

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 **3**

( 25 ~ 36 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。本书是其中第三本,促进 25~36 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. 3, 25~36 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 978-7-5478-3533-3

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 077135 号

---

责任编辑 何孝祥 吴 玥

养育未来 婴幼儿早期发展活动指南 3 (25~36 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 978-7-5478-3533-3/G·772

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、语言能力和社会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

## 25 月龄

- A1. 语言能力单元 看图说话 / 1
- A2. 运动能力单元 巧手穿绳 / 2
- A3. 认知能力单元 味道的秘密 / 3
- A4. 社会情感单元 你好, 医生 / 4

- B1. 语言能力单元 我的身体会说话 / 5
- B2. 运动能力单元 过河救小熊 / 6
- B3. 认知能力单元 学数数 / 7
- B4. 社会情感单元 开车去舅舅家 / 8

## 26 月龄

- A1. 语言能力单元 儿歌《胖老头》/ 9
- A2. 运动能力单元 我是小画家 / 10
- A3. 认知能力单元 找水果 / 11
- A4. 社会情感单元 图画书《汤姆走丢了》/ 12

- B1. 语言能力单元 你说我画 / 13
- B2. 运动能力单元 钥匙和锁 / 14
- B3. 认知能力单元 记忆翻牌 / 15
- B4. 社会情感单元 小小造型师 / 16

## 27 月龄

- A1. 语言能力单元 亲亲一家人 / 17
- A2. 运动能力单元 快乐套圈 / 18
- A3. 认知能力单元 形状分类 / 19
- A4. 社会情感单元 照顾弟弟妹妹 / 20

- B1. 语言能力单元 指偶游戏 / 21
- B2. 运动能力单元 投篮比赛 / 22
- B3. 认知能力单元 谁会飞, 谁会游 / 23
- B4. 社会情感单元 布置新家 / 24

## 28 月龄

A1. 语言能力单元 纠正错误 / 25

A2. 运动能力单元 圆圈追逐赛 / 26

A3. 认知能力单元 认识颜色 / 27

A4. 社会情感单元 轮流搭积木 / 28

B1. 语言能力单元 儿歌《炒菜歌》/ 29

B2. 运动能力单元 学走平衡木 / 30

B3. 认知能力单元 形状屋 / 31

B4. 社会情感单元 打扮娃娃 / 32

## 29 月龄

A1. 语言能力单元 儿歌《我有一头小毛驴》/ 33

A2. 运动能力单元 三层金字塔套杯 / 34

A3. 认知能力单元 用积木排图形 / 35

A4. 社会情感单元 我喜欢自己 / 36

B1. 语言能力单元 儿歌《粉刷匠》/ 37

B2. 运动能力单元 学打保龄球 / 38

B3. 认知能力单元 小小铺路工 / 39

B4. 社会情感单元 不要给陌生人开门 / 40

## 30 月龄

A1. 语言能力单元 图画书《特别的日子》/ 41

A2. 运动能力单元 玩超轻黏土 / 42

A3. 认知能力单元 澡盆营救 / 43

A4. 社会情感单元 图画书《汤姆上幼儿园》/ 44

B1. 语言能力单元 儿歌《手指歌》/ 45

B2. 运动能力单元 四层金字塔套杯 / 46

B3. 认知能力单元 搭房子, 认形状 / 47

B4. 社会情感单元 制作树叶贴图 / 48

## 31 月龄

- |            |               |            |              |
|------------|---------------|------------|--------------|
| A1. 语言能力单元 | 图画书《鸡蛋哥哥》/ 49 | B1. 语言能力单元 | 家里来了新朋友 / 53 |
| A2. 运动能力单元 | 用身体摆数字 / 50   | B2. 运动能力单元 | 踢沙包 / 54     |
| A3. 认知能力单元 | 穿彩珠, 做项链 / 51 | B3. 认知能力单元 | 小小建筑工 / 55   |
| A4. 社会情感单元 | 成长画册 / 52     | B4. 社会情感单元 | 轮流玩转盘 / 56   |

## 32 月龄

- |            |            |            |               |
|------------|------------|------------|---------------|
| A1. 语言能力单元 | 找动物 / 57   | B1. 语言能力单元 | 谁是小司令 / 61    |
| A2. 运动能力单元 | 抛球、接球 / 58 | B2. 运动能力单元 | 抓尾巴 / 62      |
| A3. 认知能力单元 | 数字儿歌 / 59  | B3. 认知能力单元 | 认识时间 / 63     |
| A4. 社会情感单元 | 小熊过生日 / 60 | B4. 社会情感单元 | 转转盘, 讲故事 / 64 |

## 33 月龄

- |            |               |            |            |
|------------|---------------|------------|------------|
| A1. 语言能力单元 | 猜东西, 找东西 / 65 | B1. 语言能力单元 | 小小涂色师 / 69 |
| A2. 运动能力单元 | 一起来钓鱼 / 66    | B2. 运动能力单元 | 拔河比赛 / 70  |
| A3. 认知能力单元 | 整体与部分 / 67    | B3. 认知能力单元 | 短时记忆 / 71  |
| A4. 社会情感单元 | 营救小鸡 / 68     | B4. 社会情感单元 | 礼貌待客 / 72  |

## 34 月龄

A1. 语言能力单元 动物喜欢吃什么 / 73

A2. 运动能力单元 蹦台阶 / 74

A3. 认知能力单元 简单拼图 / 75

A4. 社会情感单元 图画书《小威利总想  
争第一》/ 76

B1. 语言能力单元 一句话故事 / 77

B2. 运动能力单元 夹花生 / 78

B3. 认知能力单元 捉迷藏, 识方位 / 79

B4. 社会情感单元 儿歌《一分钱》/ 80

## 35 月龄

A1. 语言能力单元 说出物体的材质 / 81

A2. 运动能力单元 保龄球高手 / 82

A3. 认知能力单元 听音辨行 / 83

A4. 社会情感单元 图画书《汤姆挨罚》/ 84

B1. 语言能力单元 唐诗《悯农》/ 85

B2. 运动能力单元 练习走平衡木 / 86

B3. 认知能力单元 走迷宫 / 87

B4. 社会情感单元 理解别人的情绪 / 88

## 36 月龄

A1. 语言能力单元 我来选衣服 / 89

A2. 运动能力单元 小球飞镖 / 90

A3. 认知能力单元 叶子印痕 / 91

A4. 社会情感单元 石头、剪刀、布 / 92

B1. 语言能力单元 图画书《小火车头  
做到了》/ 93

B2. 运动能力单元 折纸飞机 / 94

B3. 认知能力单元 混合颜色 / 95

B4. 社会情感单元 开饭馆 / 96

主要参考文献 / 97

附录 / 99

## 看图说话



## 活动材料

图画书《考拉宝宝吃饭啦》



## 活动目标

培养宝宝的语言表达能力和良好的生活习惯。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“看图说话”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈拿出图画书《考拉宝宝吃饭啦》，告诉宝宝：“宝宝和妈妈一块看看图片上有什么呢？”妈妈翻开图画书说：“宝宝，你看，这是考拉宝宝，考拉宝宝在干什么呢？”不管宝宝是否回答正确，妈妈告诉宝宝：“考拉宝宝在吃饭呢。”
- ② 妈妈问宝宝：“那宝宝今天早上是自己动手吃饭的吗？”如果宝宝回答“是”，妈妈要表扬宝宝：“我们的宝宝真厉害，都可以自己动手吃饭了。”如果宝宝是妈妈喂饭吃的，妈妈可以鼓励宝宝以后自己动手吃饭。
- ③ 妈妈可以接着问宝宝：“那宝宝今天早上吃的什么饭啊？”如果宝宝回答正确，妈妈说：“嗯，就是的，宝宝真棒，都知道我们吃的什么饭了。”如果宝宝没有回答，妈妈告诉宝宝：“我们早上吃的是……”
- ④ 妈妈接着问：“我们还吃了什么啊？”妈妈引

导宝宝说出早饭吃的所有东西。还可以问：“好不好吃呀？”

提示：

- 妈妈和宝宝一起看图说话时，语速要慢，要有耐心，即使宝宝回答不上来，也不要着急，妈妈可以代替宝宝回答，再让宝宝跟着妈妈的回答说一次，最重要的是让宝宝多说话。
- 如果宝宝回答得不好，妈妈也不要打断宝宝，可以等宝宝说完之后再补充。
- 尽量鼓励宝宝多说话。

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

- ① 妈妈可以找其他图片或照片跟宝宝玩“看图说话”。
- ② 妈妈在日常生活中可以尝试让宝宝描述当天所做的活动，或者见过的事物。

## 巧手穿绳



## 活动材料

穿绳积木



## 活动目标

培养宝宝的动手能力以及宝宝的耐心和注意力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“巧手穿绳”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈把穿绳积木玩具打开，让宝宝看一下里面的积木和绳子，可以让宝宝先玩一会儿（注意：不要让宝宝吞吃积木等小物品）。
- ② 妈妈告诉宝宝：“宝宝，你看这些水果（或珠子）真漂亮，穿起来还可以当项链，你想不想试一试？”
- ③ 妈妈给宝宝演示如何将绳子穿过积木，对宝宝说：“宝宝，看妈妈怎么做的。将绳子从这积木的孔里穿过，然后再穿下一个。一个接一个地穿，要有耐心。你也来试一下吧。”鼓励宝宝试一试，如果宝宝不动手，妈妈需要再演示一遍，或者握着宝宝的手穿几个，直到宝宝可以自己穿积木。妈妈可以在旁边给宝宝递积木。
- ④ 在游戏过程中妈妈要不断表扬宝宝。如果宝宝不会做，妈妈一定不能责骂宝宝，要鼓励宝宝慢慢来。
- ⑤ 妈妈帮助宝宝把他想穿的东西穿起来。妈妈一定要在宝宝旁边照看宝宝，防止宝宝把小积木吞进嘴里。妈妈陪宝宝玩积木时，可以顺便让宝宝认识水果的名称和颜色，例如，

宝宝拿起香蕉，妈妈对宝宝说：“宝宝，这黄颜色的是什么水果，像不像月牙？”

- ⑥ 宝宝穿好后，妈妈帮宝宝在绳子上系一个结。一个积木项链就做好了！

## 提示：

- 如果宝宝不想穿积木，妈妈可以鼓励宝宝说：“宝宝，妈妈想要一串项链，你帮助妈妈穿起来，好不好？”妈妈鼓励宝宝按照自己的选择去穿积木，例如，宝宝选择香蕉，妈妈不要硬塞给宝宝苹果。
- 整个游戏过程中，妈妈要注意不要让宝宝将玩具吃到嘴里。

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

- ① 为了鼓励宝宝穿积木，妈妈可以和宝宝比赛穿积木，以增加游戏的趣味性。
- ② 妈妈也可以邀请其他小朋友和宝宝一起玩穿积木。

## 味道的秘密



## 活动材料

玩具厨房



## 活动目标

培养宝宝识别甜、咸和酸等味道的能力，锻炼宝宝的想象力和动手能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“味道的秘密”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将玩具厨房摆好，拿出其中的西红柿、胡萝卜等蔬菜模型以及锅、勺和煤气灶等模型，告诉宝宝：“宝宝，我们要做晚饭了，宝宝看这是什么？有锅、勺子、蔬菜……我们现在来炒菜吧！”
- ② 妈妈引导宝宝用玩具刀把蔬菜切开，然后放在锅里让宝宝用勺子“炒”。宝宝在用勺子“炒”的过程中，妈妈要注意尽量不要让宝宝把切开的蔬菜炒出来。
- ③ 妈妈对宝宝说：“妈妈告诉你炒菜好吃的秘诀。”然后拿出玩具中的调料罐子，依次跟宝宝介绍：
  - ◎ 妈妈指着装盐的罐子跟宝宝说：“宝宝，这里是盐，盐会让你炒的菜咸一些。”
  - ◎ 妈妈再指着装糖的罐子跟宝宝说：“这里是糖，糖会让你炒的菜甜一些。”
  - ◎ 妈妈再指着装醋的罐子跟宝宝说：“这里是醋，醋会让你炒的菜酸一些。”

提示：

- 如果宝宝没听明白，妈妈可以再给宝宝说一遍糖、醋或盐的味道，然后问宝宝：“这是什么味道？”引导宝宝回答：“这是甜（酸或咸）的。”妈妈尽量要多次重复地跟宝宝说是什么味道，加深宝宝的记忆。
- 妈妈说话时语速要慢，语气要温柔，要能保证宝宝听得懂。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“味道的秘密”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 在平时吃饭时，妈妈可以经常问宝宝：“这个菜咸不咸？是不是放了盐？这个菜甜不甜？是不是放了糖？”
- ② 如果宝宝已经认识了甜、咸和酸，妈妈也可以教宝宝认识其他的味道。

## 你好，医生



## 活动材料

玩具娃娃、玩具听诊器



## 活动目标

缓解宝宝看医生时的焦虑，锻炼宝宝的情绪控制能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“你好，医生”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈告诉宝宝：“每隔一段时间，宝宝需要去医院让医生给宝宝做一个全面的体检，确认宝宝的身体健康。”
- ② 妈妈可以将听诊器挂在脖子上，对宝宝说：“宝宝是不是该体检了？我当医生，欢迎你今天过来体检，让我来看看宝宝身体健康不健康！”
- ③ 妈妈跟宝宝说：“让我来用听诊器听一下。”妈妈假装用听诊器听一下宝宝的心的位置，“嗯，宝宝非常乖，很好，很健康。”然后妈妈可以假装检查宝宝身体的其他部位，比如：“让我来看看你的胳膊正常吗？不错，很好。再看看你的腿，不错，也很好。”
- ④ 检查完后，妈妈可以问宝宝想不想也当一回

医生，然后可以拿起娃娃对宝宝说：“医生，你好，这是我的宝宝，麻烦您给他做一次体检吧，谢谢！”

## 提示：

- 妈妈要边演医生边讲解，如果宝宝不知道怎么做，妈妈可以给予提示。
- 让宝宝来主导整个过程，让他享受其中的快乐，不要担心他做得不对，妈妈的目的是让宝宝高兴，同时，缓解看医生时的焦虑。

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

妈妈可以让宝宝尝试着跟其他小朋友玩看医生的游戏。

## 我的身体会说话



## 活动材料

小熊玩偶



## 活动目标

培养宝宝的语言表达能力和良好的生活习惯。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“我的身体会说话”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将小熊玩偶介绍给宝宝，说：“宝宝，这有一个新朋友叫小熊，你跟它一起玩好吗？”妈妈让宝宝先自己玩一会儿小熊玩偶。
- ② 妈妈摆弄小熊玩偶使其做出各种动作，让宝宝理解各种动作的意思并模仿。如妈妈挥挥小熊玩偶的胳膊，对宝宝说：“宝宝，玩具小熊朝你挥手，意思是跟你说你好，你要做什么啊？”妈妈要鼓励宝宝跟小熊挥手，说：“我们也挥挥手跟小熊打招呼好吗？”妈妈跟宝宝一起朝小熊玩偶挥手，说：“小熊你好！”
- ③ 妈妈问小熊问题，让宝宝理解“点头”与“摇头”的意思。妈妈问小熊玩偶：“小熊，你喜欢和宝宝一起玩吗？”妈妈让小熊点头，然

后朝宝宝说：“小熊点头了，它喜欢和你一起玩。”妈妈再问小熊玩偶：“小熊，你要回家了吗？”妈妈让小熊摇头，然后朝宝宝说：“小熊不回家，要继续跟我们玩。那我们来鼓掌欢迎小熊好吗？”妈妈跟宝宝一起鼓掌，说：“咱们鼓掌告诉小熊我们欢迎它来我们家玩。咱们一起跟小熊玩儿吧。”

- ④ 妈妈在游戏过程中，根据实际情况多问宝宝一些“是/否”类的问题，鼓励宝宝在作答的同时，也做出相应的“点头/摇头”的动作。
- ⑤ 游戏结束前，妈妈摇小熊玩偶的手，跟宝宝说：“小熊要回家了，它挥手跟咱们说再见呢。咱们也跟他挥挥手再见吧。”妈妈跟宝宝一起朝小熊玩偶挥手，一边说：“小熊再见！”

## 提示：

- 妈妈在游戏中要多找机会让宝宝练习“挥手、点头、摇头”这些基本的身体语言。
- 如果宝宝一开始不明白，妈妈可以多重复几遍。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“我的身体会说话”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈在宝宝掌握以上身体语言后，可以继续让他理解其他身体语言，如双手抱拳，双臂环抱在胸前，双手叉腰等。
- ② 在生活中，如果看到别人做出一些动作，也要经常提醒宝宝做一些适当反应。

## 过河救小熊



## 活动材料

玩具垫、小熊玩偶



## 活动目标

培养宝宝的平衡能力、空间意识。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“过河救小熊”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈把 5 个儿童玩具垫由远及近地放在地上，并把玩偶放在最远一个玩具垫的旁边。玩具垫之间的距离不要太远，距离约 10 厘米，以免宝宝无法跳达。
- ② 妈妈慢慢从一个玩具垫双脚跳到另一个玩具垫上，并告诉宝宝：“小熊被困在河对岸了，周围都是水，我们只能从垫子上跳过去救小熊。”妈妈和宝宝一起踩着玩具垫前进时，动作要慢，和宝宝的速度保持一致。
- ③ 如果宝宝跳到垫子外面时，妈妈就赶紧说：“宝宝，妈妈来救你！”然后妈妈把宝宝抱起来放回垫子上，让宝宝继续前进。

- ④ 当宝宝跳到第 5 个玩具垫上时，就让他拿起玩偶沿原路返回。当宝宝回到起点时，妈妈抱起宝宝，鼓励说：“宝宝真棒！我们成功啦！”

提示：在跳之前，可以先让宝宝在平地上试一下双脚跳，在玩的过程中也要时刻注意保护宝宝的安全。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“过河救小熊”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以逐渐增加玩具垫之间的距离。
- ② 妈妈可以请其他小朋友和宝宝一起玩这个游戏。

## 学 数 数



## 活动材料

认数图书



## 活动目标

培养宝宝对数字的认识。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“学数数”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈告诉宝宝：“宝宝你知道你有几个手指吗？我们来数一数。”妈妈可以轻轻握住宝宝的手，一个一个地数，“一个手指，两个手指……”然后说，“哇！宝宝有五个手指！我们看宝宝另一只手有几个手指吧。”然后拿宝宝的另一只手再数一下。
- ② 妈妈鼓励宝宝用手指从一数到五。如果宝宝自己不会数，妈妈再次握着宝宝的手数一遍。然后妈妈就把自己的手放在宝宝面前，鼓励宝宝数手指。如果宝宝一直不愿意，妈妈可以自己帮宝宝数。
- ③ 数完了手指，妈妈给宝宝说：“我们来看看这本书上有什么呢？”妈妈打开认数图书第一页。妈妈问宝宝：“你最喜欢上面的哪个动物？”等宝宝回答后，妈妈问：“那有几只宝宝喜欢的动物呢？你数一下吧。”如果宝宝不会数，妈妈握着宝宝的手，指着书上的某种动物跟宝宝一起数，然后说：“哇！有XX只XX！”妈妈可以换种动物继续玩。

## 提示：

- 宝宝不回答问题的时候，妈妈要耐心引导，

不要嫌麻烦而放弃。数数的时候语速要慢。

- 注意多提问宝宝，宝宝回答错误的时候不要责怪宝宝，要多称赞、鼓励宝宝。
- 宝宝不可能一下子就掌握数数，所以妈妈要耐心、反复地引导宝宝说出正确答案。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“学数数”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以多联系生活中的实例引导宝宝数数，可以数家里有几个人、街上有几棵树，可以在宝宝走路或者上楼梯的时候让宝宝跟着妈妈一起数数。
- ② 宝宝熟悉了数数游戏后，妈妈可以尝试教宝宝比较多。问宝宝：“哪种动物最多呢？”如果宝宝能回答，就表扬，继续玩（翻到其他页再问）。如果宝宝不能回答，就帮他数动物，如果海豚有三个，海狮有一个，就问：“一多还是三多？”看宝宝能不能回答，如果不能回答就说：“三多！”然后继续玩。

## 开车去舅舅家



## 活动材料

儿童小车



## 活动目标

培养宝宝理解社会活动和角色扮演的能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“开车去舅舅家”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈让宝宝坐在小车上，问宝宝：“这是什么呀？”宝宝如果回答对了，妈妈就鼓励宝宝：“对，这是小车！”如果宝宝回答错了，或者没有回答，妈妈就引导宝宝说：“这是小车！”
- ② 妈妈鼓励宝宝自己骑着车往前移动，并教会宝宝用嘴发出汽车“嘟嘟嘟”的声音。
- ③ 妈妈可以问宝宝：“宝宝，我们要去哪里玩啊？我们开车去舅舅家送东西好不好？”等宝宝回答完，妈妈说：“好的，我们出发了。”
- ④ 假装到了舅舅家，妈妈告诉宝宝：“我们送了舅舅一个东西，送完后，我们要回家了，跟舅

舅说再见。”妈妈可以假装跟宝宝去另外一个地方。

提示：可以将宝宝的一些玩偶放在车后假装成乘客，增加游戏乐趣。开车过程中，妈妈要一直在宝宝身边，保证安全。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“开车去舅舅家”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可以问宝宝想去哪个地方，或者其他更多的问题，比如：“宝宝去看爸爸了吗？”“宝宝去了很多地方啊，宝宝看到了什么？”等。

## 儿歌《胖老头》



## 活动材料

儿歌《胖老头》



## 活动目标

拓展宝宝的词汇与语言能力，培养宝宝用言语和动作表述事物的能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝一起唱儿歌《胖老头》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝面对面坐好。妈妈播放儿歌，并告诉宝宝听到的儿歌是《胖老头》。妈妈和宝宝一起听，让宝宝感受它的节奏。
- ② 妈妈演示具体流程：一边念，一边表演。（演示时一定要慢，要让宝宝注意到每个动作与歌词的对应关系）
- ③ 妈妈让宝宝跟着一起唱儿歌《胖老头》，告诉宝宝：“像妈妈这样做，妈妈做一步，宝宝做一步。”如果宝宝跟不上，妈妈要重复，鼓励宝宝跟着妈妈一块做，并告诉宝宝：“像妈妈这样做，妈妈的手指是胖老头。”如果宝宝做完了要鼓掌鼓励宝宝，说：“宝宝做得真好。”

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝一起唱儿歌《胖老头》。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈鼓励宝宝单独表演儿歌《胖老头》。
- ② 妈妈可以让宝宝跟其他小朋友一起玩这个游戏。

## 胖老头

胖老头，点点头；（伸出大拇指并且弯一弯）

胖老头，摇摇头；（大拇指两边摇一摇）

胖老头，翻跟斗；（伸出大拇指，从下向上转手腕）

胖老头，藏起来；（大拇指，弯一弯）

1, 2, 3, 4, 5；（把手藏在身后）

胖老头，出来了。（伸出大拇指并且抖一抖）

## 我是小画家



## 活动材料

几支不同颜色的蜡笔、几张白纸



## 活动目标

培养宝宝手的精细抓握能力，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“我是小画家”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈把几支不同颜色的蜡笔和几张白纸摆在宝宝面前的桌上，妈妈示范如何用一支蜡笔在纸上画画，并对宝宝说：“宝宝，你看我在做什么？我在画画。妈妈画完之后，宝宝也来试一试，好不好？”
- ② 妈妈在纸上随便画一下，让宝宝学着随便乱画，对宝宝说：“宝宝，看见妈妈画画了吧，宝宝也来拿笔画画。”如果宝宝听不懂指令，妈妈就要边示范边讲解，但是不要抓着宝宝的手强行画画。
- ③ 宝宝能画画后，妈妈就鼓励宝宝自己在纸上自由地画画。宝宝画完之后鼓励宝宝讲出自

己画的是什么东西，问：“宝宝你画的是什  
么？”不管宝宝回答的是什，妈妈都要表  
扬宝宝画得真好，鼓励宝宝再画。

提示：妈妈要提醒宝宝不要把蜡笔吃进嘴里。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“我是小画家”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 宝宝会用蜡笔在纸上画画后，妈妈可以让宝宝自由画画。
- ② 妈妈可以让宝宝画一些简单的图形，比如圆圈、正方形等。

## 找水果



## 活动材料

水果卡片



## 活动目标

培养宝宝认识水果的能力，锻炼宝宝的记忆力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“找水果”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈首先拿出水果卡片跟宝宝一起认识水果。妈妈拿出一张水果卡片，问宝宝：“这是什么水果？”如果宝宝没有回答上来，妈妈可以告诉宝宝，并引导宝宝重复一下答案。然后妈妈再引导宝宝认识其他水果。
- ② 妈妈把两张分别印有苹果和香蕉的卡片摆在宝宝面前，卡片的水果面朝上。妈妈问宝宝：“宝宝，哪一个是苹果，哪一个是香蕉？”如果宝宝没有回答上来，妈妈就告诉宝宝苹果和香蕉分别是哪个，再把卡片翻过来，不改变卡片的位置，让卡片的水果面朝下。
- ③ 妈妈问宝宝：“宝宝，你还记得哪一张卡片是苹果吗？”如果宝宝没有回答上来，妈妈可以进行示范，找出苹果卡片，然后告诉宝宝：“这是苹果。”妈妈再翻出另一张，让宝宝看一下，告诉宝宝：“这张是香蕉。”然后重新翻

