## 表情变变变：逗笑一刻

**发展领域：社会行为 月龄：1—3个月**

从宝宝出生的第一天起，老师就可以逗宝宝笑。一开始可能宝宝不会有反应，但渐渐地宝宝就会对大人的逗笑报以回应，这是宝宝学习的第一个条件反射。逗笑不仅有利于宝宝的智力发育，还能让大人了解宝宝的情绪。

**游戏目的**

越早学会笑的宝宝越聪明，逗引宝宝微笑能够很好地促进宝宝的条件反射。

**游戏准备**

在宝宝清醒的状态下，抱着宝宝或让宝宝躺在床上进行。

**游戏步骤**

1．在宝宝情绪好、精神好的时候，与他面对面对视，距离保持在20厘米左右，这是宝宝最好的视力范围了。

2．当和宝宝的目光碰在一起时，便进入正式的交流阶段，老师可以做出如张嘴、伸舌头、鼓腮、微笑或摇头等表情，以此逗引宝宝。

3．当宝宝被逗笑时，老师要做出相应的微笑，与宝宝互动。

**安全提示**

如果宝宝状态不好，就不要进行逗引。尤其要注意，时间保持在3～5分钟为佳，切记不可长时间逗引宝宝。另外，由于宝宝的颈部还很脆弱，因此，2个月以内的宝宝最好横抱在臂弯里；2个月以上的宝宝可以试着竖抱，但要注意一手托着宝宝的颈部，一手托着宝宝的臀部。

## 看这里，看那里：宝宝的追视游戏

**发展领域：社会行为 适应能力 月龄：1—3个月**

宝宝出生一段时间后，眼睛慢慢地睁开，就会不断地四处乱看，喜欢追视眼前的物品。老师可以利用一些小游戏来锻炼宝宝的眼力以及宝宝对事物的辨识能力，通过这样的刺激，对宝宝各方面的发展都很有好处。

**游戏目的**

通过让宝宝追视玩具，检查宝宝的视力情况，促进宝宝的视力发育以及颈部的活动。

**游戏准备**

颜色鲜艳的玩具，可以是气球，也可以是毛绒娃娃。

**游戏步骤**

1．让宝宝舒服地躺在小床上，在距宝宝眼睛20～30厘米处，拿着颜色鲜艳的玩具边摇边缓慢移动，让宝宝的视线随玩具移动。

2．由远及近或由近及远地移动玩具，观察宝宝的反应。

3．和宝宝面对面，待宝宝看清你的脸后，边叫宝宝的名字，边移动你的脸，宝宝的视线会随着你的脸和声音移动。

**安全提示**

追视游戏一天可反复做3～4次，每次时间不宜过长，保持在3～5分钟为佳。玩具必须拿稳，不要掉下来砸到宝宝，而且移动玩具的速度不能过快，否则，有可能会引起宝宝的视觉疲劳。

## 黑了、亮了：光亮反应能力训练

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

宝宝的视觉并不是生来就很敏锐的，而是需要科学地训练培养。刚出生的宝宝视觉很差，只对光线的“明”与“暗”有感觉。对明暗的反应是宝宝视觉发育的开端，通过视觉游戏加以训练，能让宝宝看得更远、更清晰。

**游戏目的**

锻炼宝宝对光线的反应能力。

**游戏准备**

将宝宝放在儿童床上，推到窗边，老师坐在一旁。

**游戏步骤**

1．让宝宝半躺在儿童床上，然后把卧室窗帘拉起来，让光线变暗，观察宝宝的反应。

2．过一会儿，再把窗帘拉开，观察宝宝重新看见光亮后的反应。连续做5次，时间控制在10分钟左右。

**安全提示**

游戏最好在安静的情况下进行，要注意光线不能太暗，否则容易吓到宝宝。

## 小手哪里去了：提高宝宝的自我认知

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

宝宝最早的游戏就是玩手，而手的动作的变化，代表着宝宝智力的增长。因此，不要简单地认为，玩手只是宝宝自己取乐的一种方式而已，更不要阻止宝宝的这种行为。训练宝宝手的技能，对于开发宝宝的智力十分重要。

**游戏目的**

帮助宝宝认识自己的手和身体的关系，提高宝宝对自我的认知。

**游戏准备**

一块淡色的布。

**游戏步骤**

1．在宝宝刚睡醒的时候，或是宝宝举起双手玩的时候，拿出一块淡色的布盖住宝宝的手，然后用好奇的声音问宝宝：“手呢？宝宝的手呢？

2．当宝宝表现出诧异时，再把布拿开，让宝宝看到自己的手。

**安全提示**

游戏反复进行2～3次为佳，次数过多会让宝宝厌烦。玩游戏的时候，一定要选淡色的布，否则，宝宝的注意力就会被颜色鲜艳的布吸引，不再关注“小手不见了”。

## 拨浪鼓，咚咚响：宝宝听见了吗

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

良好的生活环境、教养条件是促进宝宝智能发育的重要因素。即便是智能一般的宝宝，只要接受良好的教育，也可以充分发掘出潜在的能力。这个阶段，宝宝的听觉比视觉先发展，对宝宝进行较早的听觉训练，更有利于宝宝智能的发展。

**游戏目的**

锻炼宝宝手指及手腕的活动能力和肌肉强度，帮助宝宝感受声音节奏。

**游戏准备**

一个拨浪鼓。

**游戏步骤**

1．在宝宝面前拿起拨浪鼓，轻轻摇晃几下，发出“咚咚”的声响，吸引宝宝注意。

2．拿起宝宝的小手，让他握住拨浪鼓，当宝宝摇晃时，老师可以在一边唱儿歌：“拨浪鼓，咚咚响，宝宝敲，宝宝笑。”

**安全提示**

宝宝的耳膜非常脆弱，摇动拨浪鼓时，幅度和力度都不要太大，以防伤害宝宝的听力。

## 踢球球：宝宝的蹬腿游戏

**发展领域：大运动 月龄：1—3个月**

0～1岁是宝宝的运动发育敏感期，此时腿部肌肉、骨骼会得到良好的发展。皮球游戏在宝宝的成长过程中是非常重要的一项内容，无论是踢球还是拍球，对宝宝运动能力的提高和左右脑的发育都起着重要的作用。

活动目的

活动宝宝腿部，锻炼宝宝的腿部力量和灵活性。

活动准备

若干彩色的皮球。

**游戏步骤**

1．将支架支在儿童床两边的床沿，把彩色皮球挂在绳子上，高度以宝宝抬起腿能够碰到为宜。

2．轻轻抓住并抬起宝宝的小腿，让他踢一下彩色皮球，并对宝宝说：“小宝宝，踢球球，球球撞到脚丫上。”

3．让宝宝左右脚轮流踢，也可以抓住宝宝的双脚同时踢。

**安全提示**

选择的彩球不宜过大，而且质地要柔软，以单一鲜艳的颜色为好。注意不要让宝宝踢到儿童床的床沿。

## 转圈圈真好玩：妈妈宝宝转起来

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

对于3个月以内的宝宝来说，凡是可以听一听、看一看、摸一摸的互动，都是好玩的体验。这个时候，也是老师逗宝宝玩的好时机。抱着宝宝转圈圈就是很好的一个游戏，有利于增进亲子关系。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡感和方向感，发展宝宝的手眼配合能力。

**游戏准备**

在宝宝处于清醒状态时，在家中进行。

**游戏步骤**

1．在客厅空旷的地方，抱着宝宝向不同的方向旋转，可以让宝宝背部朝向你，也可以让宝宝面部朝向你。

2．在转圈的同时，老师可以哼唱一些儿歌，如《小燕子》《丢手绢》等。

**安全提示**

抱着宝宝时，要注意用手托住宝宝的头部，旋转的速度不宜过快，次数也不宜过多，每旋转一次停顿片刻。

## 欢乐吊床：一起来“荡秋千”

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

对于婴儿来说，没有什么比在母亲的子宫里被温暖的羊水包围着更舒适的了。如何能够让宝宝再一次体验这样的感觉呢？老师可以通过简单的婴儿吊床来营造那种舒适的感觉，相信这种摇摆的感觉会让宝宝喜欢上这个游戏。

**游戏目的**

对宝宝可以产生很好的安抚作用，让他感受到平衡感和信任感。

**游戏准备**

一条薄薄的毛毯。

**游戏步骤**

1．把毛毯对折，然后将宝宝放在毛毯上，老师分别跪在毛毯的两边。

2．老师双手各抓住毛毯的一个角，轻轻地抬起，配合着将宝宝左右摇摆，或是上下移动。

**安全提示**

摇摆的力度要适中，速度要缓慢，而且老师牵拉毛毯的力度要恰到好处，这样宝宝才能躺得舒服。不过，一定要抓紧毛毯，以防意外。

## 摇滚游戏：小皮球上找平衡

**发展领域：大运动 月龄：1—3个月**

一般来说，这个阶段的宝宝还只能仰躺，所以很不喜欢趴着。但如果让宝宝趴在一个柔软的物体上，比如毛绒娃娃、软软的皮球上，宝宝则会很开心。老师可以充分利用这个游戏，让宝宝在小皮球上找找平衡感。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡感，有利于增强宝宝四肢的力量。

**游戏准备**

一个柔软的小皮球。

**游戏步骤**

1．老师双膝跪在床上，将宝宝面朝下放在一个柔软的皮球上。

2．扶稳宝宝，然后慢慢地前后或左右摇动宝宝的身体。一边和宝宝做游戏，一边对着宝宝说话或者唱儿歌，让宝宝更愉快地玩耍。

**安全提示**

如果是新生儿，玩游戏时一定要用手托住宝宝的头部，如果宝宝累了，就要及时停下来，并且皮球也不能太硬。

## 黑白卡：宝宝的认知游戏

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

3个月以内的宝宝的视力范围非常有限，而且在颜色上，只能够清楚地辨别黑色和白色。出生3个月后，才对彩色有辨别能力。所以，这个阶段是让宝宝学习黑白卡的最佳时间。

**游戏目的**

以强烈的黑白对比吸引宝宝的注意力，让宝宝辨识其色彩及轮廓。

**游戏准备**

若干张黑、白卡。

**游戏步骤**

1．在宝宝清醒的时候，将他放在儿童床里。

2．把黑白卡纸拿到宝宝面前让他看，每张卡片停留3～5秒，然后换下一张。

**安全提示**

购买黑白卡一定要到正规书店并选择环保油墨印刷的。

必须在宝宝心情愉快的情况下进行，而且要在宝宝还未厌烦之前停止，以让宝宝对图片保持新鲜感。开始阶段，每天让宝宝看同一张黑白卡，不宜频繁更换种类，因为宝宝记忆有限。每次训练不超过30秒，卡片的距离最好保持在20～30厘米。

## 八音盒，真奇妙：听一听，谁在唱歌

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

八音盒是一种非常古老的发声乐器，其悠扬的乐声，经常勾起人们对美好往事的回忆。由于其声音安静甜美，所以非常适合宝宝聆听。既可以让宝宝安静下来，又有助于刺激宝宝的听觉。

**游戏目的**

锻炼宝宝头部活动能力以及注意力。

**游戏准备**

一个八音盒。

**游戏步骤**

1．让宝宝舒适地仰卧在儿童床上，拿起八音盒，告诉宝宝：“这是八音盒，它会唱歌。”

2．在宝宝身体一侧打开八音盒，对宝宝说：“听一听，是谁在唱歌？”吸引宝宝转头。

3．关上八音盒，告诉宝宝：“老师把它关上了，声音不见了。”再打开，引起宝宝的惊奇。反复两三次，让宝宝注意到八音盒的声音与开关之间的关系。

**安全提示**

八音盒放置的位置离宝宝的耳朵距离要适当，并且为宝宝选择的八音盒最好有一些旋转或者色彩的变化，这样更能吸引宝宝的注意力。

一般来说，宝宝的各项生长发育都有其关键期，在这段时间，宝宝学习东西又快又省力，而且记忆时间长。即便如此，老师也不要认为错过了关键期，宝宝就什么也学不会了。其实，只要老师一如既往地进行早教，宝宝依然会发展得很好。

## 有趣的门铃：找呀，找声音

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

声音是最能吸引宝宝注意力的方式之一，宝宝往往对声音很专注。老师除了买一些声响玩具，如拨浪鼓、按响玩具之外，还可以就地取材，通过门铃来刺激宝宝的听觉。

**游戏目的**

培养宝宝对音乐的感受力以及动手能力，发展宝宝的精细动作，让宝宝明白因果关系。

**游戏准备**

门铃、印有“按”字的字卡。

**游戏步骤**

1．把宝宝抱到门铃旁边，告诉宝宝这是门铃，然后用食指去按门铃，并说“按一下”，让宝宝进行模仿。

2．试着教宝宝读“按”，并反复示范“按”的动作。

**安全提示**

按门铃的时候，要注意脚下防滑，并且注意间隔，不要按个不停，否则就成了噪声，宝宝也会厌烦。

## 咯、咯、咯：看谁笑得更响亮

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

这个阶段的宝宝一般比较喜欢笑，老师也会因为宝宝的笑声，心情变得更加愉悦。老师不妨和宝宝一起笑一笑，比一比谁笑得更响亮。

**游戏目的**

锻炼宝宝的表情肌。

**游戏准备**

宝宝喜欢的玩具或是图画。

**游戏步骤**

1．老师坐在沙发上，一手抱着宝宝，一手拿着宝宝喜欢的玩具或是图画来逗笑宝宝。

2．逗笑的时候，如果老师或是在场的家人都不约而同地一起开怀大笑，宝宝也许会因此而笑得更开心。

**安全提示**

准备的物品不要太怪异，以免吓到宝宝。

## 嘀嗒，嘀嗒：闹钟响起来

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

这个阶段的宝宝在听觉方面有了很大的发展，对各种声音表现出很大的兴趣，能集中注意力听，听到声音后也能将头转向声源。此时，正是训练宝宝听觉记忆力的好时候，老师可以多利用各种发音的玩具来刺激宝宝。

**游戏目的**

训练宝宝的听觉灵敏性。

**游戏准备**

一个小闹钟。

**游戏步骤**

1．让宝宝仰躺在儿童床上，老师手拿一个发出美妙声音的闹钟在宝宝眼前晃一晃，并对宝宝说：“这是小闹钟，嘀嗒，嘀嗒。”

2．将闹钟放在宝宝耳边适当的位置，让宝宝能清楚地听到闹钟的“嘀嗒”声，当闹钟整点响起时，宝宝会感到相当有趣。

**安全提示**

一定要注意闹钟的声音不能太大，离宝宝的耳边不能太近。

除了让宝宝听闹钟的“嘀嗒”声之外，老师还可以带着宝宝多去公园里走走。既让宝宝呼吸新鲜空气，也让宝宝听听自然界的声音，比如鸟鸣声、虫鸣声。但注意不要让宝宝听分贝太高的声音，以免伤害宝宝的听觉。

## 躲猫猫：小汽车怎么不见了

**发展领域：适应能力 月龄：1—3个月**

3个月的宝宝俯卧时，会设法将头部和胸部抬起；宝宝平躺时，拉着宝宝的双手让其坐起来时，宝宝的头部会往后微仰，但扶起宝宝坐稳时，能保持头部的稳定。躲猫猫游戏可以很好地锻炼宝宝的头部活动能力。

**游戏目的**

锻炼宝宝对物体的追视能力，活动颈部，以及发展宝宝的视力。

**游戏准备**

可以推动的小汽车玩具或者可以立起来的绘本。

**游戏步骤**

1．让宝宝趴在床上，将绘本放在宝宝面前。

2．老师拿着小汽车，在宝宝的面前向左右、前后推动，让小汽车经过遮挡物（布娃娃）时停顿数秒，然后对宝宝说：“小汽车，哪儿去了？”接着再把小汽车推出来。

**安全提示**

推动玩具的时候要掌握好速度，不宜过快。前后推动时，注意不要碰到宝宝的眼睛。

在游戏的时候，老师要多关注宝宝在俯卧时头、胸部能否抬起，以及宝宝是否会追着汽车移动。如果在清醒状态下，宝宝的这些动作都存在问题，就需要注意了。如果每次都如此，最好去医院进行检查。

## 空中飞：宝宝的胆儿真大

**发展领域：大运动 月龄：1—3个月**

一般来说，宝宝大肌肉发育早，小肌肉发育迟。因此，老师要先对宝宝进行大肌肉活动训练，如转动头颈、伸展四肢等，然后再进行小肌肉精细动作训练，如先学抓物，再逐步训练用食指和拇指取物。“空中飞”游戏就能很好地促进宝宝大肌肉群的发育。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡感，让宝宝的颈部得到锻炼。

**游戏准备**

在宝宝清醒时进行。

**游戏步骤**

1．老师躺在床上，让宝宝躺在老师怀里。

2．轻柔地将宝宝举起、放下，或者两手托住宝宝的腋下，让宝宝向前“飞”，向后“飞”，使宝宝沉浸在一种舒适的飞翔的感觉中。

**安全提示**

如果老师觉得自己力气不大，把宝宝举到一定的高度，却发觉没有力气继续游戏时就要赶快把宝宝放下来，以保证宝宝

的安全。

**老师须知**

宝宝在空中“飞”时，一开始可能会感到害怕。这个时候，应慢慢在空中轻轻地转动宝宝，然后把宝宝轻轻地放到自己身上，对宝宝笑笑。这样做能大大缓解宝宝的紧张情绪。

## 宝宝仰卧起坐：小小的健身达人

**发展领域：大运动 月龄：1—3个月**

随着时间的推移，宝宝的动作发育会越来越成熟，3个月的时候，宝宝就会抬头了。不过，这个看似简单的动作，需要宝宝借助颈部肌肉力量和上身肌肉力量来完成。这个时候，老师可以多和宝宝做一些能够锻炼这些部位的游戏，比如仰卧起坐。

**游戏目的**

锻炼宝宝的身体感知能力、平衡能力。

**游戏准备**

一条薄毯子。

**游戏步骤**

1．让宝宝仰躺在毯子上，用毯子作为婴儿的背带。

2．老师半蹲在床边，用手托住宝宝，然后轻轻地将宝宝抬起、放下，如此重复几次。

**安全提示**

用手托宝宝的时候，一定要托住宝宝的头部；上抬或是放下的时候要缓慢，不可用力过猛，否则容易伤到宝宝的颈部。

**老师须知**

宝宝3个月的时候，头部显得比较大，再加上颈部肌肉力量还很弱，所以宝宝很难控制自己又大又重的头部，他可能只能将头部抬起来一下。所以，游戏时，老师必须托住宝宝的头部，以帮助他抬起。此外，一边做游戏时，一边还要与宝宝交流，如逗笑等。

## 坐小船：左摇摇，右摇摇

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：1—3个月**

身体接触不但可以帮助宝宝认识世界，提高宝宝的探索欲望，而且也是宝宝与老师建立依恋关系的前提。而良好的依恋关系，有助于宝宝今后的社会交往关系的发展。“宝宝坐小船”就是一个很好的身体接触类游戏。

**游戏目的**

发展宝宝的感知能力和平衡感。

**游戏准备**

在宝宝睡醒后进行，老师平躺在床上，让宝宝仰卧在自己的腹部上。

**游戏步骤**

1．老师慢慢进行深呼吸，使腹部稍微起伏，并对宝宝说：“宝宝坐小船了。”让宝宝感受到自己身体的缓慢运动。

2．用手轻轻地抚摸宝宝的背部，让宝宝进一步感受与老师的接触，并哼唱：“小宝宝，坐小船，左摇摇，右摇摇，晃晃悠悠真好玩。”

**安全提示**

不要在宝宝刚吃完奶或喝完奶粉时进行。

**老师须知**

3个月的宝宝神经的大部分反射将达到高峰并开始消失。反射消失后，宝宝可能暂时缺乏活动，但动作将更加细致，而且有目的，并稳定地朝成熟的方向发展。比如，开始出现无意识的抓握，这标志着手的精细动作开始发育了。

## 拉大锯，扯大锯：宝宝起坐训练

**发展领域：大运动 月龄：4个月**

4个月宝宝腰部肌肉的力量迅速发展，非常想要自己坐起来，但娇嫩的脊柱和肌肉还不足以支撑整个上身。这个时候，老师应该尝试着帮助宝宝做起坐训练。比如，可以和宝宝做“拉大锯”游戏。

**游戏目的**

帮助宝宝锻炼腰、背部肌肉、骨骼的力量及上身的支撑力。

**游戏准备**

柔软的垫子。

**游戏步骤**

1．宝宝睡醒时，让他躺在垫子上保持仰卧姿势，帮助宝宝放松上肢。

2．伸出手指，让宝宝自然地抓住你的手指。将宝宝慢慢地拽起来，并对宝宝说：“拉大锯，扯大锯，外婆家，唱大戏。老师去，老师去，小宝宝，也要去。”拉起停留一会儿，再轻轻地把宝宝放下，重复3～4次。

**安全提示**

由于宝宝的双手还比较脆弱，所以拉的时候力度要适中，停留的时间也不宜过长。每次游戏保持在3～5分钟。

**老师须知**

在宝宝还不能坐时，适当训练宝宝的颈背部和腹部肌肉力量是有用的，这可以让宝宝更好更快地学会自己坐着。但在这个过程中，老师千万不能揠苗助长，以免拉伤宝宝。

## 照镜子：哇，镜子里的是谁

**发展领域：适应能力 月龄：4—6个月**

照镜子是很多老师都会和宝宝玩的一个游戏，因为照镜子对于宝宝来说，是一种非常有趣的游戏，宝宝第一次在镜子中认识自己，会感觉特别好奇。这种游戏可以很好地帮助宝宝认识自己。

