



第 2 单元

婴幼儿运动技能与感知觉的发展及教养

知识目标

- ▶ 掌握婴幼儿动作技能发展的顺序；
- ▶ 掌握婴幼儿大动作发展的内容；
- ▶ 掌握婴幼儿精细动作发展的内容；
- ▶ 掌握婴幼儿感知觉发展的含义及内容；
- ▶ 理解婴幼儿游戏的发展与引导；
- ▶ 掌握婴幼儿游戏的类型与指导；
- ▶ 掌握培养婴幼儿观察能力的方法。

技能目标

- ▶ 能够结合婴幼儿的年龄特点设计游戏活动，发展婴幼儿的运动技能；
- ▶ 能够结合婴幼儿的年龄特点有目的地对婴幼儿进行感知觉训练。



引导案例

小小是个可爱的小女孩，已经1周岁了。最近不知道为什么，她总是把能够拿到手里的玩具反复地扔到地上，然后让家长给她捡起来；家长把玩具捡起来后给她，她又扔掉；然后自己捡回来，再扔掉。家长常常为此生气，以为孩子大了，不听话了，会作弄人了。孩子的情况是这样的吗？不是的。随着孩子手的抓握动作的发展，孩子喜欢反复做一个动作。这是手眼协调发展的过程，是眼部视觉指挥手部动作的发展。这些成人看似简单的动作，对于婴儿来说是很困难的，要经过反复训练才能完成。小小的反复“抓”“扔”的动作实际上就是在进行“反复学习”的训练，通过这样的训练，她才能慢慢地学会如何通过视觉功能来调节手的动作。

动作是人类最重要的一种基本能力,是个体进行实践活动不可缺少的重要工具。婴幼儿各种运动、动作的发展是其活动发展的直接前提。婴幼儿时期,个体动作相当少,需要长时间去习得人类特有的各种适应性动作,并不断地提高动作与外部联系的有效性,从而更好地适应环境。也就是说,婴幼儿与环境的相互作用是通过动作来完成的。动作是婴幼儿心理发展的外在表现,是其早期智力的外显。

理论知识

动作发展是婴幼儿生长发育的重要标志,也是其生存和发展不可缺少的基本能力,婴幼儿有强烈的运动欲望。婴幼儿的运动能够带动肌肉活动,促进新陈代谢和各个器官的正常发育,神经系统也会传递各个感官接收到的信息,有利于增强婴幼儿的体质,提高健康水平;还有利于增进婴幼儿的感觉运动能力,发展身体意识的能力,增进身心发展。以运动为主的教育活动可以使婴幼儿有多种选择的机会,使婴幼儿接触更多的人际关系,有利于婴幼儿的社会化发展。

一、婴幼儿运动技能的发展

人的运动技能不是先天固有的,是通过学习而获得的。按条件反射学说的观点,运动技能是一种复杂的、一个动作接连一个动作的、肌肉所感觉的运动条件反射。运动技能的形成要经历肌肉感觉不明、分化、巩固稳定和自动化的过程,而这几个过程前后互相联系,在运动条件反射形成过程中逐渐过渡。运动技能是一种行为,涉及许多心理学问题。

(一) 运动技能的含义

运动技能又称为动作技能,是指人体运动中掌握和有效地完成专门动作的一种能力。概括地说,运动技能是人体在运动过程中通过学习而获得的运动方式。这种能力包括大脑皮质主导下的不同肌肉间的协调性。换言之,运动技能也就是指在准确的时间和空间里大脑精确支配肌肉收缩的能力。这需要精确的力量和速度依一定的次序和时间去完成所需要的动作。运动技能的发展和提高有赖于人们对人体机能客观规律的深刻认识和自觉运用。

婴幼儿的动作发展包括躯体和四肢的动作发展。动作和心理有着密切的关系,人的活动是在神经系统特别是大脑的支配下通过动作来完成的。动作发展在一定程度上反映大脑皮层神经活动的发展,特定的运动方式可以使整个脑部神经“串联起来”。动作发展是测量婴幼儿心理发展水平的一项重要指标。

抓、触碰、爬、走、伸手拿东西、推、拉、转等动作能锻炼婴幼儿的手眼协调和前庭动作能力,转圈、保持平衡、翻筋斗、做操、跳舞、摇摆、滚动等对提高婴幼儿的平衡能力、运动能力、写作能力、阅读能力、运动协调能力非常有益。

家长通过抚摸、拥抱婴幼儿或与婴幼儿一起做运动游戏,可以帮助婴幼儿建立安全感和

信心,学会与人交流及合作的技巧。

(二) 婴幼儿运动技能发展的顺序

婴幼儿动作技能的发展具有一定的规律和顺序,我们要按照婴幼儿动作技能发展的顺序来指导婴幼儿的活动。

1. 由头到脚

由头到脚是指婴幼儿动作技能的发展遵循由头到脚的顺序。婴幼儿最先出现的是眼和嘴的动作,然后是手的动作,上肢动作又早于下肢动作。婴幼儿先学会抬头,然后学会俯撑、翻身、坐和爬,最后学会站立和行走,也就是离头部近的动作先发展,靠脚部近的动作后发展。

2. 由近到远

由近到远是指由身体中心向四肢远端发展动作技能的顺序。婴幼儿动作的发展先从头部和躯干的动作开始,然后发展双臂和腿部的动作,最后是手部的精细动作,也就是靠近头颈、躯干中央部分的动作先发展,然后才发展臂、手、腿、脚边缘部分的动作。

3. 由大到小

由大到小是指先发展大肌肉动作,再发展小肌肉动作的顺序。所谓大肌肉动作,是指抬头、坐、翻身、爬、走、跑、跳、平衡、踢等动作。大肌肉动作常伴随强有力的大肌肉伸缩、全身运动神经的活动,以及肌肉活动的能量消耗。小肌肉动作是指吃饭、穿衣、画画、剪纸、翻书、穿珠等动作。从四肢动作来说,婴幼儿先学会臂与腿的动作,以后才逐渐掌握手和脚的动作,先是用手臂接触物体,然后才会用手指去抓物体。

4. 由无到有

由无到有是指婴幼儿的动作由无意识的活动发展到有意识的探索行为。婴幼儿动作的发展越来越多地受到心理、意识的支配,动作发展的规律也服从于婴幼儿心理发展的规律,即从无意到有意发展的趋势。三四个月大的婴幼儿无意地抚摸被褥,或无意抓到身边的玩具等,由于抚摸、抓握的动作不断重复,婴幼儿逐渐意识到同一个动作总是会引起同一结果,从而形成关于事物关系的感受;五六个月后,婴幼儿的有意识行为越来越多。

(三) 大动作与精细动作的发展

婴幼儿的运动技能一般分为大动作和精细动作,大动作和精细动作是同步发展的。1~2岁是婴幼儿从大动作到精细动作基本掌握至熟练的阶段。2岁以后,随着行走技能的熟练,婴幼儿不仅能够自由、随意行走,还能独立进餐、手握画笔涂鸦等。

