



中国儿童保健杂志  
*Chinese Journal of Child Health Care*  
ISSN 1008-6579, CN 61-1346/R

## 《中国儿童保健杂志》网络首发论文

题目： 基于发育适宜性的婴幼儿亲子游戏导则专家共识  
作者： 关宏岩，许梦雪  
网络首发日期： 2024-06-24  
引用格式： 关宏岩，许梦雪. 基于发育适宜性的婴幼儿亲子游戏导则专家共识[J/OL]. 中国儿童保健杂志. <https://link.cnki.net/urlid/61.1346.R.20240621.1107.034>



**网络首发：**在编辑部工作流程中，稿件从录用到出版要经历录用定稿、排版定稿、整期汇编定稿等阶段。录用定稿指内容已经确定，且通过同行评议、主编终审同意刊用的稿件。排版定稿指录用定稿按照期刊特定版式（包括网络呈现版式）排版后的稿件，可暂不确定出版年、卷、期和页码。整期汇编定稿指出版年、卷、期、页码均已确定的印刷或数字出版的整期汇编稿件。录用定稿网络首发稿件内容必须符合《出版管理条例》和《期刊出版管理规定》的有关规定；学术研究成果具有创新性、科学性和先进性，符合编辑部对刊文的录用要求，不存在学术不端行为及其他侵权行为；稿件内容应基本符合国家有关书刊编辑、出版的技术标准，正确使用和统一规范语言文字、符号、数字、外文字母、法定计量单位及地图标注等。为确保录用定稿网络首发的严肃性，录用定稿一经发布，不得修改论文题目、作者、机构名称和学术内容，只可基于编辑规范进行少量文字的修改。

**出版确认：**纸质期刊编辑部通过与《中国学术期刊（光盘版）》电子杂志社有限公司签约，在《中国学术期刊（网络版）》出版传播平台上创办与纸质期刊内容一致的网络版，以单篇或整期出版形式，在印刷出版之前刊发论文的录用定稿、排版定稿、整期汇编定稿。因为《中国学术期刊（网络版）》是国家新闻出版广电总局批准的网络连续型出版物（ISSN 2096-4188，CN 11-6037/Z），所以签约期刊的网络版上网络首发论文视为正式出版。

# 基于发育适宜性的婴幼儿亲子游戏导则专家共识

中国妇幼健康研究会婴幼儿养育照护专业委员会

**关键词：** 亲子游戏；发育适宜性；婴幼儿

儿童早期发展的重要性、不可逆性、高回报性已被充分验证<sup>[1-3]</sup>，高质量养育照护水平则被视为实现儿童早期发展最直接、有效的路径。因此，我国政府已将儿童早期发展和养育照护服务纳入人口高质量发展的重要战略<sup>[4]</sup>。国家卫生健康委颁布的《3岁以下婴幼儿健康养育照护指南》(以下简称“指南”)提出“儿童保健人员要强化对养育人养育照护的咨询指导”。指南从生长发育监测、营养膳食及交流与玩耍等6个领域为婴幼儿家提供健康养育照护咨询指导，并将亲子游戏作为交流与玩耍指导中的重点内容<sup>[5]</sup>。

对于婴幼儿来说，游戏是生活的重要组成部分。亲子游戏是养育人与婴幼儿之间以亲子感情为基础而进行的活动，是亲子互动的重要形式<sup>[6]</sup>，也是婴幼儿最喜欢、最容易接受的方式。亲子游戏的优势在于：一是对尚未融入社会生活的婴幼儿来说，其心理成长高度依赖家庭成员。游戏能够培养良好的依恋关系，持续为其提供亲密感和安全感<sup>[7]</sup>。二是亲子游戏有利于促进婴幼儿发展水平。通过探索材料、不断试错、尝试任务、反复练习等环节，婴幼儿最终实现掌握技能、习得语言、建立自信、培养习惯、建立合作等发展目标<sup>[8-10]</sup>。三是亲子游戏是婴幼儿情绪调节的良好方式，特别是对负性情绪的调节。游戏过程能够带给婴幼儿无限的乐趣，这能够帮助婴幼儿引发积极情绪，也是能让他们从尽快转移消极情绪的良好方式<sup>[11-14]</sup>。

然而，我国现阶段基于家庭实施的亲子游戏仍存在游戏或材料选择不适宜<sup>[15]</sup>、自主游戏设计缺乏指向性、用玩具取代亲子游戏及将家庭常见物品纳入亲子游戏的意识不足等问题。为加强和规范婴幼儿家庭的亲子游戏指导，将回应性照护的理念贯穿家庭养育全程，中国妇幼健康研究会婴幼儿养育照护专业委员会特组织相关专家，基于婴幼儿发育适宜性原则，参照国内外相关指南及文件<sup>[2,5,10,16-19]</sup>，结合我国亲子游戏指导现状，拟定本专家共识。

