

附件5

养育照护小组活动主题一览表

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
1	1-3	1.指导养育人掌握让爸爸等家庭成员共同参与养育的重要性以及如何兼顾大宝的成长 2.促进婴幼儿认知（感知觉）能力发展	关注妈妈的产后情绪	家庭共同成长	1.练习母乳喂养的技巧	（1）哺乳含接姿势：选择一个母乳喂养姿势进行示范，宝宝与妈妈胸贴胸、腹贴腹，下巴贴乳房，含住大部分乳晕。 （2）两侧乳房轮流喂：吸空一侧再吸吮另一侧。 （3）拍嗝：喂奶后，把宝宝竖起来抱、轻轻拍背，帮助宝宝排出吞入胃里的空气，防止溢奶。
					2.儿歌《数数手指头》	（1）活动前音乐：活动前，播放柔和优美的音乐。 （2）示范边念儿歌边做数手指动作：养育指导员借助玩具娃娃，或邀请现场宝宝，逐个捏宝宝的手指头，一边念儿歌“张开小小手，数数手指头，一二三四五，五四三二一，合拢手指头，变成小拳头”。 （3）双手交替做。 （4）提示：应注意语气温柔、语速缓慢，当宝宝有所反应时（微笑、咿咿呀呀），应以同样的方式进行反馈，并用语言描述宝宝的行为。
2	4-6	1.指导养育人了解婴幼儿心理行为发育标志 2.促进婴幼儿认知及大运动发展	预防缺铁性贫血	宝宝的学习能力	1.躲猫猫	（1）玩躲猫猫游戏。与宝宝面对面，用小毛巾遮住自己的脸，一边和宝宝说话。随后快速地露出脸，微笑说：“妈妈/爸爸在这里呀”。可重复做3-5次。 （2）用声音玩躲猫猫。与宝宝相距一段距离，叫他/她的名字，让宝宝寻找声音来源，并鼓励他/她向发声的方向转头。 （3）提示：活动中对宝宝微笑并且给他/她更多关注。宝宝转向声源、看向养育人的时候，应及时表扬。

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					2.小飞人	<p>(1) 养育人坐在地面/床面上，双腿屈膝。</p> <p>(2) 双手扶住宝宝腋下，让宝宝轻柔地伏趴在自己的小腿上。</p> <p>(3) 双手握住宝宝的双手，慢慢用双腿把宝宝抬起，边抬边说“宝宝飞起来啰，宝宝变成小飞人啰！”。</p> <p>(4) 养育人反复上下或前后摆动小腿，让宝宝有飞翔的感觉。</p> <p>(5) 提示：如果宝宝颈部控制力不够，可将其下巴靠着养育人的膝盖。</p>
					3.小乌龟爬山坡	<p>(1) 示范：养育指导员示范玩具娃娃与其面对面、骑坐在膝盖上。</p> <p>(2) 边念儿歌边示范爬山坡：用手扶着宝宝的腰部，伴随韵律用膝盖一点一点的把宝宝顶高，再快速落下来。念儿歌《小乌龟》“小小乌龟爬山坡-嘿嘿呦，嘿嘿呦-带着面包和糖果-嘿嘿呦，嘿嘿呦”。</p> <p>(3) 伴随韵律，可重复 3-5 次。</p> <p>(4) 提示：观察宝宝的情绪，初期恐惧时，可降低膝盖的动作幅度。</p> <p>(5) 延展游戏：可把宝宝抱起，一点一点升起，再快速落下，感受空间的转换，刺激前庭功能。</p>