1. 大动作的发展

大动作是指涉及全身大肌肉的动作,如翻身、坐、爬行、跑、跳、钻、投掷等动作。婴幼儿时期的大动作发展主要是姿势控制技能、位移技能的发展。

(1) 婴幼儿姿势控制技能的发展。姿势技能是指人保持身体平衡,并在环境中维持一个特定的身体方位的能力。婴幼儿期的姿势控制技能主要有头部控制、翻滚、坐和站立等技能。

① 抬头(1~3个月)。新生儿的颈肌完全无力,在从仰卧位扶至坐位时颈肌仅有短暂的张力;1个月,随着婴儿后颈部肌张力增强,俯卧时能仰头,下颌能短暂地离开床面抬起;2个月,下颌可离床面 45° ;3个月,下颌和肩均可离床面 $45^{\circ}\sim 90^{\circ}$,上肢可支撑起部分体重,胸能离开床面;4个月,胸能离开床面,面部与床面呈 90° 。

② 坐(4~6个月)。新生儿扶至坐位时头完全下垂;1个月,由于婴儿腰肌无力,扶坐时背脊形成半圆形;3个月,腰呈弧形,抬头能达数秒;4个月,坐时头不再后垂,坐时摇晃躯体,头随之摇摆不定,这时仅在腰部出现弯曲;5个月,依靠物体而坐时能直起腰部,头不再摇摆不定;6个月,能通过拉手从仰卧位坐起,能自己用手向前撑着坐,可坐在婴儿车或有围栏的椅子上;7个月,可以独坐,有时两手向前支撑;8个月,不用手支撑可以独坐;9个月,能坐稳,往前方倾斜时能保持平衡而不倒;10~11个月,能坐得很稳,并能改变姿势,可由坐位改成俯卧位,或由俯卧位改成坐位;12个月,在坐位时能左右转身去取物而不跌倒。

③ 爬(7~9个月)。新生儿俯卧时有反射性匍匐动作;1个月,婴儿在前庭扶正反射及上肢支撑反射的作用下能用肘撑起身躯,并交替向前伸手试图抓取手不能及的物体,这是匍匐动作的开始;2个月,能在俯卧位交替踢腿;3~4个月,可用肘支撑上身达数分钟之久;6~7个月,能用手支撑胸腹使身体离开床面,有时能在原地转动;8~9个月,能用上肢往前爬;1岁,可手膝并用,少数喜用手及脚撑起全身爬或坐着滑动臀部向前移动;1.5岁,会爬台阶。

④ 站立和行走。新生儿可引出踏步反射;2~3个月,当扶至立位时,髋、膝关节弯曲;6个月,呈立位时,两下肢可支持体重;7个月,扶站时,能高兴地蹦跳;9个月,可独站;11个月,独走几步较稳,可作蟹行,搀着双手能向前走;13个月,能独立走,但两下肢分开,双脚横向的距离比较大,每步距离大小、方向不一致,肩部外展,肘弯曲;15个月,能爬楼梯(须用双脚去踏),可自己站起,站得很稳,绕物体、转弯时还不灵活,行走时不能突然止步,能拾起地上的东西而不跌倒;2岁,步态较稳;2~3岁,能跑,不能迅速起步及停止,上台阶时可一步一个台阶。

(2) 婴幼儿位移技能的发展。

① 爬行。爬行是婴幼儿在俯卧状态下手臂和腿交互动作达到位移的一种技能。成熟的爬行是手膝交替成对角线爬行。大约9个月时,婴儿会用手膝爬行,头颈抬起,胸腹部离开地面,最后发展成为用两臂和两腿均伸直用手和脚爬行。

② 行走。婴幼儿行走动作的发展一般开始于出生后的11个月左右,到3岁时才能真正协调地行走,而行走的成熟模式到7岁以后才能完全表现出来。

③ 跑步和跳跃。跑步和跳跃是位移技能的高级形式。约1.5岁,婴幼儿能双脚交替走下台阶,也能用一脚跨过高度较低的障碍物;2岁,能并足下一级台阶,也能并足往前跳一步

及原地跳跃;3岁,能用一脚跳过低障碍物;2.5~3.5岁,能用单脚向前连续跳1~3步。



相关链接

婴幼儿大运动发展的顺序及年龄

婴幼儿大运动发展的顺序及年龄如表2-1所示。

表2-1 婴幼儿大运动发展的顺序及年龄

大运动发展项目	开始月龄	常模月龄	发展较晚月龄
俯卧时抬头看东西	0	1.8	4
俯卧时抬头45°	1	2.7	4
俯卧时抬头90°	1	3.7	6
独坐时头不滞后	2	4.5	6
独坐时头前倾	2	4.5	6
扶双手站时腿部能支持一点重量	2	4.8	6
翻身	2	5.5	7
俯卧时前臂支撑	2	5.6	7
扶腋下站时腿一蹬一蹬地	3	6.6	8
在小车内坐着玩玩具	4	6.7	9
独坐	5	7.0	8
俯卧打转	3	7.5	10
爬	5	9	12
自己控制站起来	7	9	12
独站片刻	5	9.8	11
从站位到坐位	6	10	12
扶双手可以迈步	6	10.7	12
扶栏可以走来走去	7	10.9	14
扶一手可以走	9	11.8	14
独站	8	11.9	14
开始走1~2步即倒入大人怀里	10	13.3	14
较稳地独走几步	11	14.8	16
不扶东西可自己蹲下	12	15	18
独自走路	12	15	16
独自走路较稳	14	17.33	19
扶栏上台阶一级一级走	13	17.5	19
抱着玩具走	13	18.2	26
踢球但无方向	13	18.8	22

续表

大运动发展项目	开始月龄	常模月龄	发展较晚月龄
跑几步但不稳	14	19.3	20
不扶栏上台阶1~2级	16	19.5	20
自己上、下床	11	20.5	22
踢球较准	16	21.5	23
跑5~6米	16	21.5	23
有意识地跳但脚不离地	16	24	28
不扶栏独自上台阶2~3级	21	26	28
独脚站1~2秒	20	26.7	30
会双脚跳离地面	21	26.8	30
模仿做二三个动作	21	27.6	31
双脚跳远	18	28.1	31
独立不扶栏下台阶2~3级	22	28.5	30
独脚站5~10秒	21	29	32

注:开始月龄为最初达到某个项目的月龄,常模月龄为85%的孩子达到某个项目的月龄,发展较晚月龄为最晚达到某个项目的月龄。

2. 精细动作的发展

精细动作是指与手有关的动作。婴幼儿最典型的精细动作是伸手够物和抓握物体。伸手够物动作的技能核心是手眼协调,是眼部视觉指挥手部动作的发展。婴幼儿精细动作发展的核心是双手配合操作物体,表现在使用工具、书写、绘画和生活自理能力等方面。

