

# sparkler

由以下机构倾情奉献  
San Francisco Department of  
Early Childhood



❤️ 心智

💬 语言

💡 大脑

👤 身体

✨ 激发早教学习!

与**Sparkler**一起，让宝宝的心智、语言、大脑和身体健康发育

适用于  
拥有**0-12**个月宝宝的**家庭**

# 目录

02

欢迎使用**SPARKLER**

03

下载**SPARKLER**以了解详情

04

婴儿早教关键阶段（出生-12个月）

06

**SPARKLER**给家长的建议

07

**SPARKLER**早教练习

11

当地资源



欢迎使用

sparkler

## 让宝宝站在较好的起跑线上！

寓教于乐！Sparkler是一款移动应用程序，旨在帮助婴幼儿（0-5岁）家长查看小孩的早期发育情况，并通过早教练习来激发小孩进行学习。该程序具有英语、西班牙语和中文版本，适用于iOS和Android系统，可在智能手机和平板电脑上使用。

## 新手父母都有疑问

从新手父母把宝宝从医院带回家的那天起，就会有问不完的问题：是否应该担心这个？宝宝是否达到了某个阶段？家长能做些什么来帮助宝宝学会爬梯子、画圈圈、解决问题、阅读书籍？



### 了解

使用该应用程序，填写《年龄与阶段调查问卷》<sup>®</sup>，了解小孩的发育情况。



### 互动

在游戏中得到启发，共同学习。资料库拥有约两千个早教练习，让宝宝的心智、语言、大脑和身体健康发育！



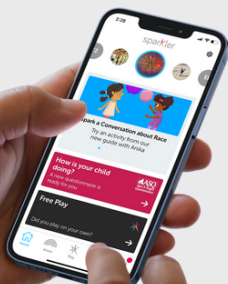
### 成长

关注孩子的进步。看到一起完成的所有任务！



### 互联

获取实用建议，以及关于儿童发展和育儿问题的答案。



利用**Sparkler**，  
本手册帮助婴幼儿（**0-12**个月）家长了解并支持宝宝的早期学习和发育

# 开启Sparkler!

1

下载应用程序到智能手机或平板电脑  
进入**App Store**或**Google Play Store**，搜索该应用程序，  
或扫描下方二维码。



2

打开应用程序，点击“创建新帐户”  
点选“电邮地址”或其他方法来创建新帐户。

3

输入项目访问码  
访问码用来关联学校或项目。

4

设置家长或看护人的**Sparkler**帐户  
输入电邮地址，并创建密码。在下一页，输入姓名和联系方式。

5

设置宝宝的个人资料  
请准确填写宝宝的出生日期。  
**Sparkler**会根据出生日期来分配相应的游戏以及进行早教筛选。

6

“赞助合作伙伴”组织名称  
这些是支持大家使用**Sparkler**的组织。这些组织将能够看到大家的筛选结果  
和游戏参与度，以便为各个家庭提供资源和帮助。



# 关键阶段

## 出生 - 12 个月

前12个月是宝宝大脑发育的重要时期！在成长的头几年里，宝宝的“大脑结构”正在迅速构建，为将来的学习、行为和健康打下基础。在这一时期，积极、有爱、有求必应的照顾，有助于宝宝大脑的健康发展；宝宝的经历会影响发育，并对一生都会有所影响。家长和看护人能够帮助宝宝站在较好的起跑线上。



### 家长和看护人应该怎么做？

家长和看护人在促进宝宝早期发育方面，发挥着至关重要的作用！研究表明，支持宝宝健康发育的一些重要方式包括：

- 跟随宝宝的脚步，以可预测的方式作出反应
- 展现温情与关切
- 养成生活习惯，制定日常规则
- 跟宝宝一起读书并说话（甚至在宝宝能做出反应之前！）
- 保证宝宝的健康与安全
- 管教方式得当，不会太过严厉

家长还可以使用像Sparkler这样的工具，通过《年龄与阶段调查问卷》来查看宝宝的成长和发育情况，从而了解宝宝的表现如何。Sparkler还能帮助家长和看护人持续监测并促进早教和发育，从而让早教阶段变得更有意义！



什么是 **"Learn the Signs. Act Early"**（了解迹象，及早行动）？

**"Learn the Signs. Act Early"**是美国疾病控制中心（**CDC**）的一项计划，旨在帮助家长和育儿机构了解儿童的早期健康发展、监测发育，并在出现问题时采取行动。请在**Sparkler**应用程序中了解详情。



什么是 **ASQ**？

**Ages and Stages Questionnaire**（年龄与阶段调查问卷，简称**ASQ**）是一系列问题，旨在帮助家长、教师和儿科医生了解儿童技能（沟通、大肌肉运动、小肌肉运动、解决问题、个人社交）的发展情况。请在**Sparkler**应用程序中了解详情。

