

国家卫生计生委干部培训中心“养育未来”项目指定用书

养育未来

婴幼儿早期发展活动指南 2

(13~24月龄)

“养育未来”项目编写组 著

上海科学技术出版社

内容提要

本套活动指南参考国际经验设计,是适合我国6~36月龄婴幼儿早期发展的亲子活动课程。本书是其中第二本,促进13~24月龄婴幼儿从语言能力、运动能力、认知能力、社会情感能力四方面实现发展潜能。每页一个活动单元,针对其中一项能力展开,活动材料、活动目标及活动方法罗列清晰,操作简便,所有用具都是日常的玩具和图画书。每月提供A、B两组方案,使用者可根据婴幼儿的实际情况选取合适月龄起点后,以每天活动一小时的方式,实践A1~B4共8个单元的活动,按月螺旋上升式促进儿童潜能发展。

本套活动指南特别推荐给“婴幼儿发展引导员”及相关职业的人士作为实践参考。同时,希望社会各界力量关注并通过提供科学而系统的儿童早期发展指导,共同创造贫困地区儿童潜能发展的机会,促进人口素质提升,为中国社会的可持续发展而努力。本套活动指南对于经济发达地区已经开展儿童早期教育行动的相关机构及广大家长,也将是非常有价值的亲子活动参考。

图书在版编目(CIP)数据

养育未来:婴幼儿早期发展活动指南. 2, 13~24月龄 / “养育未来”项目编写组著. —上海:上海科学技术出版社, 2017.6

ISBN 978-7-5478-3522-7

I. ①养… II. ①养… III. ①婴幼儿—早期教育
IV. ①G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第073441号

责任编辑 吴 玥

养育未来 婴幼儿早期发展活动指南2(13~24月龄)
“养育未来”项目编写组 著

上海世纪出版股份有限公司 出版
上海科学技术出版社

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路193号 www.ewen.co

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/16 印张 7.25


字数 155 000

2017年6月第1版 2017年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-3522-7/G·770

定价: 23.00元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向工厂联系调换



“养育未来”项目编写组

张林秀 史耀疆 蔡建华

Scott Rozelle 罗仁福 Alexis Medina

岳 爱 曲清和



序

由中国科学院农业政策研究中心、斯坦福大学国际问题研究所、北京大学现代农学院、陕西师范大学教育实验经济研究所等单位联合搭建的中国农村教育行动计划平台，多年来，在中国农村地区开展了大量的项目研究，从中学教育到职业教育，再回到小学教育、幼儿教育，最终发现真正通过教育促进一个人未来的良好发展，最有效的是从婴幼儿早期开始。中国农村教育行动计划的项目参与机构从学习方式的改善、教师激励到环境创设，开展了大量的影响评估研究，获得了一系列对政府有决策借鉴意义、在国际上有影响的研究成果。

国家卫生计生委干部培训中心在当前中国人口发展趋势出现变化的背景下，充分意识到提高人口素质对提升中国未来竞争力和打破贫困代际传递的重要性，也积极关注婴幼儿早期发展，开展了相关项目，并作为农村计划生育干部转型发展的一种探索。

在一个偶然的时机中，两方面团队走到了一起。在深入讨论的基础上，大家形成了初步的共识，计划共同在陕南贫困地区就农村婴幼儿早期发展开展工作。从营养补充角度着手，首先开展了“滋养未来”项目。项目取得了积极的成果，对如何开展农村地区婴幼儿营养补充、如何提高有效性等，提出了循证基础上的政策建议；但与此同时，项目组也发现，在农村贫困地区单单开展营养补充是不够的，农村孩子的语言能力、运动能力、认知能力、社会情感能力等，无法通过营养补充而予以全面提高。经过讨论，项目组适时地将项目从“滋养未来”转向“养育未来”，在营养补充的同时，进行养育方式的干预。

在参考和分析大量国际文献的基础上，项目组决定在陕南贫困地区开展每

周一次入户指导的试点。在确定了工作方向之后，组织各方面专家，在借鉴国内外各类方案的基础上，编写了具有中国特色的每周一次入户指导方案。在这套方案中，以儿童早期发展规律为指导，以促进儿童认知、语言、运动和社会情感能力发展为目标，为6~36月龄儿童开发了248个亲子活动方案，每个方案都有易于购买或制作的活动的材料及相应的活动方法指导。

从实践结果看，这一探索取得了令人兴奋的成果。影响评估研究显示：当每个月开展三次及三次以上的入户指导活动、0~3岁婴幼儿的父母或看护人能坚持每天不少于一个小时与婴幼儿进行互动，对婴幼儿的语言、认知、运动和社会情感能力发展有很大的促进作用；经过培训的乡级计划生育工作者完全能够胜任“养育师”的工作，且他们的工作受到了服务对象的欢迎和认可。这一结果告诉我们，在贫困地区，只要我们能创造一定的环境，坚持开展养育指导，农村孩子也能得到良好的发展，也会有良好的社会性，也会有强大的创造力。探索证明，这套方案是科学的，是符合实际需要的，也是成本可控的。随后，项目组又在陕南地区建立村级儿童早期发展活动中心，利用这套方案，同时创造一些有利于集体活动的环境，努力覆盖村级项目点的所有儿童，让更多的儿童从中获益。

我们清晰地认识到，今天的婴幼儿，在20年之后都会成为社会的建设者。“少年强则中国强”，他们的素质越高、创造力越强，我们国家的可持续发展就越有保障，这关系到国家未来发展所必需的人力资源储备。促进婴幼儿早期发展的项目、活动，不应该是奢侈品，而应该是必需品；不应该仅仅是有条件家庭的孩子才可以参与的活动，而应该是所有家庭的孩子都可以参与的活动。在我们国家经济发展还不均衡的情况下，应该是一种经济、社会长远发展所必需的公共服务产品。这套方案不仅适用于农村孩子，其基本理念和活动方案也同样适用于城市的家长及其婴幼儿。

感谢为“养育未来”项目实施提供过各种帮助的陕西卫生计生系统的各级领导，感谢参与项目的陕南地区乡镇卫生计生干部，感谢中国科学院农业政策

研究中心和陕西师范大学教育实验经济研究所的助理和研究生们，没有他们的参与和帮助，也就不可能有“养育未来”项目所取得的一系列研究成果。这套活动指南的出版，不是我们工作的终点，而只是阶段性的成果，我们的实践研究还在继续。我们相信，随着实践的深入，也随着中国经济、社会的不断发展，以及人们对婴幼儿早期发展的更深入了解，我们还会持续升级更新。我们期待着大家在使用的过程中，对本活动指南多提出批评与建议。

希望每一个使用本书与孩子开展亲子互动交流的家庭、每一位婴幼儿的父母或看护人，都能将亲子照料工作转变为与孩子一起享受成长的历程，给家庭带来更多的欢声笑语。我们更希望，所有的孩子都能在同一片阳光下，有机会站在同一条起跑线上，有可能更好地实现他们的发展潜能。

“养育未来”项目编写组

2017年2月



前言

生命最重要的 1 000 天

大量研究表明，“生命最初的 1 000 天”，也就是从怀孕到出生后两岁这段时间是人类大脑生长发育最重要的阶段，大脑经历了快速发育、突触修剪和髓鞘形成等过程，对儿童未来发展潜能的实现至关重要，同时也是多数能力（听觉、视觉、语言和认知等）的最佳发展期。认知、语言能力和情感发展在儿童早期已经出现分化，并且能很好地预测儿童未来的学业表现以及成年后的收入水平。在该阶段给儿童健康成长提供均衡的营养，并有针对性地开展儿童早期发展干预，可以更有效地激发儿童内在学习动力，促进儿童能力发展和健康成长，提高其未来教育和收入水平。

如果在这一阶段缺乏充足的营养和环境刺激，不仅关系到婴幼儿的体格和大脑发育，甚至会对婴幼儿未来的健康成长造成不可逆的损害。通过科学合理的儿童早期发展干预，从源头上促进儿童发展潜能得到更好发挥是有效提升我国贫困地区人力资本素质的前提和基础，并具有极高的投资回报率。根据国际著名医学专业期刊《柳叶刀》（THE LANCET）“发展中国家儿童早期发展”系列报告综述，遗传因素决定着儿童发展潜能，而营养和有效刺激儿童发展的家庭及社会环境等要素则决定儿童自身发展潜能的实现程度。诺贝尔经济学奖获得者赫克曼等的研究也指出，平均而言，人力资本投资回报率随着年龄增加会逐步下降，0~3 岁阶段儿童早期人力资本投资的回报率最高，据估算，可高达 1:17。

发展中国家儿童能力发展现状

发展中国家0~3岁儿童能力发展滞后问题普遍。《柳叶刀》“发展中国家儿童早期发展”系列报告指出，大约2亿5岁以下儿童的能力发展滞后，未能发挥他们潜能。《中国0—6岁儿童营养发展报告》指出，2010年贫困地区尚有20%的5岁以下儿童生长发育迟缓。农村教育行动计划项目组（Rural Education Action Program, 简称REAP）对我国近2000个婴幼儿及其家庭的调查发现：隔代抚养的儿童比例逐步从20%（6~12月龄）增加到60%（24~30月龄）；约一半看护人既不知道母乳喂养的重要性，也不知道正确添加辅食的时间；在辅食多样性和最小进餐频率方面不符合世界卫生组织推荐标准的比例分别为48%和43%；样本地区没有任何机构提供儿童早期发展指导服务，同时也缺少能支持儿童早期发展的社区环境；超过90%的看护人表示不知道如何和儿童玩亲子游戏以促进其能力发展；调查前一天没有给儿童讲故事、唱儿歌或玩游戏的看护人比例分别高达88%、67%和61%；6~12月龄儿童贫血（血红蛋白水平低于110 g/L）比例达到令人惊讶的49%……如果不采取有效措施，这些儿童的能力发展测试得分将从6~12月龄的97分下降到24~30月龄时的81分（降幅达10.7%）；智力发育滞后（比同年龄段正常儿童低一个标准差）和迟缓（比同年龄段正常儿童低两个标准差）儿童的比例将从6~12月龄的21%和7%快速上升到24~30月龄时的58%和33%。上述研究表明，在我国贫困地区，由于婴幼儿营养不良和缺乏有效刺激儿童能力发展的环境制约儿童发展潜能的实现，进一步形成儿童成年后受教育程度低和收入低（贫困）的恶性循环，如果不采取有效干预措施，贫困的代际传递陷阱将很难跨越。

农村教育行动计划在行动

我国政府已经意识到相关问题的紧迫性和重要性，近年来，先后出台了《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》和《国家贫困地区儿童发展规划（2014—2020年）》。在上述纲要和规划中明确了0~3岁儿童早期发展的重要性，并提出了坚持儿童成长早期干预的基本方针，然而如何落到实处仍需更深入研究。2014年由中国科学院农业政策研究中心、斯坦福大学国际问题研究所、北京大学现代农学院和陕西师范大学教育实验经济研究所共同组成的科研团队联合国家卫生计生委、陕西省及商洛市卫生计生委共同开展了

“养育未来：通过科学喂养和教育抚育干预促进贫困农村儿童健康成长”试点研究项目。该项目旨在探索如何将营养、健康和家庭亲子活动指导等综合性儿童早期发展干预的不同要素有机结合起来的可行有效方式，并评估其影响及作用机制，为国家今后落实和完善促进贫困地区儿童早期发展相关政策，实现我国人力资源大国向人力资源强国的转变提供决策参考。

2014年7月，项目团队组织30多位教育学和心理学等领域的专家，结合国际公认的牙买加儿童早期发展干预的成功经验，参考国家教育部和联合国儿童基金会共同发布的《0~6岁儿童发展的里程碑》开发了一套适合我国儿童发展需要、符合该阶段儿童身心发展特点和规律、通俗易懂的248个亲子活动方案，并于2014年11月开始在商洛市丹凤、商南、山阳和镇安四县开始了项目试点活动。项目组培训了70名我国第一批农村婴幼儿“养育师”。这些养育师开始每周一次到275个婴幼儿家中开展婴幼儿发展亲子活动入户指导干预，为监护人讲解和示范每周的活动方案，提供相应的活动材料，并向看护人宣传、讲授婴幼儿营养、健康、卫生和安全保护等方面的知识。第一阶段试点干预结束后的评估结果显示，干预不仅对婴幼儿看护人养育行为产生了积极影响，提高了婴幼儿看护人与婴幼儿讲故事、唱儿歌和玩游戏的比例，同时对婴幼儿的语言、认知、运动和社会情感方面有很大的促进作用——与未接受干预的婴幼儿相比，接受养育师指导家庭的婴幼儿认知得分提高了12分（1.5分=1 IQ）。

实践证明，虽然我们的项目已经使部分儿童直接受益，但是入户模式能够覆盖的农村家庭非常有限，在贫困地区，还有千千万万个这样的宝宝，如何让更多的婴幼儿尽快受益？2015年6月，项目进入第二阶段：在贫困农村地区，利用村委会等场地，专门建设村级儿童早期发展活动指导中心——养育中心。除了延续养育师定期到中心指导外，项目还聘请当地热心且有一定学习经验的家长作为中心的管理员，负责在每周一和周五组织开展集体活动和亲子阅读活动，其他时间自由开放，营造婴幼儿社区交流氛围，充分利用养育中心的图画书、玩具等资源。截至2017年5月，项目组在贫困农村地区建成并运行50个村级养育中心，为1500个农村家庭带来科学的养育知识和养育方法。

共同养育未来

我国政府现已将“婴幼儿发展引导员”作为一个新职业纳入到最新的《国

家职业分类大典》中，有关职业标准和认定也正在制定之中。项目组开发的本套《养育未来 婴幼儿早期发展活动指南》丛书也将作为“婴幼儿发展指导员”培训推荐用书之一。养育未来项目的养育师和管理员有望成为我国第一批婴幼儿发展指导员。

“养育未来”项目也将继续探究入户模式、村级和乡镇级养育中心模式，并对其进行成本收益分析，不断优化和更新养育中心操作手册和本套活动指南等资料，积极为国家开展和完善贫困地区儿童发展服务提供决策依据。项目组衷心希望社会各界力量一同关注“养育未来”项目，共同推动贫困地区的未来发展。

关于本书的使用说明

本书按照月龄排序，每个月龄提供 A、B 两套亲子活动方案，着重促进儿童早期发展的认知、语言、运动和社会情感四方面能力。婴幼儿发展指导员或看护人可根据婴幼儿实际发育情况以及活动的效果，按月龄选择使用。本项目组推荐按照每天活动一小时的方式，每月完整实施 A1~B4 共 8 个单元的亲子活动。

每个活动单元包含活动材料、活动目标和活动方法三部分。使用者应在正确理解活动目标的前提下，熟悉活动方法，然后再着手开展亲子活动。活动方法中的“提示”除了说明该活动的要领外，还有活动中需要特别注意的安全事项，请使用者务必重视。

本书活动根据该月龄婴幼儿的平均发展水平开发而成，而婴幼儿个体发育实际存在差异，若婴幼儿发展指导员或看护人在活动过程中发现孩子在完成本月龄活动的过程中存在很大的困难，可以退一步从更小月龄的活动开始实施。希望所有的婴幼儿家长不要操之过急，可以多花时间与孩子使用对应月龄段的适宜活动，多与孩子互动，而不要提前开展超出其月龄过多的活动，切忌急于求成的心态。

目 录

13 月龄

- | | | | |
|------------|-------------|------------|----------------|
| A1. 语言能力单元 | 儿歌《小鸭子》/ 1 | B1. 语言能力单元 | 儿歌《爱说话的小猫》/ 5 |
| A2. 运动能力单元 | 贴磁贴 / 2 | B2. 运动能力单元 | 滑滑梯 / 6 |
| A3. 认知能力单元 | 感知不同形状 / 3 | B3. 认知能力单元 | 初学画画 / 7 |
| A4. 社会情感单元 | 图画书《车来了》/ 4 | B4. 社会情感单元 | 儿歌《我们都是好朋友》/ 8 |

14 月龄

- | | | | |
|------------|---------------|------------|-----------------------|
| A1. 语言能力单元 | 儿歌《我的小锤》/ 9 | B1. 语言能力单元 | 图画书《水果水果，
咬一口》/ 13 |
| A2. 运动能力单元 | 扶助上楼梯 / 10 | B2. 运动能力单元 | 随意拨珠子 / 14 |
| A3. 认知能力单元 | 多彩的水果和蔬菜 / 11 | B3. 认知能力单元 | 拧螺丝 / 15 |
| A4. 社会情感单元 | 宝宝乐队 / 12 | B4. 社会情感单元 | 图画书《我妈妈》/ 16 |

15 月龄

- | | | | |
|------------|--------------|------------|-------------|
| A1. 语言能力单元 | 儿歌《泡泡》/ 17 | B1. 语言能力单元 | 儿歌《小花猫》/ 21 |
| A2. 运动能力单元 | 骑小马 / 18 | B2. 运动能力单元 | 前后滚球 / 22 |
| A3. 认知能力单元 | 动物伙伴层层叠 / 19 | B3. 认知能力单元 | 几何图形嵌板 / 23 |
| A4. 社会情感单元 | 图画书《我爸爸》/ 20 | B4. 社会情感单元 | 送小熊回家 / 24 |

16 月龄

- | | |
|---------------------------|------------------------|
| A1. 语言能力单元 图画书《小蓝和小黄》/ 25 | B1. 语言能力单元 图画书《是谁嗯嗯在我的 |
| A2. 运动能力单元 拼接小火车 / 26 | 头上》/ 29 |
| A3. 认知能力单元 分批拨珠子 / 27 | B2. 运动能力单元 骑小车 / 30 |
| A4. 社会情感单元 和小熊过家家 / 28 | B3. 认知能力单元 大小球 / 31 |
| | B4. 社会情感单元 轮流拨珠子 / 32 |

17 月龄

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| A1. 语言能力单元 儿歌《宝宝的小手》/ 33 | B1. 语言能力单元 图画书《柠檬不是 |
| A2. 运动能力单元 搭积木 / 34 | 红色的》/ 37 |
| A3. 认知能力单元 几何图形嵌板 2/ 35 | B2. 运动能力单元 踢点球 / 38 |
| A4. 社会情感单元 分享水果 / 36 | B3. 认知能力单元 高低滚球 / 39 |
| | B4. 社会情感单元 老鹰抓小鸡 1/ 40 |

18 月龄

- | | |
|------------------------|--------------------------|
| A1. 语言能力单元 儿歌《嘴巴》/ 41 | B1. 语言能力单元 儿歌《全身部位歌》/ 45 |
| A2. 运动能力单元 抛气球 / 42 | B2. 运动能力单元 小小工程师 / 46 |
| A3. 认知能力单元 按颜色分积木 / 43 | B3. 认知能力单元 大小叠叠圈 / 47 |
| A4. 社会情感单元 搭房子 / 44 | B4. 社会情感单元 哄娃娃睡觉 / 48 |

19 月龄

- | | | | |
|------------|-------------|------------|--------------|
| A1. 语言能力单元 | 全家福 / 49 | B1. 语言能力单元 | 手偶朋友 / 53 |
| A2. 运动能力单元 | 拉小车走路 / 50 | B2. 运动能力单元 | 舞蹈《健康歌》/ 54 |
| A3. 认知能力单元 | 指认身体部位 / 51 | B3. 认知能力单元 | 动物声音模仿秀 / 55 |
| A4. 社会情感单元 | 躲猫猫 / 52 | B4. 社会情感单元 | 家务小帮手 / 56 |

20 月龄

- | | | | |
|------------|--------------|------------|-----------------------|
| A1. 语言能力单元 | 两步骤指令 / 57 | B1. 语言能力单元 | 图画书《毛毛虫
吃什么呢?》/ 61 |
| A2. 运动能力单元 | 沙包投篮 / 58 | B2. 运动能力单元 | 滚球 / 62 |
| A3. 认知能力单元 | 猜猜兔子在哪里 / 59 | B3. 认知能力单元 | 爵士鼓演奏 / 63 |
| A4. 社会情感单元 | 给娃娃洗澡 / 60 | B4. 社会情感单元 | 儿歌《找朋友》/ 64 |

21 月龄

- | | | | |
|------------|-----------|------------|----------------|
| A1. 语言能力单元 | 打电话 / 65 | B1. 语言能力单元 | 儿歌《起床歌》/ 69 |
| A2. 运动能力单元 | 带球射门 / 66 | B2. 运动能力单元 | 吹泡泡 / 70 |
| A3. 认知能力单元 | 形状屋 / 67 | B3. 认知能力单元 | 图画书《巴尔要睡觉》/ 71 |
| A4. 社会情感单元 | 过家家 / 68 | B4. 社会情感单元 | 会照顾人的小猫咪 / 72 |

22 月龄

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| A1. 语言能力单元 涂颜色 / 73 | B1. 语言能力单元 手偶表演《我妈妈》/ 77 |
| A2. 运动能力单元 投篮高手 / 74 | B2. 运动能力单元 老鹰抓小鸡 2 / 78 |
| A3. 认知能力单元 比高低 / 75 | B3. 认知能力单元 手指画画 / 79 |
| A4. 社会情感单元 听指令的机器人 / 76 | B4. 社会情感单元 换装娃娃 / 80 |

23 月龄

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| A1. 语言能力单元 手偶表演《我爸爸》/ 81 | B1. 语言能力单元 三步骤指令 / 85 |
| A2. 运动能力单元 捏超轻黏土 / 82 | B2. 运动能力单元 彩色风铃 / 86 |
| A3. 认知能力单元 小画家 / 83 | B3. 认知能力单元 按大小分积木 / 87 |
| A4. 社会情感单元 儿歌《拍手歌》/ 84 | B4. 社会情感单元 小厨师 / 88 |

24 月龄

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| A1. 语言能力单元 儿歌《小燕子》/ 89 | B1. 语言能力单元 图画书《我喜欢游泳》/ 93 |
| A2. 运动能力单元 独立上下楼梯 / 90 | B2. 运动能力单元 积木搭房子 / 94 |
| A3. 认知能力单元 贴五官 / 91 | B3. 认知能力单元 按颜色找东西 / 95 |
| A4. 社会情感单元 红灯停, 绿灯行 / 92 | B4. 社会情感单元 认识新朋友 / 96 |

主要参考文献 / 97

附录 / 99

儿歌《小鸭子》



活动材料

小鸭子玩具



活动目标

培养宝宝的语感，激发宝宝模仿说话的兴趣。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝唱儿歌《小鸭子》，步骤如下。

- ① 妈妈与宝宝面对面坐在爬行垫上。妈妈拿出小鸭子玩具，邀请宝宝参与游戏。
- ② 妈妈一边结合儿歌第一句向宝宝介绍小鸭子，一边指着相应的部位，提醒宝宝看。
- ③ 妈妈拿起小鸭子，放在爬行垫上让小鸭子慢慢向前移动，同时给宝宝唱儿歌，唱到“嘴巴”“腿儿”“脚掌”的时候，给宝宝指出相应的部位；唱到“嘎嘎嘎”时，可以鼓励宝宝开口模仿小鸭子“嘎嘎嘎”的叫声。
- ④ 妈妈再唱一遍，这次念到“嘴巴”“腿儿”“脚掌”的时候，让宝宝指出小鸭子身上对应的部位。如果宝宝刚开始还指不出来，妈妈不要着急，耐心地为宝宝边唱儿歌，边指出相应的部位。

