1月龄：

运动：

竖头-妈妈在小儿哺乳后将小儿竖抱，轻拍背部让小儿打嗝，同时作竖颈活动，促进颈部主动运动发育，注意用手保护和稳定头部，时间不宜过长，因此不会影响颈部正常发育；竖抱-在适当保护下将小儿竖抱，减少平卧时间，从而增加颈部活动和平衡视觉，让小儿看到更多的东西；俯卧抬头-在小儿不饿不饱情绪愉快时，做短暂的俯卧抬头活动，每天1-2次，逐渐延长俯卧的时间；丰富感觉运动-不要把新生婴儿捆成一个蜡烛包，在适当保暖的情况下应多暴露手、脚，丰富手心、脚心的感觉，同时让小儿四肢同时活动。

认知：

视线转移-用两个玩具或两个人引逗婴儿，让小儿视线从一个玩具或人转移到另一个玩具或人，逐渐学会寻找消失的玩具和人；触摸和抓握-小儿从经常握拳发展到手可以张开，从只能吃手发展到把双手放眼前细看，此时家长可有意识的把不同质量、不同感觉的东西放到小儿手里，让小儿被动抓握，或拉着小儿的手让他（她）触摸奶瓶、妈妈的乳房和脸。

语言：

笑出声-发元音-小儿感官发育更加成熟，愉快情绪增多，不但能自发笑还能被逗笑，家长可用不同语调和亲切和蔼的声音、命令式的声音、激动的喊叫声与小儿说话，让小儿听到更多人的声音丰富语言环境，并可对小儿发元音让小儿模仿。

生活与交往:

生活规律-逐渐培养吃、喝、按时睡眠的习惯，应防止含着奶头入睡，以免养成不良的习惯。家长要尽快掌握小儿大小便规律，定时把大小便，帮助小儿建立排便的条件反射；交往-家长要用亲切的语调与婴儿说话，用慈爱的目光注视小儿吸引小儿的注意，对小儿的需要及时满足，经常抚摸和抱他（她）。

训练玩具:

哗铃棒、八音盒、橡皮捏响玩具、布娃娃、红环、塑料小球等训练视听觉辨别力和方位听觉。

2月龄：

运动:

俯卧抬头-一般在小儿空腹时进行，床面平坦舒适，每次练习30秒，逐渐延长时间，每天练习数次，家长可用声音、玩具吸引小儿，通过诱发愉快情绪延长练习时间；头竖直-在竖抱小儿时让小儿练习头竖直，开始要注意保护头部，逐渐延长时间，也可让小儿靠坐在妈妈怀里做竖头活动，当小儿看到许多新奇的东西，使他（她）更主动的练习抬头。 婴儿操-每天做被动操，主要练习上下肢、抬头、翻身的动作，注意按医生要求做。

认知:

视觉-小儿视觉活动更加活跃，除周围环境的一般刺激外要实施一些专门的视觉练习，在小儿床头20-30厘米处悬挂玩具，如环、铃、球等颜色鲜艳、能发声响的玩具，每次放一件，经常变换位置吸引小儿注意力。在小儿能集中注视以后，将玩具做水平方向移动，让小儿追视移动的物体；听觉-进行专门的听觉训练，家长在不同的方向用不同语调的说话声、玩具响声、音乐等刺激听觉让小儿转头寻找。注意说话的语调要柔和动听，刺激的时间不可过长。

语言:

刚出生的小儿就具备了感知语言的能力，要给小儿一个丰富的语言环境，利用各种机会与小儿对话。妈妈要经常与小儿面对面交流，发出例如啊、奥、呜等单音，当小儿主动模仿时，家长应采用赞赏的表情、抚摸、抱的方式给与鼓励。

生活与交往：

生活规律-逐渐培养吃、喝、按时睡眠的习惯，应防止含着奶头入睡，以免养成不良的习惯。家长要尽快掌握小儿大小便规律，定时把大小便，帮助小儿建立排便的条件反射；交往-家长要用亲切的语调与婴儿说话，用慈爱的目光注视小儿吸引小儿的注意，对小儿的需要及时满足，经常抚摸和抱他（她）。

训练玩具:

哗铃棒、八音盒、橡皮捏响玩具、布娃娃、红环、塑料小球等训练视听觉辨别力和方位听觉。

3月龄：

运动:

俯卧抬胸-在能抬头90度的基础上练习抬胸，不要过多的平卧或总是抱在怀里，这样会减少小儿自己活动的时间，此时家长可用玩具在不同的方向逗引小儿寻找，延长俯卧玩耍、抬头、抬胸的时间；翻身（仰一侧）-小儿学翻身，练习从仰卧位翻到侧卧位，每天做几次，家长可在小儿两侧用玩具引逗或给予适当帮助；婴儿操-继续按医生要求每天做操，练习上下肢、抬头、翻身动作。

认知:

视线转移-用两个玩具或两个人引逗婴儿，让小儿视线从一个玩具或人转移到另一个玩具或人，逐渐学会寻找消失的玩具和人；触摸和抓握-小儿从经常握拳发展到手可以张开，从只能吃手发展到把双手放眼前细看，此时家长可有意识的把不同质量的、不同感觉的东西放到小儿手里，让小儿被动抓握，或拉着小儿的手让他（她）触摸奶瓶、妈妈的乳房和脸。

语言:

笑出声-发元音-小儿感官发育更加成熟，愉快情绪增多，不但能自发笑还能被逗笑，家长可用不同语调和亲切和蔼的声音、命令式的声音、激动的喊叫声与小儿说话，让小儿听到更多人的声音丰富语言环境，并可对小儿发元音让小儿模仿。

生活与交往:

母子交往-为使小儿学会社会交往，从小就应重视亲子交流，首先是母子、父子之间的交流。要注意小儿情绪变化，通过调节让小儿经常保持愉快情绪和有安全感，才能使小儿对更多的人微笑，培养健全的人格。

训练玩具:

能拍打、抓握的悬挂玩具如拨浪鼓、哗铃棒、橡皮娃娃、吹气玩具、绒毛玩具等。

4月龄：

运动:

翻身（仰卧-俯卧）-小儿喜欢变换姿势方向认识世界，家长除变换方向引逗小儿外，采用各种方法帮助小儿学习、体验翻身的感觉；拉坐-小儿要经常改变姿势，已能抬头、翻身、俯卧玩耍，家长可试着让小儿从仰卧位拉起到坐位，可进行多次，开始家长主动拉住小儿双手，以后逐渐让小儿拉着家长的手起来；婴儿操-主要练习上下肢、翻身及坐的动作。

认知:

玩具倒手-开始发展双手共同活动的能力，有意识地只向一个手递玩具，引导小儿自己递到另一个手里，家长应仔细观察小儿双手活动是否正常、一致，两只手是否能对在一起；抓取小物体-给小儿一些小物体，如小糖豆、小米花等，先训练小儿的注意，以后反复练习抓取直到能熟练的捏取小物体。

语言:

模仿发音-小儿发音欲望增强，能无意识的发出一些音节，如baba、mama、dada等。家长要及时给予鼓励并使小儿建立此音与实际意义的联系，为今后有意识的叫爸爸、妈妈做准备。

生活与交往:

用杯子喝水-逐渐减少用奶瓶的机会，让小儿学会在家长拿的杯子内喝水，并教小儿自己扶杯子喝水做准备。

训练玩具:

各种质地、色彩便于抓握的玩具如摇铃、环状玩具、小方块积木、吹塑或橡皮玩具、软硬球、软塑捏响玩具等。

5月龄：

运动:

独坐-让婴儿练习独坐，但不要强迫，坐的比较稳了再逐渐减少靠背和支撑，或让小儿做短时间独坐练习，此时坐不稳是正常的，不要长时间强迫小儿坐以免脊柱变形；直立跳跃-出生后的原始直立反射、踏步反射逐渐消失后小儿开始出现下肢主动支撑和活动，在家长帮助下让小儿下肢伸屈，双脚跳跃体验愉快情绪，为小儿早期跨步活动做准备。婴儿操-主要练习上下肢、翻身、坐的动作。

认知:

玩具倒手-开始发展双手共同活动的能力，有意识地只向一个手递玩具，引导小儿自己递到另一个手里，家长应仔细观察小儿双手活动是否正常、一致，两只手是否能对在一起；抓取小物体-给小儿一些小物体，如小糖豆、小米花等，先训练小儿的注意，以后反复练习抓取直到能熟练的捏取小物体。

语言：

模仿发音-小儿发音欲望增强，能无意识的发出一些音节，如baba、mama、dada等。家长要及时给予鼓励并使小儿建立此音与实际意义的联系，为今后有意识的叫爸爸、妈妈做准备。

生活与交往：

认人-经过对人的泛化认识后，小儿逐渐出现分化认识，开始出现怯生表现，这是小儿的进步，家长不必惊慌，此时要让小儿多接触人，观察小儿对不同人的反应，增加熟悉人的数量，怯生反应会明显减轻。

训练玩具：

各种质地、色彩便于抓握的玩具如摇铃、环状玩具、小方块积木、吹塑或橡皮玩具、软硬球、软塑捏响玩具等。

6月龄：

运动：

爬行-让小儿自己爬行，尽量不给予帮助，家长可在不同方向引诱小儿，经常给予鼓励，能熟练俯趴的小儿，家长可用一条毛巾放在小儿腹部稍稍提起让小儿练习腹爬，协调的四肢运动使小儿身体能自己移动，能正面面对世界，主动接触认识事物，促进认知能力发展并为站立行走打下基础；扶站-开始家长可扶着小儿腋下站立，让小儿扶着小床，椅子站立同时拉着小儿学迈步，每次几分钟，每天练几次。