**游戏目的**

刺激宝宝的视觉，帮助宝宝认识自己的身体。

**游戏准备**

一面大镜子。

**游戏步骤**

1．抱着宝宝走到一面大镜子前，让宝宝自发地触摸、拍打镜中的老师和自己。

2．老师对着镜子做表情，让宝宝对着镜子模仿。还可以对着镜子说：“小镜子，照一照，里面有个好宝宝。我哭他也哭，我笑他也笑。”

3．摸一摸宝宝的头、鼻子、眼睛等，并分别抬起宝宝的手和脚，告诉宝宝每个部位的名称。

**安全提示**

镜子最好不要有反光，老师也不要做出吓人的表情。

**老师须知**

将宝宝抱在镜子前，对镜中的宝宝说话，引导宝宝观察镜中的自己和老师。做相应的动作，宝宝一开始会觉得很奇怪，不过，慢慢地就能促进他形成自我意识。

## 小铃铛，丁零零：声音哪儿来的

**发展领域：适应能力 语言 月龄：4—6个月**

良好的听觉有利于宝宝学会说话，锻炼宝宝的听觉也是激发宝宝语言能力的一种方法，老师可以通过一些发声游戏，锻炼宝宝的听觉，促进宝宝听觉和语言的发育。

**游戏目的**

锻炼宝宝的听觉能力、追视能力，以及激发宝宝的语言能力。

**游戏准备**

带有手柄的铃铛。

**游戏步骤**

1．老师坐在沙发上，让宝宝面对面坐在自己的大腿上，拿起铃铛，在宝宝面前轻轻摇晃几下，以吸引宝宝的注意，让宝宝将注意力集中在铃铛上。

2．老师拿着铃铛在宝宝的左边、右边等方向轻轻摇晃，发出声音，训练宝宝向发音的方向转头寻找声源的能力。

**安全提示**

在移动铃铛的时候，要控制在宝宝能够触及的视力范围内，避免宝宝头部转动幅度过大，对颈部造成伤害。

**老师须知**

除了铃铛之外，老师还可以在宝宝的小床上方悬挂一个风铃。当宝宝扭动身体的时候，风铃会发出悦耳的响声，宝宝自然会寻找声音的来源。也可以轻轻拨弄风铃使其发出响声，引起宝宝的注意。

## 小宝宝，藏猫猫：咦？老师哪去了

**发展领域：适应能力 月龄：4—6个月**

一般来说，不足3个月的宝宝对看不见的物品没有兴趣去寻找。而玩过藏猫猫游戏之后，宝宝受到启发，开始掀布，还会揭开纸，翻开杯盖和盒盖，甚至会翻开书等来找东西。他懂得东西会被盖住，有了被盖住的想象力，才会有揭开的动机。

**游戏目的**

测试宝宝的想象力，让宝宝学会寻找失去的东西。

**游戏准备**

一块毛巾。

**游戏步骤**

1．老师抱着宝宝，让宝宝面朝外，老师站在宝宝面前。老师用毛巾挡住脸，并跟宝宝说话。

2．当宝宝看不到老师，显得有点急躁的时候，拿开毛巾，笑嘻嘻地说：“呀，老师在这里。”

3．等一会儿，老师再挡住脸，引导宝宝自己动手把毛巾拿开。

**安全提示**

注意观察宝宝的情绪，如果宝宝情绪不佳，或对游戏不感兴趣，就要及时停止。

**老师须知**

如果宝宝很喜欢这个游戏，老师可以和老师互换角色继续玩耍，这样宝宝会感到很兴奋。重复几次这个游戏，宝宝就会知道怎么配合老师玩了，并知道老师只是暂时不见了。

## 打哇哇，真好玩：我们来发声

**发展领域：适应能力 月龄：4—6个月**

除了躲猫猫游戏之外，“打哇哇”也是适合这个阶段宝宝的一个有趣的游戏，尤其在宝宝哭闹时用上这一招，很多时候会让宝宝变得高兴起来。

**游戏目的**

引导宝宝连续而有节奏地发音，初步感知声音。

**游戏准备**

一张洁净的薄纸。

**游戏步骤**

1．老师先用手在自己的嘴上拍，发出“哇哇”的声音，然后拿着宝宝的小手在他的嘴上拍。

2．当宝宝发出“哇哇”声时，老师拿出薄纸放在宝宝的嘴前。通过观察纸张振动，引导宝宝感知声音。

**安全提示**

宝宝的皮肤很敏感，帮助宝宝打哇哇的时候，不要太用力。

## 不倒翁：摇啊摇，左一下，右一下

**发展领域：适应能力 月龄：4—6个月**

这个阶段的宝宝视力发育还不完善，能看清楚的距离很有限。所以，宝宝会配合其他感觉系统来做出反应。因此，在平时可以多抚摸宝宝并与宝宝交流，让宝宝配合着触觉、嗅觉来认人。

**游戏目的**

训练宝宝的视力，开发宝宝的智力。

**游戏准备**

一个不倒翁。

**游戏步骤**

1．老师坐在垫子上，让宝宝背靠着坐在老师的腿上。

2．在宝宝前面30厘米处放一个不倒翁，老师触碰不倒翁，让不倒翁摇晃起来，并引导宝宝注意不倒翁的晃动。

**安全提示**

有些不倒翁质量比较差，容易掉漆，所以最好不要让宝宝用嘴去咬。

**老师须知**

在玩不倒翁的时候，宝宝可能会非常感兴趣，不愿坐着看，而是想起身去抓不倒翁。这个时候老师可以将不倒翁拿到宝宝跟前，让宝宝自己用手或脚去触碰，这样更有利于宝宝触觉的发展。

## 抓小鸭：捏一捏，嘀嘀响

**发展领域：精细动作 月龄：4个月**

4个月的宝宝，已经喜欢抓握触手可及的物品了。这个阶段，老师应该多为宝宝提供抓取机会，多进行一些游戏。当宝宝学会这种动作后，还需要让宝宝在日常生活中多运用，以便于宝宝更早地独立。

**游戏目的**

锻炼宝宝的触觉和抓握能力。

**游戏准备**

若干玩具小鸭子。

**游戏步骤**

1．让宝宝趴在床上，然后把玩具小鸭子放在宝宝能够触及的范围内，让宝宝自由抓取。

2．当宝宝抓住小鸭子的时候，老师可以学小鸭子的叫声，并告诉宝宝这是小鸭子。然后拿着宝宝的手捏一捏小鸭子，发出嘀嘀的声音，宝宝会感到很惊讶。

3．将玩具从宝宝手里取下，再次让宝宝抓取，反复几次，以强化宝宝的抓握能力。

**安全提示**

注意玩具的清洁，最好不要让宝宝拿进嘴里啃咬。

**老师须知**

在训练宝宝抓握能力时，为宝宝选择的玩具最好大小适宜，以宝宝小手能抓起来为好，最好选择一些形象可爱的、常见的、能发声的玩具。

## 宝宝碰鼻子：卟、卟、卟

**发展领域：社会行为 适应能力 月龄：4—6个月**

一般来说，有幽默感的宝宝都比较开朗活泼，更容易融入周围的环境。其实，宝宝的幽默感大约有三成是与生俱来的，其余七成则是靠后天培养的。老师应该多给宝宝提供一些有趣的小游戏，培养宝宝的幽默感。比如，碰鼻子就能够很好地逗宝宝发笑。

**游戏目的**

培养宝宝的幽默感，增强情感。

**游戏准备**

在宝宝清醒时进行。

**游戏步骤**

1．让宝宝面对面坐在老师的腿上，老师与宝宝玩碰鼻子的游戏。

2．说三次“卟”，老师第一次和第二次说“卟”时，朝宝宝探探头，第三次说“卟”时，与他碰碰鼻子。

**安全提示**

触碰宝宝的鼻子时，要小心翼翼。

**老师须知**

在做这个游戏的时候，老师可以每次变换音调。有时用尖的声音，有时用低的声音。可以前两次小声一点，第三次大声一点，这样能使游戏更有趣，宝宝也会更开心。

## 看图识人：照片里的是谁

**发展领域：社会行为 适应能力 月龄：4—6个月**

对于宝宝来说，记忆主要来自感官感受到的东西。在宝宝熟悉的场景中，他的记忆力能够得到更加广泛地锻炼和延续。比如，一进医院宝宝就会突然大哭起来，而一进花园则会非常开心，这就是宝宝记忆力的体现。

**游戏目的**

让宝宝认识家人，并开发宝宝的记忆力。

**游戏准备**

老师的照片。

**游戏步骤**

1．将老师的近照给宝宝看，并对宝宝说：“这是老师。”放置大约30秒钟后移开。

2．大约1分钟后，再把老师的照片拿给宝宝看，然后问宝宝：“这张照片上的人是谁呢？

**安全提示**

给宝宝看的照片最好是裱起来的。

**老师须知**

这个阶段宝宝的记忆保持的时间很短，即便老师和宝宝经常在一起，如果老师因为工作或外出离开几天，再回来抱宝宝时，宝宝也会很不乐意。

## 小玩偶变戏法：“咔嚓”一声，跳出来

**发展领域：社会行为 适应能力 月龄：4—6个月**

这个阶段的宝宝对事物依旧充满好奇，尤其是对突然出现或消失的物品感到新奇。小玩偶变戏法是一个和躲猫猫类似的游戏，一旦宝宝知道按一下按钮，玩偶就会跳出来，他就会难以控制住自己的兴奋之情。

**游戏目的**

帮助宝宝理解因果关系，促进宝宝听觉、视觉的发育。

**游戏准备**

一个弹跳小玩偶。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在地板上，老师双手扶着宝宝，在宝宝的面前放一个弹跳玩偶。老师先用一只手去按弹跳开关，玩偶跳出的瞬间，宝宝会感到非常惊讶。

2．老师引导宝宝自己去按开关，让宝宝学会自己玩。

**安全提示**

挑选的玩偶要可爱，过于怪异的玩偶容易吓坏宝宝。

**老师须知**

老师无须担心弹跳玩偶会吓到宝宝。相反，按按钮时的“咔嚓”声和小丑从盒子里发出的“砰”的一声，能够很好地刺激宝宝的听觉，玩偶的出现和消失也能够使宝宝感受到空间的存在感。

## 五指游戏：一边捏，一边数

**发展领域：精细动作 月龄：4—6个月**

研究指出，稳定的触觉经验会让宝宝产生愉悦的情绪，使宝宝感到安定。所以，老师应该多给宝宝按摩，这样有助于稳定宝宝的情绪及增进亲子间的联系。“五指游戏”就是一个抚触宝宝的很好方式。

**游戏目的**

发展宝宝手指上的触觉，并且练习让宝宝的五个手指放松、张开。

**游戏准备**

在宝宝清醒时进行。

**游戏步骤**

1．让宝宝躺在床上，老师用自己的大拇指和食指轻轻地抚摸、揉捏宝宝的每一个手指和脚趾。

2．一边捏，一边给宝宝唱儿歌：“大拇哥、二拇哥、中轱辘、四小弟、五小妞，爱看戏。”

**安全提示**

宝宝的手比较敏感和脆弱，捏的时候以宝宝感到舒适为度。

**老师须知**

手指和脚趾是宝宝触觉的敏感部位。老师用自己的大拇指和食指抚摸宝宝，让宝宝对大人的两个手指有个大概的印象，而且又能感觉到自己的五个手指在被抚摸，慢慢地就会对自己的手指有一定的了解。

## 钟摆游戏：嘀嗒，嘀嗒，晃起来

**发展领域：大运动 月龄：4—6个月**

这个阶段的宝宝，做一些活动可以帮助宝宝实现头颈部的肌肉控制和上半身的稳定。虽然宝宝的体力和前一个阶段相比已经进步很多，但是老师应继续进行一些游戏活动，以进一步促进宝宝的生长发育。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力及身体感知能力。

**游戏准备**

在宝宝清醒时进行。

**游戏步骤**

1．老师站立，双手托住宝宝的腋下，让宝宝的头部保持直立。

2．将宝宝像钟摆一样左右摆动，然后对宝宝说：“嘀嗒、嘀嗒，布谷鸟钟来了。嘀嗒、嘀嗒，现在已经一点了。布谷！布谷！ℽ

**安全提示**

摆动的时候，动作要缓慢，时间把握在3～5分钟，中间最好能有间隔地休息片刻。

**老师须知**

很多时候，老师认为宝宝并没有在认真听音乐。其实，宝宝能够记住乐曲，也能理解一些旋律。有实验证明，在宝宝玩玩具的时候播放曲子，一周后再重新播放同样的曲子，听到曲子的宝宝会立刻玩起初次听到这首曲子时玩的玩具。

## 推脚丫：老师推，宝宝蹬

**发展领域：大运动 月龄：4—6个月**

这个时期，宝宝的颈肌、上肢和胸、腰肌肉发育很快，宝宝已经不再静静地躺在床上吮手指了，而是开始进行大量的肌肉运动。比如，会不停地摇摆自己的手臂，或者自己翻身。此时，老师可以通过推脚丫游戏来促进宝宝肌肉力量的发展。

**游戏目的**

训练宝宝的整体运动能力。

**游戏准备**

一个柔软的垫子。

**游戏步骤**

1．让宝宝趴在柔软的垫子上，老师坐在宝宝的后面，并把手放在宝宝的脚掌上。

2．缓缓地推宝宝的双脚，宝宝会借助老师的推力向前移动。推宝宝的同时，老师可以对宝宝说：“小脚丫，推一推，往前移。”

**安全提示**

不要在宝宝刚喝完奶时进行。

**老师须知**

这个阶段的宝宝个体差异开始渐渐加大，好好地照顾宝宝即可，不需要太在意宝宝的发育情形是否达标。如果宝宝没有朝气，不好动，最好进行检查，了解宝宝的发育是否正常。

## 找豆豆：小豆豆，滚一滚，哪去了

**发展领域：精细动作 月龄：4—6个月**

虽然这个阶段宝宝的各项动作都得到了很大的发展，但是宝宝的精细动作还是比较欠缺的。这个时候，游戏就是很好的锻炼方式了。老师可以通过“找豆豆”游戏来锻炼宝宝的精细动作。

**游戏目的**

发展宝宝的视觉和颈部肌肉，提高宝宝发现、观察细小物品的能力，锻炼宝宝的手眼协调能力。

**游戏准备**

一张餐巾纸、几粒小豆子、一个塑料盘子。

**游戏步骤**

1．老师抱着宝宝坐在沙发上，手里拿一张餐巾纸，上面放一粒小豆子，对宝宝说：“宝宝，仔细看看，小豆子放在哪里了？ℽ

2．当宝宝看到小豆子的时候，鼓励宝宝拿过来，将小豆子放入盘中。老师晃动盘子慢慢滚动小豆子，吸引宝宝的眼球跟随小豆子转动，然后用一张餐巾纸盖住，看宝宝会不会掀动盘子去找小豆子。

**安全提示**

密切观察宝宝的动作，不要让宝宝抓住小豆子往嘴里放。

**老师须知**

一开始，宝宝可能抓不住小豆子，或是抓住了小豆子也不能准确地放进盘子里。老师不要灰心，只要宝宝能碰到小豆子，就说明宝宝的手眼协调能力发展得很好。

## 蹲跳舞：宝宝伸伸腿，椅子摇起来

**发展领域：大运动 月龄：4—6个月**

这个阶段的宝宝不像前3个月那么脆弱，宝宝的双腿更加有力。此时，老师可以让宝宝学习蹲跳游戏，这对宝宝保持平衡能力有十分重要的作用，是宝宝练习行走的先决条件。

**游戏目的**

训练宝宝的平衡能力，促进宝宝的体能及左右脑和谐发展。

**游戏准备**

节奏明快的音乐。

**游戏步骤**

1．播放节奏明快的音乐，然后双手托住宝宝的身体，将宝宝放到椅子上，让宝宝双腿一蹲一蹲地在椅子上跟着音乐的节奏跳舞。

2．老师也可以给宝宝戴上小猫的头饰，并配合儿歌：“小猫小猫喵喵喵，蹲在地上吃小鱼；小猫小猫喵喵喵，站起身来伸伸腰。”

**安全提示**

不要在喝完奶后进行；这个阶段宝宝的支撑力还比较弱，时间不宜过长；用力要轻缓，以免伤着宝宝。

**老师须知**

这个阶段的宝宝很容易兴奋过度，老师要特别注意，他们在玩得过度兴奋之后就会开始犯困。所以，玩这个游戏的时候，如果宝宝特别兴奋，就要把握好时间，及时让他们平静下来。

## 骨碌骨碌滚一滚：宝宝我们来翻身

**发展领域：大运动 月龄：4—6个月**

这个阶段的宝宝逐渐地学会了翻身，不过，由于宝宝的肌肉和骨骼比较软，所以刚开始的翻身动作还需要老师的帮助。每天与宝宝进行翻身游戏，不仅可以锻炼肌肉，还可以让宝宝获得与人合作和人相处的基本素养。

**游戏目的**

锻炼宝宝的肌肉，训练宝宝尽早翻身。

**游戏准备**

宝宝喜欢的色彩艳丽的小玩具。

**游戏步骤**

1．让宝宝仰躺在床上，将宝宝的左腿放在右腿上，托住其腰部，逐渐将宝宝推成俯卧姿势。

2．用色彩鲜艳的小玩具在宝宝的一侧晃动，吸引宝宝俯卧片刻，再将其翻过来。把玩具放在宝宝身体的另一侧，以同样的方式帮助宝宝翻身。

**安全提示**

翻身时注意宝宝的反应，不要过于用力或是急切，以免扭伤宝宝的身体；玩具要清洁。

**老师须知**

发育正常的宝宝学习能力惊人，他们会主动探索周围的世界。丰富而适宜的刺激，是宝宝正在发育的大脑最重要的“营养素”，翻身练习能够很好地促进宝宝大脑的发育。

## 小飞毯：宝宝“飞起来”了

**发展领域：大运动 月龄：4—6个月**

宝宝大脑的发育与感知觉的发育是密不可分的。宝宝通过各种感官从外界摄取信息供大脑加工、处理、储存，进而不断促使大脑向更高层次发展。因此，老师可以通过一些感知觉游戏来促进宝宝的大脑发育。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡感，训练宝宝对快慢远近的感觉。

**游戏准备**

一条柔软的小毛毯。

**游戏步骤**

1．把毛毯铺在床上，让宝宝先仰躺在毛毯上。

2．双手拉住毛毯的一端，向后慢慢地拉动，一边拉，一边对宝宝说：“小毛毯，拉一拉，飞起来喽！ℽ

**安全提示**

注意不要拉得太快，否则会让宝宝害怕。

**老师须知**

当毛毯被拉动时，宝宝会很害怕，很恐慌，这时老师的笑脸和声音是对宝宝最好的鼓励。拉毛毯的时候，要匀速进行，慢慢地，宝宝就会适应这种感觉。

## 有趣的小瓶儿：倒来倒去真开心

**发展领域：精细动作 大运动 月龄：7—9个月**

对于已经能够坐立和爬行的宝宝来说，把玩物品是其一大喜好，尤其是将物品从容器里倒出来，然后装回去，如此反复是宝宝非常喜欢玩的。老师可以为宝宝提供一个安全的塑料瓶和一些小球，让宝宝在探索中得到锻炼。

**游戏目的**

锻炼宝宝的精细动作、大运动能力和空间意识。

**游戏准备**

一个环保、安全的广口塑料瓶，若干个小球。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在垫子上，给宝宝一个广口塑料瓶以及若干个小球。

2．将小球装入瓶子里，然后晃一晃，再把小球倒出来，引导宝宝学会玩。只要重复几次，宝宝很快就能学会，并会玩得不亦乐乎。

**安全提示**

瓶子的材质一定要选不易碎的，而且要注意不要让瓶口刮伤宝宝。

**老师须知**

倒空、装满容器的游戏不仅可以锻炼宝宝的动手能力，还可以让宝宝接触诸如“空”“满”“进”“出”等概念。游戏时，除了老师，也可以让其他小伙伴参与，宝宝会更有兴致。

## 做鬼脸：逗引宝宝来观察

**发展领域：社会行为 适应能力 月龄：7—9个月**

这个阶段的宝宝已经能够识别亲人的面部特征。老师可以通过一些表情变换的游戏，让宝宝更加深入地认识表情，帮助宝宝缓解对陌生人的焦虑感。做鬼脸游戏就非常有利于帮助宝宝识别他人的情绪。

**游戏目的**

锻炼宝宝的识别能力。

**游戏准备**

在宝宝清醒时进行。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在床上，老师模仿小鸭子，说：“我是小鸭子！嘎嘎——”同时做小鸭子的表情，张大嘴巴。

2．老师模仿小猫，说：“我是小猫咪！喵喵——”同时用手捋着胡子。

3．反复做各种鬼脸，逗引宝宝观察各种表情和声音的变换。

**安全提示**

老师在做鬼脸时，表情尽量夸张，但不要过于恐怖以免吓坏宝宝。

**老师须知**

为了更逼真地与宝宝做游戏，老师还可以做一些各种动物的面具。将面具戴在头上，发出相应的声音，然后露出脸，做出面具上的表情，观察宝宝的反应。

## 过独木桥：设置障碍让宝宝爬一爬

**发展领域：大运动 月龄：7—9个月**

会爬、多爬的宝宝动作会更加灵敏，协调能力好，求知欲强；相反，不爱爬的宝宝大多显得呆板、迟钝、情绪低，不喜欢接触新人、新事。此外，喜欢爬的宝宝认知能力强，看图识字、语音构成与发声能力，以及日后行走的平稳程度等均好于迟爬或爬动少的宝宝。