提示：妈妈在念儿歌的过程中，发音要尽量清楚，让宝宝准确掌握一些简单字词的发音。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝唱儿歌《小鸭子》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以指着小鸭子的身体部位，问宝宝这是什么，然后让宝宝说出并在自己身上指一指相应的部位，如腿、脚、嘴巴等。
- ② 妈妈鼓励宝宝唱《小鸭子》，或者跟着念里面简单的词语。

小鸭子

小鸭子，红嘴巴，
腿儿短短，脚掌大。
小鸭子，扁嘴巴，
走起路来嘎嘎嘎。

贴磁贴



活动材料

带磁贴的小画板



活动目标

锻炼宝宝手部的精细运动能力以及观察力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“贴磁贴”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将宝宝抱到爬行垫上坐好，妈妈盘腿坐在宝宝对面。
- ② 妈妈把各种形状的彩色磁贴拿到宝宝面前，给宝宝介绍不同的形状和颜色。
- ③ 妈妈在宝宝的注视下，给宝宝示范如何贴磁贴。例如，妈妈往白板上贴好一颗圆形磁贴后，可以告诉宝宝：“圆形回家了。”
- ④ 妈妈引导宝宝手指捏起磁贴并贴在白板上。如果宝宝刚开始不知道怎么贴，妈妈可以握着宝宝的小手帮助宝宝贴三个，剩下的再让宝宝自己来探索完成。
- ⑤ 宝宝独立地贴上一颗磁贴后，妈妈要及时鼓励宝宝，激发宝宝继续游戏的积极性。
- ⑥ 全部磁贴都贴在白板上后，妈妈再给宝宝示范如何把磁贴从白板上取下来。妈妈取下来

三个之后，引导宝宝自己来做。必要的时候，妈妈可以先手把手帮助宝宝完成几个，再鼓励宝宝独立完成剩下的。

- ⑦ 妈妈和宝宝取下来所有的小磁贴后，妈妈鼓掌夸奖宝宝。

提示：妈妈在和宝宝游戏过程中，语速要慢，要有足够耐心，鼓励宝宝多去尝试。同时，特别注意不要让宝宝将小块的磁贴放入口中。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“贴磁贴”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可鼓励宝宝发挥想象力，利用磁贴贴出简单的物体形状，例如，花、草、人等，并引导宝宝认识这些东西。
- ② 妈妈鼓励宝宝用另一只手完成上面的活动。

感知不同形状



活动材料

圆形套柱、方形套柱、三角形套柱玩具各一个



活动目标

培养宝宝对形状和秩序的直觉，为宝宝认知能力打基础。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“感知不同形状”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈跟宝宝坐在爬行垫上。妈妈先将两根套柱的底座放在宝宝面前，然后说：“宝宝，我们来搭积木好不好？”
- ② 妈妈将圆圈和方圈先拿出来，说：“宝宝看，妈妈把圆圈套到这根柱子上，妈妈把方圈套到另外一根柱子上。”
- ③ 妈妈套完后，给宝宝一个圆圈，对宝宝说：“宝宝把这个圆圈套到柱子上吧，宝宝喜欢套到哪个柱子上面呢？”
- ④ 无论宝宝套到哪个柱子上，妈妈都要称赞宝宝真棒，并且给宝宝下一个方圈让宝宝继续套。
- ⑤ 如果宝宝将圆圈套在一起，妈妈可用手一边转动圆圈，一边说：“宝宝看，圆圈可以一起转动呢。”如果宝宝将方圈和圆圈套在一起，

妈妈可分别转动不同的形状，告诉宝宝：“这两个形状是不是长得不一样啊？”妈妈转完，让宝宝也转动感受一下。

- ⑥ 宝宝感受完圆形和方形后，妈妈可继续让宝宝按照以上步骤感受三角形。

提示：在这个过程中，妈妈不用强调让宝宝一定要分类放对，而是重点让宝宝能够感受各种形状之间的不同即可。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“感知不同形状”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以将三个套柱玩具放在一起，依次给宝宝不同形状的圈，让宝宝套到不同的柱子上。
- ② 增加其他形状的套圈。

A4. 社会情感单元

图画书《车来了》



活动材料

图画书《车来了》



活动目标

培养宝宝与妈妈之间的亲密感，让宝宝感受与家人在一起的快乐。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《车来了》，步骤如下。

- ① 妈妈跟宝宝并排在爬行垫上坐好。妈妈把图画书拿出来：“宝宝，我们一起来看看妈妈手里的彩色故事书吧。”
- ② 妈妈跟宝宝一起翻书。翻开第二页，妈妈指着书上的图片说：“宝宝，这是河马妈妈，还有小河马和它的朋友小猪，他们在一起等车去商店。”翻开第四页：“嘟嘟嘟——汽车来了，车上坐了好多人，小河马和妈妈还有它的朋友们一起排队上车了。”翻开第六页：“汽车到下一站，小鳄鱼和小猴子以及他们的妈妈也上车了。”翻开第八页：“车上好热闹啊，有小猴子、小猪、小河马、小鳄鱼，还有

小老鼠。他们不能在车上又跑又闹，因为很不安全。”妈妈继续翻到第十页：“又到了一站，车上上来一位山羊爷爷和一位山羊奶奶，小河马和小猪争着给山羊爷爷和山羊奶奶让座呢。”

- ③ 妈妈将书翻到第十二页：“哦，小河马他们到站了，按电钮通知司机叔叔他们要下车了。”翻到第十四页：“他们下车了，但商店在马路对面，他们要过马路。河马妈妈说：‘等信号灯变成绿色才能过马路噢’。”翻到第十六页：“到百货商店了，商店里有各种玩具，真好玩，他们玩得好开心啊。”翻到最后一页：“河马妈妈给大家买了很多玩具和衣服，又带他们吃了儿童套餐，然后他们就一起坐车回家了。”
- ④ 妈妈讲完后说：“宝宝，小河马今天好开心啊，因为他和妈妈、好朋友一起去玩了，是不是啊？”

提示：妈妈给宝宝讲故事的时候，语速要慢，吐字要清晰，通过丰富的表情和生动的语调吸引宝宝的注意力。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《车来了》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以将书中情节加以延伸或配合动作进行表演。
- ② 妈妈可以给宝宝讲其他关于家人的故事。

儿歌《爱说话的小猫》



活动材料

爱说话的小
猫玩具



活动目标

通过游戏激发宝宝学习语言的兴趣，
熟悉与人交往时的基本礼貌用语。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝唱儿歌《爱说话的小猫》，步骤如下。

- ① 妈妈与宝宝面对面坐在爬行垫上。妈妈给宝宝介绍小猫，强调“五官、颜色、手脚”，一边介绍，一边用手指着对应的地方。
- ② 妈妈一边唱儿歌，一边拍手打拍子，左右晃动身体，让宝宝感觉听儿歌很有意思。当唱到“真能干”时，妈妈向宝宝竖起大拇指；当唱到“问‘你好’”时，妈妈和宝宝握手；当唱到“说‘再见’”时，妈妈和宝宝挥挥手，表示再见。
- ③ 妈妈给宝宝唱一遍儿歌后，打开小猫玩具开

关，对着小猫唱一遍儿歌，语速要慢，一句一句唱，让小猫玩具重复妈妈的话。唱完整首儿歌，妈妈再重复一遍儿歌的最后两句，同时，妈妈向宝宝做握手和挥手再见动作。

- ④ 妈妈和宝宝互动完之后，妈妈可以让宝宝自由玩一会儿小猫，或者让玩具播放音乐或故事给宝宝听。

提示：妈妈在唱儿歌时语速要慢，吐字要清晰，确保宝宝能够听清楚妈妈说的话。在和宝宝互动的过程中，当说到“你好”“再见”时，妈妈尽可能将声调抑扬顿挫。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝唱儿歌《爱说话的小猫》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

在念儿歌的过程中，妈妈用小猫玩具与宝宝配合，鼓励宝宝在听到“你好”“再见”时主动和小猫握手和挥手。

爱说话的小猫

小猫咪，真能干，
爱说话，嘴儿甜。
看人来，问“你好”，
看人走，说“再见”。

B2. 运动能力单元

滑 滑 梯



活动材料

儿童滑梯



活动目标

让宝宝练习在成人保护下上滑梯、滑滑梯，培养宝宝的粗大动作能力和身体平衡能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“滑滑梯”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈带着宝宝到滑梯的旁边，如果宝宝不敢独立上滑梯，妈妈要鼓励宝宝。妈妈可以在一侧扶着宝宝上滑梯，防止宝宝摔倒。
- ② 宝宝爬上滑梯后，妈妈让宝宝躺在滑梯的顶端，说：“宝宝，躺好喽，我们要往下滑啦。”然后妈妈把手微微松开，让宝宝顺着滑梯滑下。
- ③ 如果宝宝不敢自己往下滑，妈妈可以继续扶着宝宝，让宝宝慢慢顺着滑梯往下滑。在滑的过程中，要保护好宝宝的头部，一手托着头部，一手扶着身子，防止不小心磕到头或者失去平衡等。宝宝滑下来时，妈妈要注意防止宝宝滑出滑梯底部。

- ④ 熟悉几次后，妈妈可以逐步把手放开，让宝宝自己滑下来，妈妈要时刻注意宝宝的安全。

提示：如果宝宝不能在妈妈的扶助下上楼梯，或是不敢从滑梯上滑下来，妈妈不要勉强宝宝，可以先带领宝宝做一些其他感兴趣的活动，分散一下注意力，然后再鼓励宝宝尝试。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“滑滑梯”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝跟其他年龄相近或稍大的小朋友一起玩滑滑梯，鼓励宝宝模仿、学习。
- ② 妈妈试着让宝宝坐着滑滑梯。

初学画画



活动材料

磁性画板



活动目标

发展宝宝的精细运动能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“初学画画”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上。妈妈拿着画板和笔，跟宝宝说：“宝宝，咱们今天一起来画画，像妈妈这样。”妈妈边说边拿着画笔在画板上随意画画。妈妈画完，鼓励宝宝自己拿笔随意画。妈妈可以根据宝宝画的形状和宝宝互动，如“你画的是什么呢？很像太阳呀，真好看。”如果宝宝不会拿笔，妈妈可以手把手地和宝宝一起画。
- ② 宝宝画一会儿之后，妈妈给宝宝示范画“竖”。妈妈边跟宝宝说：“宝宝看，这是一竖。”边在宝宝面前画“竖”（从远离宝宝的一端画到靠近宝宝的一端）。然后鼓励宝宝自己拿笔画。如果宝宝不会画竖线，妈妈可以多示范几次，也可以手把手地和宝宝一起画。
- ③ 宝宝画了一会儿竖线之后，妈妈再用同样的方法教宝宝学习画“横”。注意从左到右画。
- ④ 妈妈再用同样的方法教宝宝学习画“圆”。
- ⑤ 活动结束后，妈妈可以让宝宝随心所欲地在画板上画画。

提示：开始时，宝宝可能是用整个手抓握笔，家长不必急于纠正姿势。让宝宝慢慢观察、模仿，逐步学习正常握笔姿势，这可能需要较长时间。如果宝宝还不会模仿妈妈画出直线或圆，妈妈也不用着急，应该耐心地让宝宝慢慢模仿和学习，可以先让宝宝随意画。因为这只是锻炼宝宝手部精细运动能力，为以后逐渐开始学画画做准备。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“初学画画”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝自己尝试把画板上的笔迹擦除，再重新画画。
- ② 当宝宝可以熟练掌握画“竖”“横”“圆”等图形后，妈妈可以教宝宝学着画“三角形”“正方形”等更复杂一些的图形。

B4. 社会情感单元

儿歌《我们都是好朋友》



活动材料

婴幼儿手脚铃四个



活动目标

帮助宝宝初步建立良好的社会交往发展基础。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝唱儿歌《我们都是好朋友》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝面对面坐在爬行垫上。妈妈把手铃和脚铃分别戴在自己和宝宝的右手、右脚上，告诉宝宝今天要玩“拍手唱儿歌”游戏。
- ② 妈妈先唱一遍《我们都是好朋友》。按照拍一个字、空一个字的节奏打节拍，比如在“拍拍手”这句话中，在第一个“拍”字和“手”字时拍手，在第二个“拍”字时空一下不拍。
- ③ 唱“踏踏脚”时，可让宝宝跺跺脚。如果宝宝还站立不稳，妈妈可以扶着宝宝的腋窝，让宝宝跳一跳。
- ④ 在唱第一遍的时候，妈妈带着宝宝打节拍，并做相应动作。妈妈的动作要慢，吐字要清楚。
- ⑤ 完成一遍后，妈妈亲吻、夸奖宝宝：“真棒！宝宝拍得真好，我们再来一遍吧。”妈妈和宝宝重复做游戏。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝唱儿歌《我们都是好朋友》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 当宝宝适应了游戏并且能够稳当站立时，妈妈可以把儿歌中“我们都来跳个舞”部分的拍手打节拍换成和宝宝站起来，拉着宝宝跳一跳。
- ② 妈妈可以让宝宝和其他的小朋友一起玩这个游戏。

我们都是好朋友

拍拍手，踏踏脚，我们都来跳个舞；
伸伸臂，弯弯腰，我们都来做早操；
点点头，拉拉手，我们都是好朋友。

儿歌《我的小锤》



活动材料

小沙锤四个



活动目标

增加宝宝的词汇量，让宝宝尝试学习简单的句子，提高宝宝的语言表达能力；锻炼宝宝的手部抓握能力、四肢运动能力以及节奏感。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝唱儿歌《我的小锤》，步骤如下。

- ① 妈妈跟宝宝面对面坐在爬行垫上。妈妈在宝宝面前摇晃沙锤发出“沙沙”的声音，吸引宝宝的注意。妈妈先跟宝宝一起玩一会儿沙锤。
- ② 妈妈给宝宝唱一遍儿歌，同时做动作。妈妈唱儿歌时，让宝宝也手拿沙锤跟妈妈一起做动作或者随意晃动。
- ③ 第二遍时，妈妈一句一句地教宝宝唱儿歌，每唱一句教宝宝一个动作。第一次做动作时，

妈妈可以拉着宝宝的手，跟宝宝一起完成动作，待宝宝熟练后，可以让宝宝自己独立做。

- ④ 重复唱儿歌，鼓励宝宝能够说出“小锤”“敲”等词语，并夸奖宝宝。当宝宝能够跟着妈妈做动作后，妈妈可以加快儿歌和动作的速度，以保持宝宝玩游戏的兴趣。

提示：妈妈在唱儿歌的整个过程中，吐字要清晰，开始时要缓慢，让宝宝有时间反应；当宝宝做出动作时，妈妈可以晃动沙锤发出声音表示祝贺；若宝宝的力量不足以独立握住沙锤，妈妈可以手把手帮宝宝握沙锤或者只让宝宝举拳头代表沙锤。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝唱儿歌《我的小锤》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以用沙锤做更多动作，让宝宝模仿。

我的小锤

我的小锤敲一敲，（让两个小锤相互敲一敲，下同）

我的小锤放下来；（把小锤放下来）

我的小锤敲一敲，

我的小锤藏起来；（把小锤藏在身后）

我的小锤敲一敲，

我的小锤转起来。（手臂挥动转圈）

扶助上楼梯



活动材料

两级以上的台阶



活动目标

重点锻炼宝宝的双腿运动能力与腰部力量。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“扶助上楼梯”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈带宝宝来到台阶旁边，跟宝宝说：“宝宝，我们从这上楼梯喽。”妈妈用手扶住宝宝的胳膊，让宝宝借助妈妈的力量上楼梯。妈妈可以边扶着宝宝上台阶，边数“一”“二”“三”……注意要让宝宝双脚同时站稳后，再上下一个台阶。
- ② 宝宝上到两三级台阶后，妈妈抱起宝宝给予表扬。
- ③ 适当休息或玩一会儿后，妈妈再次把宝宝带到台阶旁，妈妈可以试着减小一些作用在宝宝身上的力量，让宝宝尝试用更多自己的力量上楼梯。

提示：

- 妈妈要时刻注意宝宝的安全，避免宝宝摔跤，也不要过于紧张用太大的力气伤到宝宝。
- 如果宝宝不愿意上楼梯，妈妈不要强迫宝宝，可以等宝宝适应后再玩。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“扶助上楼梯”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可以站在台阶旁边当栏杆，尝试让宝宝扶着妈妈的身体自己上楼梯。

多彩的水果和蔬菜



活动材料

蔬果切切乐玩具套装



活动目标

培养宝宝对颜色的感知能力，初步掌握颜色的概念。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“多彩的水果和蔬菜”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈与宝宝在爬行垫上面对面坐好，妈妈拿出完整的草莓模型向宝宝介绍：“宝宝，这是草莓，草莓是红色的。”再拿出苹果：“宝宝，这是苹果，苹果也是红色的。”妈妈给宝宝介绍时，要重点重复名称和颜色。
- ② 妈妈拿出玉米模型给宝宝看：“宝宝，你看，这是玉米，玉米是黄色的。”再拿出柠檬：“宝宝看，这个柠檬也是黄色的。”
- ③ 妈妈再拿出西兰花给宝宝看：“宝宝，你看这个是西兰花，西兰花是绿色的，这个绿色的西兰花很好看哦。”
- ④ 妈妈可以边说颜色边让宝宝重复：“宝宝，草莓是红色的，我们一起说‘红色’。”让宝宝跟

着妈妈说。然后依次让宝宝重复黄色、绿色等关于颜色的词语。

提示：如果宝宝不愿意重复，妈妈不用着急，日常生活中也多重复、耐心引导，宝宝就能慢慢学习说出关于颜色的词语。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“多彩的水果和蔬菜”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以指出周边环境中红色、黄色和绿色的物品，让宝宝加深认识。
- ② 妈妈可以指着生活中常见的其他颜色的物品，教宝宝认识更多的颜色。

宝宝乐队



活动材料

爵士鼓、钢琴等儿童乐器



活动目标

让宝宝听不同的声音，培养宝宝的节奏感，同时让宝宝体会乐队合奏的乐趣，增进宝宝与妈妈的亲密感。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“宝宝乐队”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先用鼓槌轻轻敲两下爵士鼓，引起宝宝的兴趣。宝宝感兴趣后，妈妈给宝宝示范演奏一遍各种乐器，让宝宝先感受各种乐器发出的不同声音，然后再让宝宝自己玩各种乐器。
- ② 玩一会儿后，妈妈对宝宝说：“宝宝和妈妈组成一个小乐队吧！我们一起来演奏好听的音乐。”妈妈先让宝宝选一个喜欢的乐器，然后自己也选一个，和宝宝一起玩。一边玩，一边鼓励并夸奖宝宝演奏得好。

- ③ 如果还有更多人和乐器可以同时参与游戏，妈妈对宝宝说：“宝宝，我们邀请大家组成一个大乐队，演奏更好听的音乐吧！”然后，妈妈和宝宝邀请其他人一起感受演奏音乐的乐趣。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“宝宝乐队”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以教宝宝敲击或弹出简单的节奏。
- ② 妈妈还可以尝试用最简单而熟悉的节奏，教宝宝和乐队一起演奏出和谐的声音。

图画书《水果水果，咬一口》



活动材料

图画书《水果水果，咬一口》



活动目标

培养宝宝听故事的习惯，在潜移默化中发展宝宝的语言能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《水果水果，咬一口》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上，拿着图画书给宝宝展示：“宝宝，今天妈妈给你讲个水果的故事吧。”
- ② 妈妈在宝宝面前翻开第一页，指着上面的草莓问：“宝宝，你看这是什么呀？哇！这是草——莓，好多好多草莓，草莓红红的，上面还有小小的黑点。我们来看下一页有什么？”然后，妈妈打开下一页，继续对宝宝说：“哇，这儿有一只小老鼠，小老鼠在干什么呢？小老鼠在吃草——莓！小老鼠咬了一口草——莓，‘哇，真好吃！’宝宝喜欢吃草莓吗？”
- ③ 妈妈继续翻到下一页，很惊讶地说：“哇！这是什么呀？香——蕉。好多好多香蕉啊，黄黄的、滑滑的，我们看看下一页还有什么？”然后妈妈翻到下一页，说：“咦？有个小猴子，它在吃香蕉，小猴子咬了一口香——蕉，‘哇，真好吃！’”

- ④ 妈妈依次翻开每一页，用自问自答的方式，把故事读给宝宝听。妈妈一边读一边注视着宝宝，声音温柔，语速要慢，表情尽量夸张，再加上丰富的动作，比如咬一口的动作，读水果的名字时要拉长音调并重读。
- ⑤ 最后，妈妈微笑着看着宝宝说：“宝宝也喜欢吃水果。”妈妈边做咬水果的动作，边跟宝宝说：“咬一口，真好吃！”

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《水果水果，咬一口》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以把书放在宝宝手边，让宝宝自己对着书随意发声。
- ② 妈妈也可以指着书上的水果，根据宝宝模仿发音的情况，依次带着宝宝念“草——莓”“香——蕉”“葡——萄”“苹——果”等。宝宝如果不会念，妈妈也不要着急，宝宝都有一个慢慢学习的过程。

随意拨珠子



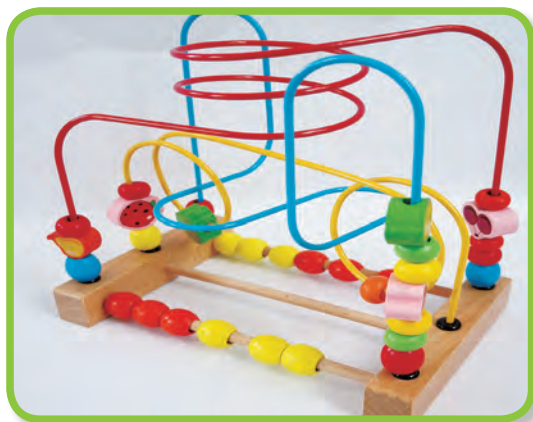
活动材料

不规则环形串珠玩具



活动目标

锻炼宝宝的手指抓握能力，锻炼宝宝的手部精细运动和手眼协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“随意拨珠子”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上，妈妈用环形串珠玩具吸引宝宝的注意，先让宝宝随意玩一会儿，然后邀请宝宝一起玩拨珠子游戏。
- ② 妈妈对宝宝说：“宝宝，现在妈妈用手指拨小珠子。妈妈先拨一次，然后你跟着妈妈做。”妈妈在宝宝的注视下，示范用食指拨动珠子，可以来回随意拨动。然后邀请宝宝尝试用手指拨珠子。如果宝宝一开始不会用手指拨珠子，妈妈可以手把手地示范几次，再鼓励宝宝独立完成。

提示：在游戏的过程中，妈妈要多鼓励并夸奖宝宝，当宝宝遇到困难时，妈妈要给予适当的帮助。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“随意拨珠子”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以鼓励宝宝尝试一颗一颗地拨。
- ② 妈妈可以鼓励宝宝用另外一只手完成上面的活动。