(1) 抓握动作的发展。抓握动作是在新生儿抓握反射的基础上发展起来的。抓握动作是最基本的手部动作之一,是各种复杂的工具性动作发展的基础。

大约从3个月起,婴儿开始了一种随意用手抚摸的动作,经常无意地抚摸被褥、亲人或玩具。这是一种自发动作,具有刻板性和盲目性。大约到第5个月左右,婴儿开始发展起自主随意的抓握动作,但是拇指和其余四指还不能对握,即“满手抓”。6个月以后,手的动作有了进一步的发展,主要表现为:学会拇指和其余四指对立的抓握动作,抓握动作过程中的眼手逐渐协调,开始学习分析隐藏在物体中的复杂属性和关系等。抓握动作的发展是逐渐由最初的肩、肘部的活动发展为成熟阶段的指尖活动的过程。一般到9个月,婴儿能够根据视觉信息调整动作,做到以食指与拇指相对的钳捏式抓握小物体,手部动作具备了成熟模式的基本要素。



相关链接

4~13个月幼儿抓握动作发展的九大阶段

婴幼儿抓握动作的发展是由最初的肩、肘部的活动逐渐发展为成熟阶段的指尖活

动的过程。有学者以婴儿抓握一个1立方英寸的立方体为例,具体描述了4~13个月婴儿抓握动作发展的过程,可以分为以下九大阶段:

第一阶段:在约4个月大时,婴儿够不着立方体。

第二阶段:发生在5个月初,婴儿能碰触到立方体,但不能抓握。

第三阶段:被称为原始抓握,发生在5个月末,婴儿用手臂圈住立方体,然后再在另一只手或者胸部的支撑帮助下使立方体离开支持表面;但这一动作过程中手指的精细动作运动不占主要地位,并不是真正意义上的抓握动作。

第四阶段:约6个月大的婴儿已经有真正意义上的抓握动作,能够弯曲手指包住立方体,然后用手指的力量稳稳地抓住立方体。

第五阶段:出现在婴儿约7个月大时,婴儿的动作形式与第四阶段的动作非常相似。不同的是,这时婴儿的手指力量已能克服重力的作用而使立方体离开地面。婴儿在抓握时,其拇指保持与其他四指平行,同时用力抓握立方体。

第六阶段:婴儿表现出初步的对指能力,即抓握过程中拇指的指腹与其他四指的指腹相对。

第七阶段:出现在婴儿约8个月大时。抓握过程中,婴儿的手在立方体一侧放下,拇指接触立方体的一个平面,食指、中指接触与拇指所在立方体的平面平行的另一个平面,然后在三个手指的共同作用下抓起立方体。

第八阶段:发生在婴儿8~9个月大时,婴儿抓握时,拇指与食指相对,可用两个手指抓起立方体。

第九阶段:区别在于前八个阶段抓的动作中使用全部手指的情况,13个月左右的婴儿能将拇指与食指、中指相对,用指尖抓起立方体。

由以上九个阶段可知,婴儿从不成熟的抓握模式发展到成熟的对指抓握模式,要经过一个复杂的过程。

(2) 伸手够物的发展。伸手够物是婴幼儿动作发展的里程碑。婴幼儿要想获得物体,抓握物体只是动作任务的一部分,主要是能够让手接触到物体,这就是伸够动作。伸够动作的核心就是眼部视觉指挥手部动作并能跟随物体。伸手够物的动作一般经历三个阶段,即前伸够阶段、成功伸够阶段、熟练伸够阶段。

① 前伸够阶段。在新生儿期,新生儿就有挥舞手臂的动作,满月以后逐渐出现了由视觉信息引发的向前伸够动作。这些动作很快,轨迹成抛物线,不能成功地接近目标物,也没有任何抓握动作,挥舞的手或者是张开的,或者是握成拳头状的。

② 成功伸够阶段。3~4个月时,婴儿的前伸够动作逐渐消失,开始表现出成功伸够动作。在这个时期,婴儿能够拿到放在身体附近的物体,但伸够动作还不够流畅,动作轨迹成锯齿状;伸够动作和抓握动作还不能整合,表现为手臂先运动,接近物体时才张开手指抓握物体。

③ 熟练伸够阶段。婴儿成长到9个月以后,进入熟练伸够阶段。这一阶段的婴儿能够流畅并准确地拿到物体,伸手和抓握动作协调一致成为一组完整的动作。1岁以后,婴儿能

够熟练地捡起视野之内的物体并成功地送进嘴里。

(3) 双手协调动作。双手协调动作是在婴儿的对称动作逐步消失后才出现的。婴幼儿在真正的手协调之前,任何动作都往往是双臂或双手对称的。不对称的双手协调一般要到1岁左右才开始出现。



相关链接

婴幼儿精细动作发展的顺序及年龄

婴幼儿精细动作发展的顺序及年龄如表2-2所示。

表2-2 婴幼儿精细动作发展的顺序及年龄

精细动作项目	开始月龄	常模月龄	发展较晚月龄
手中玩具玩一会即掉	0	1.5	3
乱敲打手中的玩具	1	2.7	4
抓衣服、被角不放	1	2.8	4
明确注视手中玩具	2	4.5	6
大把抓玩具	3	6.9	8
用手空挠桌面	3	7.5	8
用手弄桌面上的东西	4	7.5	9
把大米花抓到手	4	7.5	8
爱撕纸	4	8	11
拇指他指握	5	8.5	11
拇指食指抓握	6	9	11
有意将手中玩具放开	5	10.3	10
把小丸放入瓶中	9	13.5	15
一次翻书5~6页	11	15.5	16
用手掌握笔乱画	11	16.8	19
有握笔的姿势但不正确	16	18.8	22
一次翻书2~3页	16	19	22
用鱼线穿扣洞,但不会玩	16	21.5	24
会折纸2~3折	16	22.8	24
握笔姿势正确	16	23.6	24
会一手端碗吃饭	21	24.6	26
用鱼线穿扣洞,会玩	21	24.6	26
用积木搭桥	21	24.8	27

续表

精细动作项目	开始月龄	常模月龄	发展较晚月龄
会一页一页地翻书	18	24.8	26
折纸有边角	21	30.6	33
会在水龙头下自己洗手、冲手	21	30.7	33

注：开始月龄为最初达到某个项目的月龄，常模月龄为85%的孩子达到某个项目的月龄，发展较晚月龄为最晚达到某个项目的月龄。

二、婴幼儿感知觉的发展

感知觉是感觉和知觉的合称，是两种不同的能力，但又密切相关。

（一）感知觉的含义

1. 感觉

感觉是刺激物作用于感觉器官，经过神经系统的信息加工所产生的对该刺激物的个别属性的反映。例如，人看到的颜色、听到的声音、尝到的味道都是感觉。感觉是最简单的心理活动，是其他心理现象形成和发展的基础。婴幼儿最早出现的感觉是触觉、痛觉、温度感觉，然后逐步表现出敏锐的嗅觉、味觉、视觉和听觉。

2. 知觉

知觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的整体反映。知觉是在感觉的基础上产生的，但知觉不是感觉的简单相加。婴幼儿的知觉包括空间知觉、时间知觉、运动知觉。

