宝宝，听，这是什么声音？”然后拿出汽车图片或玩具，请宝宝从中挑选出消防车。接下来，引导宝宝仔细观察并讲明消防车的用途：“宝宝你看，消防车是什么颜色的？有几个轮子？车上还有什么其他装备设施？”（2）教育宝宝从小要有安全意识，远离火源，不玩火柴、打火机等危险品。（3）告诉宝宝，

如果有险情(火灾),马上拨打“119”,告诉火灾发生的地点。消防队会立即出动消防车,拯救人民的生命和财产安全。(4) 识字:消防车。

14. 认识救护车

目的 了解救护车的外部特征和用途。

准备 救护车模型或图片,字卡“救护车”。

(1) 妈妈出示救护车图片或模型,引导宝宝用恰当的词语说出救护车的外部特征:“宝宝,见过这种车吗?这是什么车?知道救护车的用途吗?”妈妈根据宝宝的回答,再具体讲解救护车的用途。(2) 妈妈告诉宝宝,如果家中有人患了急症,赶快拨打“120”,医生就会乘坐救护车以最快的速度赶到现场。(让宝宝清楚自家的地址、门牌号,并能说出来。)(3) 带宝宝到公路边去辨认救护车,指出救护车是白色的,上面有红十字标记。(4) 识字:救护车。

15. 认识警车

目的 (1) 认识并了解警车的主要用途。(2) 培养宝宝勇敢、坚强的品质,树立正义感。

准备 警车模型或图片,字卡“警车”。

(1) 拿出警车模型或图片,请宝宝观察并描述它的特征:“这是什么车?车是什么颜色的?车顶上安装着什么?”“警车干什么去呀?”(去抓坏蛋。)(2) 妈妈带着宝宝到公路旁去观察警车,了解警车的用途。(3) 让宝宝知

道，如果遇到坏人或出了事故(如 车祸等)，拨打“110”，警车就会出动。(4) 爸爸、妈妈与宝宝玩抓坏蛋的游戏，宝宝扮警车司机。(5) 识字：警车。

16. 美丽的孔雀

目的 认识孔雀，能简单地描述孔雀的体形特征。

准备 孔雀图片，字卡“美丽的”“漂亮的”“孔雀”。

(1) 妈妈出示图片：“宝宝，你看这是什么动物？”(孔雀。)妈妈又问：“孔雀开屏时尾巴是什么形状？”(像扇子一样。)(2) 妈妈可以有目的地带着宝宝到动物园去看孔雀，以便宝宝能正确地讲出动物名称，清楚地观察孔雀的体形特征。(3) 让宝宝用恰当的形容词来描述孔雀。(4) 识字：美丽的、漂亮的、孔雀。

17. 能干的青蛙

目的 认识青蛙，知道青蛙的体形特征。

准备 小青蛙图片，《小蝌蚪找妈妈》故事磁带，字卡“青蛙”“蝌蚪”。

(1) 妈妈模仿青蛙边跳边说儿歌：“小青蛙，本领大，地上跳，水里游，大大的眼睛、宽嘴巴，呱呱呱呱捉害虫。”激起宝宝参与活动的兴趣。(2) 妈妈问：“宝宝，青蛙有几条腿呀？肚皮是什么颜色？身上是什么颜色？”等宝宝回答正确后，妈妈告诉宝宝：“青蛙不仅是个游泳能手，还是农田的小卫士，专捉害虫。你说小青蛙勇敢不勇敢？”(3)

请宝宝起立，跟妈妈一起做游戏，边学儿歌边蛙跳。(4) 妈妈可播放《小蝌蚪找妈妈》故事磁带给宝宝听，让宝宝了解青蛙的宝宝是蝌蚪，青蛙是由蝌蚪演变而来的。还要让宝宝知道青蛙是益虫，人人都应该保护它！(5) 识字：青蛙、蝌蚪。