过去，鼓励宝宝找出苹果卡片。

- ④ 如果宝宝做出正确选择，妈妈表扬宝宝：“宝宝真棒，能记住苹果卡片了！”如果做出错的选择，妈妈可以鼓励宝宝说：“这是香蕉，我们再找一次苹果，好不好？”
  - ⑤ 宝宝能够识记两张卡片之后，妈妈可以适当增加难度，每次增加一张卡片，继续训练宝宝的记忆力。
- 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“找水果”游戏。**
- 
- 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**
- ① 妈妈可以用蔬菜卡片（或动物卡片）和宝宝一起玩记忆小游戏。
  - ② 妈妈可以在日常生活中用熟悉的物品进行记忆训练，如考考宝宝学过的词语、儿歌等。

## 图画书《汤姆走丢了》



## 活动材料

图画书《汤姆走丢了》、不同表情的卡片、一面镜子



## 活动目标

让宝宝认识并模仿各种表情，了解自己情感表达的方式。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《汤姆走丢了》，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝保持一个舒服的姿势坐好，然后妈妈拿出图画书《汤姆走丢了》让宝宝看，并问宝宝：“宝宝看，这是什么呀？这是一本故事书，我们今天来看故事书好不好？”
- ② 然后妈妈就和宝宝一块翻看图画书，边看边给宝宝讲：“今天汤姆的妈妈带着小汤姆去商店给汤姆买裤子……突然汤姆看到了自己想要的裤子（惊喜）……”这时妈妈要拿出一张有惊喜表情的卡片，并告诉宝宝：“汤姆当时是不是像这样很惊喜啊，你也做一个惊喜的表情好不好？”“……汤姆转过身……咦，怎么是位阿姨！汤姆认错人了！她不是汤姆的妈妈（害怕）……”这时妈妈要拿出一张有害怕表情的卡片，并告诉宝宝：“汤姆当时的表情就是这样的，你看小汤姆多害怕啊。你

也来做一个害怕的表情好不好？”

- ③ 妈妈陪着宝宝看完整本图画书，每当遇到有明显情绪出现的时候，妈妈便拿出表情卡片，并向宝宝解释表情的意思。妈妈要鼓励宝宝模仿卡片上的表情。

提示：如果宝宝成功做出卡片上的表情，妈妈要表扬宝宝。如果宝宝做不出，妈妈给宝宝示范一下这个表情，然后鼓励宝宝模仿着做。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《汤姆走丢了》。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以多找一些表情图片，让宝宝模仿。
- ② 妈妈可以做一些表情，让宝宝猜是什么表情。

## 你说我画



## 活动材料

可擦除白板一套



## 活动目标

培养宝宝理解与语言表达能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“你说我画”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将白板连同画笔一起放到适合宝宝画画的桌子或架子上。
- ② 妈妈问宝宝：“宝宝，我们在白板上画画好吗？”妈妈先在白板上画点、直线、波浪线和圆圈。妈妈一边画，一边问宝宝：“这是什么啊？”如果宝宝说不出，妈妈就一边画一边跟宝宝说：“这是点 / 直线 / 波浪线 / 圆圈。”
- ③ 妈妈画完后告诉宝宝：“宝宝，接下来你来帮妈妈画一幅画好吗？妈妈已经想好要什么样的画了，妈妈一边说，宝宝一边画。”
- ④ 妈妈下指令，鼓励宝宝根据指令在白板上作画：“宝宝，请你先画一个圆圈。”如果宝宝不画，妈妈可以给宝宝再次示范如何画一个圆圈。画好圆后，妈妈再说：“在圆圈的上面画一条直线。”宝宝画好后，妈妈再说新的指令。妈妈多说一些指令，鼓励宝宝完成一幅画。妈妈下的指令要清楚，确保宝宝听清楚了。如果宝宝不画，妈妈则给宝宝再次示范。在宝宝画画时，妈妈不要着急，给宝宝充分时间完成每一个指令。

- ⑤ 宝宝画好后，妈妈请宝宝描述这幅画：“宝宝，现在画好了。你跟妈妈说一下，这里面都有哪些形状？它像什么呀？宝宝还想画什么呀？”

## 提示：

- 妈妈要鼓励宝宝多说话，宝宝说是什么就是什么，不需要过多纠正宝宝的发音，避免伤害宝宝参与的兴趣。宝宝描述后，妈妈要鼓励宝宝，如“宝宝画得真好，说得也很好，宝宝真棒！”
- 如果宝宝不愿意玩游戏，妈妈可以先在白板上画宝宝喜欢的物品。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“你说我画”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以跟宝宝互换任务，宝宝下指令，妈妈画画。
- ② 妈妈可以让宝宝自己随意作画，然后引导宝宝向妈妈或其他人描述自己的画。

## 钥匙和锁



## 活动材料

带锁的收纳盒、迷你小汽车



## 活动目标

锻炼宝宝手指的精细运动能力，培养宝宝的手眼协调能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“钥匙和锁”游戏，步骤如下。

- ① 让宝宝坐在椅子上，妈妈拿出锁有迷你小汽车的收纳盒，对宝宝说：“宝宝看，这是什么？是不是一个宝盒？我们来将它打开，看看里面有什么宝贝。”
- ② 妈妈一手拿钥匙，告诉宝宝说：“这是钥匙。”一手指着锁，跟宝宝说：“这是锁。”妈妈把钥匙插入锁孔，说：“宝宝看，把钥匙对准这个孔，就能插进去啦。”然后转动钥匙，演示开锁，并说：“看，锁打开了，我们打开宝盒了，看看里面有什么？哇！是小汽车！”并拿出迷你小汽车给宝宝玩一会儿。
- ③ 妈妈和宝宝一块再将迷你小汽车放进宝盒，将宝盒的锁锁好，说：“看，锁又锁上了，宝宝你来把它打开，把小汽车拿出来吧。”妈妈将钥匙给宝宝，再问宝宝：“这个是什么？那个是什么？它们是用来做什么的？”引导宝宝像刚才一样作答。（注意：不要让宝宝把钥

匙等吃进嘴里）

- ④ 妈妈鼓励宝宝用钥匙开锁：“宝宝把钥匙对准那个孔。”如果宝宝做不到，妈妈就再给宝宝示范一次，然后鼓励宝宝完成动作。
- ⑤ 示范时，如果宝宝没有明白指令，妈妈就多重复示范几次，并且动作要慢。如果宝宝拿起锁并尝试把钥匙插入锁孔，就鼓掌鼓励，说：“宝宝要对准那个孔哦！真棒！”鼓励他把钥匙插入锁孔。如果宝宝将钥匙插入锁孔，却转不动钥匙，妈妈可以协助宝宝一起转动钥匙。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“钥匙和锁”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 宝宝熟悉开锁之后，妈妈可以教宝宝锁锁。
- ② 宝宝熟悉开锁和锁锁后，妈妈可以尝试让宝宝练习开和锁家里的锁。

## 记忆翻牌



## 活动材料

六张识图卡片(两两一样)



## 活动目标

培养宝宝空间位置的概念和记忆力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“记忆翻牌”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈与宝宝坐在一起，将六张识图卡片(两两一样)打乱顺序后放到宝宝面前，一张一张地一字排开放在桌子上，图画面朝上，让宝宝都看一看。
- ② 妈妈跟宝宝说：“宝宝，告诉妈妈，这些卡片上都画了些什么呀？”如果宝宝不认识，妈妈要告诉宝宝卡片上的内容，再让宝宝重复。如果宝宝能回答出来，妈妈再问宝宝：“宝宝，这些卡片有一样的吗？”如果宝宝不知道“一样”的概念或者没有识别出哪两个一样，妈妈可以提示宝宝：“宝宝看，这张跟那张都是苹果，那这两张就是一样的。”
- ③ 妈妈鼓励宝宝记住每张卡片的位置。
- ④ 妈妈把所有卡片都翻过去，图画朝下。妈妈让宝宝随便翻开一张，说出卡片上是什么东西，然后鼓励宝宝根据自己的记忆找出跟翻开的图画一样的卡片，跟宝宝说：“宝宝，这

张是苹果，宝宝记得刚才是不是有两个苹果啊，宝宝把另一个苹果也翻开。”如果翻开的卡片上的东西跟刚才的一样，就大声表扬宝宝：“真棒，能找出两个一样的了。”如果不一样，问宝宝：“宝宝，这两个是一样的吗？”等待宝宝的回答，妈妈鼓励宝宝：“对，这两个不一样，那我们继续往下找，找到一样的。”

- ⑤ 妈妈让宝宝把找出来的一样的两张卡片都翻起来，图画朝上，接着让宝宝找剩下的一样的卡片，重复几次，把所有的卡片都翻起来就结束。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“记忆翻牌”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以多拿几张卡片，增加游戏难度。
- ② 妈妈可以把卡片排成不同的形状，比如正方形或长方形，鼓励宝宝记住相同卡片的位置。

## 小小造型师



## 活动材料

换装娃娃及其装饰品（如帽子、手套、围巾等）



## 活动目标

培养宝宝角色扮演能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小小造型师”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈首先将准备好的几件装饰品给换装娃娃穿戴上，分别展示给宝宝看。例如，妈妈一边将围巾围在娃娃的脖子上，一边告诉宝宝：“这是围巾，可以戴在娃娃的脖子上。”再将手套戴在娃娃的手上，告诉宝宝：“这是手套，可以戴在娃娃的手上。”最后再将帽子戴在娃娃头上，告诉宝宝：“这是帽子，可以戴在娃娃的头上。”
- ② 妈妈用夸张的动作和表情展示给宝宝看，同时说：“宝宝看，娃娃多漂亮。”
- ③ 妈妈将所有装饰物取下，放在宝宝面前，对宝宝说：“现在宝宝来给娃娃打扮一下吧，给她穿上漂亮的衣服，再戴上你觉得好看的

东西。”

- ④ 如果宝宝不明白，妈妈可以再给宝宝做示范。宝宝在穿戴的过程中，妈妈可以协助。
- ⑤ 宝宝打扮好娃娃之后，妈妈表扬宝宝：“宝宝把娃娃打扮得真漂亮！”

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“小小造型师”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以告诉宝宝天气热的时候给娃娃选哪套衣服，天气冷的时候选择穿什么衣服。
- ② 妈妈可以在要出门的时候让宝宝自己选衣服打扮。

## A1. 语言能力单元

## 亲亲一家人



## 活动材料

六张分别画有爷爷、奶奶、爸爸、妈妈、叔叔和阿姨的卡片或照片



## 活动目标

锻炼宝宝的节奏感和语言能力，培养宝宝表达自己情感的能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“亲亲一家人”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先把六张分别画有爷爷、奶奶、爸爸、妈妈、叔叔和阿姨的卡片按顺序摆在宝宝面前，再教宝宝把卡片上的人认一遍。如果宝宝不知道卡片上的人物怎么称呼，妈妈可以直接告诉宝宝，如妈妈可以指着爷爷的卡片对宝宝说：“宝宝，这个是‘爷爷’。”
- ② 妈妈跟宝宝一起认识了所有卡片上的人后，妈妈说：“宝宝，今天妈妈教你唱一首新歌，这首歌跟这些卡片上的爷爷、奶奶、爸爸、妈妈、叔叔、阿姨有关系。咱们要一边拍手一边唱哦。”
- ③ 妈妈先给宝宝示范一遍《拍手歌》，在唱的过程中要伴随着拍手的动作。
- ④ 妈妈示范完后，请宝宝跟着妈妈按节奏一起边唱歌边做动作。妈妈和宝宝根据节奏互相拍手，“你拍一，我拍一，爷爷，爷爷，我爱你。”妈妈和宝宝拍完手后，让宝宝对着爷爷的图片送一个飞吻。
- ⑤ 妈妈要一句一句地边唱边教宝宝，直到把这首歌唱完。

## 提示：

- 在游戏的过程中，妈妈要经常表扬宝宝，如“宝宝学得真快，就是这么唱，咱们再唱下一句。”
- 妈妈在教的过程中，要有耐心，并且拍手时要有一定的节奏感。

## 2. 妈妈参照演示的步骤跟宝宝玩“亲亲一家人”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝把其他熟悉的人编进歌里唱出来。
- ② 妈妈可以让宝宝自己想一些新的动作加到儿歌里。

## 拍手歌

你拍一，我拍一，爷爷，爷爷，我爱你，  
你拍二，我拍二，奶奶，奶奶，我爱你，  
你拍三，我拍三，爸爸，爸爸，我爱你，  
你拍四，我拍四，妈妈，妈妈，我爱你，  
你拍五，我拍五，叔叔，叔叔，我爱你，  
你拍六，我拍六，阿姨，阿姨，我爱你。

## 快乐套圈



## 活动材料

套圈玩具



## 活动目标

练习宝宝对手臂及腰部的运动控制能力，培养宝宝手眼协调能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“快乐套圈”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈跟宝宝在平地上做“快乐套圈”的游戏。妈妈把套圈玩具中的彩色塑料杯从大到小摆成一排放在地上，每个杯子之间间隔 20 厘米，妈妈在离杯子半米的地方画一条横线。
- ② 妈妈跟宝宝面朝杯子站在线后，说：“宝宝，我们俩来比赛，看谁能把圆圈套到那些漂亮的杯子上吧。宝宝喜欢哪种颜色，就把圆圈扔到哪个杯子上。要让这个圆圈套在杯子上面，每套一个得一分！不过扔的时候我们只能站在线的后面，不可以过线。”
- ③ 妈妈示范套圈的动作，说：“妈妈喜欢绿色的，我要用圆圈套住绿色的杯子。”妈妈说完后，将圆圈往绿色的杯子上扔。妈妈示范的时候动作要慢一些，确保宝宝看清妈妈的动作。

- ④ 妈妈示范结束后鼓励宝宝参与游戏：“妈妈得了一分了，宝宝现在该你扔了。你喜欢哪个颜色，就把圆圈扔到哪个杯子上吧。”

提示：不论宝宝是否成功把圆圈套到杯子上，妈妈都要鼓励宝宝的尝试，如“宝宝扔得很好，咱们继续努力。”如果宝宝一开始总是套不到杯子，妈妈可以把线画得近一些，让宝宝站到离杯子较近的地方开始游戏。

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

- ① 妈妈可以适当增加宝宝与杯子之间的距离，继续游戏。
- ② 妈妈可以请其他小朋友跟宝宝比赛，增加游戏的趣味性。

## 形状分类



## 活动材料

三角形、四边形和圆形的积木各四块，一个小碟子，三个小碗



## 活动目标

培养宝宝分类的能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“形状分类”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈事先将一个碟子和三个碗摆好。在碟子中放入一块三角形、一块圆形和一块四边形的积木。在三个碗中分别放三块三角形、三块圆形和三块正方形。
- ② 妈妈向宝宝示范把三种形状不同的积木从碟子里拿出来，并放到装相同积木的碗中，跟宝宝说：“宝宝，我们现在把碟子里的三角形拿出来，放在有三角形积木的碗中。”并告诉宝宝：“这四块一样，都是三角形的。”按此方法再拿出四边形和圆形积木。
- ③ 然后妈妈鼓励宝宝自己尝试送三角形积木、圆形积木和四边形积木“回家”。
- ④ 如果宝宝没有理解，妈妈就跟宝宝说：“宝宝，

摸一摸这块积木是不是有一、二、三，三条边。这个碗里的积木是不是和这块积木一样啊？所以，这块积木的‘家’应该在这个碗里。”然后其他形状的积木以此类推，尽量让宝宝自己将圆形和四边形放到其他两个碗里。

- ⑤ 无论宝宝做得好与坏，妈妈都要表扬宝宝真棒。

**2. 妈妈参照演示的步骤跟宝宝玩“形状分类”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈可以教宝宝将其他常见物品分类，妈妈要用实物帮助宝宝学会分类。

## 照顾弟弟妹妹



## 活动材料

玩具娃娃(男女各一个)、杯子、小碗、勺子



## 活动目标

培养宝宝与家人建立亲密关系及对他人的责任感。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“照顾弟弟妹妹”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈将两个娃娃放在桌子上，对宝宝说：“宝宝，这个小男孩是弟弟，小女孩是妹妹，现在弟弟妹妹生病了，今天宝宝来照顾他们好吗？”
- ② 妈妈先对宝宝说：“现在中午了，宝宝用勺子将碗里的饭喂给弟弟妹妹吧。”如果宝宝不理解妈妈的意思，妈妈可以一手拿碗一手拿勺子给宝宝示范，假装将碗中的东西喂给玩具娃娃，然后对宝宝说：“宝宝，像这样给弟弟妹妹喂饭就可以了。”当宝宝能够做时，妈妈要夸赞宝宝真能干。
- ③ 喂完饭后，妈妈说：“弟弟妹妹生病了，吃完饭后他们应该吃药了，宝宝把水杯拿过来帮

助弟弟妹妹吃药吧。”妈妈先做示范，给玩具娃娃喂药，然后让宝宝学着妈妈的样子给另一娃娃喂药。

- ④ 当宝宝喂完药后，妈妈可以告诉宝宝，让弟弟妹妹平躺着休息。
- ⑤ 在整个过程完成后，妈妈应该拥抱宝宝并说：“宝宝长大了，可以照顾别人了。真棒！”

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“照顾弟弟妹妹”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝尝试着给妈妈喂饭等，让宝宝学会照顾家人。
- ② 妈妈可以让宝宝自己照顾“弟弟和妹妹”。

## 指偶游戏



## 活动材料

动物指偶玩具



## 活动目标

培养宝宝的语言表达能力，同时开发宝宝的想象力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“指偶游戏”，步骤如下。

- ① 妈妈先让宝宝将喜欢的动物指偶套在五个手指上，然后妈妈将剩下的指偶套在自己手指上，对宝宝说：“宝宝和妈妈套好指偶了，我们一起给指偶起名字，让指偶们相互交朋友吧。”
- ② 妈妈和宝宝代表各自的指偶们互相交谈，妈妈先摆动其中一只手指，代表一个指偶向宝宝的指偶问好，做自我介绍，说：“你好，我叫小白，我是一只兔子，我喜欢吃萝卜和青菜。”然后问：“你叫什么名字？你是什么呀？最喜欢吃什么呢？”妈妈问完之后鼓励宝宝来回答这些问题。
- ③ 宝宝回答后，妈妈继续介绍玩偶：“宝宝，你好，我叫小黄，我是一只小鸭子，我有扁扁的嘴巴，喜欢游泳。”然后问宝宝：“你的嘴巴是什么样的？你喜欢什么呀？”妈妈问完后鼓励宝宝回答。
- ④ 妈妈继续介绍玩偶：“到我了，到我了！宝宝你好，我叫小象，我有长长的鼻子，喜欢玩球。”然后问宝宝：“你的鼻子长不长？你喜

欢玩什么呀？”妈妈问完后鼓励宝宝回答。

- ⑤ 妈妈介绍完后鼓励宝宝介绍自己的指偶并向妈妈提问。如果宝宝不知道怎么介绍，妈妈要以问问题的方式，引导宝宝介绍自己的指偶。

## 提示：

- 宝宝不想说话的时候，妈妈要耐心鼓励宝宝开口，尽量用夸张的语言来引起宝宝的兴趣。
- 如果宝宝一次不能全部说完三个问题，妈妈可一个问题一个问题地问，并引导宝宝回答。
- 妈妈要鼓励宝宝发挥自己的想象力，不管宝宝说什么，妈妈都要鼓励。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“指偶游戏”。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以鼓励宝宝多描述几个指偶，增加游戏难度和玩耍时间。
- ② 妈妈可以让宝宝和其他小朋友一起玩“指偶游戏”。

## 投篮比赛



## 活动材料

篮球套装



## 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“投篮比赛”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈先把篮框固定在离宝宝头部略高的位置，然后拿着皮球，告诉宝宝：“今天我们来玩投篮游戏，像妈妈这样，两个手抱着篮球，用劲向上投。”然后，妈妈给宝宝示范投球，说：“宝宝，你看，像妈妈这样投。看，球投进去了！”妈妈投完球后，把球给宝宝投，如果宝宝不会投，可手把手教宝宝投。
- ② 宝宝学会后，妈妈告诉宝宝：“咱们现在来比赛看谁投进去的球多！”接着妈妈和宝宝可以轮流来投球。

提示：

- 妈妈在投球比赛过程中要让着宝宝，鼓励

宝宝，增加宝宝赢球的机会。

- 每当宝宝投进一球后，就要夸赞宝宝：“球进了！宝宝好厉害！”
- 比赛中可根据宝宝的完成情况调整离篮框的距离或篮框高度。

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

- ① 妈妈可以适当加大投篮的高度和距离。
- ② 妈妈可以让宝宝和其他小朋友比赛投篮。

## 谁会飞，谁会游



## 活动材料

纸板书《动物》



## 活动目标

培养宝宝认识动物习性的能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“谁会飞，谁会游”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把纸板书打开，放在宝宝面前，和宝宝坐在一起，认识老鹰、鹅、海豚等动物。妈妈拿着老鹰的图片问宝宝：“宝宝，你看这是什么？”如果宝宝不知道，妈妈要告诉宝宝：“这是老鹰。”妈妈以同样的方法告诉宝宝其他的动物。
- ② 宝宝认识各种动物以后，妈妈询问宝宝：“宝宝知道这里面的哪些动物会飞，哪些动物会游吗？”
- ③ 妈妈告诉宝宝说：“老鹰有翅膀，所以会飞。宝宝还能说出图片中哪个会飞吗？”妈妈告诉宝宝：“鹦鹉也会飞，它也有翅膀。”同样，再根据图片告诉宝宝鹅和海豚会在水里游。
- ④ 妈妈问宝宝：“这些动物中哪些会游泳？”如果宝宝可以回答，妈妈则表扬宝宝：“真棒，

都知道鹅和海豚会游泳了。”如果宝宝没有回答或者回答不正确，妈妈则告诉宝宝：“鹅和海豚会游泳。”妈妈再问：“那哪些动物会飞呢？”如果宝宝可以回答，妈妈则表扬宝宝：“真棒，都知道老鹰和鹦鹉会飞了。”如果宝宝没有回答或者回答不正确，妈妈则告诉宝宝：“老鹰和鹦鹉会飞。”

提示：如果宝宝学得快，妈妈可多准备几张动物卡片让宝宝继续分类。

## 2. 妈妈参照演示的步骤跟宝宝玩“谁会飞，谁会游”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈不仅可以让宝宝了解谁会飞、谁会游，还可以让宝宝了解谁会跑、谁会跳等，增加宝宝的见识，让宝宝认识更多的事物。

## 布置新家



## 活动材料

家具和家电模型玩具



## 活动目标

培养宝宝爱家、爱劳动的品质，以及自己动手的能力和团结协作的品质。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“布置新家”游戏，步骤如下。**

- ① 在宝宝面前摆放桌子、椅子、沙发、冰箱、电视机等各种玩具家具和家电，并在不远处摆放一个桌子，告诉宝宝：“宝宝，我们要搬新家啦，我们一起动手好不好？”妈妈指向远处的桌子，对宝宝说：“宝宝，那是我们的新家，我们要把家具和家电从这里搬到我们的新家里，然后再一起布置我们的新家。”
- ② 先让宝宝把玩具都搬过去，可以让宝宝一个一个地搬，也可以让宝宝两个一起搬，但是宝宝每搬一件东西都要引导宝宝说出搬的是什么物品。妈妈可以问宝宝：“宝宝，你现在搬的是什么呀？”宝宝如果回答不上来，妈妈就告诉宝宝：“这是……”并让宝宝重复。
- ③ 玩具都搬过去之后，妈妈告诉宝宝在哪个位置摆放什么家具，例如：“宝宝，把沙发放在这里。”游戏中要多鼓励宝宝，每完成一个步骤都要表扬宝宝。
- ④ 宝宝熟悉游戏之后，鼓励宝宝自己布置房间：

“宝宝想怎么布置新家呀？你自己来动手把这些家具重新摆一摆，宝宝觉得怎么摆好看就怎么摆。”要尽量让宝宝自己完成所有步骤，妈妈在一旁观看，必要时给出提示。

- ⑤ 全部布置好后，让宝宝看看布置好的新家，并让宝宝给妈妈介绍自己的新家。在介绍的过程中妈妈可以向宝宝提一些简单问题，如“宝宝为什么要把沙发放在这里呢？”“你觉得家里还需要什么呢？”等。
- ⑥ 介绍完之后，妈妈要表扬宝宝：“宝宝真棒！宝宝布置得真好看！”最后记得让宝宝去洗手。

**2. 妈妈参照演示的步骤跟宝宝玩“布置新家”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 鼓励宝宝做一些力所能及的劳动，如搬一些小物品，扫地等。
- ② 鼓励宝宝在一些关于自己的小事情上自己做决定。

