

七彩生活 | 1




🌸 0~1岁 🌸

决定宝宝一生



林久治 主编

知名儿科病理专家 首都儿科研究所研究员
国务院政府特殊津贴享受者

 吉林出版集团有限责任公司

七彩生活

0~1岁

决定宝宝一生

林久治 主编



图书在版编目 (CIP) 数据

0~1岁决定宝宝一生 / 林久治主编. — 长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2010.11

(七彩生活)

ISBN 978-7-5463-4028-9

I. ①0… II. ①林… III. ①婴幼儿—哺育 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第210216号



0~1岁 决定宝宝一生

出版策划: 孙亚飞

封面设计: 孙阳阳

责任编辑: 杨冬絮 邓晓溪

版式设计: 孙阳阳

文图编辑: 蔡霞

出版: 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)
(长春市人民大街4646号, 邮政编码 130021)

发行: 吉林出版集团译文图书经营有限公司
(<http://shop34896900.taobao.com>)

电话: 总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728

制作:  (www.rzbook.com)

印刷: 北京联兴盛业印刷股份有限公司

开本: 889×1194mm 1/16

印张: 12

字数: 260千字

版次: 2010年12月第1版

印次: 2010年12月第1次印刷

定价: 19.80元

©如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



父母，是最直接影响下一代的重要推手。当称职的现代父母，抓住宝宝关键期——0~1岁，这个时期是宝宝大脑发育最快的时期。抓住宝宝生命之初的敏感期，找到培养天才的秘密！挖掘宝宝的潜能，锁定宝宝的敏感期教育，培养出天才宝宝不是梦！

孩子出生伊始，是没有任何认知的，他的一切都等待着父母去开发、去引导、去培养。这个时期的宝宝最需要的不仅仅是饮食方面的营养，还需懂得科学早教知识的父母对其各项智能、习惯的发掘和培养。

当你拿起这本书时，你一定是一位深爱着宝宝的爸爸或妈妈。你知道吗？你手中的这本书，正是帮助你培养聪明宝宝的宝典。书中针对0~1岁宝宝的不同时期发育特征、饮食特点、常见病护理、保健按摩、智能开发等方面展开详细的解说，从而协助父母尽早培养宝宝完美的情商、健康体魄，以及良好的生活习惯、学习技能……让早期教育帮助你的宝宝全面发展，为他的未来打下坚实的基础，以轻松、自然的方式，激发宝宝的各种能力的发育。

这是一本科学，实用，可以帮你开发孩子聪明潜质的好书。花最少的钱，操最少的心，一样可以培养聪明好学、健康快乐的孩子。

前言

Foreword

林久治

知名儿科病理专家
首都儿科研究所研究员
国务院政府特殊津贴享受者

目录 | Contents

Part 01 好妈妈不可不知的育儿经

0~1岁铸就天才宝宝



10 成就天才宝宝就这么简单

11 好妈妈如何培养聪明宝宝

- 11 不要吝啬你对宝宝的爱 / 积极回应宝宝 / 与宝宝说话 / 帮宝宝建立秩序 / 鼓励宝宝安全探索

12 为什么0~1岁决定宝宝一生

- 12 秩序的敏感期 / 动作的敏感期
- 13 语言的敏感期 / 感官的敏感期

14 0~1岁宝宝成长中的大事件

- 14 追视移动物体 / 抬头 / 抓握及倒手
- 15 独坐 / 咿呀出声 / 转向声源 / 说出第一个词 / 第一次迈步

16 0~1岁宝宝智力开发的“三部曲”

- 16 0~6个月：建立安全与依恋 / 7~9个月：好奇心的初步萌发
- 17 10~12个月：探索精神进一步激发



Part 02 父母是宝宝真正的营养师

聪明宝宝从吃开始



18 捍卫宝宝肠胃的秘诀

- 18 抓住大脑发育关键期
- 19 补钙要从未出牙开始 / 补充造血物质要及时 / 结合宝宝各阶段的消化生理特点挑选食物

20 0~3个月：母乳，宝宝健康之源

- 20 母乳——最营养的食品 / 哺乳也要讲技巧 / 从第一口吸吮开始 / 让宝宝吸空乳房

- 21 让宝宝吃得更舒服 / 防止宝宝溢奶 / 让宝宝健康“过百岁” / 妈妈营养好，宝宝吃得饱 / 保护好宝宝的“营养仓库”