18. 找相似点

目的 扩大宝宝的知识面，提高宝宝的观察力、创造力，启发宝宝的发散性思维。

准备 水果(苹果、香蕉、橘子等)若干，相应的字卡

(1) 妈妈把苹果和香蕉(橘子)放在桌上，告诉宝宝：“苹果和香蕉(橘子)有许多相似的地方，你能告诉妈妈吗？”(2) 启发宝宝说“能吃”“树上结的”“有颜色”“好吃”……(3) 可以换一种水果，让宝宝找出相似点。(4) 也可换个思维方式，让宝宝找出不同点。(5) 识字：苹果、香蕉、橘子。

19. 幼儿园真好玩

目的 认识幼儿园环境，了解幼儿园的主要活动，为宝宝入园做好准备。

准备 有关幼儿园的环境、活动的图片和图画书，字卡“幼儿园”。

(1) 妈妈陪同宝宝参观幼儿园，向宝宝介绍各种大型玩具，并指导宝宝去玩。(2) 在条件允许的情况下，可

试着让宝宝加入到小朋友们的活动当中，消除宝宝对周围事物的陌生感。(3) 通过到幼儿园参观，让宝宝充分活动，接触老师和小伙伴，可以减轻宝宝来园的紧张情绪和不安全感，引起宝宝来园的欲望。(4) 在参观活动中，妈妈告诉宝宝上幼儿园的种种好处，让宝宝感受到幼儿园是个快乐的大集体。(5) 回家后鼓励宝宝扮老师，玩“我是幼儿园老师”的游戏。(6) 识字：幼儿园。

20. 记住地址和电话号码

目的 (1) 让宝宝记住自己家的住址和父母的姓名、电话号码。(2) 培养宝宝的记忆力和应变能力，提高自我保护意识。

准备 写有自己家住址的字卡，妈妈、爸爸上班的电话或手机号码。

(1) 妈妈讲故事：“有个小朋友叫小亮。有一天，他和妈妈上超市买东西，一不小心和妈妈分开了，怎么找也不找到妈妈。小亮想了想，就找到售货员阿姨说：‘阿姨，我把妈妈丢了，你能帮我找找吗？’阿姨带他来到广播室，问他：‘你妈妈叫什么名字？’小亮说：‘妈妈叫林丽，长得可漂亮了！’阿姨笑着打开扩音器，播出了找人信息。不一会儿，妈妈赶来了，小亮高兴地扑到妈妈怀里。”(2) 故事讲完后，妈妈启发宝宝：“如果你丢了，怎么办？”(找警察叔叔。)“警察叔叔送你回家，你能告诉他，你家住在哪里

吗？”(××路××号××楼××。)”“如果家里没人，怎么办？”(打电话找爸爸、妈妈。)”“爸爸、妈妈的电话号码是多少？”(××××××××××)(3)结合活动，认读家庭地址字卡及父母电话或手机号码。建议这项活动应在宝宝3岁时经常进行，因为这个年龄段的孩子自主意识增强了，活动范围大了，容易发生走失的情况。

2 岁半~3 岁宝宝计算游戏

1. 认识前和后

目的 让宝宝认识方位，正确指认前与后。

准备 小火车、小兔、小猫、小狗、小鸡玩具或图片，字卡“前”“后”“火车”“小兔”“小狗”“小鸡”“小猫”。

(1) 妈妈与宝宝玩火车游戏。妈妈出示一列玩具火车，请小兔、小狗、小猫、小鸡上火车。然后问宝宝：“谁坐在火车最前面？”(小兔。)”“谁坐在火车最后面？”(小鸡。)”“谁坐在小鸡前面？”(小猫。)”“谁坐在小猫前面？”(小狗。)”(2) 火车到站了，请小动物们下车。游戏反复进行，让宝宝不断强化前后次序。(3) 教宝宝听指令站立，妈妈说：“请你站在妈妈前面。”宝宝就迅速地跑到妈妈面前。“请你站在妈妈后面。”宝宝就迅速地跑到妈妈后面。(4) 可准备宝宝平时喜欢的玩具，让宝宝按前后顺序摆玩具，增加宝宝对前后顺序的理解。(5) 识字：前、后、火车、小兔、小狗、小猫、小鸡。