## 纠正错误



## 活动材料

魔法棒玩具



## 活动目标

扩展宝宝的词汇量，培养孩子的语言表达能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“纠正错误”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈故意向宝宝做出明显的“错误”描述。如用魔法棒指着膝盖问：“这是我的鼻子吗？”妈妈等着宝宝的回答，如果宝宝回答说：“不是。”妈妈可以继续问：“这是什么？”如果宝宝回答：“这是膝盖。”则妈妈继续问：“它是做什么用的？”如果宝宝不说话，妈妈则提示宝宝说：“这是我的鼻子还是膝盖呀？”“它是用来走路的，还是用来闻气味的呀？”“它还可以做什么呢？”等。妈妈在说“错误”的描述时，语速要慢，要加适当重音，让宝宝能找到错误，加强宝宝的信心，指的动作要明显。
- ② 妈妈用魔法棒指着耳朵问宝宝：“这是胳膊吗？”妈妈同样等着宝宝的回答，如果宝宝

回答正确，妈妈可以继续问：“它可以做什么呀？”等待宝宝的回答，宝宝回答后，妈妈可以说：“妈妈可以用它抱宝宝吗？”如果宝宝没有回答出来，妈妈可以说：“妈妈说错了，它不是胳膊，是耳朵。”然后继续问：“妈妈可以用它做什么呢？”

提示：妈妈要不断地问问题，引导宝宝说更多的句子，要不断鼓励宝宝表现。

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

如果宝宝已经熟悉了这个游戏，妈妈也可以尝试让宝宝边指着自己的身体部位边说出这个部位的名称，并且说出这个部位是干什么的。

## 圆圈追逐赛



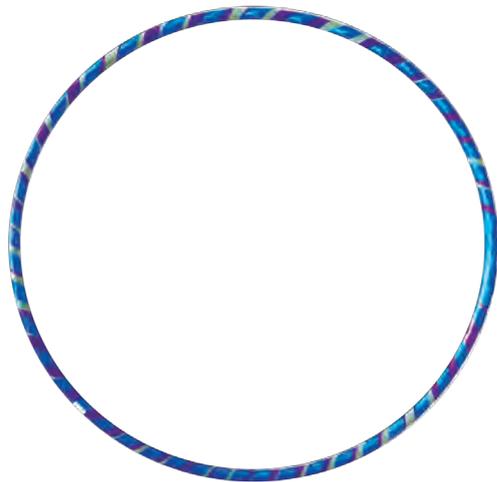
## 活动材料

呼啦圈



## 活动目标

通过完成跳圈的活动，发展宝宝的跳跃能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“圆圈追逐赛”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈把呼啦圈放在地上，周围不要有杂物。
- ② 妈妈带着宝宝走到呼啦圈旁边，跟宝宝说：“这是不是像个圆圈啊，我们跳进圆圈里吧。”说完妈妈先轻跳进去，鼓励宝宝也跳进圆圈：“妈妈跳进来了，宝宝也跳进来吧！”如果宝宝没能跳进圆圈，妈妈可反复给宝宝演示如何跳进圆圈。
- ③ 待宝宝可以跳进圆圈之后，妈妈再演示跳出圆圈的动作，说：“妈妈跳出去了，宝宝也跳出去吧！”并让宝宝模仿妈妈的动作。
- ④ 如果反复演示宝宝仍不会跳，妈妈可以站在宝宝身后，让宝宝面对圆圈，从身后抱着宝宝，帮助宝宝跳进、跳出圆圈。
- ⑤ 如果宝宝可以顺利地跳进、跳出圆圈，妈妈可以在地上摆多个圆圈，和宝宝练习跳进、跳出。如果只有一个呼啦圈，可在宝宝跳进后把呼啦圈从宝宝头上绕过，摆在他面前，继续练习。

## 提示：

- 妈妈可以用声音配合动作，以吸引宝宝参与游戏，提高宝宝对游戏的兴趣，如数“一，二！”起跳。
- 妈妈对于宝宝做出的尝试，不论成功与否，都要给予表扬与鼓励。
- 如果宝宝在跳时脚还不能完全离开地面，妈妈要耐心地多和宝宝练习这个动作，并多给宝宝演示跳跃过程，就算宝宝不是双脚同时起跳也要给宝宝以鼓励。
- 在游戏中，妈妈要注意保护宝宝的安全！

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“圆圈追逐赛”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可用手稍微升高呼啦圈（1厘米左右，高度可逐渐增加），鼓励宝宝跳过。
- ② 妈妈可以有意识地让宝宝在日常生活中多练习跳跃动作。

## 认识颜色



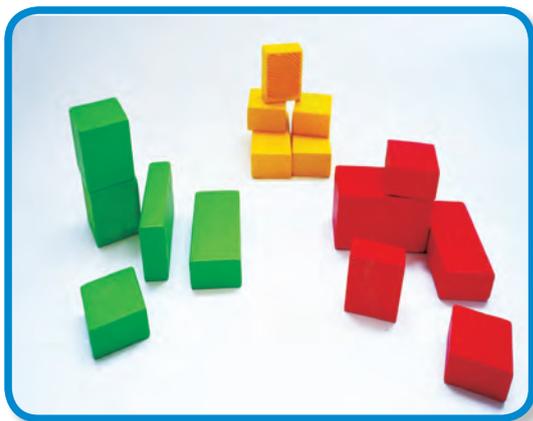
## 活动材料

红色、黄色、绿色积木各五块



## 活动目标

培养宝宝颜色知觉，强化宝宝初步形成的颜色认知。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“认识颜色”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把积木都倒在桌子上。妈妈说：“宝宝你看，这么多漂亮的颜色！宝宝看这是红色的积木，这是黄色的积木，这是绿色的积木。妈妈很喜欢红色的积木，宝宝可以把红色的积木给妈妈吗？”
- ② 如果宝宝能把红色的积木给妈妈，妈妈就继续请宝宝依次把黄色、绿色的积木给妈妈。
- ③ 如果宝宝不能找出红色的积木，妈妈拿起一块红色的积木给宝宝看，说：“宝宝，这种是红色的，宝宝把那些跟它一样颜色的积木找出来给妈妈。”
- ④ 如果宝宝还找不到红色积木，妈妈可以再拿一块红色积木跟刚才的红色积木放到一起，说：“宝宝，它们都是红色的。宝宝把跟它们一样的红色积木给我好吗？”
- ⑤ 宝宝认识这些颜色后，妈妈指着红色的积木问宝宝：“宝宝，这是什么颜色的？”鼓励宝宝回答。宝宝认识颜色是一个循序渐进的过程，妈妈要有耐心。

- ⑥ 妈妈要对宝宝的回答进行反馈，如指着红色的积木说：“宝宝真棒，这是红色的。”
- ⑦ 妈妈询问宝宝喜欢的颜色，说：“妈妈喜欢红色的，宝宝喜欢什么颜色？”妈妈鼓励宝宝把喜欢的颜色拿给妈妈，并说出这种颜色：“宝宝最喜欢哪种颜色的积木，给妈妈看看好吗？（宝宝挑选出给妈妈）哇，宝宝喜欢这种颜色啊！好漂亮的颜色！你知道这种颜色叫什么吗？叫绿色！宝宝想想还有什么东西也是这种颜色的呢？”
- ⑧ 妈妈鼓励宝宝用不同颜色的积木搭成任何他想要搭的形状：“宝宝，我们用这些积木搭个房子好吗？”

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“认识颜色”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以利用日常生活中宝宝喜欢的物品教宝宝认识颜色。
- ② 妈妈可以告诉宝宝一些其他的颜色，比如蓝色，粉色等。

## 轮流搭积木



## 活动材料

一套积木



## 活动目标

培养宝宝的秩序感，让宝宝理解轮流与等待。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“轮流搭积木”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈将积木摆在宝宝面前，告诉宝宝：“宝宝，我们现在一起来轮流搭积木。”
- ② 妈妈给宝宝介绍这个游戏：“轮流搭积木，就是我们按照秩序一个接一个地搭积木，也就是宝宝搭一块积木，妈妈搭一块积木，然后宝宝再搭一块积木，然后妈妈再搭一块积木，然后宝宝再搭……这样一直轮流下去。宝宝明白了吗？”
- ③ 宝宝理解之后，妈妈继续讲规则：“宝宝和妈妈一起轮流搭积木，轮到宝宝搭的时候，妈妈会等宝宝搭好，妈妈再搭。在妈妈搭积木的时候，宝宝也要等妈妈搭好，不可以乱动哦，等妈妈搭好了，宝宝再搭。明白了吗？”
- ④ 宝宝明白之后，妈妈再说：“好的，现在我们要开始了哦，妈妈先搭一块积木。”妈妈搭好一块积木，接着说：“宝宝看，妈妈搭好了，现在轮到宝宝了，注意一次只能搭一块积木，宝宝搭好之后也要告诉妈妈哦，别让妈妈等太长时间啊。”

- ⑤ 妈妈鼓励宝宝在妈妈搭的积木上搭一块积木，宝宝搭好之后要让宝宝说出：“搭好了。”然后妈妈说：“好啦，宝宝搭好了，搭的真高，现在轮到妈妈了，宝宝就不可以动了哦，要等妈妈搭好啊。”

- ⑥ 妈妈再搭一块积木，重复上述步骤和宝宝轮流搭积木，直到积木倒塌。妈妈说：“哎呀，积木倒啦，宝宝，我们再来一次，看看能不能搭得更高。”重新进行游戏。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“轮流搭积木”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让其他小朋友参与游戏，每人每次搭一块积木，人越多，宝宝等待的时间就越长，可以进一步强化宝宝的轮流和等待意识。
- ② 在宝宝做其他多人游戏时，也可以采用这种轮流玩的方式，锻炼宝宝的秩序感。如轮流踢球，读故事书时轮流翻书，在公园玩秋千或滑梯时轮流和等待。要让宝宝懂得想要某样东西时，有时是需要轮流、等待。

## 儿歌《炒菜歌》



## 活动材料

无



## 活动目标

培养宝宝的语言能力。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝唱《炒菜歌》，步骤如下。

- ① 妈妈边唱儿歌边做动作给宝宝示范，让宝宝仔细观看。妈妈说：“宝宝，妈妈现在给你表演一个节目，你要仔细看哦，一会儿妈妈请你跟我一起表演，好不好？”妈妈示范的时候，动作要尽量夸张一点，保证宝宝能够看清楚。
- ② 妈妈鼓励宝宝跟着妈妈一起学着做动作。妈妈说：“宝宝，接下来妈妈唱儿歌，你来跟着妈妈一起做，好不好？妈妈做一个动作，宝宝也学妈妈做一个。”妈妈前期的动作要慢一些。
- ③ 如果宝宝动作不熟练，妈妈可以再次给宝宝做示范，重点突出各个动作的手势。如果宝宝一开始实在看不懂，妈妈可以把着宝宝的手先做几个动作，让宝宝熟悉起来。
- ④ 宝宝动作熟练之后，妈妈手心向上摆好，让宝宝边念儿歌边在妈妈的手心上做动作，说：

“宝宝，你来给妈妈表演一次吧。”多鼓励宝宝自己说、自己做。宝宝完成后要予以表扬和鼓励。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝唱《炒菜歌》。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

生活中需要做捏、抹、洒、刷等动作时，鼓励宝宝自己动手来完成。

## 炒菜歌

切青菜，切青菜，切切切  
捏青菜，捏青菜，捏捏捏  
抹点油，抹点油，抹抹抹  
炒青菜，炒青菜，炒炒炒  
洒点盐，洒点盐，洒洒洒  
刷刷锅，刷刷锅，刷刷刷

## 学走平衡木



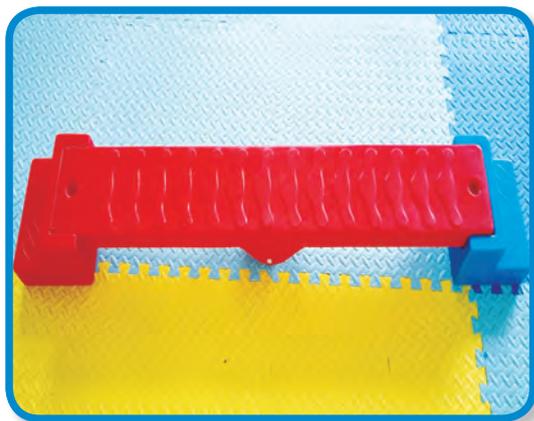
## 活动材料

平衡木



## 活动目标

初步发展宝宝的平衡能力，锻炼宝宝的胆量。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“学走平衡木”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈将平衡木放在地上，告诉宝宝：“我们今天来玩一个走平衡木的游戏。”妈妈先给宝宝示范，双脚交替着从平衡木上走一遍。
- ② 妈妈走完后，鼓励宝宝走平衡木。如果宝宝一开始不敢走平衡木，妈妈要鼓励宝宝，说：“宝宝没事的，宝宝最勇敢。”然后妈妈鼓励宝宝尝试踏上平衡木。
- ③ 如果宝宝自己不敢尝试踏上平衡木，妈妈可以扶着宝宝踏上平衡木，并向前走。等宝宝走几次熟练之后，妈妈再鼓励宝宝自己在平衡木上走。

- ④ 如果宝宝敢在没有大人扶的情况下尝试双脚站在平衡木上，妈妈就表扬宝宝。

提示：宝宝要在妈妈的监护下走平衡木，妈妈要注意宝宝的安全。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“学走平衡木”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述活动之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以鼓励宝宝双脚交替着走完平衡木。
- ② 平时生活中遇到类似平衡木的玩具时，妈妈多鼓励宝宝玩。

## 形状屋



## 活动材料

形状屋玩具



## 活动目标

培养宝宝认识形状的能力。



## 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，把相对复杂的形状放在宝宝面前，然后跟宝宝说：“宝宝，这里有各种各样形状的积木，我们把这些形状积木送进形状屋吧！”
- ② 妈妈先拿起十字形积木，跟宝宝说：“这是十字形积木，要通过十字形的门洞进入形状屋哦。宝宝看，我现在要把它送进形状屋了。”然后把十字形积木塞进形状屋上对应的孔中。
- ③ 妈妈跟宝宝一起找五角星积木对应的孔，跟宝宝说：“这是五角星积木，我们要把五角星积木送进形状屋，宝宝要通过五角星的门洞把它送进去哦。”然后让宝宝把五角星积木塞进形状屋上对应的孔中。
- ④ 让宝宝试试自己找一个简单的形状积木，把找到的简单的形状积木塞入对应形状的孔中。
- ⑤ 宝宝成功后，妈妈要表扬宝宝。

提示：

- 妈妈教宝宝认识形状和找对应的孔时要有耐心，宝宝刚开始学习不能掌握也没关系，妈妈要舍得花时间和精力教宝宝，不要中途放弃。
- 宝宝注意力不集中的时候，妈妈可以用语言鼓励宝宝，引导宝宝把形状积木放入对应的孔中。
- 妈妈多鼓励宝宝仔细观察，放错位置的时候妈妈多引导多鼓励。

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

- ① 妈妈可以告诉宝宝身边物品形状的名称。如妈妈可以指着鸡蛋给宝宝看，说：“这个是椭圆形，你能告诉妈妈还有哪些东西像它一样吗？”
- ② 可以让宝宝认识一些比较复杂的形状，如六边形等。

## 打扮娃娃



## 活动材料

换装娃娃套装(包括项链、鞋子、手包等)



## 活动目标

培养宝宝对美的认识和审美能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“打扮娃娃”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈首先让宝宝给准备好的换装娃娃穿衣服。然后拿出项链、鞋子、手包等东西，告诉宝宝说：“换装娃娃今天要戴着项链，穿着美丽的鞋子，提着手提包去看外婆，宝宝能不能给娃娃打扮好，带她去外婆家？”
- ② 妈妈先用抑扬顿挫的语调给宝宝介绍如何打扮娃娃，然后让宝宝一件件给换装娃娃打扮，当宝宝不会时，妈妈要耐心教宝宝。

- ③ 如果宝宝自己做得非常好，妈妈要表扬宝宝，并且说：“宝宝把娃娃打扮得好漂亮啊。她现在可以美美地去见外婆啦！”

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

- ① 妈妈可以选更多的东西来让宝宝给换装娃娃打扮，比如发卡等。
- ② 妈妈在日常生活中可以让宝宝来为自己打扮。

## A1. 语言能力单元

## 儿歌《我有一头小毛驴》



## 活动材料

儿歌《我有一头小毛驴》



## 活动目标

培养宝宝的语言和动作能力，同时也锻炼宝宝的身体协调能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝唱儿歌《我有一头小毛驴》，步骤如下。

- ① 妈妈先告诉宝宝：“宝宝，我们今天一起唱一首儿歌《我有一头小毛驴》。”
- ② 妈妈先播放歌曲《我有一头小毛驴》，妈妈和宝宝一块听儿歌，然后妈妈教宝宝唱这首儿歌，妈妈唱一句，宝宝学一句，妈妈一边唱一边做动作。

## 提示：

- 妈妈教宝宝儿歌时，必须一句一句地教，咬字要清晰，语速要慢，时刻引导宝宝模仿，必要时妈妈需要反复唱同一句，做动作的幅度要大。如果宝宝注意力不集中或者不太感兴趣，妈妈的面部表情与动作可以更夸张一些，增加宝宝对儿歌的兴趣。
- 妈妈一句一句唱并带着动作教宝宝，让宝宝跟着妈妈一起边唱边做动作。如果宝宝跟不上妈妈的节奏，妈妈需要重复唱宝宝不会唱的那一句，等宝宝学会后再进行下一句。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝唱儿歌《我有一头小毛驴》。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 让宝宝自己一边唱，一边随意做动作，并让宝宝表演给家里人看。
- ② 妈妈还可以教宝宝语句复杂一点、动作复杂一点的儿歌。

## 我有一头小毛驴

我有一头小毛驴，(宝宝和妈妈手拉手原地转圈)  
从来也不骑，(原地立定，一手叉腰，一手左右摆手)  
有一天春光明媚，骑着去赶集，(原地做骑驴的动作)  
我手里拿着小皮鞭，(原地做骑驴、甩鞭子的动作)  
我心里正得意，(继续做甩鞭子的动作)  
不知怎么，哗啦啦啦啦，(跺脚，双手摊开，表情无奈)  
摔了我一身泥。(滑稽地轻轻摔倒在地板上)

## A2. 运动能力单元

## 三层金字塔套杯



## 活动材料

六个大小相同的圆形塑料杯



## 活动目标

培养宝宝手眼协调性和专注力，  
锻炼宝宝手指精细运动能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“三层金字塔套杯”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将六个大小相同的塑料杯放在桌子上，然后请宝宝坐在桌旁的凳子上，说：“宝宝，今天我们来玩‘套杯子’的游戏吧。我们先把这些杯子摆成一个金字塔的样子，然后再把它们收起来套在一起。妈妈先做一遍，宝宝要看妈妈是怎样做的，然后宝宝再来做一遍。”
- ② 妈妈一边做一边对宝宝讲解：“我们先把这三个杯子倒过来并排放桌子上做最底层，再把另外两个杯子放在三个杯子两两之间的上面，然后将最后一个杯子放在两个杯子之间的上面做最高一层。好了，我们已经摆好杯子了。宝宝看好了，现在妈妈要把它们套起来，收成一整个了。”搭完之后，妈妈很自如地再按从高到低的顺序将杯子全部套起来。
- ③ 妈妈演示完毕，然后对宝宝说：“宝宝也来玩吧，像妈妈刚才一样，现在宝宝和妈妈一起搭一个三层的塔。”妈妈先让宝宝摆第一层杯

子，再摆第二层、第三层。

- ④ 在宝宝搭第二层和第三层遇到困难时，如杯子倒掉，妈妈要帮助和引导宝宝，鼓励宝宝完成。
- ⑤ 妈妈要表扬宝宝的尝试，如“宝宝做得很好，把一个杯子放到它底下两个杯子中间，就是这样，咱们继续往上搭。”
- ⑥ 等摆好之后，妈妈让宝宝把所有杯子套起来，完成整个游戏。
- ⑦ 如果宝宝在妈妈的引导下也不能搭三层，妈妈可先拿三个杯子，让宝宝搭两层即可。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“三层金字塔套杯”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以增加杯子的数量，让宝宝搭更多层，增加游戏难度。

## 用积木排图形



## 活动材料

积木、房子图形的卡片



## 活动目标

培养宝宝对物品整体的认识，提高宝宝的思维能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“用积木排图形”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈拿出画有房子的卡片，问宝宝：“宝宝，你看这是什么？”不管宝宝是否回答正确，都告诉宝宝：“这是房子。”
- ② 然后拿出积木，告诉宝宝：“我们今天要用积木给房子装上漂亮的外衣，看妈妈先将房顶用积木装饰一下。”然后鼓励宝宝将房子其他地方的边沿也用积木装饰一下，给房子装上漂亮的外衣，妈妈要边说边给宝宝示范。如果宝宝做完了，给宝宝奖励。
- ③ 如果宝宝不会装饰，妈妈要有耐心，可以握着宝宝的手协助宝宝完成其中一部分，提醒宝宝沿着图画的线条摆放，鼓励宝宝独立完成

剩下的部分。

- ④ 宝宝完成后，妈妈跟宝宝说：“看，这就是房子，我们的新房子，是不是很漂亮，宝宝真棒！”
- 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“用积木排图形”游戏。**
- 
- 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**
- ① 妈妈可以让宝宝用积木排列出其他简单且宝宝熟悉的图形。
  - ② 妈妈可以让宝宝自己用积木创造出独特的图形形状，并让宝宝介绍排出的图形是什么。

## A4. 社会情感单元

## 我喜欢自己



## 活动材料

图画书《我喜欢自己》



## 活动目标

培养宝宝建立对自己积极的感受和认识。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“我喜欢自己”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈翻开图画书《我喜欢自己》，跟宝宝一起先给书中的小猪起名字，妈妈说：“宝宝，我们今天来认识个新朋友，可是它还没有名字，你来给它起个名字吧。”如果宝宝能给小猪起名字，妈妈就用宝宝起的名字；如果宝宝不能给小猪起名字，妈妈帮宝宝一起给小猪起名字。
- ② 起完名字后，妈妈跟宝宝一起看图画书《我喜欢自己》。妈妈根据书中的图画一边给宝宝讲故事，一边问宝宝问题，如“宝宝，小猪喜欢身上的绿色裙子，宝宝喜欢什么样的衣服啊？”
- ③ 妈妈尝试鼓励宝宝讲出他看到的图画。

- ④ 妈妈要在讲故事时不断重复“……喜欢自己，宝宝也要喜欢自己。”

## 提示：

- 妈妈要多表扬鼓励宝宝，如“宝宝说得真好，我们再看这是什么？”
- 妈妈的语速要慢，并鼓励宝宝回答。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“我喜欢自己”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述活动之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

妈妈在平时生活中可以经常问宝宝“喜不喜欢自己？”“自己的衣服漂亮吗？”等问题。

## 儿歌《粉刷匠》



## 活动材料

儿歌《粉刷匠》



## 活动目标

拓展宝宝的词汇量，提升宝宝的语言表达能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝唱儿歌《粉刷匠》，步骤如下。

- ① 妈妈先给宝宝播放儿歌《粉刷匠》，并和宝宝一块听儿歌。妈妈告诉宝宝：“宝宝，今天我们来学一首新的儿歌《粉刷匠》，妈妈唱一句你唱一句。宝宝要注意看，妈妈还有一些动作要教给宝宝。”
- ② 妈妈让宝宝跟着一起唱儿歌《粉刷匠》，妈妈唱一句，宝宝跟一句，要一边唱一边做动作。如果宝宝跟不上，妈妈要重复那一句，鼓励宝宝跟着妈妈一起唱，并告诉宝宝：“像妈妈这样唱，大声唱出来，妈妈想听宝宝唱的歌。”

## 提示：

- 妈妈在唱的时候吐字要清晰，要有耐心，多重复几遍，并鼓励宝宝跟唱。
- 宝宝学会之后，妈妈要鼓励宝宝自己表演一遍，妈妈可以在旁边拍手鼓励宝宝独立完成表演。
- 如果宝宝询问中间某个词或者某个句子的

含义，要耐心地给他解释，不管他是否能完全理解。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝唱儿歌《粉刷匠》。

## 3. 宝宝能够熟练地唱这首儿歌之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以给宝宝解释这首儿歌的含义。
- ② 妈妈可以跟宝宝唱其他儿歌，如《世上只有妈妈好》等。

## 粉刷匠

我是一个粉刷匠，(挺胸，表现出骄傲的样子)  
 粉刷本领强，(做出“竖大拇指”很棒的动作)  
 我要把那新房子，(指着面前或者旁边家里的各处)  
 刷得更漂亮，(双手伸开，表现出惊讶、美丽的样子)  
 刷完屋顶又刷墙，(指一指屋顶，再指一指墙)  
 刷子飞舞忙，(快速刷的动作)  
 哎呀我的小鼻子，(表现出惊讶并指着自己的鼻子)  
 变呀变了样。(笑着揉鼻子)