拧 螺 丝



活动材料

螺丝螺母组合玩具



活动目标

培养宝宝的动手能力，初步体验物体之间的“嵌套”关系。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“拧螺丝”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝在爬行垫上面对面坐好，妈妈拿出玩具中的一个螺丝和螺母，向宝宝介绍：“宝宝，这是螺丝，这是螺母，妈妈可以把螺丝拧进螺母里。”妈妈把螺丝拧进螺母给宝宝看：“宝宝看，妈妈把螺丝拧进螺母了，你看妈妈松手后螺丝不会掉出来。”
- ② 妈妈把拧好的螺丝和螺母拿给宝宝，让宝宝玩一会儿，再把其他的螺丝和螺母拿给宝宝：“宝宝，我们来把新的螺丝拧进螺母里吧。”然后妈妈手握着宝宝的手，跟宝宝一起把套进螺母里的螺丝拧好。
- ③ 熟练后，妈妈可以帮宝宝把螺丝套进螺母里，让宝宝自己把螺丝拧好。

提示：在玩的过程中，妈妈要注意不要让宝宝把螺丝或螺母放进嘴里。特别注意如果是自制的螺丝螺母玩具，零件一定不能小，要足够大，以免宝宝误放入口、鼻中。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“拧螺丝”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝尝试自己把螺丝套进螺母后再拧好。
- ② 妈妈把整套玩具放到宝宝面前，鼓励宝宝自己把全部的螺丝都拧进去。

图画书《我妈妈》



活动材料

图画书《我妈妈》



活动目标

让宝宝体验跟妈妈之间的亲密感。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《我妈妈》，步骤如下。

- ① 妈妈坐在爬行垫上，让宝宝侧坐在自己怀里，让宝宝能看见妈妈的表情。妈妈拿着图画书说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个《我妈妈》的故事，她是妈妈的妈妈。”
- ② 妈妈翻开第一页，做出自豪的表情，对宝宝说：“这是我妈妈，她真的很棒！”
- ③ 妈妈翻开下一页，继续说道：“我妈妈是个手艺特好的大厨师，也是一个很会杂耍的特技演员。”妈妈在读到“特好”“很会”时，要重读。
- ④ 妈妈按照图画书的内容把“妈妈”的本领讲给宝宝听，最后说：“我爱她，而且你知道吗？”

她也爱我，永远爱我！”然后，妈妈亲亲宝宝：“妈妈也爱你！”

提示：妈妈在读故事时，声音柔和，语速要慢，语调要夸张。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《我妈妈》。**3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝自己随意翻看图画书。
- ② 如果妈妈不在身边，家人可以告诉宝宝：妈妈在哪里、做什么，妈妈有哪些本领，宝宝的妈妈也爱宝宝。

儿歌《泡泡》



活动材料

吹泡泡机



活动目标

增加宝宝的词汇量，提高宝宝对简单句子的感受力和模仿语言的兴趣，培养宝宝的语言能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《泡泡》，步骤如下。

- ① 在户外的空地上，妈妈用带音乐的泡泡机吹出泡泡吸引宝宝的注意。
- ② 妈妈用吹泡泡机吹出一些泡泡，然后一边指着泡泡，一边给宝宝唱儿歌。妈妈可以和宝宝一起去吹飘着的泡泡，或者用手去抓泡泡。妈妈多重复几遍，鼓励宝宝模仿着说儿歌中的词。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝唱儿歌《泡泡》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 宝宝能够熟练说出儿歌中的一些词后，妈妈可以尝试一句一句地教宝宝唱儿歌。
- ② 宝宝学会整首儿歌之后，妈妈可以和宝宝一起表演给大家看。

提示：

- 如果宝宝不愿意唱儿歌，妈妈可以跟宝宝多玩一会儿泡泡，在玩的过程中，多跟宝宝说话，也多鼓励宝宝说话。宝宝能够说出儿歌中的任何一个词，妈妈就夸奖宝宝。
- 泡泡会飘得较高，妈妈尽可能地蹲下，让宝宝感觉自己离妈妈很近。妈妈唱儿歌时的发音要清楚，语速要慢，确保宝宝听清楚。

泡泡

小宝宝，吹泡泡，吹出泡泡天上飘。
小泡泡，大泡泡，太阳公公照一照。
左照照，右照照，照出七彩花泡泡。

15
月龄

A2. 运动能力单元

骑小马



活动材料

软体跳跳马



活动目标

锻炼宝宝腿部力量以及四肢的协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“骑小马”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈找一块平坦的空地，把跳跳马放到宝宝面前，对宝宝说：“宝宝快看，这是什么呀？今天我们来玩骑小马好不好？”
- ② 妈妈先坐在小马上，摇动小马，用手抓住小马的耳朵向前跳，边演示边说：“宝宝快看，妈妈让小马跳起来啦：手抓住小马的耳朵，脚蹬地，看小马跳得多欢快啊，你要不要也来试试啊？”妈妈在示范时做出非常好玩的表情，吸引宝宝参与游戏的兴趣。
- ③ 妈妈示范后，鼓励宝宝也去骑小马。宝宝坐上小马之后，妈妈教宝宝按上述动作要领，用脚、腿和手的配合让小马动起来。妈妈表扬并鼓励宝宝让小马持续的跳一会儿。

提示：

- 活动过程中，妈妈要时刻在宝宝身边，防止宝宝从小马上摔下来。
- 如果宝宝不敢骑，妈妈可以扶着宝宝，让宝宝坐在小马身上随意活动一会儿，等熟悉之后，再尝试往前跳动。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“骑小马”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以适当鼓励宝宝骑得更久一些，或者在保证安全的情况下，也可以让宝宝自由发挥，比如宝宝有兴趣也可以倒着骑。

动物伙伴层层叠



活动材料

动物伙伴层层叠



活动目标

培养宝宝对“大”“小”的初步感知能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“动物伙伴层层叠”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝面对面坐在爬行垫上，妈妈拿出动物伙伴层层叠玩具，把三个动物摆在宝宝面前。
- ② 妈妈问宝宝：“宝宝看，这是什么呀？”妈妈鼓励宝宝先说出动物的名字，如果宝宝说不出来，妈妈再一个一个地告诉宝宝。
- ③ 妈妈让宝宝指出哪个动物最“小”，如果宝宝能够指出来，妈妈就鼓掌夸奖宝宝，如果宝宝指不出来，妈妈就指着猴子告诉宝宝：“猴子最‘小’。”
- ④ 然后妈妈把狮子套到猴子上面，并对宝宝说：“宝宝看，狮子比猴子‘大’，妈妈可以把它套到猴子身上。”然后妈妈再教宝宝把最大的大象套到狮子身上。

提示：

- 如果宝宝不听妈妈讲解“大”和“小”，妈妈可以先让宝宝自己玩一会儿，边玩边找机会引导“大”和“小”的概念。
- 妈妈在和宝宝玩游戏时，要多和宝宝说话交流。妈妈在讲解时，动作、语速都要慢，说话声音要大，让宝宝看清、听清妈妈的意图。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“动物伙伴层层叠”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，妈妈可以多让宝宝比较常见的物品，让宝宝逐渐区分“大”和“小”的概念。

图画书《我爸爸》



活动材料

图画书《我爸爸》



活动目标

加强宝宝对“爸爸”这一概念的理解，增进宝宝与爸爸之间的感情。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《我爸爸》，步骤如下。

- ① 妈妈坐在爬行垫上，让宝宝侧坐在自己怀里，让宝宝能看见妈妈的表情。妈妈拿着图画书说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个《我爸爸》的故事。”
- ② 妈妈翻开第一页，做出自豪的表情，对宝宝说：“这是爸爸，他真的很棒！”
- ③ 妈妈翻开下一页，继续说道：“爸爸什么都不怕，连坏蛋大野狼都不怕。”
- ④ 妈妈按照图画书的内容把《我爸爸》的故事讲给宝宝听，最后说：“我爱他，而且你知道吗？他也爱我，永远爱我！”然后，妈妈对宝

宝说：“宝宝，爸爸也很爱你，对不对呀？”

提示：妈妈读故事的声音要柔和，语速要慢，语调可夸张，吸引宝宝的注意。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《我爸爸》。**3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝自己随意翻看图画书，或者只要宝宝愿意听，妈妈就重复读故事给宝宝。
- ② 如果爸爸不在身边，妈妈可以告诉宝宝：爸爸在哪里、做什么，还可以和宝宝讲讲爸爸会做的事情，然后告诉宝宝：爸爸永远爱宝宝。

儿歌《小花猫》



活动材料

小花猫头饰



活动目标

让宝宝认识简单的动词，增加宝宝的词汇量，发展宝宝的语言能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝唱儿歌《小花猫》，步骤如下。

- ① 妈妈与宝宝在爬行垫上面对面坐好。妈妈戴上小花猫头饰，对宝宝说：“妈妈今天教你唱《小花猫》的儿歌吧！”一边唱儿歌，一边配合歌词做出左右伸懒腰和弯腰的动作。
- ② 妈妈给宝宝多重几遍儿歌和动作，鼓励宝宝模仿。如果宝宝一开始不会做动作，妈妈可以拉着宝宝的手一起做伸懒腰的动作。宝宝不需要完全学会整首儿歌，只要能尝试模仿任意一个字，妈妈都要夸奖宝宝。

提示：如果宝宝对儿歌兴趣不大，妈妈可试着将小花猫头饰戴在宝宝头上，提起宝宝兴趣。妈妈说话要吐字清晰，动作尽量夸张，多鼓励宝宝，宝宝说的时候及时做反馈。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝唱儿歌《小花猫》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

宝宝可以同时做动作和唱儿歌后，妈妈可以做出儿歌里的动作，鼓励宝宝说出这是什么动作。比如，妈妈做伸懒腰的动作，然后问：“宝宝，看妈妈在做什么？”

小花猫

小花猫，喵喵喵，每天早上伸懒腰；
左伸伸，右伸伸，最后还要弯弯腰。

B2. 运动能力单元

前后滚球



活动材料

瑜伽球



活动目标

锻炼宝宝手臂和腿部力量，发展宝宝在扶助下后退走的肢体协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“前后滚球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈与宝宝站在爬行垫的一边，妈妈向宝宝介绍瑜伽球，让宝宝知道球的颜色以及可以滚动。妈妈引导宝宝站立起身，为宝宝示范如何双手扶着瑜伽球向前缓慢推动。然后鼓励宝宝自己尝试向前推球。
- ② 推到爬行垫另一边后，妈妈再给宝宝示范如何后退着将瑜伽球运回来，鼓励宝宝自己尝试后退运球。如果宝宝走路的能力还不是太强，倒着走时妈妈一定要注意宝宝的安全，或者练习一段时间向前推后再尝试后退运球。
- ③ 反复进行几个来回，让宝宝熟悉正着走与倒着走。妈妈多跟宝宝说话，鼓励宝宝多尝试。

提示：如果宝宝即使扶着瑜伽球也站不稳，妈妈要抓住宝宝的手臂，确保宝宝不会摔倒。妈妈要控制运球行进速度不宜过快，防止宝宝产生恐惧与不适感。等宝宝熟悉之后，妈妈再鼓励宝宝自己尝试运球。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“前后滚球”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 宝宝熟练掌握前进后退之后，妈妈可以跟宝宝玩滚球游戏：在没有杂物的爬行垫上，妈妈和宝宝间隔一段距离面对面站好，妈妈唱儿歌，同时把球推到宝宝那边去，然后宝宝再把球推回妈妈这边。在儿歌的节奏下做几个来回。
- ② 妈妈还可以给宝宝示范如何扶球向左右两个方向横着走。

滚球

大皮球，圆溜溜，推一推，滚一滚。
滚过来，滚过去，大家玩得真高兴。

几何图形嵌板 1



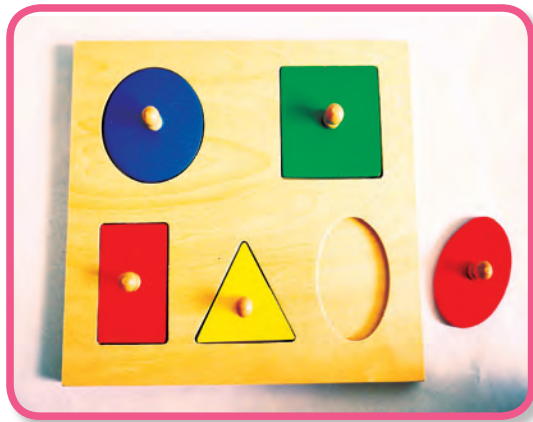
活动材料

几何图形嵌板



活动目标

让宝宝初步体验“合适”与“不合适”的概念，发展宝宝对不同形状的感性认识能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“几何图形嵌板 1”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将不同形状的积木放在旁边，先让宝宝感受不同形状的积木，“宝宝看看这些积木长得一样吗？用手摸一摸，感觉一下。”
- ② 等宝宝体验了不同形状的积木后，妈妈将圆形的积木拿出来：“宝宝，看这个圆形积木的家在哪里？应该把它放到哪里？”
- ③ 当宝宝将圆形积木放回嵌板时，妈妈鼓励夸奖宝宝；如果宝宝不知道放哪时，妈妈可鼓励宝宝在不同的洞里面多试几次。等宝宝放完后，妈妈可以把模板稍微倾斜一点说：“宝宝把圆形送回家了，你看它在家不出来了。”如果宝宝没有把积木放到正确的洞里，不稳的积木掉下来时，妈妈可以说：“啊，这不是它的家，它掉下来要去继续找自己的家呢。”

- ④ 放完圆形积木，妈妈可依次让宝宝用同样的方法送正方形积木和三角形积木回家。

提示：在整个过程中，妈妈主要是让宝宝感受合适与不合适，感受不同形状，即使没有放对也没有关系。妈妈要多鼓励宝宝动手，并给宝宝做适当引导，要有耐心，不要急于替代宝宝完成所有动作。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“几何图形嵌板 1”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可让宝宝尝试认识其他形状，例如，长方形、椭圆形等，也可以在日常生活中遇到实物时，给宝宝随时介绍物体的各种形状。

送小熊回家



活动材料

软性泡沫积木一套、
两只小熊玩偶(一大一小)



活动目标

培养宝宝对家的安全依恋关系。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“送小熊回家”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈提前用泡沫积木搭一个房子，并把熊妈妈放在房子里，把熊宝宝放在距离房子较远的地方。
- ② 妈妈带宝宝走近房子，说：“宝宝看，这是谁的家呀？原来是小熊的家啊。咦？怎么只有熊妈妈在家啊，熊宝宝呢？熊宝宝不见了，我们一起帮熊妈妈把熊宝宝找回来吧！”
- ③ 妈妈和宝宝找到熊宝宝后，对宝宝说：“啊！找到熊宝宝了，我们快把熊宝宝送回家吧！”
- ④ 妈妈让宝宝抱着熊宝宝，然后拉着宝宝的手向房子走去。到门口时，妈妈用手轻轻敲门，“有人在家吗？熊宝宝回来啦！”妈妈打开门把熊宝宝送给熊妈妈，并用两个熊玩偶简单模仿母子重逢时激动的样子。
- ⑤ 妈妈示范一次后，设计合适场景鼓励宝宝再独立送一次小熊回家。妈妈可以适当陪伴并

提示宝宝要做的事情。

- ⑥ 宝宝独立完成一次后，妈妈要鼓励宝宝，并模仿熊宝宝高兴的声音对宝宝表示感谢，告诉宝宝回到家后的感觉特别安全、特别开心。妈妈在模仿说话的时候要表现得特别开心，让宝宝感受到小熊回家时快乐的感觉。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“送小熊回家”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 平时出门后要回家的时候，对宝宝强调现在要一起回家了。妈妈可以让宝宝帮助开门，并用适当的语言和表情强调家是最安全、最温暖的地方。
- ② 妈妈可以经常和宝宝做送其他玩偶回家的游戏。同时，还可以给宝宝介绍一些敲门和回家进门时的常用语，让宝宝熟悉或模仿。

图画书《小蓝和小黄》



活动材料

图画书《小蓝和小黄》



活动目标

培养宝宝听故事的习惯，在潜移默化中发展宝宝的语言能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《小蓝和小黄》，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝侧坐在妈妈的怀里或者舒适地坐在妈妈旁边，拿着图画书，展示给宝宝说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个《小蓝和小黄》的故事吧。”
- ② 妈妈在宝宝面前翻开故事书的第一页，指着上面的蓝色圆圈，放慢语速，亲切地问：“宝宝，你看这是什么呀？哇！这是一个蓝色的圆，它是小蓝！”
- ③ 妈妈继续翻开下一页，很惊讶地说：“哇！小蓝的家里，还有蓝爸爸和蓝妈妈呢！”妈妈依次翻开每一页，按照书上的内容，把《小蓝和小黄》的故事读给宝宝听。妈妈一边读，一边和宝宝有目光上的交流，声音要温柔，语速要慢。

- ④ 最后，妈妈看着宝宝，微笑着说：“小蓝有蓝爸爸和蓝妈妈，宝宝也有爸爸和妈妈。小蓝有很多好朋友，宝宝也有好朋友。爸爸妈妈爱宝宝，宝宝也爱爸爸妈妈。”

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《小蓝和小黄》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以把书放在宝宝手边，让宝宝自己对着故事书随意翻看、发声。
- ② 妈妈可以指着书里的主人公，教宝宝念“小蓝—”“小黄—”“蓝—色”“黄—色”等。
- ③ 如果妈妈不在身边，家人讲完故事后可以和宝宝交流：“宝宝的妈妈去哪了？妈妈在干什么呀？妈妈什么时候回来呀？宝宝想妈妈，妈妈也想宝宝。”

拼接小火车



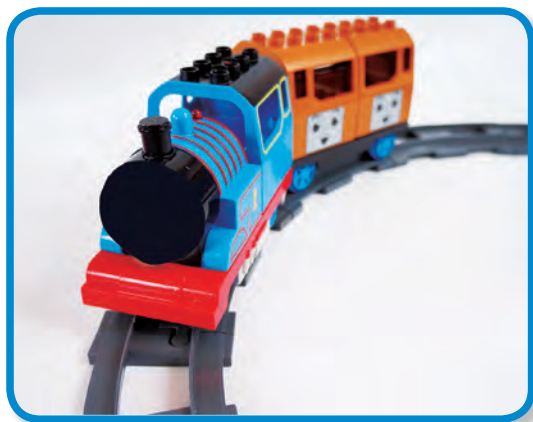
活动材料

小火车玩具



活动目标

锻炼宝宝手部的精细运动能力，发展宝宝的触觉。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“拼接小火车”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出小火车玩具，告诉宝宝：“咱们来玩拼接小火车的游戏吧，先来组装火车轨道。”妈妈组装好火车轨道之后，说：“这个是轨道，咱们现在来拼小火车，让小火车在轨道上面跑起来。”妈妈给宝宝示范怎么拼火车：“宝宝你看，像妈妈这样把火车一节一节连起来，它就变成一个很长的火车。”
- ② 妈妈示范之后，让宝宝自己来拼接火车。宝宝不会时，妈妈可以手把手地教宝宝。妈妈要鼓励并夸奖宝宝。
- ③ 宝宝全部完成拼接之后，妈妈对宝宝说：“宝宝太厉害了，咱们现在把拼好的火车放在轨道上，让火车跑起来吧。”妈妈和宝宝一起将火车放到轨道上，“好了，小火车跑起来吧，

嘟嘟嘟。”妈妈让宝宝自己玩一会小火车。

- ④ 在火车开动的过程中，妈妈可以试着让火车脱轨停下来，看宝宝能不能把火车放回到轨道上。如果不能，妈妈教宝宝：“火车只有在轨道上才能跑，所以我们要把火车放回到轨道上。”
- ⑤ 妈妈还可以教宝宝变换轨道。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“拼接小火车”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以教宝宝学会让火车在更复杂的轨道上变换车道。
- ② 妈妈可以让宝宝拼接更多的火车车厢，锻炼宝宝手指的精细运动能力。

分批拨珠子



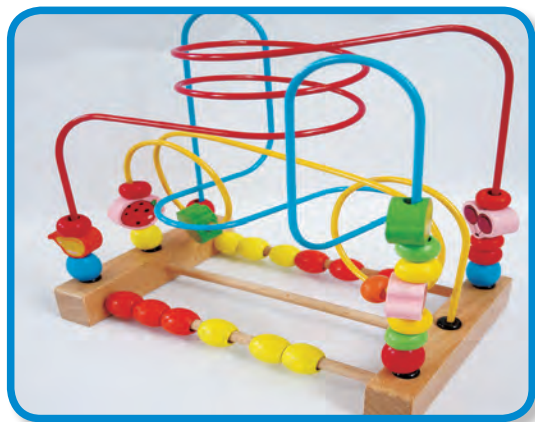
活动材料

不规则环形串珠玩具



活动目标

锻炼宝宝的手部精细运动能力，让宝宝自己动手初步体验“多”与“少”。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“分批拨珠子”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上，妈妈用环形串珠玩具吸引宝宝的注意，先让宝宝随意玩一会儿，然后邀请宝宝一起玩拨珠子游戏。
- ② 妈妈先给宝宝示范：“宝宝，现在妈妈用手指拨小珠子。你看，像妈妈这样一颗一颗地拨，一颗珠子过去了，又一颗珠子过去了……”妈妈在宝宝的注视下用食指拨动珠子，然后邀请宝宝尝试用手指一颗一颗地拨珠子。如果宝宝一开始不会用手指拨珠子，妈妈可以手把手地示范几次，再鼓励宝宝独立完成。
- ③ 玩一会儿后，妈妈用同样的方法给宝宝示范两颗两颗地拨珠子。鼓励宝宝独立完成动作。

- ④ 接下来，妈妈再给宝宝示范同时拨三颗、甚至更多的珠子。妈妈一边拨珠子，一边对宝宝说：“你看，一只漂亮的毛毛虫爬过来了。”然后鼓励宝宝自己玩。

提示：在游戏的过程中，妈妈要多鼓励宝宝，当遇到困难时，妈妈要给予适当的帮助。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“分批拨珠子”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以和宝宝轮流拨更多的珠子。
- ② 妈妈可以鼓励宝宝用另外一只手完成上面的活动。

和小熊过家家



活动材料

毛绒玩具熊、勺子、小碗、手帕



活动目标

培养宝宝良好的生活习惯和礼仪。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“和小熊过家家”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈对小熊说：“小熊，你饿啦？”妈妈先用勺子假装搅拌小碗里的食物。
- ② 妈妈舀一勺，吹吹凉后，对小熊说：“好了，小熊，粥准备好了，让宝宝喂你吃东西好不好？多吃点！”同时妈妈把勺子递给宝宝，鼓励宝宝把勺子放到小熊的嘴巴前面给小熊喂东西。如果宝宝不知道怎么做，妈妈可以先给宝宝示范，或者手把手地教宝宝。
- ③ 反复喂了几次后，妈妈问宝宝是否觉得小熊吃饱了，鼓励宝宝回答。如果宝宝回答不出，妈妈可以说：“好了，小熊吃饱了，谢谢宝宝！”

- ④ 妈妈把手帕递给宝宝，鼓励宝宝给小熊擦擦嘴。全部结束后，妈妈鼓励宝宝随意跟小熊玩游戏。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“和小熊过家家”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝在熟悉喂饭后，和小熊做更多其他的事情，比如给小熊洗脸、叫小熊起床等。
- ② 妈妈可以请宝宝喜欢的其他家人跟宝宝一起玩过家家的游戏。