**游戏目的**

锻炼宝宝的身体平衡能力，训练宝宝爬行的灵活性。

**游戏准备**

在宝宝清醒时进行。

**游戏步骤**

1．老师仰躺在床上，让宝宝趴在自己身上，把宝宝的身体摆放成适宜爬行的姿势。

2．老师用两只手做成护栏状放在自己身体的两侧，让宝宝在自己身体上爬行。

**安全提示**

宝宝在爬行时，老师要特别注意维持自己身体的平衡，不要让宝宝掉下去。

**老师须知**

宝宝在老师身上爬行时，他会觉得具有挑战性，一方面觉得这个游戏很好玩，另一方面可能会有一些害怕。老师这个时候要给宝宝鼓励，尤其是老师的笑声，对“跋涉”中的宝宝十分重要。

## 盯着老师看：老师的眼睛在说话

**发展领域：社会行为 适应能力 月龄：7—9个月**

每个人都有通过视觉感知空间的能力，甚至可以通过不同的方式表现出所见到的空间，宝宝也不例外。这个阶段宝宝的视力发育更加完善，通过刺激宝宝的视觉，可以更好地发展宝宝的空间感，并且增进亲子之间的交流。

**游戏目的**

通过视觉刺激，发展宝宝的空间感，加强感情。

**游戏准备**

在宝宝高兴的时候进行。

**游戏步骤**

1．老师坐在沙发上，两手扶住宝宝的腋下，让宝宝站在老师的双腿上。

2．接下来，老师可以踮起脚尖，让宝宝不断上升、下降，一边做一边与宝宝逗笑，让宝宝观察老师的脸，进行眼神的交流。

**安全提示**

玩耍的时候，注意不要磕到宝宝的头。

**老师须知**

这个时候与宝宝互视逗笑，与之前的逗笑有一些不同。随着宝宝视力的发展，此阶段的宝宝对老师的脸已经很熟悉了，通过对视逗笑，更多的是让宝宝与老师进行心理上的交流。

## 小花猫，钻洞洞：爬来爬去真好玩

**发展领域：大运动 月龄：7—9个月**

这个阶段的宝宝已经学会爬行了，而且爬行能力的好坏会影响宝宝大脑的开发。因此，老师可以和宝宝多做一些爬行的游戏，比如“钻洞洞”游戏，变换身体方位和空间有助于丰富宝宝的空间知觉和视觉。

**游戏目的**

锻炼宝宝的爬行能力，增强四肢肌肉力量。

**游戏准备**

毛毯或者柔软的垫子。

**游戏步骤**

1．老师跪在床上或者大厅的地板上，双手撑地，形成一个拱形。

2．让宝宝从老师身体的一侧钻过“小洞”向前爬，宝宝钻过“小洞”时，为宝宝欢呼，让宝宝来回地玩耍几次。

**安全提示**

在地面上铺上毛毯或其他柔软的物品，以免地板太硬让宝宝感到不适。尤其要注意爬行区域附近不要有细小的硬物。

**老师须知**

老师在和宝宝玩这个游戏的时候，也可以在离宝宝爬行的不远处放置一些玩具，让宝宝爬过去将玩具拿给老师，宝宝拿到玩具后，一起和宝宝数一数。

## 我是投篮高手：比一比，谁丢得准

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：7—9个月**

我们知道，模仿是宝宝的强项，很多技能都是依靠模仿学会的。宝宝会跟着大人咿呀学语，也会跟着大人手舞足蹈。因此，老师可以多和宝宝做一些模仿游戏，以便在模仿中训练宝宝的手眼协调能力。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手眼协调能力。

**游戏准备**

小玩具、塑料小篓子。

**游戏步骤**

1．把小篓子放在离宝宝50厘米远的地面上。

2．老师先给宝宝示范，把小玩具投入小篓子里。然后抱着宝宝坐在篓子前面，让宝宝自己投玩具。比一比，看看谁投中得多。

**安全提示**

注意扶住宝宝，不要让宝宝自己扶住墙或凳子。

**老师须知**

在玩耍的时候，如果玩具掉落后没有投中，可协助宝宝捡回来再投，但不要立刻代为捡回，试着让宝宝自己去捡回，观察一下宝宝是怎样尝试拿回玩具的。如果实在拿不回，再帮宝宝捡回来。

## 小鼓咚咚响：宝宝敲，老师听

**发展领域：适应能力 月龄：7—9个月**

## 这个阶段，宝宝对一些能发出声音的物品会很感兴趣。此时，为宝宝准备一些简单的乐器，如小鼓、口琴、铃铛等，既有利于满足宝宝的探索欲望，也能培养宝宝对音乐的兴趣。

**游戏目的**

锻炼宝宝的听觉，促进宝宝手、眼、耳的协调发展。

**游戏准备**

节奏欢快鲜明的音乐、一套小鼓玩具。

**游戏步骤**

1．老师用不同的节奏敲击小鼓，以此引起宝宝的兴趣。

2．引起宝宝的兴趣后，把小鼓和两支小棒放在宝宝面前，引导宝宝用小棒敲鼓。让宝宝自由挥棒，先从单手敲鼓训练开始，熟练后再让宝宝双手敲击。

3．宝宝能够熟练地使用双手敲鼓后，试着让宝宝随着音乐节奏敲打小鼓，或者随着老师拍手的节奏进行。

**安全提示**

不要让宝宝单独玩，以免宝宝玩弄小棒造成意外。

**老师须知**

宝宝刚开始敲出来的鼓声是没有节奏的，这并没有关系。老师可以用手随着音乐打节拍，引导宝宝跟着音乐节奏敲打。多玩几次后，宝宝的鼓点就会越来越清晰，也能慢慢找准音乐的节奏。

## 认物游戏：小动物来做客

**发展领域：适应能力 月龄：7—9个月**

宝宝的学习类型可分为运动型、听觉型和视觉型。不同类型的宝宝有不同的特点，要想充分发挥他们的长处，就应采用对应的方法。运动型宝宝活泼好动、精力充沛、好奇心强，平时要多用实物和玩具帮助其学习；视觉型宝宝观察敏锐，动手能力强，可以用创意拼图等帮助宝宝学习；听觉型宝宝表达能力强，喜欢听和讲，可以多唱儿歌、读故事帮助其学习。

**游戏目的**

锻炼宝宝的方位意识和思维能力。

**游戏准备**

毛毯、带声响的动物小玩具。

**游戏步骤**

1．把毛毯铺在地上，让宝宝坐在毛毯上，把动物小玩具放在宝宝的面前。

2．捏响小动物玩具，以吸引宝宝的注意力，然后对宝宝说：“今天有几个小动物来我们家做客，它们都是谁啊？ℽ

3．把小动物排成一排，指着玩具告诉宝宝：“小鸭子在中间，小猫在小鸭子的右边，小兔子在小鸭子的左边。”

**老师须知**

这个游戏适用于所有学习类型的宝宝，通过这个游戏，可以让宝宝学习前后左右的方位知识，提高宝宝的思维能力和理解能力。老师在陪宝宝玩耍的时候要充满爱意，会更有助于宝宝能力的发展。

## 玩保龄球：荡起来，踢一踢，瓶儿倒了

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

这个阶段的宝宝对高度已经有了感知。虽然这个时候宝宝能够翻身和爬行，但这些运动能力的掌握不足以使他们应付对高度产生的恐惧。老师可以适当地通过游戏，让宝宝感知高度的存在，并让宝宝慢慢地克服对高度的恐惧感。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力，加强触觉刺激。

**游戏准备**

若干个空饮料瓶子。

**游戏步骤**

1．将三个空饮料瓶子依序摆好，间距不要太大，然后扶着宝宝面对瓶子站好。

2．双手托住宝宝腋下，将其荡起离地悬空，轻轻摇晃，好像荡秋千一样。当宝宝习惯了摇晃的感觉后，可稍微用力，让宝宝将面前的空瓶子踢倒。

**安全提示**

抱宝宝摇晃时，力度要适中，不要弄疼宝宝的胳膊，更要避免扭伤宝宝。

**老师须知**

宝宝被荡起后，可能会感到害怕，老师要及时以愉快的口气安慰宝宝，等宝宝渐渐稳定情绪，甚至有些高兴的时候，再进行游戏的下一步。如果宝宝喜欢玩，不妨反复进行，并试着增加瓶子的数量。

## 小袋鼠跳跳：宝宝也来蹦一蹦

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

运动能很好地促进宝宝的大脑发育，尤其是对中脑的益处较大。因为中脑是脑干的一个重要组成部分，上面排列着视觉与听觉两大反射中枢，是主管听声音与看东西的“总部”，它上传外界信息，下达大脑命令。运动能扩大视听范围，使中脑受到的刺激得到强化。

**游戏目的**

锻炼宝宝的下肢肌肉，促进宝宝大脑发育。

**游戏准备**

一个柔软的垫子。

**游戏步骤**

1．把垫子铺在地板上，双手托住宝宝腋下，让宝宝光脚着地用力蹬地，并有节奏地顺着宝宝的蹬脚动作向前推进。

2．在宝宝前进的时候，对宝宝说：“宝宝学袋鼠跳，跳跳跳。”

**安全提示**

动作要轻，时间要把控好。如果老师累了，要及时停下来，以免因为力气不济而导致宝宝摔倒。

**老师须知**

宝宝第一次玩这个游戏，可能会很兴奋，蹦得很有劲。如果老师在一旁鼓励，宝宝就会更热衷于蹦跳。但是，要注意不要长时间地玩耍，以免宝宝过于疲劳。

## 跷跷板：练练宝宝的平衡能力

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

平衡能力也是宝宝需要锻炼的技能之一，刚出生的宝宝可能平衡自己的脑袋都很困难。但到了这个阶段，能爬会坐的宝宝已经拥有了相当的平衡能力。此时与宝宝进行腿上跷跷板游戏，有助于进一步锻炼宝宝的平衡能力。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力。

**游戏准备**

一条小毛巾。

**游戏步骤**

1．老师在腿上放一条小毛巾，然后让宝宝面对着坐在自己的大腿上。

2．抓住宝宝的胳膊，将宝宝向后倾斜，到了一定程度再拉回来，然后老师再向后倾斜，如此反复进行。也可以试着放开宝宝的手，让其轻微地倾斜，看看宝宝的反应。

**安全提示**

放手的时候，一定要注意不要让宝宝摔下来。

**老师须知**

由于这个阶段宝宝还不能行走，户外活动不是很多，所以，让宝宝多做一些运动是很重要的事情。跷跷板游戏，不仅在欢快的氛围中锻炼了宝宝腕部、腹部的肌肉，还增进了老师与宝宝之间的情感交流。

## 照手电筒：看，光线在移动

**发展领域：适应能力 月龄：7—9个月**

这个阶段的宝宝，对周围环境的兴趣大为提高，能注视周围更多的人和物体，对不同的事物表现出不同的表情，会把注意力集中到他感兴趣的事物和颜色鲜艳的玩具上，并采取相应的活动。因此，老师可以与宝宝做一些光线游戏，以进一步促进宝宝视觉的发展。

**游戏目的**

锻炼宝宝的感光和视觉发育。

**游戏准备**

一个手电筒、一张彩纸。

**游戏步骤**

1．将彩纸蒙在手电筒上，用胶带或者绳子绑好。

2．老师坐在地板上，一手抱着宝宝，一手握着宝宝拿手电筒的小手，对着宝宝的玩具、墙壁照射，并引导宝宝观察光线。

**安全提示**

注意不要让宝宝自己拿着手电筒玩，以免光线直射宝宝的眼睛。

**老师须知**

这个游戏还可以在晚上进行，将手电筒的光打到墙上或天花板上，慢慢移动，然后鼓励宝宝跟着手电筒的光看，同时放一些轻柔的音乐或讲一个星际旅行的故事，上演一场帮助宝宝轻松入睡的声光秀。

## 再现游戏：神奇的丝巾出现了

**发展领域：适应能力 月龄：7—9个月**

很多时候，老师不知道该如何陪宝宝玩耍。其实，有时候只需要一张纸、一条丝巾，以及老师的参与，就能让宝宝玩得很开心。宝宝对物品的消失与出现会感到非常好奇，并想试着探索其中的奥秘。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手眼协调、触觉能力。

**游戏准备**

硬纸张、丝巾、透明胶。

**游戏步骤**

1．将硬纸张卷成圆筒形，用透明胶粘住。

2．慢慢和宝宝对坐在地毯上，老师一手拿着纸筒，一手将穿过纸筒的丝巾往后拉，宝宝很开心地看着，拉到只剩一点点的时候，让宝宝再把丝巾拉出来。

**安全提示**

不要用太薄的纸，因为其边缘比较锋利，容易刮伤宝宝。

**老师须知**

如果没有丝巾，也可以用小毛巾或新袜子代替。在游戏的过程中，老师还可以与宝宝进行语言交流，比如：“丝巾哪儿去了？噢，在这儿呢！”以调动宝宝的积极性。

## 追逐游戏：小瓶子，满地滚，宝宝抓

**发展领域：适应能力 精细动作 月龄：7—9个月**

学会爬的宝宝，接触和探索环境的范围扩大了，增加了认识事物的机会。他们为了达到目的，坚持并努力地爬行，而且在身体运动的过程中，认识到自己和外界物体之间的关系，从而产生了自我意识。因此，多进行一些动作游戏对宝宝的智力发展有重要的影响。

**游戏目的**

锻炼宝宝的追视和抓握能力。

**游戏准备**

若干个空饮料瓶子。

**游戏步骤**

1．在空饮料瓶子里装入1/4或1/2的水，盖好瓶盖，放在宝宝的周围。

2．让宝宝坐在地板上，老师用手推瓶子，使其滚动起来，以引导宝宝做同样的动作，让宝宝推动瓶子或抓起瓶子。

**安全提示**

最好不要用易碎的玻璃瓶。

**老师须知**

宝宝学会爬行有早有晚，存在一定的差异，但一般都会在9个月之内学会。如果想要及时地让宝宝学会爬行，那么，滚瓶子游戏就是一个很不错的选择。

## 小小搬运工：数一数，有几个

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

这个阶段的宝宝很喜欢玩弄玩具。与其给一大堆玩具让宝宝自己玩，不如陪宝宝一起玩，因为互动和引导对宝宝的成长更有益。比如“小小搬运工”游戏就能够促进宝宝动作的连贯性和协调转换能力的发展，激发宝宝的好奇心和主动性。

**游戏目的**

锻炼宝宝的动手能力，使宝宝感受物品与数量之间的关系。

**游戏准备**

两个空盒子、五六个拼图模块。

**游戏步骤**

1．把所有拼图模块放在一个盒子里，老师用手拿起一个拼图模块放进另一个空盒子里。

2．引导宝宝用同样的方法，将拼图模块放进另一个盒子里。宝宝拿的时候，老师在一旁数，让宝宝感受到物品与数量的关系。

**老师须知**

在游戏中，感受数字并不是要让宝宝学数字，也不是教宝宝学数数。老师不可急于求成，这个时候更多的是锻炼宝宝的动手能力。

## 坐高高：跟着老师跑起来

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

在影视剧中或是大街上，我们经常能够看到一些老师让孩子坐在自己的肩上，与孩子嬉戏游玩。对于还不会走的宝宝来说，这个游戏能够让宝宝“站得高，看得远”，感受空间感带来的刺激。

**游戏目的**

锻炼宝宝的空间感以及平衡感。

**游戏准备**

老师下班时与宝宝游戏。

**游戏步骤**

1．让宝宝跨坐在老师的肩上，然后用双手扶住宝宝，将宝宝稳住。

2．老师可以慢慢地小跑、转身或是绕圈，让宝宝看见不同的景象。或是不断地起身、蹲下，让宝宝体会升高和下降的感觉。

**安全提示**

老师要有很好的平衡感，一定要注意保护宝宝，在上升、下降或绕圈时要保持平衡。如果玩得累了，要及时停下来。

**老师须知**

在宝宝的成长过程中，老师的参与不可缺少。老师花更多的时间料理宝宝的生活，更多地搂抱宝宝，与他说话；老师则花较多的时间，通过身体运动与宝宝玩耍，如把孩子高高举起、放下等。总之，老师对孩子的成长有着不可替代的重要性。

## 踩影子：影子走，宝宝追，踩一踩

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

说起踩影子的游戏，很多大人小时候都玩过。这个阶段的宝宝还不会走，老师或老师可以双手扶着宝宝一起踩影子，宝宝对行走的影子非常感兴趣，这是一个非常好的亲子游戏。

**游戏目的**

锻炼宝宝的肢体力量，提高宝宝的自我认知能力。

**游戏准备**

天气晴朗的时候，与宝宝在户外进行。

**游戏步骤**

1．在阳光明媚的天气里，把宝宝带到户外，引导宝宝看自己的影子。

2．扶着宝宝一起玩踩影子的游戏，同时为宝宝唱歌：“我在哪，你在哪，你是一个小尾巴。”

**安全提示**

游戏时，扶着宝宝不要走得过快，以免宝宝跟不上；也不宜在阳光过于暴晒的时候进行。

**老师须知**

在宝宝学步前夕，这是一个很好的游戏，可提高宝宝走路的兴趣。还能帮助宝宝认识一些自然界的东西，让宝宝知道影子在太阳下和自己总是不分离的。

## 扔纸游戏：哗啦啦，下雨了

**发展领域：适应能力 精细动作 月龄：7—9个月**

这个阶段，老师应该多和宝宝进行一些交流，比如在玩扔纸游戏中与宝宝互动。这样可以激发宝宝与人交谈的欲望，因为更多地探索和外界交流，能更好地刺激宝宝的大脑发育，让宝宝变得更聪明。

**游戏目的**

锻炼宝宝手部的抓握能力，帮助宝宝完善手部精细动作水平，提高宝宝识别颜色的能力。

**游戏准备**

将彩纸剪碎，放进广口瓶子里。

**游戏步骤**

1．宝宝坐在地板上，面前放着装有碎纸的瓶子。

2．老师伸手抓起一些纸屑握在手里，抬高手臂，手心向下，然后慢慢松开，让彩色的纸屑飘落下来，同时对宝宝说：“哗啦啦，下雨啦！大雨哗啦啦，小雨沙沙沙，大雨小雨一起下，宝宝见了笑哈哈。”

3．引导宝宝自己抓一把纸屑，然后协助宝宝抬起手臂松开小手，让纸屑飘落下来。

**安全提示**

注意不要让宝宝把纸屑放进嘴里。彩纸要选择柔软的，以免纸屑过硬而划伤宝宝。

**老师须知**

有些宝宝脾气大，在扔纸游戏时如果耍性子，老师要用温和的声音与宝宝交流。即便是宝宝做错了事，也只需用稍微强烈一点的语调，就能够引起宝宝的警觉。

## 扔沙包游戏：扔来扔去真有趣

**发展领域：适应能力 大运动 月龄：7—9个月**

扔沙包是很多孩子爱玩的游戏，不过这里指的并不是真正的扔沙包，这个时期的宝宝还不能真正接住或者准确地扔出沙包，所以重在参与。这个游戏可以使宝宝与老师之间形成良好的互动。

**游戏目的**

锻炼宝宝的上肢肌肉力量，提高宝宝的肌体控制能力及空间感知能力，加强其对距离的感受。

**游戏准备**

小沙包（装少量小米粒）。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在床上，老师距离宝宝30厘米左右面对着宝宝坐好。老师拿起沙包，吸引宝宝注意，轻轻将沙包扔到宝宝面前，鼓励宝宝接住。

2．让宝宝捡起沙包，并且把它扔给老师。视宝宝的兴趣重复几次。

**安全提示**

扔沙包的力量要小一些，沙包的填充物要少，最好是用去皮的谷物。

**老师须知**

除了扔沙包之外，还可以将细沙放在木箱里，让宝宝尝试利用沙子捏、堆不同的东西。随意“摆布”沙子能诱发宝宝无穷无尽的创造设想。

## 小熊手偶：握握手，交个好朋友

**发展领域：社会行为 月龄：7—9个月**

手偶游戏有着很好的互动性，宝宝在与老师玩手偶的过程中，需要眼到、手到、心到，并记忆所做的手偶动作。而且，用手偶与宝宝进行表演，还能培养宝宝对故事的感悟。

**游戏目的**

通过角色扮演教宝宝学习人际互动，提升宝宝的语言理解能力，发展宝宝的动作能力。

**游戏准备**

两个小熊手偶。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝分别戴上小熊手偶，然后和宝宝进行对话：“你好，我是小熊，很高兴认识你，握握手，交个朋友吧。”

2．老师还可以用手偶给宝宝讲小故事，让宝宝学习如何与人交流，以开发宝宝的想象力。

## 咿咿呀呀就是我：宝宝学语很快乐

**发展领域：语言 月龄：10—12个月**

这个阶段的宝宝虽然只会咿咿呀呀，但每一句表达的内容并不一样。如果能够把这一阶段宝宝咿咿呀呀的声音录下来，保存在录音带上，待宝宝学会说话后再拿出来听，一定是件非常有趣的事。

**游戏目的**

锻炼宝宝的语言能力。

**游戏准备**

录音设备。

**游戏步骤**

1．在宝宝清醒的时候，抱着宝宝坐在沙发上，并打开手机里的录音功能。

2．与宝宝进行语言交流，如用嘴巴发出各种声音，吸引宝宝开口说话。不时地停顿一下，让宝宝做出回应。

3．等录制完后，放给宝宝听，注意宝宝听到声音时的表情。

## 拔河小勇士：小小手臂真有力

**发展领域：大运动 月龄：10—12个月**

平衡练习对于锻炼宝宝的勇气和训练其对危险的评估能力很有帮助。平衡感好的宝宝，今后可以对自己的能力和目标进行合理地比较和判断。而宝宝能够正确判断周围的危险，就会使他们变得更加自信。