22 4~6个月：妈妈，我要吃辅食

- 22 宝宝的第一口美食 / 辅食添加讲时机 / 新手妈妈喂养要领 / 根据季节和身体状态添加辅食
- 23 4~6个月宝宝健康饮食小餐桌

26 7~8个月：把握出牙关键期

- 26 宝宝辅食要多样化 / 宝宝偏食怎么办 / 提高宝宝吃功 / 调整宝宝饮食时间
- 27 7~8个月宝宝健康饮食小餐桌

30 9~10个月：让宝宝顺利度过断奶期

- 30 三餐三点有讲究
- 31 改变宝宝的饮食规律 / 适当增加固体食物 / 给宝宝固定的餐位和餐具 / 不要让宝宝过量喝牛奶 / 添加辅食的注意要点
- 32 和大人一起吃饭的注意事项 / 宝宝断奶后的饮食 / 应该让宝宝少吃的食品
- 33 让宝宝愉快进餐 / 掌握正确的断奶方法
- 34 预防断奶综合征

- 35 训练宝宝的咀嚼能力

- 36 9~10个月宝宝健康饮食小餐桌

40 11~12个月：给宝宝最科学的营养餐

- 40 11~12个月宝宝的喂养要点 / 注重规律的饮食习惯 / 补充营养的注意事项
- 41 爱上纯天然食品 / 如何给宝宝吃鱼
- 42 胖宝宝和瘦宝宝的营养菜单 / 纠正宝宝偏食的习惯
- 43 巧为宝宝补充水果
- 44 让宝宝习惯用杯子喝水 / 宝宝不爱吃蔬菜的对策
- 45 培养宝宝独立吃饭
- 46 11~12个月宝宝健康饮食小餐桌
- 48 益智又营养——影响宝宝大脑发育的食物





Part 03 父母是宝宝最好的家庭医生

健康宝宝科学护理



50 细节护理决定宝宝健康

- 50 身体状况
- 51 体温高低 / 睡眠状况 / 呼吸状况 / 脉搏状况 / 呕吐现象

52 日常护理决定宝宝健康

- 52 身体护理：保护宝宝的眼睛和耳朵
- 53 口腔护理：关爱宝宝的乳牙
- 55 头发护理：正确打理宝宝的头发
- 56 指甲护理：给宝宝修剪小指甲
- 57 皮肤护理：细心呵护宝宝的面部和皮肤
- 58 清洁护理：掌握给宝宝洗澡的正确步骤
- 59 睡眠护理：让宝宝香香甜甜睡好觉
- 61 排泄护理：了解宝宝大便中的健康信息
- 63 怀抱护理：掌握抱宝宝的正确姿势
- 64 穿着护理：正确把握宝宝的穿衣问题
- 66 安全护理：消灭生活中的危险隐患
- 67 户外护理：带宝宝外出的注意事项

68 宝宝常见不适的护理

- 68 吐奶和溢奶
- 69 咳嗽
- 70 呕吐

- 71 流口水
- 72 流鼻涕
- 73 多汗
- 74 发热
- 75 高热惊厥
- 76 出牙期不适
- 77 头痛
- 78 过敏反应
- 79 腹泻
- 80 便秘
- 81 食物返流



82 宝宝常见病对症调理和食疗

- 82 感冒
- 83 感冒对症食疗小餐桌
- 84 鹅口疮
- 85 鹅口疮对症食疗小餐桌
- 86 流行性腮腺炎
- 87 流行性腮腺炎对症食疗小餐桌
- 88 贫血
- 89 贫血对症食疗小餐桌
- 90 水痘
- 91 水痘对症食疗小餐桌
- 92 湿疹
- 93 湿疹对症食疗小餐桌
- 94 哮喘
- 95 哮喘对症食疗小餐桌