2. 点数 1~3

目的 让宝宝准确点数 3 以内的数。

准备 3 辆车、3 只鸭、3 只鸟、3 只小兔、3 只小狗、3 只小猫、草地图片及“动物”字卡。

(1) 出示图片，妈妈问宝宝：“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”。(2) 妈妈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。(3) 妈妈与宝宝玩开车游戏，模仿各种交通工具的声音，让宝宝理解 1、2、3。(4) 识字：动物。

3. 认识里和外

目的 让宝宝辨别里、外方位，并能正确指认。

准备 各种小动物图片若干张，其中小动物的位置有里有外；字卡“里”“外”。

(1) 出示图片，让宝宝说出小房子里有小狗、小兔，小房子外有小鸡、小鸭、长颈鹿。(2) 宝宝认识里、外方位后，妈妈可换一种问法：“小狗、小兔在哪儿呢？”（在小房子里。）“小鸡、小鸭在哪儿呢？”（在房子外。）(3) 妈妈与宝宝说问答歌，边说边指方位——妈妈：“我说一个‘前’，我说一个‘里’。”宝宝：“我说一个‘后’，我说一个‘外’。”合：“‘前前后后、里里外外’我知道。”(4) 识字：里、外。

4. 点数“4”

目的 能正确理解数字“4”的概念，并能手口一致地点数4以内的数。

准备 “1~4”数字卡片，小动物玩具每种4个，字卡“兔”“狗”“羊”“鸡”。

(1) 出示小动物图片或玩具，问宝宝：“今天森林里开运动会，有几只小兔(小狗、小羊、小鸡)参加呀？”让宝宝点数“4”。(2) 在能点数1~3的基础上，让宝宝手口一致地点数“4”。(3) 妈妈与宝宝玩手指游戏，唱数1~4。伸出1个手指：“1像铅笔细又长。”伸出2个手指：“2像小鸭水上游。”伸3个手指：“3像耳朵听声音。”伸出4个手指：“4像红旗迎风飘。”可反复进行。(4) 识字：兔、狗、羊、鸡。

5. 认识4种颜色

目的 让宝宝认识红、黄、黑、白4种颜色，培养宝宝的色彩感。

准备 兔妈妈和4只小兔图片，红、黄、黑、白气球各一只(或图片)，字卡“红”“黄”“黑”“白”。

(1) 妈妈给宝宝讲故事：“兔妈妈生了4个孩子，它们长着长长的耳朵、白白的毛，可爱极了。一天天过去了，4只小兔长大了，可是它们长得一模一样，连妈妈都分辨不清。怎么办呢？兔妈妈想了一个好办法，给兔宝宝做了4

件不同颜色的衣服，一只穿上红衣服，一只穿上黄衣服，一只穿上白衣服，还有一只穿上黑衣服。这回兔妈妈可分清它们了。” (2) 通过提问，让宝宝指认红、黄、黑、白。(3) 妈妈给宝宝 4 只红、黄、黑、白气球，让宝宝把不同颜色的气球送给相应的小兔，也可让宝宝为小白兔涂上不同颜色的衣服。(4) 在日常生活中，经常给宝宝介绍周围物品的色彩。(5) 识字：红、黄、黑、白。