（二）感觉的发展

1. 触觉的发展

触觉是皮肤受到机械刺激而产生的感觉。触觉是肤觉和运动觉的联合，是婴幼儿认识世界的首要手段。口腔是新生儿主要的触觉器官，后来手成为主要的触觉器官。触觉是婴幼儿获得外部环境信息的一种方式，是婴幼儿早期认知发展的主要器官。新生儿出生时就有触觉反应，许多天生的无条件反射，如吸吮反射、防御反射、抓握反射等都有触觉参加。婴幼儿通过触觉来认知世界的方式有口腔触觉探索和手的触觉探索。

（1）口腔触觉探索。口腔触觉探索作为探索手段早于手的触觉探索。3个月的婴儿在吸吮时，对于熟悉的物体，吸吮的速度会逐渐减低，出现习惯性的触觉探索。婴儿在学会用手探索这个世界之前，口腔会在一定时期内扮演一个探索工具的作用。婴儿喜欢把所有触手可及的东西放在嘴里品尝，以此来感觉物体的味道、质地、形状等，并以此认识物体，获得心理的满足。1岁之前，口腔探索是婴儿认识物体的重要手段。当婴儿手的触觉探索活动发展起来以后，口腔触觉探索逐渐退居次要地位。但是在相当长的时间内，甚至到3岁，婴幼儿仍然以口腔触觉探索作为手的触觉探索的补充。

（2）手的触觉探索。触觉探索主要通过手来进行，是婴幼儿认识世界的主要渠道。新

生儿有本能的触觉反应,如新生儿的抓握反射。无条件性的抓握反射随着婴幼儿的生长发育会自然消失,接着出现的是手的无意性抚摸。手的无意性抚摸是继抓握活动之后出现的手的动作,是婴幼儿无意的触觉活动,也是一种早期的触觉探索。

手眼协调动作的出现是婴幼儿认知发展的重要里程碑,也是手的真正触觉探索的开始。婴幼儿出现视觉和手的触觉协调活动的主要标志是手能够抓住物体。积极主动探索是在7个月左右发生的。当婴幼儿学会了手眼协调之后,逐渐会用手的感觉探索来认识周围物体。婴幼儿触觉探索趋向于用手指触摸物体的外形。这种直觉能力随着年龄的增长会稳步提高,婴幼儿会越来越熟练地用手指探索物体、认识物体。



相关链接

婴幼儿自理动作技能发展时间表

婴幼儿自理动作技能发展时间表如表 2-3 所示。

表 2-3 婴幼儿自理动作技能发展时间表

动作技能名称	获得时间/月龄
稳稳地拿住茶杯	21
穿上衣和外套	24
拿稳勺子	24
在帮助下穿衣服	32
穿鞋	36
解开够得到的纽扣	36
扣上纽扣	36
独立进餐,几乎不掉食物	36

2. 视觉的发展

视觉是人类最重要的感觉,大约有 80% 左右的信息来自视觉。婴幼儿视觉的发展包括视觉探索、视觉集中、视力发展、颜色视觉几个方面,这些方面是同时发展、逐渐完善的。婴幼儿视觉的发展有以下几个特点:

(1) 新生儿对世界的认识是模糊的。人的视觉在胎儿时期就发生了。胎儿四五个月时,隔着肚皮和子宫仍然能够感觉到强光。新生儿出生几个小时,就会注视母亲的面孔,新生儿的视觉能力表现在视觉探索和视觉集中上。其视觉探索集中在注视点的变化,视觉集中表现为视觉调节能力比较差,且双眼不能对焦,以致外面的世界对新生儿而言就像一张张模糊的画面,其需要后天的刺激及培养来建立良好的视觉通路,要配合肌肉等各方面发展才能启动视觉功能向上提升。

(2) 乳儿对强烈对比有反应。新生儿虽然看什么还是模模糊糊,但已能感受到空间内有无光线,会出现转头看光源的动作。平均 1.5~2.5 个月时,乳儿对黑白对比强烈、亮度高

的图案或物品会出现明显反应,能够感受所处环境中的光源与背光的暗区,但尚无法清楚区分其边界,其所看到的物品也仅是粗略的轮廓。

(3) 婴儿能够辨认内部细节及色彩。在婴儿期,颜色视觉的发展主要表现在区别颜色细微差别的能力的继续发展。婴儿对颜色很敏感,对色彩有偏爱,喜欢带颜色的物体,不喜欢无颜色的物体。其喜欢看明亮、鲜艳的颜色,尤其是红色,不喜欢暗淡的颜色。红、黄、蓝、绿四大基本色及黑白对比强烈的玩具最能吸引婴儿的注意。粉红、粉蓝、自然色等色彩刺激不足且区分不易,不适合用于视觉启蒙初期使用。4个月时,婴儿的颜色视觉基本功能已接近成人;6~7个月时,婴儿看别人的五官越来越清楚,不像之前只能感觉到模糊的轮廓。



相关链接

婴儿深度视觉试验——视觉悬崖试验

沃克和吉布森曾进行了一项旨在研究婴儿深度视觉的试验——视觉悬崖试验,该试验是发展心理学的经典试验之一。研究者制作了平坦的棋盘式的图案,用不同的图案构造了视觉悬崖的错觉,并在图案的上方覆盖玻璃板。然后,研究者将2~3个月大的婴儿腹部向下放在“视觉悬崖”的一边,发现婴儿的心跳速度会减慢,这说明他们体验到了物体的深度;当把6个月大的婴儿放在玻璃板上,让其母亲在另一边招呼婴儿时,发现婴儿会毫不犹豫地爬过没有视觉悬崖错觉的一边,却不愿意爬过看起来具有悬崖特点的一边,不管母亲在对面怎么召唤他。这似乎说明,婴儿已经具备了深度知觉。但是,这种深度知觉是与生俱来的,还是在出生后几个月里学来的,目前还没有定论。

3. 听觉的发展

听觉也是人极其重要的感觉,人们接收的信息中,约10%的信息来自听觉。人们借助听觉来辨别声音的高低、强弱及音色,以此来判断发声的方位、距离和意义。婴幼儿听觉的发展有以下几个特点:

(1) 听觉反应能力明显。尚未出生的胎儿有明显的听觉反应,6个月以上的胎儿对汽车喇叭之类的声音会做出翻身、踢腿等动作反应。新生儿具有明显的听觉能力。出生第一天的新生儿已经有了听觉反应。其不仅能听见声音,还能区分声音的高低、强弱、品质和持续时间;新生儿从一出生就有对声音的定向力,以人声和物体的声响比较,新生儿更爱听人的声音,最爱听母亲的声音,也喜欢听柔和的、高声调的声音。



相关链接

婴幼儿听觉的发展

心理学家把婴幼儿听觉发展的过程描述如下:

1~2月:在睡眠中突然听到声音会出现惊跳反射,出现上下肢抖动。

3个月:开始出现区别不同声音的能力和情绪反应,如喜欢听音乐,对妈妈的声音特别敏感。

4个月:开始寻找声源,出现听觉注意。

5个月:能感知熟悉的声音,习惯了言语声。

6个月:呼唤时能面向发声方向,出现听觉定向。

7个月:开始注意说话者的口型,有了言语听觉。

8个月:开始对声音进行自我调节。

9个月:开始“懂话”。

10个月:能利用听觉学习说话。

11个月:可以随着音乐摆手,出现对音乐的欣赏能力。

12个月:能寻找视野以外的声音,主动听取声音的能力大大增强。

1~1.5岁:能寻找隔壁房间的声音,询问熟悉的画面的名称,对语言的理解逐渐增强,从听词和短语发展到听简单句和较长的句子,开始喜欢听有简单情节的故事。

2岁:表达能力有了发展,开始有简单的对话能力,能按要求干力所能及的事。

3~4岁:听觉记忆增强,能依次说出物体的名称,开始学习简单而常见的字词。

5岁:听觉的理解能力及语言能力大大提高,为进入小学学习做准备。

(2) 听觉敏感性不断增强。婴幼儿的听觉敏感性是随着婴幼儿年龄的增长而不断提高的。5~6岁的幼儿在55~65厘米距离处能听到手表走动的声音,6~8岁的幼儿在100~110厘米处就能听到;6~16岁,人的听觉敏感度有明显提高;6~18岁,人对音调高低的辨别能力有显著的发展,语音听觉在阅读过程中发展很快。

(3) 听觉存在个体差异。婴幼儿的听觉能力存在显著的个体差异,个体差异随着年龄增长而逐渐减少。婴幼儿的听觉能力经过训练可以提高,家长和教师可以有意识地通过音乐或语言训练来提高婴幼儿的听觉能力。

4. 味觉的发展

1个月以内,婴儿能辨别糖水、柠檬水和奎宁等不同味道;2个月内,婴儿通过训练可以对水、甜水和酸水的味道形成条件反射;4~5个月,婴儿对食物味道的微小改变已经很敏感;6个月~1岁,婴儿的味觉发展到最灵敏。婴儿味觉辨别能力发展相当快,1岁以内就能精确区别同一味道的不同浓度。

5. 嗅觉的发展

哺乳动物在没有睁开眼睛的时候依靠气味同母亲产生联系,因此嗅觉在婴儿的知觉中相当重要。新生儿能够察觉各种气味。母乳喂养的新生儿,在1~2周后,就能通过乳房的气味认出妈妈。新生儿对母亲的气味偏好在6周后形成。1个月时,新生儿已经能够比较稳定地区别两种不同的气味。人对气味的感受力在6岁时已经发展得很好,并持续改善直到中年。

（三）知觉的发展

婴幼儿知觉是在日常生活的经验中不断形成的。知觉的种类一般按照物体的特性分为空间知觉、时间知觉、运动知觉等。下面主要介绍婴幼儿的空间知觉、时间知觉发展。

1. 空间知觉发展

空间知觉包括形状、大小、方位、距离知觉等。

(1) 形状知觉。形状知觉是对物体轮廓及各部分关系的知觉。出生不久的婴儿对不同图形能够做出不同的反应。一些研究发现,婴儿对物体形状有视觉偏好,对复杂图形的注视更胜于简单图形,特别是更愿注视人面图形。随着年龄的增长和经验的丰富,婴幼儿的形状知觉能力也进一步发展。试验表明,3岁幼儿基本上能根据范样找出相同的几何图形,5~7岁幼儿的正确率比3~4岁幼儿的高。对幼儿而言,对不同几何图形辨别的难易程度顺序是圆形—正方形—半圆形—长方形—三角形—八边形—梯形—菱形。

(2) 大小知觉。大小知觉是头脑对物体的长度、面积、体积在量方面变化的反映。大小知觉是靠视觉、触觉和动觉的协同活动实现的,视知觉起主导作用。试验表明,6周大小的婴儿对积木大小的知觉已显示了知觉的恒常性。2.5~3岁幼儿已经能够按语言指导拿出大皮球或小皮球;3岁后,幼儿判断大小的精确度有所提高。大小知觉的正确性和难易程度与知觉对象的形状特征有直接的关系:知觉形状相同或基本相同的物体比较容易,知觉形状差异较大的物体比较困难。视觉、触觉、动觉的共同活动有利于婴幼儿对物体大小的感知。

(3) 方位知觉。方位知觉是指人们对自身或客体在空间的方位和位置关系方面的知觉。婴幼儿主要依靠视觉和听觉定位。研究发现,婴儿已经有听觉定位能力,6个月内的婴儿在黑暗中能够依靠听觉指导来抓取物体。婴幼儿的方位知觉发展主要表现在对上下、前后、左右方位的辨别,一般的发展趋势是:3岁能辨别上、下,4岁开始能够辨别前、后,5岁开始能够辨别以自身为中心的左、右方位,7岁左右才开始能够辨别以他人为基准的左、右方位及两个物体之间的左、右位置。

(4) 距离知觉。距离知觉是对物体距离远近的知觉。婴儿具有以视觉为主的距离知觉,2周大的新生儿,在物体向自己靠近时已有防御反应;3岁左右的幼儿,距离知觉的发展还不完善,但对自己熟悉的物体或场地可以区分出远近。

2. 时间知觉发展

时间知觉是对客观现象的延续性、顺序性和速度的反映。人对时间的知觉是比较困难的,因为时间是抽象的。对于思维发展水平较低的婴幼儿来说,理解抽象的时间是很困难的。婴幼儿主要依靠生活中接触到的环境现象的变化来感知时间。随着年龄的增长,婴幼儿逐渐能够通过钟表和日历认识时间。7岁左右的幼儿才能开始用时间标尺估计时间。

三、婴幼儿感知运动能力的培养

婴幼儿感知运动能力的培养是从出生时就开始的。从0岁起,家长可通过对婴幼儿进

行感官刺激来激发婴幼儿的无意识探索,有效促进婴幼儿脑部的发育,开发其脑潜能。具体来说,家长可让婴幼儿通过触觉、视觉、听觉、味觉、嗅觉等感官,将身体内、外环境的大量信息传入大脑,经过大脑的分析、加工处理,进行有效的取舍并发出指令,然后产生相应的肢体动作。反复这样做,可使婴幼儿在无意识探索中获得观察、注意、记忆能力的训练,并进一步发展,产生想象、思维、语言表达能力及操作能力等,使处于动物阶段的大脑迅速而健康地发育成熟,成为聪颖的高级大脑,使婴幼儿身心健康地成长。

(一) 婴幼儿的游戏活动

婴幼儿游戏主要是指0~3岁的婴幼儿在家庭或专业早教机构中进行的的游戏活动。随着婴幼儿年龄的增长,婴幼儿游戏应逐渐加深难度,加大游戏范围。

1. 婴幼儿游戏的发展与引导

(1) 0~6个月。0~6个月,在父母与婴儿的接触交往中产生了最早的婴儿游戏,婴儿在游戏中扮演被动的角色。0~4个月的婴儿处于睡眠时期,当婴儿睡醒时,妈妈要用微笑和丰富的表情看着婴儿,多和婴儿说话,多接触婴儿的皮肤,多搂抱和抚摸婴儿,让婴儿感受母爱。

家长要为婴儿提供一些能促进视觉和听觉能力发展的玩具,如色彩鲜艳的玩具,铃铛、拨浪鼓等有响声的玩具。家长要用各种手段加强婴儿的感觉训练,让婴儿多听、多看、多活动。在婴儿高兴的时候与婴儿做游戏,这一点很重要。