## 学打保龄球



## 活动材料

儿童保龄球套装



## 活动目标

锻炼宝宝的手眼协调能力，以及四肢的协调能力。



## 活动方法

### 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝一起玩“学打保龄球”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把保龄球球瓶排好放在地上，排列顺序为：第一行放一个，第二行放二个，第三行放三个，第四行放四个，其中第四行离发球线最远。排好后，在距离第一行球瓶 1.5 米的地方画一条发球线，妈妈向宝宝介绍保龄球的玩法：“宝宝，今天我们一起玩打保龄球吧。妈妈已经将球瓶摆好了，现在我们就站到这条线的后面，把球推出去，让球把球瓶打倒，好不好？”
- ② 妈妈示范保龄球的玩法。妈妈一边示范一边对宝宝说：“宝宝，我们要让球从线的后面贴着地面滚到那些球瓶那里，把球瓶打倒，你看就像妈妈这样。”妈妈示范时姿势和动作要慢一些，清楚一些，确保宝宝能够看清。
- ③ 妈妈示范完后，先手把手地教宝宝拿球与扔球的姿势。妈妈要跟宝宝强调，球只能沿着地面滚过去，不能把球直接砸到球瓶上，也不能把球从发球线前扔出去。

- ④ 宝宝学会拿球与扔球后，妈妈让宝宝尝试自己打保龄球。不论宝宝是否能够把球瓶打倒，妈妈都要鼓励宝宝继续做：“宝宝打得很好，我们再来试一次，看看这次是不是能打倒更多的球瓶。”

## 提示：

- 妈妈注意在每次发球之前，都要把十个球瓶摆整齐，妈妈也可鼓励宝宝与自己一起摆球瓶。
- 如果 1.5 米的距离对宝宝来说难度很大，妈妈可适当地缩短发球线与球瓶之间的距离。

### 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“学打保龄球”游戏。

### 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以增加发球线与球瓶之间的距离，加大游戏难度。
- ② 妈妈可以跟宝宝进行保龄球比赛，增强宝宝玩保龄球的兴趣。

## 小小铺路工



## 活动材料

不同形状的积木（长方形、正方形、三角形）



## 活动目标

培养宝宝对形状的认识，同时开发宝宝的创造力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小小铺路工”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把不同形状的积木拿出来，对宝宝说：“宝宝，今天我们来当铺路工，要铺出一条笔直的路。下面妈妈先做个示范，宝宝看好怎么做之后就自己来做。”妈妈把长方形积木摆成一条直线，让宝宝看妈妈铺好的路是一条直线，没有任何突起或不平整。
- ② 妈妈让宝宝自己来铺路，不要给宝宝规定，让宝宝自由发挥，先让宝宝只用长方形积木来铺路。宝宝把长方形积木铺成笔直的路后，再鼓励宝宝用其他形状的积木（正方形或三角形）来铺路，如教宝宝把三角形积木组合起来形成长方形，可以跟宝宝说：“宝宝看，两个三角形拼在一起是什么形状呀？”然后让宝宝把两个三角形积木拼在一起铺路。

- ③ 如果宝宝不会铺，妈妈就帮宝宝再铺一段路，然后鼓励宝宝自己铺更长的路，宝宝铺出笔直的路后，妈妈要大声表扬宝宝：“宝宝真棒！铺的路真好！”

提示：妈妈演示如何铺路时，动作一定要慢，让宝宝看清楚铺路的过程。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“小小铺路工”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以给宝宝更多形状的积木让宝宝铺路。
- ② 妈妈可以给宝宝提出更多的要求，如使用两种形状的积木等，让宝宝按照要求铺路。

## B4. 社会情感单元

## 不要给陌生人开门



## 活动材料

泡沫积木、两个兔子玩偶（兔妈妈和兔宝宝）、一个大灰狼玩偶



## 活动目标

帮助宝宝树立防备坏人的意识，培养宝宝角色扮演的能力，丰富宝宝的社会情感。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝一起玩“不要给陌生人开门”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出两个兔子玩偶，对着宝宝说：“宝宝，你看，妈妈手里拿的是什么呀？对，是兔子。宝宝和妈妈来扮演兔宝宝和兔妈妈好不好？（递给孩子兔宝宝玩偶）好了，现在我是兔妈妈，你是兔宝宝。”
- ② 待宝宝进入状态后，妈妈给宝宝说：“现在咱们还没有自己的房子，咱们一起来建一个房子好不好？”妈妈拿出泡沫积木，先让宝宝自己动手搭建，宝宝不会做时再由妈妈示范，直到房子搭建完成。
- ③ 房子搭建好后，妈妈说：“兔妈妈现在要去买菜，兔宝宝一定要好好看家，把门关好，谁来叫门都不开，等妈妈回来才能开哦。”然后，妈妈把兔妈妈玩偶藏起来，同时营造紧张的气氛，用夸张的语气说：“大灰狼来啦！”大灰狼玩偶登场，妈妈将大灰狼玩偶放到门口，模仿大灰狼的声音（又粗又哑）：“小兔子乖乖，把门开开，快点开开，我要进来。”同时注意观察宝宝的反应。

- ④ 一会儿，兔妈妈回来了（妈妈拿起兔妈妈玩偶），大灰狼溜了（妈妈把大灰狼玩偶拿走），兔妈妈走到门口，用甜美的声音唱：“小兔子乖乖，把门开开，快点开开，我要进来。”小兔子把门打开后，兔宝宝和兔妈妈深情相拥，兔妈妈说：“妈妈回来了，高不高兴啊？”并询问宝宝：“刚刚有没有谁来过啊，你有没有开门啊？”并夸赞兔宝宝是个勇敢的宝宝，同时帮助宝宝树立辨别和防备坏人的观念和意识。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“不要给陌生人开门”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让“大灰狼”对“兔宝宝”说其他诱骗的话，进一步树立宝宝防备坏人的意识，比如：不吃陌生人给的糖果和其他食物、不跟陌生人走等。
- ② 妈妈可以和宝宝互换角色来表演，或者扮演其他故事里面的人物，以丰富宝宝的语言能力和社会情感能力。

## 图画书《特别的日子》



## 活动材料

图画书《特别的日子》



## 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：妈妈如何给宝宝读图画书《特别的日子》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝一起坐在爬行垫上，妈妈拿出图画书《特别的日子》对宝宝说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个青蛙弗洛格的故事，故事的名字叫《特别的日子》。”
- ② 妈妈翻开第一页，指着图片对宝宝说：“宝宝看，这是弗洛格，它是一只绿色的青蛙。你看它在干什么呀？”
- ③ 宝宝回答之后，妈妈继续读故事：“青蛙弗洛格正在吃早餐。‘今天是一个非常特别的日子！’他激动地想，野兔昨天这么说的，可今天为什么特别，弗洛格就不明白了。”
- ④ 妈妈继续翻开第二页，读道：“‘非常特别’到底是什么意思呢？弗洛格沉思着，肯定有什么奇妙的事情会发生！他出了门。阳光明媚，万里无云，天气暖融融的。可是，这也没什么特别的呀！昨天也是这样，昨天的昨天也是这样，昨天的昨天的昨天还是这样。弗洛格决定去问问鸭子。”
- ⑤ 妈妈继续给宝宝读完故事，每次读到弗洛格

去问其他小动物的时候，妈妈要指着动物问宝宝是什么动物，弗洛格每问完一只动物，妈妈都可以再问宝宝什么是“特别的日子”。

提示：妈妈读故事时，声音要大，语速要慢，吐字要清晰，要多和宝宝交流，鼓励宝宝多说话。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《特别的日子》。

## 3. 宝宝熟悉上述故事之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以根据书后的问题提问宝宝，和宝宝一起讨论“特别的日子”有什么特别的。
- ② 妈妈可以在宝宝生日的时候给宝宝一个惊喜，并对宝宝说：“今天是个特别的日子，因为是宝宝的生日。”
- ③ 妈妈可以在家人生日的时候，告诉宝宝：“今天是个特别的日子。”鼓励宝宝和妈妈一起为家人做一些让他们感到惊喜的事情，让宝宝体会到给别人带来快乐时的心情。

## 玩超轻黏土



## 活动材料

超轻黏土



## 活动目标

培养宝宝手部精细运动能力，提高宝宝的动手能力和想象力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“玩超轻黏土”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈与宝宝坐在一起，将超轻黏土从袋子中取出，让宝宝自己先玩一会，可以练习捏一捏超轻黏土（注意不要让宝宝吞吃超轻黏土）。
- ② 妈妈给宝宝示范如何用超轻黏土捏成一个常见的物体，如碟子、小球等，然后妈妈对宝宝说：“看看这个像什么？”不管宝宝是否回答正确，都要告诉宝宝：“这是碟子/小球。”妈妈还可以拿着“碟子”对宝宝说：“宝宝看，这个像不像我们盛菜用的碟子？”
- ③ 妈妈重新再捏一次，妈妈做一步，让宝宝跟着做一步，宝宝完成后妈妈鼓励宝宝尝试自己捏一遍。如果宝宝能够独立完成，就鼓励他说：“你真棒！捏得真好！”如果宝宝不能独立完成，妈妈可以协助宝宝完成，之后再让宝宝自己捏一次。
- ④ 如果宝宝一次学不会，妈妈可以和宝宝一起多玩几次，让宝宝学会独立完成捏小球等物

品。宝宝不会捏的时候妈妈要耐心指导，不能心急，多鼓励。

- ⑤ 宝宝自己捏出任何相似物体，妈妈都要表扬宝宝，让宝宝继续捏。

提示：妈妈注意，整个游戏过程中都不要让宝宝将超轻黏土放入口中或鼻孔中。

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

- ① 妈妈鼓励宝宝自己捏超轻黏土，让宝宝捏出自己喜欢的任何物体。妈妈可以鼓励宝宝讲讲捏的是什么。
- ② 如果宝宝学得很快，妈妈可以让宝宝学着捏更多复杂一些的物体，并用捏成的物体组成不同的场景。
- ③ 妈妈可以让宝宝用不同的道具（如梳子、花等）在自己制作的超轻黏土物品上做装饰。

## 澡盆营救



## 活动材料

鸭子、鱼、大象、猪等塑料玩具动物、玩具澡盆、塑料小碗



## 活动目标

培养宝宝认识不同动物的习性的能力。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“澡盆营救”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先问宝宝：“宝宝，你知不知道哪些动物会在水里游，哪些动物不会游泳，只能生活在陆地上？”如果宝宝回答出来，妈妈夸奖宝宝。如果宝宝不知道，妈妈告诉宝宝：“小鸭和小鱼会在水里游，大象和猪生活在陆地上。”
- ② 妈妈拿出玩具澡盆，然后把所有塑料玩具动物和小碗放进澡盆里，跟宝宝说：“宝宝，这个玩具澡盆是一个大水池，很多动物都在水里啦！我们来看看，那些生活在水里的动物，它们生活得很自在；但有些动物是生活在陆地上的，它们不能在水里呆很久，我们要把它们从水里救到小船上来。”
- ③ 妈妈指着小碗对宝宝说：“宝宝，这个小碗就是小船，我们要把生活在陆地上的动物救到小船上来！宝宝看，大象和猪是生活在陆地上的，我们要把它们救到小船上来，然后把船推到岸边，让动物们都到陆地上，它们就安全了！”妈妈一边讲，一边给宝宝示范如何营救动物。妈

妈把玩具大象和猪“救出”放到地上后对宝宝说：“宝宝看，这样大象和猪就安全了，不会再掉到水里了。”如果宝宝没有理解游戏的意思，妈妈再慢慢地示范一遍。

- ④ 妈妈再次将所有的塑料玩具动物都放到水里，鼓励宝宝自己将生活在陆地上的动物救上来。如果宝宝把生活在水里的动物（比如鱼）往“船”里放，妈妈要告诉宝宝：“这是鱼，它们在水里生活很高兴，离开水会生病的，我们把它放回水里吧。”
- ⑤ 当宝宝把所有的陆生动物都救进“船”里后，妈妈指着澡盆边沿对宝宝说：“这个是岸边。那我们是不是要把生活在陆地上的大象和猪送到陆地上呀？”妈妈让宝宝把小碗移动到澡盆边沿，然后把动物一个一个拿出来，放在地上。妈妈说：“陆地上没有水，大象和猪不会被淹到了！鱼儿在水里也很快乐！”

提示：

- 妈妈要尽量让宝宝自己区分陆生和水生动物，把陆地动物救到小碗里。如果宝宝不会区分，妈妈要给宝宝耐心讲解陆地动物和水里的动物的区别。
- 如果宝宝喜欢玩的话，妈妈可以让宝宝看装满动物的船变沉后会发生什么。妈妈可以用手打些浪花，把船打翻，说：“大浪把船打沉了。我们又该去救动物们了！”
- 如果天气冷的话，妈妈要在澡盆里放温水，尽量避免宝宝把水溅到身上。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“澡盆营救”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以和宝宝比赛，看谁救起的陆生动物最多，犯的错误最少。
- ② 妈妈平时可以和宝宝练习区别电视上看到的陆生动物和水生动物。

## A4. 社会情感单元

## 图画书《汤姆上幼儿园》



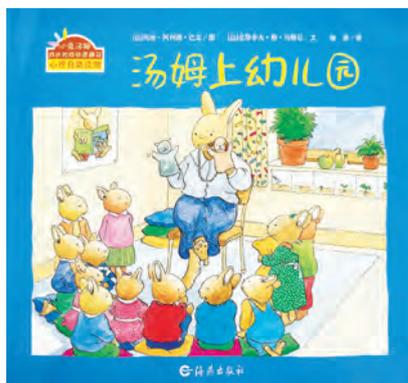
## 活动材料

图画书《汤姆上幼儿园》



## 活动目标

培养宝宝理解他人情绪的能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《汤姆上幼儿园》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝一起并排坐在爬行垫上，妈妈拿出图画书《汤姆上幼儿园》，对宝宝说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个《汤姆上幼儿园》的故事。小兔汤姆该上幼儿园了，可是它好像并不开心哦，我们来看看都发生了什么吧！”
- ② 妈妈翻开第一页，给宝宝读道：“爸爸妈妈告诉我，在幼儿园我会有一个很好的老师。可是，他们并不认识我的老师啊！明天，是我上幼儿园的第一天。我想，我在幼儿园里能干些什么呢？我一点儿都不高兴。”妈妈停下来问宝宝：“宝宝，汤姆要上幼儿园了，它高兴吗？”不管宝宝是否回答上来，妈妈都要告诉宝宝：“汤姆说它一点儿也不高兴，那为什么呢？”不管宝宝是否回答上来，妈妈继续告诉宝宝：“因为它不知道它在幼儿园能干些什么。”
- ③ 妈妈继续翻书并给宝宝读道：“妈妈给我买了一支铅笔、一块橡皮和一盒水彩笔，还有一个漂亮的双肩书包。我特别喜欢用鼻子闻书包，新书包的味道真好闻！”妈妈停下来问

宝宝：“汤姆喜欢新书包吗？它看见新书包开心吗？”不管宝宝是否回答上来，妈妈都告诉宝宝答案。

- ④ 妈妈给宝宝读完图画书《汤姆上幼儿园》，读的过程中遇到汤姆有某种情绪时，要与宝宝交流这种情绪是什么。

## 提示：

- 妈妈在读的过程中语速要慢，声音要大，吐字要清楚。
- 妈妈要多提问，让宝宝理解汤姆的情绪，鼓励宝宝多说话。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《汤姆上幼儿园》。

## 3. 宝宝熟悉上述故事之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以指着图画和宝宝一起讲《汤姆上幼儿园》中的故事。
- ② 妈妈可以给宝宝多讲一些在幼儿园可以做的好玩的事情，让宝宝克服上幼儿园的恐惧心理。

## 儿歌《手指歌》



## 活动材料

无



## 活动目标

培养宝宝学说话和学做动作的能力。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱《手指歌》，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝找一个舒服的姿势面对面坐好。妈妈说：“宝宝，妈妈今天要教你一首新儿歌，妈妈先读一遍，然后你再跟着妈妈一句一句学。这首儿歌还有动作，所以你要仔细听，还要仔细看妈妈的动作。”
- ② 妈妈示范边读儿歌边做动作。
- ③ 示范结束后，妈妈请宝宝逐句学说儿歌学做动作。妈妈说：“宝宝，妈妈刚才已经说完啦，现在我说一句你说一句，记得要带上动作哟！”
- ④ 妈妈先让宝宝一句一句学说，再让宝宝两句两句学说，直到宝宝学会这首儿歌。
- ⑤ 如果宝宝学起来有困难，妈妈要耐心，语速要慢，每天教几句，让宝宝多练习，分几天把整首儿歌学会。

## 提示：

- 宝宝每学会一句，妈妈都要表扬宝宝。

- 宝宝学说的时候，要及时纠正宝宝的发音。
- 宝宝可以先单手练习动作，逐渐过渡到双手；无名指的动作对于宝宝有一定的难度，妈妈可以协助。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝唱《手指歌》。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以跟宝宝一起唱其他儿歌。
- ② 妈妈可以邀请宝宝把这首儿歌表演给家里人看。

## 手指歌

大胖子起床了，(双手握拳，大拇指伸开)

二哥哥起床了，(再食指伸开)

高个子起床了，(再中指伸开)

你起床了，(再无名指伸开)

我起床了，(再小拇指伸开)

大家都起床了。(双手打开，左右摇摆)

太阳公公落下去了，(双手从头顶逐渐降到胸前)

大胖子睡了，(把大拇指弯下)

二哥哥睡了，(再把食指弯下)

高个子睡了，(再把中指弯下)

你睡了，(再把无名指弯下)

我睡了，(再把小拇指弯下)

大家都睡了。(双手并拢，放在耳边，闭眼，做睡觉状)

## ④层金字塔套杯



## 活动材料

十个大小相同的圆形塑料杯



## 活动目标

培养宝宝手眼协调性和专注力，锻炼宝宝手指精细运动能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝练习“四层金字塔套杯”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将十个大小相同的塑料杯放在桌子上，然后请宝宝坐在桌旁的凳子上，说：“宝宝，今天我们来玩‘套杯子’的游戏吧。我们先把这些杯子摆成一个金字塔的样子，然后再把它们收起来套在一起。妈妈先做一遍，宝宝要看妈妈是怎样做的，然后宝宝再来做一遍。”
- ② 妈妈一边做一边给宝宝讲解：“我们先把这四个杯子倒过来并排放在桌子上做最底层，再把另外三个杯子放在四个杯子两两之间的上面，然后将两个杯子放在第三层，最后将一个杯子放在最高一层。好了，我们已经摆好杯子了。”搭完之后，妈妈很自如地再按从高到低的顺序将杯子全部套起来，并说：“宝宝看好了，现在妈妈要把它们套起来，收成一整个了。”
- ③ 妈妈演示完毕，然后对宝宝说：“宝宝也来玩吧，像妈妈刚才一样。现在宝宝和妈妈一起搭一个四层的塔。”妈妈先让宝宝摆第一层杯子，再是第二层、第三层、第四层。

- ④ 在宝宝搭第二层、第三层和第四层遇到困难时，如杯子倒掉，妈妈要帮助和引导宝宝，鼓励宝宝完成。
- ⑤ 妈妈要表扬宝宝的尝试，如“宝宝做得很好，把一个杯子放到它底下两个杯子中间，就是这样，咱们继续往上搭。”
- ⑥ 等摆好之后，妈妈让宝宝把所有杯子套起来，完成整个游戏。
- ⑦ 如果宝宝在妈妈的引导下也不能搭四层，妈妈可先让宝宝搭两到三层。

## 2. 妈妈参照示范的步骤，跟宝宝练习“四层金字塔套杯”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以增加杯子的数量，让宝宝搭更多层，增加游戏难度。
- ② 妈妈可继续锻炼宝宝搭好塔后将所有杯子套起来的熟练程度。

## 搭房子，认形状



## 活动材料

泡沫积木



## 活动目标

培养宝宝对形状的认识，使得宝宝能辨认和说出不同的形状。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“搭房子，认形状”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出泡沫积木对宝宝说：“宝宝，咱们一起来用积木搭个房子好不好呀？”妈妈可尝试着让宝宝先来搭。宝宝拿起第一块积木时，妈妈问：“宝宝，你现在手里拿的积木是什么形状呀？”宝宝不会说时，妈妈要教宝宝：“宝宝，你看，这块积木是长方形的，这边长，这边短，这个就叫长方形，来，宝宝跟妈妈说一遍，长方形……”或者说：“宝宝你看，这块积木是正方形的，它的四条边一样长，叫正方形。”
- ② 宝宝认完第一块积木后，让他再拿起一块积木，妈妈可再让宝宝说一下积木的形状。
- ③ 妈妈和宝宝一起先搭房顶，妈妈说：“宝宝，咱们来搭一个房顶。房顶是三角形的，咱们来拿一块三角形的积木。”妈妈让宝宝找三角形的积木，对宝宝说：“宝宝摸摸这块积木是不是有三条边，所以它是三角形，宝宝记

住了吗？它是什么形状的？（指着三角形积木）。”如果宝宝没有回答正确，引导宝宝跟着说一遍“三角形”。

- ④ 妈妈和宝宝一起用其他形状的积木搭房子，每次都教宝宝认识积木的形状。

提示：妈妈在跟宝宝搭房子的过程中逐渐培养宝宝认形状的能力，并鼓励宝宝说出来。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“搭房子，认形状”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可将认形状拓展到日常生活中，宝宝每接触一样有形状的东西，妈妈就可以问宝宝是什么形状。
- ② 妈妈可将教宝宝认形状与辨认色彩结合在一起。

## 制作树叶贴图



## 活动材料

双面胶、安全剪刀、树叶贴图卡片、硫酸纸



## 活动目标

培养宝宝的想象力和动手能力，带领宝宝亲近大自然，感受大自然。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“制作树叶贴图”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝一起采集树叶和花朵，尽量采集不同形状的树叶和不同颜色的花朵。妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们来做一些漂亮的画，这幅画要用树叶和花朵来做，所以我们去采集一些树叶和花朵吧。”
- ② 采集好后，妈妈为宝宝提供双面胶和安全剪刀，以及一些硫酸纸，再给宝宝一张制作完成的树叶贴图卡片做例子（调动宝宝制作树叶贴图的兴趣）。妈妈告诉宝宝：“宝宝，我们来制作树叶贴图，你看这幅画就是一个用树叶和花朵做成的长颈鹿，我们也用树叶来做长颈鹿吧！”
- ③ 妈妈协助宝宝制作树叶贴图，做到长颈鹿的某个部分时，妈妈可以告诉宝宝这是长颈鹿的什么部位，一边做也要一边告诉宝宝这些步骤怎么做，如“现在我们用双面胶把树叶粘在纸上。”
- ④ 做完之后，妈妈手把手地教宝宝将宝宝和妈妈的名字签在贴图上，妈妈将宝宝制作完成

的树叶贴图夹在书中。妈妈要表扬宝宝做得好，并鼓励宝宝描述这幅画。

## 提示：

- 宝宝的想象力这个时候刚刚开始发展，妈妈应该肯定宝宝的每次剪裁和粘贴，多鼓励宝宝按照自己的想法完成树叶贴图。
- 在游戏时，妈妈要保护宝宝的安全，例如：一起到野外采集树叶和野花的时候，要注意安全；让宝宝在成人监护下使用安全剪刀。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝一起玩“制作树叶贴图”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以鼓励宝宝根据自己的想象制作树叶贴图。
- ② 妈妈可以在不同季节采集不同的树叶和花朵，与宝宝一起制作树叶贴图，例如：春天树叶贴图多是绿色，秋天多是红色和黄色。然后把树叶贴图装订成册。

## 图画书《鸡蛋哥哥》



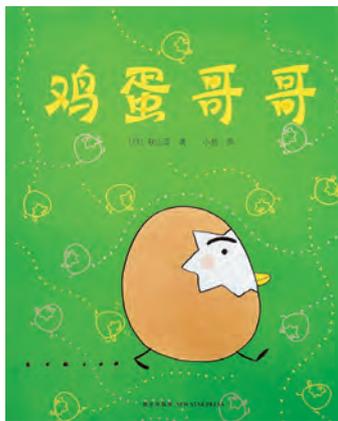
## 活动材料

图画书《鸡蛋哥哥》



## 活动目标

丰富宝宝的词汇量，提高宝宝语言表达能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《鸡蛋哥哥》，步骤如下。

- ① 妈妈邀请宝宝一起来读图画书《鸡蛋哥哥》。妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们来认识一个新朋友，他是鸡蛋哥哥，你看，就是他。”妈妈给宝宝指一指绘本封面上的鸡蛋形象。
- ② 妈妈和宝宝一起翻开第一页。妈妈给宝宝讲：“这个小家伙就是鸡蛋哥哥。他一直住在鸡蛋壳里。其实，他早就应该从鸡蛋壳里出来了。可是他就是不想出来。鸡蛋哥哥呀，想一直一直待在蛋壳里面。”
- ③ 妈妈和宝宝一起翻到第二、三页。妈妈给宝宝讲：“哇！宝宝快看，这里有一块大石头！鸡蛋哥哥的蛋壳很脆弱，万一蛋壳碰到石头，就裂开了！鸡蛋哥哥会疼的。所以鸡蛋哥哥总是绕着石头走，像这样。”妈妈引导宝宝伸出食指，沿着鸡蛋哥哥走的路线画一遍。
- ④ 妈妈和宝宝一起翻到第四页。妈妈给宝宝讲：“鸡蛋哥哥遇到了鸡妈妈。鸡蛋哥哥对妈妈说：‘早啊，妈妈。’鸡妈妈对鸡蛋哥哥说：