**游戏目的**

锻炼手臂的力量，感受身体的前倾、后仰，培养宝宝的自信。

**游戏准备**

一条毛巾。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝面对面坐好，先让宝宝拉住毛巾的一头，老师抓住另一头。然后一紧一松地拉毛巾，让宝宝感受到拉动的力量。

2．鼓励宝宝用力拉住毛巾，给宝宝加油。老师控制好力度，只要宝宝能拉紧毛巾就行。

3．老师的身体可有意识地随毛巾的松紧前倾、后仰，就像拔河一样。

**安全提示**

不要突然松开毛巾，以免让宝宝摔倒或受到惊吓。

## 滑滑梯：宝宝也有平衡感了

**发展领域：大运动 月龄：10—12个月**

无论是正在努力学走路，还是已经会走路的宝宝，都越来越喜欢刺激性的游戏了。比如滑滑梯就是宝宝很爱玩的游戏，从刚开始的倾斜着滑下来，到逐渐地坐着滑下来，宝宝的身体平衡性也因此得到了锻炼。

**游戏目的**

锻炼宝宝身体的平衡性。

**游戏准备**

纸箱、胶带。

**游戏步骤**

1．把纸箱裁成若干块纸板，再把纸板拼成长条，加厚纸板，用胶带把纸板固定好，做成一个滑梯。

2．把纸板滑梯的一端靠在沙发上，把沙发的靠垫垫在滑梯下面，使滑梯更牢固，在滑梯底部再放一个靠垫，以便宝宝安全着陆。

3．抱着宝宝，放在滑梯顶端，让宝宝缓缓地滑下去。多滑几遍之后，试着让宝宝自己滑下去。

**安全提示**

不要让宝宝穿开裆裤，一定要扶着宝宝，以免摔倒。

**老师须知**

宝宝学走路是有过程的，从扶着东西站起来，到扶着东西移动，再到迈出第一步，每一个阶段都不容易。老师不要操之过急，如果一味地让宝宝往前冲，很容易跌倒。而跌倒的次数多了，宝宝就开始害怕，反而不利于进一步的学步。

## 站在大脚上行走：踩一踩，笑呵呵

**发展领域：大运动 月龄：10—12个月**

婴幼儿期是宝宝成长的一个非常关键的时期，对未来的性格、语言能力、协调能力、创造能力等都会造成很大的影响。且这些能力的形成与发展，离不开老师与宝宝之间的亲密游戏。因此，多陪宝宝玩耍对其成长非常有利。

**游戏目的**

锻炼宝宝身体的平衡性和协调性。

**游戏准备**

宝宝清醒时，在家里或户外进行。

**游戏步骤**

1．让宝宝背对着自己，并将宝宝的两只小脚放在自己的两只脚背上，扶着宝宝向前走。一边走，一边喊：“一二一，向前走。”

2．接下来，以同样的姿势，扶着宝宝向后退。一边走，一边喊：“一二一，向后退。”交叉进行五六次。

**安全提示**

步子要小，脚不要离地太高。注意避开障碍物，以免摔倒。

**老师须知**

抬腿迈步时，眼前的景物会随之发生变化，这让宝宝感到了行走的喜悦。老师这个时候随着口令前进、后退，更是让宝宝理解了语言和走路的联系，他会明白什么口令要伴着什么动作。

## 推拉小车：我要开始学走路了

**发展领域：大运动 月龄：10—12个月**

处于这个阶段的宝宝已经开始蹒跚学步了，如果老师能够为宝宝创造一个乐于行走的情景，宝宝的学步将会充满激情。比如给宝宝提供一个推拉小车，就能让宝宝更有兴趣地练习走路，同时也能培养宝宝独立的探索能力。

**游戏目的**

提高宝宝学走路的兴趣。

**游戏准备**

婴儿车或婴儿学步手推车。

**游戏步骤**

1．在宝宝状态好的时候，带他到家里或是户外比较宽敞的地方。

2．给宝宝一个小推车，引导宝宝握住把手，然后扶着宝宝往前推。推了一段距离后，试着放开手，让宝宝自己慢慢推着走。

**安全提示**

不要推太快，以免因为宝宝跟不上而跌倒，但也别过分保护，否则不利于宝宝尽早学会走路。

**老师须知**

学步车是宝宝学步的有力工具，但不可过早使用，否则会影响宝宝运动能力的发展，最好在10个月之后使用。而且，宝宝坐学步车每次不要超过30分钟，因为宝宝的骨骼比较软，容易变形，时间长容易形成扁平足，也容易导致腿部发育异常。

## 爬楼梯：上上下下好勇敢

**发展领域：大运动 月龄：10—12个月**

当宝宝学会爬和走之后，活动的范围就扩大了，楼梯就是宝宝经常玩的一个地方，如何安全地上下楼梯是刚刚学步的宝宝需要学习的一项重要技能。在与宝宝玩爬楼梯游戏时，老师要给予指导和协助。

**游戏目的**

训练宝宝的腿部力量和平衡性。

**游戏准备**

在布艺楼梯或家里的楼梯上进行。

**游戏步骤**

1．在家里楼梯的第四或第五个台阶上放一些小玩具，然后让宝宝从第一个台阶慢慢爬上去拿玩具。

2．拿到玩具后，再让宝宝慢慢往下爬，同时注意给宝宝一些提示语言，比如“转身”或“脚先下”。

**安全提示**

宝宝在上下楼梯的时候，老师一定要随时站在一旁注意保护，以免宝宝出现意外。

**老师须知**

刚开始学上下楼梯时，宝宝会觉得有一定的困难，但如果他能从老师的鼓励、支持中得到勇气，克服摔倒带来的心理上的恐惧和身体上的疼痛，就能勇敢地迈出第一步。

## 穿越“隧道”：探索神秘的世界

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

这个阶段的宝宝很喜欢往床底下或桌子底下爬，这是因为宝宝对周围的一切都非常感兴趣。此时，老师可以满足宝宝的这种兴趣，比如，通过穿越“隧道”游戏，让宝宝去探索。

**游戏目的**

训练宝宝的感知能力及空间意识。

**游戏准备**

一个爬行隧道筒帐。

**游戏步骤**

1．带宝宝到户外草坪上，然后打开爬行隧道筒帐。

2．老师一手扶着筒帐，并引导宝宝往筒帐的另一端爬去，老师在另一端吸引宝宝，当宝宝看见老师后，就会努力地向前爬。如此往返几次。

**安全提示**

注意清除筒帐底下的硬物，不要在阳光下进行。

**老师须知**

每一个宝宝接受新知识、新事物都有自己的风格和偏好，有些宝宝需要亲自探索才能学会，有些宝宝则看过、听过就学会了。所以，老师在对待宝宝的技能学习上，不应该偏安一隅，而要不断为他们提供能刺激他们的新环境，让他们去探索。

## 拼图游戏：找一找，哪个位置正确

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

宝宝拼图游戏是一款适合儿童开发智力的游戏，拼图类型包含了数字、字母和基本的图形，并分为不同的难度级别，可以让宝宝边玩边识别字母和形状，养成动手动脑的好习惯。

**游戏目的**

训练宝宝的精细动作能力及视觉分辨力。

**游戏准备**

一套大块拼图。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在地板上，然后将拼图放在宝宝面前。

2．老师将拼图模块从拼盘上拿下来，然后又放回去，让宝宝观察老师的拼图过程。

3．引导宝宝像老师一样做，如果宝宝不会，老师可以协助宝宝，让他把正确的模块嵌入正确的位置上去，反复多次，宝宝慢慢就

学会玩了。

**安全提示**

随时注意不要让拼图砸到宝宝。

**老师须知**

现阶段的宝宝还无法玩一些复杂的拼图游戏。因此，老师最好为宝宝准备一些形状简单、上有把手、下有对应图片的大块拼图，这样更方便宝宝操作。

## 抓握瓶子：感受冷和热

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

这个阶段是宝宝生长发育的关键时期，除了保证足够的营养外，陪宝宝一起做游戏是开发宝宝潜能的良好方式之一。比如通过抓握冷、热水瓶，不仅可以训练宝宝的精细动作能力，还能促进宝宝感知觉的发展。

**游戏目的**

刺激宝宝的触觉发育，提升宝宝对冷、热的感受。

**游戏准备**

两个空饮料瓶子。

**游戏步骤**

1．分别将两个空饮料瓶子装满水，一个装冷水，一个装热水。

2．老师让宝宝用手去抓握装冷水的瓶子，注意观察宝宝的表情，并对宝宝说：“这是冷水瓶。”

3．让宝宝再去抓握热水瓶，注意观察宝宝的表情，并对宝宝说：“这是热水瓶。”

4．如此反复几次，也可交叉进行，让宝宝感受冷和热。

**安全提示**

无论是冷水还是热水，都要注意不要太冰或太烫，以免对宝宝产生过度的刺激。

**老师须知**

除了让宝宝抓握冷、热水瓶外，老师还可以用盆分别装上冷、热水，让宝宝用手去摸，以便更近距离地体验到冷热的感受。而且一般来说，宝宝会很喜欢玩水，老师不要一味地阻止，只需要注意时间即可。

## 宝宝模仿秀：跟着老师学一学

**发展领域：适应能力 社会行为 月龄：10—12个月**

模仿是学习的一种形式，让宝宝通过观察、模仿老师的动作、语言等，可以让宝宝更快地掌握一些技能。因此，平时多为宝宝提供一些模仿的机会，比如一些模仿游戏，会更有利于宝宝的成长。

**游戏目的**

锻炼宝宝的各种动作。

**游戏准备**

在宝宝清醒的时候进行。

**游戏步骤**

1．老师坐在沙发上，双手托住宝宝腋下，对着宝宝说：“小脑袋，摇一摇。”同时做摇头动作，让宝宝也模仿。

2．接着，老师再说：“小舌头，伸一伸。”然后做出吐舌头的动作，引导宝宝模仿。

3．如果宝宝很配合，还可以眨眨眼睛、做做鬼脸等，让宝宝一一模仿。

**老师须知**

模仿虽然是学习的有效方式之一，但也会有负面效果，比如对

一些不好的行为、习惯的模仿。所以，老师平时一定要注意自己的言谈举止，以免给宝宝带来不良的影响。

## 撕纸游戏：让宝宝既快乐又聪明

**发展领域：精细动作 月龄：10—12个月**

撕纸是很多宝宝成长过程中的习惯，宝宝之所以喜欢撕纸，是因为当宝宝发现可以通过撕来改变纸的形状和发出声响时，会感到特别开心和快乐。于是，他会乐此不疲地撕个没完。当发现宝宝喜欢撕纸时，老师不妨与宝宝一起玩吧！

**游戏目的**

锻炼宝宝手部的小肌肉、手指的灵活性，以及手眼的协调能力；锻炼宝宝的想象能力，促进脑功能的健全和成熟。

**游戏准备**

若干餐巾纸。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在沙发或是儿童床上，拿一张餐巾纸给宝宝撕。

2．老师手里也拿一张餐巾纸，慢慢地撕成长条状，以引导宝宝学着老师撕纸。

**安全提示**

有的纸边角比较锋利，容易划破宝宝的皮肤。因此，在宝宝玩撕纸的时候老师要从旁协助，看着点，或者找一些比较安全的纸张让宝宝撕着玩。

**老师须知**

宝宝喜欢撕纸是一个很正常的现象，老师不必担忧。因为撕纸就像学爬、学走一样，也是宝宝成长中正常的学习过程。宝宝之所以爱撕纸，是想通过自己的努力，改变某些事物，从而满足新奇感。

## 抓球游戏：宝宝抓住了吗

**发展领域：精细动作 月龄：10—12个月**

抓球游戏，可以让宝宝全方位地运用自己的身体，让他体验到力量和控制的感觉。当宝宝顺利地抓住球的时候，他会很有成就感。所以，老师应该多和宝宝做一些抓握小球的游戏，这样更有利于宝宝身体的发育。

**游戏目的**

锻炼宝宝的抓握能力以及手眼协调能力。

**游戏准备**

若干个彩色小球。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在地板上，老师在距离宝宝1米远的地方面对宝宝坐下来。

2．老师将小球慢慢地推向宝宝，并示意宝宝用手抓住小球。当宝宝抓住小球的时候，老师要为宝宝鼓掌。

木琴演奏：我是音乐小天才

对于这个阶段的宝宝来说，娱乐和玩耍依旧是宝宝每天的主要项目。小木琴就是宝宝娱乐的很好选择之一，这个时期的宝宝对物品发出的声音，尤其是美妙的音乐会非常感兴趣。老师可以让宝宝多敲一敲木琴，以满足宝宝对声音的好奇。

**游戏目的**

让宝宝感受不同的声音，提高听觉，并培养节奏感。

**游戏准备**

一个小木琴。

**游戏步骤**

1．老师握着宝宝的手，一边敲打木琴，一边唱歌。即使歌声和拍子搭不起来也无所谓。

2．让宝宝独自敲打木琴。有时候，宝宝也会自己一边敲打木琴，一边哼唱。

**安全提示**

宝宝玩木琴的时候，最好有人在旁陪伴，以免宝宝将木棒放进嘴里发生危险。

**老师须知**

这个阶段的宝宝，脾气好的常常一个人玩，和成人对话和交流的机会要比脾气坏的孩子相应少些，家长一定要警惕这种因为“无人理睬”而导致的智力落后。也就是说，即便宝宝喜欢一个人玩，老师也要多参与到宝宝的游戏中来。

## 踢毽子：美丽小毽子，宝宝踢一踢

**发展领域：大运动 月龄：10—12个月**

这个阶段的宝宝能够扶着东西走动了，手脚更加灵活，协调能力也进一步得到提升。为了加快宝宝的行走能力，老师可以多与宝宝玩踢毽子游戏，这有助于增强宝宝的肌肉力量。

**游戏目的**

锻炼宝宝的腿部肌肉力量，为行走打下基础。

**游戏准备**

一个小毽子、一根细绳子。

**游戏步骤**

1．用细绳子将毽子拴好，然后让宝宝背靠着站在老师的前面，老师一手扶着宝宝，一手提着小毽子。

2．老师引导宝宝用脚去踢垂在脚前的小毽子，并哼唱：“小鸡毛，真美丽，做个毽子大家踢。你踢了八十五，我踢了一百一。好像鸟儿朝上飞，好像活泼的小公鸡。大家都来炼身体，身体健康好学习。左脚踢，右脚踢，踢个花样多美丽。”

**安全提示**

踢毽子的时间最好控制在5分钟左右，注意扶稳宝宝。

**老师须知**

宝宝刚开始踢毽子的时候，可能会胡乱踢一通，踢不准并不要紧，只要宝宝玩得开心就好。此外，宝宝兴致来了，可能会踢个没完没了，老师应适当控制，踢一会儿歇一会儿。

## 找玩具：小玩具，多又多，找一找

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

宝宝一出生，老师就开始为宝宝买各种各样的玩具。到这个时候，宝宝的玩具已经积累了很多。有时候，老师都不知道如何利用这些玩具了，其实，不妨让宝宝学着找找玩具，既能让宝宝开心又能益智。

**游戏目的**

锻炼宝宝的识物能力。

**游戏准备**

在宝宝所有的玩具中，挑选宝宝比较喜欢的几样。

**游戏步骤**

1．老师将准备好的四五种玩具放在离宝宝有一小段距离的地方，以宝宝能够够得着为宜。

2．老师对宝宝说“给我娃娃”“给我小车”等，引导宝宝寻找玩具。

**安全提示**

不要挑选太过坚硬或是太过尖锐的玩具，以防宝宝在拿的过程中受到伤害。

**老师须知**

在游戏时，如果宝宝不知道老师说的是什么，老师应该给宝宝指一下自己说的玩具，引领宝宝把玩具找到并递给老师。如果宝宝还是不能听明白，或是不知道玩具的名称，可以直接把玩具拿给他，顺便告诉他这个玩具的名字。

## 套杯子：一个摞一个，宝宝真能干

**发展领域：适应能力 精细动作 月龄：10—12个月**

用双手把弄物体，蕴含着宝宝对物体的分析与综合性质的操作，是宝宝认识世界的能力的体现。套杯子游戏就是一个很好的例子，它可以满足宝宝的探索欲望，增加对事物的认识，提高自己的动手能力。

**游戏目的**

锻炼宝宝手拿物品的能力，以及手眼协调性，促进大脑发育。

**游戏准备**

若干个规格相同的塑料水杯或纸杯。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在地板上，然后老师把水杯呈“一”字形摆放在宝宝面前。

2．老师按从左到右的顺序，拿起水杯套在另外一个水杯上。依次将所有水杯套在一起，演示给宝宝看，然后再将水杯分别排开。

3．引导宝宝拿起一个水杯套在另一个水杯上，依次将水杯摞起来。

**老师须知**

准备游戏时，最好选择高度低一些的水杯，这样便于宝宝将水杯套起来。水杯颜色最好不同，并且要色彩鲜艳，这样可以增加刺激宝宝视觉的机会，让宝宝更有兴趣玩耍。

## 纸盒游戏：小圆片，对对看

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

注意力是观察力、记忆力、想象力、思维力等其他智力因素的必要条件和先导。因此，平时要多创造吸引宝宝注意力的环境，培养宝宝广博而持久的兴趣。纸盒游戏是一个锻炼宝宝观察力的有效方法，老师不妨在平日里多和宝宝玩玩这个游戏。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手眼配合能力。

**游戏准备**

准备一个纸盒，并在纸盒上挖两个大小不同的圆形小洞，再用硬纸板剪一些相应大小的圆片，并涂上不同的颜色。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在桌前，把纸盒放在桌面上，小圆片放在纸盒一旁。

2．老师拿起小圆片，分别比较圆片和纸盒上圆孔的大小，然后按照不同的大小将圆片一一放入纸盒中，为宝宝做演示。

3．递给宝宝一个圆片，鼓励宝宝找到和它相对应的圆孔，然后投入纸盒中。引导并帮助宝宝将全部圆片慢慢投入纸盒中。

**安全提示**

注意不要让宝宝的手通过圆孔伸进盒子里，以免被圆孔周边刮伤。

## 小宝宝，来搬家：我们一起收拾玩具

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

这个阶段，宝宝能到处行走了，宝宝的玩具也越来越多，是时候开始训练宝宝自己收拾自己的东西了。与宝宝一起收拾玩具，不但可以起到娱乐的效果，而且对宝宝各方面的发展很有好处。

**游戏目的**

锻炼宝宝的肢体配合能力，进一步发展其独立行走的能力，以及有效地提升宝宝的自我服务意识和能力。

**游戏准备**

若干玩具、一个玩具筐。

**游戏步骤**

1．在宝宝的小屋里，到处都摆放着宝宝的玩具。

2．老师和宝宝一起走进屋里，老师将玩具筐放在地上，和宝宝一起将玩具捡起来，一个一个地放入玩具筐里。

3．宝宝每成功将一个玩具放到玩具筐里，老师就数一次玩具筐里的玩具数，并告诉宝宝。

**安全提示**

游戏的时候，让宝宝一次只搬运一个玩具，拿得太多，宝宝容易因掌握不好平衡而摔倒。

**老师须知**

这个阶段，老师必须采取一些特别的安全措施。比如，把药品放到宝宝拿不到的地方；经常检查房间，看看地上是不是有钉子等危险物品等。这个时期的玩具体积最好大一点，以免宝宝把它们放进嘴里，造成危险。

## 神奇的盒子：变、变、变

**发展领域：适应能力 月龄：10—12个月**

每一个宝宝的家里都会有大大小小的盒子，而这些盒子往往也是宝宝的玩具。其实，老师可以利用这些盒子玩出好玩的游戏来，比如，“神奇的盒子”游戏就能让宝宝玩得乐此不疲。

**游戏目的**

理解“打开”“有了”“没有”等词的意义。

**游戏准备**

能够打开的盒子、若干小玩具。

**游戏步骤**

1．老师在盒子里放一个宝宝喜欢的小玩具。

2．老师打开盒子的时候说“打开”，反复几次，让宝宝跟着模仿。

3．老师取出盒子里的小玩具说“没有”，再轻轻地把小玩具放进盒子里说“有了”，反复几次，引导宝宝照着做。

## 玩积木，堆宝塔：看谁叠得高

**发展领域：适应能力 精细动作 月龄：13—18个月**

宝宝天生喜欢把东西叠得高高的，看见盒子或积木，就喜欢把它们叠在一起。通常这个阶段的宝宝能够叠两块积木或两个盒子，能叠三块的宝宝，说明他的小手控制力和平衡力都比较好。

**游戏目的**

锻炼宝宝手的控制能力和平衡能力。

**游戏准备**

若干大小不一的积木。

**游戏步骤**

1．老师把几块大小不一的积木放在宝宝的面前，然后对宝宝说：“哪块积木最大？哪块积木最小？ℽ

2．待宝宝回答之后，引导宝宝把最大的积木放在最下面，最小的放在最上面。

**老师须知**

玩积木不仅有利于提高宝宝的动手能力，还有利于宝宝发挥想象力。综合运用多种不同种类的积木共同搭建实物，有利于培养宝宝的想象力和创造力。所以，老师要多陪宝宝玩玩积木，以开发大脑潜能。

## 涂一涂，画一画：宝宝也会涂鸦了

**发展领域：适应能力 月龄：13—18个月**

这个阶段，宝宝开始喜欢涂鸦，因此老师应该为宝宝准备一些纸和笔。不过，这个时期的重点是训练宝宝的手眼协调能力，只要宝宝能专心涂涂画画就很好了，而不必要求宝宝画得有多好。

