

8 ~ 12 个月婴儿的活动

抓食：让宝宝自己用手抓食物（例如软米饭、馒头块等）吃，这为他 / 她提供了锻炼用手指抓取小东西以及感受手和嘴的触觉的机会。很快宝宝就会用手抓着吃饭了	敲击物品：宝宝会对击打物品发出声音感兴趣。给宝宝木匙或积木用来敲打、给宝宝波浪鼓用来摇；诱导他 / 她将物品相互敲击	拿出和放进：给宝宝一个盛有大珠子或积木的塑料容器，供他 / 她把物品拿出来、放进去。他 / 她可能也喜欢把袜子从整理盒或抽屉里拿出来、放进去	照镜子：这个年龄的宝宝非常喜欢玩镜子。让他 / 她拍或戳防碎镜子里的自己；您可以与他 / 她一起对着镜子笑或做鬼脸	用手指戳：宝宝开始用他 / 她的食指到处戳、喜欢指点人的脸；让他 / 她按玩具电话或有按钮的玩具。当他 / 她指点您的脸时，您说出他 / 她所指点的部位的名称
站立玩玩具：把玩具放在沙发或桌子上，这样，宝宝可以扶着沙发或桌子站着玩玩具	爬进和爬出：找一个宝宝可以爬进、爬出的地方。当他 / 她爬进或爬出的时候，告诉他 / 她：“你进去了！”、“现在你出来了！”	看图画：指着小人书或彩色杂志里的图画告诉他 / 她图画的内容。他 / 她会喜欢拍、戳图画，似乎想告诉您什么	捉迷藏：让宝宝看着您把一个物品藏在毯子、尿不湿或枕头下面，让他 / 她找。如果他 / 她找不到，就不要把物品完全盖住，诱导他 / 她找到玩具	玩球：把球滚向宝宝，您或另一个人帮他 / 她把球滚回来。他 / 她可能会把球扔来扔去
跳舞：打开收音机或音响，抱着宝宝站着，让他 / 她上下弹跳和舞蹈。如果他 / 她只要很少的扶持就可以站立，那您就像舞伴一样牵着他 / 她的手跳舞	模仿：玩“躲猫猫”等模仿游戏。对宝宝模仿的动作和声音表示高兴，给予鼓励。宝宝喜欢一遍遍重复玩相同的游戏	洗澡时间：洗澡的时候让宝宝玩塑料量杯、有把的杯子、筛子和过滤器、海绵和能在浴盆里飘的球	拍手游戏：两只手互拍、您的手与他 / 她的手拍或轮流拍手。经常轮到您拍时您停顿，等着他 / 她要求您再玩一次。您也可以敲打积木或汤匙来玩这个游戏	发声练习：宝宝会发出较多不同的声音，例如“啦-啦”和“大-大”等。您可以模仿他 / 她发出的声音，也可以试着发出新的声音诱导他 / 她模仿
做拼图：把积木或乒乓球放到蛋糕模具或鸡蛋盒里，为宝宝做一个简单的拼图	扔玩具：找一个带有塑料盖的大瓶子，在瓶盖上剪一个圆洞。给宝宝一些小玩具，让他 / 她从洞口扔进去	挥手再见：离别时，您说“再见！”并同时挥手，诱导宝宝模仿。挥手“再见”是宝宝的早期手势语言之一	选择：让宝宝从两样玩具或食物中选择。鼓励他 / 她伸手够着或用手指他 / 她所选中的物品。宝宝有明确的好恶	适应新事物：宝宝害怕新环境和陌生人，但这是他 / 她必不可少的经历。所以不要着急，努力尝试，让他 / 她逐渐适应