‘啊，鸡蛋哥哥，早啊！’”这时妈妈可以跟宝宝说：“我们也来打招呼吧！早啊，宝宝。”然后妈妈等待宝宝的回答。如果宝宝不会回答，妈妈可以对宝宝说：“宝宝这时候应该说：‘早啊，妈妈。’”并引导宝宝跟着说一遍。

- ⑤ 妈妈和宝宝一起按照上面的方法把图画书读完。在读图画书的过程中，妈妈要多鼓励宝宝开口说话，与妈妈交流互动。

提示：翻书时，妈妈可以有意识地鼓励宝宝翻书，锻炼宝宝手指的精细运动能力。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《鸡蛋哥哥》。

## 3. 宝宝熟悉上述故事之后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈可以问宝宝一些书里提到的细节，如“鸡蛋可以浮在水上吗？”“鸡蛋怕不怕石头？”“鸡蛋哥哥的蛋壳破了以后，鸡蛋哥哥变成了什么？”等。

## 用身体摆数字



## 活动材料

身体摆数字图片



## 活动目标

提高宝宝身体各个部位的运动技能，  
锻炼宝宝的协调能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“用身体摆数字”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈给宝宝讲：“宝宝，我们看看图片，做一个‘用身体摆数字’的游戏好不好？”
- ② 妈妈拿出摆出数字“1”的图片，一边示范一边对宝宝讲：“这幅图片上的数字是1，宝宝像妈妈这样两脚并起来，身体站直，把胳膊放到身体两侧。你看妈妈现在像不像数字‘1’啊？你也来摆摆看好不好？”妈妈可帮助宝宝两腿并拢站直，将胳膊放到身体两侧。如果宝宝努力尝试摆出数字“1”，即使不太像，妈妈也要鼓励说宝宝很棒。
- ③ 摆出图片上的数字“1”之后，妈妈和宝宝继续摆数字“2”。妈妈对宝宝说：“宝宝看图片，这是数字‘2’，宝宝像妈妈这样跪下来，胳膊向前伸直，头向下低就可以做出来了，宝宝试试。”

- ④ 接着再摆出难一点的数字“3”“4”“5”，妈妈指导宝宝依次做完。如果太难，妈妈先示范，然后协助宝宝逐步摆出这些数字。

提示：为了增加游戏的趣味性，妈妈可以在宝宝做好动作时用手机为宝宝拍照，拍好后算一个动作结束，然后再让宝宝看看自己做的动作。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“用身体摆数字”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以教宝宝继续学习用身体摆出“6”“7”“8”“9”“10”。
- ② 宝宝认识10以上的数字后，妈妈可以跟宝宝合作摆出10以上的数字。

## 穿彩珠，做项链



## 活动材料

彩色的珠子(三十颗珠子,其中红色、蓝色、黄色至少各三颗)、彩色细绳



## 活动目标

培养宝宝认识和区分颜色的能力、排序能力,并锻炼宝宝手指的灵活性,以及手眼协调的能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示:妈妈如何跟宝宝玩“穿彩珠,做项链”游戏,步骤如下。

- ① 妈妈在宝宝面前摆放各种颜色的珠子,让宝宝先把相同颜色的珠子挑出来。妈妈拿出红色的珠子,对宝宝说:“宝宝,这是红色的珠子,把这个颜色的珠子挑出来放在这边,好不好?”
- ② 宝宝完成后,妈妈拿出蓝色珠子再对宝宝说:“宝宝,这是蓝色的珠子,再把这个颜色的珠子挑出来放在这边,好不好?”
- ③ 教宝宝穿相同颜色的珠子,妈妈可以说:“宝宝,把红色的珠子穿到绳子上。”如果宝宝还不认识颜色,妈妈可以在说颜色的时候把这个颜色的珠子拿出来给宝宝看。
- ④ 如果宝宝不会穿珠子,妈妈可以给宝宝做示范,边演示边说:“宝宝看妈妈的手,一手拿线,一手拿彩珠,小心地让线直直穿过去。”
- ⑤ 完成后,妈妈将细绳打结做成项链,戴到宝宝脖子上,说:“宝宝真棒!宝宝真漂亮。”

- ⑥ 接着让宝宝选自己喜欢的颜色,然后妈妈再选择一个颜色,让宝宝把这两种颜色的珠子交替穿到细绳上,完成后也做成项链戴在宝宝脖子上,再让宝宝照照镜子。

## 提示:

- 珠子直径需大于3厘米。
- 在游戏的过程中,妈妈注意不要让珠子散落,也不要让宝宝把珠子、细绳等放进嘴巴里。

## 2. 妈妈参照演示的步骤,跟宝宝玩“穿彩珠,做项链”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后,妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈和宝宝一起用不同颜色的珠子做项链,并作为礼物送给其他小朋友。
- ② 妈妈可以让宝宝从认识颜色过渡到认识形状。比如,妈妈引导宝宝从珠子堆里单独拿出三角形或者圆形的珠子。

## 成长画册



## 活动材料

一套体现人成长历程的画册



## 活动目标

让宝宝认识并理解人的成长历程，并能够用图片排列成长历程的先后顺序。

## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“成长画册”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈拿出成长画册，翻开第一页，告诉宝宝：“宝宝，你看图片上面是什么呀？”不管宝宝是否回答，告诉宝宝说：“是一个小宝宝和她的爸爸在一起照的合影，这个宝宝现在一岁。”然后翻开第二页，继续说：“宝宝，你看，这个还是刚才那个宝宝和爸爸一起照的合影，现在这个宝宝两岁了，也长高了。”翻开第三页说：“现在又过了一年，这个宝宝三岁了，要上幼儿园了。”
- ② 妈妈跟宝宝一起翻相册，同时跟宝宝互动说：“现在小宝宝已经长大了，变成一个漂亮的小姑娘了。”“小女孩又长高了，要上小学啦。”“一年又一年，小女孩在慢慢地长大，长成了一个大姑娘，她的爸爸也在一天一天地变老，你看，爸爸的头发是不是变白了（指着小女孩 27 岁时的照片）？”妈妈翻到小女孩 28

岁时的照片，对宝宝说：“宝宝，你看，这个相片里面又有一个新宝宝，旁边是他的妈妈和姥爷。”依次往后面翻，对宝宝说：“新宝宝也在长大，妈妈和姥爷也在慢慢变老。”翻到小女孩 32 岁时说：“又多了一个新宝宝，这个新宝宝也在慢慢长大。”翻完后，妈妈跟宝宝说：“宝宝你也会跟图片中的小宝宝一样，也在慢慢长大，最后也会像图片中的爸爸一样变老。”

- ③ 妈妈要耐心地跟宝宝一起翻相册，讲述宝宝的成长。期间可以丰富介绍的内容，如“宝宝穿的什么衣服呀，是什么颜色的呀，脖子上还戴着红领巾。”
- ④ 妈妈在跟宝宝讲完整个成长画册之后，拿出三张代表人的成长历程的图片（婴儿—中年—老年），让宝宝排序。如果宝宝不会排序，妈妈就跟宝宝一起排序。在排序的时候妈妈可以跟宝宝讲人的成长历程，如“宝宝刚生下来的时候是这样的（这时把婴儿图片放在第一张），宝宝慢慢长大，就会变成像爸爸/妈妈一样的大人了（这时把中年图片放在第二张），宝宝长呀长，就像爷爷一样，头发都白了（这时把老年的图片放在最后一张）。”
- ⑤ 宝宝成功完成排序后，妈妈要表扬宝宝：“宝宝真棒，宝宝快快长大吧。”

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

- ① 妈妈可以让宝宝来讲成长画册。
- ② 妈妈可以用家里人不同年龄段的照片来让宝宝排序。

## 家里来了新朋友



## 活动材料

两个不同的女孩玩偶和一个男孩玩偶



## 活动目标

提高宝宝语言表达能力，锻炼宝宝的记忆力和复述能力，增加宝宝的词汇量。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“家里来了新朋友”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把三个玩偶（两个不同的女孩玩偶和一个男孩玩偶）放在椅子上，并告诉宝宝：“宝宝你看，他们是你的新朋友，妈妈介绍你们认识。”
- ② 妈妈逐一介绍三个玩偶，可以边指着玩偶边说：“他是弟弟，喜欢吃的水果是西瓜；这个小妹妹喜欢吃香蕉；这个是大姐姐，喜欢吃苹果。”妈妈说完之后，指着每个玩偶问宝宝，他们喜欢吃什么水果，然后再跟宝宝一起重复一遍。
- ③ 妈妈请宝宝猜每种水果分别是哪个玩偶喜欢的。妈妈对宝宝说：“现在我们和三个新朋友玩一个游戏，一会儿妈妈说这个新朋友喜欢的水果，然后宝宝告诉妈妈刚才说的是谁。”妈妈对宝宝说：“她是一个小女孩，喜欢吃苹果，宝宝，你能猜出来妈妈说的是谁吗？”
- ④ 如果宝宝回答不出来，妈妈不要着急，可以再给宝宝重复一遍三个玩偶喜欢的水果，再让宝宝猜。

- ⑤ 宝宝回答错误时，妈妈要告诉宝宝喜欢吃苹果的是谁。宝宝回答正确时，妈妈要称赞宝宝：“宝宝真棒，就是这个姐姐喜欢吃苹果。”
- ⑥ 妈妈用同样的方法提问宝宝另外两种水果的问题。

提示：如果宝宝无法正确回答问题，妈妈不要着急，可以让宝宝跟玩偶玩一会儿，在玩的过程中，多带动宝宝说话就可以了。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“家里来了新朋友”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以向宝宝介绍三个玩偶喜欢的颜色、喜欢的玩具以及玩偶的名字等，跟宝宝继续这个游戏。
- ② 妈妈可以让宝宝向妈妈介绍每个玩偶，提问题让妈妈猜。通过这样的方法鼓励宝宝多说话。

## 踢沙包



## 活动材料



沙包、1米长的细绳（注意：需在成人监护下使用）



## 活动目标

锻炼宝宝的眼睛和身体（特别是腿部）运动的协调能力，让宝宝体验运动的乐趣。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“踢沙包”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把沙包系在绳子上，将绳子的长度留至约为宝宝身高的三分之二。跟宝宝说：“宝宝，这是沙包，我们来玩踢沙包吧。”
- ② 妈妈先给宝宝示范踢沙包的方法。妈妈用手拿着绳，一边踢沙包一边说：“宝宝，就像妈妈这样，把绳子拿在手里，然后用脚踢沙包，一定要看准了沙包再踢，拿绳子的手不要动，要把绳子拿好。我们还可以一边踢，一边数自己踢了几个。”边踢边数数：“一、二、三、四……”
- ③ 妈妈示范完后鼓励宝宝自己尝试着做一遍。妈妈先拿着绳子，让宝宝尝试踢沙包。宝宝

踢到沙包的时候，要拍手鼓掌鼓励宝宝继续尝试：“宝宝踢得真棒，就是这样，看准了再用脚踢。”

- ④ 宝宝熟练后，让他自己拿着绳子踢沙包，妈妈在旁边数数，看宝宝踢了几个，也可以带动宝宝一起数。

## 提示：

- 宝宝在踢的过程中，妈妈要提醒宝宝拿绳子的手和胳膊尽量不要动。
- 宝宝不愿意玩时，妈妈可先踢一会儿沙包，并表现出很好玩的感觉，提高宝宝的兴趣。
- 宝宝踢到沙包后，妈妈要大声表扬宝宝，鼓励宝宝连续踢沙包。
- 如果宝宝总是踢不到沙包，妈妈要先检查一下绳的长度是否合适，按照宝宝的身高做出适当调整。
- 如果在调整绳子的长度后宝宝还是踢不到沙包，妈妈可以一只手拿着绳子，另一只手扶着宝宝让宝宝踢。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“踢沙包”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 当宝宝用一只脚踢熟练之后，妈妈可以鼓励宝宝用另外一只脚踢沙包。
- ② 妈妈可以跟宝宝比赛踢沙包，增加宝宝踢沙包的兴趣。
- ③ 妈妈可以鼓励宝宝练习单独踢沙包，而不是绑在绳子上。

## 小小建筑工



## 活动材料



大颗粒拼装积木



## 活动目标

加深宝宝对形状的认识，锻炼宝宝的动手能力、空间感知力和想象力。

## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小小建筑工”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈把拼装积木给宝宝，让宝宝先自己玩一会儿。妈妈对宝宝说：“宝宝看，这是什么新玩具？这是积木，你先自己玩一会儿吧。”
- ② 宝宝玩了一会儿之后，妈妈给宝宝示范把几块积木拼到一起，让宝宝熟悉积木的玩法。妈妈对宝宝说：“宝宝，看，我们这样做，就能把积木拼起来了。”妈妈示范拼积木的时候，一定要让宝宝看明白怎样把积木拼到一起。
- ③ 妈妈鼓励宝宝自己随意拼一些形状，说：“你

自己来拼拼看。”在宝宝随意拼积木的时候，妈妈要跟宝宝说话，可以问宝宝问题，如“拼的是什么”“这个积木是什么颜色的”等，多跟宝宝互动交流。

- ④ 妈妈再给宝宝示范拼复杂的形状，如房子、小车、桌子等。妈妈说：“宝宝，现在我们用积木拼个小房子吧。宝宝看仔细哦，待会儿你也来拼一个。”妈妈把拼好的房子放在一边，给宝宝做参考，让宝宝用剩下的积木自己尝试。一定要先跟宝宝说清楚要拼的是什么，再引导宝宝自己尝试。
- ⑤ 拼好一个物品后，妈妈可以鼓励宝宝跟自己一起再拼出新的物品。
- ⑥ 如果宝宝不会自己拼，妈妈要跟宝宝一起拼。

## 提示：

- 在游戏的过程中，妈妈要多鼓励宝宝动手，如“宝宝拼得很好，就是这样，我们再拼一块上去”等。
- 如果宝宝不愿意拼积木，或只是拿着积木自己玩，妈妈不要着急，要给宝宝自己探索的时间，妈妈可以陪宝宝一起按照他的想法玩一会儿。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“小小建筑工”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝介绍一下拼好的物品。
- ② 妈妈鼓励宝宝发挥想象力，拼自己想拼的形状。

## 轮流玩转盘



## 活动材料

转盘、毛绒玩具、奖励卡、小红花奖励贴



## 活动目标

锻炼宝宝的自控力，培养宝宝遵守规则的意识。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“轮流玩转盘”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈向宝宝说明“轮流玩转盘”的游戏规则。妈妈跟宝宝说：“宝宝，现在我们来玩一个‘轮流玩转盘’的游戏吧。宝宝，这个是大转盘，可以转的，这上面有一根指针。我们把大转盘转起来，当它停下来之后指针就会指着一片区域，我们可以获得这片区域指示的奖品哦。但是我们俩要轮流玩，妈妈玩一次、宝宝玩一次，宝宝要遵守规则好不好？”
- ② 一等奖的奖品是小毛绒玩具，二等奖的奖品是奖励卡，三等奖的奖品是小红花奖励贴，剩余的没有奖品。
- ③ 妈妈说完游戏规则后，给宝宝示范一遍怎么玩。妈妈对宝宝说：“妈妈先玩一次，然后再轮到宝宝玩一次。”妈妈开始转转盘，转盘停下后看是否拿到奖品，之后再让宝宝转。
- ④ 如果宝宝不按规则一直想要转转盘，妈妈要

跟宝宝说：“宝宝，我们说好了要轮流玩的，你就不能一直玩哦，我们要遵守规则。”

- ⑤ 当宝宝没有转到奖励的区域时，不给宝宝奖励，但可以鼓励宝宝：“宝宝，没关系，咱们下次再转到奖品。”

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“轮流玩转盘”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

在日常生活中，妈妈跟宝宝一起制定一些合理的规则，让宝宝和妈妈一起遵守，如以下的几条。

- 吃饭时，要认真吃饭，不能看电视、玩玩具、满地乱跑等。
- 规定每天看电视的时间段和时间长短。
- 制定作息时间，鼓励宝宝遵守作息时间。

## A1. 语言能力单元

## 找动物



## 活动材料

十张动物卡片(常见的动物,如鸡、兔子、狗、牛等)



## 活动目标

培养宝宝的语言表达能力,锻炼宝宝的记忆力。

## 活动方法

## 1. 养育师演示:妈妈如何跟宝宝玩“找动物”游戏,步骤如下。

- ① 妈妈拿着十张动物卡片先让宝宝看一遍,然后把卡片翻过来,背面朝上,对宝宝说:“宝宝,妈妈手里有很多的小动物,你来抽一个,抽的时候不能看,然后我看看你抽到什么小动物。”
- ② 宝宝抽好卡片后,妈妈问宝宝关于这个动物的三个特征。如妈妈问:“宝宝,这个是什么动物?”宝宝回答后,妈妈再问:“它有腿吗?”宝宝回答后,妈妈再问:“它喜欢吃什么?”妈妈可以拿着卡片把宝宝的答案串起来:“这是XX,有(无)腿,喜欢吃XX。”然后鼓励宝宝模仿妈妈说一遍。

- ③ 如果宝宝不会回答,妈妈可以先说一遍答案,然后重新问宝宝。
- ④ 用同样的方法,妈妈跟宝宝再玩一轮游戏。
- ⑤ 在宝宝玩熟练之后,妈妈再将十张卡片混合摆在宝宝面前,让宝宝从里面找妈妈描述的动物卡片。妈妈对宝宝说:“宝宝,妈妈跟你说一种动物,你从这些卡片里面帮妈妈把它找出来!这个动物有四条腿,喜欢吃虫子,嘴巴大大的。”妈妈鼓励宝宝根据妈妈的描述,找对应的动物卡片。
- ⑥ 宝宝找到卡片后,妈妈鼓励宝宝说出动物的名称。如果没有找到,妈妈可以帮助宝宝一起找图片。拿到卡片后,妈妈请宝宝再描述一次这个动物。

提示:在游戏的过程中,如果宝宝不说话,妈妈不要着急,可以多鼓励宝宝,或者自己先用夸张的语言、动作演示一遍,鼓励宝宝跟着说。慢慢地,让宝宝进入游戏的状态。

## 2. 妈妈参照演示的步骤,跟宝宝玩“找动物”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后,妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 如果宝宝已经熟悉十张卡片的所有动物,妈妈可以用水果卡片或者家用电器类卡片来锻炼宝宝的语言描述能力。
- ② 妈妈可以多问宝宝一些跟动物相关的问题,如“青蛙生活在哪里”等问题,让宝宝尝试回答。

## 抛球、接球



## 活动材料



儿童足球、球门套装



## 活动目标

锻炼宝宝上肢肌肉与手的协调能力，锻炼宝宝手眼协调的能力。

## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“抛球、接球”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈手里拿着一个球在宝宝面前晃动，对宝宝说：“宝宝，今天我们来玩抛球、接球的游戏吧。”
- ② 妈妈让宝宝站在一格爬行垫上，在距离宝宝2米左右的地方将球门放好。妈妈指着球门对宝宝说：“宝宝，一会儿我们要用手把球抛进那个球门。”
- ③ 妈妈给宝宝示范游戏方法。妈妈对宝宝说：“宝宝，待会儿你要站在格子里面，双脚不能到格子外面，努力把球往球门里面抛。宝宝，仔细看妈妈是怎么做的哦。”说完后，妈妈用两只手把球抛进球门。
- ④ 示范后，妈妈让宝宝站在爬行垫的格子里，妈妈做守门员，让宝宝把球抛进球门。妈妈要用

手接住球，不让球进门。在宝宝抛球时，妈妈要叮嘱宝宝遵守游戏规则，双脚不可出格子。

- ⑤ 玩几次后，妈妈和宝宝互换角色。妈妈对宝宝说：“宝宝，现在换宝宝来站到球门前，妈妈来抛球，你要用手把球接住哦。”
- ⑥ 在正式开始前，妈妈首先要让宝宝知道接球的姿势。妈妈让宝宝站在球门前，妈妈给宝宝示范接球手势：“宝宝，双手手心向上，两只手之间只分开一点点，像妈妈这样。”妈妈让宝宝双手也这样做。如果宝宝没有照做或者不会做，妈妈要握着宝宝的双手，带着宝宝做接球的手势。
- ⑦ 妈妈站在格子里，轻轻地把球抛到宝宝的手中，设法让宝宝用手接住球。妈妈多抛几次，让宝宝熟悉用手接球的过程，妈妈一定要轻轻地抛球，让宝宝能很容易地接到球，提高宝宝玩游戏的兴趣。
- ⑧ 如果宝宝接不到球，可以适当缩短抛球的距离，让宝宝多玩几次之后，就会有进步。妈妈要耐心鼓励宝宝，自己不着急，也不要让宝宝着急。

提示：游戏中妈妈要注意保护宝宝的安全。

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

- ① 妈妈可以将宝宝与球门的距离扩大至3米或更远距离，来让宝宝继续玩这个游戏。
- ② 妈妈稍微调整抛球的角度或力量，加大宝宝接球的难度（注意不要砸到宝宝）。

## 数字儿歌



## 活动材料

数字挂图、  
歌曲《数字  
儿歌》



## 活动目标

让宝宝对数字有初步认识。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“数字儿歌”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把数字挂图拿给宝宝，让宝宝看看卡片上的数字和图片，妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们一起来看看数字都长什么样子吧。”
- ② 妈妈一边指着挂图上的数字，一边指着对应的图片给宝宝看，说：“宝宝你看，这个像树枝一样的数字就是‘1’。”妈妈说完后，继续一边指着数字跟图片，一边提问宝宝：“这个像树枝的数字是几啊？”不论宝宝回答什么，妈妈都要重复一遍正确答案。
- ③ 妈妈用同样的方法，让宝宝认识数字“2”“3”“4”……
- ④ 妈妈放数字儿歌给宝宝听。妈妈对宝宝说：“这些数字还有一首儿歌呢，咱们先来一起听听看，待会儿再一起跟着说一遍。”
- ⑤ 听儿歌的时候，妈妈要及时地指着儿歌唱到

的数字和对应图片。如果宝宝不感兴趣，妈妈可以加上一些肢体语言和丰富的表情。

- ⑥ 妈妈请宝宝跟自己一起跟着音乐一句一句地唱儿歌。妈妈对宝宝说：“宝宝，现在咱们跟着音乐一起来唱数字儿歌吧，宝宝要加油哦。”
- ⑦ 唱过儿歌之后，妈妈再指一遍挂图上的数字与图片，让宝宝认数字。

提示：宝宝短时间内可能不能认识所有数字，妈妈可以根据宝宝接受的情况，分几天教给他。只让宝宝有大概的印象就可以，不要求宝宝完全学会、掌握。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“数字儿歌”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以把挂图挂在墙上，经常指着墙上的数字问宝宝：“这是几？”
- ② 妈妈可以在生活中多跟宝宝唱数字歌，让宝宝耳濡目染，加强宝宝的记忆。
- ③ 如果宝宝能够很好地认识数字，妈妈可以让宝宝尝试写数字。

## 数字儿歌

1 像树枝，细又长。2 像小鸭，水中漂。  
3 像耳朵，听声音。4 像小旗，随风飘。  
5 像秤钩，来买菜。6 像豆芽，开口笑。  
7 像镰刀，割小麦。8 像两个小圈圈。  
9 像蝌蚪，小尾巴。0 像鸡蛋，做蛋糕。

## 小熊过生日



## 活动材料

生日蛋糕玩具、小熊玩偶、两个其他玩偶



## 活动目标

让宝宝了解生日会准备细节，并让宝宝体验祝福他人的快乐。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小熊过生日”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈说：“宝宝，今天小熊过生日，我们一起帮它庆祝好吗？”
- ② 妈妈把蛋糕模型、小熊玩具和两个其他玩偶拿出来。妈妈把生日蛋糕放在中间，把小熊和其他玩偶放好，围成一个圈。妈妈一边摆放，一边对宝宝说：“小熊过生日，咱们给它准备个生日蛋糕，请小熊的朋友一起来给它庆祝。”
- ③ 妈妈带着宝宝一句一句给小熊唱生日歌。妈妈对宝宝说：“现在咱们给小熊唱个生日快乐歌吧。祝你生日快乐，祝你生日快乐，祝你生日快乐，祝你生日快乐！”妈妈唱一句，鼓

励宝宝跟妈妈一起重复唱这一句。

- ④ 唱完后，妈妈要鼓励宝宝说：“宝宝唱得真好听！”
- ⑤ 妈妈鼓励宝宝请小熊许愿：“我们请小熊许个生日愿望吧！宝宝要对小熊说：‘小熊，请许个生日愿望吧。’”如果宝宝不愿意自己说，妈妈可以陪宝宝一起对小熊说。
- ⑥ 妈妈停顿一下，给小熊“许愿”的时间。然后妈妈举着小熊摇晃，说：“宝宝你看，小熊很高兴呢！它在谢谢你呢！我们来给小熊切蛋糕吧。”
- ⑦ 妈妈和宝宝一起“切蛋糕”，妈妈鼓励宝宝把“蛋糕”分给大家吃。
- ⑧ 生日会结束后，妈妈和宝宝一起把小熊和其他玩偶“送回家”（放回原处），再把蛋糕玩具装好。