## 一、应用范围

适用于各级医疗卫生机构、托幼机构、早教机构、社区儿童活动中心等相关工作人员，开展0~3岁婴幼儿亲子游戏指导。

## 二、指导原则

亲子游戏指导是指由特定人员提供的，以回应性照护为核心理念，针对亲子游戏中的游戏材料、游戏设计、互动引导等环节进行的示范、引导、观察总结、建议等一系列活动，旨在提升以家庭为基础，由0~3岁婴幼儿及其养育人共同完成的亲子游戏活动质量，促进0~3岁婴幼儿的早期全面发展。亲子游戏指导应包含以下五点原则：

(一)尊重个体 每一个婴幼儿都具有独特的气质类型和学习风格，在游戏中应充分尊重其个性特点，不强迫执行特定步骤或指令。

(二)发育适宜 提供给婴幼儿的游戏应与其整体发育水平相适宜。为提升其综合能力，所提供的游戏指导宜稍高于其实际发育水平。

(三)全面发展 发展是一体化的，婴幼儿往往能够在同一游戏中习得不同维度的技能。即使游戏目的有特定针对性，但实施者应注意在游戏中培养婴幼儿综合发展水平的重要性。

(四)积极回应 指导养育人将回应性照护贯穿于亲子游戏全程。重视婴幼儿在游戏过程中的情绪反应，根据其语言、表情、肢体动作等行为所展示出的情绪体验，做出及时的、积极的回应。

(五)融入生活 婴幼儿在与家庭成员的不断互动中逐步构建真实生活，因此亲子游戏指导过程所涉及的材料、内容、方式应尽量生活化。

## 三、指导流程

(一)讲明目的、展示材料 在游戏前向养育人说明该游戏对婴幼儿发育水平(粗大动作、精细动作、认知、语言、社会情绪等)的促进意义、要求养育人重点掌握的技巧、游戏所需的基本材料。

(二)逐步演示、提示要点 通过对视、展示材料

等吸引婴幼儿注意力,邀请现场婴幼儿或借助仿真娃娃逐步演示游戏。在每个环节中重点讲解预期目标、操作建议、注意事项。提示养育人通过制造神秘感、多次邀请、展示、鼓励等方式邀请婴幼儿参与,但不强迫婴幼儿立即参与。

(三)分发材料、允许探索 为每个家庭分发游戏材料,帮助养育人追随婴幼儿的兴趣。提示养育人向婴幼儿介绍材料大小、性质、功能等,同时在确保安全的前提下,允许婴幼儿尝试和游戏无关的探索,例如啃咬、扔、敲打等。

(四)认真观察、从旁指导 亲子游戏正式开始后,指导者从旁观察,适时提示养育人操作要点,必要时再次演示。

(五)凝练总结、提供延展 亲子游戏结束后,指明养育人的优势,同时提供该游戏的延伸玩法,包含如何借助其他家庭物品开展此类游戏、和同伴共同玩耍时如何玩这一游戏、当婴幼儿逐步熟练后如何提升该游戏难度等。在养育人和婴幼儿离开前,确认养育人学会了如何实施游戏,鼓励回家后继续游戏。

#### 四、基本要求

##### (一)人员要求

1. 实施亲子游戏指导的工作人员(简称“指导人员”)应具备教育、医疗、心理、社会领域的相应从业资质。

2. 指导人员应身心健康,无犯罪记录。工作中无任何歧视或忽视婴幼儿及其养育人的行为表现。

3. 指导人员应热爱儿童事业,有责任心,遵守职业道德,尊重和保护儿童及其照护者隐私。

4. 指导人员应具有儿童早期发展健康服务相关的专业知识和技能。

5. 指导人员应行为举止得体,言语规范,态度亲切友好,体现专业精神,体现人文关怀。

##### (二)场地要求

1. 实施亲子游戏指导的场所(简称“指导场所”)应远离各种污染源,环境卫生、整洁。地面应铺设地垫,且保持平整、防滑、无尖锐突出物<sup>[20]</sup>。

2. 指导场所应充分考虑儿童生理和心理特点,陈设温馨、布置活泼,体现儿童友好。

3. 当在机构内指导一个家庭时,场地应大于12m<sup>2</sup><sup>[21]</sup>。当同时指导多个家庭时,每增加1个家庭,人均面积应增加3m<sup>2</sup><sup>[20]</sup>。当实施大运动游戏时,宜选取空旷的活动室、室外等安全场所。当进行入户指导时,对面积不做要求,但需保证场地安全。