**游戏目的**

用颜色刺激宝宝，培养宝宝的动手能力，提高宝宝的智力。

**游戏准备**

水彩笔、白纸。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在桌子前，老师拿出一张白纸放在宝宝面前，然后在纸上画一个圆形，鼓励宝宝拿起水彩笔在圆形里涂鸦。

2．如果宝宝不会握笔，老师可先握住宝宝的小手在纸上涂鸦，再让宝宝自己画。

**安全提示**

注意不要让宝宝把水彩笔放入口中。

**老师须知**

如果宝宝不能够辨别出正确的颜色，老师应该先鼓励宝宝，然后告诉宝宝正确的颜色名称。反复进行，直到宝宝能够清楚地辨别出来。切记，不要让宝宝产生消极的情绪。

## 穿木珠：宝宝精细动作的表现

**发展领域： 精细动作 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝，手指指腹的触觉辨识开始有敏感的神经反应，对口腔的触觉依赖降低，宝宝开始用手触摸、用眼睛观察了。总的来说，这个时候宝宝的精细动作更加灵敏，诸如穿木珠这样的游戏已经适合宝宝玩了。

**游戏目的**

进一步锻炼宝宝的精细动作。

**游戏准备**

若干个不同颜色的木珠、一根粗线绳。

**游戏步骤**

1．让宝宝坐在桌子前，老师将不同颜色的木珠和绳子放在桌面上。老师拿起一根绳子，并把一根木珠穿进绳子，引导宝宝也这么做。

2．如果宝宝的动作比较笨拙，老师可以握着宝宝的手协助其完成。

**安全提示**

告诉宝宝木珠不能放进嘴里。

**老师须知**

一般来说，宝宝14个月就能自己穿珠子了。在宝宝穿木珠取得不小的进步时，老师还可以和宝宝进行穿珠子比赛。不过，有时要故意穿慢一点，让宝宝取胜。经过反复地练习以后，看看宝宝每分钟能穿上几个珠子。

## 追泡泡：比一比谁跑得快

**发展领域：大运动 月龄：13—18个月**

追逐、奔跑可以促进宝宝骨骼的生长，让宝宝的肌肉更加结实，也可以增强腿部力量，使宝宝的心脏跳动得更有力，还能增强呼吸系统和消化系统的功能。因此，老师不妨和宝宝一起玩一玩追泡泡的游戏，它对宝宝这个阶段的成长是非常有利的。

**游戏目的**

提升宝宝全身的活动能力。

**游戏准备**

泡泡液和吹泡泡的工具。

**游戏步骤**

1．老师带宝宝到户外公园里，老师吹泡泡，给宝宝演示如何吹泡泡，并戳破泡泡，然后鼓励宝宝也这么做。

2．在追泡泡的过程中，老师随时在宝宝身边，以防宝宝摔倒。如果宝宝对吹泡泡感兴趣，还可以教宝宝吹泡泡的方法，鼓励他自己吹。

**安全提示**

注意场地的安全性，最好在平坦、广阔的地方进行；抓完泡泡后要及时洗手。

**老师须知**

这个阶段的宝宝虽然会走了，但是步子还不是很稳，平衡感也不是很好。所以，老师在与宝宝做游戏的时候，一定要注意把握时间，不要让宝宝玩得过累。

## 小手拍拍：锻炼宝宝的手眼协调能力

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：13—18个月**

对于这个阶段的宝宝来说，了解身体各个部位的名称，以及学会控制自己的手、胳膊和脚是很重要的。小手拍拍游戏，就能很好地锻炼宝宝的这些能力。

**游戏目的**

培养宝宝的乐感，锻炼宝宝的运动能力。

**游戏准备**

在宝宝心情好的时候进行。

**游戏步骤**

1．老师先播放《小手拍拍》的音乐，然后和宝宝面对面坐在地板上

2．随着音乐的旋律，老师和宝宝一起拍手。另外，老师还可以和宝宝一起跺跺脚，或是伸伸小胳膊。

**安全提示**

播放的音乐声音不要太大。

**老师须知**

这个阶段的宝宝，其实很想知道自己身体各部分的名称。所以在进行游戏的时候，老师一定要特别强调，比如拍手的时候，对宝宝说：“这是小手，我们拍一拍。”这样有利于增强宝宝对身体部位的记忆。

## 纸箱城堡：打造宝宝的小王国

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝越来越有独立自主意识，不喜欢被约束，讨厌老师不准他们做自己喜欢做的事。宝宝有时候喜欢一个人玩了，老师可以为宝宝制作一个纸盒小城堡，让宝宝也拥有自己的一个小天地。

**游戏目的**

锻炼宝宝的动手能力和感官探索能力。

**游戏准备**

一个能够容纳宝宝的大纸箱、小刀、一些小纸箱。

**游戏步骤**

1．老师将大纸箱做成小房子，在纸箱的前侧开一个小门，大小能够让宝宝进出，左右两侧再开一个小窗，然后用小箱子做一个屋顶。

2．老师与宝宝一起玩耍，让宝宝爬进自己的城堡里，感受在里面的乐趣。还可以利用城堡和宝宝玩捉迷藏。

**安全提示**

与宝宝一起制作城堡的时候，要注意不要让宝宝碰危险的东西，比如小刀等；玩耍的时候也要注意不要让纸箱的边缘刮伤宝宝。

**老师须知**

在制作城堡的时候，可以用正方形的大纸箱做小屋，用长方形的大纸箱做通道。此外，还可以为城堡做一个可以开关的大门，以便于宝宝玩捉迷藏。最好是能将城堡底部固定结实，以免倒塌。

## 锅碗瓢盆交响乐：来一次亲子演奏

**发展领域： 适应能力 月龄：13—18个月**

宝宝敲击不同的物体，能够听到不同的声音，这可以帮助宝宝理解因果关系。家里的锅碗瓢盆就是很好的乐器，老师不妨和宝宝来一场锅碗瓢盆交响乐演奏会，一起和宝宝感受一下音乐。

**游戏目的**

培养宝宝的音乐节奏感。

**游戏准备**

筷子、木勺子、大小不一的金属碗、塑料杯等。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在地板上，周围摆着金属碗、木碗、塑料杯、锅盖等物品。

2．老师拿着筷子，分别敲一遍这些厨房用具，然后给宝宝两个木勺，引导宝宝敲打。如果宝宝敲打得很好，记得要给宝宝鼓掌。

**安全提示**

不要选择易碎、锋利等不安全的厨房用具。

**老师须知**

老师要明白，虽然这个时候宝宝敲打厨房用具听上去很刺耳，但这其实是很好的“健脑食品”。宝宝亲自敲打玩具发出声音，要比按下电动玩具按钮发出声音更有意义。

## 律动游戏：学小青蛙，跳一跳

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝还不会双脚跳，这个时候与宝宝进行青蛙跳游戏时，老师要拉着宝宝的手，帮助宝宝跳入或跳出呼啦圈，同时对宝宝说“跳进去了”“跳出来了”。让宝宝感知“跳进”“跳出”的概念。

**游戏目的**

从音乐中获得愉快的情绪，增强宝宝各种动作的发展。

**游戏准备**

呼啦圈、音乐《青蛙跳》。

**游戏步骤**

1．把呼啦圈放在地板上当作池塘，老师和宝宝则站在呼啦圈外面。

2．老师先带着宝宝绕着呼啦圈走，并对宝宝说：“呼啦圈里面是小池塘，我们要学着小青蛙往里面跳。”

3．当唱到“呱呱呱，往下跳，扑通一声不见了”时，老师拉着宝宝一起跳进呼啦圈，然后再跳出来，反复玩几次。

**安全提示**

小心扶好宝宝，不要让宝宝撞到尖锐的桌脚等。

**老师须知**

陪宝宝玩游戏时，老师一定不要把游戏当成严肃的教育，而且要和宝宝一起乐在其中。在与宝宝对话时，话语要尽量简洁，语速也要缓慢。

## 跨栏游戏：跨来跨去的小健将

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝已经学会走路了，为了进一步锻炼宝宝的行走能力，老师可以陪宝宝做一些具有挑战性的游戏，比如跨栏就有利于宝宝抬脚的训练，以及平衡能力的提升。

**游戏目的**

通过跨越障碍物，提高空间知觉。

**游戏准备**

三根细绳子、六个小木桩。

**游戏步骤**

1．将小木桩两个一组横排在一起，所有小木桩排成三组，每组分别用绳子系好。

2．老师牵着宝宝，并鼓励宝宝抬起脚，一个一个跨过去，跨的时候数一数宝宝跨了几个栏。

**安全提示**

注意宝宝脚下，不要被绳子绊倒。

**老师须知**

一般来说，13个月的宝宝抬腿还有一定的困难。但到了第14个月，宝宝腿部的力量迅速增强，这个时候不需要扶就能从老师并拢的双腿上跨过去。不过同样需要注意，宝宝跨腿时还不是很稳，老师要给予适当的帮助。

## 纸工游戏：葡萄成熟了

**发展领域： 适应能力 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝，将纸片或贴纸放入某个特定位置的能力还比较弱。所以，老师可以通过一些纸工游戏来加强宝宝的这一动作能力。在游戏的过程中，应该适当地给予帮助，逐渐让宝宝自己完成。

**游戏目的**

锻炼宝宝把圆形纸片放入指定位置。

**游戏准备**

一块画有一串葡萄的纸板，葡萄粒处挖成孔状；若干张紫色硬纸。

**游戏步骤**

1．老师将一张紫色硬纸，按照葡萄纸板上孔的大小，剪成若干个圆形纸片，当作葡萄。

2．引导宝宝将剪好的圆形纸片放入葡萄孔内，让宝宝亲自操作。

**安全提示**

游戏过程中，不要让宝宝碰触剪刀，以免受伤。

**老师须知**

除了剪纸片，老师还可以和宝宝一起将揉好的纸团当作葡萄。不过，揉纸团是一个不容易掌握的技能，大多数宝宝这个时候只会把纸片攥小或搓细，还不会揉成球。能够揉纸团的宝宝，说明其小手肌肉发展得不错。

## 推磨磨：老师，快来转圈圈

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：13—18个月**

有些宝宝比较喜欢转圈圈，他们甚至可以自己玩得很开心。虽然有时候把自己转晕了，但还是乐此不疲。如果老师担心宝宝转晕了摔倒，不妨参与进来，与宝宝一起玩一玩。

**游戏目的**

学习原地转圈，锻炼平衡能力。

**游戏准备**

待宝宝心情好时进行。

**游戏步骤**

1．老师分别拉住宝宝的一只手，一边唱儿歌，一边做动作。推，推，推磨磨，（老师带着宝宝原地转圈）磨出一碗甜豆浆。（动作同上）闻一闻，香喷喷。（停下来，凑到宝宝跟前，做出闻味道的样子）

2．反复做几次，让宝宝享受转圈的快乐。

**安全提示**

注意时间的控制，如果宝宝兴趣下降，或是表现出不想继续玩了，就要及时停止。

**老师须知**

刚开始，宝宝原地转圈的动作会比较缓慢、笨拙，这并不要紧，只要老师给予适当的帮助，慢慢地宝宝就会很熟练。

## 宝宝来探宝：看看瓶子里有什么

**发展领域：精细动作 月龄：13—18个月**

宝宝对未知的世界总是充满好奇，只要是够得着的东西，都想玩弄一番。这种不倦的探索，正是宝宝不断进步的原因之一。下面这个瓶中探宝游戏，就很适合老师和宝宝一起玩耍。

**游戏目的**

激发宝宝的好奇心，锻炼宝宝的精细动作。

**游戏准备**

若干个盖子易打开的塑料广口瓶和玩具。

**游戏步骤**

1．老师将宝宝平日喜欢的小玩具，分别放入瓶子里，然后盖上盖子。

2．在宝宝面前晃一晃瓶子，问宝宝：“里面装的是什么？”引导宝宝自己把瓶子打开，取出里面的玩具。

**安全提示**

小玩具的直径最好大一些，以宝宝无法吞咽为宜。

## 小脚丫，光着走：感受真奇妙

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：13—18个月**

处于学步的宝宝，每天都在不断地适应行走的感受。这时，不妨利用宝宝的好奇心，让宝宝光着脚到户外体验不同的路面，比如草坪、鹅卵石路等。宝宝敏感的小脚，踩在不同的路面上一定会非常开心。

**游戏目的**

提升宝宝的身体感知能力，以及触觉分辨能力。

**游戏准备**

待宝宝心情好时，带宝宝去户外进行。

**游戏步骤**

1．天气晴朗时，老师带着宝宝一起到户外，选择比较干净的草坪，放上垫子和宝宝一起游玩。

2．和宝宝一起脱掉鞋袜，然后试着在草坪上行走，让宝宝感受踩在草坪上的感觉。也可以选择鹅卵石或是水泥地面，分别看看宝宝的反应。

**安全提示**

注意清除户外场地的尖锐物、障碍物。

**老师须知**

对于宝宝来说，光脚走路有利于宝宝利用脚趾帮助身体保持平衡。在游戏中，老师不要忘记告诉宝宝走在不同路面上的感受。比如，踩在草坪上，对宝宝说“软软的”；踩在鹅卵石上，对宝宝说“硬邦邦的”等。

## 宝宝拼积木：塑造想象力与创造力

**发展领域：精细动作 适应能力 月龄：13—18个月**

拼积木并不是一种简单地把积木拼合和分开的过程，而是通过拼图让宝宝领悟知识的过程。在游戏的过程中，不仅能让宝宝感受到不一样的快乐，还能锻炼宝宝的手部灵活性，提升宝宝的观察力和注意力。

**游戏目的**

充分发挥宝宝的想象力，增强创新能力。

**游戏准备**

正三角形积木和直角三角形积木各四块。

**游戏步骤**

1．老师先给宝宝做示范，用积木拼出不同的形状。

2．让宝宝自己学着拼积木。如果宝宝还不能很好地拼出图形，老师可以先引导宝宝动手，反复几次，宝宝渐渐地就能学会了。

## 什么声音：宝宝听一听、学一学

**发展领域： 适应能力 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝，听说能力都在迅速提升，老师可以引导宝宝听各种声音并模仿发声，来教宝宝学说象声词，这对于促进宝宝的听觉和语言能力的发展非常有好处。

**游戏目的**

培养宝宝的听觉能力。

**游戏准备**

钟表、小鼓等能发出声音的物品。

**游戏步骤**

1．老师拿出钟表，让宝宝听“嘀嗒、嘀嗒”的声音，并告诉宝宝，这是钟表；再拿出小鼓，轻轻敲打，让宝宝听“咚咚、咚咚”的声音。

2．再次重复拿出钟表和小鼓，让宝宝听声音，并试着让宝宝回答是什么物品。

## 小手掌，画一画：树叶变绿了

**发展领域：精细动作 适应能力 月龄：13—18个月**

宝宝对色彩鲜艳的花花草草比较感兴趣，老师可以让宝宝给树添加树叶。尤其是当老师把宝宝的小手涂上绿色，让宝宝看到自己按下的手印变成了树叶后，他会感到不可思议，从而爱上这个游戏。

**游戏目的**

建立宝宝对色彩的初步印象，刺激宝宝的创作欲望。

**游戏准备**

纸张、彩色原料、彩笔。

**游戏步骤**

1．分别画两张画，一张画的树上只有树干，另一张画的树上长满了叶子。

2．老师对宝宝说：“春天到了，树上长满了绿色的叶子，多漂亮呀！可是这棵树上为什么没有叶子呢？宝宝来加上几片吧！ℽ

3．老师将绿色颜料涂在宝宝手上，教宝宝印在树枝上，就成了绿叶。

**安全提示**

注意宝宝的安全，不要让宝宝吃掉颜料，颜料要选择环保型的。

**老师须知**

在国内，可能很多老师会认为双手沾满涂料印画非常不卫生、不健康，宝宝的这种行为大多是被阻止的。其实，老师应该让宝宝多去尝试，过度的保护反而会阻碍宝宝天性的发展。在作画时还可用红色、黄色颜料让宝宝印手印，从而丰富宝宝对色彩的印象。

## 小小玻璃球：抓来抓去真有趣

**发展领域：精细动作 月龄：13—18个月**

这个阶段的宝宝手指的抓握能力还很弱，抓玻璃球游戏可以帮助宝宝提高抓握力和动作的准确性，达到刺激大脑的目的。游戏过程中的坚持性，是宝宝意志发展的主要指标。

**游戏目的**

锻炼宝宝手指的抓握能力。

**游戏准备**

几个五颜六色的玻璃球及两个塑料杯子。

**游戏步骤**

1．老师先给宝宝做示范，把玻璃球一个一个地从一个杯子抓到另外一个杯子里。

2．让宝宝用小手抓玻璃球，从一个杯子抓到另一个杯子里。如果宝宝成功地将玻璃球放入到另一个杯子里，一定要夸奖：“宝宝真能干。”

3．等宝宝玩得熟练之后，可以逐渐把两只杯子放得远一些，以增加游戏的难度。

**安全提示**

最好不要让宝宝一个人玩，以免宝宝吞咽玻璃球，发生危险。

**老师须知**

在玩这个游戏的时候，可以让老师和宝宝进行比赛，看看谁抓得快，抓得稳。让宝宝在练习的过程中有个榜样，这样会更有乐趣。

## 贴贴纸：锻炼宝宝的动手能力

**发展领域：精细动作 适应能力 月龄：13—18个月**

贴纸的内容一般是日常生活中常见的动物、蔬菜、水果、交通工具、日常用品等，让孩子找出合适的贴纸贴在合适的地方，能够锻炼宝宝的动手能力，激发宝宝对贴纸的兴趣。这样不仅能让宝宝获得快乐，还有助于其各种能力的发展。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手眼协调能力。

**游戏准备**

若干贴纸。

**游戏步骤**

1．把贴纸放在宝宝面前，然后，老师撕下贴纸的一面，贴在宝宝的小手上，对宝宝微笑。

2．让宝宝看看小手上的图案，然后把剩下的贴纸在宝宝面前摇晃，吸引宝宝的注意。当宝宝会举起双手要的时候，拿一个贴纸让宝宝自己来贴，老师在一旁指导。

**安全提示**

贴纸贴在宝宝的手上后，撕下来的时候要轻一点。

**老师须知**

在游戏的过程中，宝宝会产生自己的意识，比如就要这样或那样做。对待宝宝的这种自我意识，老师应学会说“不”，并注意以下几点：解释原因；老师的意见要一致；坚持到底；不能讲条件；可给宝宝其他选择的机会；不能总说“不”。

## 手指歌谣：大拇哥，二拇弟……

**发展领域：精细动作 适应能力 月龄：13—18个月**

人的音乐智慧是最早萌发的，而游戏又是宝宝最喜爱的活动。所以，如果能在游戏中培养宝宝的音乐智慧，必将事半功倍。手指歌谣游戏既开启了宝宝的音乐智慧，又培养了他们对音乐的兴趣，让宝宝感受到了音乐美。

**游戏目的**

锻炼宝宝手口一致的动作能力，提高其大脑反应水平。丰富宝宝的音乐感知能力，从而提升宝宝体验美、创造美的能力。

**游戏准备**

在室内或室外适宜的环境进行。

**游戏步骤**

1．老师抱着宝宝，拿着宝宝的手指头一个一个点，同时唱歌谣：“大拇哥，二拇弟，中三娘，四兄弟，小妞妞，来看戏，手心手背，心肝宝贝。”左右手交替进行。

2．也可以让宝宝的双手交叉握在一起，帮助宝宝做手指抬起的动作：“大拇哥跳一跳，二拇弟跳一跳，中三娘跳一跳，四兄弟跳一跳，小妞妞出来了，大气球爆炸了，哗啦啦，哗啦啦。”

**安全提示**

在拨弄宝宝的手指时，用力要轻一些。

**老师须知**

一般来说，宝宝在1.5～2岁时，基本能认真聆听音乐并伴随音乐节拍做出类似“舞蹈”的动作。所以，老师平时要经常播放旋律优美、轻柔的乐曲，以尽早培养宝宝的音乐感知能力。

## 小牛牛，顶起来：宝宝劲真大

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：19—24个月**

顶牛游戏是与宝宝互动的一个很好的方式，老师可以和宝宝每天玩几次，既能锻炼宝宝的颈部肌肉力量，又能为宝宝带去快乐，积累感性经验，增强亲子感情。

**游戏目的**

锻炼宝宝的颈部力量，增进感情。

**游戏准备**

在安静的环境中进行。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝双膝跪地，两手撑地，作爬行状。然后，老师和宝宝相互头顶着头，同时唱儿歌：“爬呀爬，爬呀爬；老师爬，我也爬；大头顶小头，小头顶大头；哞，哞，我们来顶牛，看谁力气大如牛。”

2．游戏中，老师可以故意让着宝宝，多玩几次，宝宝就会很熟练。

**安全提示**

注意用力不要过大，以免伤到宝宝的颈部。

**老师须知**

这个时期的宝宝与大人互动都是通过模仿而来的，尤其爱模仿身边人的动作和表情，甚至喜欢观察别人在做什么、为什么会笑。老师只要和宝宝玩几次顶牛游戏，宝宝就会很主动地把头顶过来，模仿老师的动作。

## 捉迷藏：老师在哪儿呢

**发展领域： 适应能力 月龄：19—24个月**

宝宝在婴儿时期会因为羞涩把自己藏起来，长大一点就喜欢跟老师躲猫猫，趁老师不注意跳出来吓老师一跳。其实，躲藏的过程，是宝宝认识世界、认识自己，学会开动脑筋的体现。捉迷藏是宝宝不可缺少的游戏。