图画书《是谁嗯嗯在我的头上》



活动材料

图画书《是谁嗯嗯在我的头上》



活动目标

增加宝宝的词汇量，让宝宝认识更多身边的事物。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《是谁嗯嗯在我的头上》，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝保持一个舒服的姿势坐好，然后拿出图画书，“宝宝看，这是什么呀？我们今天来看《是谁嗯嗯在我的头上》吧！”
- ② 妈妈一边翻书，一边给宝宝讲：“有一天，小鼹鼠从地下伸出头来，开心地迎着阳光说：‘哇！天气真好。’这时候，事情发生了！一条长长的嗯嗯从上面掉下来……”当说到“嗯嗯”时，妈妈可以恰当地给宝宝解释一下什么是“嗯嗯”。“……鸽子说完，一团又湿又粘的白色嗯嗯掉了下来……”这时妈妈可以让宝宝看一下鸽子的“嗯嗯”，并形容它的样子，“宝宝以前见过吗？”
- ③ 每读到一个动物的“嗯嗯”时，妈妈都让宝宝看一下这个动物的“嗯嗯”，向孩子描述它的样子，并问：“宝宝以前见过吗？”
- ④ 活动过程中，妈妈也可以让宝宝自己来描述看到的“嗯嗯”。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《是谁嗯嗯在我的头上》。**3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，如果遇到一些熟悉动物的“嗯嗯”，如鸡、狗等，妈妈可以让宝宝试着辨认。

骑 小 车



活动材料

儿童四轮小车



活动目标

锻炼宝宝腿部力量以及四肢的协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“骑小车”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈找一块平坦的空地，把小车放到宝宝面前，说：“宝宝快看，这是什么呀？是不是小车啊？今天我们来骑小车好不好？”
- ② 宝宝坐上车之后，妈妈鼓励宝宝让小车跑起来。如果宝宝不知道怎么让小车跑起来，妈妈要提示宝宝用脚往后蹬；如果宝宝使小车动起来了，妈妈要表扬宝宝。
- ③ 宝宝在让小车动起来之后，妈妈要给宝宝介绍方向盘的用法，让宝宝试着用方向盘来控制方向。

提示：在上车和骑车的整个过程中，妈妈要一直在宝宝身旁保护，防止宝宝从小车上摔下来。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“骑小车”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以在前面慢慢跑，让宝宝骑着小车追，看谁跑得快。
- ② 在宝宝熟悉了方向盘之后，妈妈可以尝试着让宝宝在空地上绕圈跑。

大小球



活动材料

瑜伽球、小皮球、大盆、小盆各一个



活动目标

让宝宝形成“大”和“小”的概念。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“大小球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将瑜伽球和小皮球放在爬行垫上，先和宝宝一起玩一会儿两个球。
- ② 然后，妈妈把两个球放在宝宝面前，对宝宝说：“这是两个皮球。”同时，在宝宝的注视下，依次指着瑜伽球和小皮球跟宝宝说：“这个是大一球，那个是小一球。”说到“大球”和“小球”时，把“大”和“小”缓慢地重读出来。
- ③ 妈妈跟宝宝说：“咱们来滚一滚大一球。”妈妈先用手往前滚一滚大球，然后鼓励宝宝自己滚大球，并在宝宝玩大球的同时不断强调“滚大一球”。然后再用同样的方法鼓励宝宝滚小球。
- ④ 妈妈把一个大盆和一个小盆并排放置在宝宝面前，对宝宝说：“现在球球想到盆里去，大一球要放在大一盆里，小一球要放在小一盆

里。”边说边示范把大球和小球分别放在大盆和小盆里，然后鼓励宝宝自己做几次。

提示：在游戏过程中，妈妈说话要耐心，尤其是“大”和“小”要缓慢而大声。如果宝宝没有按照“大小”要求做，妈妈不要着急，耐心引导。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“大小球”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝试着指出哪个是大球，哪个是小球；哪个是大盆，哪个是小盆。
- ② 在日常生活中，妈妈可以经常告诉或者让宝宝对比指出大小不同的物体。例如，妈妈可以指着妈妈和宝宝的鞋，对宝宝说：“妈妈的鞋大，宝宝的鞋小，”再问宝宝，“是妈妈的鞋大，还是宝宝的鞋大呀？”

轮流拨珠子



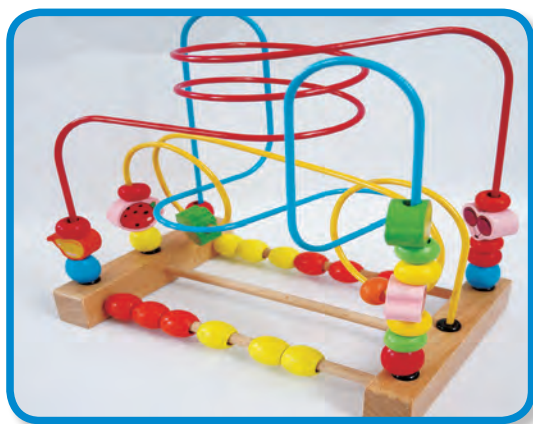
活动材料

不规则环形串珠玩具



活动目标

增强宝宝和妈妈的互动，提高宝宝的社会情感能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“轮流拨珠子”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上，妈妈用环形串珠玩具吸引宝宝的注意，先让宝宝随意玩一会儿，然后邀请宝宝一起玩拨珠子游戏。
- ② 妈妈对宝宝说：“前一颗珠子是妈妈，后一颗珠子是宝宝。妈妈回家的时候，宝宝要跟着妈妈回家哦！”妈妈边说边拨动一颗珠子，“好了，该宝宝回家了。”妈妈鼓励宝宝拨一个珠子。“第二个妈妈要回家喽！”“宝宝也跟着回家哦！”……直到轮流把珠子运完。
- ③ 当把珠子都运完之后，妈妈和宝宝可以再轮流把珠子运回来，继续拨更多的珠子。

提示：如果宝宝不愿按妈妈的话轮流拨珠子，妈妈可先让宝宝按照自己的意愿玩一会儿，再鼓励宝宝和妈妈一起做类似的游戏。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“轮流拨珠子”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以设计合适场景，让宝宝和其他的小朋友轮流拨珠子。
- ② 当宝宝可以熟练地进行两人轮流拨珠子的游戏时，也可以玩三个人轮流拨珠子的游戏。

儿歌《宝宝的小手》



活动材料

图画书《十个手指头和十个脚趾头》



活动目标

增加宝宝的词汇量，发展宝宝说话的能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《宝宝的小手》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝在爬行垫上面对面坐好。妈妈跟宝宝介绍今天的游戏。吸引宝宝将注意力集中在妈妈的手指上。
- ② 妈妈一边唱儿歌，一边做相应的动作，唱儿歌时一定要吐字清楚，一字一句，手的动作也要慢一点。
- ③ 妈妈做完一遍后，邀请宝宝一起做一遍。如果宝宝没办法说出完整的儿歌或是不愿意说，妈妈要多鼓励宝宝，从几个字词开始模仿；如果宝宝不知道需要在什么时候做哪个动作，妈妈可以握着宝宝的手做出相应的动作。
- ④ 妈妈带着宝宝重复几遍游戏，重点放在引导宝宝多说出一些儿歌里面的词语。

提示：在活动的过程中，妈妈要有耐心，多鼓励宝宝说话。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝唱儿歌《宝宝的小手》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈鼓励宝宝从只能说个别词，到完整的句子，逐渐完成整首儿歌。
- ② 妈妈跟宝宝一起翻看《十个手指头和十个脚趾头》，在看的过程中多与宝宝互动。

宝宝的小手

爸爸瞧（拍手，下同），
妈妈看（拍手，下同），
宝宝的小手可真好看（动动手指）。
爸爸瞧，
妈妈看，
宝宝的小手不见了（双手藏在背后）。
爸爸妈妈快来看
宝宝的小手出现了（伸出手，晃一晃）。

搭积木



活动材料

方形积木 6 块



活动目标

培养宝宝手部的精细动作和手眼协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“搭积木”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把积木放到宝宝面前的桌上，先让宝宝自己玩一会儿积木。
- ② 然后，妈妈教宝宝试着将积木搭高。妈妈先示范将一块积木搭在另一块上面，然后让宝宝照着妈妈的样子自己来搭。
- ③ 当宝宝能够将一块积木放到另一块积木上时，妈妈要鼓励并夸奖宝宝。
- ④ 当积木倒掉时，妈妈要鼓励宝宝自己再试着继续搭。如果多次重复，宝宝还是不能自己搭积木的话，妈妈可以手把手跟宝宝一起搭一会儿，然后再让宝宝自己动手做。
- ⑤ 妈妈在指导和帮助宝宝一起搭好积木后，可以和宝宝一起将搭好的积木推倒，然后让宝宝再独立完成一次。

提示：在游戏的过程中，要多鼓励宝宝，当宝宝遇到困难时，妈妈要给予适当的帮助，让宝宝有信心。但一定要注意，宝宝现阶段能够搭 3~5 块积木就属正常，到 19~24 月龄时，才能独立搭起 6~10 块积木。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“搭积木”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以和宝宝用积木搭不同造型；也可以跟宝宝比赛，看谁搭得高。
- ② 在日常生活中，妈妈也可以根据宝宝的动手能力，利用其他物品增加难度，锻炼宝宝搭物品的能力。

几何图形嵌板 2



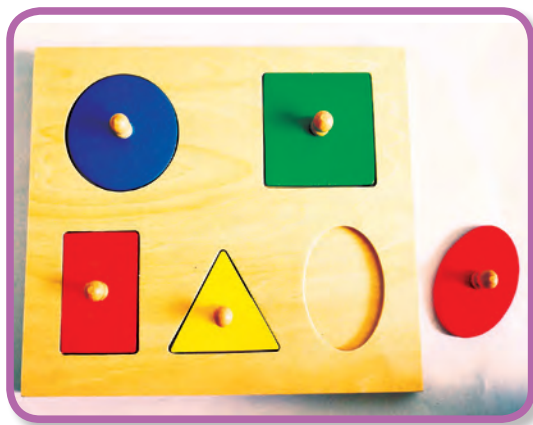
活动材料

几何图形嵌板



活动目标

让宝宝加深“合适”与“不合适”的概念，发展宝宝对不同形状的感性认识能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“几何图形嵌板 2”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将不同形状的积木放在模板旁边，先让宝宝感受一下不同形状的积木，“宝宝看看这些积木长得一样吗？宝宝用手摸一摸，感觉一下。”
- ② 等宝宝体验了不同形状的积木后，在之前已经认识圆形、正方形和三角形的基础上，妈妈将长方形的积木拿出来：“宝宝，你摸摸这个长方形的积木，看看它的家在哪里？应该把它放到哪里呢？”
- ③ 当宝宝将方形积木放回模板时，妈妈鼓励夸赞宝宝真棒；如果宝宝在尝试过程中不知道放哪时，妈妈可鼓励宝宝在不同的洞里面多试几次。等宝宝放完后，妈妈可以把模板稍微倾斜一点说：“宝宝把长方形送回家了，你看它在家不出来了。”如果宝宝没有把积木放到正确洞里，不稳的积木掉下来时，妈妈可

以说：“啊，这好像不是它的家，它掉出来要去继续找自己的家呢。”

- ④ 放完长方形，妈妈可依次让宝宝用同样方法送其他积木回家。

提示：在整个过程中，妈妈主要是让宝宝感受合适与不合适，感受不同形状，即使没有放对也没有关系。妈妈要多鼓励宝宝动手，并给宝宝做适当引导，要有耐心，不要急于替代宝宝完成所有动作。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“几何图形嵌板 2”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以多利用日常生活中的各种物品，让宝宝加深对各种形状的认识。

分享水果



活动材料

水果切切乐玩具套装



活动目标

让宝宝初步感受与人分享的快乐，
体验社会交往。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“分享水果”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将水果切切乐玩具拿到宝宝面前，向宝宝介绍各种水果的名称和颜色，留一点时间让宝宝自己观察水果。
- ② 妈妈先邀请宝宝拿出一个喜欢的水果，然后对宝宝说：“我们切开吃水果吧！”拿出玩具刀，将宝宝选出的水果“切”成两半。
- ③ 妈妈将切好的两半水果都递给宝宝，让宝宝来分水果。如果宝宝很愿意跟妈妈分享，妈妈要表现得非常高兴，并向宝宝说谢谢；如果宝宝不愿意跟妈妈分享，妈妈假装表现得很难过，说妈妈也好想要吃。

- ④ 妈妈选一个喜欢的水果，切开后主动分给宝宝一半，告诉宝宝与他人分享的重要性和好处，比如可以吃到更多种的水果，或者可以交换到自己没有的玩具，这样大家都更开心。
- ⑤ 将玩具里的其他水果都切开，妈妈和宝宝交换、分享。妈妈多用感谢的话和开心的表情，让宝宝体会到分享之后的满足与幸福。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“分享水果”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，可以让宝宝多跟熟悉的人分享食物或玩具，逐渐体会分享的意义。

图画书《柠檬不是红色的》



活动材料

图画书《柠檬不是红色的》



活动目标

让宝宝逐渐形成听故事的习惯，提高宝宝的语言能力，培养宝宝对颜色的初步认知。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《柠檬不是红色的》，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝保持一个舒服的姿势坐好，然后拿出图画书，问：“宝宝看，这是什么呀？我们今天来看《柠檬不是红色的》故事好不好？”
- ② 妈妈和宝宝一起翻看故事书，边看边给宝宝讲：“看这上面是不是有个柠檬啊？宝宝看这上面的柠檬是什么颜色的呢？”如果宝宝回答不上来，妈妈告诉宝宝这是红色；如果宝宝回答说是红色，妈妈就翻到下一页问宝宝：“那宝宝告诉妈妈，这个柠檬是什么颜色的呀？”如果宝宝回答不上来，就告诉宝宝这是黄色的；如果宝宝回答上来，妈妈就问：“宝宝，你觉得柠檬应该是什么颜色啊？”无

论宝宝怎么回答，妈妈都要告诉宝宝柠檬是黄色的。然后妈妈再问宝宝：“那你觉得有哪些东西是绿色的呢？”可以让宝宝看着书回答，尽量多地说出更多的东西。

- ③ 按照上面的互动方法看完整本书。在整个过程中，让孩子尽可能地根据颜色说出自己以前见过的东西。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《柠檬不是红色的》。**3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可以指着一些宝宝认识的东西，让宝宝尝试着说出这些东西是什么颜色的。

踢点球



活动材料

小号足球、球门框



活动目标

锻炼宝宝四肢的协调能力以及下肢力量。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“踢点球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在一片平坦空地上将球门框装好。妈妈在球门前面半米的地方画一条线，和宝宝在线后面站好，向宝宝介绍“踢点球”的方法。
- ② 妈妈一边讲解动作要领，一边给宝宝做示范，可以多重复示范几次，确保宝宝看清楚动作。
- ③ 示范后，妈妈把球放到宝宝的脚边，鼓励宝宝用脚踢球。如果宝宝一开始不知道怎么踢球或是球总也踢不进门，妈妈也可以尝试将手放在宝宝脚前，引导宝宝向上抬脚踢妈妈的手，锻炼宝宝抬脚的动作。待宝宝熟练后，妈妈再鼓励宝宝尝试踢球。

提示：

- 在游戏的过程中，妈妈要时刻注意宝宝身

体平衡，避免因抬脚踢球而摔倒。

- 妈妈要鼓励宝宝多做尝试，如果半米的距离太远，可以让宝宝站到离球门更近的地方开始，再慢慢地拉远跟球门之间的距离。
- 妈妈要允许宝宝按照自己的兴趣玩一会儿球。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“踢点球”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝在离球门较远的地方用手滚球进门，或者试着往球门里扔球。
- ② 妈妈可以让宝宝斜对着球门，试着调整角度将球踢到门里。

高低滚球



活动材料

长毛巾一条、皮球一个



活动目标

让宝宝初步认知体验“高”与“低”。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“高低滚球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝在爬行垫上面对面坐好，妈妈向宝宝介绍游戏方法，将长毛巾的一端交给宝宝，让宝宝用双手抓好左右两个角并双手撑开毛巾。妈妈拿好另一端同样撑开，让毛巾平展开。
- ② 把一个皮球放在毛巾上，妈妈手的高度与宝宝的一致，提醒宝宝观察毛巾上的球。
- ③ 让宝宝手的高度保持不动，妈妈把手抬高，使

毛巾的位置高于宝宝的那边，提醒宝宝观察此时球的运动。妈妈双手向上抬升时，一定要慢，让球慢慢滚向宝宝，防止速度太快，球撞到宝宝。妈妈向宝宝重点强调“妈妈的毛巾高，宝宝的毛巾低”。

- ④ 然后，妈妈把手放低，使妈妈这边的毛巾位置低于宝宝那边，提醒宝宝观察此时球的运动。速度一定要慢一些，让宝宝看清楚。妈妈重点强调“宝宝的毛巾高，妈妈的毛巾低”。

提示：

- 在游戏中，妈妈要多强调几遍“高”“低”，让宝宝对“高”“低”有更多的感性认识。
- 妈妈可以多跟宝宝玩几遍，在玩的过程中，一定要注意把毛巾展平。如果宝宝一开始不知道怎么做，妈妈可以先握着宝宝的手，让宝宝掌握动作要领，再跟宝宝开始游戏。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“高低滚球”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈自己不动手，鼓励宝宝抬高或放低自己的手，让球滚来滚去。
- ② 妈妈可以通过“站起来”和“坐下去”的动作，让宝宝观察妈妈的高低变化。

老鹰抓小鸡 1



活动材料

老鹰、母鸡和小鸡的头饰



活动目标

培养宝宝跟妈妈之间的亲密感，让宝宝熟悉周围的环境，并有机会接触社会。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“老鹰抓小鸡 1”游戏，步骤如下。

- ① 宝宝扮演小鸡，妈妈扮演母鸡，邀请一个年龄稍大的小朋友当老鹰，分别戴上小鸡、母鸡和老鹰的头饰。
- ② 妈妈找一块开阔且平坦的地方，可以先让宝宝们在这开阔的地方玩一会儿，然后对宝宝们说：“孩子们，我们今天来玩个游戏吧，宝宝当小鸡，哥哥（或姐姐）当老鹰，老鹰来抓宝宝，妈妈来保护宝宝，不让老鹰抓到，好不好？”宝宝理解游戏后，妈妈就让老鹰开始抓宝宝。
- ③ 妈妈先悄悄地叮嘱老鹰跑得慢一些，然后拉着宝宝开始躲避，妈妈尽量跟着宝宝的脚步跑。如果宝宝不愿意跑，妈妈想办法引导宝宝跑起来，“宝宝，我们快跑，老鹰要追上我们了。”

提示：

- 妈妈要同时照顾两个孩子的情绪，时不时地让宝宝被老鹰抓到，避免失去游戏的乐趣。妈妈还要特别控制孩子们的跑动速度，时刻注意孩子们的安全，避免摔倒。
- 这个游戏非常适合在平坦的空地上进行，也可以在宽敞且没有障碍物的屋子里玩。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“老鹰抓小鸡 1”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 宝宝能跑得很稳时，大家可以互换角色，例如，妈妈当小鸡，宝宝当老鹰等。
- ② 妈妈和宝宝可以进行其他角色扮演，如猫捉老鼠等，妈妈可以适当模拟动作和声音。

儿歌《嘴巴》



活动材料

小鸡、小鸭、娃娃玩偶



活动目标

增加宝宝的词汇量，培养宝宝的语言表达能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《嘴巴》，步骤如下。

- ① 妈妈拿出玩具让宝宝观察并告诉宝宝哪个是小鸡、哪个是小鸭。
- ② 妈妈指着小鸡的嘴巴，告诉宝宝小鸡的嘴巴是尖尖的。妈妈多重复几遍儿歌第一句，鼓励宝宝模仿着说。
- ③ 用同样方法鼓励宝宝认识小鸭的嘴巴是扁扁的，娃娃的嘴巴是圆圆的。
- ④ 妈妈给宝宝完整地唱一遍儿歌，一边唱一边指着相应的玩具的嘴巴，并鼓励宝宝跟妈妈一起唱。如果宝宝不能唱完整的句子，妈妈可以鼓励宝宝唱一些简单的字、词，如“小鸡、小鸭、娃娃、尖尖、扁扁、圆圆”等。
- ⑤ 妈妈再唱一遍儿歌，同时用手在嘴前做出尖尖的、扁扁的、圆圆的形状。然后妈妈边唱儿歌，边鼓励宝宝也配合动作模仿。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝唱儿歌《嘴巴》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈与宝宝互动提问小鸡、小鸭、宝宝嘴巴的形状。当宝宝能够说出时，妈妈要称赞宝宝。
- ② 妈妈可以给宝宝简单介绍其他动物玩具的嘴巴形状，并在日常生活中引导宝宝注意这些动物嘴巴之间的不同。

嘴巴

小鸡嘴巴尖尖，
小鸭嘴巴扁扁，
娃娃嘴巴圆圆。

抛 气 球



活动材料

气球



活动目标

宝宝掌握向上抛的动作，培养宝宝手臂的粗大动作和手眼协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“抛气球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在宝宝面前将气球吹好扎紧，然后邀请宝宝玩抛气球。
- ② 妈妈连续向上抛几次气球给宝宝做示范，“宝宝快看，气球被妈妈抛起来了。”
- ③ 在引起宝宝兴趣后，妈妈鼓励宝宝抛球，只要宝宝拿到球有向上抛的动作即可，无论抛得高低。
- ④ 当宝宝玩一会儿能够抛球后，妈妈可以和宝宝互动，将气球抛给宝宝，使宝宝尽可能地接到。宝宝没有接到球时，妈妈可以鼓励宝

宝把气球捡起来继续，让宝宝把气球抛向妈妈，和宝宝来回抛气球。

提示：在整个过程中，妈妈注意不要把球抛得太高，防止宝宝因接不到球而失去兴趣，也要防止气球太胀易破裂而吓到宝宝。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“抛气球”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈和宝宝每人抛一只气球，比赛谁抛的气球落地晚。

按颜色分积木



活动材料

形状一样、两种颜色的积木各三块



活动目标

培养宝宝理解颜色的不同，增强分类能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“按颜色分积木”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在宝宝面前摆放好三块积木，然后妈妈拿着红色的积木告诉宝宝：“宝宝看，这是红色的积木。”然后拿着绿色的积木告诉宝宝：“这是绿色的积木。”
- ② 妈妈拿出两块红色的积木告诉宝宝：“宝宝你看，这两块积木颜色一样，都是红色的，一模一样。”妈妈拿出一块红色的积木和一块绿色的积木告诉宝宝：“这两块积木的颜色不一样，一块是红色的，一块是绿色的，它们俩颜色不一样。”
- ③ 妈妈将三块红色、一块绿色的积木放在一起，问宝宝：“妈妈现在把这些积木放在一起，你能找出这四块积木中，哪块颜色跟别的不一样吗？”
- ④ 宝宝如果不知道怎么找或找不出来，妈妈再次给宝宝示范，拿出绿色的积木告诉宝宝：

“这块跟别的颜色是不一样的，它是绿色的，其他的都是红色的，所以妈妈把绿色这一块拿出来，其他红色的放在另一边。”如果宝宝能对，妈妈就夸奖宝宝：“宝宝真棒，找对了。”

- ⑤ 注意每一次都要慢慢和宝宝说，要边说边指着所描述的积木，重点辨别颜色。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“按颜色分积木”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝用生活中常见的东西找不同颜色，比如几片绿色的叶子和一片红色的叶子，让宝宝将不同颜色的叶子找出来。
- ② 妈妈也可以让宝宝找两类东西的不同，比如几个花生和一个瓜子，让宝宝将不同的东西找出来。