##### (三)材料要求

1. 活动材料宜在常见玩具的基础上,同时配置生活材料、自然材料<sup>[20]</sup>。见表1。

2. 所有玩具应从正规厂家采购,具有安全环保标识,符合现行国家标准 GB6675 要求。

3. 所有玩教具应及时更新、定期消毒。

##### (四)指导技巧

1. 真诚倾听、充分尊重 认真倾听指导过程中养育人提出的疑问、观点、建议等,通过共情予以最大程度的理解,避免过度解读,避免根据个人喜好对养育人区别对待。

2. 敏感观察、积极回应 通过言语和非言语(表情、动作)信号观察养育人和婴幼儿试图表达的各类信息,并用明确的语言、表情等予以回应。

表 1 亲子游戏中的各类游戏材料推荐

Tab. 1 Recommendation for materials in caregiver-child play

类型	名称(要求)	玩法与功能
常见玩具	手偶(可套在整个手上的大手偶,或套在手指上的小手偶)	提供对话机会; 引入第三人称,展示更多属性(颜色、大小、分类等)。
	沙锤	通过节奏游戏感受律动。可自制(如矿泉水瓶中放石头、小玩具等)。
	学习卡片(蔬菜,水果,汽车,颜色、形状等)	通过展示卡片吸引婴幼儿注意,练习追视、够取等; 通过探索、讨论、对比,学习物品性状。 通过抓握练习婴幼儿手眼协调;
	海洋球、触觉球	通过滚球练习粗大动作;
	积木	通过颜色、大小识别促进认知水平。 通过抓取、叠放练习精细动作; 通过数数、配对、对比促进认知水平。
	儿童绘本	促进婴幼儿语言、认知、社会-情绪水平。需注意选择绘本的丰富度和适宜度:婴儿绘本宜触感丰富,且文字较少,例如洞洞书、触摸书等。幼儿绘本宜色彩明快、文字简洁、情节生动。
	可调节长短、明暗(一侧透明,另一侧不透明)的彩虹隧道	通过爬行促进幼儿四肢力量; 通过穿越隧道带给幼儿成就感和勇敢探索的信心。
	蜡笔	通过抓握练习精细动作; 通过自由涂鸦认识颜色、培养美感。

续表

类型	名称(要求)	玩法与功能
生活材料	镜子(四角包边、无尖锐突出,或固定在墙上的镜子)	借助照镜子,5~6月龄时婴儿会把自己的镜像当作另外一个同伴来对待,7~8月龄时婴儿开始意识到自己和镜子里小人动作的一致性,1岁左右时幼儿开始逐渐意识到镜子里的是自己的镜像。到了15个月的时候,幼儿表现出对自我特征的稳定认识,明确知道镜子里的就是自己,逐步了解自我。
	餐具(盆碗、杯子、勺子等)	通过敲击感受节奏及韵律; 通过套叠、摆弄、归类等认知大小、功能、属性等; 通过命名及指认学习基本功能。
	海报、挂历、年画、画报等印刷品	婴儿天生对人脸有兴趣,印刷品上的人脸能够吸引婴幼儿注意,逐步增加注意时长、尝试区分面部轮廓、学习认知五官及表情。
	大箱子、纸盒(能让婴幼儿部分肢体,甚至整个身体都进去)	通过钻、躲、穿过纸箱,促进幼儿身体协调能力,同时增加其对于位置关系的理解。
自然材料	纱巾	通过触摸让婴儿感受柔软的质感; 将纱巾抛在空中鼓励幼儿接住,锻炼其反应能力; 将纱巾放在婴幼儿头上,让他们感受重量和压力; 在音乐活动中挥动纱巾,感受律动。
	石头、木棍等	可用石头投掷、敲击,促进运动能力; 可将小石头放入矿泉水瓶,自制发声玩具; 可用木棍插、搅拌、敲击,促进运动能力。
	花草、树叶等植物	可鼓励婴幼儿踩踏落叶,听声音; 可捡拾落叶、落花,制作书签、树叶画等,培养创造力。
	猫、狗、蚂蚁、毛毛虫、蚕等动物	在保证婴幼儿安全的情况下,允许其抚摸、观察小动物,了解各类动物的喜好、喜欢吃的食物、颜色等,有助于婴幼儿认知及语言能力的发展,同时能培养婴幼儿爱心。
其他场景	泥坑、小水坑等	可以玩踩水、踩泥坑游戏; 将石子、树叶等物品投掷在泥坑、水坑中。
	生活场景(做饭、洗澡等)	做饭时可以给婴幼儿一些可以啃咬的果蔬,感受味道及质地; 洗澡时可以让婴幼儿感受海绵、软毛刷、质地不同的毛巾等,增加触觉刺激。还可以让他们玩水,包括用小杯子或小盆盛水再倒出、给玩具娃娃洗澡、玩水气球、玩洗澡玩具等; 鼓励婴幼儿在家中不同材质、软硬度或粗细质感的垫子上爬行。
	户外场景(秋千、滑梯、摇摇马等)	通过尝试户外器械,促进幼儿身体平衡性、协调性、灵敏性,同时通过小群体游戏,有助于其社交和语言能力培养。