认知：

投入-和小儿一起玩大小不同的玩具，在小儿能将手中的玩具放下的基础上，让小儿练习投入的动作。家长应准备一些小桶、盒子、小盆、带孔洞的玩具教小儿放进去、投进去；对击-此阶段小儿模仿能力较强，家长要经常做各种示范，玩多种玩具，玩的花样要增加，让小儿对玩具产生玩的兴趣，手中的玩具能对击、对套，说明小儿发育正常。

语言：

识图和识物-建立准确的语言概念，选择形象真实、准确、色彩鲜艳、画面简单的识图教材，教婴儿指认。每天1-2次，时间不宜过长，开始只识几张，反复练习，逐渐积累。让小儿在家长语言指导下准确选择自己认识的图片，注意准确应用名称；模仿发单字-在婴儿能自发的发出爸爸、妈妈音节之后，让小儿学说一些单字，如不、拿、喝等，尽量让小儿看着家长的口型模仿，经常练习但不要强迫小儿说。

生活与交往：

用杯子喝水-逐渐减少用奶瓶的机会，让小儿学会在家长拿的杯子中喝水，并教小儿自己扶杯子喝水最准备。

训练玩具：

指拨玩具如小转盘、小按键、珠算，可上发条的机动玩具，小桶，小盒，带孔洞的玩具，套盒，小铃鼓等。

7月龄：

，家长可用一条毛巾放在小儿腹部稍稍提起让小儿练习腹爬，协调的四肢运动使小儿身体能自己移动，能正面面对世界，主动接触认识事物，促进认知能力发展并为站立行走打下基础；扶站-开始家长可扶着小儿腋下站立，让小儿扶着小床，椅子站立同时拉着小儿学迈步，每次几分钟，每天练几次。

认知：

投入-和小儿一起玩大小不同的玩具，在小儿能将手中的玩具放下的基础上，让小儿练习投入的动作。家长应准备一些小桶、盒子、小盆、带孔洞的玩具教小儿放进去、投进去；对击-此阶段小儿模仿能力较强，家长要经常做各种示范，玩多种玩具，玩的花样要增加，让小儿对玩具产生玩的兴趣，手中的玩具能对击、对套，说明小儿发育正常。

语言：

识图和识物-建立准确的语言概念，选择形象真实、准确、色彩鲜艳、画面简单的识图教材，教婴儿指认。每天1-2次，时间不宜过长，开始只识几张，反复练习，逐渐积累。让小儿在家长语言指导下准确选择自己认识的图片，注意准确应用名称；模仿发单字-在婴儿能自发的发出爸爸、妈妈音节之后，让小儿学说一些单字，如不、拿、喝等，尽量让小儿看着家长的口型模仿，经常练习但不要强迫小儿说。

生活与交往：

用杯子喝水-逐渐减少用奶瓶的机会，让小儿学会在家长拿的杯子中喝水，并教小儿自己扶杯子喝水最准备。

训练玩具：

指拨玩具如小转盘、小按键、珠算，可上发条的机动玩具，小桶，小盒，带孔洞的玩具，套盒，小铃鼓等。

8月龄：

运动：

爬行-让小儿自己爬行，尽量不给予帮助，家长可在不同方向引诱小儿，经常给予鼓励，能熟练俯趴的小儿，家长可用一条毛巾放在小儿腹部稍稍提起让小儿练习腹爬，协调的四肢运动使小儿身体能自己移动，能正面面对世界，主动接触认识事物，促进认知能力发展并为站立行走打下基础；扶站-开始家长可扶着小儿腋下站立，让小儿扶着小床，椅子站立同时拉着小儿学迈步，每次几分钟，每天练几次。

认知：

投入-和小儿一起玩大小不同的玩具，在小儿能将手中的玩具放下的基础上，让小儿练习投入的动作。家长应准备一些小桶、盒子、小盆、带孔洞的玩具教小儿放进去、投进去；对击-此阶段小儿模仿能力较强，家长要经常做各种示范，玩多种玩具，玩的花样要增加，让小儿对玩具产生玩的兴趣，手中的玩具能对击、对套，说明小儿发育正常。

语言：

识图和识物-建立准确的语言概念，选择形象真实、准确、色彩鲜艳、画面简单的识图教材，教婴儿指认。每天1-2次，时间不宜过长，开始只识几张，反复练习，逐渐积累。让小儿在家长语言指导下准确选择自己认识的图片，注意准确应用名称；模仿发单字-在婴儿能自发的发出爸爸、妈妈音节之后，让小儿学说一些单字，如不、拿、喝等，尽量让小儿看着家长的口型模仿，经常练习但不要强迫小儿说。