❤️ 心智

💬 语言

💡 大脑

👤 身体

<p><b>0-2个月</b></p>	<p>有人跟自己说话或被抱起时就会平静下来</p> <p>看着大人脸</p> <p>看到熟悉的大人就高兴</p>	<p>发出哭泣以外的声音</p> <p>对响亮的声音做出反应</p>	<p>观察人和玩具几秒钟</p>	<p>趴着的时候抬起头</p> <p>舞动双臂和双腿</p> <p>短暂地张开双手</p>
<p><b>2-4个月</b></p>	<p>当大人试图让宝宝笑的时候，宝宝会发出咯咯的笑声（非大笑）</p> <p>看着大人、扭动，或发出声音来吸引或保持大人的注意力</p>	<p>当大人说话时，宝宝会发出声音</p> <p>把头转向有人说话的地方</p>	<p>饶有兴趣地看着手</p>	<p>有人抱着时，无需支撑就能稳住头部</p> <p>将手放到嘴边</p> <p>趴着的时候会用肘部/前臂推起</p>
<p><b>4-6个月</b></p>	<p>认识熟悉的人</p> <p>喜欢看镜子里的自己</p> <p>大笑</p>	<p>轮流和大人一起发出声音</p>	<p>把东西放进嘴里去探索</p> <p>伸手去抓想要的玩具</p> <p>闭上嘴巴表示不想再吃</p>	<p>自己翻身</p> <p>趴着的时候用直臂推起</p> <p>坐着时靠双手支撑自己</p>
<p><b>6-12个月</b></p>	<p>在陌生人面前可能会害羞或害怕</p> <p>大人玩“躲猫猫”时，宝宝会微笑或大笑</p>	<p>挥手说“拜拜”</p> <p>称父母为“妈妈”或“爸爸”或其他特殊的叫法</p> <p>理解大人说“不”（宝宝听到时立即停顿或停止）</p>	<p>把东西放进容器里，比如把积木放进杯里</p> <p>寻找之前看到大人藏起来的的东西，比如毯子下面的玩具</p>	<p>自己站起来</p> <p>走路时扶着家具</p> <p>利用大拇指和食指来拿东西，如小块的食物</p>

# 给家长的建议

## 与小宝贝一起学习和成长

Sparkler有一个不断丰富的资料库——专为家长而设。这些由早教工作者开发的迷你课程可以帮助家长达成以下目标：

- 了解有关儿童早期发育的事实和研究
- 了解支持儿童发育的方式
- 设定目标以支持早教

示例如下：

### 讲故事的五大建议

#### 1. 熟悉故事。

了解人物和情节会让大人更容易讲述故事，而不是只读页面上的文字。想一想自己是如何向朋友讲述发生在自己身上的一件趣事——自己是如何停顿以获得戏剧性的效果，或者加入点评以获得笑声。这对宝宝也同样适用！

#### 2. 充当配音演员。

试着为每个人物使用不同的声音或口音，以帮助小孩知道是哪个人物在说话。用语调来帮助宝宝理解故事——人物悲伤时，就用难过、哭泣的声音；问题得到解决时，就长舒一口气；如果人物偷偷摸摸，就小声说话；当人物生气时，就大声说话。

#### 3. 指出关联之处。

如果宝宝能在故事中看到自己的影子，会更加有认同感。当故事中的人物与宝宝有着相同的经历、兴趣，甚至是玩具时，就暂停一下，指出相似之处。例如，“那只鸭子最喜欢的鞋子是红色的，就跟你一样！”

#### 4. 提出问题。

问一些关于故事、图片、人物感受的问题，甚至问宝宝在类似情况下会如何反应。给宝宝时间来回答，但是根据其年龄、心情和其他因素，宝宝可能会回答，也可能不会回答。这都没关系——重点是促使宝宝进行思考，并鼓励宝宝积极参与故事的讲述。

#### 5. 利用图片！

花点时间来看看插图。大人可能会发现这些图片各有各的故事！问问宝宝能否找到好玩的细节、讲讲人物的面部表情和心情，或者跟大一点的宝宝说说插画家的用色和设计风格。



# sparkler

## 早教练习

### 通过游戏来支持宝宝的成长和发育

一起玩游戏是帮助宝宝学习和练习新技能的最佳方式之一。Sparkler有一个不断丰富的互动游戏资料库，家长可以跟宝宝一起玩游戏，让宝宝的心智、语言、大脑和身体健康发育。请参阅下方的入门练习。扫描二维码，在Sparkler应用程序中查找更多的早教练习！

### ❤️ 心智

#### 特色游戏：躲猫猫

说明：

- 当我们一起照镜子的时候，看到的是“你”和“我”！
- 我们用手摸摸镜子，做一些好玩的表情，并向镜子里的自己挥挥手！
- 我会用东西把镜子遮住，这样镜子里的我们就消失了。我们来玩躲猫猫的游戏吧！

