

## 通过玩耍学习并发展

### 为什么要玩耍？

观察宝宝一小段时间，看看宝宝对你的脸、自己的手指和脚趾多有兴趣，然后随着时间的推移，对抓得到的任何东西多有兴趣，比如你的眼镜和头发。没有什么是不安全的，要做好准备！

玩耍可以帮助宝宝在多方面学习并发展。比如，宝宝通过观察你的脸并且听你的声音学习表情、声音和词语，学习如何使用这些来告诉别人其所要的、所想的、所感受的。宝宝通过伸手、抓取和撞击发展肌肉和身体技能；通过丢下并捡起物品或按下按钮发出声音宝宝学习我做了这件事，就会发生那件事。因此，即使捡起掉落在地上的钥匙20次再给宝宝，也是值得的！

**Aistear:** 幼儿教育课程框架阐明了玩耍的重要性，并且提供了与宝宝玩耍的很多主意。了解更多有关 **Aistear** 的信息请登录 [www.ncca.ie/earlylearning](http://www.ncca.ie/earlylearning).

婴儿（刚出生到  
18个月）家长贴士表

下面是**Aistear**的一些意见，有关你和宝宝可能喜欢玩耍的内容。你可以在家里或外出时进行其中的多种活动。

### 与宝宝玩耍

身为父母，你可以通过玩耍帮助宝宝学习。下面是一些小贴士。

1. 每天给宝宝时间玩耍。
2. 提供安全有趣的物品来玩耍。留心可能导致宝宝噎住的东西，也要注意边缘较短的东西等等。
3. 随着宝宝开始坐起来、爬行并最终走路，宝宝所喜欢的玩耍的东西也会变化。宝宝还小的时候，你自己就是非常重要的“玩具”，因此要抱着宝宝说话、唱歌并四处走动。随后，宝宝对人和物都会显示出兴趣。
4. 与宝宝一起玩耍并显示出你很有乐趣。和宝宝一起趴在地上，也要把宝宝抱起来或者放在膝盖上。
5. 制作用于玩耍的空间。比如，在厨房放一只纸板箱，装些宝宝喜欢玩的东西。在其他地方也放一只纸板箱。
6. 告诉保育员或托婴所职员有关宝宝喜欢玩的东西，以及宝宝喜欢的童谣、书籍和玩耍习惯。

观察我怎么玩耍，看看你可以怎样协助我。

### 创意玩耍

- 吹泡泡鼓励宝宝触碰并弄爆泡泡。
- 让宝宝用手画画（使用无毒颜料）。和宝宝一起画。
- 播放音乐并鼓励宝宝拍手、筛选或挥舞手脚。
- 随音乐的节奏用勺子敲击饼干罐。
- 把一面镜子放在宝宝附近。在镜子中做鬼脸。
- 收集帽子、袜子和织物。让宝宝玩耍纺织品。
- 洗澡时，让宝宝溅水花并且倒水或挤海绵。

## 有规则游戏

- 把宝宝最喜欢的玩具藏在毯子下，玩捉迷藏。鼓励宝宝找到玩具，找到的时候要表现得兴高采烈。
- 把一小被单或毛巾盖在宝宝身上，然后问：“露西去哪了？”把一小被单或毛巾放在你自己头上，然后问：“爸爸/妈妈去哪了？”
- 宝宝能坐起来时，向宝宝滚球，玩“接球”。
- 和宝宝一起玩弹出式玩具。鼓励宝宝按按钮。

我使用手、耳朵、身体探索我的世界。

## 语言玩耍

- 让宝宝活动起来，给宝宝换尿布的时候说出童谣：
- 这只小小猪（触摸宝宝的脚趾）
- 可爱的小蜘蛛（手顺着宝宝的身体上下移动）。
- 谈论宝宝正在做的事。你在按下Shane按钮让小狗跳起来。我看得出你真快乐。停下来，然后让宝宝用咯咯笑、微笑或眼神来回应。
- 给宝宝厚实、布或防水的书籍来阅读、探索、咀嚼。小宝宝可能会对黑白或黑黄等强烈对比的色彩以及花样感兴趣。
- 给宝宝朗读。让宝宝触摸材质，拿起“布片书”并且翻书页，例如：我想知道这下面是什么。我们要不要看看然后找出来？如果我们按这个，会发生什么呢？我们一起翻页吧。
- 给宝宝唱歌。鼓励宝宝一起唱，例如：我喜欢听你唱。我们再唱一次？

## 假装游戏

- 假装成一只猫，然后叫“喵”或者像狮子一样吼叫。
- 使用一套茶具在花园里野餐。
- 驾驶玩具拖拉机穿过公园中的泥泞。
- 给泰迪熊或莫莉娃娃穿上宝宝的衣服。把泰迪放到床上。
- 帮宝宝喂莫莉。可以在宝宝的用餐时间做这些。

玩耍对我很重要，对我的学习和发展很重要。

## 身体游戏

- 在篮子里装满精选的安全的日常用品，给宝宝探索——擀面杖、勺、清洗刷、蛋杯、碗、衣夹、罐盖、大壳、橘子、纸板卷筒、勺子。坐在一边然后跟宝宝说话，例如：我们可以用这个干什么？这个感觉凹凸不平的，是不是？看，我可以拿这个敲。
- 帮宝宝归类物品，比如在蛋箱的每格里面放一块拳头大小的石头，然后玩耍可堆叠的积木和环，或者可以叠套的杯子。
- 用空的食品盒、鞋盒或者积木建造一座塔，然后让宝宝推倒。准备好反复建造！
- 和宝宝一起爬过纸箱做的隧道，或者在房子中各处的桌椅底下或沙发后面爬行。说：我要抓住你了。
- 随着时间推移，帮助宝宝使用带轮玩具，例如推行玩具、玩具购物车或婴儿车。

宝宝年龄更大时，你可能会发现家长和幼儿贴士表很有用 ([www.ncca.ie/aisteartoolkit](http://www.ncca.ie/aisteartoolkit))。要记住，为了帮助宝宝学习和发展，玩耍很有趣！