(2) 7~12个月。5个月左右,婴儿进入学坐时期。7个月,婴儿基本上可以自己坐,这一时期的婴儿越来越好动,很难停下来,对任何事物都感兴趣,游戏的范围明显扩大。8个月时,婴儿开始扮演主动的游戏角色,渐渐表现出要与爸爸、妈妈玩的愿望。9个月左右,婴儿进入爬行期,爬行是步行的基础。这个时期,有的婴儿已经能够抓着东西站立起来或扶着东西走路,但是家长还要多与婴儿玩一些爬行游戏。当婴儿双脚有足够的力量来支撑身体时,可以让其多玩一些站立游戏,增强其步行所需要的体力。

婴儿的精细动作开始发展,逐步学会拇指与其余四指对立地抓握物体的动作,并能根据操作对象的特点去捏拿物体。婴儿在抓握的过程中,逐步形成手眼协调运动。

家长应给婴儿安排一个自由探索的空间,并通过适当的倒置和摇摆身体的游戏来训练婴儿的平衡感。

婴儿开始学习说话,家长要多花时间了解婴儿的想法,与婴儿沟通,这对婴儿的认知能力、语言能力、交往能力的发展都有很大的帮助。

(3) 1~1.5岁。1岁左右的婴幼儿进入学步期。独立行走对婴幼儿心理及其各种能力的发展有很大的意义。学会了走路,解放了双手,婴幼儿可以到想去的地方,用双手拿想拿的东西,从而进一步扩大了视野。1岁以后,幼儿对游戏活动的主动性慢慢增强,会主动发起和建构游戏。行走和言语能力的发展极大地丰富了幼儿游戏的内容,提高了游戏的水平。

这一时期,应尽可能活动幼儿的身体,尽力引起幼儿对走路的兴趣,扩展游戏空间。多进行户外游戏活动,游戏活动时间不宜过长,内容要多样化,要有不同的深度,由简单到复

杂。游戏活动要以幼儿为主体,并注意在一次游戏活动中不要提供过多的玩具。

(4) 1.5~2岁。1.5~2岁的幼儿在各方面都有了很大的改变,跳跃等大动作开始出现,观察能力也进一步加强,语言、动作中开始出现想象的成分,延迟模仿的出现表明幼儿的记忆力在明显增强,也是节奏感的形成时期。幼儿能够用单字来表达自己的想法,能够利用指示代词来指出特定事物或想要的东西。

这一时期,幼儿的好奇心很强,对周围的很多事物都很感兴趣。家长要经常带幼儿到大自然中,帮助幼儿认识新朋友,多和幼儿说话,教给他一些生活技能。这一时期的幼儿从会走发展到会跳、会跑,接触外界环境相对增多,心智发展较迅速,语言、记忆、思维、想象能力与精细动作等发展较快。

这一时期,幼儿开始进入平行游戏阶段,会出现有其他小朋友抢夺玩具现象。家长要教给幼儿与小朋友相处的方法,培养幼儿的交往能力和社会适应能力,还要注意加强幼儿手眼协调的训练,使幼儿学会如何通过视觉功能来调节手的动作。

(5) 2~2.5岁。幼儿的发育水平已经明显高于以前。在生长发育的推动下,幼儿的各心理过程发生着质的变化,并且运动技能也有了新的发展。其动作日臻成熟,会跑、跳、攀登、钻爬;双手也更加灵活,能玩一些带有技巧性的玩具。

这一时期,幼儿不喜欢接受他人的帮助,喜欢独自一人,爱模仿大人的行为举止,什么事都想自己做,独立意识开始萌芽。当幼儿做了一些不该做的事情时,家长一定要充分向幼儿说明理由,尽管有时候幼儿不理解,也要反复强调,不要希望说一次他就能改变。这一时期,家长应为幼儿准备一些图画书和感兴趣的玩具;为幼儿选择的 game 要符合其特性,不要强迫好动的幼儿玩静态的玩具,文静的幼儿玩动态的游戏。

(6) 2.5~3岁。幼儿的发育水平显著提高,跑、跳等基本动作更加协调,身体控制能力进一步提高,全身神经逐渐发达,手的精细动作发展有了很大的进步,对事物的一些微小细节也能注意到,并能发现事物之间的一些差异,适合幼儿的游戏越来越多。

这一时期,幼儿的记忆时间有所延长,同时出现了较多的延迟模仿行为,记忆的内容有所增加。其想象力发展处于初级阶段,想象活动主要表现在游戏中,会玩一些假想游戏。幼儿的独立性越来越明显,开始出现初步的社交行为,开始懂得遵守规则。家长要多准备一些幼儿脑力开发的玩具。

2. 婴幼儿游戏的类型与指导

(1) 感觉探索游戏。婴幼儿主要是通过感觉器官来学习的。积极利用各种感觉发育敏感期对婴幼儿进行感觉刺激是开发婴幼儿智慧潜能的最佳途径。由于婴幼儿主要处于感知运动认知水平,因而婴幼儿游戏应具有突出的嬉戏性,要侧重游戏的活动性。

婴幼儿最早的感觉游戏是听觉游戏和触觉游戏。听觉游戏是从母亲亲切的呼唤开始的。当婴幼儿能发出声音时,母亲要注意回应,开始回应不要太复杂,等到建立初级联系后,再加入声响的变化,以增加婴幼儿听觉游戏的趣味性。

婴幼儿触觉游戏是全身性的,但以敏感区为主,如脸部、手心、脚心等。每天一次洗澡是

对婴幼儿最好的全身触觉游戏,母亲要尽可能轻柔地触摸婴幼儿的每一寸肌肤,让他从肌肤的接触中体验到快乐。

婴幼儿视觉游戏应该从鲜艳的基本色玩具开始,逐渐过渡到组合色。给婴幼儿看的物体要由静到动,由近及远,由简单到复杂,注意循序渐进。

婴幼儿探索游戏从其能将递到手的玩具抓握一会发展到主动游戏。婴幼儿会用口腔品尝玩具,然后敲打玩具、转动玩具等。这一期间,婴幼儿对所有的玩具都这样对待,以此逐渐认识了不同物体的特性。

(2) 体育活动游戏。体育活动游戏侧重培养婴幼儿的各种基本的动作技能,促进婴幼儿手眼协调能力的发展,增强其体质,使其形成活泼开朗的性格。婴幼儿体育活动游戏要从大肌肉、骨骼活动开始,逐渐加入小肌肉动作游戏。真正的体育活动游戏在婴幼儿会爬以后开始。

在指导婴幼儿进行体育活动游戏时,要注意正确引导婴幼儿爬行,逐渐加大活动量,注意安全。站立和行走是婴幼儿在爬行以后很重要的动作练习,在此基础上才能进行跑、跳、钻等体育活动游戏。