6. 点数 1~5

目的 让宝宝手口一致地点数 1~5。

准备 1 只孔雀、2 只小兔、3 只乌龟、4 只小鸡、5 只小熊的图片。

(1) 看！草地上有几只美丽的孔雀？让宝宝点数并说出：“一只孔雀穿花衣。” 看！草地上又来了几只小兔？让宝宝点数并说出：“二只小兔跳跳跳。” 看！前面有一座大山，有几只乌龟在比赛爬山？让宝宝点数并说出：“三只乌龟爬大山。” 看！草地上有几只小鸡做游戏？让宝宝点数并说出：“四只小鸡做游戏。” (2) 今天可真热闹呀！看！有几只小熊敲着大鼓走来了？通过点数，让宝宝总结并说出：“五只小熊敲大鼓。” (3) 妈妈和宝宝边说《拍手歌》，边做动作。

儿歌你拍一，我拍一，一只孔雀穿花衣；你拍二，我拍二，二只小兔跳跳跳；你拍三，我拍三，三只乌龟爬大

山；你拍四，我拍四，四只小鸡做游戏；你拍五，我拍五，五只小熊敲大鼓；咚咚锵，咚咚锵，咚咚咚咚锵锵锵。

7. 认识“6”

目的 认识数字“6”，能手口一致地数到“6”。

准备 6种小动物图片，哨子实物或图片，彩笔，字卡“6”“哨子”。

(1) “宝宝，你看妈妈拿来几只小动物？”让宝宝数1、2、3、4、5、6，说出有6只小动物。妈妈出示数字“6”，让宝宝认读：“6像哨子嘟嘟响。”(2) 发给宝宝印有6个哨子的图片，让宝宝涂色。(3) 启发宝宝随意画，如画6个汽车轮胎或6个苹果……(4) 识字：哨子。

8. 点数“6”

目的 唱数1~6，宝宝在成人辅助下点数“6”。

准备 1个太阳、2棵树、3条鱼、4朵花、5只蜜蜂、6只蝴蝶、6只小鸟、6只小兔(或其他小动物)的图片，字卡“太阳”“蜜蜂”。

(1) 出示图片，让宝宝点数：1个太阳、2棵树、3条鱼、4朵花、5只蜜蜂、6只蝴蝶、6只小鸟、6只小兔。宝宝练习点数“6”，能唱数1~6。(2) 妈妈与宝宝一起点数“6”，让宝宝知道从“5”往后数1个数就是“6”。(3) 让宝宝在室内找物品，点数1~6。(4) 识字：太阳、蜜蜂。

9. 认识“7”

目的 让宝宝认识数字“7”，能手口一致地点数“7”，知道“7”像镰刀。

准备 7 棵树、7 只猴子、7 个桃子的图片，插花若干，数字卡片“7”，字卡“镰刀”。

(1) 看，森林里有几棵树？请宝宝跟妈妈手口一致地点数：“1、2、3、4、5、6、7。”（有 7 棵树。）(2) 每棵 tree 上有 1 只猴子，数一数有几只猴子？（有 7 只猴子。）出示字卡“7”，告诉宝宝“7”像镰刀。(3) 每只猴子吃 1 个桃子，一共吃了几个桃子？请宝宝数一数，并唱数 1~7。(4) 识字：镰刀。

10. 认识几何图形

目的 让宝宝认识几何图形。

准备 在大图画纸上画不同形状的动物嘴（贴在硬纸板上），再将嘴挖空；不同形状的饼干；字卡“圆形”“三角形”“正方形”。

(1) 出示图片，让宝宝准确指认哪个动物的嘴是三角形的，哪个是圆形的，哪个是正方形的。(2) 玩“喂动物”游戏。妈妈拿出贴有动物头像的纸盒子说：“宝宝，这几只动物都饿了，我们喂它们吃饼干吧。”让宝宝把不同形状的饼干放进相应形状的动物嘴里。(3) 带宝宝在室内找出三角形、圆形、正方形的物品。(4) 识字：圆形、三角形、正方形。

11. 认识“8”

