

婴幼儿



婴幼儿

陈国鹏◎主编

智力培养

上海科学技术出版社



婴幼儿养与教系列

婴幼儿

智力培养

陈国鹏 主编



上海科学技术出版社



内 容 提 要

本书分0~1岁、1~3岁、4~6岁三个年龄阶段,就构成智力的各种认识能力,即观察力、注意力、记忆力、思维力、想像力、创造力以及动手能力和语言能力的培养作了较为详细的介绍。所述方法科学、实用,可操作性强,供广大家长参考。

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿智力培养 / 陈国鹏主编. — 上海: 上海科学技术出版社, 2003.1

(婴幼儿养与教系列)

ISBN 7-5323-6700-2

I. 婴... II. 陈... III. 婴幼儿 - 智力开发
IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 087917 号

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路450号 邮政编码200020)

新华书店上海发行所经销

上海精英彩色印务有限公司印刷

开本 850 × 1156 1/32 印张 5 字数 100 千

2003年1月第1版 2003年2月第2次印刷

印数: 5 201-10 400 定价: 12.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向承印厂联系调换



编委会名单

主编 陈国鹏

编者（以姓氏笔画为序）

王小慧

安秋玲

陈国鹏



在人的一生中，婴幼儿期是一个非常特殊而又重要的时期。与一些动物的幼仔相比，新生儿在能力上显得很弱，丝毫没有表现出人类的优点。许多动物一出生就会走路、觅食、躲避危险，比如小马驹生下来就能站着吸吮母马的奶，而人类婴儿从生下来到自己能单独站立要有一段发育的时间。这是因为动物幼仔在出生时已经具有了一个与成年动物一样成熟的大脑，而人类的新生儿在这些方面差远了，他们看上去是非常的弱小、无能，他们需要父母亲照料一年以上才能具备动物幼仔的那些能力，这是因为人类新生儿的大脑在出生时尚未完全成熟的缘故。所以与动物相比，人类婴儿都是“早产”的。但从另一方面来说，这决不是一件不幸的事。正是由于人类婴儿处于未完全成熟的状态下出生，才具有极大的发展可塑性，特别是婴幼儿期的发展。因为人类的发展有极大的可塑性，所以如何促进其最大限度地发展就成了当务之急。每一个家长都希望自己的孩子智力超群，于是如何训练和培养才能使孩子的潜能得到充分的发展，成了众多家长特别关心的问题，也是当代社会发展所面临的重要课题。

关于智力问题，尽管心理学家进行了近百年的研究，也取得了不少的成果，但至今尚未形成一个完整的、大家一致公认的科学定义。目前国内学者倾向于接受这样的定义，即智力是以抽象思维能力为核心的多种认识能力的综合，这里多种认识能力包括观察力、注意力、记忆力、思维力、想像力、创造力以及动手能力和语言能力。这些能力反映了智力的各个侧面，同时又构成了智力的整体。一个智力水平高的儿童，不仅仅在

某个方面能力特别强，而是在许多方面的能力都超群。所以发展儿童的智力不能只偏重于某一方面，而应该从各种能力的培养入手，有计划有步骤地实施。儿童智力的培养可以有多种多样的措施和方法，但无论什么措施和方法都要适合孩子的心理特点，这样才能事半功倍。不顾儿童的心理生理特点生搬硬套，不仅起不到培养的作用，反而会阻碍他们的正常发展。

本书从儿童心理的角度出发，分0~1岁、1~3岁、4~6岁三个阶段，根据这个领域的一些最新研究成果，提出了如何从小培养儿童智力的措施，为家长培养自己的孩子提供一些方法上的参考。当然每个孩子的情况是千差万别的，完全照搬书上所说也不是明智之举。家长应该根据自己孩子的特点，选择其中的一些合适的培养措施，如果能根据孩子的特点自己发展一些培养方法那就更理想了。读者如能从本书中有所收获那是对我们工作的最好奖励。