96 按摩是宝宝食疗的完美补充

- 96 婴儿抚触按摩的基本手法要求
- 97 抚触按摩的注意事项

98 妈妈必学的婴儿抚触法

- 98 抚触前的准备事宜 / 抚触时间 / 不宜抚触的情形 / 抚触要点
- 99 抚触面部 / 抚触胸部
- 100 抚触腹部 / 抚触上肢
- 101 抚触下肢
- 103 抚触背部

104 健脑益智——头面部按摩

- 105 按揉天心 / 推坎宫 / 掐天庭 / 推攒竹
- 106 按揉眉心 / 掐人中 / 分推年寿 / 揉准头
- 107 掐山根 / 掐承浆 / 按揉睛明 / 按揉承泣
- 108 按揉四白 / 按揉攒竹 / 按揉球后 / 按揉鱼腰
- 109 按揉瞳子髻 / 按揉丝竹空 / 按揉阳白 / 揉迎香
- 110 揉太阳 / 揉颊车 / 揉耳门 / 揉听官
- 111 揉听会 / 分推囟门 / 按揉百会 / 按揉四神聪
- 112 按揉风府 / 按揉翳风 / 拿风池 / 按揉安眠
- 113 推天柱 / 推率谷 / 按揉百劳 / 按揉廉泉

114 健脾和胃——胸腹部按摩

- 115 按揉天突 / 分推膻中 / 掐乳旁 / 揉乳根

- 116 摩中脘 / 搓摩胁肋 / 按天枢 / 点揉中极
- 117 拿肚角 / 点按气海 / 分推腹阴阳 / 揉运膀胱

118 强身健体——上肢部按摩

- 119 补脾经 / 补心经 / 平肝经
- 120 清肺经 / 清肾经 / 补胃经
- 121 掐胆经 / 补大肠经 / 补小肠经
- 122 掐三焦 / 推六腑 / 运五经 / 推指三关
- 123 掐小天心 / 揉总筋 / 揉板门
- 124 掐少商 / 掐商阳 / 掐中冲 / 掐老龙
- 125 掐端正 / 掐关冲 / 掐少泽 / 揉上马
- 126 掐揉合谷 / 揉阳池 / 按揉外关 / 点按内关
- 127 拿揉列缺 / 揉曲池 / 推三关

128 补肾益气——腰背躯干按摩

- 129 揉大椎 / 按揉大杼 / 拿肩井 / 揉风门
- 130 按揉天宗 / 按揉肺俞 / 按揉脾俞 / 按揉肝俞
- 131 按揉胆俞 / 按揉胃俞 / 按揉心俞 / 按揉肾俞
- 132 按揉命门 / 擦八髻 / 按揉大肠俞 / 按揉腰阳关
- 133 推脊法 / 揉龟尾 / 推上七节骨 / 旋揉长强

134 行动灵活——下肢按摩

- 135 拿揉足膀胱 / 推箕门 / 按揉百虫 / 拿膝眼

- 136 点按委中 / 按揉阳陵泉 / 按揉阴陵泉 / 掐揉足三里
- 137 按揉上巨虚 / 按揉丰隆 / 掐揉前承山 / 拿后承山

- 138 按揉三阴交 / 掐揉解溪 / 掐揉复溜 / 拿仆参
- 139 推涌泉 / 掐揉昆仑 / 点按太溪 / 掐揉太溪

Part 05 父母是宝宝最重要的启蒙老师

天才宝宝全能开发



140 均衡开发宝宝的左右脑

- 140 左脑功能 / 右脑功能
- 141 左右脑如何合作 / 全脑开发战略 / 宝宝左脑、右脑智能测评标准

142 语言智能

- 142 语言智能可以促进其他智能的发展 / 宝宝语言智能的培养
- 143 激发宝宝的说话兴趣 / 经常与宝宝进行语言“交流”
- 144 逐步训练宝宝的发音 / 创造良好的语言氛围 / 让宝宝听懂自己的名字



- 145 进行语言训练的注意事项 / 讲故事能促进宝宝语言的发展
- 146 进行语言训练要教宝宝理解其含义 / 训练宝宝的会话能力要联系生活
- 147 利用录音引导宝宝发声
- 148 0~1岁宝宝语言智能开发小游戏