搭房子



活动材料

泡沫积木



活动目标

通过亲子活动让宝宝体验合作以及动手劳动的快乐。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“搭房子”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝一起坐在爬行垫上，妈妈拿出泡沫积木，“宝宝，今天咱们一起搭个漂亮的房子吧！”妈妈可以先给宝宝示范怎么搭房子。
- ② 示范后，妈妈和宝宝一起合作搭房子，搭建好之后，妈妈对宝宝说：“宝宝好棒！现在房子建好了，你想让谁住进去啊？”妈妈根据宝宝的回答跟宝宝互动。
- ③ 妈妈可以让宝宝独立完成搭房子，并夸赞宝

宝，让宝宝体验动手劳动的快乐。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“搭房子”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 搭房子的形状可以由简单到复杂。
- ② 在日常生活中，妈妈可以跟宝宝简单讲讲自己家的房子是怎么建成的。

儿歌《全身部位歌》



活动材料

无



活动目标

增加宝宝的词汇量，培养宝宝的语言表达能力。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《全身部位歌》，步骤如下。

- ① 妈妈拉着宝宝的双手说：“宝宝的小手在哪里？在这里。这是宝宝的小手。”然后鼓励宝宝说“手”。
- ② 妈妈蹲下摸摸宝宝的腿说：“宝宝的小腿在哪里？在这里。这是宝宝的小腿。”然后鼓励宝宝说“腿”。
- ③ 妈妈再摸摸宝宝的脑袋说：“宝宝的小脑袋在这里。这是宝宝的小脑袋。”
- ④ 妈妈扭扭屁股，鼓励宝宝说：“像妈妈这样，宝宝也扭扭小屁股。这是宝宝的小屁股。”
- ⑤ 妈妈完整唱一遍儿歌，一边做出相应的动作。
- ⑥ 妈妈鼓励宝宝模仿：“宝宝，现在咱们一起唱儿歌跳舞吧！”

提示：

- 在游戏中，妈妈要不断鼓励宝宝，提高宝宝的兴趣，如“宝宝真棒，就是这样，咱们再来一遍。”

- 宝宝学说新词语需要一定的时间，妈妈不要着急，多重复，多鼓励即可。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝唱儿歌《全身部位歌》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 在宝宝能说出儿歌中的“手”和“腿”后，妈妈可让宝宝模仿说“脑袋”和“屁股”。
- ② 在日常生活中，妈妈也可以创设情境，让宝宝模仿说其他的身体部位。

全身部位歌

我有小手，拍、拍、拍；
我有小腿，踏、踏、踏；
我有脑袋，点、点、点；
我有屁股，扭、扭、扭。

小小工程师



活动材料

小火车玩具



活动目标

培养宝宝手部的精细动作和手眼协调能力，锻炼宝宝的空间想象力和创造力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小小工程师”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出小火车玩具，告诉宝宝：“宝宝，来玩小小工程师的游戏吧，咱们先来组装火车轨道，”妈妈先给宝宝示范怎么组装火车轨道（可以先拼接简单的轨道），然后让宝宝自己来组装，宝宝不会做时，妈妈要手把手教宝宝。
- ② 宝宝学会之后，“宝宝好棒呀，铁轨已经组装好了，咱们现在来拼小火车，让小火车在轨道上面跑起来”。妈妈给宝宝示范怎么拼火车，“宝宝你看，像妈妈这样把火车一节一节拼起来，它就变成一个很长的火车。”
- ③ 宝宝全部完成拼接之后，“宝宝太厉害了，咱们现在是不是要把拼好的火车放在轨道上，让火车跑起来呀”，妈妈和宝宝一起将

火车放到轨道上，“好了，小火车跑起来吧，呜呜呜”。

- ④ 在火车开动的过程中，妈妈可带领宝宝变换车道。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“小小工程师”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以教宝宝组装复杂的轨道，宝宝学会后，可以探索不同的轨道，丰富空间想象力。
- ② 妈妈可以教宝宝学会让火车在各种复杂的轨道上变换车道。
- ③ 妈妈可以让宝宝拼接更多的火车车厢，锻炼宝宝手指的精细运动。

大小叠叠圈



活动材料

叠叠圈



活动目标

让宝宝感知物品的大小。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“大小叠叠圈”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把叠叠圈放在桌子上，把圈圈都拿下来，告诉宝宝今天要玩一个认识大小的游戏。
- ② 妈妈先拿出最大的圈告诉宝宝这个圆圈是最大的，它比其他的圆圈都大；然后拿出最小的圈告诉宝宝这个圆圈是最小的一个，它比其他的圆圈都小。
- ③ 妈妈让宝宝玩一会儿大圈和小圈，妈妈慢慢引导宝宝将大的先套进去，然后再套小的。
- ④ 然后，妈妈再把所有的圆圈拿给宝宝，提示宝宝按大小先把圆圈排列一下，再将圆圈按照由大到小的顺序套进去。
- ⑤ 妈妈让宝宝亲手试试，如果宝宝不能按大小顺序套圈，妈妈不要急于干涉宝宝，可以让宝宝多摸索着玩一会儿。
- ⑥ 如果宝宝没有按照大小顺序套进去，妈妈可

以引导宝宝：“我们看看哪个最大，把它放在最下面。那么剩下的哪个最大呢？再把它放进去。”

提示：如果宝宝还不能仔细区分大小，妈妈不要着急。宝宝认识大小也需要一个不断摸索的过程，妈妈鼓励宝宝多玩多摸索，让宝宝对游戏保持兴趣即可。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“大小叠叠圈”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝用叠叠圈认识不同颜色。
- ② 妈妈可以让宝宝通过日常生活中其他更容易接触到的物品作为学习大小的对象。例如，大小不同的苹果，爸爸和宝宝用不同大小的饭碗等。

哄娃娃睡觉



活动材料

娃娃玩偶、毛巾



活动目标

培养宝宝关心他人的品质，为宝宝社会交往能力的发展打基础。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“哄娃娃睡觉”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝在爬行垫上坐好，妈妈将娃娃和毛巾放在垫子上。妈妈可以让宝宝先玩一会儿娃娃。然后，向宝宝介绍游戏，让宝宝知道要哄娃娃睡觉。
- ② 宝宝玩过一会儿娃娃后，如果宝宝不愿意哄娃娃睡觉，妈妈可以先带宝宝在爬行垫上做些简单的运动游戏，然后告诉宝宝：“小娃娃有点累了，要睡觉了。”
- ③ 妈妈可以给宝宝示范：一边用毛巾包好娃娃并讲解哄娃娃睡觉的方法，一边做出相应的动作。注意要跟宝宝强调：哄娃娃睡觉最重要的是我们要保持安静，要轻声说话，不可以吵闹。妈妈示范的动作要轻柔缓慢，确保宝宝看清楚每个步骤。此时，妈妈说话的音

量要明显降低，让宝宝明白娃娃睡觉时，要轻声说话。

- ④ 妈妈示范之后，鼓励宝宝自己来做，或者手把手地教宝宝学着做。
- ⑤ 待宝宝独立哄好娃娃之后，妈妈跟宝宝轻声地玩一会儿。如果宝宝说话声音偏大，妈妈做出“嘘！”的姿势，小声提醒宝宝：“娃娃在睡觉呢，要小声说话，不要把娃娃吵醒了。”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“哄娃娃睡觉”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，如果家人在公共场合大声喧哗时，妈妈可以引导孩子做“嘘，别吵！”这个动作，提醒大家注意安静。

A1. 语言能力单元

全家福



活动材料

全家福照片、轻便相框



活动目标

教宝宝学习家庭成员的称呼，培养宝宝的语言表达能力，促进宝宝和家庭成员的感情。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“全家福”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把全家福照片装到轻便相框里。
- ② 妈妈把相框递给宝宝，教宝宝认识照片上的人，从最简单的开始。例如，妈妈指着照片上的爸爸说：“这是谁呀？是爸爸。”然后鼓励宝宝指着照片说“爸爸”。用同样的方法，教宝宝认识最熟悉的家人。
- ③ 然后，妈妈教宝宝认识照片上更多其他的家人，在介绍这些家人时，妈妈可以加一些细节信息，帮助宝宝记忆并模仿。例如，妈妈指着照片上的叔叔说：“宝宝，这是叔叔。叔叔在外面打工，过年回来的。”妈妈鼓励宝宝指着照片上的叔叔说“叔叔”。
- ④ 妈妈对宝宝每次的尝试进行表扬，如“宝宝说得真好，我们看看下一个是谁？”

提示：

- 该年龄段的孩子是语言学习的黄金期，妈妈一定要舍得花费时间与精力教宝宝学说话。妈妈说的时侯语速要慢，多重复几遍需要宝宝模仿的词语。宝宝学说话是一个循序渐

进的过程，一开始不讲话或讲得不准，妈妈不要着急，要多鼓励。宝宝能认出人或是对看到的图片、他人说的话有反应都非常重要，但不必强求宝宝一定学会说，更不要和其他宝宝进行攀比，游戏的核心是通过妈妈与宝宝的互动，促进宝宝的语言发展。

- 在游戏过程中，宝宝主动表现出学说话的意愿时，如发出“咿咿呀呀”的声音，妈妈要及时给宝宝介绍这个人的称呼，并鼓励宝宝模仿。
- 相框注意不要用玻璃等易碎材质，避免伤及宝宝。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“全家福”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可介绍宝宝熟悉的物品，让宝宝学说更多词语，并让宝宝的哥哥姐姐等宝宝喜欢的家人跟宝宝多说话。
- ② 妈妈可以让宝宝多看家里不同的照片，熟悉各位家人的称呼。

A2. 运动能力单元

拉小车走路



活动材料

带绳子可拉着走的小车(绳子长度不超过一米)



活动目标

让宝宝练习走路,培养宝宝的运动能力。



活动方法

1. 养育师演示:妈妈如何跟宝宝玩“拉小车走路”游戏,步骤如下。

- ① 妈妈从离宝宝一米远处,拉着小车的绳子朝宝宝走来,“小车来喽。”
- ② 妈妈把小车的绳子递给宝宝,“宝宝拉着小车往前走吧!”让宝宝尝试拉着小车朝前走。
- ③ 宝宝能够熟练拉着小车向前走,妈妈可示范拉着小车倒着走。妈妈先站在宝宝旁边,拉着小车倒着走离开宝宝,说:“小车走喽。”然后,鼓励宝宝学倒着走:“宝宝,你也拉着小车,像妈妈一样倒着走走看。”

提示:

- 在做游戏时,妈妈的语调和动作要适当夸张,增加宝宝的兴趣。如果宝宝一开始不能倒着走,妈妈可以扶着宝宝的身体一起

倒着走。等熟练后,再鼓励宝宝自己完成。妈妈要及时表扬宝宝的每次尝试。

- 在游戏中,妈妈要时刻注意保护宝宝的安全,避免绳子绊倒宝宝。

2. 妈妈参照演示的步骤,和宝宝玩“拉小车走路”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后,妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以跟宝宝进行“拉车比赛”,增加游戏的趣味性,并逐渐增加宝宝走的距离。
- ② 邀请其他小朋友和宝宝一起玩这个游戏,如“小车想去找小朋友”。也可结合一些固定的目的地点或方位词(向前走,向后走,向左走,倒着走等),鼓励宝宝通过游戏的方式多练习走路。

指认身体部位



活动材料

无



活动目标

让宝宝加深认识鼻子、嘴巴、眼睛等身体的基本部位，培养宝宝的认知能力。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“指认身体部位”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈跟宝宝面对面坐好，“宝宝，今天我们来玩一个‘指认身体部位’的游戏吧。”妈妈给宝宝介绍这个游戏，让宝宝把手放在妈妈的手下面，手掌相对，一边对宝宝说“一、二、三，鼻子！”一边轻拍一下宝宝的手后轻轻捏住鼻子说：“宝宝看看妈妈找到鼻子了，鼻子在这里，鼻子是用来呼吸的，捏着鼻子后感觉呼吸好难受啊。”妈妈接着问：“宝宝捏住自己的鼻子看，有什么感觉？”
- ② 如果宝宝能指出自己的鼻子，妈妈可以亲亲或抱抱宝宝，鼓励宝宝说：“宝宝真棒，知道自己的鼻子在哪。”鼓励完宝宝后，继续游戏。
- ③ 妈妈的手掌对着宝宝的手掌，继续发指令：“一、二、三，嘴巴！”然后用双手的大拇指和食指捏住自己的嘴巴。妈妈边捏着嘴边勉强地说：“宝宝快看，妈妈找到嘴巴了，嘴巴捏住了不好说话啊。”并做出不好出声的样

子，激起宝宝的兴趣。妈妈接着问：“宝宝的嘴巴在哪啊？宝宝捏住自己的嘴巴看，还能不能说话？”宝宝捏住自己的嘴巴后，妈妈鼓励说：“宝宝真棒，现在嘴巴不能说话啦。”

- ④ 示范完成后，重复上面的环节，发出找其他部位的指令：“一、二、三，眼睛！宝宝快看，妈妈蒙住眼睛了。”妈妈闭上眼睛后说：“妈妈看不到了，宝宝在哪里？”然后妈妈再问：“宝宝闭上眼睛试试还能看到吗？”
- ⑤ 也可以妈妈发指令，让宝宝指部位。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“指认身体部位”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

宝宝能熟练地指出以上基本部位后，妈妈可指着宝宝的一个部位让宝宝说出是什么部位，或者让宝宝尝试指自己的身体部位，说出部位的名称。

躲猫猫



活动材料

无



活动目标

培养宝宝克服分离焦虑的能力，让宝宝体验妈妈对宝宝的爱。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“躲猫猫”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在房间里对宝宝说：“宝宝，我们来玩‘躲猫猫’吧。”并简单介绍规则。
- ② 妈妈先蒙住眼睛让宝宝自己躲起来，然后妈妈去找宝宝，妈妈开始可以假装找不到宝宝，“宝宝在哪里，宝宝不见了。”找到后对宝宝说：“啊，妈妈找到你了！”
- ③ 妈妈让宝宝用手蒙住眼睛，妈妈躲在容易被宝宝找到的地方，告诉宝宝：“宝宝，快来找妈妈。”宝宝找到妈妈时，妈妈称赞：“宝宝真厉害，找到妈妈啦！”
- ④ 然后，加大难度告诉宝宝：“妈妈这次要躲在一个不容易被宝宝找到的地方，宝宝要仔细找哦。”妈妈躲在较不易被宝宝发现的地方，看看宝宝的表现。如果宝宝寻找有困难，妈妈可以通过发出声音或露出手脚等方式帮助宝宝找到自己。
- ⑤ 宝宝熟悉游戏之后，妈妈不再给提示，让宝宝自己寻找。

- ⑥ 宝宝找到妈妈时，妈妈可以做一个惊喜的表情称赞宝宝真棒，如果宝宝在妈妈离开时出现焦虑，妈妈可以发声告诉宝宝：“妈妈没有离开宝宝，妈妈就在这里哦。”

提示：

- 妈妈和宝宝最好在同一个屋子里玩游戏，确保宝宝始终在妈妈的视线范围内。
- 如果一开始的时候，妈妈藏起来让宝宝特别不安，妈妈可以试着说“妈妈就在这里，快来找妈妈”等话语来引导、安慰宝宝，尽量不要直接放弃躲藏，出现在宝宝面前。
- 宝宝找到妈妈的难度要慢慢递增，不要一开始就让宝宝找不到，出现害怕或抵触情绪。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“躲猫猫”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以在宝宝熟悉游戏并感兴趣后，让宝宝和其他的小朋友或家人一起玩“躲猫猫”的游戏。

手偶朋友



活动材料

动物手偶(男孩可以用小猴子,女孩可以用小兔子)



活动目标

增加宝宝的词汇量,培养宝宝的语言表达能力。



活动方法

1. 养育师演示:妈妈如何跟宝宝玩“手偶朋友”游戏,步骤如下。

- ① 妈妈戴好手偶,扮演小猴子(或小兔子,下同),说:“宝宝,你好!我叫小猴子!你叫什么?”鼓励宝宝回答。如果宝宝未回答,妈妈可引导:“宝宝你应该说‘我叫……,是妈妈的宝宝。’”然后妈妈鼓励宝宝学着说一遍。
- ② 妈妈继续模仿小猴子说:“我喜欢红色的衣服,宝宝有红色的衣服吗?哇,宝宝有红色的衣服!”妈妈用手摸摸宝宝的红色衣服,开心地说:“我找到红色的衣服了,好开心哦!嘻嘻嘻嘻!”然后妈妈指着宝宝的裤子问:“宝宝,这是什么?”鼓励宝宝回答。
- ③ 妈妈和宝宝重复以上过程,依次用鞋子、手绢、被子等宝宝常接触的物品,向宝宝提问名称和颜色等。
- ④ 如果宝宝没有回应,妈妈可以假装捂住眼睛说:“宝宝不理我,我好伤心!呜呜呜。”
- ⑤ 如果宝宝喜欢抓妈妈手中的小猴子,妈妈可以模仿小猴子说:“你来抓我呀!”然后和宝宝互动玩“抓与逃”。也可以在玩了一段时间

后,假装说:“我困了,要睡觉了!”模仿小动物睡觉、打呼噜。过一会儿,醒来说:“宝宝在哪儿?”假装开始找不到宝宝,最后终于找到了:“啊,找到了,宝宝在这儿呢!”然后妈妈让玩偶亲亲宝宝的脸。

提示:

- 妈妈扮演小猴子与宝宝互动的对话和游戏要根据实际情况灵活调整,只要宝宝能保持注意力、引起兴趣,妈妈自由发挥即可。
- 在跟宝宝说话时,妈妈的语速要慢,表达要清晰。玩的过程中,多鼓励宝宝说话。如果宝宝主动用语言表达,妈妈要及时进行反馈交流。

2. 妈妈参照演示的步骤,和宝宝玩“手偶朋友”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后,妈妈可进行以下拓展活动。

在日常生活中,妈妈可以经常用手偶跟宝宝聊常接触的物品和经常做的事情,比如吃饭、出去玩等。

B2. 运动能力单元

舞蹈《健康歌》



活动材料

《健康歌》



活动目标

培养宝宝的大动作技能，增强宝宝的节奏感。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝跳舞蹈《健康歌》，步骤如下。

- ① 妈妈找一片平坦的空地，播放《健康歌》，和宝宝一起跟着节奏和歌词跳舞。
- ② 如果宝宝一开始不愿意跳舞，妈妈可以先示范，动作幅度大一些，让宝宝觉得很好玩，引起宝宝的兴趣。

提示：宝宝跳舞时，妈妈要时刻注意宝宝的安全。例如，颈部动作幅度不能过大；身体保持平衡，避免摔跤等。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝跳舞蹈《健康歌》。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以换不同节奏的音乐，让宝宝跟着节奏自由舞动。
- ② 妈妈可以邀请小朋友或家人和宝宝一起跳舞。

健康歌

左三圈，右三圈，
脖子扭扭，屁股扭扭，
早睡早起，咱们来做运动。
抖抖手啊，抖抖脚啊，
勤做深呼吸，
学爷爷唱唱跳跳，
你才不会老。
.....

动物声音模仿秀



活动材料

动物图片



活动目标

培养宝宝的模仿能力，发展宝宝的认知和观察能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“动物声音模仿秀”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝从动物图片中先找一个熟悉的动物，例如，问宝宝：“宝宝指给妈妈看看，猫咪是哪个？”
- ② 如果宝宝指对了，妈妈指着这张图片说：“宝宝真棒，这就是猫咪。”如果宝宝指错了，妈妈指出正确的图片说：“宝宝看，这个才是猫咪。”
- ③ 妈妈拿着猫的图片，继续问宝宝：“猫咪怎么叫呢？”如果宝宝自己发出了叫声，不管是否正确，妈妈都鼓励：“宝宝叫的真可爱！小猫小猫喵——喵——喵”；如果宝宝未发出叫声，妈妈告诉宝宝：“小猫小猫喵——喵——喵。”然后引导宝宝跟着模仿一遍。
- ④ 妈妈重复以上的步骤，让宝宝认识并模仿更多动物的叫声。

提示：

- 妈妈要一张一张图片让宝宝模仿，每次认识动物的数量不用很多，从宝宝生活中熟悉的动物开始。
- 妈妈可以一边模仿动物叫声一边做相应的动作，以增加活动的趣味性。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“动物声音模仿秀”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

认识了生活中常见的动物后，妈妈可以教宝宝认识更多的动物，如老虎、猴子、大象等。

家务小帮手



活动材料

抹布两块、塑料杯一个、小板凳两个



活动目标

初步培养宝宝整理家务的习惯，锻炼宝宝的动手能力，增强宝宝的责任感和关爱家人的意识。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“家务小帮手”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈用塑料杯接好凉水，假装“不小心”碰到了杯子，水洒在板凳上。
- ② 妈妈跟宝宝说：“哎呀，凳子上都是水，我们不能坐了，宝宝帮妈妈擦一擦，好不好？”如果宝宝愿意，妈妈就和宝宝一起去拿抹布，然后妈妈给宝宝一块抹布：“宝宝真棒！我们一起擦。”
- ③ 擦完一个板凳后，妈妈鼓励宝宝独立把另外一个也擦擦干净。妈妈表扬宝宝：“宝宝真能干，擦得真干净！”
- ④ 擦完后，妈妈让宝宝把抹布、杯子等递给妈妈，夸奖宝宝：“宝宝真棒！真是妈妈的好帮手！”然后，抱抱或亲亲宝宝。

提示：

- 如果宝宝不知道怎么擦板凳，妈妈可以手把手和宝宝一起擦。宝宝擦完后，妈妈一定要检查并表扬宝宝，鼓励宝宝以后经常帮妈妈做简单家务。
- 妈妈要确保宝宝做家务时的安全。例如，杯子一定用不易碎的塑料杯，水一定用干净的自来水或饮用水。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“家务小帮手”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈平时有意识地引导宝宝帮忙做简单家务，如擦桌子等。

两步骤指令



活动材料

兔子手偶两个(兔妈妈和兔宝宝)



活动目标

培养宝宝理解含有两个步骤的指令，锻炼相应的语言表达能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“两步骤指令”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先拿出兔子手偶吸引宝宝注意，并把兔妈妈手偶戴在左手上，兔宝宝手偶戴在右手上，边戴边说：“宝宝，你看，现在妈妈的左手是兔妈妈，右手是兔宝宝。”说的时候语速要慢，可多重复几遍。戴好后，问宝宝：“现在告诉妈妈，左手是谁，右手是谁呀？”如果宝宝答不上来，可再次提醒宝宝。
- ② 宝宝回答正确后，妈妈一边把戴兔宝宝的手藏到身后，一边看着宝宝说：“宝宝，你看，兔宝宝不见了，兔妈妈很着急，你帮兔妈妈把兔宝宝找出来吧。”待宝宝找出兔宝宝后，妈妈夸奖宝宝说：“宝宝真棒！”
- ③ 接着，妈妈对宝宝说：“兔宝宝找到啦，兔妈妈很开心，来，宝宝也抱抱兔宝宝，亲一口。”

