



宝宝 智能训练 一本通

● 如何让你的宝宝更聪明？

● 教你对宝宝进行智能训练。

全国知名专家为你提供一套科学的方法。

● 打造天才，从宝宝智能训练开始。

● 科学的育儿理念让你受益无穷。

中国
育儿专家
特别推荐

肖巧珍◎编著

河北科学技术出版社



宝宝

智能训练

BAOBAOZHINENGXUNLIANYIBENTONG

肖巧珍◎编著



一本通



NLIC2970362560

河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝智能训练一本通/肖巧珍编著.
—石家庄:河北科学技术出版社,2007.12
ISBN 978-7-5375-3619-6
I. 宝… II. 肖… III. 婴幼儿—智力开发 IV. G610
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 185092 号

出版发行/ 河北科学技术出版社
地 址/ 河北省石家庄市友谊北大街 330 号
邮 编/ 050061
责任编辑/ 王辛卯 李蔚蔚
封面设计/ 陋室铭工作室
美术编辑/ 慈向群
印 刷/ 北京佳顺印务有限公司
开 本/ 880 × 1275 1/32
印 张/ 17.5
字 数/ 400 千
版 次/ 2008 年 1 月第 1 版
印 次/ 2008 年 1 月第 1 次印刷
定 价/ 28.80 元

前言

凡做父母的，谁不希望自己的孩子智力超群呢。然而，当今是注重能力的社会，哪一位父母也不希望自己的孩子是一高智商的“低能儿”。无论是提高孩子的智力，还是挖掘孩子的潜能，培养孩子多方面的才艺，都离不开早期教育。作为孩子的“第一任老师”，父母的言传身教无疑是最重要的一个环节。

我们知道，大脑的潜能还有95%以上有待开发。特别是对0~6岁的孩子来说，因其大脑在这一关键期具有无限的可塑性，发掘潜能就显得更加有意义。每一个孩子都拥有很大的潜能，日常所使用的只是其中很小的一部分，还有成百倍、上千倍的潜能未发挥。在此期间，只要家长和老师有目的、有针对性地予以教导和培养，孩子的潜能就可获得无限的发展。

一个人的能力离不开智力的影响，但一个人的智力并不就等于能力。既有较高的智商又具备非凡的能力才可称之为“智能”。为了帮助广大父母开发孩子的智力，提高孩子的能力，我们特组织儿童教育专家共同编撰了《宝宝智能训练一本通》。

本书采用通俗易懂的语言向家长们讲解了有关智商、情商，智力、知识、能力，以及期望对孩子未来发展的影响。为家长们在培养孩子时指明了方向，提供了科学的育儿方法，避免家长在培养孩子过程中走弯路，或压制了孩子某一方面的潜能。同时，本书还按孩子的智力发展规律，以及进行各项智力教育的关键期分年龄段逐步讲解。包括胎儿的胎教、新生儿的早期教育、婴儿的智能训练、幼儿的智能训练、儿童的智

能训练。其中有的逐月论述，有的分段论述，有的按年龄进行论述，既详实又具体。而且书中所提供的一些方法简便易行，更为家长留下了发挥的空间，让每一位家长都能根据自家孩子的特点有针对性地发掘孩子的潜能。

为了便于大家阅读，我们在版式、体例，乃至语言方面，都尽量做到简单明了、一目了然，让大家看起来舒心，用起来省心。为了深化阅读，我们还在书中穿插了许多实用的小贴士，以增加书籍的可读性和趣味性。

本书特别适合初为人父母者阅读，对一些在养育孩子过程中感到吃力的家长也大有帮助。同时，本书也可供从事学前教育的工作者参考使用。由于时间仓促，编者水平有限，错误和疏漏之处在所难免，望不吝赐教。

编 者

目录 > 01

contents



第1篇 了解宝宝的智商及大脑发育规律

◎智商与情商的相关概念 1

- 什么是智商 1
- 智力的组成 5
- 智力的特征 8
- 智力与能力 10
- 智力与知识 11
- 正确看待智商 13
- 情商的含义 14
- 情商与智商的关系 15
- 情商的作用 16