(3) 模拟游戏。模拟游戏是学步期婴幼儿开始玩的游戏。最初的模拟游戏一般以婴幼儿的生活内容为主,模拟的动作都是与自己有关的,如吃饭、洗脸、梳头等,这些游戏极为简单,持续时间不长。以后,模拟游戏的内容增多,而且游戏时间大大延长。但是这一时期,婴幼儿不能将自己意识成某一种角色,仅仅是模拟别人的动作,模拟游戏处于低级阶段。只有婴幼儿能够意识到自己在扮演角色时,模拟游戏才能进入高级阶段——角色游戏阶段。

在游戏过程中,成人要注意采取个别指导的方法,要多关注婴幼儿游戏的时间不要过长,内容不要过于复杂。1~2岁时,游戏活动以个别指导为主;2~3岁时,可以进行短时间的小组游戏。



相关链接

幼儿精细动作的发展

幼儿精细动作的发展如表 2-4 所示。

表 2-4 幼儿精细动作的发展

动作类型	可操作活动
握	<p>3岁以内的幼儿,让其四指与拇指同时向内(单手)握住直径在4 cm以内的物体(以圆柱体为主,其他形状物体看其厚度)。超过4 cm的物体,其可握起但持久性不行,4 cm以内的物体可被握紧。</p> <p>3岁以上的幼儿,可投放5~10 cm的物体(以圆柱体为主,其他形状物体看其厚度),让幼儿练习握的动作</p>

续表

动作类型	可操作活动
摇	利用手铃、沙捶练习摇的动作
击	练习用手击中眼前的悬吊物
敲	能用小锤子对准物体进行敲打
抠	使用转盘电话等练习抠的动作
捏	二指捏:让幼儿用拇指和食指将一个碗里的蚕豆捏起来,然后放到另一个碗里;捏起1 mm到2 mm的数学棍;捏毛线。 三指捏:让幼儿用拇指、食指、中指一页一页地翻书。 五指捏:可用响板进行练习
舀	初练习时,用有一定深度的勺子(如奶粉勺)把豆子从小碗里舀到另一个宽口碗里。练习时,豆子从大到小。随着幼儿动作的熟练,勺子的深度可逐渐变平
套	练习套圈的动作,圈的直径从大到小(10~3 cm),一次套6~7个圈
倒	初练习时,用带嘴的器皿倒物体(可从倒红豆过渡为倒小米,再倒水),练习做到不把物体撒在地上。 4岁左右的幼儿可练习把物体从宽口碗中倒入6 cm口径的瓶子里,且不撒在地上
搭	3岁以内:用6块积木搭塔。 3岁以上:用8块积木搭塔,用3块积木搭桥
镊	注意镊子选用儿童镊,镊子尖不得小于1 cm。所镊物体从软到硬,如从海绵、纸团过渡到豆子(芸豆、蚕豆等大一些的豆子),再过渡到光滑一点的物体
夹	2岁开始,练习用正确的方法使用筷子
串	3岁以内:所串物中间圆孔的直径在0.5~0.8 cm,串线绳要用长于3 cm的铅笔式线绳,适合幼儿使用。所串物体厚度不能超过1.5 cm,可引导幼儿自由发挥。 3岁以上:所串物中间圆孔的直径在0.3~0.5 cm,串线绳要用1 cm左右的鞋带式线绳,可有一定厚度,要引导幼儿进行有一定规律的练习
拧	3岁以内:用带直径3 cm瓶盖的瓶子,让幼儿练习转动手腕进行拧的动作。 练习方法:从一一对应到打乱瓶盖进行配对,还可使用螺丝玩具练习,或练习转动门把手
绕	一手拿住物体一端,另一手能将毛线由内向外进行绕的动作。所绕物体在4 cm左右,线绳由粗到细
折	对边折:拇指和四指同时进行对折练习,能一手按住,另一只手将平(对角折折法相同)

续表

动作类型	可操作活动
拼	3岁以内:按轮廓拼图,可使用带抓手的拼图,轮廓线条简单,3~4块拼板可拼成一个物体。 3岁以上:按轮廓拼图,轮廓线条可复杂一些,拼图数视幼儿发展逐渐增加;还可做图形拼摆,如玩七巧板
生活技能	系大扣子,拉拉锁,穿、脱衣服,穿、脱鞋
美工	画的练习:涂色,画直线、波浪线、横竖线、图形、十字;撕纸粘贴,从任意撕纸过渡到按轮廓撕纸。 3岁以上:练习剪纸,从剪直线过渡到剪简单图形;捏泥;折纸

(二) 婴幼儿观察能力的培养

观察是有目的、有计划、比较持久的知觉,是知觉的高级形式。观察是人们认识事物的重要途径,是智力活动的基础,是完成学习任务的必备能力。婴幼儿的观察一般是通过眼、耳、鼻、舌、手等感官来获得对事物的感性经验,再综合出对该事物的整体印象。

由于受思维发展的限制,婴幼儿还没有形成观察能力,只是对周边的事物感兴趣。婴幼儿观察能力的发展在3岁以后比较明显,是观察能力的初步形成阶段。婴幼儿的观察力表现在喜欢大自然及户外活动,对动物和植物有特别的兴趣,对新鲜事物有强烈的好奇心和探究兴趣。家长应有意识地锻炼婴幼儿的感官,以利于其综合使用感官来观察事物,提高观察能力。

1. 培养婴幼儿观察的兴趣

婴幼儿喜欢色彩鲜艳、新奇、活动、大且清晰的物体和图像。在日常生活中,家长和教师要观察婴幼儿对什么东西感兴趣,根据婴幼儿的兴趣,有意识地引导婴幼儿对事物进行观察。在指导婴幼儿观察的过程中,要注意讲解,运用语言的作用,使其观察时间能够长一些,以利于婴幼儿能够全面地观察事物。

婴幼儿对大自然中的一切事物都充满好奇,家长和教师要注意保护婴幼儿的好奇心和探索欲望,经常引导婴幼儿观察周围的事物,肯定婴幼儿的观察结果,培养婴幼儿的观察习惯。

2. 调动婴幼儿的各种感官参与观察活动

大千世界,事物有很多种,各种事物的特征都是不一样的。在指导婴幼儿进行观察时,家长和教师要尽量调动婴幼儿的视觉、听觉、嗅觉、触觉等感官去感知事物各方面的特征。要给婴幼儿足够的时间去看一看、摸一摸、闻一闻、尝一尝,使其加深对事物的认识。

家长和教师对婴幼儿的指导要有耐心,要以鼓励、称赞、等待的方式来对待婴幼儿的观

察;同时,对在观察活动中表现迟缓的婴幼儿,应找出原因,有针对性地进行帮助。

3. 教给婴幼儿简单的观察方法

婴幼儿的观察没有什么具体的方法,是不自觉和无序的。家长和教师应教给婴幼儿简单的观察方法,以提高婴幼儿的观察能力,并让婴幼儿在观察中思考,使观察更透彻和深刻。19~24个月的幼儿已有了一定的观察辨别能力,对常见物品的外形特征有了初步的认识,开始能了解对应关系,配对活动可以提高幼儿的观察能力。