150 逻辑思维智能

- 150 逻辑思维有利于培养理性的思维能力 / 0~1岁宝宝逻辑思维智能的特点 / 正确开发0~1岁宝宝的逻辑思维智能
- 151 新生宝宝的味觉、嗅觉和触觉训练
- 152 0~1岁宝宝逻辑思维智能开发小游戏

154 数学智能

- 154 数学智能是宝宝最重要的基础智能 / 使宝宝有数量的概念 / 发展宝宝的初等分类行为
- 155 帮助宝宝分清多和少
- 156 0~1岁宝宝数学智能开发小游戏

158 自然智能

- 158 观察力的培养 / 收集分类的训练 / 尝试与锻炼

159 熏陶与研究 / 正确评估孩子的自然智能

160 0~1岁宝宝自然智能开发小游戏

162 听觉记忆智能

162 宝宝听力的发育规律 / 促进听觉发育有妙招

163 给宝宝提供适当的听觉刺激 / 循序渐进地锻炼宝宝的听力 / 让宝宝辨别不同的声音

164 0~1岁宝宝听觉记忆智能开发小游戏

166 形象思维智能

166 形象思维的重要性 / 正确开发宝宝的形象思维能力

167 对宝宝进行综合感官训练 / 对宝宝进行辨别声音的训练 / 引导宝宝的模仿行为 / 带宝宝欣赏大自然

168 训练宝宝认识外界事物 / 注重培养宝宝的艺术素质

169 教宝宝认识颜色

170 0~1岁宝宝形象思维智能开发小游戏

172 空间智能

172 给宝宝插上想象的翅膀 / 空间智能强是优秀宝宝的特征 / 宝宝的空间智能训练

173 空间智能创造无限艺术可能 / 强化宝宝的空间认知能力

174 0~1岁宝宝空间智能开发小游戏

176 创造性思维智能

176 让宝宝的创造性思维更顺利的发展



177 为宝宝营造充满创新意识的家庭氛围 / 善于激发宝宝的好奇心

178 0~1岁宝宝创造性思维智能开发小游戏

180 肢体协调智能

180 肢体协调智能的有效开发 / 肢体协调智能发展的关键期 / 肢体协调智能的日常方法

184 0~1岁宝宝肢体协调智能开发小游戏

186 视觉记忆智能

186 视觉记忆智能促进大脑开发 / 宝宝视觉发育的七个阶段

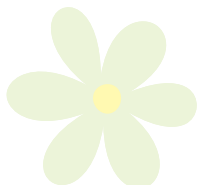
187 视觉训练要动静结合

188 0~1岁宝宝视觉记忆智能开发小游戏

190 教宝宝学唱生活自理小儿歌

0~1岁铸就天才宝宝

好妈妈不可不知的育儿经



如何让宝宝变得更加聪明，是每个爸爸妈妈的心愿。从宝宝出生开始，爸爸妈妈就在为提高宝宝智商、打造“天才宝贝”而努力。而0~1岁这段时间，正是铸就天才宝宝的关键期。

现代科学研究证明：正常的大脑发育在1岁以前最快。据介绍，宝宝出生时脑重量为350~400克，此后脑重量快速增长，6个月时为出生时的大约2倍，占成人脑重的50%，而儿童体重要到10岁才达到成人的50%，婴儿大脑发育大大超过了身体发育的速度。

因此，这段时期被称为宝宝智力发展的关键期，因为智力与脑的发育有直接的关系。没有早期教育意识的爸爸妈妈，由于不懂得去挖掘宝宝的大脑潜能，会白白错过宝宝智力开发的关键期。

爸爸妈妈如何正确有效地开发宝宝的智力？这需要对宝宝的智力发育水平有所了解。大脑中最先发展的是控制脊椎、四肢的神经系统，因此，了解婴儿大脑发育、智力开发的最佳途径，就是观察宝宝的运动能力的发展状况。