提示：在游戏时，妈妈要一边跟宝宝一起做各个步骤，一边告诉宝宝现在在做的事情。如果宝宝不愿意说话，妈妈可以模仿小动物的语调多引导，或是让宝宝先自己玩一会儿再开始游戏。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“小熊过生日”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈在日常生活中可以用真的点心、生日蜡烛等跟宝宝玩这个游戏。
- ② 妈妈可以邀请其他小朋友或家人跟宝宝一起玩这个游戏。

## 谁是小司令



## 活动材料

自制幸运转盘(一半是宝宝,一半是妈妈)



## 活动目标

培养宝宝的言语理解能力和表达能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示:妈妈如何跟宝宝玩“谁是小司令”游戏,步骤如下。

- ① 妈妈给宝宝说明游戏规则。妈妈对宝宝说:“我们现在玩一个‘谁是小司令’的游戏。”妈妈拿出转盘,对宝宝说:“宝宝想当小司令吗?现在我们转动转盘,转向谁谁当小司令好不好?”妈妈尽量先转到自己一边,使自己成为小司令。接着妈妈说:“宝宝,现在妈妈是小司令了,你要听妈妈的话,妈妈说一个动作,你按照我说的动作去做,好不好?”
- ② 妈妈给宝宝说明游戏的玩法,妈妈对宝宝说:“妈妈先给你示范一遍怎么当好小司令,等你学会后,再换你来当小司令。游戏开始喽,宝宝摸鼻子!”妈妈说完后要提醒宝宝摸鼻子,宝宝做了摸鼻子的动作以后,妈妈可以再说:“宝宝举起手!”让宝宝按照指令做,并在下一个指令前让宝宝不能动。如果宝宝不会做妈妈说的动作,妈妈可以一边发指令,一边带着宝宝一起做动作。
- ③ 宝宝熟悉游戏方法之后,就换宝宝发出指令,

妈妈做动作。妈妈可以再次转转盘,尽量转到宝宝一边说:“现在宝宝是小司令了,宝宝说动作,妈妈来做。”

- ④ 如果宝宝不知道说什么动作,妈妈可以提示宝宝,如“做一个闭上眼睛的动作吧”等,或者让宝宝说刚才自己做过的动作,或者妈妈先做出一个动作,然后让宝宝说出这个动作的名字。
- ⑤ 宝宝指挥妈妈完成第一轮动作后,妈妈要鼓励宝宝说:“宝宝真棒,宝宝能当小司令了!”让宝宝有兴趣继续游戏。

## 2. 妈妈参照演示的步骤,跟宝宝玩“谁是小司令”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后,妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以跟宝宝换着当“小司令”,妈妈在做“小司令”的时候可以说一些新词,让宝宝理解这些新词并学着说,增加宝宝的词汇量。
- ② 妈妈可以让宝宝邀请他的小伙伴一起参与这个游戏。

## 抓 尾 巴



## 活动材料

两条彩带



## 活动目标

让宝宝在跑动中感知方向的变化，锻炼宝宝的腿部运动以及手指抓握能力，同时也可锻炼宝宝对身体的控制能力。



## 活动方法

### 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“抓尾巴”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈邀请宝宝参加游戏。妈妈对宝宝说：“宝宝，我们今天要玩一个‘抓尾巴’的游戏，来抓住彩带的小尾巴。”
- ② 妈妈挥舞彩带，向宝宝讲解游戏规则。妈妈握住彩带的一端，指着彩带的另一端对宝宝说：“看，这个就是彩带的尾巴，妈妈来晃动，宝宝来抓尾巴。”妈妈晃动彩带展示给宝宝看，妈妈可以让宝宝抓抓彩带的尾巴，吸引宝宝对游戏的兴趣。
- ③ 妈妈可以先跟宝宝试一遍，让宝宝明白游戏规则。妈妈对宝宝说：“我们先来试一次。你来抓彩带的尾巴。开始！”
- ④ 妈妈继续对宝宝说：“宝宝，现在你来晃动彩带，妈妈来抓它的尾巴，看看我们谁能抓得住。”宝宝明白游戏规则后，正式开始游戏。妈妈对宝宝说：“我要来抓彩带的尾巴啦。”妈妈说话的时候语气和动作都可以夸张一些

来增加宝宝的兴趣。

- ⑤ 妈妈抓到彩带的尾巴的时候要说：“宝宝，看妈妈抓到彩带的小尾巴了。”宝宝抓到彩带尾巴的时候，妈妈可以说：“宝宝真厉害，抓到彩带的小尾巴了，真棒。”

提示：妈妈要注意游戏跑动的范围，防止宝宝跌倒、受伤等事情发生。妈妈要跑慢一点，给宝宝能够抓到彩带尾巴的机会，提高宝宝参与游戏的兴趣。

### 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“抓尾巴”游戏。

### 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以和宝宝做“踩影子”的游戏，看看谁能踩到对方的影子。
- ② 妈妈可以让宝宝跟其他小朋友一起玩这个游戏。

## 认识时间



## 活动材料

蜡笔、三张白纸



## 活动目标

让宝宝初步形成“早上”“中午”和“晚上”的概念，知道“早上”“中午”和“晚上”等时间点的特征。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“认识时间”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈告诉宝宝：“宝宝，我们一起来画画吧，妈妈教你画个太阳公公。”妈妈先在纸上画一个房子，然后画出太阳刚升起的位置，边画边告诉宝宝：“这是早晨的太阳。”妈妈让宝宝跟着一起给太阳涂上红色，然后给宝宝介绍“早上”的特征。
- ② 妈妈在另一张纸上画一些人或者房子，接着画出中午时候太阳的位置，边画边告诉宝宝：“这是中午的太阳。”然后和宝宝一起给太阳涂上金色，并给宝宝介绍“中午”的特征。
- ③ 妈妈再在一张纸上画个房子，房子里涂成黄色，在天空画一个月亮，画一些星星，边画

边告诉宝宝：“晚上到啦，天黑了，所以我们要把灯打开。晚上我们可以看到月亮和星星。”

- ④ 妈妈和宝宝合作，一起把分别画有“早上”“中午”和“晚上”的纸贴到空白的转盘上。

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

- ① 妈妈可以增加时段，如“上午”“下午”等。
- ② 晚上的时候，妈妈可以带宝宝看看天空，让宝宝感受晚上的环境。

## 转转盘，讲故事



## 活动材料

“认识时间”活动中(见第63页)宝宝画的“早上”“中午”和“晚上”的画、转盘



## 活动目标

让宝宝初步形成自我认识的基本概念，加深宝宝对时间概念的认识，锻炼宝宝的语言表达能力和记忆力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“转转盘，讲故事”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈先把宝宝在“认识时间”活动中画的“早上”“中午”和“晚上”的画贴到转盘上，然后给宝宝介绍游戏规则。妈妈说：“宝宝，今天我们来玩一个‘转转盘，讲故事’的小游戏，宝宝来转转盘，转到哪个时间就给妈妈讲一下你今天在那个时间都做了什么，好不好呀？”
- ② 游戏开始，妈妈让宝宝转转盘，当宝宝转到“早上”的图画时，妈妈对宝宝说：“现在是早上啦！你给妈妈说说你今天早上都做了什么？”妈妈先尽量鼓励宝宝说，如果宝宝不说，妈妈可以提示宝宝：“你今天早上吃饭了吗？”如果宝宝回答说“吃了”，妈妈继续问：“那你吃完饭还做什么了？”妈妈可以多引导、鼓励宝宝说出早上做的事情，比如刷牙、洗脸等。宝宝跟妈妈说完早上的事情之后，妈妈鼓掌夸奖宝宝：“宝宝真棒！能说出这么多事情。”

- ③ 妈妈继续让宝宝转转盘，让宝宝分别回答中午、晚上做的事情。
- ④ 如果今天还没有经历中午或晚上，妈妈可以问宝宝昨天中午或昨天晚上做的事情。

提示：游戏过程中，妈妈要多夸奖宝宝，多给宝宝鼓励。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“转转盘，讲故事”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 平时在生活中，妈妈可以多提问宝宝“今天早上吃了什么”“昨天晚上有没有听妈妈讲故事”“昨天晚上妈妈讲了什么故事”等问题，并帮助宝宝回忆、回答。
- ② 妈妈也可以让宝宝回忆妈妈或其他家庭成员“今天早上”“今天中午”“今天晚上”做过的事情。

## 猜东西，找东西



## 活动材料

白色塑料小勺、皮球



## 活动目标

锻炼宝宝的语言表达能力、观察力和想象力，增加宝宝的成就感。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“猜东西，找东西”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈将白色塑料小勺放到桌子上，皮球放到房间的地上。妈妈和宝宝坐在凳子上。
- ② 妈妈跟宝宝说明游戏规则，妈妈说：“宝宝，现在我们来玩猜东西的游戏吧。妈妈跟你说几句话，你猜猜妈妈说的是什么，猜到后把那样东西拿给妈妈，好不好？”
- ③ 妈妈描述“勺子”让宝宝猜。妈妈对宝宝说：“妈妈看到了喝汤用的东西，它是白色的，宝宝知道是什么吗？能不能找到它，给妈妈拿过来好不好？”妈妈鼓励宝宝把勺子拿给妈妈。如果宝宝猜不出，妈妈可以提示宝宝：“它就在桌子上面，我们会这么用它（妈妈做用勺子喝汤的动作）。”不论宝宝最后是否把勺子拿给妈妈，妈妈都要把东西拿在手里，说一遍答案，再描述一次。
- ④ 妈妈还可以引导宝宝找自己的小碗、杯子、玩具等。
- ⑤ 宝宝会猜之后，妈妈跟宝宝互换角色，宝宝描

述、妈妈猜。妈妈跟宝宝说：“现在宝宝来说一个东西，妈妈来猜。”如果宝宝不知道让妈妈找什么，妈妈可以引导宝宝说：“让妈妈找你的小皮球好不好？”妈妈可以问宝宝“它是不是圆形的？”“什么颜色呢？”等问题，然后妈妈可以说：“妈妈知道小皮球在什么地方啦。”然后妈妈找出小皮球给宝宝。

- ⑥ 妈妈可以再描述一两种宝宝喜欢吃的食品让宝宝猜，增加宝宝对游戏的兴趣。

提示：妈妈给宝宝描述时要吐字清晰，慢些说，保证宝宝可以听懂。

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

- ① 妈妈可以邀请其他人和宝宝一起玩这个游戏。
- ② 在日常生活中，妈妈可以让宝宝描述自己见到的东西，鼓励宝宝多说话。

## 一起来钓鱼



## 活动材料

玩具鱼竿、钓鱼盘



## 活动目标

锻炼宝宝的手眼协调能力和手部运动能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“一起来钓鱼”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈把钓鱼盘拿出来，跟宝宝说：“宝宝，今天我们一起钓鱼吧！咱们比比谁钓得多！”妈妈边说边慢慢给宝宝展示小鱼竿和鱼盘：“宝宝，这是小鱼竿，我们要用小鱼竿来钓鱼。”
- ② 妈妈给宝宝示范如何钓鱼。妈妈打开开关后说：“当鱼嘴张开时，把鱼钩套在鱼嘴里，快速往上一拉，鱼就上钩了。宝宝快看，妈妈钓上来了一条鱼。”妈妈让宝宝试着钓鱼。如果宝宝还不会钓鱼，妈妈可以手把手教宝宝，并告诉宝宝：“如果你拉得不及时，鱼嘴张开后，鱼就跑了。”宝宝不会钓鱼时，妈妈要多

鼓励宝宝。

- ③ 妈妈和宝宝一起钓鱼。把鱼钓完后，妈妈和宝宝一起数一数谁钓得较多。妈妈要放慢速度，让宝宝多钓一些。宝宝钓上鱼时，妈妈要多表扬宝宝。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“一起来钓鱼”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝邀请其他小朋友一起玩这个游戏。
- ② 妈妈可以用筷子、线、回形针制作一个简易的小鱼竿来玩钓鱼游戏，增加宝宝的兴趣。

## 整体与部分



## 活动材料

“水果、蔬菜切切乐”玩具



## 活动目标

让宝宝认识并理解整体与部分的关系，提高孩子的认知能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“整体与部分”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈先拿出“水果、蔬菜切切乐”的玩具放到宝宝面前。然后妈妈指着其中半块草莓问宝宝：“宝宝，你知道这是什么水果吗？”如果宝宝不能回答，妈妈可以引导宝宝找出另一半，妈妈可以说：“宝宝找找还有哪半块水果和它长得一样啊。”等宝宝找到另一半时，妈妈可以让宝宝将两块放一起，告诉宝宝：“这种水果是草莓，这两块分别是草莓的一半，放在一起是整个草莓。”
- ② 妈妈可以按照此方法，让宝宝通过辣椒、胡萝卜等他感兴趣的水果、蔬菜，感受整体与部分。

提示：当宝宝可以从一堆东西中找出需要找的另一半时，妈妈要夸赞宝宝；如果宝宝不

能从一堆东西中找到另一部分，妈妈可以帮助宝宝找到，然后放到一起，让宝宝感受整体与部分。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“整体与部分”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以在给宝宝吃水果的时候，先让宝宝看水果完整的样子，然后再给他看水果分开的样子，加深宝宝对“整体与部分”的理解。
- ② 妈妈可以在生活中让宝宝看物品的整体与部分，如给宝宝看汽车时说车轮子是汽车的一部分等。

## A4. 社会情感单元

## 营救小鸡



## 活动材料

泡沫软性积木、3米长的绳子、十个小铃铛、三个小鸡玩偶、一个大灰狼玩偶



## 活动目标

锻炼宝宝解决问题的能力以及责任感。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“营救小鸡”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先和宝宝一起用泡沫积木搭一个房子（房子大小要可以使人钻过去），用长绳在房子上围一圈（绳子离地约50厘米），再把小铃铛系在绳子上，把小鸡玩偶放在搭好的房子里，并把大灰狼玩偶放在房子附近。
- ② 妈妈告诉宝宝：“宝宝，这个房子是大灰狼的房子，房子里的那些小鸡是被大灰狼抓进去的。现在鸡妈妈很伤心，宝宝你要到里面帮鸡妈妈把小鸡救出来。但救小鸡的时候不可以发出声音，也不能弄响铃铛，否则会被大灰狼发现。一次只能救一只小鸡。宝宝有信心完成任务吗？”
- ③ 妈妈在给宝宝讲解完后，如果宝宝对游戏不太理解，妈妈可先给宝宝演示一遍，轻轻地从绳子底下钻过去，钻进房子把小鸡救出来。演示后，妈妈对宝宝说：“宝宝，像妈妈这样把小鸡救出来。鸡妈妈非常着急，宝宝

开始吧。”

- ④ 妈妈在一旁协助宝宝解救小鸡，让宝宝从绳子下面钻到房子里，不要弄响铃铛，带着“小鸡”悄悄离开，回到房子外面远离大灰狼的地方。
- ⑤ 救出全部小鸡后，妈妈对宝宝说：“宝宝真厉害，现在小鸡安全了。你要跟它们玩一会儿吗？”

提示：妈妈在给宝宝表演时，要假装事情真的发生一样，将宝宝带入情境中。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“营救小鸡”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

日常生活中妈妈可以指派宝宝完成一些任务，培养宝宝的责任意识，如吃饭的时候给大家摆碗筷、把垃圾扔到垃圾桶等。

## 小小涂色师



## 活动材料

涂色书、  
一套画笔



## 活动目标

帮助宝宝使用副词来表达事物的程度，提高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“小小涂色师”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将涂色书与画笔放到桌上，和宝宝在桌前坐好。
- ② 妈妈邀请宝宝玩“小小涂色师”的游戏，并说明游戏方法：“宝宝，咱们一起来给书里的图片涂上你喜欢的颜色吧。我们先来看看都有哪些图片。”妈妈与宝宝一起翻看涂色书，并指着每张图片让宝宝说出图片的名字：“宝宝，你看这是什么？”
- ③ 如果宝宝能说出图片的名字，妈妈要再重复说一遍图片的名字；对于那些宝宝说错或说不出的，妈妈可鼓励宝宝跟着妈妈一起说一遍：“宝宝，咱们一起再说一遍，这是……。”
- ④ 妈妈让宝宝挑选图片涂色，说：“宝宝，现在我们来给图片涂上漂亮的颜色，你喜欢哪个我们就给哪个涂色。”在宝宝涂色的过程中，妈妈可以询问宝宝“这是什么颜色”等问题，并可适当地给予宝宝帮助。

- ⑤ 在涂色的过程中，如果宝宝不愿意涂色，妈妈可带动宝宝一起涂色，如帮助宝宝挑选颜色；先给宝宝示范怎么涂色，再邀请宝宝一起涂色等。
- ⑥ 在宝宝涂好颜色后，妈妈要问宝宝一些能够让宝宝用副词（表示事物程度的词语）回答的问题，如“这两个颜色哪个更好看”等。妈妈要鼓励宝宝用含有副词的短语或句子回答，如妈妈在宝宝回答后，可以说一遍“这个更好看”，然后请宝宝跟着说一遍。
- ⑦ 妈妈多问宝宝几个含有副词的问题，并带领或鼓励宝宝多重复副词。

## 提示：

- 在活动的过程中，妈妈要多跟宝宝交流，让宝宝多说话。宝宝回答错误也没有关系，妈妈要有耐心，鼓励宝宝多说，多回答妈妈的问题，并适时给予表扬，如“宝宝画得很好”“宝宝很厉害，能一下子说这么多词语了”等。
- 含有副词的问句举例：  
宝宝更喜欢绿色吗？/黄色跟红色哪个比较好看？
- 含有副词的回答举例：  
这个不怎么好看。/茄子非常好看。/黑色不太好看。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“小小涂色师”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 在宝宝会使用一些副词后，妈妈可以再教宝宝说其他副词。
- ② 妈妈可以用同样的活动，或宝宝感兴趣的其他活动，如讲故事等，让宝宝练习说副词。

## 拔河比赛



## 活动材料

绳子、玩偶



## 活动目标

锻炼宝宝手部力量以及身体协调能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“拔河比赛”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈把玩偶挂在绳子的中间，然后对宝宝说：“宝宝，今天我们来一场拔河比赛，看看谁的力气大。宝宝要尽量将中间的玩偶拉到你那边去。”
- ② 妈妈先让宝宝拉着绳子的一头，确保宝宝拉紧，然后自己拽住另一头，对宝宝说：“宝宝拉住手上的绳子，妈妈拉住这头，等会妈妈一喊‘比赛开始’，宝宝就用力将中间的玩偶拉向自己那边，我们比比谁的力气大。”
- ③ 等宝宝拿好绳子后，妈妈说：“比赛开始。”然后妈妈和宝宝开始用力拔河。

## 提示：

- 妈妈要根据宝宝力气的大小去发力，防止力气过大让宝宝失去信心，也要防止力气

过小而使宝宝向后摔倒。

- 游戏可多次进行，妈妈可以故意输掉几次，让宝宝保持对游戏的兴趣。
- 在游戏的过程中，妈妈要多鼓励宝宝：“宝宝真棒，力气真大！再使点儿劲儿！”游戏结束后，妈妈可让宝宝玩会儿玩偶。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“拔河比赛”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以根据宝宝力气的大小逐渐增加自己的力气，增加每次拔河游戏持续的时间。
- ② 妈妈在日常生活中可有意识地加强宝宝力量的练习，如让宝宝帮妈妈一起提东西等。

## 短时记忆



## 活动材料

一套动物卡片



## 活动目标

锻炼宝宝的短时记忆能力，加深宝宝对小动物的认识。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“短时记忆”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝面对面坐在爬行垫上，妈妈先从一套动物卡片中拿出五种最常见的动物，然后对宝宝说：“宝宝，今天我们来做一个游戏，看看谁能找出看到的动物。宝宝先抽一张卡片。”宝宝抽好后，妈妈问宝宝抽到的卡片上动物的名字。不论宝宝是否说对，妈妈都重复说一遍宝宝抽到的卡片上动物的名字。
- ② 妈妈让宝宝看一会儿抽到的动物卡片，对宝宝说：“宝宝要记住你抽到的动物哦。”
- ③ 然后妈妈收回卡片，当着宝宝的面，将五张卡片混合并平铺在桌面上，让宝宝找出刚才抽到的卡片。妈妈对宝宝说：“宝宝，把你刚才抽到的小动物找出来。”
- ④ 如果宝宝找不到，妈妈可以提示宝宝刚才看到的动物的颜色、大小、生活的地方或者有没有腿等。如果宝宝还是找不到刚才的卡

片，妈妈可以找出卡片，对宝宝说：“宝宝刚才看到的是……，我们把它找出来了。你看它是……色的，有……条腿，它生活在……”

- ⑤ 继续游戏，直到宝宝能记住并找出抽到的动物卡片。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“短时记忆”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以增加卡片的数量，让宝宝从更多的卡片中找出抽到的动物卡片。
- ② 妈妈可以增加要宝宝寻找的动物的数量，一个熟悉之后，可以增加二个、三个，让宝宝尝试着找。
- ③ 宝宝已经认识并熟悉卡片上的所有动物之后，妈妈可以换成水果或者常用家电类的卡片，继续跟宝宝玩“宝宝记忆库”游戏。

## B4. 社会情感单元

## 礼貌待客



## 活动材料

玩具厨房、两个玩偶



## 活动目标

鼓励宝宝使用礼貌用语，锻炼宝宝的人际交往能力和动手能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“礼貌待客”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将材料都摆到桌子上面，跟宝宝说：“宝宝，今天我们请两个小朋友来家里玩，宝宝要好好招待他们哦。”
- ② 妈妈摆放好玩偶后对宝宝说：“宝宝，小朋友们已经坐好了，宝宝把小碟子分给他们吧。”妈妈指导宝宝把小碟子放在玩偶的面前。然后妈妈把烤好的披萨递给宝宝，请宝宝把披萨分给小朋友吃。妈妈对宝宝说：“宝宝，请小朋友们吃东西吧。”
- ③ 宝宝给玩偶的盘子里分披萨时，妈妈可以装成玩偶说“谢谢”，然后问宝宝：“别人说‘谢谢’的时候，你应该怎么说呢？”如果宝宝回答出来，妈妈要表扬宝宝“真有礼貌”；如果宝宝不能回答，妈妈要告诉宝宝：“我们应该回答‘不客气’。”然后妈妈鼓励宝宝说一次“不客气”。
- ④ 宝宝给每个玩偶都分好披萨后，妈妈再拿出

巧克力或蛋糕让宝宝分给玩偶吃。宝宝把巧克力或蛋糕放在小碟子里后，妈妈要提醒宝宝说“请慢用”，然后妈妈装成玩偶说“谢谢”，并提醒宝宝说“不客气”。

- ⑤ 做客结束后，妈妈要提醒宝宝把小朋友送到门口，并说：“请慢走，欢迎再到我家来玩，再见！”然后妈妈装成玩偶说：“今天非常感谢你的招待，我们玩得很高兴，谢谢，再见！”

提示：妈妈要鼓励宝宝多说有礼貌的话，并且要反复强调需要宝宝记住的礼貌用语。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“礼貌待客”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

妈妈在生活中要经常提醒宝宝说“你好”“再见”“谢谢”“不客气”“请”等礼貌用语。

## 动物喜欢吃什么



## 活动材料

动物卡片, 水果、蔬菜卡片



## 活动目标

增加宝宝的词汇量, 提高宝宝语言能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示: 妈妈如何跟宝宝玩“动物喜欢吃什么”游戏, 步骤如下。

- ① 妈妈先把带有各种动物图案的卡片展示给宝宝, 如拿出小白兔的卡片问宝宝: “宝宝看, 这是什么小动物?” 如果宝宝不知道, 妈妈可以告诉宝宝答案: “这个是小白兔。” 然后请宝宝重复一遍答案。
- ② 当宝宝说出图片上小动物的名字后, 妈妈拿出带有各种蔬菜图案的卡片, 问宝宝: “小白兔喜欢吃哪种蔬菜呢?” 妈妈让宝宝在蔬菜卡片里找小白兔喜欢吃的蔬菜卡片, 并指着蔬菜卡片问宝宝: “这是什么蔬菜?” “还有什么动物喜欢吃……?” “宝宝喜欢吃吗?”
- ③ 如果宝宝不知道小动物喜欢吃什么或者不知道蔬菜名字时, 妈妈可以提示宝宝, 如“小白兔爱吃胡萝卜”等, 妈妈需要有耐心, 引导宝宝多说话。

提示:

- 如果宝宝说错了, 妈妈不要只说“不对”,

而要告诉宝宝正确答案, 然后让宝宝重复。

- 在游戏过程中, 妈妈要鼓励宝宝多说话, 如“宝宝说得真好, 宝宝喜欢吃茄子, 那今天中午我们就吃炒茄子吧”。
- 对于宝宝说不出的动物和蔬菜, 妈妈要耐心地告诉宝宝, 让宝宝模仿着说。

## 2. 妈妈参照演示的步骤, 跟宝宝玩“动物喜欢吃什么”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后, 妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 让宝宝说出不同蔬菜的味道、颜色等。
- ② 让宝宝说说哪些小动物爱吃的食物是一样的。
- ③ 如果宝宝平时挑食, 妈妈可以结合游戏来鼓励宝宝吃一些平时不爱吃的蔬菜。