生活与交往：

用杯子喝水-逐渐减少用奶瓶的机会，让小儿学会在家长拿的杯子中喝水，并教小儿自己扶杯子喝水最准备。

训练玩具：

指拨玩具如小转盘、小按键、珠算，可上发条的机动玩具，小桶，小盒，带孔洞的玩具，套盒，小铃鼓等。

9月龄：

运动：

扶站和独站-小儿更加不安分，活动增多，此时要为小儿准备一定的活动场所，有栏杆的小床、活动圈、床前空地等，家长要帮助和鼓励小儿自己扶站、靠站一会儿，甚至可以让小儿独站几秒；扶着坐下-小儿扶站时，可有意把一些玩具放在他（她）脚下，鼓励小儿坐下去拿，练习手与身体的稳定配合，注意保护；婴儿操-主要练习上下肢、站立、行走、拾取和蹲的动作。

认知：

投入-和小儿一起玩大小不同的玩具，在小儿能将手中的玩具放下的基础上，让小儿练习投入的动作。家长应准备一些小桶、盒子、小盆、带孔洞的玩具教小儿放进去、投进去；对击-此阶段小儿模仿能力较强，家长要经常做各种示范，玩多种玩具，玩的花样要增加，让小儿对玩具产生玩的兴趣，手中的玩具能对击、对套，说明小儿发育正常。

语言：

识图和识物-建立准确的语言概念，选择形象真实、准确、色彩鲜艳、画面简单的识图教材，教婴儿指认。每天1-2次，时间不宜过长，开始只识几张，反复练习，逐渐积累。让小儿在家长语言指导下准确选择自己认识的图片，注意准确应用名称；模仿发单字-在婴儿能自发的发出爸爸、妈妈音节之后，让小儿学说一些单字，如不、拿、喝等，尽量让小儿看着家长的口型模仿，经常练习但不要强迫小儿说。

生活与交往：

大小便坐盆-建立良好的行为习惯，便盆放在显眼、固定的地方，定时带小儿去坐盆，但时间不要过长，好的行为习惯是逐步形成的，需要家长有足够的耐心；与生人交往-有意识扩大小儿交往范围，小儿在家长带领下有安全依恋对象时接触生人，参加亲子游戏班或其他活动可以为小儿提供与其他小儿接触的机会，从小培养小儿愉快地与人相处的情绪。

训练玩具：

指拨玩具如小转盘、小按键、珠算，可上发条的机动玩具，小桶，小盒，带孔洞的玩具，套盒，小铃鼓等。

10月龄：

运动：

扶站和独站-小儿更加不安分，活动增多，此时要为小儿准备一定的活动场所，有栏杆的小床、活动圈、床前空地等，家长要帮助和鼓励小儿自己扶站、靠站一会，甚至可以让小儿独站几秒；扶着坐下-小儿扶站时，可有意把一些玩具放在他（她）脚下，鼓励小儿做下去拿，练习手与身体的稳定配合，注意保护；婴儿操-主要练习上下肢、站立、行走、拾取和蹲的动作。

认知：

模仿玩-缺乏经验的婴儿有较强的模仿能力，经常模仿家长的无意识动作，为了让小儿有更多的本领，家长要有意识的和小儿一起玩，不断增加游戏复杂性、多样性、趣味性，如玩叠木块、打开和盖好盒盖、互相滚球、扔球、够玩具等。小儿手的动作更加灵活，并观察到事物之间的联系；图画-让小儿学画的本领，主要是通过模仿大人拿笔和作画的动作，开始最好用画棒，家长可以扶着小儿的手画，以后让小儿自己乱画，每次都要及时鼓励。

语言：

主动发字音-小儿进入初学说话的阶段，除模仿大人说话，开始有自己的字音，但这仍然不是正式说话，只是用一种声音表达一定的意义，此时要多与小儿进行语言交流，耐心教小儿正确发音，生活中的每一个活动尽量都用词语来表达，使小儿逐步学会理解和应用更多词语。

生活与交往：

认知五官-婴儿已能区分生人和熟人的脸，对五官的观察更加仔细，此时应让小儿掌握五官的名称，先认娃娃的五官、在镜子里认自己的五官，并能正确指出五官的位置；主动配合-婴儿有了一定的活动基础，需要学习生活自理，家长先引导小儿配合家长给他（她）穿脱衣服，主动伸手、伸腿、伸脚。或用游戏的方式学习给娃娃穿脱衣服。

训练玩具：

球类，小推车，带有各种形状的拼板，有图大积木，蜡笔，玩具娃娃，吹塑小动物等。

11月龄：

运动：

扶行和独行-小儿能站立行走后，对环境的探索活动大大增加，为小儿准备一个安全的活动空间是必要的。家长用玩具逗引或在不同的方向呼唤小儿的名字，让小儿自己扶走或推着椅子行走，逐渐减少帮助和依靠，让小儿练习独行。最好在稍软的地面练习，走稳之前要给予保护，不安全感会给婴儿带来恶性刺激，注意在愉快气氛中练习；踢球-婴儿能稳定迈步，手能灵巧的去抓玩具，为了增加身体活动的协调灵活性，可学习踢球，开始需要扶着，家长先作示范，逐渐做到独立、主动、准确的踢球；婴儿操-主要练习上下肢、站立、行走、拾取、蹲的动作。