下面是婴幼儿早教专家提供的一些诊断宝宝智力发育水平的参考：当小勺掉落到地板上时，6个月的婴儿会顺着下落的方向看去；6个半月的婴儿当他的需要得到满足时，会发出表示满意的声音；7个多月时，婴儿会冲着镜子中的影像微笑；8个半月时，婴儿会和家人一起玩藏猫猫、拍拍手等游戏；9个多月时，婴儿会去拉系在环上的线，以便把环拉近；10个多月时，婴儿会模仿成人把积木放入盒中；11个多月时，婴儿会模仿词的发音；12个多月时，婴儿会讲几个单词。需要注意的是，这只是作为爸爸妈妈简单判定的参考，而具体需根据孩子自身的发育做评判。

好妈妈如何培养聪明宝宝

聪明宝宝需得到细心又有智慧的好妈妈的教育，妈妈教育方法的差别，常常影响宝宝的一生。对于妈妈来说，究竟如何才能培养出一个健康、快乐、自信而又有能力的宝宝呢？



不要吝啬你对宝宝的爱

安全的依恋关系是宝宝未来人际关系发展的基础。只有当宝宝小时候体验到一切积极的关爱情感，内心才会产生安全感，成长中才能够平等地与他人交往。所以，不要吝啬你的爱，向宝宝靠近一点，让他在与妈妈的接触中完全体会爱的亲密。



积极回应宝宝

宝宝还不会说话之前，他只能用自己的方式与你交流。也许是一点声音、一个动作或是脸部的表情、目光的注视或逃避，这就是宝宝给你的暗示。不要吝啬你的回应，你会发现，你的微笑能使焦躁的宝宝逐渐安静下来，哭闹情况减少，睡眠质量提高。这是因为宝宝通过安抚或者喂食得以安静，此时他大脑的焦虑反应系统自动关闭了。



与宝宝说话

你和宝宝所有的谈话将为宝宝未来的学习打下坚实的基础。当宝宝听到越来越多的词，大脑中处理语言的功能

就会得到发展。与宝宝说话、阅读或唱歌，也许一开始仅仅是给他读简单的图画书，而并不是努力去教他。当宝宝越长越大，就可以通过读故事来鼓励他参与——重复语调和词语，慢慢地，他自己就可以做到了。



帮宝宝建立秩序

对宝宝来说，秩序的建立至关重要。宝宝是在重复中学习的，这也是他获得安全感的重要前提。如每天固定换尿布和洗澡的时间非常重要。同时，还要重复甚至固定一些能让宝宝体会到快乐的活动，比如在睡觉之前讲故事或听儿歌等。



鼓励宝宝安全探索

对于宝宝来说，很大程度上你决定了他认识世界的态度，你和他的互动也基本上决定了他学习的方式。因此，当宝宝努力去探索或做游戏时，你要保持接受的态度，尤其是当他受到挫折后，需要从你这儿得到鼓励时。只有这样宝宝才会对困难、对未来无所畏惧……爱他，让他去探索。

1岁前是宝宝智力发展、生长发育的最重要时期，如果错失了宝宝智力发展的关键期，等于错过培养宝宝的最佳机会。在这段时间里，宝宝存在四个敏感期，即四大“黄金时期”。因此，爸爸妈妈在这期间内促进宝宝发展相应的能力，则可以得到事半功倍的效果，为宝宝一生的发展打下坚实的基础。



秩序的敏感期

● 秩序敏感期表现

一个刚刚满月的宝宝，家人把他抱到楼下，宝宝就哭了，过了一会



儿，把他抱到原来的房间，宝宝就不哭了。这表明，宝宝对环境、对宝宝原来生活的房间的秩序有了感觉。

● 秩序敏感期作用

给宝宝一种有秩序的生活，能稳定宝宝的情绪，并且建立良好的生活规律。



动作的敏感期

0~1岁的宝宝是最活泼好动的时期，爸爸妈妈应充分让宝宝运动，使其肢体动作熟练，并帮助左、右脑均衡发展。除了身体肌肉的训练外，还需注意动作练习，即手眼协调的细微动作教育，不仅能养成良好的动作习惯，也能帮助智力的发展。

● 动作敏感期表现

宝宝从出生学习蹬腿到学会走路这个过程中，是非常愿意运动的，而且不愿意让家人辅助，手的动作也是配合下肢运动来协调发展的。

● 动作敏感期作用

宝宝的学习都是通过身体的运动来进行和获得的。肢体运动连着大脑，受到大脑的支配。





语言的敏感期

婴儿开始注视大人说话的嘴形，并发出咿呀学语声时，就开始了他的语言敏感期。学习语言对成人来说是件困难的工程，但婴儿能轻松学会母语，因为婴儿具有与生俱来的语言敏感力。