宝宝不会做时，妈妈引导宝宝完成动作并表扬宝宝。

- ④ 妈妈借助手偶和宝宝玩更多的两步骤指令，例如：“兔宝宝饿了，宝宝带兔宝宝先去洗洗手，然后来吃饭吧。”
- 2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“两步骤指令”游戏。**
-
- 3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈也可以和宝宝一人戴一个手偶玩指令游戏，过程中宝宝也可以发指令要求妈妈做一些事情。
- ② 在日常生活中，妈妈可以多发出两步骤指令，例如，吃饭前，妈妈说：“宝宝，把板凳搬过来，坐下吃饭喽。”

沙包投篮



活动材料

沙包两个、纸盒一个



活动目标

培养宝宝的基础运动技巧和手眼协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“沙包投篮”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先让宝宝自己玩一会儿沙包。
- ② 妈妈把纸盒放在离宝宝一米远的地方，将纸盒当作篮筐，给宝宝演示扔沙包的动作。如果宝宝不会，妈妈可以握着宝宝的手投掷，然后鼓励宝宝自己尝试。

提示：

- 宝宝开始投不进去，妈妈不要着急，语速要慢，多重复动作要领，耐心地鼓励宝宝进行模仿和练习。

- 妈妈可以跟宝宝比赛，故意投不进去，给宝宝建立自信心。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“沙包投篮”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以把盒子摆在更远的地方，逐渐增加游戏难度。
- ② 妈妈可以邀请家人和宝宝比赛，增加趣味性。

猜猜兔子在哪里



活动材料

纸杯两个、

兔子玩偶一个



活动目标

培养宝宝的注意力和短时记忆力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“猜猜兔子在哪里”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈准备两个纸杯，倒扣在桌上，把兔子玩偶给宝宝看：“宝宝，这是什么呀？”等宝宝回答后，接着说：“妈妈现在把兔子藏起来，看你找不找得到哦！”妈妈把玩偶置于其中一个杯子底下，然后慢慢移动变换一次杯子的位置，要保证宝宝看到整个过程。
- ② 妈妈问：“宝宝，猜猜兔子现在在哪个杯子里？”宝宝指哪个杯子，妈妈就把哪个杯子翻开来。答对了，就夸奖宝宝；如果没答对，就把两个杯子都翻开，让宝宝看看兔子在哪个杯子里。
- ③ 妈妈再把兔子放在另一个倒扣的杯子底下，这次移动变换两至三次杯子的位置，然后再让宝宝猜。然后，同样给宝宝展示猜的结果

正确与否。

提示：

- 妈妈藏玩偶和移动变换杯子位置的速度要慢，确保宝宝全过程都在观看。
- 如果宝宝猜不出来，妈妈可把速度再放慢一些，或者多玩几次，鼓励宝宝猜。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“猜猜兔子在哪里”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可以加快动作速度、用三个杯子或者多变化几次杯子的位置等，逐步增加游戏的趣味性和难度。

给娃娃洗澡



活动材料

娃娃洗澡玩具套装、毛巾



活动目标

初步培养宝宝的自理能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“给娃娃洗澡”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出洗澡玩具，告诉宝宝：“这个娃娃已经玩得有点脏了，娃娃也想像宝宝一样干干净净，我们来给娃娃洗个澡，让它重新变得干净、漂亮吧。”
- ② 妈妈先用花洒假装给娃娃冲洗身体。然后，把娃娃递给宝宝，告诉宝宝怎么给娃娃擦香皂，怎么用花洒清洗。妈妈先给宝宝做示范，然后让宝宝独立尝试整个过程。
- ③ 洗好后，妈妈把毛巾递给宝宝，让宝宝把娃娃擦干。

提示：

- 宝宝完成后妈妈要多表扬。如果宝宝不知

道怎么洗时，妈妈可以和宝宝一起完成，并且给予鼓励，但妈妈不要代替宝宝完成。

- 宝宝不愿意做的时候，妈妈要多想办法引导，变换游戏的方式使其更有吸引力。
- 妈妈要耐心教宝宝洗澡的方法，这对宝宝今后自理能力的形成有很好的帮助。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“给娃娃洗澡”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，妈妈可以多鼓励宝宝完成一些力所能及的事，例如，洗手、洗脸等。

图画书《毛毛虫吃什么呢?》



活动材料

图画书《毛毛虫吃什么呢?》



活动目标

培养宝宝的语言表达能力和思维能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《毛毛虫吃什么呢?》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上，妈妈把书展示给宝宝：“宝宝，你看，这本书上有好多洞洞哦。”妈妈可以让宝宝用手指戳一戳洞洞，自己先玩一会儿书。
- ② 妈妈开始给宝宝讲故事：“宝宝，这本书的名字叫《毛毛虫吃什么呢?》，我们一起来看看毛毛虫吃什么吧！”妈妈指着封面上的苹果和毛毛虫说：“看，一个大红苹果，还有一只绿色的毛毛虫，毛毛虫会吃苹果吗？”
- ③ 妈妈停顿一下后，翻开第一页，给宝宝读道：“一条绿色的毛毛虫，爬呀爬呀，它的肚子饿了，想吃点东西。它找到了一颗红苹果，心里想：‘哇！苹果看起来好好吃。’一只蜗牛爬上来说：‘喂！毛毛虫不吃苹果，你不知道吗？’毛毛虫只好慢慢地爬下来。”读完这页后，妈妈可以问宝宝：“毛毛虫吃苹果吗？”如果宝宝回答不出来，妈妈告诉宝宝：“毛毛

虫不喜欢吃苹果。”如果宝宝回答出来了，妈妈可以表扬宝宝：“宝宝好厉害哦，知道毛毛虫不吃苹果，那我们看看毛毛虫到底吃什么吧！”然后妈妈继续给宝宝讲故事。

- ④ 每讲完一页，妈妈都可以参照上述方法向宝宝提问互动。

提示：妈妈在讲故事时语速要慢，注意根据角色和内容变换语调和表情，并要多和宝宝进行互动交流。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《毛毛虫吃什么呢?》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈指着书上的图片，让宝宝说出这些动物和水果的名称分别是什么。
- ② 妈妈可以鼓励宝宝给家里人讲讲这个故事。

滚 球



活动材料

瑜伽球



活动目标

锻炼宝宝肢体力量和协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“滚球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把球放在宝宝面前的空地上，对宝宝说：“我们一起玩‘滚球’的游戏吧！”
- ② 妈妈蹲下身，保持和宝宝一样的高度，一边给宝宝示范如何用手滚球，一边说：“宝宝，看妈妈，手放在球上，像这样子向前滚动。”当宝宝未能照做或拿起球直接扔时，妈妈可以手把手地强调：“宝宝，这个游戏中，球要一直在地上滚才可以，像妈妈这样滚这个球，不要把它抱起来。你试试看。”
- ③ 当宝宝能够独立用手滚动球时，妈妈站起身观看宝宝滚球，并随宝宝一起向前移动。
- ④ 确保宝宝能够独立熟练滚球时，妈妈可站在三米远的前方，张开双臂，鼓励宝宝向妈妈这边滚球。当顺利到达时，拥抱并夸奖宝宝：“宝宝真能干，滚得真棒！”

提示：

- 妈妈教宝宝滚球时动作要慢，讲解要有耐心，确保宝宝看清楚妈妈的动作。
- 妈妈要时刻注意宝宝的安全，防止跌倒。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“滚球”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可根据宝宝的运动能力，适当增加宝宝滚球时与妈妈的距离。
- ② 妈妈也可以让宝宝倒着走滚球，向左右横着滚球或者和宝宝换着滚球，增加游戏的趣味性。

爵士鼓演奏



活动材料

儿童爵士鼓一套



活动目标

培养宝宝的节奏感，增强宝宝对音乐美的体验。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“爵士鼓演奏”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把爵士鼓摆好，妈妈拿一根鼓槌，给宝宝一根鼓槌，对宝宝说：“宝宝，今天我们来演奏爵士鼓好不好？”
- ② 妈妈敲打一个鼓面，吸引宝宝注意，然后鼓励宝宝也试着敲打。
- ③ 妈妈敲打不同的鼓面，让宝宝试一试。任意敲打一会儿，让宝宝感受不同的声音。
- ④ 妈妈示范连续敲击同一鼓面两次，然后敲另一鼓面，敲击出“咚咚啪”的节奏。然后让宝宝也模仿着敲出这个节奏。
- ⑤ 妈妈慢慢敲一段长一点点的节奏，如“咚咚啪、咚咚啪、咚咚咚咚咚啪”，让宝宝意识到节奏的不同，然后帮助宝宝敲出这个节奏。

提示：

- 宝宝能敲打出节奏，妈妈要及时表扬宝宝：“宝宝你真棒！敲得真好听！”
- 妈妈教宝宝敲打长一些的节奏时要耐心，可以把节奏分成几段，一段一段教，最后再连在一起。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“爵士鼓演奏”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以教宝宝不同的节奏。
- ② 妈妈也可以让宝宝和其他小朋友一起演奏爵士鼓。

儿歌《找朋友》



活动材料

儿歌《找朋友》



活动目标

培养宝宝良好的礼仪习惯，增强宝宝交朋友的能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《找朋友》，步骤如下。

- ① 妈妈邀请宝宝开始活动：“宝宝，我们今天一起来学唱儿歌《找朋友》吧。”
- ② 妈妈先循环播放儿歌，跟着音乐一边给宝宝唱儿歌，一边配合做动作。在唱“找呀找呀”的时候，妈妈可把一只手搭在额头前面做出寻找的动作。在唱“敬个礼呀握握手”时，和宝宝敬礼并握手。
- ③ 妈妈可以让家人也加入到找朋友的游戏，让宝宝找到更多的“朋友”。

提示：

- 如觉得音乐中歌速较快，妈妈可用较慢的速度独唱，并让宝宝尝试着慢慢跟着一起唱，可以妈妈唱一句，让宝宝学着唱一句，多重复几遍，直到宝宝学会。如果宝宝做得好，妈妈要夸奖宝宝或亲亲宝宝。

- 妈妈要有耐心，尽量多加入动作，与宝宝互动，让宝宝感到游戏的乐趣。

2. 妈妈参照演示的步骤，教宝宝唱儿歌《找朋友》。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

在日常生活中，如果有小朋友来家里玩时，妈妈多鼓励宝宝与小朋友一起玩，一起唱儿歌。

找朋友

找呀找呀找朋友，
找到一个好朋友，
敬个礼呀握握手，
你是我的好朋友。

打电话



活动材料

玩具电话机



活动目标

培养宝宝的对话能力和沟通能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“打电话”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝自己先玩一会儿玩具电话机，找机会模仿电话铃响的声音：“叮铃铃！叮铃铃！”
- ② 妈妈拿起电话，假装接电话：“喂？你好！请问，你找谁？哦，是爸爸！”妈妈假装听爸爸说话后，回答：“我们挺好的，宝宝已经吃饭了，你呢？”等爸爸“回答”完，妈妈说：“嗯，宝宝也在，你要跟宝宝说话吗？好的！”妈妈把玩具电话给宝宝，模仿爸爸的声音并鼓励宝宝说几句，如“爸爸，你好！”“爸爸吃饭了吗？”等。
- ③ 最后，妈妈接过电话说：“好了，那就这样吧，我要挂电话了，再见！”妈妈挂断电话。
- ④ 妈妈还可以问宝宝：“宝宝想给谁打电话吗？”如果宝宝有想法，就继续模拟打电话。如果宝宝没有想法，妈妈也可以自己选一个

宝宝熟悉的人，重复上面的游戏步骤。

提示：

- 妈妈也可以假装打电话给宝宝，慢慢和宝宝说一些更复杂的语句，让宝宝将这些语句用在“打电话”或日常跟人的交流中。
- 如果宝宝开始不愿说话，妈妈不要气馁，多和宝宝游戏模拟，互动对话即可。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“打电话”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以和宝宝一起打真的电话给家人、小朋友等。
- ② 电话里，除了简单日常对话外，可以多和宝宝聊一些较复杂的事情，比如宝宝去哪里玩什么了等。

带球射门



活动材料

小号足球、球门框



活动目标

培养宝宝的运动能力和身体协调性。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“带球射门”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在一片平坦空地上将球门框装好。妈妈在距离球门三米的地方画一条线，向宝宝介绍游戏方法。
- ② 妈妈轻轻把球踢向前方，然后追向足球，边跑边踢，最后在距离球门半米左右的位置把球踢进球门。妈妈一边示范，一边给宝宝讲动作要领，可以重复示范两次，然后让宝宝模仿妈妈的样子踢球。
- ③ 如果宝宝一开始不知道怎么踢球，妈妈可以拉着宝宝的手一起跑到足球面前，让宝宝把球踢进球门。如果宝宝没能将球踢进球门，妈妈鼓励宝宝：“差一点就踢进去了，我们再试一次。”如果宝宝踢进了，妈妈夸奖宝宝：“宝宝真棒，进球了！”
- ④ 如果宝宝没有明白指令，妈妈可以给宝宝再次示范并让宝宝模仿。

提示：

- 妈妈在宝宝身边时刻关注宝宝的动作，防止宝宝因为抬腿失去重心而摔倒。
- 妈妈要有耐心，只要宝宝能够跑向球并把球踢出去，就要表扬和鼓励宝宝。
- 如果宝宝对射门不感兴趣，妈妈也可以让宝宝把球踢给妈妈，两个人来回传球玩。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“带球射门”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以根据宝宝的运动能力，让宝宝从更远的地方开始跑着踢球，然后射门。
- ② 妈妈可以让宝宝和其他小朋友一起跑着互相传球。

形状屋



活动材料

形状屋



活动目标

培养宝宝对形状的认知。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“形状屋”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出形状屋玩具，把各种形状积木放在宝宝面前，说：“宝宝看，这里有好多积木哦，它们想回家了，我们把它们送回房子里吧。”
- ② 妈妈先拿起圆形积木，告诉宝宝：“这是圆形，要通过圆形的门洞才能进入房子里哦。宝宝，看，我现在要把它送回去了。”妈妈把圆形积木从对应的门洞中塞进去。然后妈妈拿起第二个圆形积木递给宝宝，让宝宝尝试。
- ③ 妈妈再拿起方形积木，对宝宝说：“这是方形，宝宝把它通过方形的门洞送回去吧。”然后妈妈鼓励宝宝把两个方形积木依次从方形的门洞中放进去。
- ④ 妈妈让宝宝试着自己找出三角形积木，并把找到的三角形积木放入相对应的门洞中。
- ⑤ 宝宝每次成功放进一个积木，妈妈都要表扬宝宝。

提示：

- 如果宝宝还不认识形状，妈妈可以先给宝宝描述每个形状的特征。妈妈教宝宝认识形状和找对应的门洞时要有耐心。
- 开始学习时宝宝不能掌握也没关系，妈妈要多鼓励宝宝仔细观察并尝试。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“形状屋”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

在日常生活中，妈妈可以和宝宝多关注身边常见物品的形状和名称。例如，把手机指给宝宝：“手机是什么形状的？手机是长方形的。还有什么东西像它一样是长方形的吗？”或者在吃饭的时候问宝宝：“盘子是什么形状的？盘子是圆形的。你还能找到像它一样是圆形的东西吗？”

过家家



活动材料

一大一小两个娃娃、大毛巾一条、小碗两个、脸盆一个



活动目标

培养宝宝对生活规则的感性认识，逐步养成宝宝良好的生活习惯。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“过家家”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先用毛巾盖好大娃娃和小娃娃的身体，对宝宝说：“宝宝，我们来玩过家家吧。大娃娃是妈妈，小娃娃是宝宝。她们正在睡觉。”过一小会儿，说：“天亮了，起床喽！”妈妈把大娃娃拉起来，让宝宝把小娃娃拉起来。
- ② 妈妈问宝宝：“起床以后要做什么呀？”如果宝宝回答不出，妈妈可给予提示：洗脸、刷牙、吃早饭。
- ③ 妈妈和宝宝假装给娃娃们洗脸、刷牙、吃早饭。吃完早饭后，可以让宝宝和娃娃自由玩一会儿。然后，妈妈问宝宝：“宝宝，中午到了，我们要做什么呀？”如果宝宝答不出，妈妈可以提示：吃午饭，并注意提醒宝宝吃饭前要“洗手”。
- ④ 假装洗手、吃完午饭后，妈妈说：“该睡午觉啦！”妈妈鼓励宝宝让大娃娃和小娃娃都躺

下，然后用小毛巾盖在娃娃身上。

- ⑤ 过一会儿，妈妈跟宝宝说：“下午两点了，我们要起床了。”妈妈可根据孩子平时的日常习惯模拟下午的活动。
- ⑥ 晚饭与午饭相似，晚饭过后，妈妈说：“宝宝，天黑了，我们洗澡睡觉吧。”妈妈和宝宝把娃娃们放在脸盆里假装洗澡，洗完澡后妈妈和宝宝用小毛巾盖好娃娃，假装让娃娃们睡觉。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“过家家”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈参照上述“过家家”的方法，可以给宝宝强调其他良好的生活习惯。
- ② 在日常生活中，妈妈可以多提问宝宝“早上”“中午”“晚上”等时段里，有哪些应该要做的事情。

儿歌《起床歌》



活动材料

儿歌《起床歌》



活动目标

培养宝宝的语言表达能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱《起床歌》，步骤如下。

- ① 妈妈先播放儿歌，和宝宝一起听，让宝宝体验儿歌的节奏。
- ② 妈妈和宝宝一起唱儿歌。妈妈边唱边做动作，做时动作要慢，唱的声音要大，吸引宝宝的注意力，并鼓励宝宝跟着模仿。
- ③ 只要宝宝开始唱，妈妈就表扬宝宝：“宝宝唱得真好！”

提示：妈妈要不断鼓励宝宝的表现。宝宝学得
不准确时，妈妈及时纠正宝宝的发音。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝一起唱《起床歌》。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 每天起床时，妈妈可以给宝宝唱《起床歌》。
- ② 妈妈可以让宝宝和小朋友一起唱《起床歌》。

起床歌

小宝宝(妈妈指指宝宝),
起得早(指指太阳),
睁开眼(把手握拳放在眼睛旁边,再张开),
眯眯笑(凭空画个微笑),
咿呀呀(拍三次手),
学说话(拍三次手),
伸伸手(手臂伸开),
要人抱(妈妈抱宝宝)。

吹 泡 泡



活动材料

泡泡水两瓶



活动目标

锻炼宝宝的肺活量，促进宝宝身体发育。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“吹泡泡”游戏，步骤如下。

- ① 在室外空地，妈妈给宝宝示范吹泡泡，边示范边说：“我们慢慢地吹，可以吹出一些大泡泡；或者快快地吹，能吹出很多小泡泡。”
- ② 妈妈可以把手弄湿，让大泡泡停留在手上，提高宝宝对游戏的兴趣。
- ③ 妈妈可以吹出许多小泡泡，让宝宝追泡泡并把泡泡弄爆。
- ④ 妈妈示范完后，让宝宝自己尝试吹泡泡，妈妈提醒宝宝要轻轻地吹。宝宝一开始吹不出来，可鼓励宝宝多尝试。宝宝能吹出来后，妈妈要夸奖宝宝：“宝宝好厉害呀，会吹泡泡了，泡泡好漂亮哦。”
- ⑤ 宝宝熟练后，妈妈可以和宝宝比赛看谁吹的泡泡多，或者去追自己吹出的泡泡。

提示：

- 妈妈注意风向，不要对着宝宝吹，防止泡泡水碰到宝宝的眼睛。如果不小弄进了眼睛，请立刻用清水冲洗。
- 妈妈注意不要让宝宝把泡泡水弄进嘴里。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“吹泡泡”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可让宝宝自己尝试，如何让泡泡停留在自己手上。
- ② 在日常生活中，妈妈可以用自制的肥皂水跟宝宝玩吹泡泡，也可以尝试让宝宝吹气球等锻炼肺活量。

图画书《巴尔要睡觉》



活动材料

图画书《巴尔要睡觉》



活动目标

培养宝宝初步建立白天和晚上的时间观念。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《巴尔要睡觉》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝并排坐在爬行垫上，妈妈拿出书，对宝宝说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个关于白天和晚上的故事，这个故事的名字叫《巴尔要睡觉》。”
- ② 妈妈翻开第一页，指着书上的巴尔，“宝宝看，这是巴尔，巴尔是个刚从石头中出生的石精灵，因为石头不会回答他的任何问题，因此很多事情巴尔都得自己去学。现在，他遇到了一个难题，他不知道自己该在什么时候睡觉。”
- ③ 妈妈读完之后，问：“宝宝，你应该在什么时候睡觉啊？”如果宝宝能够回答出“晚上”“中午”“困了”等时候，妈妈夸奖宝宝。

如果宝宝没有回答出，妈妈就告诉宝宝。然后妈妈继续说：“那巴尔应该在什么时候睡觉呢？我们来看看吧！”

- ④ 妈妈翻开下一页，继续一边指着图画，一边给宝宝讲：“‘我去问问大家吧。’巴尔在阳光里慢慢地飞着，觉得很舒服！巴尔飞到了小镇上，看见熊奶奶正在晒被子。‘奶奶，您现在不睡觉吗？’巴尔问。‘当然是晚上睡觉啊，白天阳光这么好，晒晒被子，晚上就睡得香了。’熊奶奶笑眯眯地说。巴尔想：我是不是该学熊奶奶夜晚睡觉呢？”妈妈可以问宝宝：“有太阳的时候是白天还是晚上啊？什么时候可以晒被子啊？熊奶奶什么时候睡觉呢？”如果宝宝回答不上来，妈妈就告诉宝宝：白天有太阳，可以晒被子，晚上要睡觉。
- ⑤ 妈妈按照上述的方法给宝宝讲完故事。讲的过程中，妈妈可以多问宝宝关于白天和晚上的问题，让宝宝逐渐认识白天和晚上的概念。

提示：讲故事过程中，妈妈语速要慢，吐字要清晰，多和宝宝交流。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《巴尔要睡觉》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 平时起床后、睡觉前，妈妈可以多问宝宝：“现在是白天，还是晚上？”加深宝宝的印象。
- ② 认识白天和晚上之后，妈妈还可以在日常生活中教宝宝认识上午和下午。

会照顾人的小猫咪



活动材料

猫妈妈和小猫头饰各一个、塑料杯、抹布



活动目标

培养宝宝关心他人的意识和动手能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“会照顾人的小猫咪”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把塑料杯和抹布放在桌子上。两人分别戴好头饰：“现在我是猫妈妈，宝宝是小猫。猫妈妈生病了，小猫来帮帮猫妈妈吧。”妈妈加入适当的表情或动作，增加游戏的趣味性。
- ② 妈妈可以给宝宝布置一个简单且宝宝能独立完成的任务，如“帮猫妈妈捶背”“帮猫妈妈擦桌子”等，宝宝每完成一个小任务，妈妈都要夸奖宝宝。
- ③ 妈妈告诉宝宝：“猫妈妈有点累，要睡一会儿，小猫先自己玩一会儿，不要吵哦。小猫走路的时候也要轻轻地，不要吵到妈妈，让妈妈休息一下。”然后，妈妈低头装睡。
- ④ 假装睡一会儿后，妈妈醒来问宝宝：“小猫，

小猫你在哪里啊？妈妈好渴啊，能把水杯递给妈妈吗？”当宝宝把水杯拿给妈妈后，妈妈摸摸宝宝的头，夸奖宝宝：“你真是会照顾人的好宝宝！”