为什么？

照镜子可以帮助宝宝学会认识自己，并建立宝宝的自我意识和身份认同感。



试试“脸对脸”  
来培养同情心



试试“察言观色”  
来认识感受



试试“摇一摇，停一停”  
来练习自我调节



# sparkler

## 早教练习

通过游戏来支持宝宝的成长和发育



### 大脑

#### 特色游戏：玩亲亲

指示：

- 让我们舒适地依偎在一起。
- 我会说“亲一个”然后我亲你一下；“亲两个”，然后我亲你两下；“亲三个”，我会亲你三下！
- 好爱好爱我的乖宝宝呀！

为什么？

“玩亲亲”可以加强亲子关系，帮助宝宝开始理解基本的数学和语言技能。



试试“光影剧场”  
来培养注意力



试试“时代的标志”  
来培养好奇心和专注力



试试“双胞胎”  
来认识关联之处

# sparkler

## 早教练习



通过游戏来支持宝宝的成长和发育

### 人 身体

#### 特色游戏：泡泡浴

说明：

- 让我们在浴缸里吹泡泡吧！
- 如果没有泡泡液，可以将1勺洗发水和4勺清水混合在一起制作泡泡液。加点糖或玉米糖浆会让泡泡更多。我们可以用铁丝、杯刷、绳子、塑料吸管来做泡泡棒。
- 我会把泡泡吹到你身上。当泡泡落在你身上并爆开时，你感觉如何？



为什么？

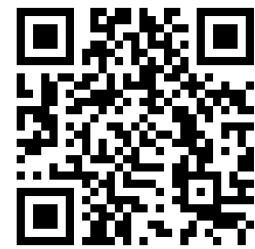
肥皂泡是刺激宝宝感官的好方法，帮助宝宝发展手眼协调和自我调节能力。



试试"心灵瑜伽"  
来拉伸大肌肉



试试"兔子跳"  
来练习感知能力



试试"我有多爱你?"  
来锻炼大肌肉



# sparkler 早教练习

通过游戏来支持宝宝的成长和发育

## 语言

### 特色游戏：按摩日

说明：

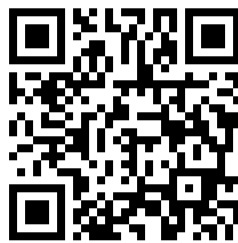
- 让我们来假装做按摩！现在就来享受一下。
- 我在手上涂点乳液，假装是按摩师。你觉得舒服吗？
- 在宝宝身上的不同部位涂抹乳液时，我会说出每个部位的名称。感觉如何？

为什么？

宝宝每天都在学习新的词汇。给不同的东西贴上“标签”，比如身体部位，有助于宝宝学习词语和发展语言能力。



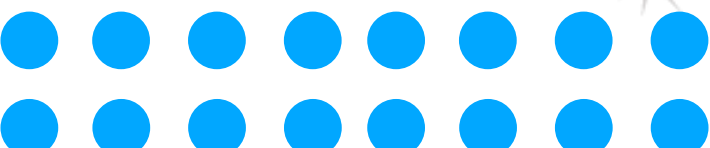
试试“闻我所闻”  
来练习理解力



试试“一起阅读”  
来学习发声、字母和故事



试试“Vroom Vroom”  
来练习表达



# 当地资源

家庭资源中心	街区	电话
APA家庭帮助服务	唐人街	415-617-0061
API家庭资源网	全市	415-617-0061
亚洲妇女资源中心 – Gum Moon Residence Hall	唐人街	415-788-1008
Bayview YMCA家庭服务中心	Bayview-Hunters Point	415-822-9404
Chicano/Latino 和 Mission 家庭资源系统	Excelsior、Mission	415-229-0500
Compass家庭资源中心	Tenderloin	855-234-2667
Edgewood家庭资源中心	Bayview-Hunters Point	415-375-7630
El Centro Bayview	Bayview-Hunters Point	415-431-2233
Excelsior家庭联谊会	Excelsior	415-333-3845
Glide家庭青少年儿童中心	全市、Tenderloin	415-674-6200
Good Samaritan家庭资源中心	Mission	415-401-4253
无家可归者产前计划	Mission、Potrero	415-546-6756
Joy Lok家庭资源中心	唐人街	415-391-4890
OMI家庭资源中心	Lake Merced、Oceanview、Stonestown	415-406-1370
Our Family Coalition	South of Market	415-981-1960
Portola家庭联谊会	Portola	415-715-6746
Potrero Hill家庭资源中心	Potrero	415-795-3591
Richmond亚裔家庭帮助中心	Richmond、Sunset	415-221-5783
安全启动倡议协作	唐人街、Mission、Upper Haight、Visitacion Valley、Western Addition	415-668-0494
South of Market家庭资源中心	South of Market	415-820-3508
Sunset家庭资源中心	Sunset	415-516-5966
残疾儿童家庭支持机构	Mission、South of Market	415-282-7494
Visitacion Valley Strong家庭协作组织	Visitacion Valley	415-578-9310
Western Addition家庭资源中心	Western Addition	415-202-9770
青年家庭资源中心 (Felton研究所)	全市、Mission	415-695-8300

欲了解更多有关 **sparkler** 的信息

请访问官网 [www.playsparkler.org](http://www.playsparkler.org)  
或发送电邮至 [support@playsparkler.org](mailto:support@playsparkler.org)