## 蹦 台 阶



## 活动材料

两级以上的台阶



## 活动目标

锻炼宝宝双腿跳跃能力、身体平衡能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“蹦台阶”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈给宝宝介绍游戏的规则。妈妈告诉宝宝：“宝宝，今天咱们来玩一个新游戏，咱们一起学小兔子蹦。”妈妈先给宝宝示范双脚蹦离地面，再让宝宝一起学。
- ② 妈妈跟宝宝说：“我们比一比，看看是妈妈跳得高，还是宝宝跳得高！”妈妈和宝宝一起双脚蹦。如果宝宝不会蹦，妈妈可以先把宝宝拉离地面，扶着宝宝蹦。
- ③ 如果宝宝顺利完成，妈妈要表扬宝宝：“宝宝真棒！宝宝会像小兔子一样蹦了！”
- ④ 妈妈站在第一级台阶，跟宝宝说：“宝宝快过

来，咱们从台阶上蹦下来。”妈妈先示范从第一级台阶上双脚蹦下来，再让宝宝蹦。宝宝从台阶上蹦下来时，妈妈要在下面把胳膊伸开，保护好宝宝以防摔倒。

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

- ① 宝宝学会从第一级台阶蹦下来后，妈妈可以尝试让宝宝尽可能蹦得远。
- ② 当宝宝可以熟练地从第一级台阶蹦下来后，妈妈也可以尝试让宝宝从第二级台阶一级一级地蹦下来，但一定要做好保护措施。

## 简单拼图



## 活动材料

简单拼图



## 活动目标

锻炼宝宝对图形的辨别能力和形象思维能力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“简单拼图”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈将完整的小鸡拼图拿给宝宝看，告诉宝宝：“宝宝，今天我们要玩一个拼图的游戏，我们要来拼一个这样的小鸡。”
- ② 妈妈先给宝宝示范拼图的过程，妈妈在示范时，要跟宝宝讲解拼的是鸡的哪个部分，应该放在哪个位置。妈妈对宝宝说：“我们把小鸡的头放在这里，鸡身子放在中间，鸡的尾巴放在这里，最后把鸡蛋放在地上。”
- ③ 妈妈示范后，再把拼图打散，鼓励宝宝照着图片把小鸡拼起来。
- ④ 如果宝宝拼图成功，妈妈要表扬宝宝；如果宝

宝拼图失败，要对宝宝说：“宝宝，看看你拼的图跟图片一样吗？”提示宝宝出错的地方，让宝宝尝试着再拼一次。

- ⑤ 妈妈在与宝宝一起完成拼图的时候，要多用语言、动作鼓励宝宝多尝试，不要急于告诉宝宝答案或是责备宝宝。

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

- ① 妈妈跟宝宝一起拼其他的简单拼图。
- ② 妈妈可以跟宝宝一边拼图，一边说拼图是动物的哪个部分，是什么颜色等。

## 图画书《小威利总想争第一》



## 活动材料

图画书《小威利总想争第一》



## 活动目标

丰富宝宝对情绪的体验，并告诉宝宝解决悲观情绪的方法。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《小威利总想争第一》，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《小威利总想争第一》让宝宝看，并问宝宝：“宝宝看，这是什么呀？这是一本图画书，我们今天来看图画书好不好？”
- ② 妈妈和宝宝一块儿翻看图画书，边看妈妈边给宝宝讲：“今天天气真好，所有的小野猪都到外面来玩了……他把所有的工具都抢在了自己的手上，用玩具车、小桶和红色的小铲子堆了一个小小的城堡……可是，其他小野猪都走开了。威利一个人孤零零地坐在那儿，觉得蹦床也没那么好玩了……”这时妈妈可以问宝宝：“小威利这会儿心情怎么样呢？为什么别的小猪都不和小威利玩了呢？”“……最后，小威利把玩具车、小桶和红色的小铲子分给了兄弟姐妹们，大家一起来玩堆城堡的游戏……”这时妈妈可以问：“小威利这会儿心情怎么样呢？为什么大家

又和小威利一块儿玩了昵？”

- ③ 妈妈在讲故事的时候可以多提问宝宝，让宝宝对故事的理解更加深刻。如果宝宝能回答上来妈妈问的问题，妈妈要表扬宝宝；如果宝宝回答不上来，妈妈可以提示宝宝。
- ④ 最后妈妈告诉宝宝要学会和别人分享，不然的话，别的小朋友就不和宝宝玩了。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《小威利总想争第一》。

## 3. 宝宝能够熟悉上述故事之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以把生活中发生的事情编成故事讲给宝宝听，并问宝宝故事中的人物的情绪，加深宝宝对情绪的理解。
- ② 在日常生活中，如果宝宝闹别扭了，妈妈可以提醒宝宝让他表现出自己的情绪，并告诉他这是什么情绪，让宝宝体验并理解不同的情绪。

## 一句话故事



## 活动材料

图画书《一句话故事》



## 活动目标

锻炼宝宝的语言表达能力、想象力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“一句话故事”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈翻到“拔河”的图片，跟宝宝用对话的方法玩“一句话故事”游戏。妈妈问宝宝：“宝宝，你看图片上的小动物们在干什么啊？”妈妈鼓励宝宝回答，不论宝宝是否回答，妈妈都要说一遍答案，如“小动物们在拔河”等。
- ② 妈妈继续问：“宝宝，图片上都有哪些小动物啊？”妈妈鼓励宝宝回答，不论宝宝是否回答，妈妈都要一边指着动物一边说答案，如“有小猴子、小狗、小熊和小兔子”等。
- ③ 妈妈继续问宝宝哪种小动物站在哪个位置上：“宝宝，谁站在最后面啊？”妈妈鼓励宝宝回答，不论宝宝是否回答，妈妈都要说一遍答案，如“小熊站在最后面”等。
- ④ 妈妈用上面的方法问宝宝各种问题，鼓励宝

宝回答，并引导宝宝说正确答案。

提示：妈妈和宝宝一起看图说话时语速要慢，要有耐心，必要的时候多重复几遍。即使宝宝回答不上来，也不要着急，妈妈要多鼓励宝宝说话，或模仿自己说话。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“一句话故事”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以找书上的其他图片跟宝宝玩看图说话。
- ② 妈妈鼓励宝宝看着书上的图片完整地说一个小故事。
- ③ 妈妈在日常生活中可以让宝宝尝试描述当天所做的活动或见过的事。

## 夹花生



## 活动材料

一双儿童筷、仿真带壳花生、两个小碟子



## 活动目标

锻炼宝宝的手指灵活性、手眼协调能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“夹花生”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先将带壳的花生放在桌子上，在自己和宝宝面前分别摆一个小碟子，对宝宝说：“宝宝，今天来跟妈妈比赛夹花生吧，妈妈先夹一遍给你看。”妈妈先给宝宝示范一遍怎么用筷子夹花生。
- ② 妈妈示范后，让宝宝拿一双筷子练习夹花生，说：“宝宝，你先来练习一下，练好之后我们就开始比赛了。”在宝宝练习的时候，妈妈可以一起做，给宝宝做动作示范，对宝宝说：“跟着妈妈做，你先像妈妈一样拿好筷子，然后把筷子对准花生夹住它，并且要夹紧，看能不能把花生夹起来。”
- ③ 如果宝宝不会用筷子，妈妈要手把手地教宝宝怎样正确地拿与使用筷子。
- ④ 妈妈跟宝宝开始比赛，对宝宝说：“宝宝，你把花生夹进你面前的碟子里，然后妈妈把花生夹进妈妈的碟子里，我们比赛看谁夹得多。”

提示：

- 妈妈教宝宝使用筷子时要有耐心，如果宝

宝一开始不会用筷子夹东西，妈妈要鼓励宝宝多多尝试。

- 如果宝宝直接用手拿花生，妈妈可以给宝宝一粒花生，但要跟宝宝说，其他的花生只能用筷子夹。
- 在游戏中，妈妈要多鼓励宝宝：“宝宝做得很好，跟妈妈做得一样好。”
- 妈妈在跟宝宝比赛时不要故意输给宝宝，如果宝宝失去比赛的兴趣，妈妈可以先给宝宝一颗花生，鼓励他继续努力，赢得接下来的比赛。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“夹花生”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝在生活中多尝试自己用筷子吃饭。
- ② 如果宝宝不愿意自己吃饭，妈妈可以用“比赛”的方式让宝宝自己用筷子吃饭，如“宝宝，我们来比赛看谁先把自己碗里的饭吃完”等。

## 捉迷藏，识方位



## 活动材料

玩具小车、娃娃



## 活动目标

让宝宝初步形成方位意识。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“捉迷藏，识方位”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈拿出一个玩具小车或娃娃，对宝宝说：“我们来和小车玩捉迷藏，妈妈会把车藏起来，不过妈妈会告诉你车藏在哪里，宝宝你要把它找出来。”
- ② 妈妈可将玩具小车或娃娃藏在柜子里，然后对宝宝说：“小车在柜子里面，你去把它找出来吧。”妈妈再将小车或娃娃藏在门外，对宝宝说：“小车在门外，宝宝去把它找出来。”让宝宝区分“里外”两个方位。
- ③ 妈妈将玩具小车或娃娃藏在身后，并对宝宝说：“小车在妈妈身后，你去把它找出来吧。”接着妈妈再把小车或娃娃藏在电视前面，告诉宝宝：“小车在电视前面，你去把它找出来吧。”让宝宝区分“前后”两个方位。
- ④ 妈妈将小车或娃娃藏在桌子上面，并对宝宝说：“小车在桌子上面，你去把它找出来吧。”然后妈妈再把玩具小车或娃娃藏在凳子下面，告诉宝宝：“小车在凳子下面，你去把它找出来吧。”让宝宝区分“上下”两个方位。

提示：

- 当宝宝向妈妈问小车或娃娃位置的时候，妈妈要多次强调需要宝宝理解的方位词，如“里、外、前、后、上、下”等。
- 宝宝在找玩具小车或娃娃过程中，妈妈要注意宝宝的安全，并多鼓励宝宝。
- 宝宝不明白方位的意思时，妈妈可以提示宝宝这些方位的意思，或是跟宝宝先一起找一次。再把小车或娃娃重新藏一个地方，鼓励宝宝自己找一次。

**2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“捉迷藏，识方位”游戏。****3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。**

- ① 妈妈可以让宝宝把玩具藏起来，并向妈妈描述它的位置，让妈妈找。
- ② 妈妈可以鼓励宝宝参与日常生活中整理物品、收拾玩具等家务活动，加强宝宝对方位词的理解，如让宝宝把玩具放在桌子下面等。

### 儿歌《一分钱》



#### 活动材料

儿歌《一分钱》



#### 活动目标

让宝宝初步形成拾金不昧的意识。



### 活动方法

#### 1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝唱儿歌《一分钱》，步骤如下。

- ① 妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们来听一首新儿歌，叫《一分钱》。宝宝要仔细听哦，听完后我们要跟着一起唱。”
- ② 听完一遍儿歌后，妈妈鼓励宝宝跟自己一起唱儿歌。妈妈播放一句，然后跟宝宝一起唱一遍这句。妈妈可以对宝宝说：“宝宝，现在我们来跟着音乐唱《一分钱》吧。我们听一句，跟着唱一句。”
- ③ 妈妈唱的时候可以加些走路、捡钱等动作表演，增加趣味。
- ④ 唱过几遍之后，妈妈和宝宝一起表演。妈妈扮演警察，宝宝扮演捡到钱的小朋友。妈妈可以对宝宝说：“现在我们一边跟着音乐唱，一边表演吧，妈妈扮演警察，宝宝扮演捡到钱的小朋友。”在表演时，妈妈可播放音乐，提示宝宝怎么唱。
- ⑤ 表演完之后，妈妈可以对宝宝说：“在平时生活中，不能随便拿别人的东西。如果捡到别人的东西，就要把东西还给别人，或者把东

西交给警察。”

- ⑥ 如果宝宝不能理解妈妈说的话，妈妈可以把故事里面的人物换成宝宝生活中熟悉的人物，再给宝宝讲一遍。

#### 2. 妈妈参照演示的步骤，教宝宝唱儿歌《一分钱》。

#### 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以跟宝宝互换角色，一边跟唱儿歌一边表演。
- ② 在生活中，妈妈要提醒宝宝要主动帮助其他小朋友。

#### 一分钱

我在马路边，捡到一分钱。(走路，弯腰捡东西)  
 把它交到警察叔叔手里边。(双手递东西)  
 叔叔拿着钱，对我把头点。(双手接东西，笑着点头)  
 我高兴地说了声：“叔叔，再见！”(笑着摇摇手)

## 说出物体的材质



## 活动材料

玻璃杯、塑料玩具小车、木制积木



## 活动目标

丰富宝宝的词汇量，锻炼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“说出物体的材质”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈先将木制积木放到桌子上，让宝宝玩一会儿积木。
- ② 在宝宝玩了一会儿积木后，妈妈指着积木问宝宝：“你知道这是用什么做的吗？”如果宝宝不会回答，妈妈可降低问题的难度：“积木是用水还是木头做的？”不论宝宝的回答是否正确，妈妈都要说一遍答案，并让宝宝重复：“积木是用木头做的。宝宝摸一摸积木，它是用木头做的。”
- ③ 妈妈再拿出玻璃杯，让宝宝摸摸杯子，并问宝宝：“宝宝，我们来摸一摸杯子，它是用什么做的呢？”如果宝宝不会回答，妈妈可降低问题的难度：“这个杯子是用玻璃还是木头做的？”不论宝宝的回答是否正确，妈妈都要说一遍答案，并让宝宝重复：“这个杯子是用玻璃做的。宝宝摸一摸杯子，它是用玻璃做的。”妈妈再问宝宝：“我们能用这个杯子来做什么事？”如果宝宝不会回答，妈妈可降低问题的难度：“杯子可以用来喝水吗？杯

子可以用来装水吗？”不论宝宝的回答是否正确，妈妈都要说一遍答案，并让宝宝重复：“杯子可以用来喝水，杯子也能用来装水。”

- ④ 妈妈再拿出塑料玩具小车，让宝宝先玩一会儿小车，然后问宝宝：“宝宝，这个小车是用什么做的？”如果宝宝不会回答，妈妈可降低问题的难度：“这个小车是用塑料还是玻璃做的？”不论宝宝的回答是否正确，妈妈都要说一遍答案，并让宝宝重复：“这个小车是用塑料做的。宝宝摸一摸小车，它是用塑料做的。”妈妈再问宝宝：“我们能用这个小车做什么事？”如果宝宝不会回答，妈妈可降低问题的难度：“小车可以用来运东西吗？我们可以坐着小车去舅舅家吗？”不论宝宝的回答是否正确，妈妈都要说一遍答案，并让宝宝重复：“小车可以用来运东西，我们可以坐着小车去舅舅家。”

## 提示：

- 在游戏的过程中，妈妈要多鼓励宝宝，让宝宝愿意参与活动、多说话。
- 如果宝宝说错或不说话，妈妈不要着急，也不要责备宝宝，要多鼓励他。妈妈也可先让宝宝多玩一会儿玩具，再问宝宝问题。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“说出物体的材质”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以问宝宝家里的各种用品都是用什么材料做的。
- ② 妈妈可以问宝宝家里还有哪些东西是用木头、玻璃或塑料做的。
- ③ 妈妈可以问宝宝家里的其他物品能用来做什么。

## 保龄球高手



## 活动材料

儿童保龄球套装



## 活动目标

锻炼宝宝的手眼协调能力，以及四肢的协调能力。



## 活动方法

### 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝一起玩“保龄球高手”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈和宝宝一起把保龄球球瓶在地上排好，排列顺序为：第一行放一个，第二行放二个，第三行放三个，第四行放四个，其中第四行离发球线最远。排好后，在距离第一行球瓶2米的地方画一条发球线。如果2米的距离对宝宝来说难度很大，妈妈可适当缩短发球线与球瓶之间的距离。妈妈向宝宝介绍保龄球的玩法：“宝宝，今天我们一起玩打保龄球吧。我们已经把球瓶摆好了，现在我们就站到这条线的后面，把球推出去，让球把球瓶打倒。”
- ② 妈妈示范保龄球的玩法。妈妈一边示范一边对宝宝说：“宝宝，我们要让球从线的后面贴着地面滚到那些球瓶那里，把球瓶打倒，你看就像妈妈这样。”妈妈示范时姿势和动作要慢一些，清楚一些，确保宝宝能够看清。
- ③ 妈妈示范完后，先手把手地教宝宝拿球与扔球的姿势。妈妈要跟宝宝强调，球只能沿着

地面滚过去，不能把球直接砸到球瓶上，也不能把球从发球线前扔出去。

- ④ 宝宝学会拿球与扔球后，妈妈让宝宝尝试自己打保龄球。不论宝宝是否能够把球瓶打倒，妈妈都要鼓励宝宝继续做，说：“宝宝打得很好，我们再来试一次，看看这次能不能打倒更多的球瓶。”

提示：妈妈注意在每次发球之前，都要把十个球瓶摆整齐，妈妈也可鼓励宝宝自己摆球瓶。

### 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“保龄球高手”游戏。

### 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以增加发球线与球瓶之间的距离，加大游戏难度。
- ② 妈妈可以跟宝宝进行保龄球比赛，增强宝宝玩保龄球的兴趣。

## 听音辨行



## 活动材料

无



## 活动目标

锻炼宝宝的听力和观察能力，提高宝宝辨别日常生活中常见声音的能力。

## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“听音辨行”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈和宝宝面对面坐在爬行垫上。妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们来做一个‘听音辨行’的游戏好不好？”妈妈给宝宝说明游戏规则：“宝宝，你背对着妈妈，妈妈在你身后会做出一些动作，这些动作是有声音的，你听声音猜猜妈妈在干什么。猜出来后，大声地告诉妈妈。你不能偷看哦。”
- ② 妈妈转到宝宝身后，然后开始鼓掌，然后问宝宝：“宝宝，你听到妈妈刚才在干什么了吗？”
- ③ 如果宝宝回答正确，妈妈要表扬宝宝，并鼓励他继续听下一个声音，说：“宝宝猜得真准，这是妈妈拍手的声音，现在你听听下一个声音。”
- ④ 如果宝宝不能说出妈妈做的动作，妈妈可重复几次自己所做的动作，边重复做动作边用语言加以引导，直到宝宝能听出来为止，如

对宝宝说：“宝宝你听，这是不是拍手的声音啊。”

- ⑤ 宝宝猜出走路的声音后，妈妈可以按照上面的方法依次进行以下动作：开门、关门、敲门、走路等，妈妈做动作时幅度尽量大一些，并将声响弄得大一些，方便宝宝猜。
- ⑥ 游戏结束后，妈妈在宝宝面前给宝宝鼓掌，夸宝宝：“宝宝真棒，耳朵真灵，猜得真准。”

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

- ① 在平时生活中，妈妈可以让宝宝听一些常见的声音，让宝宝知道这些是什么声音，如水龙头的“哗哗”声，菜下锅的“吱啦”声等。
- ② 妈妈可以让宝宝注意听大自然里的声音，如小鸟的鸣叫声等。

## 图画书《汤姆挨罚》



## 活动材料

图画书《汤姆挨罚》



## 活动目标

让宝宝理解产生不同情绪的原因，引导宝宝掌握应对不同情绪的方法。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何给宝宝读图画书《汤姆挨罚》，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝保持一个舒服的姿势坐好，然后妈妈拿出图画书《汤姆挨罚》让宝宝看，并问宝宝：“宝宝看，这是什么呀？这是一本图画书，我们今天来看图画书好不好？”
- ② 然后妈妈就和宝宝一块翻看图画书，边看妈妈边给宝宝讲：“今天早上，汤姆心情不好（沮丧）……这时，西蒙跑过来，问汤姆带没带红色跑车。这家伙真烦人（厌烦）……”每当遇到有关表情的时候，妈妈就鼓励宝宝模仿一下。“……‘给我，这是我的。’汤姆伸出双手拼命抢……‘看啊，你们搭的大楼，太难看了。’汤姆一脚踹过去，哗啦一下，大楼倒了。真高兴（得意）……”当老师批评汤姆的时候，妈妈可以问宝宝：“老师为什么要让汤姆道歉啊？汤姆的做法对不对呢？”
- ③ 最后，当讲到爸爸给汤姆说应该遵守各种规则时，妈妈可以问宝宝：“你觉得在生活中应不应该守规则呢？”无论宝宝怎么回答，

妈妈都应该告诉宝宝：“宝宝要做个守规则的好宝宝，这样别人都会很喜欢和你一块儿玩的。”

提示：在活动的过程中，妈妈要时刻注意宝宝的表情，确定宝宝是认真听的。如果宝宝能够正确做出人物的表情，妈妈要表扬宝宝；如果宝宝没有做出相应的表情，妈妈要给宝宝示范并让宝宝模仿。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《汤姆挨罚》。

## 3. 宝宝能够熟悉上述故事之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 在日常生活中，妈妈可以让宝宝运用适当的方法表达和处理自己的情绪。
- ② 在日常生活中，妈妈可以让宝宝多认识其他人的情绪，并运用适当的方法应对这些情绪，在保护好自己基础上帮助他人。

## 唐诗《悯农》



## 活动材料

配乐诗《悯农》



## 活动目标

培养宝宝的语感，锻炼宝宝理解和运用语言的能力，培养宝宝珍惜粮食的意识。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何教宝宝背诵唐诗《悯农》，步骤如下。

- ① 妈妈先播放《悯农》这首配乐诗，和宝宝一起听。妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们来背一首唐诗，诗的名字叫《悯农》。我们先听几遍。”
- ② 播放几遍后，妈妈跟宝宝讲诗歌的意思。妈妈对宝宝说：“这首诗说的是农民种地很累很辛苦，我们吃饭的时候一定不能浪费粮食。”
- ③ 妈妈和宝宝一起跟着诗句做动作。妈妈对宝宝说：“宝宝，这首唐诗还有动作呢，现在我们一边听诗歌，一边做动作。宝宝跟着妈妈一起做哦。”妈妈带着宝宝一边背诗一边做动作。
- ④ 当宝宝熟悉后，让宝宝跟着音乐一句一句地背唐诗。妈妈播放一句，宝宝跟着背同一句，并做出相应的动作。妈妈对宝宝说：“宝宝，现在我们试着跟着念这首诗，听一句，跟着念一句，还要做动作哦。”如果宝宝念不出来，妈妈可以多重复几遍，让宝宝跟读。
- ⑤ 等宝宝一句一句背完后，妈妈可尝试着让宝宝自己将这首诗完整地背出来。如果宝宝还不熟练，妈妈可在旁边给宝宝一些提示。

提示：妈妈要对宝宝背诗和做动作的尝试给予表扬和鼓励，如果宝宝不愿意背，妈妈尽量用语言和动作吸引宝宝，但不要强迫宝宝。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，教宝宝背唐诗《悯农》。

## 3. 宝宝能够熟悉上述唐诗之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 当宝宝不愿意吃饭或剩饭时，妈妈可以跟宝宝背《悯农》，让他知道应该珍惜粮食，不能浪费粮食。
- ② 妈妈可以用同样的办法教宝宝背诵其他简单的唐诗。

## 悯农

锄禾日当午，(做出用双手拿着锄头锄地的姿势)  
汗滴禾下土。(五个手指捏在一起，从额头缓慢向下移，  
做出汗珠留下来的动作)

谁知盘中餐，(双手张开，比出一个圆形)  
粒粒皆辛苦。(食指与拇指捏在一起，不停移动，表示米粒)

35  
月龄

## B2. 运动能力单元

### 练习走平衡木



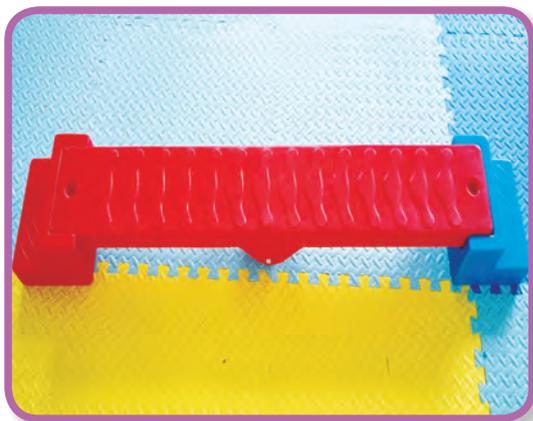
#### 活动材料

平衡木



#### 活动目标

锻炼宝宝的平衡能力，锻炼宝宝的胆量，帮宝宝克服恐惧。



### 活动方法

#### 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝练习“走平衡木”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈将平衡木放在地上，告诉宝宝：“我们今天来练习走平衡木。”妈妈先给宝宝示范，双脚交替着从平衡木上走一遍。
- ② 妈妈走完后，鼓励宝宝像妈妈一样双脚交替走平衡木。如果宝宝一开始不敢走平衡木，妈妈要鼓励宝宝，说：“宝宝没事的，宝宝最勇敢。”
- ③ 当宝宝试图踏在平衡木上时，妈妈夸奖宝宝：“真勇敢！”然后鼓励宝宝双脚踏上平衡木，并向前走。如果宝宝不敢踏上平衡木，妈妈可以让其他小朋友过来和宝宝一起玩。