3	7-9	<p>1.指导养育人了解掌握婴幼儿期语言发育水平及与婴幼儿沟通的时机</p> <p>2.促进婴幼儿社会情感、精细动作能力发展</p>	自主进食行为培养	多和宝宝说话	1.躲猫猫	<p>(1) 寻找藏起来的养育人。与宝宝面对面坐，用小毛巾遮住自己的脸，问宝宝：“妈妈/爸爸在哪里呀？妈妈/爸爸去哪里了呀？”</p> <p>(2) 等待宝宝（大约 3-5 秒）用手拨开小毛巾，或者宝宝发出声音时，慢慢放下小毛巾，向宝宝微笑，并且说：“妈妈/爸爸回来啦！妈妈/爸爸在这里呀”。重复以上游戏 3-5 遍。</p> <p>(3) 寻找藏起来的玩具。用小毛巾将玩具藏起来，步骤同前。</p> <p>(4) 提示：游戏中，注意描述玩具的颜色、大小和材质，以及养育人和宝宝的心情。如“宝宝你看，这本图画书又出来啦，它的名字是《找妈妈》！”、“宝宝你笑啦，你很喜欢玩躲猫猫吧”。</p> <p>(5) 延展游戏：回家后，养育人还可尝试在远离宝宝视线的地方，和宝宝说话，用同样方式玩上述游戏。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					2.摘果子	<p>(1) 准备大树和果子：准备带有大树的图片，用双面胶将彩色积木黏在大树上。为宝宝们展示大树和图片上的果子，假装很费力地从树上摘下果子。</p> <p>(2) 示范展示：为养育人示范用拇指或食指和中指一起摘取果子，当宝宝摘下果子后，予以鼓励。</p> <p>(3) 提示：一是摘果子时，给宝宝足够的时间去尝试。二是每摘下一个果子，及时表扬鼓励。</p>
					3.这是我的家	<p>(1) 准备彩色打印的家庭自制相册：包含儿童、爸爸、妈妈及其他家人，1-2 件家用物品（如沙发、冰箱等）。</p> <p>(2) 示范展示：把玩具娃娃抱在怀里，一边用较为丰富的语言介绍家庭相册。如“这是谁？你瞧，她穿了黄色的连衣裙，好漂亮的裙子呀！”、“这又是什么呢？哇，原来是咱们家的沙发呀！”。</p> <p>(3) 鼓励养育人多使用名词和形容词，同时说出细节。如，用“吃香蕉泥”代替“吃早饭”。</p> <p>(4) 提示：一是当宝宝对某一页显示出兴趣时，鼓励家长多做停留，可以用那一页玩捉迷藏等延展游戏。二是回家后，可借助海报、实物等，多和宝宝说话。</p>
4	10-12	<p>1.指导养育人掌握表扬、鼓励婴幼儿的技能</p> <p>2.促进婴幼儿社会情感能力及精细动作发展，学习指认五官</p>	啃咬：宝宝发育和探索世界的一种需要	表扬要具体	1.宝宝你真棒	<p>(1) 示范展示。请养育人面对宝宝说他/她的优点和他/她让你开心的事情，如“你今天吃饭的时候很乖”、“我喜欢你乖乖睡觉的样子”、“宝宝，你现在会走路了，太棒了”、“我的宝宝真漂亮”、“宝宝会叫爷爷奶奶了，真厉害”。</p> <p>(2) 学习表扬。请养育人用丰富的、具体的语句来表扬宝宝。每位养育人应至少使用 3 种不同的方法进行表扬，如：“做得真好”、“你真是帮了我大忙了”、“谢谢你的帮忙”、“看看你翻书多棒”。</p> <p>(3) 玩指认五官游戏。养育人指着自己的眼睛说“这是妈妈/爸爸的眼睛，宝宝，你的眼睛在哪里呀”。可延展到其他五官和身体部位，过程中，请养育人尽量多地表扬宝宝。</p> <p>(4) 延展活动：回家后，多练习表扬宝宝。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					2.塞塞乐	<p>(1) 示范展示：养育指导员示范一只手抓握小球，演示把小球塞入盒子的洞口里。</p> <p>(2) 分发玩教具，指导每位养育人带领宝宝进行尝试。</p> <p>(3) 提示：一是及时回应宝宝，宝宝成功时，应尽可能夸张的给予表扬和鼓励。二是养育人不做过多的干预，让宝宝自己努力完成。三是如果宝宝不感兴趣，慢慢引导，不强制要求。</p>
