

越动越聪明



[越动越聪明 下载链接1](#)

著者:玛格丽特·萨瑟 (澳)

出版者:长江文艺出版社

出版时间:2010.6

装帧:平装

isbn:9787535442895

培养孩子的良好体质要从出生做起,本书全方位的设计了帮助宝宝学习站、爬、走、跳的方案,科学而系统的锻炼宝宝的手臂、腿、腰、脖子等各个部位,培养宝宝的平衡感、节奏感,配图详尽、简单易行、手把手地教新手父母为0到5岁半的孩子培养良好的体质。每天只需抽出10分钟,就能循序渐进地锻炼孩子的运动机能,为今后的成长打下坚实的基础。

作者介绍:

玛格丽特·萨瑟(1922-2009.5.8.)为享誉全球的著名早期教育专家,在儿童神经发展、早

期思考和声音疗法等研究领域独树一帜，曾创建“成功新起点”、“KindyROO婴幼儿启育中心”等机构，帮助数以千计的有学习障碍的儿童成才，终身致力于早期教育事业，独创了一套以精神生理学为基础、以生理锻炼为重点的婴幼儿培育法。上世纪七十年代末，玛格丽特声名鹊起，著有《假如我们知晓》(If only We'd known)、《明日儿童》(Tomorrow's Children)等，并被翻译成中文、德文、韩文等，再版多次，畅销全球多个国家，获得全球妈妈的赞誉。本书是她留给世界的最后一部作品。

目录:

前言
术语列表
幼儿身心发展的螺旋图示序营养
第一阶段：0岁到6个月基础活动帮助您的宝宝成长抑制原始反射按摩，按摩，按摩…………再多些按摩吧
基本的婴儿运动
婴儿运动内耳前庭刺激蘸地板也是运动场俯趴训练
大脑刺激训练不同的年龄，不同的音乐运动训练：2—6个月臀部和四肢练习内耳前庭刺激更多的内耳训练
儿歌、节奏和音乐视觉训练：0—2个月视觉训练：2—6个月向前移动：3—6个月发展宝宝的肌肉张力腿、脚和手的刺激运动带来的刺激内耳前庭刺激
第二阶段：6个月到1岁手膝爬行、扶物行走、独立行走
给宝宝做按摩按摩、运动和音乐俯趴训练
匍匐向前坐爬肩膀、手臂和手的发育通过刺激肌肉，练习平衡感
手膝爬行运动梯子练习扶物行走、屈膝和思考运动练习：10—12个月跳舞摇摆、晃动和轻摇视觉认知
第三阶段：独立行走到1岁半按摩、音乐和儿歌基础的运动计划：12—15个月平衡练习：15—18个月发展运动：15—18个月上肢练习：15—18个月内耳前庭刺激滚动和后仰摇摆和滚动音乐、旋律和歌曲舞蹈练习视觉训练
视觉认知
第四阶段：1岁半到2岁给宝宝做按摩结合运动和音乐进行按摩跟着音乐运动
儿歌与运动肌肉张力的发展上身的发育动物运动内耳前庭刺激之弯腰和旋转手推车、抓杠运动和旋转平衡练习
进一步的平衡练习
4婴儿打击乐队通过舞蹈来训练运动计划能力
感觉、运动和知觉活动
豆袋和气球球类练习呼啦圈练习彩带练习视觉追踪视觉认知
第五阶段：2岁到2岁半鳄鱼式按摩
沙滩天使训练内耳前庭刺激和身体意识
滚动和翻跟斗摇摆和旋转晃动板和平衡木运动计划：舞蹈音乐、节奏、儿歌节奏棒怎样自制节奏棒
豆袋练习球类练习呼啦圈练习绳带练习视觉练习视觉认知
第六阶段：2岁半到3岁半鳄鱼式按摩器
老虎爬手指意识弹跳练习
9身体意识和概念认知旋转和摇荡模仿动物的平衡练习晃动板
3岁宝宝的单侧身体运动练习交叉式协调动作音乐、舞蹈和节奏节奏棒豆袋练习球类练习呼啦圈练习绳带练习视觉刺激视觉认知
第七阶段：3岁半到4岁半按摩和交叉式匍匐爬行
沙滩天使训练平衡练习滑板练习蹦床练习单侧身体运动能力训练舞蹈
3岁宝宝的节奏棒练习豆袋练习鞋球类练习呼啦圈练习绳索练习视觉练习视觉认知
第八阶段：4岁半大到5岁半按摩：鳄鱼式／突击式蠕动、匍匐爬行和手膝爬行翻跟斗、摇晃、摇荡平衡练习
蹦床练习交叉式协调练习有氧舞蹈古典音乐的熏陶组建一支家庭乐队吧！节奏棒豆袋练习球类练习呼啦圈练习绳索练习视觉锻炼视觉认知
附录：儿歌参考文献索引

• • • • • (收起)

[越动越聪明_下载链接1](#)

标签

育儿

早教

运动

儿童

早教书籍

教育

游戏

澳大利亚

评论

毕业后的第一份工作需要读这个

图文并茂，很实用的育儿书

看了六个月之前的内容，我觉得很好。
有的时候真是不知道跟宝宝一起干点什么，现在照着书折腾一下，时间嗖嗖就过去了。

教科书

实用、易操作，关键是字少图多

其实有的不用看书也是照着做的。

[越动越聪明_下载链接1](#)

书评

[越动越聪明_下载链接1](#)