

要让孩子的身心健康发展，有五个方面很重要。在下面的**马萨诸塞州婴幼儿早期学习指南**中，可以找到更多对您的孩子有帮助的学习经验。该指南可从“早期教育与保育”网站下载：www.mass.gov/eec



**身体健康
和运动对孩子的
学习和发育
非常重要。**

婴儿 (出生到15个月) →
幼儿 (12到33个月) →

1 人际情感发育	第 31 页	第 101 页
2 语言和交流发育	第 47 页	第 120 页
3 认知发育	第 65 页	第 144 页
4 身心健康 (本手册)	第 80 页	第 153 页
5 学习方法	第 83 页	第 163 页



马萨诸塞州
早期教育
与保育部

Sherri Killins, 教育学博士, 部长

由马萨诸塞州伍斯特 Davis Publications 编制



早期教育顾问:

Susan Etheredge, 教育学博士, 马萨诸塞州北安普敦史密斯大学
教育和儿童研究院教授兼主任

Cathy Weisman Topal, 教育文学硕士, 马萨诸塞州北安普敦
史密斯大学讲师兼影音艺术教师, 从事视觉研究工作

插图: Melissa Iwai

© 2011 年马萨诸塞州早期教育与保育部
Chinese

和我 一起玩!



孩子每天都 需要有趣 和规律的 日常活动。

和孩子

一起 活动...



在孩子人生的前 3 年里,
您为孩子的大脑发育和学习
打好基础。

宝宝可以做的事情

促进身心健康的活动



吃健康的食物

为孩子选择新鲜的有营养食物。

嗯...我也喜欢吃红薯。

户外活动

一起到户外活动，并观察别人怎么玩。

该去散步了。

推、拉、翻滚

允许孩子练习推、拉和翻身的动作。

你真让人吃惊！你会翻身了！



伸展

注意孩子伸手、伸展与弯曲的所有姿势。

哦，你伸了个懒腰！



幼儿可以做的事情

促进身心健康的活动

照料自己

让孩子模仿健康的护理活动。我们一起用牙线并刷牙。



爬、跳和举东西

每天让孩子练习非规定性的动作。

我喜欢看你跑步！



有目的地练习

给孩子合适的材料并陪着孩子画图和写字。你画了一个大大的标记。

你能画些小的吗？



参与日常活动

邀请孩子以安全的方式帮助做事，比如做饭和洗菜。一起做好吃的，好玩吗？



协调手眼动作

用不同大小和材质的东西玩扔和接的游戏。这次我要这样让球滚过去。



抓和放

把孩子感兴趣的东西放在他稍微有点够不着的地方。你真是太棒了！



培养灵巧度

用面团或粘土等材料让孩子练习挤、压、拍和打的动作。我看到你在戳那块泥。戳的时候它怎么样了？