**游戏目的**

发展宝宝的认知能力、视觉记忆和听觉能力。

**游戏准备**

在宝宝心情好的时候进行。

**游戏步骤**

1．老师先藏起来，可以躲在门后面或是窗帘后面，然后对着宝宝大叫：“我藏好了，快来找我吧！”当宝宝四处寻找的时候，可以故意发出一些声音，引导宝宝顺利地找到你。

2．让宝宝藏起来，老师来找。这个时候，宝宝很可能会是藏着脑袋，露出双腿。老师可以假装没看见，找一会儿再发现宝宝，并表现出很惊讶的样子。

**安全提示**

捉迷藏时一定要注意将家里的各种危险物品摆放好，以防伤到宝宝。

**老师须知**

在玩捉迷藏游戏时，当家里的每一个角落都被“开发”了之后，可以带着宝宝把视角投向外面的世界。比如院子里，或者邻居家，让宝宝走得更远。不过一定要注意安全。

## 嘭嘭嘭：我是快乐的小鼓手

**发展领域： 适应能力 月龄：19—24个月**

简单的乐器可以衍生出丰富多样的音乐游戏，这些游戏能够刺激并增强宝宝的听觉和触觉。手鼓就是其中之一，它既能拍也能摇，可以强化宝宝对独特而多样声音的认知。

**游戏目的**

培养宝宝的节奏感、听觉能力。

**游戏准备**

两个小手鼓。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在地板的垫子上，老师拿起一个手鼓，用手拍起来，以吸引宝宝的注意力，反复拍打或摇晃手鼓，让宝宝学着做。

2．给宝宝一个手鼓，指导他拍打或摇晃手鼓。当敲击手鼓时会发出“嘭嘭嘭”的声音；而摇晃手鼓时，则发出“叮叮当当”的声音。

## 走轮胎，不怕怕：老师扶着胆子大

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：19—24个月**

在轮胎上行走，对于宝宝来说，是一件既好玩又害怕的事情。刚开始玩的时候，老师要扶着宝宝，直到感觉宝宝可以自己练习时再放手。当宝宝能够走得很稳时，不要忘记称赞宝宝，让他多练习几次。

**游戏目的**

促进宝宝运动机能的发育，训练宝宝的平衡能力。

**游戏准备**

一个汽车轮胎或游泳圈。

**游戏步骤**

1．将轮胎或游泳圈放置在平坦的地上，然后，扶着宝宝在轮胎上行走。

2．等宝宝熟悉后，试着让他自己慢慢迈步。为保持平衡，宝宝会移步，在移步平稳后，宝宝会慢慢迈步。

**安全提示**

由于轮胎和游泳圈都比较滑，所以游戏的时候，一定要抓紧宝宝。

**老师须知**

这个游戏有一定的刺激性，但也存在一定的危险。所以，选择的轮胎边缘不要太滑；大一点的轮胎，宝宝在上面更容易行走。如果宝宝一不小心掉下去了，就容易产生恐惧心理，游戏就很难继续下去了。

## 小风车，转转转：跟着风儿往前跑

**发展领域： 适应能力 月龄：19—24个月**

风是无形的，和宝宝玩小风车，可以让宝宝感知风的形态和力量，丰富其对自然现象的感受。所以，在刮风的时候，老师应该带宝宝出去，看看被风吹动的树叶，听听树叶摇动的声音，感受风吹在脸上的感觉，都是非常有益的活动。

**游戏目的**

提高宝宝感知自然的能力。

**游戏准备**

一张卡纸、胶水、图钉或大头针、筷子。

**游戏步骤**

1．把正方形卡纸对角折好，然后分别从四个角用剪刀沿着对角线剪至2/3处，把四个角折至中心，并用胶水固定，再用图钉或大头针把风车固定在筷子或小木棍上。

2．让宝宝拿着小风车跑起来，看看什么时候风车才会转起来，并对宝宝说：“风来了，跑起来，风车转转转。”

**安全提示**

注意不要让宝宝跑得太快。

**老师须知**

大自然的神奇容易吸引宝宝的注意力，激发他们的好奇心，从而表现出极大的探索欲，激发学习的潜能。适当地放纵宝宝的感官世界，当他们学会运用感觉器官从不同角度来感知这个世界时，将大大开启他们丰富的想象力和创造力。

## 卷筒麦克风：我为宝宝唱首歌

**发展领域： 适应能力 月龄：19—24个月**

和“打哇哇”一样，用纸卷筒来发出声音也是一件很有乐趣的事。宝宝通常会对这些发出不一样声音的玩具感兴趣。老师可以用纸卷筒当作麦克风，为宝宝唱首歌，让宝宝也学着玩一玩。

**游戏目的**

培养宝宝对音乐的感悟力。

**游戏准备**

儿童音乐、两个纸卷筒。

**游戏步骤**

1．播放一首儿童音乐，老师拿着纸卷筒当麦克风，对着纸卷筒宣布：“下面由我为宝宝演唱一首歌曲。”然后，随着音乐的节奏唱一首宝宝熟悉的儿歌。

2．唱完后，给宝宝一个纸卷筒，引导宝宝随着音乐的节奏对着纸卷筒发出声音。

**安全提示**

游戏中，注意纸卷筒不要触碰到宝宝的眼睛。

**老师须知**

老师在哼唱儿歌的时候，最好模仿宝宝发出声音，比如故意夸大声调，做出一些夸张的动作，以此来增加游戏的趣味性。

## 吹球进筐：你吹，我吹，大家吹

**发展领域： 适应能力 月龄：19—24个月**

吹球游戏非常考验宝宝的肺活量，有些宝宝甚至还没有掌握吹气的正确方法。老师正好可以通过吹球游戏，教会宝宝如何吸气和吐气，在玩乐中，不知不觉增强宝宝的体质。

**游戏目的**

增强宝宝的肺活量，增加情感。

**游戏准备**

桌子、塑料筐、若干个乒乓球。

**游戏步骤**

1．老师将塑料筐放在桌沿下，在桌子上放几个乒乓球，再向宝宝示范如何将乒乓球准确地吹入塑料筐里。

2．在宝宝熟悉之后，可以和宝宝进行比赛，在规定的时间内，看谁吹进去的球更多。

**安全提示**

注意把握游戏的时间，宝宝吹累了要及时停下来休息。

**老师须知**

为了让宝宝玩得更有兴趣，老师也可以改变游戏的玩法，比如把球放在桌子中间，与宝宝互吹。刚开始玩的时候，老师要让着宝宝，以激发宝宝的兴趣。

## 蝴蝶飞呀飞：你要飞到哪里去

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：19—24个月**

这个阶段的宝宝行动更加敏捷，老师应带着宝宝更多地亲近大自然，比如到户外去寻找和追逐蝴蝶，增加宝宝见识的同时，也锻炼宝宝的体质。蝴蝶作为一种美丽的昆虫，宝宝见了之后，一定会非常好奇和感兴趣。

**游戏目的**

让宝宝认识自然，锻炼宝宝独立行走的能力、注意力，以及动作的协调能力。

**游戏准备**

若干张蝴蝶图片。

**游戏步骤**

1．老师先和宝宝一起观察蝴蝶图片，告诉宝宝什么是蝴蝶。待宝宝认识后，再带着宝宝到户外去寻找蝴蝶。

2．看到蝴蝶后，先和宝宝一起观察蝴蝶，然后和宝宝一起追蝴蝶。并念儿歌：“蝴蝶，蝴蝶，你从哪里来？蝴蝶，蝴蝶，你要飞到哪里去？

3．也可以和宝宝一起扮成蝴蝶，引导宝宝振动双臂，并说“飞呀，飞呀，飞呀”，进行追逐游戏。

**安全提示**

奔跑时要注意障碍物，以免让宝宝摔倒。

**老师须知**

1.5～2岁的宝宝，奔跑起来身体动作的协调性和躯体的平衡能力还不够，所以老师要适当地控制自己和宝宝的速度。

## 点豆豆、抓手指：提高小手灵敏度

**发展领域：精细动作 月龄：19—24个月**

有研究表明，大脑皮质的成熟程度会随手指运动的刺激强度和时间而加快。也就是说，宝宝手指越灵活，越能有效提高宝宝大脑两半球皮质的机能。点豆豆游戏就能起到这样的效果，而且能让宝宝在游戏中感受参与的快乐，提高自我意识。

**游戏目的**

锻炼宝宝动作的灵敏性。

**游戏准备**

在室内或室外适宜的环境中进行。

**游戏步骤**

1．老师抱着宝宝坐在沙发上，左手握住宝宝的一只手，右手食指点宝宝的手心，一边点一边唱儿歌：“点豆豆，豆子长大，长大开花，开花结豆，一抓一把。”

2．说到“一抓一把”时，让宝宝立即握拳，设法抓住老师的食指。也可以互换角色，让宝宝来点豆，老师来抓宝宝的手指。

## 跳房子：前后左右，跳一跳

**发展领域：大运动 月龄：19—24个月**

经常运动的宝宝更聪明，因为运动能使大脑处于最初的启动或放松状态，人的想象力会从多种思维的束缚中解脱出来，变得更加敏捷，因而更富于创造力。跳房子游戏就能很好地锻炼宝宝的各项技能。刚开始跳可能不到位，要多鼓励宝宝。

**游戏目的**

锻炼宝宝的腿部力量，增强身体灵活性，以及发展宝宝的空间知觉能力。

**游戏准备**

一根粉笔。

**游戏步骤**

1．老师在户外宽阔的地面上画三个呈直线排列的房子：一个是圆形，里面写“老师”；一个是正方形，里面写“老师”；一个是三角形，里面写“宝宝”。

2．教宝宝认识形状和字，老师先给宝宝做示范，跳到对应形状的房子里，然后老师发出指令，让宝宝也往相应形状的房子里跳。

3．擦掉房子里面的字，让宝宝凭记忆，按照老师的指令再跳一遍。也可以在“房子”里面写上数字，让宝宝认识这些数字，并根据老师的指令来跳。

**安全提示**

发出指令的时候不要太急促，让宝宝慢慢地跳入、跳出。

## 小宝宝来骑马：嘚儿、嘚儿，驾

**发展领域：大运动 月龄：19—24个月**

游戏是宝宝启蒙的方式之一，与宝宝进行游戏，让宝宝在游戏中聆听儿歌，有利于宝宝今后认知的发展。骑马游戏对宝宝来说，是一个很刺激的玩法，可以培养宝宝的胆量。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力，培养宝宝的勇敢精神。

**游戏准备**

一把靠背椅。

**游戏步骤**

1．在宽敞的地方，让宝宝面对着椅背坐好，宝宝的双腿从靠背椅的椅背下面的空档部位伸出来，宝宝双手托住椅背的两边。

2．老师扶住靠背椅的椅背，以椅背下方的两条后腿为支撑点，前后摇动椅子，一边摇一边唱响儿歌：“摇啊摇，摇到外婆桥。”

**安全提示**

老师要特别注意抓好椅子，因为两条腿支撑椅子非常容易出现意外。

**老师须知**

游戏过程中，宝宝第一次这样坐在椅子上会感到害怕。因此，老师要对宝宝保持笑容，并安慰宝宝，让宝宝放松下来。如果宝宝实在是过于害怕，就要及时停止游戏。

## 手指游戏：石头、剪刀、布

**发展领域：精细动作 适应能力 月龄：19—24个月**

石头、剪刀、布的手指游戏，是老师们再熟悉不过的了。虽然这个阶段的宝宝并不明白游戏内容确切的意思，但只要教会宝宝玩，就能使他们的反应能力、灵活性得到很大地提高。

**游戏目的**

锻炼宝宝手指的灵活性，提高大脑的反应能力。

**游戏准备**

在宝宝心情好时进行。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝对坐在地上，老师伸出拳头，对宝宝说：“石头。”之后握着拳头伸出两根手指，对宝宝说：“剪刀。”最后伸出张开的五指，对宝宝说：“布。”

2．三个动作反复进行，待宝宝熟悉三个动作之后，引导宝宝跟着做动作。

## 翻筋斗：小小齐天大圣

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：19—24个月**

1.5～2岁是开发孩子运动潜能的敏感期，很多宝宝从小就喜欢翻筋斗，翻筋斗有助于培养宝宝的运动兴趣和身体灵活性，可以促进大脑的发育，刺激皮肤感觉和平衡感觉，对宝宝来说是一项适宜而又喜爱的运动。

**游戏目的**

促进宝宝全身协调能力的发展，促进大脑发育。

**游戏准备**

一张厚一点的垫子。

**游戏步骤**

1．将垫子铺在大厅的地板上，然后让宝宝将头、双手撑在垫子上，并且单脚一边抬起，往斜前方翻滚。

2．如果宝宝翻不过去，老师可以用手协助宝宝翻过去。反复几次之后，宝宝就渐渐熟练了。老师还可以和宝宝一起翻筋斗，以提高宝宝对游戏的兴趣。

**安全提示**

小心别让宝宝摔倒或撞到桌椅，1.5～2岁宝宝翻筋斗一次以2~3个为宜。

**老师须知**

学翻筋斗要慢慢来，动作不要过快、过急，以免扭伤宝贝稚嫩的手脚。老师牵拉宝宝的手部时要注意力道，并且随着宝宝动作的发展要相应改变用力重心。如果宝宝不愿意翻筋斗，一定不要强迫进行。

## 脚跟接着脚尖走：直线上的平衡感

**发展领域：大运动 月龄：19—24个月**

走直线，尤其是双脚前后交替前进，对宝宝来说是有一定困难的。不过，这个游戏可以有效地提高宝宝的行走技能，让宝宝从小感受挑战的乐趣，帮助宝宝建立平稳的心态，遇到困难不慌乱，从容应对。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力。

**游戏准备**

一根粉笔、两个布娃娃。

**游戏步骤**

1．在地上画一条直线，老师双手各拿一个娃娃，双脚前后相接走直线，保持身体平衡。

2．引导宝宝像老师一样走直线，两手拿着布娃娃并向两侧平举，保持身体平衡。

**安全提示**

玩耍的时候，让宝宝走得缓慢一些。

**老师须知**

在与宝宝进行游戏时，如果宝宝一开始走不稳，老师可以扶着宝宝走。在走的时候也不要催促宝宝，如果因为心急而导致走路摔倒，反而会打击宝宝的游戏积极性。

## 益智游戏：扑克牌，按图案，分一分

**发展领域：适应能力 月龄：19—24个月**

扑克牌是一种大多数人都会玩的常见娱乐项目。其实，宝宝也可以玩，这有助于开发宝宝的智力。通过训练宝宝对颜色、图形、数字的识别和分类能力，既锻炼了宝宝手眼配合的能力，又促进了宝宝整体动作的进一步发展。

**游戏目的**

锻炼宝宝的逻辑思维能力。

**游戏准备**

一盒扑克牌。

**游戏步骤**

1．老师拿出一盒扑克牌，抽取不同的10张牌，按颜色分类，比如红色、黑色，也可以按形状分类，比如红桃、方块、黑桃、梅花四类。

2．老师找出一张红色的纸牌，让宝宝把其余红色的纸牌找出来和它放在一起。

3．老师分别找出红桃、方块、黑桃、梅花四张纸牌，让宝宝去找同样花色的纸牌。宝宝熟练后，再玩整副扑克牌。

**老师须知**

扑克牌的玩法有很多，比如将一副牌平均分成两份，老师和宝宝依次出牌，就像火车一样，一张堆在一张上，有相同牌就可以将相同的牌之间的牌都拿走，最后看看谁赢的牌多。

## 踢球比赛：小小的射门手

**发展领域：大运动 月龄：19—24个月**

这个阶段，宝宝虽然能够很轻易地踢球了，但是要让宝宝将球踢进指定的方向或是位置，是非常有难度的。所以，与宝宝进行射门游戏，目的就是训练宝宝的近距离定向踢球技能。

**游戏目的**

锻炼宝宝定向踢球的能力。

**游戏准备**

一个皮球、一个呼啦圈。

**游戏步骤**

1．让宝宝扶着呼啦圈，老师拿着皮球，走到宝宝前面1米的地方，将球对准呼啦圈，缓慢地将球踢进去。

2．老师拿着呼啦圈，让宝宝学着老师踢球，距离可以稍微近一些。当宝宝踢进球之后，别忘记夸赞宝宝。

**安全提示**

踢球的速度缓慢一些，以免宝宝摔倒。

**老师须知**

1.5～2岁的宝宝，老师可以适当增加他们的户外活动时间，每天4～5个小时是最合适的。多一些户外活动，能够让宝宝的能量得到释放，更有利于宝宝身体的全面发育。

## 玩沙子：充满乐趣和创意的游戏

**发展领域：精细动作 适应能力 月龄：19—24个月**

你一定会发现，这个阶段的宝宝对玩沙子和玩水情有独钟。这是因为玩沙子能给予宝宝极大的满足感和成就感。宝宝在无拘无束、自由自在地玩沙时，心情开朗，他们可以用自己喜欢的方法玩，感受控制的乐趣。

**游戏目的**

锻炼宝宝的精细动作能力，刺激触觉发展。

**游戏准备**

沙土玩具，如塑料小桶、铲子、小耙子等。

**游戏步骤**

1．天气晴朗的时候，带着宝宝去户外的沙地或是儿童游乐场专门的沙地上玩耍。

2．老师向宝宝演示如何使用工具在沙地上绘制图案。比如，拖着小耙子在沙地上行走，印出一条条直线；用塑料桶在沙地上扣出一个大大的圆圈等。

3．让宝宝也来学着在沙地上绘制图案。当然，如果宝宝喜欢自己随意玩耍，那就让他尽情地玩耍，老师陪在一边就好了。

**安全提示**

选择相对比较洁净的沙子供宝宝玩耍；全过程须有大人陪同，注意不要让沙子进入宝宝的眼睛。

**老师须知**

喜欢玩水和沙子是宝宝的天性，所以，在保证安全的情况下，老师应该任由他们玩。

## 神奇的磁铁：物体为什么动了

**发展领域：适应能力 月龄：19—24个月**

磁铁为什么能够吸附铁质物品，宝宝虽然对此不能理解，但对物体能被磁铁吸起，两块磁铁既可以自动吸引，又会相互排斥等现象十分感兴趣。他们喜欢玩磁铁，并从中产生好奇和探索，所以，老师可以适当让宝宝玩玩磁铁游戏。

**游戏目的**

感知磁铁现象，了解一些常见的材质。

**游戏准备**

磁铁、铁勺子、钥匙、玻璃杯、积木、塑料玩具。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在桌子前，老师把铁勺子、钥匙、玻璃杯、积木、塑料玩具等物品放在桌子上，让宝宝拿着磁铁一一靠近每样物品。

2．当宝宝把有磁性的物品吸附起来后，告诉宝宝这是磁性物品，并一一告诉宝宝不能被吸附物品的材质。

**安全提示**

必须全程陪伴宝宝玩耍，以免发生吞咽危险。

**老师须知**

玩磁铁可以让宝宝对磁铁的特性有所感知，老师还可以带着宝宝拿着小磁铁在屋子里到处找东西，比如家具、电器的外壳、桌上的各种物品。看这些物品能否被小磁铁吸附，以增加宝宝游戏的兴趣。

## 夹球游戏：宝宝的双脚真灵活

**发展领域：大运动 适应能力 月龄：19—24个月**

1.5～2岁的宝宝，精细动作越来越棒了，此时，老师可以和宝宝玩玩小脚夹球的游戏。一开始，宝宝的动作可能会显得有些笨拙，夹不稳的情况也很常见，这需要慢慢地练习。

**游戏目的**

训练宝宝夹球抛出的腿力，学会屈膝、伸腿、举腿及用脚抛球、滚球的动作。

**游戏准备**

小皮球、小矮凳。

**游戏步骤**

1．让宝宝光脚坐在凳子上，引导他把放在脚边的小皮球夹起来，然后老师用手接住宝宝夹起的球。

2．让宝宝仰躺在地毯上，老师把小皮球放在宝宝的两脚间，让宝宝夹住球往上抬起。

## 打电话游戏：喂，你是谁

**发展领域：语言 月龄：25—30个月**

这个阶段的宝宝，每次电话响了都会很快地跑过去，拿起来就喂喂喂个不停，也不知道在说什么。其实，宝宝只是喜欢模仿打电话的动作，无论是玩具电话还是手机，都会拿到耳边“喂喂喂”。只要教会宝宝打电话游戏，他们就会时常要求大人陪他们玩。

**游戏目的**

培养宝宝的语言和交流能力。

**游戏准备**

一个玩具电话。

**游戏步骤**

1．老师拿出电话玩具或用手比画打电话的动作，让宝宝也学着打电话的样子，和宝宝一起玩打电话游戏。

2．和宝宝一起唱儿歌：两个小娃娃呀，正在打电话呀！（宝宝拿着电话玩具，老师用手当作电话放在耳边）喂！喂！喂！你在哪里呀？（老师问）喂！喂！喂！我在家里啊！（宝宝回答）

3．反复进行多次，并在熟练的时候，适当地告诉宝宝急救、火警等电话。

**老师须知**

老师可以自己制作电话，拿两个纸杯，在纸杯底部开一个小洞，将棉线的两头分别从杯子底部往杯子里面穿过，然后末端系上小木棍，简易的“电话”就做好了。老师和宝宝各拿一个“电话”，老师对着杯子讲话，宝宝把杯子扣在耳朵边听。当听到杯子里传来声音时，宝宝一定会特别激动。

## 魔术杯：挑战宝宝的记忆力

**发展领域： 适应能力 月龄：25—30个月**

魔术是最适合宝宝天性的游戏之一，宝宝刚睁开双眼看世界时，我们就已经和他玩魔术了。比如，大人们用双手蒙住自己的脸，然后在宝宝眼前突然打开，宝宝马上就会笑起来，这就是最简单的隐身魔术。接下来的魔术杯游戏对于宝宝来说，将是更大的挑战。