					3.合拢打开	<p>(1) 示范展示：养育指导员将小手偶藏在手心里，打开手掌找到小动物，合拢手掌藏起小动物。</p> <p>(2) 现场练习：带领养育人练习手掌开合的动作，边念儿歌《合拢打开》，引导养育人结合韵律，带领宝宝一起游戏。</p> <p>(3) 提示：时刻提醒养育人，及时、准确表扬宝宝。</p>
5	13-15	<p>1.指导养育人了解育儿游戏的重要性及丰富性</p> <p>2.促进婴幼儿社会情感及精细动作能力发展，学习指认身体部位</p>	流行性感冒的家庭护理	游戏无处不在	1.指认和表扬	<p>(1) 给宝宝一件常用的玩具，让他/她玩几分钟。然后把玩具放在稍远一些的地方，鼓励宝宝爬向玩具。养育人同时向宝宝描述玩具属性，并表扬宝宝，例如：“宝宝你看，黄色的小猴子在前面呢，咱们去找它玩吧”、“宝宝你真棒！你爬了好远，马上就可以拿到球了”。</p> <p>(2) 在宝宝拿到玩具之后，让他/她玩几分钟，然后请养育人示范把玩具扔到一边或是地上，观察宝宝反应。如果宝宝也模仿扔玩具，则鼓励宝宝再扔几次。请养育人表扬宝宝的动作，如“宝宝你扔得好远呀”、“你力气真大”。</p> <p>(3) 尝试用宝宝感兴趣的其他玩具，继续进行亲子互动。</p>
					2.小猫吃饼干	<p>(1) 示范展示：出示贴有小猫图片的盒子和放在托盘上的积木，演示将托盘中的“小饼干”（积木）一块一块的喂进“小猫”的嘴里。</p> <p>(2) 现场练习：鼓励养育人带领宝宝进行尝试，宝宝专注地进行“喂食”的过程中，提示养育人不作过多的干预。</p> <p>(3) 提示：活动过程中，鼓励养育人和宝宝进行语言和非语言的互动。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					3.节奏游戏	<p>(1) 示范展示：借助歌曲《新年好》的曲调，一边唱歌，一边演示。</p> <p>(2) 出示沙锤或积木，鼓励宝宝选择一件自己喜欢的玩具。在正式游戏前允许宝宝以自己的方式尝试探索玩具。</p> <p>(3) 边念儿歌“拍手歌”边拍相应身体部位，养育指导员带领宝宝和养育人一起进行节奏游戏。</p> <p>(4) 一起玩 2-3 遍后，鼓励养育人选择其他耳熟能详的曲子进行改编，如《小星星》《卖报歌》等，可以继续玩节奏游戏。</p>
6	16-18	<p>1.指导养育人掌握婴幼儿独立与分离的方式方法、了解亲子关系在幼儿成长过程中的重要性</p> <p>2.促进婴幼儿社会情感、认知、大运动及精细动作能力发展</p>	如何早期发现自闭症	学习独立与分离	<p>1.捉迷藏</p> <p>2.小动物送食物</p> <p>3.棉签插吸管</p>	<p>(1) 手偶捉迷藏：用一块毛巾将手偶（如狮子）遮住，展示狮子是如何消失又出现的，同时说“狮子在哪里”，“哦，它在这里”。宝宝找到被遮住的狮子时要表扬他们。请养育人带领宝宝共同尝试。</p> <p>(2) 组织家庭两两一组玩捉迷藏。先请一位养育人把手偶藏起来，邀请两个宝宝和另一位养育人寻找。之后轮换下一位养育人藏物品。也可以尝试请一位宝宝在养育人的帮助下把物品藏起来，让另一位宝宝来寻找。</p> <p>(3) 延展活动。回家后，继续和宝宝捉迷藏。可藏到椅子后或其他房间，让他/她看着你离开，说“你能找到我吗？我在哪里呀？”当宝宝找到你时，给一个大大的拥抱，并表扬“你太聪明了！你找到我了！”还可以让宝宝自己藏起来，你来找他们。