目的 认识“8”，能从“1”数到“8”，知道“8”像麻花。

准备 画有池塘、8条鱼、8只鸭的图片，麻花实物或图片，字卡“麻花”。

(1) 出示图片，让宝宝点数：池塘里有8只鸭、8条鱼。然后出示数字“8”，让宝宝认识“8”，知道“8”像麻花。(2) 运用扑克与宝宝做游戏“谁不见了”。妈妈出示扑克牌“1~5”“2~6”“3~7”“4~8”，让宝宝玩1分钟。然后让宝宝闭上眼睛，妈妈迅速将其中某一组数字拿走，再让宝宝睁眼找一找，说说哪一组数字不见了。(3) 识字：麻花。

12. 认识“9”

目的 认识“9”，知道“9”像勺子，能手口一致地唱歌数1~9。

准备 9棵树、9只鸟、9只小兔(或其他小动物)的图片，字卡“勺子”。

(1) 让宝宝看图片并点数：9棵大树、9只鸟、9只小兔。然后出示数字“9”，让宝宝认识“9”，知道“9”像勺子。(2) 妈妈拿出9张糖果纸，让宝宝练习包糖块，边做边数。这既能锻炼小手的灵活性，又能巩固对数字1~9的认识和理解，也可玩数字游戏。(3) 识字：勺子。

13. 认识“10”

目的 宝宝会认 1~10，能从“1”数到“10”，并能用手指表示 1~10。

准备 “1~10”数字卡片，铅笔、鸡蛋实物或图片，字卡“铅笔”“鸡蛋”。

(1) 妈妈问：“宝宝，今天妈妈给你带来 10 个朋友，你看是谁呀？”(1、2、3、4、5、6、7、8、9、10。)出示字卡“10”，让宝宝认识“10”，知道“10”像铅笔加鸡蛋，并教宝宝用手指表示“10”。(2) 当宝宝能熟练唱数 1~10 后，再让宝宝练习倒数 10~1。妈妈和宝宝玩扑克，练习、巩固 1~10。(3) 识字：鸡蛋、铅笔。

14. 认识半圆形

目的 初步认识半圆形。

准备 制作一个带有口袋的半圆形娃娃，可切开的圆形饼干或蛋糕，各种半圆形积木、玩具等，圆形的布书，磁带，录音机，字卡“半圆形”。

(1) 妈妈说：“今天我请来了一位漂亮的小客人，它的名字叫‘半圆形’。它喜欢和它长得一模一样的吃和玩的东西。瞧！我送给它一块半圆形的饼干，谁还愿意送给它半圆形的东西呢？”(2) 妈妈引导宝宝取出各种半圆形的东西，放入半圆形娃娃的大口袋里，模仿半圆形娃娃说：“谢谢宝宝！”让宝宝说：“不用谢！”妈妈再引导宝宝多次将半

圆形物品送给半圆形娃娃，最后大家一起看布书，并找出书中的半圆形。

建议 (1) 家长经常带宝宝去找家中的半圆形物品，即使宝宝找出的物品近似半圆形，父母也应给予肯定和表扬。

(2) 家长也可利用布书做一些图形粘贴游戏，从而加深宝宝对半圆形的认识 和了解。

15. 数字歌

目的 宝宝能流畅地唱数 1~10，并会用手指表示；会表演数字歌。

准备 数字卡片“1~10”，配图数字 1~10，字卡“旗”“秤钩”。

(1) 妈妈出示图片：“宝宝，你看谁来了？真漂亮！哦，是数字娃娃。”让宝宝唱数“1~10”。(2) 妈妈和宝宝一起用手指表示 1~10，并出示相应图片（“1”像铅笔，“2”像小鸭，“3”像耳朵，“4”像小旗，“5”像秤钩，“6”像哨子，“7”像镰刀，“8”像麻花，“9”像勺子，“10”像铅笔加鸡蛋）。(3) 宝宝用手指表示数字时，由于小手灵活性较差，可能不太准确。这时，妈妈可以拿着宝宝的手，协助宝宝完成，也可边念数字歌边用手指表示数字。(4) 识字：旗、秤钩。