提示：

- 宝宝有进步或以任何方式完成走平衡木时，

妈妈要予以表扬和鼓励。

- 开始时，妈妈不必要求宝宝一定要双脚交替向前走，等宝宝克服恐惧，并熟练走完平衡木时，再要求宝宝双脚交替走。
- 宝宝要在妈妈的监护下走平衡木，妈妈要注意宝宝的安全。

#### 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝练习“走平衡木”游戏。

#### 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可以进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝与其他小朋友比赛谁走平衡木更快、更稳。
- ② 平时生活中遇到类似平衡木的玩具时，妈妈多鼓励宝宝玩。

## 走 迷 宫



## 活动材料

迷宫玩具



## 活动目标

锻炼宝宝的观察力、初步的逻辑思维能力 and 动手操作能力。



## 活动方法

### 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“走迷宫”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈拿出带有迷宫图案的玩具，先让宝宝熟悉玩具。妈妈对宝宝说：“宝宝看，这是什么呀，里面都有什么呢？看，里面有很多小球，小球是可以笔带着走的。”妈妈给宝宝示范如何用笔吸住小球滚动。
- ② 妈妈向宝宝介绍迷宫里的人和物。妈妈对宝宝说：“宝宝看，里面还有什么？这里还有大房子、穿裙子的公主、白胡子爷爷、小兔子、小朋友，还有很多弯弯曲曲的小路。”
- ③ 妈妈鼓励宝宝自己先用笔练习滚动小球。
- ④ 宝宝熟悉玩具以后，妈妈让宝宝正式开始走迷宫。妈妈鼓励宝宝把红色的小球移动到公主那里，绿色的小球移动到老爷爷那里。妈妈对宝宝说：“宝宝，我们把这些小球运到不同的地方吧。我们把红色的小球放到公主这里，绿色的小球放到老爷爷这里。”
- ⑤ 妈妈鼓励宝宝把其他颜色的小球移动到不同

的地方。

提示：

- 在宝宝移动小球的过程中，如果宝宝有困难，妈妈可以握着宝宝的手一起滚动小球。如果宝宝顺利将小球移到目的地，妈妈要给予鼓励。
- 在游戏的过程中，妈妈要不断鼓励宝宝自己走迷宫。妈妈也可以问一些关于老爷爷、小兔子等迷宫里人和物的问题，增强与宝宝的互动。

### 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“走迷宫”游戏。

### 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以给宝宝设定更多的情景，如把小兔子的小球移动到公主那里去等。
- ② 妈妈可以让宝宝自己设定情景，把哪种颜色的球移到哪里去，并完成自己的设定。

## 理解别人的情绪



## 活动材料

《小红帽与大灰狼》故事录音



## 活动目标

锻炼宝宝理解他人情绪的能力，引导宝宝掌握与他人融洽相处的方法。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“理解别人的情绪”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈对宝宝说：“宝宝，今天我们来听一个《小红帽与大灰狼》的故事吧。”妈妈和宝宝一起听《小红帽与大灰狼》的故事录音，可以适当地做一些动作和表情，如大灰狼要吃掉小红帽时，大灰狼张牙舞爪的样子和小红帽害怕地缩成一团的样子等。
- ② 听完录音后，妈妈再给宝宝讲一遍故事，讲的时候要注意使用夸张的语调和表情，增加宝宝听故事的兴趣。
- ③ 妈妈一边讲，一边问宝宝不同场景中小红帽或大灰狼的心情是怎样的，如“小红帽拿着蛋糕去看外婆的时候，是什么样的心情？（高兴）”“小红帽看到大灰狼装扮的外婆时，是什么心情？（惊讶）”“当大灰狼要吃掉小红帽时，小红帽是什么样的心情？（害怕）”等。
- ④ 如果宝宝回答不上来，妈妈可以提示宝宝说：“宝宝，小红帽的外婆非常喜欢小红帽，小红帽也很喜欢她的外婆，那她去看外婆的时候，她会是什么心情呢？”如果宝宝还是不会回

答的话，妈妈可以给宝宝几个选项让宝宝选：“这个时候小红帽是开心，还是难过呢？”如果宝宝说不出来，妈妈可用平时生活中的例子来引导宝宝回答，如“妈妈要回来了，你高不高兴啊？”“夜里你害怕吗？”等。

- ⑤ 如果宝宝回答出来，妈妈要表扬宝宝，如“宝宝说得真好，小红帽的确感到很开心”等。

## 提示：

- 妈妈讲故事的时候，要尽量用夸张的语调和表情，吸引宝宝的注意，并给宝宝回答问题的提示。如果宝宝注意力难以长时间集中，妈妈可以先讲完故事的一半，等宝宝愿意听的时候，再讲故事的另一半。
- 妈妈提问后，要留足够的时间给宝宝思考和回答。如果宝宝回答不出，妈妈要给出一些提示并耐心引导，也可以先自己说出前两个问题的答案，然后鼓励宝宝回答之后的问题。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“理解别人的情绪”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可以进行以下拓展活动。

- ① 当宝宝可以说出小红帽与大灰狼在不同场合中的心情后，妈妈可以再问宝宝外婆和猎人的各种心情。
- ② 妈妈给宝宝讲其他童话故事时，也可以让宝宝说出自己对故事中人物心情的理解。
- ③ 在日常生活中，如宝宝犯错的时候，妈妈询问宝宝知不知道妈妈的心情，来让宝宝认识到自己的错误，从而改正错误，如“宝宝，你这样做，妈妈会觉得高兴吗？”等。

## 我来选衣服



## 活动材料

换装娃娃(含多套衣服、包包和鞋子)



## 活动目标

丰富宝宝的词汇量,锻炼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“我来选衣服”游戏,步骤如下。

- ① 妈妈给宝宝准备玩“我来选衣服”游戏的材料:将娃娃和衣服等依次整齐地放到爬行垫上。
- ② 妈妈和宝宝一起玩游戏。妈妈对宝宝说:“宝宝,现在我们来玩选衣服的游戏,你从这里面选出你最喜欢的衣服给娃娃穿,好不好?”
- ③ 妈妈指着一件衣服问宝宝:“这是什么衣服?”如果宝宝不能回答,妈妈告诉宝宝答案,如“这是裤子”等。
- ④ 妈妈问宝宝衣服上的颜色,如果宝宝不能回答,妈妈告诉宝宝答案,如“这是蓝色的”等。
- ⑤ 妈妈问宝宝关于衣服的问题,如“你最喜欢哪一件?为什么喜欢呢?”或者“哪一件是小男孩穿的?哪一件是小女孩穿的?”等。在游戏中,妈妈要多问宝宝开放性问题,如“这

条裙子是什么颜色?为什么女孩子喜欢这个颜色?”等。

提示:在游戏的过程中,妈妈要多鼓励宝宝自己做出选择。妈妈不要用“不行”“不可以”等词否定宝宝的选择。如果认为宝宝选得不对,妈妈要通过提问题的方式让宝宝做出其他的选择。

## 2. 妈妈参照演示的步骤,跟宝宝玩“我来选衣服”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后,妈妈可以进行以下拓展活动。

- ① 在日常生活中,妈妈可以多让宝宝自己选择衣服,并告诉宝宝衣服的搭配等。
- ② 在日常生活中,妈妈可以鼓励宝宝自己做决定,对于宝宝正确的决定,妈妈要配合宝宝做出行动。

## 小球飞镖



## 活动材料

一套小球飞镖玩具



## 活动目标

让宝宝锻炼投掷动作以及手眼协调能力。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“小球飞镖”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈在离墙 1 米的地方画一条线，然后向宝宝介绍游戏的玩法。妈妈拿着飞盘和小球对宝宝说：“宝宝看，这是小球，这个是飞盘，我们今天来玩把小球扔到飞盘上的游戏吧。妈妈先把这个飞盘挂起来，宝宝站到那条线上扔小球。”
- ② 妈妈和宝宝一起把飞盘贴在墙上，飞盘的高度要与宝宝身高相仿。宝宝站在线上，妈妈把小球递给宝宝，并且告诉宝宝：“宝宝，现在试着把小球扔到飞盘上。”妈妈可以先给宝宝做示范，再鼓励宝宝往飞盘上扔球。
- ③ 如果宝宝扔球有困难，妈妈可以让宝宝站在离飞盘近一点的地方扔球。

提示：

- 在游戏的过程中，妈妈要鼓励宝宝，如“宝

宝，你真厉害，我们再试试把其他小球也扔到飞盘上去”等。

- 在游戏时，妈妈要在旁边帮助宝宝捡球，避免球滚到其他地方，找不到球。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“小球飞镖”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以逐渐增加宝宝与飞盘之间的距离，加大扔球的难度。
- ② 妈妈可以让宝宝往飞盘上不同的颜色或数字上面扔球。
- ③ 妈妈可以和宝宝比赛扔球，增加宝宝的兴趣。

## 叶子印痕



## 活动材料

描图纸，苹果、梨或桃树的树叶，蜡笔，相应水果图片



## 活动目标

丰富宝宝对大自然的感知，锻炼宝宝的观察能力与动手能力。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“叶子印痕”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈向宝宝展示要用到的树叶，逐个告诉宝宝：“这是……树的叶子。”然后让宝宝自己玩一会儿这些叶子，但不要把叶子撕碎。妈妈对宝宝说：“宝宝，你自己来看看这些叶子吧，不过不要撕它们哦。”
- ② 妈妈向宝宝示范如何在纸上涂画叶子的形状和纹理。妈妈先将描图纸放在叶子上，用蜡笔在纸上涂出叶子，让宝宝注意观察纸上的变化，说：“宝宝快看，纸上面出现什么了？”妈妈涂叶痕的时候动作一定要慢，要轻一点，幅度要小一点，尽量在有叶子的区域涂画。
- ③ 妈妈给宝宝展示涂好的叶子，让宝宝观察真正的叶子和涂出来的叶子的区别。妈妈对宝宝说：“宝宝，你看妈妈涂得好看吗？你看看这两个一样吗？”

- ④ 妈妈鼓励宝宝挑选自己喜欢的叶子涂在纸上：“宝宝，你来选一个漂亮的叶子，自己用蜡笔把它涂在纸上。”妈妈帮助宝宝把选好的叶子放在纸下面，把蜡笔给宝宝，鼓励宝宝自己涂树叶。如果宝宝找不到有叶子的区域，妈妈可以给宝宝指出来，告诉宝宝：“叶子在这儿呢，在这儿涂色就能画出漂亮的叶子了。”
- ⑤ 当宝宝可以独立完成时，妈妈要大声表扬宝宝：“宝宝涂得真好！”当宝宝难以独立完成时，妈妈可以握着宝宝的手一起涂，边涂边讲解：“我们来把纸下面的叶子涂到纸上，你看，叶子的形状出来了。”
- ⑥ 妈妈和宝宝一起把涂好的叶子剪下来贴到本子上，再把叶子对应的果实图片贴到叶子旁边，再用笔写上水果的名字、成熟的时间等，签好宝宝跟妈妈的名字以及制作时间等。

## 提示：

- 妈妈鼓励宝宝涂叶痕的时候要有耐心，多鼓励和表扬宝宝。
- 树叶与果实的图片可以根据实际情况作调整。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“叶子印痕”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈可以让宝宝涂不同的叶子，并教宝宝认识不同的树叶。
- ② 妈妈鼓励宝宝用笔描出叶子和它们的果实。

## 石头、剪刀、布



## 活动材料

儿童保龄球  
套装



## 活动目标

锻炼宝宝理解规则的能力，初步建立输赢的概念。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“石头、剪刀、布”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈跟宝宝说：“宝宝，我们来玩个游戏，谁赢了就可以打一次保龄球，谁输了就负责把瓶子扶起来。”
- ② 妈妈先依次摆出“石头、剪刀、布”的手势给宝宝看，让宝宝观察这些手势有什么特点，说：“宝宝，你看这个手势像什么呀？”让宝宝尽量形容。如果宝宝形容有困难，妈妈可以适当提示。妈妈让宝宝跟自己一起做“石头”“剪刀”“布”的手势。如果宝宝没办法做出正确的手势，妈妈可以握着宝宝的手帮他摆。
- ③ 妈妈对宝宝讲解游戏规则，妈妈说：“宝宝，咱们现在用刚才的石头、剪刀和布做游戏吧。我说‘石头、剪刀、布’，说到‘布’的时候，咱们就要用一只手摆出石头或者剪刀或者布。不过石头一碰到剪刀，剪刀就被砸坏了，所以石头就赢了；布一碰到剪刀，就被剪坏了，所以剪刀就赢了；石头一碰到布，就被布包住了，所以布就赢了。咱们现在开始吧。”

妈妈一边讲规则，一边做出相应的手势。

- ④ 妈妈开始和宝宝一起玩，嘴里喊“石头、剪刀、布”，当说到“布”时，妈妈跟宝宝同时出手势。如果宝宝没有出，妈妈要提醒宝宝出手势。如果宝宝不明白该怎么玩“石头、剪刀、布”，妈妈可以用两只手做个示范。出手势后，妈妈要告诉宝宝结果，如：“妈妈的剪刀被宝宝的石头砸坏了，所以宝宝赢了，赢了的人可以有一次打保龄球的机会，你来玩保龄球吧”。妈妈把瓶子摆好，给宝宝示范打保龄球。然后再次把瓶子扶好，让宝宝玩一次。如果宝宝输了，妈妈就玩一次保龄球，让宝宝把倒了的瓶子扶起来。
- ⑤ 玩了一次保龄球后，妈妈说：“宝宝，咱们再来玩一次‘石头、剪刀、布’，谁赢了才能再玩一次保龄球。”然后和宝宝玩石头、剪刀、布，根据输赢玩保龄球，并重复这样的游戏过程。

## 提示：

- 一开始游戏的时候，妈妈节奏要慢一些，等宝宝比较熟悉规则后，再加快速度。
- 如果宝宝不能理解游戏方法或者无法做出正确的手势，妈妈不要着急，要多跟宝宝玩。宝宝喜欢玩，妈妈就陪宝宝一起玩，让宝宝体验游戏的快乐。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“石头、剪刀、布”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 可以一家三口一起玩这个游戏。
- ② 在日常生活中，妈妈也可以多运用“石头、剪刀、布”，如当宝宝不愿意吃蔬菜的时候，可以通过“石头、剪刀、布”决定吃一口蔬菜还是吃两口蔬菜，帮助宝宝形成良好的生活习惯。

## 图画书《小火车头做到了》



## 活动材料

图画书《小火车头做到了》



## 活动目标

丰富宝宝的词汇量，教宝宝学习使用假设关系复句，提高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《小火车头做到了》，步骤如下。

- ① 妈妈跟宝宝一起并排坐在爬行垫上，妈妈拿出图画书《小火车头做到了》，对宝宝说：“宝宝，今天妈妈给你讲一个《小火车头做到了》的故事，在故事中我们要学习‘如果……就……’的句子。”
- ② 妈妈翻开第一页，指着图画上的小火车对宝宝说：“宝宝看，小火车。‘哐啷——哐啷——轰隆——轰隆——鸣——’小火车轰隆隆地走在铁轨上。她是一列开心的小火车，因为她满载着快乐，所有车厢里都装满了小孩子们喜欢的东西。”
- ③ 妈妈翻开第二页，一边指着图画一边给宝宝读道：“有的车厢里装的是动物玩偶——脖子很长的长颈鹿和几乎看不到脖子的泰迪熊，还有一只可爱的象宝宝；有的车厢则装载着各种各样的洋娃娃——蓝眼睛、金色卷发的

洋娃娃，褐色眼睛、短头发的洋娃娃，以及世界上最滑稽的玩具小丑……”

- ④ “这列小火车正要把这些好东西送去给山那边的小朋友。她喷着烟，欢快地前进着。突然，她停住了，完全没有办法再向前走一步。她试了又试，轮子就是不转。如果山那边的小朋友没有玩具玩儿，也没有好东西吃，那该怎么办呢？”妈妈这时停下来，再问宝宝一遍：“宝宝，如果小火车走不了了，山那边的小朋友还有没有玩具玩，有没有好东西吃呢？”无论宝宝是否回答，妈妈都重复一遍：“如果小火车走不了了，就不能给山那边的小朋友送玩具和好吃的东西了。如果山那边的小朋友没有玩具玩，也没有好东西吃，那该怎么办呢？”
  - ⑤ 妈妈继续给宝宝读完这个故事。妈妈在读故事时语速要慢，声音要大，吐字要清晰。妈妈要多给宝宝重复“如果……就……”的句子，妈妈要鼓励宝宝多说话。
2. 妈妈参照演示的步骤，给宝宝读图画书《小火车头做到了》。
3. 宝宝能够熟练地进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。
- ① 妈妈在日常生活中可以多教宝宝用“如果……就……”的句式造句子。
  - ② 在宝宝能够熟练使用“如果……就……”的句式之后，妈妈可以让宝宝尝试使用其他关系复句，如“因为……所以……”“只有……才……”等，如“因为外面下雨了，所以我们只能待在家里玩”“只有好好吃饭，才能长高”等。

## 折纸飞机



## 活动材料

彩纸、折纸飞机示意图



## 活动目标

锻炼宝宝折、摁的精细动作。



## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“折纸飞机”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈让宝宝跟自己玩“折纸飞机”游戏。妈妈按照折纸上的标号，先把1号纸拿出来对宝宝说：“宝宝喜欢飞机吗？我们今天就来玩折纸飞机的游戏。我们来按照纸上的折叠顺序来折纸飞机。妈妈先折一遍，然后宝宝跟妈妈一起折。”
- ② 妈妈给宝宝演示如何折纸飞机，边演示边对宝宝说：“看，我们慢慢地把纸对折起来，手用力摁一摁，然后我们把纸再反过来……”妈妈说话速度要慢，动作要细致，一步一步来。妈妈折好一个飞机后，说：“现在宝宝跟着妈妈一起折吧。”
- ③ 妈妈把纸飞机拆开，同时给宝宝一张1号飞机纸，妈妈折一步宝宝折一步。妈妈要等宝

宝折好后再进行下一步。如果宝宝不会折纸飞机，妈妈应该用简单的言语和动作（握住宝宝的手）告诉宝宝怎么折纸飞机。

- ④ 妈妈和宝宝一起折好两个纸飞机后，妈妈手拿纸飞机，教宝宝如何展开手臂将纸飞机飞入空中。妈妈对宝宝说：“咱们现在让飞机飞起来吧，你看妈妈怎么做。”妈妈给宝宝示范飞纸飞机，然后妈妈对宝宝说：“宝宝来，捏好纸飞机的这里，然后将手举过头顶，轻轻向前甩一下。”
- ⑤ 妈妈鼓励宝宝飞纸飞机玩。然后妈妈可以和宝宝比赛，看谁的纸飞机飞得远。

提示：如果宝宝学不会折纸飞机，妈妈不用着急，只要宝宝通过这个游戏练习了折纸的动作，能在妈妈的帮助下折好纸飞机，就可以了。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“折纸飞机”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 妈妈和宝宝可以拿更复杂的2号、3号纸按照上面的方法继续练习折纸飞机。妈妈要鼓励宝宝多尝试几次。
- ② 妈妈可以给宝宝白纸让宝宝练习折纸飞机。
- ③ 妈妈可以让宝宝给纸飞机涂颜色，增加宝宝的兴趣。

## 混合颜色



## 活动材料

红、蓝、黄等颜色的超轻黏土



## 活动目标

让宝宝体验不同颜色之间的融合与变化，锻炼宝宝的动手能力与想象力。



## 活动方法

**1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“混合颜色”游戏，步骤如下。**

- ① 妈妈邀请宝宝一起玩“颜色融合”游戏，说：“宝宝，今天妈妈来给你变个小魔术，你要认真看哦。”
- ② 妈妈把红色、蓝色、黄色、绿色等一些简单颜色的超轻黏土拿出来，跟宝宝说：“宝宝，这是彩色泥巴，你看有很多颜色哦。”妈妈拿红色的黏土问宝宝：“宝宝，这是什么颜色？”宝宝回答后再问宝宝另外几种颜色。
- ③ 宝宝认识后，妈妈把红色和黄色的黏土混合捏起来，形成橙色的黏土。妈妈问：“宝宝看，妈妈把红色和黄色两种颜色混合一块儿，你看它变成什么颜色了？”如果宝宝回答出来要夸奖宝宝，如“宝宝真棒，对，这是橙色的”。如果宝宝认不出来，妈妈可跟宝宝说：“这是橙色的。”

- ④ 妈妈再把红色和蓝色的黏土混合捏起来，形成紫色的黏土。妈妈问：“宝宝看，妈妈将红色和蓝色的混合，捏出来的是什么颜色？”妈妈引导宝宝回答。
- ⑤ 宝宝回答后，妈妈再将其他颜色的黏土混合捏起来，让宝宝认识新产生的颜色。

提示：妈妈在和宝宝玩的过程中，注意不要让宝宝把黏土放进嘴里。妈妈也可以跟宝宝一起把黏土捏成好玩的形状。

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

- ① 妈妈可以让宝宝自己尝试混合一些颜色。
- ② 妈妈可以说一些颜色让宝宝试着混合出来。

## 开饭馆



## 活动材料

玩具厨房



## 活动目标

鼓励宝宝使用礼貌用语，锻炼人际交往能力。

## 活动方法

## 1. 养育师演示：妈妈如何跟宝宝玩“开饭馆”游戏，步骤如下。

- ① 妈妈准备好盘子、碗筷和几元钱，跟宝宝说：“宝宝，咱们来玩开饭馆的游戏吧，我先演饭馆的服务员，你演来饭馆吃饭的客人。”
- ② 妈妈让宝宝拿着钱坐在桌子前，妈妈扮演服务员，问宝宝：“您好，请问您想吃什么？”让宝宝说出自己想吃的东西。如果宝宝说不出想吃的东西，妈妈可以提示宝宝，如“你想吃面条吗？”等。
- ③ 妈妈把假装盛有面条的盘子和碗筷依次端到宝宝面前的桌子上，并说：“请慢用。”宝宝吃完后，妈妈跟宝宝说：“您吃的满意吗？一共……钱，请您付钱。”如果宝宝不懂，就跟宝宝说：“客人吃完饭要把钱给服务员。妈

妈现在是服务员，宝宝你是客人，你在饭馆吃完饭就要把钱给我。”宝宝付钱后，妈妈跟宝宝说：“请慢走，欢迎下次再来！”并跟宝宝解释：“这是客人吃完要走的时候，服务员要说的礼貌用语。”然后妈妈把盘子和碗筷端走，并拿抹布把桌子擦干净。

- ④ 妈妈可以跟宝宝多玩几次，然后互换角色。妈妈对宝宝说：“宝宝，这次你来演服务员，我来演客人。”妈妈坐在桌子前，等宝宝来招待自己。如果宝宝忘记下一步干什么或者漏掉了一些事情，妈妈要耐心地引导宝宝，如宝宝忘记收钱，妈妈就问宝宝：“宝宝，是不是忘记做什么事情了呢？”如果宝宝没想起来，就跟宝宝说：“宝宝还没有让妈妈付钱呢，宝宝跟妈妈说：‘请稍等，一共……钱。’”
- ⑤ 宝宝做完服务员的事情后，妈妈要表扬宝宝：“宝宝的服务员当得真好，很热情，非常有礼貌！”

提示：妈妈教宝宝时要耐心，如果宝宝不愿意配合，不要强迫，试着引导宝宝配合。

## 2. 妈妈参照演示的步骤，跟宝宝玩“开饭馆”游戏。

## 3. 宝宝能够熟练进行上述游戏之后，妈妈可进行以下拓展活动。

- ① 在平时生活中，妈妈带宝宝去饭馆的时候，可以鼓励宝宝跟服务员互动。
- ② 平时带宝宝去商店买东西的时候，妈妈可以把钱给宝宝，让宝宝自己付钱。

## 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(25~36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。

25~36  
月龄

### 发展标志

- 乳牙出齐 20 颗
- 会骑三轮车,能两脚并跳,能爬攀登架,能独自绕过障碍物(如门槛)
- 能用手指捏细小的物体,能解开和扣上衣服上的大纽扣,会折纸,洗手会擦干
- 能走较宽的平衡木
- 能自己上下楼梯
- 会拧开或拧紧盖子
- 能握住大的蜡笔在大纸上涂鸦
- 喜欢倒东西和装东西的活动,如玩沙、玩水

### 发展警示

- ★ 不能自如地走,经常会摔倒
- ★ 不能在成人帮助下爬台阶
- ★ 不能提问题
- ★ 不能指着熟悉的物品并说出它的名称

(续表)

### 发展标志

- 开始有目的地运用东西,如把一块积木当做一艘船到处推
- 能把物体进行简单的分类,如把衣服和鞋子分开
- 熟悉主要交通工具及常见动物
- 说出图画书上东西的名称
- 喜欢有人给他念书,能一页一页地翻书,并假装“读书”
- 能说出 6~10 个词的句子,能比较准确地使用“你”“我”“他”
- 脾气不稳定,没有耐心,很难等待或者轮流做事
- 喜欢“帮忙”做家务,爱模仿生活中的活动(如喂玩具娃娃吃饭)
- 喜欢和别的孩子一起玩,相互模仿言行

### 发展警示

- ★ 不能说 2~3 个字的句子
- ★ 不能根据一个特征把熟悉的物品分类,如把吃的东西和玩具分开
- ★ 不喜欢和小朋友玩