</p> <p>(1) 示范展示：分别出示手偶小猫、小狗、小兔，引导宝宝向小动物们问好，接着说“客人来了，我们请它们吃点东西吧！”</p> <p>(2) 分发小鱼、骨头、萝卜（图片），让宝宝喂小动物吃食物，需要先让宝宝跨过障碍物，再把食物放进小动物面前的筐里，最后请宝宝对小动物说，如“小猫，请你吃小鱼。”</p> <p>(3) 提示：根据宝宝能力情况，游戏可以分 2-3 次进行，每次给 1 种或 2 种动物送食物。</p> <p>(1) 示范展示：养育指导员示范把棉签穿过吸管（长度约 5 厘米）。</p> <p>(2) 现场练习：指导养育人和宝宝动手操作棉签。</p> <p>(3) 提示：养育人尽量不干扰宝宝，让宝宝独立操作；使用棉签和吸管时注意安全。</p> <p>(4) 鼓励养育人在活动中和宝宝进行语言和非语言的互动，及时表扬。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
7	19-21	1.指导养育人亲子阅读方法和技能 2.促进婴幼儿语言、大运动、认知能力发展（规则意识）	幼儿的感觉统合能力	亲子阅读很重要	1.阅读包括动物故事的绘本	<p>(1) 示范展示：拿出绘本，逐页讲述故事。</p> <p>(2) 如果宝宝不感兴趣，也可以翻到某一页，询问宝宝是否可以识别里面的动物。注意：从简单、易识别的动物入手。宝宝指认成功后，养育指导员对动物进行描述，如“这是一只小猫，黄色的小猫”。</p> <p>(3) 在宝宝指认出动物后，可以问“这是什么动物呀？宝宝们可以说出它的名字吗？”。鼓励宝宝说出动物的名字。注意：宝宝成功说出后，可要求他们重复 1-2 次。</p> <p>(4) 指导养育人尝试逐页给宝宝读故事，如果宝宝不感兴趣，不强迫，鼓励以他们的方式进行绘本探索。</p>
					2.滚线团儿游戏	<p>(1) 示范展示：出示毛线团，让线团滚一滚，带领小宝宝们拉着毛线去找线团，并尝试躲在椅子等物品后面，和养育人躲猫猫。</p> <p>(2) 养育人做出寻找状，边找边说：“我的小猫哪里去了”，找到宝宝说“我的宝宝找到啦”。</p> <p>(3) 找到线团后，引导宝宝把自己的毛线卷在瓶身上。</p> <p>(4) 提示：一是瓶身不宜过粗（直径 5 厘米以内为宜），让宝宝一只手能握住，另一只手能绕毛线；二是养育人要有耐心，允许宝宝试错，无需立刻给予帮助。</p>
					3.滚球与秩序	<p>(1) 示范展示：邀请养育人和宝宝面对面坐，养育人的腿伸展靠近宝宝的腿，慢慢地滚球，养育人同时说“宝宝，咱们一起玩滚球游戏吧，咱们需要一起合作。妈妈/爸爸把球滚给你，你拿到之后再把球滚回来，好吗？”养育人和宝宝一来一回交替滚球。让宝宝懂得游戏需要轮流，相互配合。</p> <p>(2) 将球投入盒子或者桶中，让宝宝自己去找球。询问宝宝“球去哪儿了”，并可提示说“宝宝，我觉得球在桶里，你觉得呢？咱们一起去看看吧！”</p> <p>(3) 提示：在整个游戏过程中，鼓励养育人使用至少 3 种不同的方法表扬宝宝。</p>