儿歌 1 像铅笔细又长，2 像小鸭水上漂，3 像耳朵听声音，4 像小旗迎风飘，5 像秤钩来买菜，6 像哨子嘟嘟

响，7 像镰刀来割草，8 像麻花扭一扭，9 像勺子能吃饭，10 像铅笔加鸡蛋。

16. 数字娃娃穿花衣

目的 让宝宝复习巩固 1~10，在涂色过程中加深对数的印象。

准备 数字娃娃“1~10”图片(无色)，彩色水笔或蜡笔。

(1) 妈妈说：“宝宝，妈妈给你买了一个布娃娃，她的衣服多漂亮呀！哟，这是谁在哭呢？”(数字娃娃。)”“她们也想穿漂亮衣服，快来帮助她们。”妈妈和宝宝一起给数字娃娃涂色。(2) 妈妈和宝宝边涂色边说数字歌，巩固对 10 个数字的认识。(3) 也可将数字娃娃图片的顺序弄错，让宝宝按正确的顺序重新排列。宝宝排对了，妈妈要多表扬，或奖给宝宝小礼物、小红花等。

17. 认识球体

目的 让宝宝认识各种球形物品，知道它们是球体。

准备 各种大小的球体实物或图片，字卡“球体”。

(1) 妈妈出示图片(或实物)，让宝宝说一说图片上有什么。(足球、乒乓球、篮球、玻璃球等。)告诉宝宝，它们都是球体。球体是圆的，能够滚动。(2) 在日常生活中，多向宝宝介绍各种球体的名称，让宝宝去感知它们的外形，懂得它们是球体，并能准确地指认球体。(3) 可与宝宝玩涂色游戏，让宝宝给各种球体涂色。(4) 识字：球体。

18. 1 添上 1 等于 2

目的 让宝宝懂得 1 个再添上 1 个等于 2 个，懂得简单的数量关系。

准备数字卡片“1~10”，苹果、橘子、桃子等水果各 2 个，字卡“等于”。

(1) 妈妈出示 1 个苹果，让宝宝说出“1 个苹果”；再拿出 1 个苹果，让宝宝数一数，现在有几个苹果。(2 个。)让宝宝懂得 1 个再添上 1 个等于 2 个。(2) 妈妈可利用各种图片或实物，通过各种方法，反复演示，让宝宝理解 1 添上 1 等于 2。(3) 识字：等于。

19. 唱数 1~20 ~

目的 让宝宝在认识 1~10 的基础上能唱数到 20。

准备 数字图片“1~20”，字卡“唱数”。

(1) 出示数字图片“1~20”，妈妈和宝宝一起数 1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、12、13、14、15、16、17、18、19、20。(可以反复练习，不要求一天能数下来。)(2) 初练唱数时，妈妈可以慢慢地唱给宝宝听。然后，让宝宝跟着妈妈一起唱数，同时玩拍手游戏，边拍手边唱数。(3) 宝宝数到 15 时，再往后数可能就有些困难了。这时，妈妈可利用上下楼梯或摆筷子等机会，鼓励宝宝每天唱数。(4) 识字：唱数。

20. 涂色数

目的 让宝宝巩固对 1-20 的认识，能流利地唱数 1~20。

准备 数字娃娃“1~20”（无色），蜡笔，字卡“衣服”。

(1) 妈妈出示数字图片“1~20”，说：“宝宝，你今天穿的衣服真漂亮！你看，数字娃娃也想穿漂亮的衣服，我们一起来给它们穿上漂亮的衣服吧。” (2) 妈妈和宝宝一起涂色，边涂色边数数，同时通过涂色识别不同颜色。(3) 妈妈和宝宝分工涂色，妈妈涂“1”，宝宝涂“2”。涂完后问宝宝：“给数字几穿上了漂亮衣服？”让宝宝说出来，并让宝宝看着图片唱数 1~20。再把涂好的数字娃娃贴起来，让宝宝欣赏，并表扬宝宝，鼓励他再数一遍。(4) 识字：衣服。