认知：

模仿玩-缺乏经验的婴儿有较强的模仿能力，经常模仿家长的无意识动作，为了让小儿有更多的本领，家长要有意识的和小儿一起玩，不断增加游戏复杂性、多样性、趣味性，如玩叠木块、打开和盖好盒盖、互相滚球、扔球、够玩具等。小儿手的动作更加灵活，并观察到事物之间的联系；图画-让小儿学画的本领，主要是通过模仿大人拿笔和作画的动作，开始最好用画棒，家长可以扶着小儿的手画，以后让小儿自己乱画，每次都要及时鼓励。

语言：

主动发字音-小儿进入初学说话的阶段，除模仿大人说话，开始有自己的字音，但这仍然不是正式说话，只是用一种声音表达一定的意义，此时要多与小儿进行语言交流，耐心教小儿正确发音，生活中的每一个活动尽量都用词语来表达，使小儿逐步学会理解和应用更多词语。

生活与交往：

认知五官-婴儿已能区分生人和熟人的脸，对五官的观察更加仔细，此时应让小儿掌握五官的名称，先认娃娃的五官、在镜子里认自己的五官，并能正确指出五官的位置。

训练玩具：

球类，小推车，带有各种形状的拼板，有图大积木，蜡笔，玩具娃娃，吹塑小动物等。

12月龄：

运动：

扶行和独行-小儿能站立行走后，对环境的探索活动大大增加，为小儿准备一个安全的活动空间是必要的。家长用玩具逗引或在不同的方向呼唤小儿的名字，让小儿自己扶走或推着椅子行走，逐渐减少帮助和依靠，让小儿练习独行。最好在稍软的地面练习，走稳之前要给予保护，不安全感会给婴儿带来恶性刺激，注意在愉快气氛中练习；踢球-婴儿能稳定迈步，手能灵巧的去抓玩具，为了增加身体活动的协调灵活性，可学习踢球，开始需要扶着，家长先作示范，逐渐做到独立、主动、准确的踢球；婴儿操-主要练习上下肢、站立、行走、拾取、蹲的动作。

认知：

图画-让小儿学画的本领，主要是通过模仿大人拿笔和作画的动作，开始最好用画棒，家长可以扶着小儿的手画，以后让小儿自己乱画，每次都要及时鼓励。

语言：

主动发字音-小儿进入初学说话的阶段，除模仿大人说话，开始有自己的字音，但这仍然不是正式说话，只是用一种声音表达一定的意义，此时要多与小儿进行语言交流，耐心教小儿正确发音，生活中的每一个活动尽量都用词语来表达，使小儿逐步学会理解和应用更多词语。

生活与交往：

认知五官-婴儿已能区分生人和熟人的脸，对五官的观察更加仔细，此时应让小儿掌握五官的名称，先认娃娃的五官、在镜子里认自己的五官，并能正确指出五官的位置；主动配合-婴儿有了一定的活动基础，需要学习生活自理，家长先引导小儿配合家长给他（她）穿脱衣服，主动伸手、伸腿、伸脚。或用游戏的方式学习给娃娃穿脱衣服。

训练玩具：

球类，小推车，带有各种形状的拼板，有图大积木，蜡笔，玩具娃娃，吹塑小动物等。

15月龄：

运动：

独立行走-这时是小儿学会走路最迅速的时期，家长应鼓励小儿独走，逐渐拉长距离。可与小儿一起玩扔球、捡球、找东西游戏，训练小儿独自在地上玩，蹲下捡东西，独自站起来行走。也可让小儿拉着小拖车倒走和侧走；扶手上下楼梯-在婴儿能够独立行走后，可拉着小儿的手练习迈楼梯，最好自己扶栏杆上下楼，让小儿体会高和低和感觉。

认知：

动手游戏-1岁小儿具有了主动性，可以自己动手操作，此时可多玩动手游戏，如搭积木、叠小套桶，教小儿将铅笔插入笔筒内或笔座，玩拼插玩具，将小物品放入小口径容器中，训练手的灵活性、准确性；自发涂画-让小儿模仿家长拿笔作画，也可让小儿随意乱画，画一些笔划，培养小儿运用笔的能力和“创造欲望”。

语言：

命名物体-这时小儿开口说话了，要经常让小儿看画片和婴儿图书，进行命名讲解，鼓励小儿对人和物品命名，家长要耐心的对小儿进行强化训练；表达-语言是表达的工具，教小儿用正确的词语表达自己的要求。小儿用一个单字表达一个句子，家长要善于理解，尽可能满足小儿要求。

生活与交往：

学用勺子及用杯子-培养小儿学做事，从学习吃、喝开始，不要因为怕麻烦而剥夺小儿动手的机会，要用积极的态度培养小儿独立的生活能力；与人合作-培养小儿乐于交往，与小朋友合作游戏的兴趣，参加游戏班或在户外和其他孩子一起玩。