备注:材料是游戏顺利实施的工具。游戏应以婴幼儿为主导,养育者往往是亲子游戏的追随者、组织者、引导者。养育者本身可以通过夸张的表情引逗婴幼儿、通过肢体进行多种形式的身体活动游戏、通过儿歌讲故事等丰富语言环境、通过模仿表情和动作和婴幼儿互动。

3. 及时表扬、明确鼓励 当意识到养育人和婴幼儿有进步时,需用明确的语言、表情等予以鼓励。

4. 避免教条、言简意赅 游戏实施过程中,指导者多以示范指导为主,口头指导为辅,避免过度指导。

### 五、基于发育适宜性的婴幼儿亲子游戏指导建议

在进行婴幼儿亲子游戏指导时,指导者需从发育适宜性出发,结合婴幼儿个体实际发育水平和兴趣特点,选择某个或某几个具体游戏予以详细指导。见表2<sup>[22-32]</sup>。

### 六、特殊指导形式要求

(一)当指导者同时指导几组家庭进行集体游戏时,应注意:

1. 从游戏活动之初即建立组内规则,尤其强调尊重他人观点、共享游戏时间。

2. 提供不同家庭间的互动机会,例如邀请幼儿两两一组游戏、邀请养育人展示或分享。

3. 重视榜样作用,当婴幼儿或养育人出现预期行为时,予以及时、具体表扬<sup>[24]</sup>。

表2 基于发育适宜性的婴幼儿亲子游戏指导建议

Tab. 2 Guidance on caregiver-child play based on developmental appropriateness

月龄	发育水平	指导建议
新生儿期	①手握拳紧。	①建议养育人对新生儿进行手部抚触。
	②颈肌及腰肌无力。俯卧位有反射性匍匐动作。直立时,可负重;出现踏步反射和立足反射。	②建议养育人用触觉玩具轻触新生儿掌心、脚心,吸引其抓握、松手、踢脚等动作。
	③新生儿可以看到养育人的脸,听到他们的声音。喜欢看人脸、人脸图形和靶心图。	③鼓励养育人经常用温和的语调,放缓语速,耐心的他们对视、说话。
	④发出声音,但无实际语义。	④模仿新生儿声音,用明确的语言予以回应。从出生起进行绘本阅读。
	⑤因生理刺激出现大哭、皱眉等表情。还会出现无实际意义的微笑。	⑤为婴儿提供各种看、听和四肢自由活动的机会。轻轻地抚摸新生儿,或者让他们紧贴养育人的皮肤,给予充分的皮肤接触机会。