◎大脑的发展规律 18

- 大脑是智力的源泉 18
- 大脑的发育过程 20
- 大脑的可塑性 22
- 每个孩子都有很大的潜能 23
- 发挥大脑的巨大潜能 24

◎宝宝多元智能的8个主要方面 26

- 语言智能 27
- 音乐智能 32
- 数学—逻辑智能 36
- 视觉—空间智能 40
- 肢体—运动智能 45
- 内省智能 49
- 人际智能 53

目录 > 02

contents



自然观察智能 57

第2篇 智能训练的前提与基础

◎营养与智力 62

影响智力的因素 62

营养对智力的影响 63

大脑的代谢与营养 66

蛋白质与大脑的关系 67

糖类与大脑的关系 68

脂肪与大脑的关系 69

维生素与大脑的关系 70

矿物质与大脑的关系 71

食物对大脑功能的影响 73

食物营养如何进入脑中 75

◎运动与智力 77

运动系统的神经控制 77

运动对智力的影响 78

运动量要适度 78

◎睡眠与智力 79

觉醒与睡眠 79

睡眠与智力的关系 80

◎环境与智力 82

信息刺激与智力 83

丰富的环境有助于开发潜能 84

目录 > 03

contents



◎教育与智力 85

家庭教育对孩子智力的影响 86

学校教育对智力的影响 87

早期教育对智力的影响 87

神奇的期望效应 87

父母是孩子的第一任老师 88

长期教育对智力的影响 94

◎把握智能开发的关键期 95

在“关键期”对孩子进行智能培养 95

智能开发“关键期” 97

多元智能发现法 98

第3篇 智能训练应始于胎教

◎了解胎教 101

胎教原理 101

胎教成功的要素 102

胎儿大学 103

◎科学有效的胎教方法 104

环境胎教 104

音乐胎教 105

抚摸胎教 107

呼唤胎教 108

运动胎教 108

光照胎教 110

性格胎教 111

目录 > 04

contents



语言胎教 112

情绪胎教 113

美学胎教 115

求知胎教 116

第4篇 新生儿智能训练方案

◎身心发育特点 117

生长发育特点 117

新生儿大便 118

新生儿一日尿量 119

新生儿的正常体温 119

新生儿的睡眠 119

新生儿的视觉 120

新生儿的听觉 120

新生儿的触觉 121

新生儿的味觉和嗅觉 121

新生儿的运动能力 122

新生儿与大人的沟通 122

◎智能特征 123

1个月婴儿的智能发育水平 123

智力测试方法 123

◎智能训练 126

新生儿先天性反射种类与训练 126

新生儿个性的发育 128

新生儿听觉能力训练游戏 129

目录 > 05

contents



新生儿视觉能力训练游戏 130

新生儿触觉能力训练游戏 131

新生儿动作能力训练游戏 131

新生儿的按摩体操 132

◎ 亲子依恋 132

尽快建立亲子依恋 132

母爱的重要性 134

新生儿抚触的好处 136

新生儿抚触的准备 136

新生儿抚触的方法 138

新生儿抚触要注意的问题 141

第 5 篇 宝宝 2 个月智能训练方案

◎ 身心发育特点 144

生长发育特点 144

心理发育特点 146

◎ 智能特征 147

2 个月婴儿的智能发育水平 147

婴儿性别的差异性 147

智力测试方法 148

◎ 智能训练 151

语言能力训练游戏 151

社交能力训练游戏 152

情感培养训练游戏 152

听觉能力训练游戏 153

视觉能力训练游戏 153

目录 > 06

contents



感觉能力训练游戏 154

动作能力训练游戏 155

◎ 亲子游戏 156

一动就响 156

看看是什么 156

声音在哪里 156

妈妈在哪里 157

摸一摸 157

听见了吗 157

读歌谣 157

一碰就响 158

踢被子 158

蹦蹦跳跳 158

几个小手指 159

握握手 159

拉拉看 159

两手抓 159

拿着玩 160

抓一抓 160

第6篇 宝宝3个月智能训练方案

◎ 身心发育特点 161

生长发育特点 161

心理发育特点 163

◎ 智能特征 164

3个月婴儿的智能发育水平 164

目录 > 07

contents



智力测试方法 164