**游戏目的**

训练宝宝的记忆能力、思维能力。

**游戏准备**

一个玩具小鸭子、三个不同颜色的塑料杯子。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在桌子前，老师拿出三个颜色不同的杯子和一个玩具小鸭子。

2．老师将三个杯子呈一条直线扣在桌面上，在宝宝的眼前将玩具小鸭放进中间的杯子里，然后对宝宝说：“小鸭子在哪里？ℽ

3．接着移动杯子，分别将杯子移到左边、右边，再问宝宝：“小鸭子在哪里？

**老师须知**

魔术杯游戏和躲猫猫游戏原理都差不多，物品这一刻还在，下一刻就不见了，然后又出现了，宝宝对这样的魔术变化非常好奇。在游戏的过程中，要注意魔术杯移动的速度不要过快，也不要过于频繁，否则宝宝根本分辨不出物品在哪里，反而会失去玩耍的兴趣。

## 玩橡皮泥：宝宝的动手能力又增强了

**发展领域： 精细动作 月龄：25—30个月**

当你看见可爱的宝宝坐在地毯上，手里专心致志地捏着橡皮泥，嘴里不停地念念有词，是不是觉得他很快乐呢？其实，橡皮泥的千变万化，就像哈利·波特的魔法石一样，可以让宝宝变换出各种各样的玩法。

**游戏目的**

帮助宝宝体验物体的不同形状，锻炼其精细动作能力。

**游戏准备**

橡皮泥玩具。

**游戏步骤**

1．将橡皮泥玩具拿出来放到桌面上，让宝宝自己拆开，然后与宝宝一起玩。

2．大多数宝宝喜欢把橡皮泥压成各种不同的形状，老师可以教宝宝一些简单的形状，比如正方形、三角形等，也可以用专门的形状模型做出丰富的形状来。

3．玩过后的橡皮泥要用专门的容器储存起来，以待宝宝今后再玩。

**安全提示**

要购买正规厂家生产的环保橡皮泥，注意不要让宝宝吞咽橡皮泥。

**老师须知**

很多老师抱怨家里的玩具在买下还不到一天的时间内，就被宝宝拆得惨不忍睹。其实，这是宝宝对事物的探索，如果你也有这样的烦恼，不妨买些橡皮泥给宝宝玩吧。

## 放大镜，真奇妙：为什么东西变大了

**发展领域： 适应能力 月龄：25—30个月**

对于宝宝来说，放大镜是一个很神奇的玩具。它可以激发宝宝对事物的好奇心，帮助宝宝换一个角度看这个世界。透过放大镜，细小的沙粒看起来像石头，小小的手指头也能看见细细的纹路，等等，这些现象会让宝宝对事物有更深地了解。

**游戏目的**

分辨大小和形状，刺激宝宝的触觉。

**游戏准备**

一个放大镜。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在桌前，老师一只手握着宝宝的一只小手，另一只手拿着放大镜照宝宝的小手，和宝宝一起观察手指的纹路，并告诉宝宝：“这是指纹。”待宝宝熟悉怎么玩之后，让他用放大镜观察家里的其他物品。

2．也可以带着宝宝到户外，让宝宝用放大镜观察不同的物体，比如小草、花朵、昆虫之类的，并问宝宝看见了什么。如果宝宝回答不上来，老师可以适当地提示一下。

**安全提示**

不要让宝宝拿着放大镜去看有光源射过来的地方，尤其是对着太阳看，容易烧伤眼睛。

**老师须知**

透过放大镜观察周围的事物，是帮助孩子认识大自然的绝佳途径。老师要做的就是陪孩子一起玩，一起去探索和认识大自然。

## 骑大马：小宝宝，骑上马儿快快跑

**发展领域： 大运动 月龄：25—30个月**

2～2.5岁的宝宝走路已经很平稳了，但这并不意味着其平衡能力也很强。比如老师驮着宝宝做爬行游戏，宝宝想要保持平衡就有些困难了。虽然如此，宝宝还是对这种刺激性的游戏很有热情，老师不妨在闲暇之余和宝宝玩一玩骑大马游戏。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力。

**游戏准备**

一张垫子。

**游戏步骤**

1．老师双膝跪地，双手撑地，跪在地上扮演大马，然后老师扶着宝宝爬到老师的背上坐好。

2．当宝宝坐稳之后，老师开始慢慢地往前爬，与宝宝进行互动。游戏时还可以播放《小马快跑》儿歌。

**安全提示**

老师在爬行的时候，行动宜缓慢一些，注意不要让宝宝身体歪斜。

**老师须知**

在游戏的过程中，老师摇摇晃晃的身体有利于宝宝寻找身体的重心。宝宝想象自己骑着一匹乖巧的大马在奔跑，可以拓展宝宝的想象力。

## 绑腿快走：我是运动小天才

**发展领域： 大运动 月龄：25—30个月**

2～2.5岁的宝宝喜欢做一些大运动量的活动和游戏，如跑、跳、爬、跳舞等。宝宝想要做的事情，就会自己尝试着去做。这个时候，老师可以和宝宝一起做一些具有挑战性的运动游戏，比如绑着腿快走。

**游戏目的**

锻炼宝宝的身体协调能力、平衡能力及合作意识。

**游戏准备**

一根绳子。

**游戏步骤**

1．选一个宽阔的地方，老师与宝宝脚并脚站在一起，用绳子将老师和宝宝并在一起的脚绑在一块。

2．老师和宝宝挪动双脚往前走，在行走的过程中喊“一二一”口号，以保持步调一致。让宝宝明白，只有采取同样的步伐才能顺利向前走。

**安全提示**

在游戏过程中，速度不要过快，以免宝宝摔倒。

**老师须知**

这个时期，宝宝可以不用扶着任何物体，用单脚站立3～5秒，平衡能力有所增强。除了绑着腿快走这样的运动游戏，还可以让宝宝进行短平衡木的练习。

## 兔子舞：小兔子，蹦蹦跳

**发展领域： 大运动 月龄：25—30个月**

小白兔是宝宝非常喜爱的小动物，他们就像小白兔一样活泼可爱，喜欢蹦蹦跳跳的。老师不妨通过游戏来释放宝宝的这种可爱天性，跳一跳兔子舞既有利于宝宝动作的发展，还能培养宝宝的音乐细胞。

**游戏目的**

培养宝宝的乐感和动作的协调性。

**游戏准备**

歌曲《小白兔》、兔子头饰。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝戴上兔子头饰，播放《小白兔》的儿歌。与宝宝一起欣赏节奏欢快的旋律，唱到蹦、跳时，引导宝宝做出蹦、跳的动作。

2．当宝宝熟练动作和音乐时，老师可以试着教宝宝跳一段完整的兔子舞。

**安全提示**

兔子舞节奏紧凑，如果宝宝难以找到节奏点，老师可选择节奏缓慢一些的音乐。

**老师须知**

除了《小白兔》歌曲外，老师还可以准备有关其他动物的歌曲，如《小蚂蚁》《袋鼠老师》等，让宝宝学习更多的动物舞蹈。在跳舞的时候，也可以鼓励宝宝自己编一些动作，以开发宝宝的创造性思维。

## 过家家：小宝宝，来当家，真能干

**发展领域： 适应能力 语言 社会行为 月龄：25—30个月**

孩子喜欢玩游戏，是因为他们可以在游戏中发挥自己的想象力和创造力，“过家家”几乎是每一个宝宝都体验过的游戏。在游戏中，宝宝饰演家庭中的不同成员，他们可以表达自己的观点，感受不同的角色。

**游戏目的**

让宝宝学会用语言交流，体验不同的家庭角色。

**游戏准备**

积木、小塑料铲、小塑料桶、塑料刀与塑料叉子、纸盘子。

**游戏步骤**

1．老师先与宝宝一起用积木搭建房屋，在搭建房屋的时候，老师对宝宝说：“宝宝想要建一间什么样的房子呢？”通过问题与宝宝进行交流。

2．搭建好房子后，开始过家家，老师让宝宝扮演娃娃的老师，老师扮演邻居，向宝宝借一些物品，并根据宝宝对语言的理解程度，教宝宝一些日常生活中常说的话题。

**老师须知**

游戏过程中，老师尽量少用成人的语气，而要在宝宝的语言环境中进行对话，这样才能营造更轻松的氛围，宝宝才会觉得和老师说话是一件很开心的事情，这样宝宝在今后和他人说话时也会很自如，从而提高宝宝的语言表达能力。

## 宝宝学钓鱼：有耐心的小天使

**发展领域： 适应能力 精细动作 月龄：25—30个月**

在儿童游乐场中，我们经常能见到钓鱼游戏，有些宝宝比较喜欢玩。钓鱼游戏不仅能够很好地培养宝宝的耐心，增强宝宝动作的控制能力，更重要的是在成就感的影响下，能树立起自信的品格。因此，玩钓鱼游戏对宝宝是非常有益的。

**游戏目的**

发展宝宝的手眼协调能力和手的控制能力。

**游戏准备**

有磁性的各色小鱼玩具、带磁铁的钓鱼竿。

**游戏步骤**

1．老师将有磁性的小鱼玩具放在地上或桌子上，然后和宝宝分别拿着钓鱼竿坐在离小鱼玩具1米远的地方开始钓鱼。

2．老师和宝宝可以进行比赛，在游戏结束时，老师和宝宝数一数，看谁钓的鱼多，有几种不同颜色的鱼。

**老师须知**

为了真实地体验钓鱼，老师除了和宝宝玩钓鱼游戏外，还可以带宝宝到池塘边一起垂钓，亲身感受钓鱼的乐趣。不过外出钓鱼，一定要看管好宝宝，不要让宝宝远离视线，以防失足落水。

## 有趣的保龄球：宝宝投得真准

**发展领域： 适应能力 大运动 月龄：25—30个月**

前面我们和宝宝玩过用脚踢瓶子的“保龄球”游戏，而这个阶段的保龄球游戏对宝宝来说具有更大的意义。宝宝对这样的游戏十分感兴趣，每当宝宝撞倒瓶子时，都是宝宝能力的全面展示，可以说是既益智又有趣的游戏。

**游戏目的**

训练宝宝的手眼协调能力，开发宝宝的智力。

**游戏准备**

若干不同颜色的彩纸和空饮料瓶子、一个小皮球。

**游戏步骤**

1．老师将彩纸剪成碎片放入空饮料瓶中，每个瓶子装一种颜色的纸。

2．将装有不同颜色纸屑的瓶子呈一条直线放在地上，引导宝宝用小皮球去撞倒瓶子。每撞倒一个瓶子，便让宝宝打开瓶子，拿出彩纸，算作对宝宝的奖励。

## 走平衡木：让宝宝做一个勇敢的人

**发展领域： 大运动 适应能力 月龄：25—30个月**

一般来说，在与宝宝做游戏时，活动的强度要根据宝宝的身体情况来安排，运动量最好不要过度，而要逐步增加或减少。而且要注意宝宝的正确姿势，以避免造成宝宝损伤，尤其是走平衡木这样的游戏。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力以及身体协调能力。

**游戏准备**

一块宽20厘米的木板，当作平衡木。

**游戏步骤**

1．把木板垫高20～30厘米，老师扶着宝宝在平衡木上走几遍。

2．宝宝走熟练之后，老师试着放手让宝宝自己走。宝宝如果平时喜欢在马路牙子上行走，就能够较为顺利地学会走平衡木。

3．如果宝宝能够轻松地在平衡木上行走，可以让宝宝两手张开并拿着物品在平衡木上行走，以进一步锻炼宝宝的平衡能力。

**安全提示**

在做游戏的时候，不要故意吓宝宝。因为宝宝心里难免会害怕，吓唬宝宝只会加深其恐惧心理。

**老师须知**

走平衡木是这个阶段宝宝乐于玩耍的。只要有老师在一旁，宝宝会勇敢很多。不管宝宝是否熟悉这个游戏，多让宝宝玩一玩，都可以锻炼宝宝的身体协调性，以及锻炼宝宝勇敢的性格。

## 猫咪捉老鼠：宝宝抓住了，真棒

**发展领域： 适应能力 月龄：25—30个月**

2～2.5岁的宝宝精力都很充沛，因此，老师不必担心游戏会消耗他们的能量，可以陪他们尽情地玩，尤其是一些能开发宝宝心智的玩具和游戏。猫咪捉老鼠游戏不仅能比较好地锻炼宝宝的动作能力，还有利于宝宝的心智发育。

**游戏目的**

训练宝宝动作的灵敏性。

**游戏准备**

一个用纸做的小猫头饰、一只纱巾做的老鼠。

**游戏步骤**

1．老师帮宝宝戴上小猫头饰，双膝跪地，双手撑地作小猫状。

2．老师用绳子牵着老鼠在宝宝四周来回移动，并唱儿歌：“老鼠，老鼠，到处跑；小猫，小猫，快来捉。”

3．宝宝听到儿歌，爬着来捉老鼠。最后老鼠被宝宝捉住了，老师为宝宝鼓掌。

**安全提示**

注意游戏场地的安全，不要让宝宝磕碰到桌椅等。

**老师须知**

游戏刚开始时，老师应逗引宝宝向各个方向爬行，不让宝宝捉到老鼠，让宝宝多练习一下爬行。当发现宝宝稍有厌烦的情绪时，再让宝宝捉到老鼠。

## 倒下的骨牌：宝宝空间智能的发展

**发展领域： 适应能力 月龄：25—30个月**

传统意义上的多米诺骨牌是一种用木头、骨头或塑料制成的长方形骨牌，将骨牌按一定间距排列成行，轻轻碰倒第一枚骨牌，其余的骨牌就会产生连锁反应，依次倒下。这个游戏对宝宝来说，既非常有趣，又很考验耐心，有利于发展宝宝的空间智能。

**游戏目的**

提高宝宝的动手能力，培养宝宝的耐性，促进宝宝空间智能的发展。

**游戏准备**

骨牌玩具。

**游戏步骤**

1．老师将骨牌放在桌子上，和宝宝一起把所有骨牌都立起来，然后引导宝宝把第一块骨牌推倒，看是否所有骨牌都倒下。

2．等宝宝熟悉玩法后，可以鼓励宝宝发挥创意，将骨牌排成不同的形状。除了用手推倒，也可以让宝宝尝试用嘴把骨牌吹倒。

## 单腿站立：金鸡独立的功夫小子

**发展领域： 适应能力 大运动 月龄：25—30个月**

2～2.5岁的宝宝能自如地行走，但依旧需要进一步锻炼跑、跳等能力，这对腿部力量的锻炼很重要。单腿站可以有效地增强宝宝腿部的力量以及身体平衡能力。而且经常做这样的动作，还可以改变宝宝虚弱的体质。

**游戏目的**

锻炼宝宝肢体的平衡能力。

**游戏准备**

在宝宝心情愉悦的时候进行。

**游戏步骤**

1．在客厅里或是户外，老师做出单腿站立的姿势，还可以伸展两只手做飞翔的姿势，以引起宝宝的兴趣。

2．接下来，让宝宝学着做。双手合十，两眼微闭，任意抬起一只脚。如果宝宝站不稳，老师可以适当给予帮助。

3．当宝宝熟练后，可以增加宝宝单腿站立的时间，也可以让宝宝换腿站立，并为宝宝鼓掌以示鼓励。

**安全提示**

宝宝站立的时间不要过长，否则容易摔倒。

**老师须知**

游戏时，可以通过数数和宝宝比赛，看谁站得久。刚开始老师可以数得慢一点，当宝宝颤巍巍地站立，在使劲坚持着的时候，则可以适当加快数数的速度，并故意输给宝宝。游戏结束后，宝宝赢了别忘记给他一些奖励，让宝宝觉得自己的努力是值得的。

## 扔沙包：比一比，看谁扔得准

**发展领域： 适应能力 大运动 月龄：25—30个月**

这个阶段的宝宝非常喜欢扔东西，比如经常把沙发上的靠垫、床上的枕头往地上扔。虽然你非常生气，可你不得不一次次地去捡起来。其实，宝宝喜欢扔东西也是出于一种探索，老师不妨干脆和宝宝来一场扔沙包的游戏吧。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手眼协调能力以及动作的准确性。

**游戏准备**

若干个小沙包。

**游戏步骤**

1．天气好的时候，带宝宝去户外，找一块空地。

2．老师找一根树枝，在地上画一个圈圈，接着在离圈圈1米的距离画上一条线。

3．老师和宝宝站在线外，拿着沙包扔向圈圈，和宝宝进行比赛，看看谁扔得准。

**安全提示**

在户外玩的过程中，尽量选择人少的场地，尤其是和别的小朋友一起玩的时候，要注意不要砸到别人。

**老师须知**

制作的沙包不要太大，这样方便宝宝拿捏。如果不方便出门，也可以在家里面玩这个游戏，可以用垃圾篓当作圆圈，让宝宝拿着沙包往垃圾篓里面投，也能很好地锻炼宝宝的协调能力以及促进大脑的发育。

## 手指钢琴：宝宝也可以成为音乐家

**发展领域： 适应能力 月龄：25—30个月**

大多数宝宝都喜好音乐，但如果要让宝宝真正地学习并演奏音乐，恐怕宝宝的热情就会减少几分了。所以，老师不要着急要求宝宝掌握如何演奏音乐，更多的是陪宝宝一起欣赏音乐。下面就来和宝宝一起玩玩手指钢琴吧。

**游戏目的**

训练宝宝对音乐的听觉能力、记忆能力。

**游戏准备**

在宝宝心情愉悦的时候进行。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝面对面坐着，抓住宝宝的右手并告诉宝宝，食指是“Do”，中指是“Re”，无名指是“Mi”，小拇指是“Fa”，并把相应的音符写在宝宝的手指上。

2．老师再抓住宝宝的左手并告诉宝宝，小拇指是“So”，无名指是“La”，中指是“Si”，食指是“Do”（高音），并把音符写在宝宝的手指上。

3．老师和宝宝开始练习弹琴。一边唱一边让宝宝碰触老师的手指，每碰一根指头就跟着唱其代表的音符，反复练习。

**老师须知**

老师和宝宝一起练习音乐，能使宝宝的听觉变得更灵敏，丰富宝宝的音乐知识，更重要的是还能锻炼宝宝的发音，促进亲子关系。

## 荡秋千：双手拉一拉，宝宝荡起来

**发展领域： 大运动 月龄：25—30个月**

荡秋千的感觉真的很棒，宝宝再喜欢不过了。这个简单又好玩的游戏，会让宝宝体会到极大的乐趣。老师可以随时随地牵着宝宝在地上蹦跳、滑行，让宝宝体验更多的乐趣。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手臂力量，提高宝宝的平衡能力。

**游戏准备**

适宜的场地，最好是户外。

**游戏步骤**

1．在户外或路上，老师和老师站在宝宝的两侧，分别抓住宝宝的—只手。

2．将宝宝提起，边走边说：“一二三，荡秋千！”宝宝被老师提起来后，其身体会前后“荡”起来，这种感觉会给宝宝带来很大的乐趣。

**安全提示**

老师用力不宜过猛，要配合好，要均衡，而且要控制玩耍的时间，否则极易拉伤宝宝的韧带。

**老师须知**

这个阶段的宝宝，看起来还很弱小，有些老师担心抓住宝宝的胳膊荡秋千，会伤到宝宝的关节。其实，宝宝并没有我们想象中的脆弱，只要注意用力均衡，荡秋千游戏就很安全，完全没有必要过于担心。

## 敲一敲，打一打：杯子会唱歌

**发展领域： 适应能力 月龄：31—36个月**

刺激宝宝的听觉，一方面能够促进宝宝在情感上与人的沟通及语言方面的发展，另一方面还能培养宝宝积极接受外界事物。敲杯子发出的不同声音，让宝宝感受美妙音乐的同时，也让宝宝对事物有了更大的探索兴趣。

**游戏目的**

让宝宝了解声音的强弱关系，提高听觉的敏锐性。

**游戏准备**

两个大小一样的玻璃杯、一根筷子。

**游戏步骤**

1．老师将一个玻璃杯装满水，另一个装1/3的水。接下来，让宝宝用筷子分别敲一敲两个杯子，听听哪个杯子发出的声音高，哪个杯子发出的声音低。

2．可以增加杯子的数量，比如增加到三个或五个。分别装入不同分量的水，再让宝宝用筷子敲击，让宝宝找到声音高低的规律。

**安全提示**

让宝宝敲打时，注意不要把杯子碰倒了。

**老师须知**

老师除了可以让宝宝敲打杯子，也可以找出家里的锅、碗、盘子、盆等，让宝宝试着用筷子敲击它们，感受不同物品发出的不同声响。

## 抛球游戏：老师，我接住了

**发展领域： 社会行为 大运动 月龄：31—36个月**

抛球游戏，需要宝宝瞄准点状目标进行精确的投掷，这对宝宝来说，非常考验其视觉和动作能力。既可以锻炼宝宝的手眼协调性，又能促进其空间知觉的发展。及早地培养宝宝的空间知觉能力，对其今后各方面智能的发育有着重要的意义。

**游戏目的**

锻炼宝宝动作的准确性和协调性，体验合作游戏的乐趣。

**游戏准备**

一个小皮球。

**游戏步骤**

1．在户外平坦的地方，老师和宝宝围成一个三角形站好，三人之间各自保持1米的距离。

2．老师一手拿球，宝宝伸出双手准备接球，老师将球抛给宝宝，宝宝接住球，再抛给老师，如此轮流着抛球。

**安全提示**

引导宝宝注意安全，抛球时不要对着宝宝的头部抛。

**老师须知**

老师可以选择有弹性的小皮球，在游戏时可以不拘泥于形式，来回走动或互相追逐着传球。还可以教宝宝拍皮球，先是单手向下拍皮球，再双手连续拍，这可以很好地培养宝宝对上下、前后、左右的空间知觉能力。