续表

月龄	发育水平	指导建议
29d ~未 满4 月龄	<p>① 婴儿逐步发育出注视能力,这是手眼协调能力的前提。</p> <p>② 2月龄开始俯卧交替踢脚,这是匍匐的开始。3月龄时能尝试抬头45°,能自由转动。扶坐时腰背呈弧形。能用支撑上身数分钟。</p> <p>③ 逐步具备分辨简单形状的知觉能力;3月龄时通过目光寻找声源。</p> <p>④ 2月龄婴儿多为单音节发音,如“a”;3-4月龄婴儿开始发辅音,如“ba”、“da”。</p> <p>⑤ 与亲密的成人之间以可预见的方式进行互动。在经历压力时,会主动寻求成人的帮助。</p>	<p>① 在床上帮助婴儿俯卧、抬头。婴儿喜欢在胸前玩手,养育人不做干涉。同时避免给婴儿戴护手套,这会阻碍婴儿探索。3月龄时帮婴儿练习翻身。</p> <p>② 慢慢移动彩色玩具或物品让他看、触摸,可用红球、绳子串起的圆环做玩具。</p> <p>③ 鼓励婴儿多看颜色鲜艳的玩具或物品、用简单、明确的词语向其介绍功能、材质、大小等属性。</p> <p>④ 为婴儿唱儿歌。可同时依据节拍轻轻在他们身上打节拍、做简单动作(如点头、拍手、摇动身体)等。</p> <p>⑤ 经常看婴儿的眼睛,并对他们说话、微笑,特别是在哺乳和婴儿清醒的时候。即使不是母乳喂养,也要在喂奶时抱着婴儿,和他们说话或哼唱。</p>
满4 月龄- 未 满 7 月 龄	<p>① 4月龄时有伸手够物的意识,当够到物品时,出现抓握动作,但仅用手掌触碰与抓握。5月龄时,大拇指参与握物,抓物入口探索。6月龄时,开始单手活动。</p> <p>② 5~6月龄时,婴儿俯卧抬头可达90°;扶站时双下肢可负重,并可上下跳。6月龄时从仰卧位翻身至侧卧位,或从俯卧位至仰卧位;靠双手支撑,可坐稳片刻。</p> <p>③ 6月龄时开始有深度知觉;6月龄时明白“不”的含义。</p> <p>④ 5月龄左右的婴儿可用不同声音表达自己的情绪;6月龄时开始咿呀学语。</p> <p>⑤ 通过一系列的行为(哭、注视、微笑、指、扔、靠近、摔东西等)向养育人表达需求。6月龄起与养育人形式依恋关系,并表现出分离焦虑。</p>	<p>① 6月龄起,在保证婴儿安全情况下,让宝宝学习抓取玩具、小饼干等。</p> <p>② 让婴儿练习坐,在床上翻滚,给他提供一些干净、安全的家庭物品,让他抓握、传递、敲打,可用杯子、勺子做玩具。</p> <p>③ 持续创设早期阅读环境,建议与婴儿一起看海报、家庭相册、绘本等。在日常活动中为婴儿讲解正在做的事情及意义,例如“多多,该喝奶了。这样你就不会饿到了,而且还能长高!”。</p> <p>④ 模仿婴儿声音,用明确的语言予以回应;日常生活中向其介绍家庭常见物品,如床、碗筷、绘本等;</p> <p>⑤ 经常模仿婴儿的声音、表情和动作,这对于婴儿来说是非常有趣的游戏,有助于他们学会与人交流。养育人注意观察婴儿表现,并及时予以应答。在分离前用语言和行为告知婴儿养育人计划返回的时间。</p>
满7 月龄- 未 满 10 月 龄	<p>① 拇指逐步灵活,可以借助手指拿物品,换手和捏、敲击等动作逐步出现。</p> <p>② 7月龄时婴儿可坐稳,双手可玩玩具,但活动范围较大时身体向侧面倾斜失去平衡;俯卧时可后退或者原地转。7-8月龄时婴儿有意伸展上肢(或下肢),继而躯干、下肢(或上肢),分段转动,连续从仰卧至俯卧位,再翻回仰卧位。8月龄时可匍匐运动。8月龄时婴儿能坐稳,腰背竖直,左右转动;当活动范围较大时,能伸出双手维持平衡;能扶站片刻。</p> <p>③ 9月龄时能跪爬,伸出一只手向前取物。</p> <p>④ 8月龄时获得形状恒常性,即从不同位置观察物体时都能感知到相同的形状;当看到物品被藏起来时,会主动寻找。