家长和教师在指导婴幼儿进行观察时,要按照一定的顺序来进行,可以先从婴幼儿感兴趣的部分开始,围绕重点的特征进行有序的指导;要根据同类事物的主要特征进行对比性观察,以加深婴幼儿对事物的印象。

4. 明确观察的目的和任务

随着婴幼儿年龄的增长,其接触外界的事物越来越多。但是,婴幼儿的观察常常是随意的,观察的目标转换得较快。2.5~3岁的幼儿基本上具备了初步的观察能力,家长和教师要引导幼儿明确观察的目标和任务,并有意识地培养幼儿对观察到的信息进行总结。

家长和教师指导婴幼儿观察时,要使婴幼儿明确观察的目标和任务;当婴幼儿的观察偏离目标时,要及时纠正,提出要求。

实践活动

实践项目

一

视觉训练

活动名称:视觉追踪。

适用年龄:1~2个月。

活动目标:提高婴儿的视觉能力。

活动准备:红布。

活动过程:

- (1) 妈妈哼唱曲子,然后拿出红布在婴儿面前展示。
- (2) 妈妈随着旋律舞动手中的红布,并配合节奏随机变换红布的位置,观察婴儿对红布的注视程度。
- (3) 妈妈用快速的旋律配合稍快的动作,然后把红布藏起来,观察婴儿的反应。
- (4) 做两三次。

注意事项:一定要选择红色的布,最好是不反光的红布。因为婴儿对红色特别敏感,婴儿的目光可以随着红布移动,表明婴儿已经出现视觉反应。

实践项目 二 体能训练

活动名称: 骑上脚踏车去旅行。

适用年龄: 6个月。

活动目标: 提高婴儿的运动体能。

活动准备: 床垫。

活动过程:

(1) 让婴儿仰卧,妈妈用双手轻轻抓住婴儿的双脚。

(2) 让婴儿的脚像蹬自行车一样活动,妈妈注意不要太用力。妈妈要注视婴儿的眼睛,观察婴儿的表情,注意要让婴儿愉快地接受。如果感觉到婴儿不愿意做,要及时停止。妈妈在做动作时,可以和婴儿进行语言的交流,如可以边做边说:“骑着脚踏车去旅行了!”

(3) 反复做以上的动作,婴儿有了倦意时停止。

注意事项: 妈妈一定要在婴儿心情好的时候做运动,并注意不要等婴儿完全不愿意玩了才停下。妈妈可以一边与婴儿玩,一边为婴儿按摩。

实践项目 三 手眼协调训练

活动名称: 推小球。

适用年龄: 1岁以上。

活动目标: 提高手眼协调能力。

活动准备: 一只小球。

活动过程:

(1) 家长与孩子对坐玩推球的游戏。

(2) 家长把球推到孩子能拿到的地方,让孩子再把球推回来。

(3) 反复进行。

(4) 随着孩子掌握了推球的技能,可以适当增加难度。

注意事项: 应根据孩子的年龄选择球的大小,年龄越小,球越大;年龄越大,球越小。还应根据孩子的能力把推球的距离缩短或加长,帮助孩子肌力的发展。

实践项目 四 精细动作训练

活动名称: 舀豆子。

适用年龄:1.5岁。

活动目标:提高手部运动能力。

活动准备:2个小碗、1把汤匙、多种大小不同的豆子。

活动过程:

- (1) 家长先把多种豆子分类放入碗中,然后拿着汤匙示范舀的动作。
- (2) 家长鼓励孩子尝试去舀碗中的豆子,注意根据情况进行指导。
- (3) 孩子反复练习。

注意事项:家长在进行游戏的时候,注意不要让孩子误吞豆子;孩子练习时,家长一定要在旁边指导,不能让孩子脱离家长的视线。

实践项目 五 触觉训练

活动名称:袋中寻宝。

适用年龄:2岁以上。

活动目标:用触觉进行判断。

活动准备:深色布袋、筛子、钥匙、小圆球。

活动过程:

- (1) 教师事先让幼儿认识筛子、钥匙、小圆球等。
- (2) 教师把筛子、钥匙、小圆球等放入布袋里。
- (3) 教师说名字,让幼儿把相应的物品拿出来。
- (4) 让幼儿把其中一种物品拿出来,并说出名字。

注意事项:布袋中的物品可以是幼儿平时认识、熟悉、经常接触的各种物品。开始游戏时,布袋中不要装太多的物品。随着幼儿对游戏熟悉程度的加深,可以适当在布袋中增加物品。

实践项目 六 听觉训练

活动名称:炊具音乐会。

适用年龄:10个月以上。

活动目标:认识声音。

活动准备:锅、碗、瓢、盆等。

活动过程:

- (1) 把准备好的锅、碗、瓢、盆等扣放在桌子上或地板上,然后家长敲打,婴幼儿听声音。
- (2) 给婴幼儿筷子或调羹,让婴幼儿尽情地敲打锅、碗、瓢、盆等。

注意事项:可以敲打不同材质的碗、盆等。家长可以在婴幼儿敲打的时候加点背景音乐,对婴幼儿进行节奏的训练,以增强婴幼儿的乐感。

实践项目 七 嗅觉训练

活动名称:闻味道。

适用年龄:2岁以上。

活动目标:辨别各种味道的特性。

活动准备:调味料,如盐、糖、醋、酱油等。

活动过程:

(1) 教师先准备好盐、糖、醋、酱油等调味料,并放置在小碗中。

(2) 教师指导幼儿用手指摸一下调味料并放进嘴里尝尝味道,同时告诉幼儿这个调味料的名称。

(3) 把幼儿的眼睛蒙上,然后让幼儿用手指摸一下调味料并放进嘴里尝尝味道,然后说出摸的调味料是什么。

注意事项:在游戏过程中,讨论调味料的的味道,但是不要谈论颜色,让婴幼儿能全神贯注地辨别味道;幼儿每尝过一种味道后,要让其喝口水,以冲淡原有的味道。

实践项目 八 观察能力训练

活动名称:称米学重量。

适用年龄:2岁以上。

活动目标:观察和比较物件的重量。

活动准备:2个空饮品纸盒、1根约40 cm的竹竿、1条约20 cm的绳子。

活动过程:

(1) 教师把饮品纸盒的顶部剪去,在竹竿中间穿1条绳子,下面一头打结,竹竿的两端分别绑一个纸盒;然后教师把米分别放进纸盒内,提起竹竿上的绳子,让幼儿观察哪一边坠下。

(2) 让婴幼儿在坠下的一边添米,以保持两边平衡。

(3) 教幼儿进行观察,让幼儿自己掌握米的添加量。

注意事项:教师抓住竹竿后再让幼儿添米。教师也可以用天平教幼儿称米。

思考练习

1. 婴幼儿动作技能发展的顺序是什么?
2. 婴幼儿大动作发展的内容有哪些?
3. 婴幼儿精细动作发展的内容有哪些?
4. 婴幼儿感知觉发展包括哪些方面?
5. 婴幼儿游戏的类型有哪些?
6. 如何培养婴幼儿的观察能力?
7. 结合婴幼儿的年龄特点,设计几个发展婴幼儿运动技能的游戏活动。