语言能力影响宝宝的表达能力，爸爸妈妈应经常和宝宝说话、讲故事，或多用“反问”的方式加强宝宝的表达能力，为日后的人际交往奠定良好基础。

● 语言敏感期表现

宝宝最喜欢的是妈妈的声音，十月怀胎就听着妈妈的声音，所以宝宝识别最敏感的声音是妈妈的声音。然后从爱听妈妈的声音到听懂妈妈的声音，到听见后有动作反应，最后才有语言表达。

● 语言敏感期作用

0~1岁是前期语言时期，宝宝从爱听到听懂；1~3岁是语言期，宝宝18个月开始就出现词汇爆发，24个月是语句的爆发期，不但会自言自语，而且会模仿成人说话。所以，在前期多进行准备和训练，在语言爆发期，给宝宝提供良好的语言环境。



感官的敏感期

宝宝对感官有特殊的敏感，包括声音、影像、味道、听觉、嗅觉等方面。当胎儿7个月时，听觉已经成熟，可以听到外界的声音，出生后婴儿看到成人在说话时都会很专注地的学习、模仿。



比如大人常会忽略周遭环境中的微小事物，但宝宝却常能捕捉到其中的奥秘。因此，若宝宝对泥土里的小昆虫或衣服上的细小图案产生兴趣，正是你培养宝宝的好时机。

● 感官敏感期表现

宝宝对小的物体特别感兴趣，比如宝宝面前同时有一支笔、一粒花生米、一粒小豆，宝宝会首先抓住小豆。因为宝宝的视野和成人的视野不一样，成人视野是开放的，宝宝的视野是关注细节的，哪个微小，宝宝就关注哪个。

● 感官敏感期作用

宝宝对细小物体的关注其实就是宝宝观察力的开始。成人不要打断宝宝的关注，应该在安全的前提下保护他的兴趣。

在宝宝智力发展的关键期，早期教育特别重要。宝宝的观察力、想象力、记忆力都是在这时形成。因此，妈妈应该从多种能力的培养入手，有计划、有步骤地开发宝宝的智力。

在宝宝出生的一年里，有一些对宝宝成长发育来说非常重要的事件，爸爸妈妈要对这些情况有足够的了解。

追视移动物体

1~2个月的宝宝，他的眼睛可以追视90度范围内的移动物体，不过，这个物体需要离他很近（大约20厘米左右），而且具有明亮的颜色足够抓住他的注意。3个月左右，宝宝就差不多能像成人一样开始有意识地看东西了，这时他的两眼可追随180度范围内移动的物体。

视觉系统的组织结构和生理功能是在宝宝出生后才逐渐发育完善的。年幼的宝宝尚不会诉说，追视现象可以帮助我们发现早期宝宝的视力问题。

抬头

3个月的宝宝，在练习趴着时，小脖子可以比较稳当地撑起脑袋，头也可以抬起90度。到了4~5个月大时，他们可以熟练地做出俯卧抬胸的姿势。

宝宝抬头是一个健康信号，可以看出宝宝上半身的肌肉力量和协调能力发展得状况。此外，抬头、挺胸的动作可以使宝宝上半身得到锻炼，也为以后的翻身、坐、爬打好基础。

抓握及倒手

刚出生的宝宝经常双拳紧握，如果妈妈爸爸把手指或者一个玩具放到他胖乎乎的拳头里，他会使劲地握住。在这一阶段，这种抓握还只是一种无意识的条件反射行为。3个月大的宝宝可以去抓妈妈手里的拨浪鼓，但却很难控制手的力量和方向。到了5~8个月大，他的小手将能捡起一个物品，抓紧它，把它放到自己的嘴里，或者从一只手转到另一只手里，甚至两只手各抓一块积木对敲几下。