</p> <p>⑤ 对成人的手势有反应;表达性语言较少。</p> <p>⑥ 当养育人抱着婴儿的时候,他们会通过转向熟悉的声音、微笑、靠近、安静下来等方式表达亲密。同时开始对陌生人表达回避及退缩。</p>	<p>① 鼓励婴儿用手吃辅食,不对过程中出现的脏乱状况进行干扰和阻止。建议养育人和婴儿玩节奏游戏,例如敲击沙锤、铃鼓、双手手掌等节奏游戏。</p> <p>② 鼓励婴儿四处爬行时,安全是首先需要注意的问题。把玩具或婴儿喜欢的物品放在他们的前方,鼓励通过爬行够取。借助彩虹隧道,鼓励婴儿爬行。两位养育人拉住大浴中的四个角,让婴儿坐在其中,练习平衡能力。</p> <p>③ 和婴幼儿玩韵律节奏游戏,包括摇晃身体、哼唱曲调、改变节奏等。例如骑大马游戏,当养育人说“上马”时,让婴儿坐在自己的膝盖上,逐步上升,学习方位。</p> <p>④ 和婴儿玩躲猫猫游戏,让他们在游戏中习得客体恒存性。玩躲猫猫的方式包括把物品藏起来、养育人自己藏在同一间屋子的角落处,或者隔壁房间。</p> <p>⑤ 鼓励养育人多带婴儿进行室外活动、通过走亲访友、郊游等形式,提供社交机会。</p>
满10 月龄- 未 满 13 月 龄	<p>① 婴儿在伸手接触物品前,能将手定位在合适的方向。手运动逐步精细化。12月龄起,手腕参与旋转。</p> <p>② 10月龄时能熟练爬行,10~12月龄时能独站片刻、扶走。</p> <p>③ 12月龄时能自己爬上凳子,转身坐下。</p> <p>④ 能够通过挥手表达再见。</p> <p>⑤ 能够依据成人的指令进行指物,开始单音重复。12月龄时能说1~2个叠词,“乱语”;一词多义,以音代物。</p> <p>⑥ 通过哭泣、笑(微笑或大笑)、面部表情来表达情绪感受(舒适、不舒适、害怕、好奇、生气、失落等)。</p>	<p>① 建议养育人和婴儿尝试搭2-3块积木、给婴儿勺子尝试吃辅食。</p> <p>② 通过双手扶走、单手扶走鼓励婴儿练习走路。整个过程中需注意安全第一。切忌使用学步车。</p> <p>③ 借助日常生活物品(如水果、五官)及家人,和婴儿玩指认游戏,当他们成功指认时,用语言帮助澄清、解释,同时予以表扬。也可以通过照镜子游戏,和婴儿一起指认五官。</p> <p>④ 与婴儿多说话,用描述性语言尽量详实地介绍人或物的特征。沟通时耐心等待婴儿以他们的方式应答,用清晰、正确的发音回应他们。</p> <p>⑤ 持续丰富社交环境,尤其鼓励婴儿和同龄人玩耍。</p>
满13 月龄- 未 满 18 月 龄	<p>① 幼儿能够用拇指和食指指尖捡起物品、拉脱手套或袜子。</p> <p>② 能独立行走、独坐小凳、弯腰拾物。</p> <p>③ 1岁以后幼儿逐步发展出回忆能力,喜欢玩藏东西的游戏,也常常能够帮成人找东西。开始学习有目的地通过调节手段来解决问题。</p> <p>④ 会叫爸爸、妈妈或其他特定称谓;能说15~20个字。</p> <p>⑤ 幼儿具有主动调动养育人注意力转移至他们关注的人或物,也能意识到自己喜欢的实物。</p>	<p>① 建议养育人提供蜡笔、绘本等材料,鼓励幼儿通过自由涂鸦、翻书等活动练习精细动作。在安全的情况下,允许幼儿接触小颗粒状的物品,并进行一定的操作。例如把花生、核桃等小的物品放到容器里,再取出来。</p> <p>② 鼓励幼儿独立行走、蹲下和站起。通过比赛、设置障碍等方式增加趣味性。</p> <p>③ 玩熟悉物品(动物、玩具、家庭物品等)的配对或拼图(2片或3片)、模仿游戏、给小动物送食物等游戏。</p> <p>④ 鼓励幼儿用语言表达需求,并用准确的发音重复他们的词。</p> <p>⑤ 在实际生活中,给幼儿更多的选择机会,发展自主性。通过提问,为幼儿创造更符合他们喜好的实物、绘本、玩具等。</p>