8	22-24	1.指导养育人掌握婴幼儿认知发展特点 2.促进婴幼儿大运动、认知能力发展（颜色和软硬度识别）	合理认识宝宝身高	学习识别颜色	1.颜色配对	<p>(1) 养育指导员用蜡笔在纸上画出不同颜色的圆圈，边画边大声说出颜色：“这个是红色/黄色”等。</p> <p>(2) 现场练习：请每位养育人展示他们手中的物品，每次拿出一个，让宝宝将物品放入纸上对应颜色的圈里（如，将一个红色的玩具车放进红圈）。</p> <p>(3) 颜色配对：以亲子组合的形式玩颜色配对。可以一对亲子去探索红色的物品，另一对探索蓝色的物品。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					2.给小动物喂食	<p>(1) 示范展示：出示托盘中红黄蓝三种颜色的积木，向宝宝说明颜色。如果大多数宝宝已经能够识别，请他们识别并说出颜色。</p> <p>(2) 现场练习：出示贴有小猫（黄色）头像的盒子，请宝宝说小动物名字。黄色的小猫喜欢吃黄色的饼干，我们找一找黄色的饼干在哪里？请宝宝把小猫最喜欢的黄色饼干喂给小猫吃。</p> <p>(3) 按相同的方式出示蓝色云朵宝宝盒子、红色太阳宝宝盒子。请宝宝挑出相同颜色的饼干喂给它们。</p> <p>(4) 把三种颜色的盒子放在宝宝对面 4-5 米的地方，请宝宝拿出饼干，去对面找相同颜色的盒子给动物喂食。</p> <p>(5) 游戏可重复多次，直至把“饼干”喂完。</p>
					3.软和硬	<p>(1) 示范展示：出示神秘袋让宝宝摸一摸，并问“这是什么？软的硬的？”</p> <p>(2) 每个宝宝手里拿不同软硬的物品，并先后发出指令：“把软的举起来，把硬的举起来。”</p> <p>(3) 黏土寻宝：把包好的黏土发给宝宝，让宝宝把软硬不同的珠子找出来，找的过程中，发展宝宝的触觉感知能力。</p> <p>注意：一是在宝宝摸到物品时，鼓励说出来是什么物品。二是游戏可反复进行，物品可以更换。</p>
9	25-27	1.让养育人熟悉和掌握婴幼儿消极情绪的应对能力 2.促进婴幼儿社会情绪及运动技能发展（平衡能力）、精细动作能力的发展	预防龋齿	学习情绪管理	1.让我们平静一下	<p>(1) 示范展示：告知养育人帮助宝宝管理情绪的方法，并展示如何让宝宝尝试较为安静的或者能够释放负面情绪的活动。包括：假装吹泡泡、假装吹蛋糕上的蜡烛（用手指代替蜡烛）、做腹式呼吸、玩橡皮泥或软球、用蜡笔在纸上涂鸦或者用一根棍子在地上画画、播放舒缓的音乐等。</p> <p>(2) 现场练习：这些活动对宝宝和养育人都是很好的放松方式，请养育人选择某几项活动和宝宝一起练习。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					2.走平衡木	<p>(1) 示范展示：播放舒缓的音乐，给宝宝示范平举双臂，挺胸抬头，走在平衡木上一步一步慢慢往前走。</p> <p>(2) 现场练习：请每位养育人带宝宝一起练习，等宝宝能很好地完成动作后，养育人将书本给宝宝顶在头上，增加宝宝平衡身体的难度。再重复以上步骤。</p> <p>(3) 运送小球：设置起点的球和终点的筐，请宝宝在起点拿球，走过平衡木，把球投入筐里。</p> <p>(4) 提示：一是活动中，让宝宝走得越慢越好；可以随着音乐的节奏调整步伐。二是如果宝宝初始不敢独走，可拉着他/她走，再慢慢放手让他/她自己走。三是做好地面防护，跌倒了不要紧，小小挫折能增强宝宝的毅力。</p> <p>(5) 延展活动：生活中的石阶或“小道”，都可以当作锻炼平衡能力的“平衡木”。</p>
					3.折纸吹气	<p>(1) 请宝宝把纸平铺在地板上吹一吹，看看有什么效果？</p> <p>(2) 继续提示：“咱们想想办法，把它折一折，折成一条一条的，再来吹一吹，看看效果怎么样？”</p> <p>(3) 示范展示：示范把 A4 纸折好，放在地垫上，请宝宝吹一吹，引导宝宝们自己尝试并发现用哪一种方法吹最容易成功。</p> <p>(4) 吹气比赛：可以请养育人和宝宝进行折纸吹气比赛。先吹到对面的宝宝为胜利者。</p> <p>(5) 提示：纸张对折的宽度会影响到吹的速度。</p>