提示：在宝宝独立完成任务的过程中，妈妈要注意宝宝的安全。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“会照顾人的小猫咪”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以跟宝宝交换身份进行游戏，也可以创设其他合适情景，相互照顾。
- ② 妈妈可以跟宝宝扮演不同动物，如兔子、小狗等玩游戏。

涂 颜 色



活动材料

涂色本、蜡笔



活动目标

培养宝宝对形容词的理解和表达能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“涂颜色”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝坐在桌子前，把涂色本和蜡笔摆在宝宝面前，说：“宝宝，今天我们来玩涂颜色游戏吧！这是涂色本，这是蜡笔。”
- ② 妈妈先给宝宝示范，然后让宝宝自己动手涂色。妈妈也可以握着宝宝的手带着宝宝一起涂色。
- ③ 在涂色的过程中，妈妈要和宝宝不断交流，例如，妈妈指着宝宝正在涂的茄子，问宝宝：“这是什么呀？”如果宝宝没有回答正确，就告诉宝宝：“这是茄子。”再问：“茄子是不是紫色的？”尽量创造机会让宝宝将重点的话重复几遍。如果宝宝能回答出来，妈妈要夸奖宝宝。
- ④ 涂好颜色后，妈妈可以问宝宝：“紫色的茄子是不是很漂亮啊？”尽可能重复“紫色的”“茄子”“漂亮”等词语。

提示：

- 如果宝宝喜欢其他颜色，也可以把茄子涂成其他颜色。
- 妈妈说话的语速要慢，要有耐心。宝宝回答后，妈妈要及时表扬宝宝。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“涂颜色”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 在日常生活中，妈妈试着多让宝宝自己用简单形容词来描述实物，比如，“美丽的花”“可爱的小朋友”。
- ② 妈妈可以尝试让宝宝学着用复杂的或多个形容词来描述实物，比如“聪明、可爱的小宝宝”“善良、美丽的小姑娘”。

投篮高手



活动材料

儿童篮球玩具套装



活动目标

培养宝宝大肌肉运动能力和手眼协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“投篮高手”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿着篮球，告诉宝宝：“今天我们来玩篮球吧！像妈妈这样，两只手抱着篮球，用劲向上扔。”妈妈示范向上投球给宝宝看，然后让宝宝练习。妈妈也可以手把手带着宝宝一起做向上扔球动作。
- ② 等宝宝玩一会儿向上扔球后，妈妈把篮筐固定在比宝宝头略高的位置，告诉宝宝：“宝宝，两只手拿着篮球，把篮球投进篮筐里。”如果宝宝不知如何投球，妈妈示范双手投篮给宝宝看，鼓励宝宝模仿。
- ③ 宝宝刚开始练习投篮的时候，妈妈可以手把手地教宝宝抛或扔的动作，并控制投篮的距

离适当近一些。

提示：宝宝在刚开始投篮时，可能大多数是投不进去的，妈妈要多鼓励宝宝，并可通过调整篮筐的高度和距离等方式，帮助提高宝宝继续游戏的兴趣。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“投篮高手”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 可以适当地加大篮筐的高度和距离，增加投篮难度，形成一定挑战。
- ② 可以让宝宝和其他小朋友比赛投篮。

A3. 认知能力单元

比 高 低



活动材料

高低不同的积木



活动目标

培养宝宝对空间的认知能力以及动手搭建能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“比高低”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把不同形状的积木放在桌子上，让宝宝通过搭房子、火车和门洞来认识高低。妈妈说：“宝宝，我们来搭一个房子吧。”妈妈可指导宝宝先放方形积木，再将三角形积木放到方形积木上搭好房子。妈妈鼓励宝宝说：“宝宝真棒，小房子搭好了，我们再来搭一个火车吧！”
- ② 妈妈和宝宝用方形的小积木，一个挨着一个横着放成一排，再将一个小积木放到第一块积木的上面作为火车头，对宝宝说：“宝宝，我们的火车也搭好了。”妈妈一边推着火车，一边发出“嘟嘟嘟”的声音说：“小火车开到小房子前面啦。宝宝，看看小火车和房子谁高啊？”宝宝回答出来时给予表扬，回答不出来时妈妈一边用手比对，一边告诉宝宝：

“啊，小房子比火车高啊！”

- ③ 最后，妈妈再和宝宝一起搭个大门洞，高度可以将火车推过大门洞，问宝宝：“这是大门洞，宝宝，看看我们一起搭的火车、小房子和大门洞，它们三个，谁最高，谁最低呀？”
- ④ 妈妈根据宝宝的回答，给宝宝相应的回复，帮助宝宝认识高低。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“比高低”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以继续跟宝宝用积木搭不同形状的物体，并让宝宝比较高低。
- ② 妈妈可以利用日常生活中的物品教宝宝认识高低，例如，高低不同的凳子，爸爸妈妈和宝宝不同的身高等。

听指令的机器人



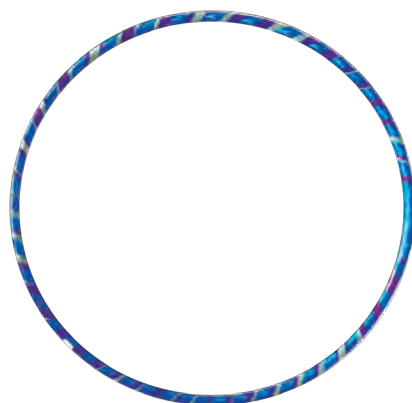
活动材料

呼啦圈



活动目标

培养宝宝对规则的理解和遵守规则的好习惯。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“听指令的机器人”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将呼啦圈放在地上，带宝宝站在距离呼啦圈一米远的地方，对宝宝说：“宝宝，今天我们来当‘机器人’吧。妈妈喊什么指令，机器人就会做什么哦！”
- ② 妈妈先说第一个指令：“朝呼啦圈走三步，蹲下。”说完后，妈妈带着宝宝一边走，一边喊指令：“一、二、三，蹲下！”走完三步后，一起蹲下。在过程中，鼓励宝宝也喊出指令。
- ③ 第一个指令完成后，妈妈问宝宝：“宝宝明白了吗？妈妈喊什么指令，机器人就一起做什么。”妈妈告诉宝宝：“我们现在做第二个指令：起立，跨过呼啦圈，走三步。”妈妈带宝宝一起做，“起立，跨过呼啦圈，一、二、三！”
- ④ 妈妈跟宝宝走过呼啦圈后，妈妈继续说下一个指令：“向左转，走三步。”然后，带着宝宝

一起做，“向左转！一、二、三！”妈妈鼓励宝宝一起喊出指令或步数。

- ⑤ 如果宝宝不愿意配合，妈妈尽量想办法增加游戏乐趣，鼓励宝宝配合完成。如果宝宝能很好地完成，妈妈要亲亲或抱抱宝宝，夸奖宝宝：“宝宝好厉害呀，真是遵守规则的好孩子。”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“听指令的机器人”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝发指令，妈妈跟着宝宝一起做。
- ② 妈妈可以发出一些有三步及以上比较复杂的指令，然后带着宝宝做。例如，向前走三步，蹲下，起立，绕呼啦圈转一圈等。

手偶表演《我妈妈》



活动材料

图画书《我妈妈》

一大一小两个兔子手偶



活动目标

增加宝宝的词汇量，提高宝宝的语言表达能力，增进宝宝和妈妈之间的感情。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝用手偶表演《我妈妈》，步骤如下。

- ① 游戏开始之前，妈妈先熟悉图画书《我妈妈》的故事内容。妈妈拿出两个兔子手偶，给宝宝介绍兔妈妈和兔宝宝：“宝宝，妈妈今天给你表演《我妈妈》的故事，这个是兔妈妈，这个是兔宝宝，兔宝宝有一个好妈妈。”
- ② 妈妈一只手戴兔妈妈手偶，另一只手戴兔宝宝手偶，开始表演。先让兔宝宝靠近兔妈妈，用兔宝宝的声音说：“这是我妈妈，她真的很棒！”兔宝宝左右摇晃着说：“我妈妈是个手艺特好的大厨师。”同时另一只手让兔妈妈做出动手做饭的动作。
- ③ 妈妈继续用兔宝宝的声音说：“我妈妈也是一个很会杂耍的特技演员。”同时让兔妈妈做出一些杂耍的动作。
- ④ 妈妈一边用兔宝宝的声音讲述兔妈妈的优点，

一边做出相应的动作来配合。通过手偶表演，让宝宝感受妈妈的伟大以及妈妈对宝宝的爱。

提示：在表演时，妈妈的语速要慢，吐字要清晰，表情和动作尽可能夸张和逼真。

2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝用手偶表演《我妈妈》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝戴着兔宝宝的手偶，妈妈说一句，让宝宝模仿一句。或者两人分角色配合表演。
- ② 除了按图画书的内容外，妈妈可以借助手偶表演自己的本领和故事，让宝宝更加喜爱妈妈。

老鹰抓小鸡 2



活动材料

老鹰、母鸡和小鸡的头饰



活动目标

培养宝宝运动能力和身体协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“老鹰抓小鸡 2”游戏，步骤如下。

- ① 宝宝扮演老鹰，妈妈扮演母鸡，邀请一个年龄相近、稍小的小朋友当小鸡。妈妈带孩子们找一块开阔且平坦的地方，可以先让宝宝们自由玩一会儿，然后对宝宝们说：“我们今天来玩‘老鹰抓小鸡’吧，宝宝当老鹰，弟弟（或妹妹）当小鸡，宝宝来抓小鸡，妈妈就来当母鸡保护小鸡，好不好？”妈妈边说边给大家分别戴上相应的头饰。宝宝们理解游戏后，妈妈就让老鹰开始抓小鸡。
- ② 妈妈先拉着小朋友开始跑，尽量跑慢一点，让老鹰能赶得上。老鹰抓到小鸡后妈妈要夸赞宝宝：“老鹰真棒，抓住小鸡了。小鸡也很棒哦，跑得那么快。”如果宝宝不愿意追，妈妈可以一边慢跑一边想办法引导宝宝：“老鹰，我们在这呢，过来抓我们哦，老鹰很棒，一定可以抓到小鸡的。”
- ③ 刚开始游戏时，妈妈要带小朋友跑得慢一些，

要让宝宝在短距离内能抓到妈妈和小朋友，等宝宝进入状态并能很快追上妈妈后，妈妈尽量护住小朋友，不让宝宝很容易就抓到。

提示：

- 妈妈在和宝宝们做这个游戏时，要时刻注意两个孩子的安全，保护孩子们不要摔倒。
- 如果天气允许，这个游戏非常适合在平坦的院子或空地上进行。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“老鹰抓小鸡 2”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 宝宝能跑得很稳时，妈妈可与宝宝互换角色，例如，妈妈当老鹰，让宝宝做母鸡保护小鸡等。
- ② 妈妈和宝宝可以进行其他角色扮演，如猫捉老鼠等，妈妈可以适当模拟角色的动作和声音。

手指画画



活动材料

儿童手指蜡笔套装



活动目标

培养宝宝对图形的辨别能力和思维能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“手指画画”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将手指蜡笔摆在宝宝面前，跟宝宝说：“宝宝，今天我们来画画吧，你看，妈妈手里拿的是手指蜡笔，可以用手指画画哦。”
- ② 妈妈将手指蜡笔分别套在自己和宝宝的手指上，然后把画册打开，妈妈先给宝宝示范如何用手指蜡笔描绘一些简单的图形，比如直线，“宝宝，你看妈妈是怎么画的。”妈妈示范完后，让宝宝自己动手尝试。妈妈也可以握着宝宝的手一起画，然后再鼓励宝宝自己随便画。
- ③ 只要宝宝动手画，妈妈就夸奖宝宝，鼓励宝宝继续：“宝宝真棒，画得很好哦！”

提示：妈妈要注意宝宝的安全，不要让宝宝把蜡笔塞进嘴里。在画的过程中，不用要求宝宝画得很像，可以随意画。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“手指画画”游戏。

3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以教宝宝认识书中的各种图形，比如正方形、圆形等。
- ② 妈妈也可以让宝宝将书中两个相关的物体用线连接起来。

换装娃娃



活动材料

换装娃娃(含多套服装、鞋子及包等配饰)



活动目标

培养宝宝与他人沟通并愿意做出选择的能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“换装娃娃”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把娃娃和裙子、鞋子、包包摆在宝宝面前，问宝宝：“这些是什么呀？”如果宝宝回答不出，妈妈指着每一样东西，告诉宝宝：“这是娃娃要穿的衣服，这是鞋子，这是包包。”妈妈接着问宝宝：“宝宝最想要给娃娃穿什么？从这些东西里面选一个。”
- ② 宝宝选出后，妈妈要问宝宝：“宝宝选的这个是什么呀？”如果宝宝回答不出，妈妈需要再次告诉宝宝物品的名称。宝宝回答后，妈妈对宝宝说：“我们来给娃娃穿上它，把娃娃打扮得漂漂亮亮的！”
- ③ 穿完一件后，可以继续重复上述步骤，让宝宝选择其他配饰。

提示：

- 妈妈在跟宝宝的交流过程中要有耐心，如果宝宝暂时没有反应，可慢慢引导宝宝说。
- 如果宝宝没有做出选择，妈妈可以先挑一件对宝宝说：“给娃娃戴上这个好看吗，我们要不要试试？”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“换装娃娃”游戏。**3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，妈妈可以有意让宝宝进行一些选择的锻炼，例如，让宝宝从两件衣服中选出自己想要穿的那件，或者选择食物、玩具等。

手偶表演《我爸爸》



活动材料

图画书《我爸爸》

一大一小两个狮子手偶



活动目标

增加宝宝的词汇量，提高语言表达能力，增加宝宝和爸爸之间的感情。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何用手偶给宝宝表演《我爸爸》，步骤如下。

- ① 游戏开始之前，妈妈先熟悉图画书《我爸爸》的故事内容。妈妈拿出两个狮子手偶，给宝宝介绍狮子爸爸和狮子宝宝：“宝宝，妈妈今天给你表演《我爸爸》的故事，这个是狮子爸爸，这个是狮子宝宝，狮子宝宝有一个好爸爸。”
- ② 妈妈一只手戴狮子爸爸手偶，另一只手戴狮子宝宝手偶，开始表演。先让狮子宝宝靠近狮子爸爸，用狮子宝宝的声音说：“这是我爸爸，他真的很棒！”狮子宝宝左右摇晃着说：“我爸爸什么都不怕，连坏蛋大野狼都不怕。”同时另一只手让狮子爸爸随意做很厉害的样子。
- ③ 妈妈一边用狮子宝宝的声音讲述狮子爸爸的

优点，一边做出相应的动作来配合。通过手偶表演，让宝宝感受爸爸的伟大以及爸爸对宝宝的爱。

提示：在表演时，妈妈的语速要慢，吐字要清晰，表情和动作尽可能夸张和逼真。

2. 妈妈参照演示的步骤，用手偶给宝宝表演《我爸爸》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝戴着狮子宝宝的手偶，妈妈说一句，让宝宝模仿一句。或者两人分角色配合表演。
- ② 除了按图画书的内容外，妈妈可以借助手偶表演宝宝自己爸爸的本领和故事，让宝宝更加喜爱爸爸。

捏超轻黏土



活动材料

超轻黏土



活动目标

锻炼宝宝手部精细动作能力，同时辨认物体，增加想象力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“捏超轻黏土”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈给宝宝一块超轻黏土，先让宝宝探索性的自己玩一会儿。
- ② 妈妈拿起一块超轻黏土，给宝宝示范捏一个球。让宝宝观察妈妈做球的过程，并在捏的过程中多与宝宝交流：“宝宝看，这像不像一个小足球呀？”
- ③ “宝宝，你也捏一个小足球，好吗？”鼓励宝宝模仿妈妈捏出球状。
- ④ 妈妈再给宝宝示范如何捏成其他的物品，如盘子、手机等。

提示：

- 注意不要让宝宝将超轻黏土放入口、鼻中。

- 如果宝宝在捏的过程中遇到困难，妈妈要耐心帮助宝宝，一起完成。不管宝宝捏的像不像，都要给予鼓励：“宝宝捏的是什么呢？真漂亮！你捏得真好！”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“捏超轻黏土”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可让宝宝自己随意捏任何形状，并让宝宝尝试描述自己捏的是什么。

小画家



活动材料

蜡笔、

涂色画册



活动目标

培养宝宝对颜色的认识能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小画家”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝一起看涂色画册，妈妈指着苹果图案问宝宝：“宝宝，这是什么东西？”鼓励宝宝回答。
- ② 妈妈再问宝宝：“宝宝能不能告诉妈妈，苹果是什么颜色呀？”如果宝宝没有回答正确，妈妈告诉宝宝：“苹果是红色的（或黄色、绿色，下同）。”
- ③ 妈妈指着涂色画册中尚未着色的苹果图案问：“宝宝，你看这是苹果吧？它还没有颜色，让我们一起把它涂成一个红红的苹果好不好？”妈妈先拿起红色蜡笔示范性地涂一点，说：“宝宝，苹果是红色的，不要涂到外面哦。”鼓励宝宝拿起蜡笔涂色。妈妈也可以先握着宝宝的手一起涂色，然后再鼓励宝宝

自己涂色。

- ④ 不论宝宝有没有将苹果图案涂满红色，妈妈都要鼓励宝宝：“宝宝画得真棒，现在变成一个红红的大苹果了！”

提示：妈妈注意不要让宝宝把蜡笔放进嘴里。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“小画家”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈让宝宝认识其他颜色的物品并涂色，例如，黄色的香蕉。
- ② 妈妈可以让宝宝在白纸上随意画画，例如，画宝宝涂过的苹果或者其他简单的物品。

A4. 社会情感单元

儿歌《拍手歌》



活动材料

儿歌《拍手歌》



活动目标

培养宝宝认识各种情绪。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝一起唱儿歌《拍手歌》，步骤如下。

- ① 妈妈先播放儿歌，和宝宝一起感受歌曲中愉快的节奏。然后，妈妈一句一句地教宝宝唱歌，并示范相应的动作。妈妈唱一句，鼓励宝宝唱一句，妈妈做一个动作，宝宝做一个动作。
- ② 当妈妈完整教完一遍后，妈妈告诉宝宝：“宝宝和妈妈一起唱一遍吧。”如果宝宝跟不上音乐的节奏，妈妈可以放慢速度自己唱，让宝宝尽量做完动作再进行下一句。
- ③ 唱完后，妈妈可以和宝宝互动问答的举例：
“如果感到幸福你就做什么？”妈妈和宝宝一起拍拍手；
“如果感到悲伤你就做什么？”妈妈和宝宝一起抹眼泪；
“如果感到气愤你就做什么？”妈妈和宝宝一起跺跺脚；
“如果感到快乐你就做什么？”妈妈和宝宝一

起高声喊“耶”。

提示：宝宝不一定要记住歌词，只要会根据歌词做出相应动作即可，让宝宝感受唱儿歌中愉快的情绪。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝唱儿歌《拍手歌》。
3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝和小朋友一起学唱。
- ② 鼓励宝宝独立表演。

拍手歌

如果感到幸福你就拍拍手，（拍手2次，下同）

如果感到气愤你就跺跺脚，（跺脚2次，下同）

如果感到幸福你就拍拍手，

如果感到气愤你就跺跺脚，

如果感到幸福你就拍拍手呀，

如果感到气愤你就跺跺脚呀，

我们大家一齐拍拍手，

我们大家一起跺跺脚。

如果感到悲伤你就抹眼泪，（用拳“揉”眼睛2次）

如果感到快乐你就高声喊，（双手拢在嘴上喊“耶”）

如果感到悲伤你就抹眼泪，

如果感到快乐你就高声喊，

如果感到悲伤你就抹眼泪呀，

如果感到快乐你就高声喊呀，

我们大家一齐抹眼泪，

我们大家一起高声喊。

三步骤指令



活动材料

塑料杯、抹布、椅子和桌子、一大一小两个兔子手偶



活动目标

培养宝宝听三步指令的能力和短时记忆能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“三步骤指令”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先拿出两个兔子手偶吸引宝宝注意：“宝宝，你看，妈妈手里拿的是什么东西呀？”“对，这是兔子，今天宝宝和妈妈来扮演兔宝宝和兔妈妈，好不好呀，看，妈妈是兔妈妈，宝宝是兔宝宝。”边说边把大兔子手偶戴到自己手上，并把小兔子手偶戴到宝宝手上。
- ② “今天小兔子家大扫除，我们一起来做家务吧！”接着，妈妈说：“兔宝宝，你先用抹布把凳子擦干净，然后把抹布放到桌子上，最后再把杯子拿给妈妈。好了，乖宝宝，开始吧。”
- ③ 如果宝宝没有做出相应动作，妈妈可以先鼓励宝宝：“兔妈妈再说一遍，兔宝宝要仔细听哦，听到后就要跟着做哦。”妈妈重复一遍刚才的指令，再让宝宝跟着做动作。
- ④ 如果宝宝只能做对一部分指令，妈妈要表扬宝宝，再指出宝宝没有完成的部分，如“兔宝宝做得很好，凳子擦得很干净。兔妈妈是不是还说‘然后把抹布放到桌子上，最后再把杯子给妈妈’呀？兔宝宝还有什么没做吗？”
- ⑤ 宝宝做完所有的动作后，妈妈告诉宝宝：“兔

宝宝做得很好，兔妈妈好开心，我们继续做其他活吧。”

提示：

- 妈妈在发布指令前，要确保宝宝的注意力集中在妈妈这里。
- 妈妈发布指令的时候口齿要清晰，确保宝宝能够听清楚。
- 含有三步指令的更多例子：
先把玩具放到凳子上，然后把遥控器放到电视旁边，最后再把杯子放到桌子上面。
先把帽子戴上，然后把凳子放到桌子旁边，最后再把奶瓶拿给妈妈。
先把手机拿给妈妈，然后把桌子擦干净，最后再坐到凳子上。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“三步骤指令”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以鼓励宝宝在做完相应的动作后，向妈妈用语言复述自己刚才都做了哪些动作。

彩色风铃



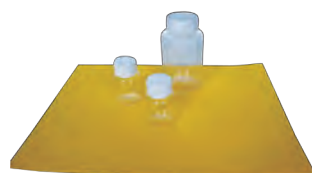
活动材料

带盖空塑料瓶子两个、
各色彩纸、
彩色细绳、
铃铛



活动目标

培养宝宝的手部精细动作能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“彩色风铃”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿起几张彩纸对宝宝说：“宝宝，我们来做一个‘彩色风铃’吧！”边说边把彩纸撕成碎片，让宝宝和妈妈一起把彩纸撕碎。
- ② 妈妈给宝宝示范如何将碎纸片塞到一个空的塑料瓶里。
- ③ 妈妈鼓励宝宝做同样的动作，引导宝宝将彩纸撕成很小的碎片，再放进空塑料瓶里。如果宝宝不愿动手，妈妈可以摇一摇瓶子，告诉宝宝：“你看，塞了碎彩纸的瓶子真漂亮，宝宝也来试一试。”

- ④ 妈妈和宝宝一起给瓶口栓上细绳和铃铛做成风铃，让宝宝体验风铃的声音。

提示：妈妈时刻注意不要让宝宝将纸片放到嘴里。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“彩色风铃”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可换用瓶口较小的瓶子适当增加游戏难度。