续表

月龄	发育水平	指导建议
满18月龄 - 未滿24月龄	<p>①幼儿能逐步完成叠6~7块积木、一页一页地翻书、拿住杯子喝水、模仿画垂线和圆。</p> <p>②能够跑动、倒退走。</p> <p>③对喜欢的实物只能集中注意5~8min。能指认身体部位。</p> <p>④2岁时能理解400个字,能说2~4个短语,主要以“电报语”形式表达。</p> <p>⑤18月龄幼儿具有主动调动养育人注意力转移至他们关注的人或物的能力。18月龄后幼儿可为自主权与母亲产生不同程度的不和谐行为。会与成人一起游戏,有社交需求。</p>	<p>①继续鼓励幼儿自由涂鸦、翻书。在安全的情况下,允许幼儿接触小颗粒状的物品,并进行一定的操作。例如把花生、核桃等小的物品放到容器里,再取出来。允许幼儿使用安全的工具玩沙土,例如挖洞、把沙土放进小桶里。</p> <p>②多户外活动,鼓励儿童扶着支撑物上下台阶,玩扔球、踢球。</p> <p>③带幼儿看大自然、图画书和物品,一边和他们交谈。玩比大小、木头人、搬运物品等游戏。</p> <p>④持续绘本阅读,鼓励幼儿自己选书。一起模仿绘本中的动作、带幼儿简单复述情节。</p> <p>⑤引导幼儿玩给娃娃喂饭、抱娃娃睡觉等等模仿性游戏;坚持个人喜好,安全的前提下不做过多干预。鼓励幼儿与他人分享,和同龄人一起玩游戏。</p>
满24月龄 - 未滿36月龄	<p>①能够一只手拿着物品,另一只手做动作,例如拧瓶盖、拉拉链等。鼓励幼儿玩“工具性”玩具,例如拧螺丝玩具、给娃娃穿衣服等游戏。</p> <p>②逐步习得单足站1~2s,原地并步跳。</p> <p>③24月龄时开始有时间知觉。24~30月龄幼儿开始发展想象思维。知晓颜色。可表达简单情绪和愿望。</p> <p>④3岁时能理解1000个字。能使用复合句,能正确使用单复数、发音、介词。</p> <p>⑤能够觉察到别人开心或不开心,当别人哭的时候儿童看起来很伤心;进入新的环境后会看向成人的脸以知晓如何应对。</p>	<p>①通过画画、串珠子、系扣子、搭积木、捡豆豆放到小口径瓶里,训练幼儿手部灵活性。</p> <p>②和幼儿一起练习单脚站立、双脚蹦跳、踢球、双脚跳、双脚交替上台阶等游戏,使运动能力更协调。</p> <p>③与幼儿一起看图画书,讲故事、说儿歌,尝试和他讨论图画书的内容;鼓励幼儿触摸不同质地的物品,如软的、硬的、毛茸茸的,并和他们讨论感觉。</p> <p>④教幼儿说自己的姓名、性别,教他认识物品的形状、颜色、用途。</p> <p>⑤培养幼儿自己洗手、吃饭、扣扣子、穿鞋等生活自理能力;鼓励幼儿与小朋友玩“开火车”、“骑竹竿”等游戏。允许幼儿提出个人观点。</p>

(二)当指导者通过网络指导亲子游戏时,应注意:

1. 充分发挥网络优势,可采用接力挑战、共同约定、彼此鼓励及互动评价等多种形式。
2. 建立亲子游戏社群,促进幼儿家庭之间的有效沟通。
3. 结合每个家庭进行亲子游戏的时间和空间的个性化需求,通过线上资源分享的形式,支持家庭随时随地进行查阅、分享和学习。
4. 由于线上游戏缺乏实时互动,应提供随访沟通渠道,例如线上留言、视频反馈等技术。
5. 指导养育人让幼儿合理使用电子屏幕。2岁以下幼儿不建议接触电子屏幕,指导者可通过网络教授、指导养育人掌握游戏要点,之后由养育人在家庭中与婴幼儿共同尝试。2岁以上幼儿使用电子屏幕时,指导养育人每次少于20分钟,每日总时长少于1小时,越少越好<sup>[33]</sup>。

执笔人:首都儿科研究所(关宏岩、许梦雪)。

参与本共识制定和审定的专家:首都儿科研究所(朱宗涵、张霆)、西安交通大学第二附属医院(杨玉凤)、中国疾控中心妇幼保健中心(王惠珊、张悦)、上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心(江帆)、浙江大学医学院附属儿童医院(邵洁)、南京市妇幼保健院(童梅玲)、中国儿童中心(王瑛)、首都体育学院(张莹)、上海市宝山区托育服务指导中心(丁玉)、北京爱童世纪教育研究发展中心(李彤)。

#### 参考文献

- [1] Black MM, Walker SP, Fernald LCH, et al. Early childhood development coming of age: science through the life course[J]. Lancet, 2017, 389(10064): 77-90.
- [2] World Health Organization, United Nations Children's Fund, World Bank Group. Nurturing care for early childhood development: A framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential [EB/OL]. 2018 [2020-07-01]. [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/child/nurturing-care-framework/en](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/child/nurturing-care-framework/en).
- [3] Heckman JJ. Schools, skills, and synapses[J]. National Bureau of Economic Research, 2008: 289-324.
- [4] 中华人民共和国中央人民政府. 以人口高质量发展支撑中国式现代化[Z], 2023-05-08, 新华社.
- [5] 国家卫生健康委办公厅. 国家卫生健康委办公厅关于印发3岁以下婴幼儿健康养育照护指南(试行)的通知[Z]. 2012-11-19, 国卫办妇幼函[2022]409号.
- [6] 刘焱. 儿童游戏通论[M]. 北京:北京师范大学出版社, 2004.
- [7] 关宏岩. 第一关系:零岁开始培育孩子的社会能力和良好情绪[M]. 北京:北京出版社, 2018.
- [8] Power TG, Parke RD. Patterns of mother and father play with their 8-month-old infant: A multiple analyses approach [J]. Infant Behavior and Development, 1983, 6(4): 453-459.
- [9] Xu M, Liu A, Zhao C, et al. Group-based intervention to improve developmental status among children age 6-18 months in rural Shanxi province, China: A study protocol for a cluster randomised controlled trial[J]. BMJ Open, 2020, 10:e037156.
- [10] Wakler S, Chang SM, Smith J, et al. The reach up early