手的有意识运动表明大脑发育正常，控制小手的运动过程是宝宝手、眼协调运动能力的发展，使宝宝的活动更有目的性。





独坐

通常情况下，大多数宝宝会在6~8个月大的时候学会独坐。刚开始时，宝宝身体前倾，用双手帮忙才能支撑身体，而且坐一小会儿就会歪倒。慢慢地，他的平衡能力得到发展，脱离双手支撑也可以坐直。到了8个月大，宝宝坐得越来越好了，甚至还会向前倾着身体去抓玩具。

独坐是宝宝发育的里程碑之一，标志着宝宝从一个无助的新生儿开始走向独立。



咿呀出声

在3~5个月的时候宝宝开始咕咕叫，表示出和你交流的兴趣；大约4~8个月的时候，你会发现他开始不知疲倦地咿咿呀呀地叫个不停。

在语言发育方面，宝宝之间的差异很大。但是如果宝宝5个月大还不会咕咕发音，或者8个月大的时候还没有开始咿呀发声，有可能意味着他的听力有一些问题。



转向声源

早在出生后不久，宝宝就能对你的声音有所反应；但是直到4~6个月大，在没有被其他事情吸引的前提下，你叫他的名字他才能明确地转向你，这时他也能够对某一方向的声音产生回应。

这是判断听力发育是否异常的一个信号。新妈妈应该知道的：听和说

是联系在一起的，如果6个月时头不能转向声源，8个月时还不能咿呀学语。尽快带他去医院耳鼻喉科请医生进行听力检查。



说出第一个词

大多数宝宝在9~14个月之间说出第一个真正意义的词。和以前纯粹的发音游戏不同，这时的他

为语言交流储备了足够的素材。比如，他知道某个东西是灯，陪伴他的人是妈妈等等，当他再要某个东西的时候，可以不再用手指点，而是说出要什么，语言的交流开始了。

语言是交流的工具，宝宝可以通过说来表达他的感觉、要求，更好地融入社会。另一方面，语言具有的抽象、概括的特点，也可以促进思维发展。



第一次迈步

宝宝抓着妈妈的两个手指能够向前移动步子，然后，自己迈出一两步。大多数宝宝选择走的时间，在10~16个月之间。

从此以后，宝宝可以迈开双脚自由地去自己想去的地方，他的视野扩大了，这是宝宝走向独立的里程碑式的第一步。

1岁前婴儿虽然年纪小，但却处于大脑和情感发育的重要时期，爸爸妈妈除了要注意宝宝的饮食营养和健康护理外，最重要的是在宝宝刚刚降临人世的这段时间就要开始进行智力开发，最大限度的激发宝宝的潜能。在0~1岁这段时间，爸爸妈妈对宝宝进行智力开发时，要根据不同月龄段的特点来进行。

0~6个月：建立安全与依恋

爸爸妈妈在面对这个月龄阶段的宝宝时，首先要满足其生理需要，这是最重要的任务，与此同时也要关注宝宝的心理、智力发展。

面对新生儿，爸爸妈妈首先要为宝宝创造安全稳定的抚养环境，提供较好的抚养条件。其次要与宝宝建立起安全与依恋的关系，这也是这个月龄阶段的宝宝最需要的。爸爸妈妈要多观察宝



宝，从宝宝的各类反应中寻找规律，学会从宝宝的哭闹、微笑等反应中读懂宝宝的需要；其次要帮助宝宝形成稳定的生活规律，养成良好的生活习惯；另外，爸爸妈妈如果需要暂时离开宝宝，一定要给予宝宝语言或表情提示，给予安抚，不要以为宝宝年纪小就忽略掉这一点。

长期以来，宝宝的教育一直是以母亲为主体而父亲经常是缺失的，因此需要提醒爸爸妈妈，在与宝宝建立起安全与依恋关系的过程中，父亲也要发挥起应有的作用，这样宝宝长大以后会更勇敢。

7~9个月：好奇心的初步萌发

这个月龄阶段的宝宝开始对外部事物表现出好奇，他们要开始学习爬行了。从这个月龄起，爸爸妈妈可以开始对宝宝进行认知、语言、运动、感觉等各项能力的培养。

首先，学习爬行是这个阶段的重要工作。它能促进宝宝动作的发展，为学