按大小分积木



活动材料

大小不同、形状和颜色相同的积木



活动目标

培养宝宝识别大小并分类的能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“按大小分积木”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把积木摆放在桌子上，拿一个大积木和一个小积木，告诉宝宝：“宝宝看看，这两个积木是不是一个大，一个小？这个大，这个小。”
- ② 然后对宝宝说：“宝宝，你看妈妈把大的积木放在一边，把小的积木放在另一边。”边说边把积木分成两类。
- ③ 妈妈教宝宝一起分类：“这个是不是大的？我们放在这边，这个是小，我们放在另一边。”然后鼓励宝宝动手将积木按大小分开。
- ④ 如果宝宝并未按大小分类，而是用自己的方

式分类，妈妈不要急于否定，而要先用温柔的语调问宝宝：“宝宝，为什么这样分啊？”让宝宝说出自己的理由。

提示：妈妈语气要柔和，指令要清晰，保证宝宝能够理解所讲的意思。宝宝做出分类时，妈妈要多鼓励。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“按大小分积木”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈平时可以多利用玩具、食物等常见物品来引导宝宝识别大小并进行分类。

小 厨 师



活动材料

玩具厨房



活动目标

培养宝宝关爱他人、懂得分享的能力，开发宝宝的想象力和创造力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小厨师”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将玩具厨房摆好，对宝宝说：“宝宝，今天我们一起给全家人做饭，好不好？”
- ② 妈妈帮宝宝把玩具拆分出来，拿出一件东西就问宝宝：“宝宝，这是什么东西啊，是干什么用的呀？”宝宝能回答上来，妈妈就大声表扬宝宝；回答不出时，妈妈就告诉宝宝，注意语速要慢。然后说：“我们一起来烧菜做饭吧！大家一会儿都等着要吃饭啦。”
- ③ 妈妈可以先示范怎么洗菜、烧菜，然后让宝宝自己动手。在宝宝开始做饭后，给予表扬。宝宝如果不会做，妈妈要耐心引导宝宝，再给宝宝做示范，或者和宝宝一起做。
- ④ 妈妈在宝宝做的过程中可以跟宝宝不断交

流：“宝宝做的是什​​么呀？闻起来好香啊！”

- ⑤ 宝宝做好饭后，妈妈引导宝宝给全家人盛菜盛饭，妈妈可以说：“宝宝，哪一碗是爸爸的，哪一碗是妈妈的呀？”宝宝分好后，妈妈假装吃得很香，并鼓励宝宝：“宝宝做的饭真好吃！”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“小厨师”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 在游戏中，还可以引导宝宝给家里人做他们各自喜欢的不同饭菜。
- ② 在日常生活中，可以鼓励宝宝饭前给全家人分碗和筷子。

A1. 语言能力单元

儿歌《小燕子》



活动材料

儿歌《小燕子》



活动目标

培养宝宝的语言表达能力以及对音乐的体验。

活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《小燕子》，步骤如下。

- ① 妈妈先给宝宝播放儿歌，一起感受音乐的节奏和氛围。妈妈告诉宝宝：“这首儿歌叫《小燕子》，妈妈小时候也唱这首儿歌的，今天妈妈教宝宝一起来唱，好不好？”
- ② 妈妈随着音乐一起给宝宝唱儿歌，一边唱，一边可自创动作做配合。例如，唱到“小燕子”时，可摆动手臂，像小鸟一样飞；唱到“穿花衣”时，可模仿穿衣服；唱到“大工厂”时，双手放在头上搭成尖顶，像房子一样；唱到“欢迎你”时，做出拥抱的动作。
- ③ 随音乐唱完一遍后，妈妈再一句一句地给宝宝示范，妈妈每唱一句就让宝宝跟着唱一句，并且做出相应的动作，宝宝完成后再示范下一句。如果宝宝跟不上妈妈的节奏，妈妈要放慢速度，保证宝宝可以跟上妈妈的节奏。

- ④ 宝宝一句一句唱完后，妈妈鼓励宝宝跟着妈妈一起唱。

提示：如果宝宝还不会唱，妈妈可先给宝宝念出歌词，让宝宝跟着念。妈妈不要着急，要慢慢地耐心引导。妈妈示范的动作也要慢，并不断鼓励宝宝跟着做动作。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝一起唱儿歌《小燕子》。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 鼓励宝宝边做动作边唱歌，尽量让宝宝跟上音乐的节奏。
- ② 在日常生活中，妈妈也可以用同样的方法教宝宝唱更多简单上口的儿歌。

小燕子

小燕子，穿花衣，
年年春天来这里。
我问燕子你为啥来？
燕子说：“这里的春天最美丽！”
小燕子，告诉你，
今年这里更美丽。
我们盖起了大工厂，
装上了新机器，
欢迎你，
长期住在这里！

独立上下楼梯



活动材料

两级以上的台阶



活动目标

培养宝宝的运动能力和手眼协调能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“独立上下楼梯”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把宝宝喜爱的玩具放在台阶上方，然后把宝宝带到台阶前，指着玩具跟宝宝说：“宝宝，你看，玩具在那儿！我们一起上去拿玩具吧。”在宝宝上台阶时，妈妈可以跟宝宝一起数“一”“二”“三”……如果宝宝还不能双脚交替上台阶时，妈妈要注意在旁边保护着宝宝，让宝宝双脚同时站稳后，再上下一个台阶，防止宝宝摔倒。
- ② 当宝宝捡到玩具稳稳地站在台阶顶层后，妈妈夸奖宝宝：“宝宝真棒！我们下去玩吧。”在宝宝下台阶时，妈妈可以跟宝宝一起数“一”“二”“三”……
- ③ 妈妈在这个过程中尽量不要帮助宝宝，让宝宝独立完成上下台阶的动作。当宝宝成功地完成任务后，妈妈要给宝宝一些鼓励：“宝宝好厉害哦，都可以自己上下楼梯了！”

- ④ 然后，再找机会继续让宝宝上下楼梯。

提示：

- 如果宝宝比较依赖妈妈，妈妈可以站在宝宝身后保护宝宝，鼓励宝宝上楼梯。
- 在宝宝练习独立上下楼梯的过程中，妈妈要时刻注意宝宝的安全，防止宝宝摔倒。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“独立上下楼梯”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 在生活中，妈妈也要尽量找机会让宝宝练习独立地上下楼梯，例如，宝宝想玩玩具时，就说：“玩具在楼梯上，上去拿吧。”
- ② 妈妈也可以让宝宝和小朋友一块玩这个游戏，比赛上下楼梯。

贴五官



活动材料

五官贴纸



活动目标

培养宝宝认识人脸五官的能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“贴五官”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈准备好五官贴纸，对宝宝说：“我们来把娃娃的眉毛、眼睛、鼻子、嘴巴给它贴上去，好不好？”
- ② 如果宝宝不知道应该怎么贴，妈妈可以适当引导，例如，“宝宝指指自己的鼻子在哪里啊？嘴巴在哪里啊？想想看，娃娃的嘴巴应该贴在哪里啊？”
- ③ 妈妈引导宝宝尽量按顺序，依次从上往下贴。如果宝宝没有按顺序贴，妈妈也不用纠正，允许宝宝随意贴。贴好五官之后，妈妈可以针对问题和宝宝交流。只要让宝宝知道眼睛在鼻子上边，嘴巴在鼻子下边即可。

④ 如果宝宝能够独立完成，妈妈一定要表扬宝宝：“宝宝真棒！贴的娃娃非常漂亮。”

⑤ 如果宝宝一次做不好，妈妈可以和宝宝多玩几次。每完成一步，妈妈都要表扬宝宝。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“贴五官”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈鼓励宝宝自己画出人脸，然后再画五官。
- ② 在日常生活中，妈妈也可以和宝宝玩指各自的五官的游戏。
- ③ 妈妈给宝宝讲其他故事时，如果有和五官相关的内容，可以重点强调。

红灯停，绿灯行



活动材料

红绿灯玩具



活动目标

培养宝宝守规则的意识。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“红灯停，绿灯行”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈告诉宝宝游戏规则：“我们现在来玩‘红灯停，绿灯行’的游戏，妈妈要从马路那边走到对面来找宝宝。但是马路上有汽车，只有绿灯亮的时候妈妈才可以过马路。红灯和绿灯亮的时候，妈妈要停在路边，不能过马路。宝宝要像妈妈一样，好不好？”
- ② 妈妈要先示范一遍给宝宝看。例如，妈妈现在正走到路口，红色灯亮了，妈妈就必须停下来；等到绿色灯亮时，妈妈才可以继续走。妈妈确认宝宝掌握规则后，开始游戏。
- ③ 宝宝按规则过“马路”后，妈妈就要表扬宝宝：“宝宝真棒，知道看见红灯要停下来，看

见绿灯才能走。”

- ④ 妈妈亮出红灯时，如果宝宝没有停下，妈妈要及时纠正：“宝宝，一定要按照妈妈刚才说的做：看见红灯停下来，看见绿灯才能走，不遵守红绿灯规则，在马路会很危险的。”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“红灯停，绿灯行”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 宝宝和妈妈互换角色玩游戏，由宝宝发出红绿灯信号，妈妈执行。
- ② 平时在马路上，引导宝宝观察红绿灯信号，看车辆和行人是如何遵守交通规则的。

图画书《我喜欢游泳》



活动材料

图画书《我喜欢游泳》



活动目标

增加宝宝的词汇量，培养宝宝的语言表达能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《我喜欢游泳》，步骤如下。

- ① 妈妈告诉宝宝：“宝宝，我们今天一起来看《我喜欢游泳》吧，这是一本立体书，里面有很多好玩的东西哦。”
- ② 妈妈和宝宝一起翻看立体书，妈妈翻到第一页时，将两页之间的立体插件指给宝宝看：“这个动物你认识吗？”如果宝宝不知道，妈妈可以告诉宝宝，并让宝宝重复；如果宝宝知道，妈妈要夸奖宝宝：“宝宝真棒，都认识这个了。”多鼓励宝宝说话。
- ③ 讲故事过程中，妈妈还可以结合故事内容问宝宝：“它们在干什么呢？”“哪一个大？哪一个小？”等问题。不论宝宝是否知道答案都没关系，最主要是妈妈在看立体书的时候，要多与宝宝互动、交流，吸引宝宝注意。

提示：

- 妈妈读故事时的语速要慢，注意语调和动作的变化，可以夸张一些。

- 看完故事后，妈妈可以留出一定的时间与宝宝交流，例如，问宝宝：“喜不喜欢立体书？”“书里都有哪些小动物？它们在做什么呢？”“它们玩得高兴吗？”“宝宝最喜欢里面的谁呢？”鼓励宝宝多表达自己的想法。
- 妈妈问宝宝的问题应该从简单到复杂，从记忆性问题到思考性问题。例如，先回忆故事中有哪一些小动物？它们在干什么？然后再问它们玩得高兴吗？你最喜欢谁？逐步引导宝宝自己想，自己说。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝一起读图画书《我喜欢游泳》。

3. 宝宝熟悉上述故事后，妈妈可进行以下拓展活动。

宝宝对爱听的故事喜欢重复很多遍，妈妈可以反复讲给宝宝听，也可以让家里不同的人给宝宝讲故事，还可以选取简短的情节，和宝宝一起表演故事。

积木搭房子



活动材料

泡沫积木一套



活动目标

培养宝宝动手能力和思维能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“积木搭房子”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈告诉宝宝：“宝宝，我们今天一起来搭一个高大的房子好不好？”
- ② 妈妈和宝宝根据图片合作搭房子：“宝宝，妈妈给你递积木，你来根据图片搭，好不好？”
- ③ 宝宝一边搭，妈妈一边指导和鼓励：“真棒，太厉害啦，宝宝继续加油！”当宝宝搭得不对或者不稳时，妈妈可在适当的时候提醒：“宝宝，你看这块积木放得会不会有问题？这样房子不稳，下雨刮风会被吹倒的。”
- ④ 待宝宝调整积木位置后，妈妈继续给宝宝递积木，帮助宝宝将房子搭得越来越高。
- ⑤ 妈妈要耐心指导，愉快合作，不停地鼓励、引导宝宝，自己尽可能不要动手，让宝宝独立

思考并动手将积木全部搭好。

- ⑥ 如果宝宝能将积木搭成房子，妈妈亲吻宝宝并夸奖：“宝宝真棒，搭的房子真好，爸爸、妈妈和宝宝可以一起住进去喽。”

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“积木搭房子”游戏。**3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈不再给宝宝递积木，让宝宝独立找积木并搭房子。
- ② 妈妈可以和宝宝比赛搭房子，看谁搭得又快又好，激发宝宝参与游戏的兴趣。
- ③ 妈妈可引导宝宝发挥想象力，用积木搭出不同造型。

按颜色找东西



活动材料

形状一样、两种颜色的积木



活动目标

培养宝宝理解颜色的不同，增强宝宝的分类能力。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“按颜色找东西”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在宝宝面前摆放好积木，妈妈拿起红色的积木告诉宝宝：“宝宝看，这是红色的积木。”再拿起绿色的积木告诉宝宝：“这是绿色的积木。”
- ② 妈妈拿出两块红色的积木告诉宝宝：“宝宝你看，这两块是不是一样，都是红色的，一模一样。”妈妈再拿出一块红色的积木和一块绿色的积木告诉宝宝：“这两块积木的颜色是不一样的，一块是红色的，一块是绿色，它们两块颜色不一样。”
- ③ 妈妈拿着红色积木告诉宝宝：“现在，我们在房间找出一个跟红色积木颜色一样的东西吧！”
- ④ 宝宝如果不知道怎么找或找不出来，妈妈要给宝宝示范一次，找到一个跟红色积木颜色

相同的东西，然后告诉宝宝：“你看，这个和积木颜色一样，都是红色的。”

- ⑤ 如果宝宝找对了，妈妈就鼓励宝宝：“宝宝真棒，找对了，它们都是红色的！”
- ⑥ 找完红色的，可以再找绿色的东西。注意每一次都要慢慢和宝宝说，要边说边指着积木，强调颜色。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“按颜色找东西”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝在生活中认识和分辨红色、绿色的东西，比如绿色的叶子和红色的花。
- ② 宝宝认识红色和绿色之后，妈妈可以尝试让宝宝认识黄色、蓝色等其他颜色。

认识新朋友



活动材料

图案贴纸



活动目标

培养宝宝讲礼貌、交朋友的意识。



活动方法

1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“认识新朋友”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈带宝宝到周围找其他宝宝交朋友，告诉宝宝：“宝宝，那边有小朋友，我们一起去玩吧。”
- ② 妈妈让宝宝选择一个小朋友，妈妈先给宝宝做示范，握握这个小朋友的手说：“你好，我想和你做朋友，可以吗？”然后让宝宝面对着这个小朋友，告诉宝宝：“宝宝你也跟这个小朋友握握手，然后说：‘你好，我想和你做朋友。’”
- ③ 结交一个朋友之后，妈妈可以引导宝宝向新朋友介绍自己：“宝宝，向新朋友介绍一下，你叫什么名字？”再对宝宝说：“抱抱你的新朋友，选一张贴纸送给你的新朋友，谢

谢他吧。”每当宝宝完成一个交朋友的任务之后，妈妈都予以表扬。

提示：如果一时遇不到合适的小朋友，妈妈也可以在家和宝宝玩交朋友的游戏，或者用人偶玩具熟悉交朋友的过程。

2. 妈妈参照演示的步骤，和宝宝玩“认识新朋友”游戏。

3. 宝宝能够熟练进行上述游戏后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 生活中，如果家里有客人来，鼓励宝宝主动跟客人打招呼并介绍自己。
- ② 在外面遇到新的小朋友，鼓励宝宝主动打招呼，并和他们交朋友、一起玩。

主要参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 0~6 岁儿童发展的里程碑. 2011.
- [2] 中华人民共和国卫生部. 中国 0~6 岁儿童营养发展报告. 2012.
- [3] 科学育儿读本项目组. 新家庭计划 科学育儿家庭读本. 北京: 北京出版社, 2014.
- [4] 许积德主编. 0~3 岁育儿全程指导. 第 3 版. 上海: 上海科学技术出版社, 2014.
- [5] Baker-Henningham H, Walker S, Powell C, *et al.* A pilot study of the Incredible Years Teacher Training programme and a curriculum unit on social and emotional skills in community pre-schools in Jamaica. *Child: care, health and development*, 2009: 35(5), 624 ~ 631.
- [6] Campbell F A, Pungello E P, Miller-Johnson S, *et al.* The development of cognitive and academic abilities: growth curves from an early childhood educational experiment. *Developmental psychology*, 2001, 37(2): 231 ~ 242.
- [7] Currie J, Almond D. Human capital development before age five. *Handbook of labor economics*, 2011, 4: 1315 ~ 1486.
- [8] Doyle O, Harmon C, Heckman J J, *et al.* Early skill formation and the efficiency of parental investment: a randomized controlled trial of home visiting. *Labour Economics*. 2015.
- [9] Gorman K S, Pollitt E. Does schooling buffer the effects of early risk?. *Child development*, 1996, 67(2): 314 ~ 326.
- [10] Grantham-McGregor S, Cheung Y B, Cueto S, *et al.* Developmental potential in the first 5 years for children in developing countries. *The lancet*, 2007, 369(9555): 60 ~ 70.
- [11] Hasanbegović E, Sabanović S. Effects of iron therapy on motor and mental development of infants and small children suffering from iron deficiency anaemia. *Medicinski arhiv*, 2003, 58(4): 227 ~ 229.
- [12] Heckman J J. Policies to foster human capital. *Research in economics*, 2000, 54(1): 3 ~ 56.
- [13] Heckman J J. Schools, skills, and synapses. *Economic inquiry*, 2008, 46(3): 289 ~ 324.
- [14] Horton R. Maternal and child undernutrition: an urgent opportunity. *Lancet*, 2008, 371(9608): 179.
- [15] Huttenlocher P R. Synaptic density in human frontal cortex-developmental changes and effects of aging. *Brain Res*, 1979, 163(2): 195 ~ 205.
- [16] Idjradinata P, Pollitt E. Reversal of developmental delays in iron-deficient anaemic infants treated with

iron. *The Lancet*, 1993, 341(8836): 1 ~ 4.

- [17] Luo R, Shi Y, Zhou H, *et al.* Anemia and feeding practices among infants in rural Shaanxi Province in China. *Nutrients*, 2014, 6(12): 5975 ~ 5991.
- [18] Lozoff B, Brittenham G M, Wolf A W, *et al.* Iron deficiency anemia and iron therapy effects on infant developmental test performance. *Pediatrics*, 1987, 79(6): 981 ~ 995.
- [19] Lozoff B, Wolf A W, Jimenez E. Iron-deficiency anemia and infant development: effects of extended oral iron therapy. *The Journal of pediatrics*, 1996, 129(3): 382 ~ 389.
- [20] Melhuish E, Ereky-Stevens K, Petrogiannis K, *et al.* A review of research on the effects of early childhood education and care (ECEC) on child development. CARE project. *Transactions of the American Entomological Society*, 2015, 30(4): 522 ~ 524.
- [21] Shonkoff J P, Boyce T W, Cameron J, *et al.* Young children develop in an environment of relationship. *National Scientific Council on the Developing Child*. Summer, 2004: 1 ~ 13.
- [22] Squires J, Bricker D, Twombly E. *The ASQ: SE User's Guide: A Parent-Completed, Child-Monitoring System for Social-Emotional Behaviors*, 2003.
- [23] Stith A Y, Gorman K S, Choudhury N. The effects of psychosocial risk and gender on school attainment in Guatemala. *Applied Psychology*, 2003, 52(4): 614 ~ 629.
- [24] The Dudley Grant Memorial Trust in collaboration with the Ministry of Education and the Early Childhood Commission. *The Jamaica Early Childhood Curriculum Guide: Birth to Three is Key*, Published by The Dudley Grant Memorial Trust, 5 Gibraltar Camp Road, University of the West Indies, Mona Campus, Kingston 7, Jamaica W.I., 2009.
- [25] The Dudley Grant Memorial Trust in collaboration with the Ministry of Education and the Early Childhood Commission. *The Jamaica Early Childhood Curriculum Resource Book*, Published by The Dudley Grant Memorial Trust, 5 Gibraltar Camp Road, University of the West Indies, Mona Campus, Kingston 7, Jamaica W.I., 2010.
- [26] Thompson R A, Nelson C A. Developmental science and the media: Early brain development. *American Psychologist*, 2001, 56(1): 5.
- [27] Wu K B, Young M E, Cai J. *Early child development in China: Breaking the cycle of poverty and improving future competitiveness*. World Bank Publications, 2012.

附录

中华人民共和国教育部、联合国儿童基金会 0~6岁儿童发展的里程碑(13~24月龄)

儿童发展遵循一定规律,既有连续性,又有阶段性。在不同年龄阶段,有明显不同的发展标志。我们可以通过观察、分析这些标志,了解孩子身心发展的状况是否在正常范围内。但由于生长发育同时受多种因素(遗传、教育等)的影响,儿童的发展又有明显的个体差异。如,有的孩子说话早,但走路晚,这都是正常的情况。各年龄阶段的标志不是绝对的,孩子的发育情况与下面的标志有出入,也不要着急。但是,如果孩子出现“发展警示”中的情况,就需要注意观察,必要时咨询当地医生或者幼儿教育工作者。因为这些标志说明你的孩子在某方面的发展明显落后了,必须及时查明原因,采取措施。孩子的早期发育有极大的可塑性,同时也极易受损伤,发育异常发现得越早,治疗越及时,康复的可能性就越大。



发展标志

- 有8~14颗乳牙
- 能单独站立、行走、蹲下再起来,会抬一只脚做踢的动作
- 走路时能推、拉或搬运玩具
- 能敲打瓶子、鼓等发声的玩具
- 重复一些简单的声音或动作
- 听懂和理解一些话,能说出自己的名字
- 能用一两个字表达自己的意愿
- 喜欢看书,学着翻书,但不能一页一页地翻
- 能从杯子中取出或放进小玩具
- 喜欢玩“捉迷藏”的游戏
- 能有意识地叫“爸爸”“妈妈”
- 能指出或命名熟悉的东西
- 能认出镜子中的自己
- 能堆起3~5块积木
- 能自己用杯子喝水,用勺吃饭
- 能指出身体的各个部位
- 能和小朋友一起玩一小会儿

发展警示

- ★ 还没有长牙
- ★ 不能表现出愤怒、高兴、恐惧等情绪
- ★ 不会爬
- ★ 不会独站

19~24
月龄

发展标志

- 能向后退着走，能扶栏杆上下楼梯
- 在成人照顾下，能在宽的平衡木上走
- 能快跑
- 能扔球
- 喜爱童谣、歌曲、短小故事和手指游戏
- 能拉开和闭合普通的拉链
- 模仿做家务（如，给成人拿个小凳子，学着捏面食）
- 能手口一致地说出身体各部位的名称
- 能主动表示大小便的意愿
- 知道并运用自己的名字，如，“宝宝要”
- 能自己洗手、擦手
- 会说3~4个字的短句
- 能一页一页地翻书
- 模仿折纸，能堆6~10块积木，拼1~3块拼图
- 喜欢玩沙、玩水
- 能认出照片中的自己

发展警示

- ★ 不会独立走路
- ★ 不试着讲话或者重复词语
- ★ 对一些常用词不理解
- ★ 对简单的问题，不能用“是”或“不是”回答
- ★ 认不出镜子中的自己
- ★ 囟门没有闭合