- childhood parenting programme: Origins, content and implementation[EB/OL]. (2018-03-01). [https://www.researchgate.net/publication/324091557\\_The\\_Reach\\_Up\\_Early\\_Childhood\\_parenting\\_program\\_origins\\_content\\_and\\_implementation](https://www.researchgate.net/publication/324091557_The_Reach_Up_Early_Childhood_parenting_program_origins_content_and_implementation)
- [11] Bigner J,郑福明. 亲子关系:家庭教育导论[M]. 北京:高等教育出版社,2012.
- [12] Cohen LJ. Playful parenting: A bold new way to nurture close connections, solve behavior problems, and encourage children's confidence[M]. Ballantine Books,2002.
- [13] Schaefer C, Drewes A. The therapeutic powers of play and play therapy. school-based play therapy[M]. Second Edition. Athena. (2011). 10.1002/9781118269701.ch1.
- [14] 张瑞峰. 回应式养育理论下亲子游戏互动质量研究[D]. 辽宁:辽宁师范大学,2021.
- [15] 吴丽芳. 3岁以下婴幼儿亲子游戏材料的四级圈层管理体系建构研究[J]. 早期儿童发展,2024(1):80-87.
- [16] 北京市健康委员会. DB11/T 2086—2023《儿童早期发展健康服务规范》[S]. 北京:北京市市场监督管理局,2023-03-30.
- [17] Ministry of Health. Sitless, move more, sleep well: Active play guidelines for under-fives[M]. Wellington: Ministry of Health,2017. New Zealand.
- [18] Early Childhood Learning & Knowledge Center. Headstart early learning outcomes framework[EB/OL]. (2024-05-01). <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/school-readiness/article/head-start-early-learning-outcomes-framework>
- [19] Sparling J, Meunier K. Abecedarian: An Early Childhood Education Approach that has a Rich History and a Vibrant Present[J]. International Journal of Early Childhood. 2019,51:207-216. <https://doi.org/10.1007/s13158-019-00247-2>
- [20] 中华人民共和国国家卫生和计划生育委员会. 中华人民共和国国家卫生健康委员会. 托育机构质量评估标准:WS/T 821—2023 [S]. 北京:中华人民共和国国家卫生健康委员会,2023-10-21.
- [21] 妇幼健康服务机构建设标准:建标 189-2017[S]. 北京:中国计划出版社,2018:5.
- [22] United Nations Children's Fund, World Health Organization. Care for child development: A framework for monitoring and evaluating the WHO/UNICEF intervention[R]. World Health Organization, 2012.
- [23] 黎海芪. 实用儿童保健学[M]. 北京:人民卫生出版社,2016.
- [24] 联合国儿童基金会. 孩子的成长里程碑:育儿小贴士[EL/OL]. <https://www.unicef.org/parentingtips/baby-milestones>
- [25] 倪萌. 幼儿家庭如何开展亲子游戏[J]. 家庭科技, 2022, (5):31-32.
- [26] 朱娜. 发展适宜性实践理论视角下幼儿园区域活动指导策略研究[D]. 贵阳:贵州师范大学, 2019.
- [27] 桂理圆. 协商共赢:家园共育亲子游戏的指导策略[J]. 儿童与健康,2023(7):78-79.
- [28] 蒋彩玲. 亲子游戏对幼儿学习品质的影响:家庭亲密度的中介作用[D]. 桂林:广西师范大学, 2023.
- [29] 陈梦伟. 儿童动作发展家庭支持研究[D]. 上海:上海师范大学, 2023.
- [30] 金凤. 指向科学素养提升的亲子游戏的指导策略[J]. 家长, 2022(17):159-161.
- [31] 林芷立. 0~3岁婴幼儿不同类型亲子游戏的实施与指导[J]. 早期教育(教科研版), 2014(1):50-52.
- [32] 李燕. 游戏与儿童发展[M]. 杭州:浙江教育出版社, 2008.
- [33] World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior [S/OL]. 2020. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240015128>