10	28-30	<p>1.指导养育人掌握增进亲子依恋关系的方法</p> <p>2.促进婴幼儿认知、大运动能力发展</p>	纠正睡眠行为问题	增进亲子依恋关系	1.数数游戏	<p>(1) 出示第 1 块积木：向宝宝出示 1 块积木，和宝宝说：“这是 1 块积木，我们把这 1 块积木放在一边”。</p> <p>(2) 出示第 2 块积木：向宝宝出示第 2 块积木（材质、大小、颜色与第 1 块相同），放在另一边，对宝宝说：“这是 1 块积木”，同时说“我们把它和原来的 1 块积木放在一起。现在，我们有 2 块积木了”。向宝宝展示 2-3 次。</p> <p>(3) 养育指导员依次指着两堆积木引导宝宝比较，问“宝宝们，哪里有 1 块积木？哪里有 2 块积木？”。</p> <p>(4) 一旦回答正确，养育指导员和养育人应及时表扬。</p> <p>(5) 提示：一是展示过程中，养育人的语言要和实物严格对应。二是在活动中可适当引导宝宝数 1 和 2，但由于个体差异，不必强求。三是当养育人确定宝宝理解 1 和 2 以后，可继续增加积木数量，帮助宝宝理解 3、4 等更多数字。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					2.球类运动游戏	<p>(1) 示范展示：请宝宝们围坐一起，出示小皮球，并说“小皮球要找宝宝玩，我们来滚一滚吧”，养育指导员把小球滚向对面的宝宝和养育人，请宝宝和养育人相互滚球。熟练后，可拉远距离，继续滚球。</p> <p>(2) 养育指导员请现场的宝宝和养育人围成圆圈，请宝宝把小皮球滚向自己喜欢的小朋友，接到球的宝宝可以再滚给其他小朋友，确保每个宝宝都轮流滚过小球。</p> <p>(3) 提示：如果没有成功，引导养育人不要着急，耐心的等待和陪伴练习，鼓励回到家中，继续多练习滚球。</p>
					3.圆点数量对应	<p>(1) 示范展示：出示卡片1，这是我们的好朋友，它的名字叫“1”，再看看还有谁呢？出示数字2卡片，这是“2”。</p> <p>(2) 逐一出示圆点或实物图片，数一数，卡片上有几个点点，数一数有几只小动物。引导宝宝进行数字匹配。</p> <p>(3) 分发教具给各组家庭，引导宝宝动手操作匹配。</p> <p>(4) 提示：如果宝宝尚未理解，养育人可指导，但不可包办代替。</p> <p>(5) 延展活动：宝宝熟练以后，依次添加数字3、4的匹配材料。</p>
11	31-33	1.指导养育人了解婴幼儿大运动的重要性及促进方法 2.促进婴幼儿大运动、运动技能（跳跃、协调能力）和精细动作能力发展	生活自理能力的培养	促进大运动能力的发展	1.球类运动游戏	<p>(1) 示范展示：请宝宝们围坐一起，出示小皮球和毯子，询问“现在，小皮球想要跳舞，谁能帮它想想办法呢？”。</p> <p>(2) 组织宝宝将小球放在大毛巾上，两两一组运送小皮球。请养育人从旁辅助，慢慢搬运。逐步鼓励两位宝宝一组进行尝试。</p> <p>(3) 提示：一是活动中，养育指导员应积极引导宝宝对话，以促进语言能力发展。二是如果没有成功，引导养育人不要着急，耐心的等待和陪伴练习；鼓励在家中多进行运球的练习。</p>