训练玩具：

拖拉玩具，皮球，小塑料桶，小铲，过家家玩具，积木，小套桶，图片，图书，拼插玩具，串珠等。

18月龄：

运动：

扶栏杆上下楼楼梯-家长用玩具逗引小儿上下楼梯，可加以保护，先上2-3个阶梯，逐渐能上多个阶梯。待小儿能平稳上楼后教小儿学下楼，使小儿了解深浅的概念，一定要注意安全；行走自如-婴儿在地上活动更多了，小儿最喜欢球类玩具，家长应与小儿共同合作扔球、接球、滚球、踢球等。让小儿推车前进、后退、转弯。

认知：

培养一般能力-此时小儿开始有了初步的思维活动，对事物的认识向多方面发展。教小儿观察不同事物，如：物体的大与小，上与下等。小儿有了一定分辨力，记忆力，可让小儿有意识的记一些东西，家长多提问让小儿回答以培养其记忆力；笔和纸活动-让小儿在纸上画的同时练习控制笔的能力和模仿能力。与小儿一起玩折纸游戏，只折横、竖、斜线，多次示范让小儿模仿，以锻炼动手能力。

语言：

双字词-指包含名词、动词能表达一定意思的词，如：“妈妈抱”、“拿来”等。鼓励小儿自己表达；懂得自我-小儿一岁以后逐渐有了自我意识，能把主体和客体分开。此时可学说自己的名字，教小儿正确使用“我”字。

生活与交往：

熟练用勺及杯子-让小儿尽快掌握生存本领，自己拿勺子吃饭，用杯子喝水，自己穿脱衣服，可给予帮助不要加以限制；主动交往-此时小儿好奇心增强，胆怯心理减少，会对一些新面孔发生兴趣，可鼓励小儿主动与人交往，特别是同龄人。家长不要在交往方式上加以限制。尽量让他按自己的方式处理问题。

训练玩具：

拼插玩具，串珠，套环，积木，水上、沙上、交通玩具，形象的动物、水果、蔬菜玩具等。

21月龄：

运动：

学跑-小儿走稳后，能较好的控制自己的身体开始学跑，应采用游戏的方法鼓励小儿跑跳，使小儿从慢跑-快跑-转弯-绕障碍跑；倒退走-倒走是运动稳定协调的表现，可引导小儿经常做倒走游戏。

认知：

动手游戏-1岁小儿具有了主动性，可以自己动手操作，此时可多玩动手游戏，如搭积木、叠小套桶，教小儿将铅笔插入笔筒内或笔座，玩拼插玩具，将小物品放入小口径容器中，训练手的灵活性、准确性；自发涂画-让小儿模仿家长拿笔作画，也可让小儿随意乱画，画一些笔划，培养小儿运用笔的能力和“创造欲望”。

语言：

命名物体-这时小儿开口说话了，要经常让小儿看画片和婴儿图书，进行命名讲解，鼓励小儿对人和物品命名，家长要耐心的对小儿进行强化训练；表达-语言是表达的工具，教小儿用正确的词语表达自己的要求。小儿用一个单字表达一个句子，家长要善于理解，尽可能满足小儿要求。

生活与交往：

熟练用勺及杯子-让小儿尽快掌握生存本领，自己拿勺子吃饭，用杯子喝水，自己穿脱衣服，可给予帮助不要加以限制；主动交往-此时小儿好奇心增强，胆怯心理减少，会对一些新面孔发生兴趣，可鼓励小儿主动与人交往，特别是同龄人。家长不要在交往方式上加以限制。尽量让他按自己的方式处理问题。

训练玩具：

拖拉玩具，皮球，小塑料桶，小铲，过家家玩具，积木，小套桶，图片，图书，拼插玩具，串珠等。

24月龄：

运动;

双脚跳-引导小儿学跳，家长也可经常做示范，让小儿跳起来够取玩具；独自上楼梯-在适当保护下让小儿独自上楼梯，胆怯时应给予鼓励，可有意让小儿手中拿着玩具不用手扶楼梯上楼，有了成功的经验，小儿就会增强信心和产生兴趣。

认知:

手的操作-家长尽可能抽时间陪小儿一起动手玩玩具，并发挥创造性想象力做各种示范。不断增加复杂性、多样性、趣味性才能引起小儿的兴趣，吸引小儿注意力。但在玩穿珠子的游戏时，防止将珠子误入口鼻;识别颜色-小儿很小就可分辨颜色，但并不能表达，随着语言的发展，可让小儿知道颜色的名称，并结合物品加强印象，如红皮球、小黄狗等。能识别红、黄、绿几种鲜艳颜色就可以了。

语言:

简单句-学会了单字词，双字词，教小儿简单的句子表达意思，如：“我上街”，“妈妈上班”等，家长应有意用清晰的发音重复说一些简单句子；看书和理解简单故事-看有简单情节的图画书，并给小儿讲故事，这里有事物联系，生活常识，简单道理等，提高小儿的理解能力，进一步让小儿自己叙述图书中表示的意思。