◎智能训练 167

语言能力训练游戏 167

社交能力训练游戏 168

感知能力训练游戏 169

认知能力训练游戏 169

触觉能力训练游戏 170

动作能力训练游戏 171

婴幼儿健身操 172

◎亲子游戏 173

找妈妈 173

藏猫猫 173

摇啊摇 173

用脚蹬 174

会踢球了 174

找一找 174

拉过来 175

玩水 175

用脚踢 175

走起来 176

抬头 176

学倒立 176

第7篇 宝宝4个月智能训练方案

◎身心发育特点 177

生长发育特点 177

目录 > 08

contents



心理发育特点 179

◎智能特征 180

4个月婴儿的智能发育水平 180

智力测试方法 180

◎智能训练 183

语言能力训练游戏 183

社交能力训练游戏 184

视觉能力训练游戏 184

听觉能力训练游戏 186

动作能力训练游戏 186

婴幼儿健美健身方法 187

婴幼儿健身操 189

◎亲子游戏 189

看看妈妈的脸 189

不倒翁 189

外面真奇妙 190

节奏感训练 190

看口形 190

拍拍打打 190

握住 191

听听自己说什么 191

拉过来 191

抓一个 191

小鼓咚咚 192

荡起来 192

目录 > 09

contents



试着翻 192

说儿歌 192

第8篇 宝宝5个月智能训练方案

◎身心发育特点 194

生长发育特点 194

心理发育特点 195

◎智能特征 196

5个月婴儿的智能发育水平 196

智力测试方法 196

◎智能训练 199

有计划地让婴儿听音乐 199

生活自理能力的训练 199

有计划地念儿歌 199

语言能力训练游戏 200

社交能力训练游戏 201

视觉能力训练游戏 202

听觉能力训练游戏 203

动作能力训练游戏 203

婴幼儿体形美的训练方法 204

婴幼儿健身操 204

◎亲子游戏 205

说你好 205

说再见 205

怎么响 205

目录 > 10

contents



- 哪儿响 206
- 学翻身 206
- 递来递去 206
- 往外拿 206
- 听音乐 207
- 球跑了 207
- 听音乐 207
- 指鼻子 207
- 手指游戏 208

第9篇 宝宝6个月智能训练方案

◎身心发育特点 209

- 生长发育特点 209
- 心理发育特点 211

◎智能特征 212

- 6个月婴儿的智能发育水平 212
- 智力测试方法 213

◎智能训练 215

- 生活自理能力的训练 215
- 语言能力训练游戏 216
- 社交能力训练游戏 217
- 情感培育训练游戏 218
- 记忆能力训练游戏 219
- 听觉能力训练游戏 220
- 感觉能力训练游戏 221

目录 > 11

contents



动作能力训练游戏 222

婴幼儿眼保健操 223

◎ 亲子游戏 224

爸爸在哪儿，妈妈在哪儿 224

玩娃娃 224

小熊哪里去了 225

找玩具 225

户外玩 225

走来走去的玩具 225

骑大马 225

5 个小朋友 226

向前爬 226

搭积木 226

放球 227

第 10 篇 宝宝 7 个月智能训练方案

◎ 身心发育特点 228

生长发育特点 228

心理发育特点 230

◎ 智能特征 231

7 个月婴儿的智能发育水平 231

智力测试方法 231

◎ 智能训练 234

注意训练婴儿手的能力 234

培养婴儿懂道理 235

目录 > 12

contents



生活自理能力训练 236

智力培育游戏 236

教唱儿歌 237

语言能力训练游戏 237

社交能力训练游戏 238

情感培育训练游戏 239

模仿能力训练游戏 239

视觉能力训练游戏 240

听觉能力训练游戏 241

感觉能力训练游戏 242

动作能力训练游戏 243

婴幼儿健身操 244

◎ 亲子游戏 244

玩水 244

看看里面是什么 244

抠洞 245

拍拍手 245

第 11 篇 宝宝 8 个月智能训练方案

◎ 身心发育特点 246

生长发育特点 246

心理发育特点 249

◎ 智能特征 250

8 个月婴儿的智能发育水平 250

智力测试方法 250