					2.投篮	<p>(1) 示范展示：伸出双手示范，把小皮球往小篮球架里投。</p> <p>(2) 引导宝宝们做投篮的动作，宝宝学会之后，在其对面4-5米的距离放置篮筐。需要宝宝从对面篮筐里拿出皮球，再回到篮球架投篮。成功时，及时表扬。没成功，也要反复鼓励。</p> <p>(3) 两轮后，在中间设置障碍：斜坡垫，宝宝需要拿着皮球从斜坡垫上走过，再到篮球架投篮。可重复2-3轮。</p> <p>(4) 活动结束后，请宝宝们把小皮球送回家，完成物品归位。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					3.袋鼠跳	<p>(1) 播放欢快音乐，引导养育人与宝宝一起做运动前准备动作。</p> <p>(2) 示范展示：示范袋鼠跳的方法，双腿屈膝、双脚离地、向上跳。</p> <p>(3) 请养育人和宝宝现场练习。宝宝在养育人帮助下进行动作练习。指导养育人用袋鼠袋套上宝宝，露出头和胳膊，宝宝跳的时候，养育人顺着宝宝下蹲、上跳的动作，做好防护。</p> <p>(4) 用轻松口吻让宝宝愉快地参与，体验游戏的快乐：“大袋鼠、小袋鼠，跳跳跳”。</p> <p>(5) 提示：亲子游戏过程中，引导养育人保护好宝宝，注意动静交替，以免宝宝受伤或太累。</p>
12	34-36	<p>1.指导养育人了解建立持续稳定亲子关系的重要性</p> <p>2.促进婴幼儿大运动、运动技能、语言及同伴交往能力发展</p>	入园准备	爱宝宝的正确方式	<p>1.阅读包括父亲参与养育的绘本</p> <p>2.开飞机</p>	<p>(1) 示范展示：请宝宝围坐成半圆形，拿出绘本，逐页讲故事。</p> <p>(2) 翻开第1页询问宝宝，这是什么？引导宝宝识别绘本中的画面，用自己的语言说出对画面的理解。</p> <p>(3) 引导宝宝回忆在家中有没有和爸爸一起做过和书上一样的事情。</p> <p>(4) 引导宝宝感悟爸爸对宝宝的爱，激发宝宝对爸爸的爱。鼓励宝宝对爸爸说一声：“爸爸，我爱你”。</p> <p>(5) 延展活动：引导爸爸回家后，把绘本上的亲子活动做一遍。</p> <p>(1) 示范展示：请宝宝站在养育人前面，养育人双手托住宝宝的腋下，并举起。宝宝的双腿夹紧养育人腰部，头部抬起，身体前倾，双臂像机翼样伸展。</p> <p>(2) 养育人可带宝宝做旋转，做左飞、右飞等动作。</p> <p>(3) 宝宝的力量增强后，养育人开飞机，宝宝取物。</p> <p>(4) 提示：养育人初始的动作不宜太快，动作幅度不宜过大，避免宝宝眩晕或腿夹不紧引起失误。</p> <p>(5) 延展活动：可边做边哼唱儿歌《小飞机》。</p>

活动序号	适宜月龄	活动目标	健康宣教	育儿分享	亲子活动	活动步骤
					3.唱歌讲故事	<p>(1) 示范展示：邀请养育人和宝宝们一起唱歌，如《丢手绢》、《两只老虎》等。</p> <p>(2) 向养育人讲解：和宝宝玩他们熟悉的亲子游戏，能够让宝宝有安全感。同时，宝宝也喜欢在熟悉的游戏中尝试新事物。小组式的同伴游戏能够帮助宝宝学习如何与他人互动，这能够让宝宝更加自信。</p> <p>(3) 用手偶给宝宝讲故事。养育人在讲故事的同时，问一些问题，如“你觉得接下来会做什么？你为什么这样觉得？”。</p> <p>(4) 延展活动：养育人可以自己编排故事讲给宝宝，可以是真实生活场景，也可以是虚构故事，还可以尝试和宝宝一起把故事表演出来。</p>