生活与交往:

生活自理-自己吃饭、喝水，自己穿脱简单的衣服如解扣子，脱外衣等。提供机会让小儿自己多尝试；是与非-在日常生活和与人交往中教小儿一些简单的是非观念，如打人不好，脏东西不能动等，要用小儿能理解的方式进行讲解。家长用不同的态度表明：对正确的事赞扬，对错误行为制止或转移注意力，防止对不正确的行为进行强化刺激。

训练玩具:

拼插玩具，串珠，套环，积木，水上、沙上、交通玩具，形象的动物、水果、蔬菜玩具等。

30月龄：

运动:

两足交替上楼-给小儿创造锻炼的机会，多予鼓励，逐渐增加强度，可强壮下肢肌肉力量；从台阶上跳下-在小儿学会双脚跳，能站稳时教小儿从台阶上往下跳，经常做此练习，注意安全，防止小儿不知深浅的尝试。

认知:

模仿画画-小儿对手的控制能力明显增强，可辨认简单图形，让小儿模仿画垂直线、水平线、圆等，反复多次练习，将图形形象化（如画大路、皮球），诱发小儿兴趣；识别简单图形-随着小儿年龄增长，分辨力增强，可教小儿认识图形，如：圆形、方形、三角形等，家长先说出图形名称，再让小儿找出相应的形状。然后，家长找出不同形状，让小儿说出形状的名称。

语言:

背儿歌-是小儿学习语言认识事物的好方法，学习健康活泼的儿歌，反复强化学会一首再学一首，最好学易懂好背的儿歌，从机械记忆中认识事物；用形容词-在学会用句子表达意思后，教小儿用形容词表达词意，如“这是一个大红球”，“这个玩具真好”，在语调上强调这些形容词供小儿模仿。

生活与交往:

学做事-在家长指导帮助下，让小儿学会料理自己的事，减少限制，提供机会，不但可以提高生活自理能力，还有利于智力发展；和同伴合作玩-参加亲子互动游戏班或户外活动（如社区活动场所），让小儿接触更多的人，学会与小伙伴合作玩，两个人一起搭积木，培养与人合作的意识。

训练玩具:

脚踏三轮车，形状拼板，拼插积木，镶嵌软塑，细绳穿珠，玩保龄球，套塔等。

33月龄：

运动:

两足交替上楼-给小儿创造锻炼的机会，多予鼓励，逐渐增加强度，可强壮下肢肌肉力量；从台阶上跳下-在小儿学会双脚跳，能站稳时教小儿从台阶上往下跳，经常做此练习，注意安全，防止小儿不知深浅的尝试。

认知:

模仿画画-小儿对手的控制能力明显增强，可辨认简单图形，让小儿模仿画垂直线、水平线、圆等，反复多次练习，将图形形象化（如画大路、皮球），诱发小儿兴趣；识别简单图形-随着小儿年龄增长，分辨力增强，可教小儿认识图形，如：圆形、方形、三角形等，家长先说出图形名称，再让小儿找出相应的形状。然后，家长找出不同形状，让小儿说出形状的名称。

语言:

背儿歌-是小儿学习语言认识事物的好方法，学习健康活泼的儿歌，反复强化学会一首再学一首，最好学易懂好背的儿歌，从机械记忆中认识事物；用形容词-在学会用句子表达意思后，教小儿用形容词表达词意，如“这是一个大红球”，“这个玩具真好”，在语调上强调这些形容词供小儿模仿。

生活与交往:

学做事-在家长指导帮助下，让小儿学会料理自己的事，减少限制，提供机会，不但可以提高生活自理能力，还有利于智力发展；和同伴合作玩-参加亲子互动游戏班或户外活动（如社区活动场所），让小儿接触更多的人，学会与小伙伴合作玩，两个人一起搭积木，培养与人合作的意识。

训练玩具:

脚踏三轮车，形状拼板，拼插积木，镶嵌软塑，细绳穿珠，玩保龄球，套塔等。

36月龄：

运动:

两足交替走下楼梯-根据小儿控制身体平衡的情况慢慢进行，选择坡度稍小的楼梯练习，对胆小的孩子要给予鼓励，同时注意保护，但不要限制小儿做自己有兴趣的事；跳高-小儿学会向前跳后，教小儿向上跳，跳出一定的高度，一般可跳起5-10米高度，可设计有趣的方法引导小儿跳高够东西。

认知:

懂得基本方位-让小儿渐渐掌握什么是上、下、里、外等。可用玩具引导，如把物品放在某某上、某某下、某某里，某某外等。让小儿理解和学会运用方位；学数数-数字概念的掌握受年龄限制较大，只有到了一定年龄才能达到数量的守恒，否则不易掌握，也有个体差异，一般在三岁时开始识数，经常拿一些东西给小儿并告诉他是几个，用手指学点数，让小儿理解数字的概念。

语言:

说出性别-让小儿了解自己的性别特征，先从家人中识别，正确说出男、女以后，小儿会有意观察同性别的各种外形和行为特征，对今后的社会行为有益；说教复杂的句子-小儿的词句丰富了，表达需要更清楚。教小儿复杂的句子应多和小儿交谈，多给他表达语言的机会。

生活与交往:

自己洗手-教小儿如何洗手、擦手，饭前、便后洗手，培养生活自理能力；懂得有顺序-培养小儿的社会意识，做事应有一定顺序，“先做什么，再做什么”，理解了先后的意思，再让小儿懂得做事要有顺序。

42月龄：

运动:

通过小白兔拔萝卜等游戏活动，进行大肌肉动作训练。通过学扣纽扣、手指做香蕉等游戏训练精细动作。

认知:

画出缺少的身体部位训练认知能力，训练记电话号码，培养数的概念，认识“有”、“无”；利用玩具认识“1”和“许多”。

语言:

学习人称、玩具、交通工具；动物、交通工具；学习动词、代词、形容词；练习短句加“妈妈带我上动物园”，“我家有个彩色电视机”等。多练习儿歌。

生活与交往:

学会准确无误地讲清自己的情况，如姓名、性别、年龄、爸爸姓名等；学习礼貌用语，如“你好”，“谢谢”，“再见”等。

48月龄：

运动:

训练走、跑、跳、平衡、攀登、钻圈、迈过障碍物、投掷、做体操和游戏，使其能协调的完成，并且能遵守规则，按要求做各种动作和游戏。训练握笔画各种图形，用纸折叠各种形状，训练积木搭楼房。

认知:

训练观察力、记忆力及思维表达力。比如通过拼图拼出□、△型；培养注意力和数的概念。训练“多”、“少”等，让其了解数字和意义。

语言:

继续扩大学习名词、动词、形容词和副词，不断增加词汇数量。通过练习句子和儿歌提高语言能力。如“早晨起来要洗脸和刷牙”，“爸爸妈妈都上班去了”等；儿歌如布娃娃；我有一个布娃娃，圆圆眼睛下嘴巴。和我歌唱做游戏，和我学讲普通话。

生活与交往:

学会准确无误地讲清自己的情况，如姓名、性别、年龄、爸爸姓名等；学习礼貌用语，如“你好”，“谢谢”，“再见”等。

54月龄：

运动:

熟练的完成走、跑、跳、平衡、攀登、钻圈、迈过障碍物的基础上训练独脚站稳10秒；训练足尖对足跟向前走；通过排球训练全身肌肉和手部平衡能力。能用筷子夹住花生米；用橡皮泥或面团搓捏成各种造型；正确握笔练习写“一”、“二”、“三”，有一定基础后再扩大范围。

认知:

将各种玩具放在一起让小朋友归类，如交通工具一类，动物一类，提高孩子的思维能力；在大自然的变化中培养观察力，如为什么清晨去公园，太阳还未升起时会觉得有些凉，而中午到公园太阳升至顶空，为什么会感到较热？孩子一边观察，家长应一边不断的提问，以提高孩子的观察能力和思维能力。

语言:

通过训练提高语言的理解能力和丰富词汇数量。家长可经常向孩子提问，让孩子给出相反含义的词汇，如“爸爸是男的，妈妈呢？”，“木头是硬的，棉花呢？”。练习句子和儿歌增加语言表达能力，多交孩子说十几个字组成的句子，如“我的早饭有牛奶，面包和鸡蛋”，“我最喜欢和小朋友一起玩游戏了”等。

生活与交往:

去熟悉的地方学习认路，分清方位和方向。比如可以让孩子带路去爷爷家，去公园，去超市等。接触和了解家电，认识各种家电的功能和用途，防止触电。

训练玩具:

可选择一些智力玩具，如智力拼装车、拼图、计算玩具、乐器玩具以及简单的棋牌、“过家家”用的玩具、炊具玩具等。

60月龄：

运动:

通过游戏、比赛进行大肌肉动作训练，比如独脚跳、接球游戏等。继续通过橡皮泥发展小肌肉动作，培养想象力。通过剪纸、画画锻炼手指灵活性、培养理解力和注意力。

认知:

通过配对和归类游戏培养思维能力，通过对大自然的观察，找出相同点和不同点来训练比较能力。比如比较大小、比较上下、比较长短、比较多少、比较颜色、粗细、高矮等等。

语言:

继续联系反义词提高语言理解力和丰富词汇。如“大象是大的，老鼠呢？”，“夏天是热的，冬天呢？”等。继续语句练习提高表达能力。如“凳子是什么做的？”，再问“凳子有什么用处？”等等。

生活与交往:

去熟悉的地方学习认路，分清方位和方向。比如可以让孩子带路去爷爷家，去公园，去超市等。接触和了解家电，认识各种家电的功能和用途，防止触电。

训练玩具:

可选择一些智力玩具，如智力拼装车、拼图、计算玩具、乐器玩具以及简单的棋牌、“过家家”用的玩具、炊具玩具等。