## 听儿歌，转圈圈：小小的世界倒转了

**发展领域： 大运动 月龄：31—36个月**

宝宝出生时，从老师的子宫降生到一个大的空间中，首先需要体验的必须是空间，而最早的空间只能靠感觉。宝宝明白自己和他物是分离的、物与物也是分离的道理大概需要2～3年的时间，转圈圈就是宝宝对空间的一种体验。

**游戏目的**

锻炼宝宝的平衡能力以及协调性。

**游戏准备**

在宝宝心情好的时候进行。

**游戏步骤**

1．选一个比较宽阔的地方，播放音乐《转圈圈》，让宝宝伸展双手，随着音乐缓慢地向左或向右转圈圈。

2．老师也可以抓住宝宝的双手，然后荡起宝宝转圈圈。

**安全提示**

引导宝宝缓慢地转圈圈，时间不要过长，否则容易摔倒。

**老师须知**

在探索的过程中，老师可能会担心宝宝受到伤害。其实，宝宝对环境的把握是有天然的自卫意识的。老师要对宝宝保持信任，不要把“危险”说给宝宝听。如果孩子在敏感期没有得到发展，会变得越来越胆小，甚至对探索都不再感兴趣，也很难建立自信心。

## 跳圈圈：宝宝跳，老师追

**发展领域： 适应能力 大运动 月龄：31—36个月**

这个时间段的宝宝从会走发展到会跳、会跑，接触外界环境相对增多，尤其是跳跃，成了宝宝喜欢做的动作之一。跳跃运动能够全方面地锻炼宝宝的骨骼和肌肉，增强宝宝的灵活性。

**游戏目的**

锻炼宝宝的肌肉和骨骼力量，提升宝宝的反应能力。

**游戏准备**

一根粉笔。

**游戏步骤**

1．带着宝宝到户外找一块平地，老师用粉笔在地上画几个圆圈，使其呈一条直线。

2．老师和宝宝一起扮成小青蛙，双脚着地，蹲下后向前跳，宝宝在前，老师在后，从一个圆圈跳到另一个圆圈里。

3．和宝宝玩熟练后，老师和宝宝可以玩追逐跳。

**安全提示**

追逐的时候，注意不要过于紧逼宝宝，以免宝宝心慌摔倒。

**老师须知**

医学研究表明，人的生命与健康离不开振动。因为人体本身就是由一系列振动系统构成的，如胃的收缩、肠的蠕动、心脏的搏动、肺的呼吸等。如果宝宝常做跳跃运动，将这种外源性振动与内源性振动结合起来，健身与健脑的效果会更加突出。

## 小小售货员：来看看，卖玩具喽

**发展领域： 语言 社会行为 月龄：31—36个月**

这个阶段的宝宝很喜欢模仿，老师可以借此与宝宝进行一些角色游戏。比如让宝宝充当售货员，可以让宝宝熟悉日常的生活模式，同时使语言能力得到进一步发展。在游戏时，应选择一些宝宝常见的物品，以便于宝宝认知。

**游戏目的**

通过扮演不同的角色，提高宝宝的语言能力。

**游戏准备**

小桌子、小椅子、玩具车、动物玩具等。

**游戏步骤**

1．将所有玩具摆放在桌子上，让宝宝坐在椅子上扮演售货员，老师扮演顾客。

2．老师作为顾客，来到宝宝的桌子前，发现一款很喜欢的玩具，想要买下来，但是又觉得太贵，于是和售货员宝宝商讨价格。

3．顾客老师说：“你这个玩具车怎么卖啊？”售货员宝宝说：“这个玩具是我这里卖得最好的，50元一个。”

4．经过一番议价，最终顾客老师以30元的价格买下了这个玩具。

**老师须知**

老师还可以将水果卡片和蔬菜卡片分别贴在墙上，并标上价格。让宝宝作为顾客来买水果和蔬菜，启发宝宝说出水果或蔬菜的名称。如果宝宝说不出来，老师要耐心地教宝宝说，不能不管宝宝，那会让宝宝很伤心。

## 折纸游戏：宝宝折只小狗狗

**发展领域： 精细动作 月龄：31—36个月**

宝宝折纸的时候，还不能做得很好，这就需要老师在旁边帮助，教会宝宝折纸的步骤。待宝宝折出各种形状，就会喜欢上这样的游戏。同时关注宝宝的情绪，如果宝宝对这个游戏的兴致不高，老师可以先折好一个纸飞机或者小动物来吸引宝宝。

**游戏目的**

锻炼宝宝手的精细动作。

**游戏准备**

若干张彩纸。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝各拿一张彩纸。

2．老师先将纸裁成正方形，对角折成三角形，再将两边的锐角向上反折成小狗的耳朵，用笔画上眼、鼻、口，就成了一只小狗狗。

3．引导宝宝也这么做，如果宝宝不会，老师可以抓着宝宝的手帮助其折纸。熟练后，再让宝宝单独折一个。

**老师须知**

随着年龄的增长，宝宝开始不完全按照老师的意志行事，甚至会出现相反的举止，这种现象称为逆反心理。对于宝宝的逆反心理，老师应采取耐心疏导的方法，而不应简单、粗暴地干涉或不顾宝宝的意志独断独行。比如宝宝如果不愿意玩这个游戏，就不要强迫。

## 拍气球：拍一拍，气球飞高高

**发展领域： 大运动 月龄：31—36个月**

气球的玩法有很多，比如，可以让宝宝拿着硬纸板像拍乒乓球一样，把气球托得高高的，等到气球快落地的时候，再把气球托起来。老师参与到宝宝的游戏中来，会使其玩得更加快乐。

**游戏目的**

锻炼宝宝的手眼协调能力和平衡能力。

**游戏准备**

若干个气球、两块纸板。

**游戏步骤**

1．老师把气球吹起来，然后用线系好，再给宝宝一块硬纸板。

2．老师先把气球扔向空中，然后手拿纸板将往下落的气球拍向高处，引导宝宝也这么做，让宝宝把气球托到空中并尽量不让气球落地。

3．如果宝宝做不好，老师可以协助宝宝，手拿纸板，将要落地的气球托起来。

**安全提示**

气球不要吹得太鼓，否则容易爆裂。

**老师须知**

这个阶段的宝宝，有的养成了为了维护自己而攻击他人的习惯。如果你的宝宝没有朋友愿意跟他玩，就要引起重视，很有可能是因为宝宝喜欢攻击别人。这会让宝宝失去社交机会，严重的甚至会导致宝宝被孤立，引起心理问题。

## 踩踏板游戏：宝宝像个机器人

**发展领域： 社会行为 大运动 月龄：31—36个月**

踩踏板游戏对宝宝来说有一定的挑战性。当宝宝双脚踏上木板，两手拉着绳子走动的时候，不容易保持平衡，宝宝会感到害怕但又觉得好玩。此时，老师要适当地协助宝宝，多进行鼓励，宝宝才不会慌乱。

**游戏目的**

锻炼宝宝手脚动作的协调性以及身体的平衡性。

**游戏准备**

两块比宝宝的脚稍大些的木板、两根绳子。

**游戏步骤**

1．老师用工具在木板左右两侧各钻一个洞，将绳子穿进去，绳子的长度为从地面到宝宝腰部距离的两倍，然后把两端系在一起。

2．让宝宝的两脚各踏在一块板上，两手各拉住一根绳子。然后左右手依次拉起绳子，随着脚步往前行走。

**安全提示**

刚开始行走的时候要慢一些，先一步并一步地走，以免摔倒。

**老师须知**

游戏中，如果不得不责备宝宝，也一定要注意把声音和语调放低一些。低音调能促使宝宝集中精神、全神贯注，转移其注意力，忘记自己的哭闹。另外，使用较低的声音让宝宝明白责备只是母子之间的“私人声音”，能够拉近与宝宝的距离。

## 变魔术：摸一摸，袋子里有什么

**发展领域： 适应能力 月龄：31—36个月**

这个阶段的宝宝，在感知觉上有很大的发展，能够蒙着眼睛走直线，也能够按照大、中、小的顺序把物品从布袋里摸出来，还能按物品的重量排序。布袋摸物，就是一个很好地锻炼宝宝感知觉的游戏。

**游戏目的**

用触摸分辨物体，锻炼宝宝的触觉能力。

**游戏准备**

一个布袋，一些常见物品，如小积木、小玻璃球、夹子、橡皮、小石头、硬币等。

**游戏步骤**

1．把物品放在桌子上，然后教宝宝认识一遍所有的物品，再将所有物品都放进袋子里。

2．老师说一个物品的名称，然后让宝宝伸手去摸出来，看宝宝能不能准确地拿出指定的物品。

**安全提示**

不要选尖锐的物品，以免宝宝触摸的时候伤到手。

**老师须知**

游戏时选的物品最好是宝宝熟悉的，否则宝宝很难通过触摸辨识物品。如果这个游戏对宝宝来说有困难，也可以让宝宝说要什么，然后老师将物品拿出来给宝宝，在游戏中帮助宝宝认识更多的物品。

## 闻味识物：带宝宝走进“嗅觉王国”

**发展领域： 适应能力 月龄：31—36个月**

2.5～3岁的宝宝对食物的味道已经很敏感了，对于喜欢吃的东西，只要一闻到味道就迫不及待地要找来吃，而饭菜中如果闻到了不喜欢吃的食物，便会直摇头。既然宝宝的嗅觉能力这么厉害，那就不妨和宝宝进行闻味识物的游戏吧！

**游戏目的**

训练宝宝的感官能力，以及认识一些物品的气味。

**游戏准备**

洋葱、橘子、柠檬等食物。

**游戏步骤**

1．老师将以上食物切成片，分别用小碟装好。

2．用手帕蒙住宝宝的双眼或者直接让宝宝用手遮住双眼，不准宝宝偷看，老师端着食物靠近宝宝的鼻子，让宝宝闻一闻，并说出是什么食物。

**安全提示**

有些食物刺激性过大，比如洋葱，要小心不要熏到宝宝的眼睛。

**老师须知**

在游戏过程中，老师应该随着宝宝的熟练程度，相应地增加难度，以更好地训练宝宝的嗅觉。比如，可以给宝宝闻一些气味差别没那么大的食物。也可以在户外闻一些花草和树叶的气味，让宝宝认识并记忆更多种类的味道。

## 小兔子乖乖：宝宝的安全教育

**发展领域： 社会行为 月龄：31—36个月**

宝宝的安全是老师最关心的问题之一。因此，对宝宝的安全教育有利于宝宝产生避害意识，是一种积极的预防手段。老师在平时的生活中要对宝宝多进行安全教育，小兔子乖乖游戏就能教育宝宝形成对陌生人的防范意识。

**游戏目的**

提高宝宝的警惕性，加强安全意识教育。

**游戏准备**

小兔子头饰、大灰狼头饰。

**游戏步骤**

1．在宝宝的房间里，老师教宝宝唱《小兔子乖乖》的歌谣，同时让宝宝了解故事情节。

2．老师给宝宝戴上小兔子头饰装扮成兔宝宝，老师扮作兔老师去采蘑菇，向宝宝说“再见”并走出宝宝的房间。

3．老师戴上大灰狼头饰装扮成大灰狼，站在宝宝的房门前，捏着嗓子说：“小兔子乖乖，把门儿开开，我是老师。”

4．宝宝说：“你不是老师，我不开门。”直到老师来到门前并说“我是老师，快快开门”，宝宝才把门打开。

**老师须知**

老师要知道，生活中潜移默化的教育能使宝宝增长分析事物的能力，提高辨别能力，为今后的学习和生活打下良好的心理基础。对宝宝进行安全教育一定要长期坚持，才能在宝宝的心中建立起明确的安全意识。

## 够高高：宝宝是个跳跃小能手

**发展领域： 大运动 月龄：31—36个月**

这个阶段的宝宝跳跃能力得到进一步的发展，一般能够跳过10~15厘米高的障碍物，能单腿练习跳四下。够高是训练宝宝跳跃能力的一个游戏，对宝宝运动能力的提高能起到很好的作用。

**游戏目的**

锻炼宝宝手的控制能力以及跳跃能力。

**游戏准备**

一个布娃娃、一根绳子。

**游戏步骤**

1．用绳子将布娃娃挂在墙上，高度以宝宝举起手差10厘米左右为宜。

2．引导宝宝让其原地跳起来，去抓布娃娃，看宝宝能否够得着。如果还差一点，也可以试着让宝宝助跑来触碰布娃娃。

**安全提示**

注意跳跃场地的防滑，不要让宝宝摔倒。

**老师须知**

游戏中，绳子的高度以恰到好处为宜。让宝宝试着分别用双手和单手去够布娃娃。另外，为了引起宝宝的兴趣，可以把布娃娃变成水果或者零食，让宝宝跳起来抓住，够着一个吃一个，想必宝宝会更加充满热情。

## 小小传话员：对老师说，也对老师说

**发展领域： 语言 月龄：31—36个月**

这个阶段的宝宝语言能力越来越丰富，不仅能背诵简单的绕口令，还能模仿大人朗诵儿歌等。在观察力和记忆力方面，宝宝也能够凭借记忆指出现图和原图的三四处不同，还能够传递2～3个信息的口信。

**游戏目的**

培养宝宝认真听人说话的习惯，提升记忆能力。

**游戏准备**

在宝宝心情好的时候进行。

**游戏步骤**

1．老师和宝宝坐在客厅的沙发上，老师告诉宝宝：“我们来玩一个小小传话员的游戏吧！”然后向宝宝介绍玩法，并让宝宝做传话员。

2．一切准备好之后，老师在宝宝的耳朵边悄悄说一句话，让宝宝传给老师。宝宝跑到老师那里，把老师说的话传给老师。然后老师

再和宝宝说一句话，让宝宝传给老师，反复进行。宝宝传对了，要给宝宝一定的鼓励。

**老师须知**

游戏时，如果宝宝传错了话，或是记不太清楚了，老师不要立刻否定宝宝。应该允许宝宝再去问一遍，然后再过来传话，给宝宝更多的鼓励，那样他才会做得更好。同时，随着宝宝传话水平的提高，老师可以适当地增加传话内容的难度。

## 玩具捉迷藏：玩具哪去了？快来找一找

**发展领域： 适应能力 月龄：31—36个月**

宝宝都会有自己最喜欢的玩具，老师可以将宝宝的玩具藏起来，然后让宝宝来找一找。这不仅能激发宝宝的探索欲望还有助于宝宝认识上下、里外、高低等方位，提升宝宝的空间方位感。

**游戏目的**

帮助宝宝认识上下、里外、高低等方位词。

**游戏准备**

若干玩具。

**游戏步骤**

1．老师拿出宝宝平时爱玩的玩具，然后对宝宝说：“宝宝，我们来玩‘玩具捉迷藏’吧！”宝宝答应后，让宝宝把玩具藏起来，老师去找，找到后用语言表述玩具的方位，如“布娃娃在抽屉里面”等。

2．由老师来藏玩具，让宝宝找，找到以后要引导宝宝用语言表述具体的方位。如果宝宝长时间找不到，老师要给予一定的提示。

**安全提示**

藏玩具的时候，注意不要把玩具放在易倒或是易碎的物品附近。

**老师须知**

在游戏过程中，老师先把玩具藏在宝宝容易发现的地方，待宝宝能够轻易找到玩具时，再逐步增加难度。如果宝宝只能用手指示方位，老师应该引导宝宝用语言表述，如“小兔子躲在花瓶的什么地方？”并说出具体方位，让宝宝也跟着说。

## 跨越“雷区”：踮脚尖，走一走

**发展领域： 大运动 月龄：31—36个月**

这个阶段的宝宝动作更加敏捷，不但能长距离地走和跑，单脚站立也不是问题了，甚至能用另一只脚接住地面滚来的球。跨越雷区游戏，能够很好地训练宝宝单脚站立的能力。

**游戏目的**

锻炼宝宝腿部的肌肉，提高身体协调能力和平衡能力。

**游戏准备**

旧报纸或旧书籍、剪刀、彩笔。

**游戏步骤**

1．把旧书籍撕下几页，用剪刀剪出几个比宝宝的脚大一些的圆纸片，然后用彩笔画上地雷。

2．把圆纸片放在地上，纸片之间的距离比宝宝的脚步稍微大一些，并告诉宝宝这些纸片就是“地雷”。

3．老师指导宝宝在“雷区”练习跨越行走。告诉宝宝行走时不要跳跃，而要踮起脚尖慢慢地通过。

**安全提示**

宝宝踮起脚尖行走，容易失去平衡，老师最好在一旁看护。

**老师须知**

游戏时，如果宝宝不小心碰到了“地雷”，老师要告诉宝宝“地雷爆炸”了，宝宝被淘汰出局。如果宝宝走得非常好，则可以增加难度，比如缩短“地雷”之间的距离，让宝宝再继续走。也可以和宝宝进行比赛，这会让宝宝更有兴趣。

## 学走猫步：喵喵喵，小猫来了

**发展领域： 大运动 月龄：31—36个月**

猫步是一种很优雅的走路姿势，一般出现在T台上。不过，走猫步并不轻松，尤其是对宝宝来说，困难就更大了。老师不妨在闲暇之余和宝宝一起玩玩走猫步，它能够很好地锻炼宝宝的行走能力。

**游戏目的**

锻炼宝宝用脚尖走路的能力。

**游戏准备**

若干A4纸、彩笔。

**游戏步骤**

1．拿出几张A4纸，并在每张纸上画一个小猫的脚印，然后将纸一张接一张地平铺在地面上。

2．老师说：“喵喵喵，一只小猫从这里走过，留下一排小脚印，宝宝也来走一走吧！

3．引导宝宝踮起脚尖踩着地面纸张上的脚印向前行走。

**安全提示**

放在地面上的纸张最好用透明胶粘一下，以防宝宝踩的时候因纸张与地面打滑而摔倒。

**老师须知**

用脚尖走路能让宝宝掌握更多的走路技巧。不过，猫步虽然走起来很好玩，但如果宝宝学了之后非常感兴趣，甚至连平时走路时也走猫步，就应该适当地阻止宝宝，因为长期走猫步，是不利于宝宝骨骼生长的。

## 倒来倒去：我是小小运水工

**发展领域： 精细动作 月龄：31—36个月**

很多老师看见宝宝玩水都会制止，但宝宝似乎对玩水情有独钟，每次制止都会遭到强烈的反抗。其实，玩水对宝宝也是有利的，老师不妨让宝宝做做运水工吧，让宝宝将水倒来倒去，以提升宝宝的动作能力。

**游戏目的**

促进宝宝的手部肌肉控制力，以及精细动作的发展。

**游戏准备**

两个塑料杯。

**游戏步骤**

1．把两个杯子放在桌子上，并在一个杯子里注入1/2的水，然后倒入另一个杯子里，来回倒几次。

2．引导宝宝模仿老师的做法，让宝宝来回倒水，并告诉宝宝不能把水溅出来。还可以慢慢将杯中的水加多，提高游戏的难度。

## 手工游戏：小宝宝，剪纸花，手真巧

**发展领域： 精细动作 月龄：31—36个月**

做手工是非常锻炼精细动作和大脑的一项活动，通过双手的运动可以刺激大脑的广大区域，而通过思考又可以不断改善手指动作的精细化程度，眼、手、脑的配合协调还能极大地促进宝宝智力的发展。因此，手工游戏是这个阶段宝宝必不可少的。

**游戏目的**

锻炼宝宝手指的灵活性。

**游戏准备**

卡纸、胶棒、剪刀、胶条、吸管、彩笔。

**游戏步骤**

1．老师在卡纸上画出不同大小、相同形状的图案，然后让宝宝用彩笔将图案涂上颜色，并把它们剪下来。

2．把大小、颜色不同的图案叠在一起，并粘在一起，做成花朵。

3．再用胶条把吸管固定在花朵的背面。翻过来，一朵漂亮的纸花就完成了。

**安全提示**

在制作的过程中，不要让宝宝触碰剪刀、胶棒等危险物品。

**老师须知**

婴儿时期是宝宝社会性运动迅猛发展的阶段，其社会性能力突出表现在交往、初步独立能力的形成以及与小伙伴进行交往等方面。因此，老师要在这个阶段多带宝宝外出，为宝宝创造社交环境，多与宝宝游玩，这样有利于其社会性能力的发展。

## 筷子夹物：宝宝是个小能手

**发展领域： 精细动作 月龄：31—36个月**

使用筷子对宝宝来说是一种挑战，因为使用筷子时大脑和手进行着一系列的精细协调动作。及早进行手部活动训练，不仅可以促进手部骨骼和肌肉发育，还可以促进大脑发育，使宝宝心灵手巧。

**游戏目的**

锻炼宝宝小手肌肉的灵活性和控制能力。

**游戏准备**

一双筷子、两个塑料小碗、若干刀豆。

**游戏步骤**

1．老师拿出一双筷子，并向宝宝示范握筷子的正确姿势。然后把两个塑料碗放在桌子上，一个装一些刀豆，另一个空着。

2．老师拿着筷子把碗中的刀豆夹起来放进空碗里，然后让宝宝也把碗中的刀豆夹到另一个碗中。

3．宝宝熟练后，可以把两个碗的距离拉远一些，让宝宝反复练习，并鼓励宝宝使用筷子吃饭。

**安全提示**

每次练习的时间不宜过长，以免宝宝手部肌肉疲劳。

**老师须知**

宝宝刚开始学习使用筷子时会很不熟练，姿势也不正确。老师不要心急，要让宝宝自己喜欢上使用筷子。如果强迫其练习，效果只会适得其反。