由于我们才疏学浅，书中不免会有不妥之处，敬请同行专家和读者批评指正。

编者

2002年11月

0~1岁



- 2/ 胎儿的大脑发育与营养 1
- 3/ 排除哪些对胎儿发育有害的因素 2
- 5/ 孕妇的情绪与孩子的智力 3
- 6/ 胎教的方式有哪些 4
- 9/ 婴儿的俯卧和爬行 5
- 11/ 充分利用婴儿先天反射动作 6
- 12/ 如何训练婴儿的坐和站立 7
- 14/ 怎样训练婴儿手的精细动作 8
- 15/ 婴儿眼与手的动作协调是何时开始的 9
- 17/ 婴儿何时能自己行走 10
- 18/ 婴儿动作发展的顺序及年龄 11
- 19/ 重视婴儿感知觉的训练 12
- 21/ 给婴儿提供适度的视觉刺激 13
- 22/ 何谓婴儿对物体的视觉集中和对活动物体的追视 14
- 24/ 婴儿什么时候能分辨色彩 15
- 26/ 妈妈的脸为什么会与别人不同 16
- 27/ 怎样训练婴儿的听觉 17
- 28/ 音乐对婴儿有什么作用 18
- 30/ 如何训练婴儿的触觉 19
- 31/ 婴儿的哭与语言的发展 20
- 32/ 要不要对还不会说话的婴儿进行语言训练 21
- 35/ 婴儿的“说话”训练 22
- 36/ 婴儿何时能真正听懂成人的话 23
- 38/ 训练婴儿理解语言的注意事项 24
- 40/ 婴儿什么时候真正产生语言 25
- 41/ 怎样看待婴儿期语言的发展 26
- 43/ 婴儿能否识字 27



1~3岁

- 28 如何增强孩子对物体的大小、形状、颜色的识别能力 \46
- 29 如何使孩子感受到简单的空间概念 \48
- 30 孩子何时获得“多”与“少”的概念 \48
- 31 如何丰富孩子在触觉、嗅觉、味觉方面的经验 \49
- 32 如何训练孩子的观察力 \51
- 33 如何训练孩子的行走能力 \53
- 34 怎样训练幼儿双手精细动作 \54
- 35 如何训练孩子双手的协调能力 \56
- 36 怎样训练孩子的身体平衡能力 \57
- 37 可与孩子做哪些游戏来提高他的手臂力量 \58
- 38 如何根据孩子的注意特点加以积极引导 \59
- 39 采取哪些措施训练幼儿口语 \60
- 40 孩子喜欢叽哩咕噜说话, 更喜欢模仿大人说话, 如何引导 \62
- 41 孩子晚开口说话是否不正常 \63
- 42 幼儿在词汇的掌握上有何特点 \65
- 43 孩子何时能区分“你”、“我”等概念 \67
- 44 1~3岁幼儿口语有何特点 \69
- 45 如何帮助幼儿理解语句并有效进行沟通 \70
- 46 怎样对待孩子的提问 \71
- 47 孩子能记住周围发生的事吗 \74
- 48 1~3岁幼儿思维有何特征 \76
- 49 采用何种方式训练孩子的思维能力 \77
- 50 如何培养孩子初步的比较能力 \78
- 51 怎样培养孩子简单的推理能力 \81
- 52 可教幼儿一些抽象的数字概念吗 \84
- 53 如何对幼儿进行计数训练 \85
- 54 幼儿何时进行想像性的活动 \87
- 55 如何对待孩子的乱涂乱画 \88
- 56 如何看待孩子语言使用中的创造性 \90



91/ 怎样通过亲子游戏培养孩子的创造力 57

93/ 如何选择玩具启发孩子的智力 58

4~6岁

96/ 如何训练孩子的感觉能力 59

97/ 在引导孩子观察时要注意什么 60

98/ 如何帮助孩子感知和理解时间概念 61

100/ 怎样帮助孩子理解抽象的空间方位 62

101/ 如何引导孩子集中注意力 63

102/ 如何培养幼儿的记忆力 64

104/ 怎样培养孩子积极的情绪记忆 65

105/ 怎样培养幼儿的想像力 66

107 / 如何利用玩具培养孩子的创新能力 67

108/ 如何引发孩子的好奇心 68

110/ 如何使孩子保持对事物的兴趣 69

111/ 怎样对幼儿进行科学教育 70

112/ 如何训练孩子的逆向思维 71

113/ 如何培养孩子的数学能力 72

115 / 如何培养孩子的初步分类能力 73

116/ 如何引导孩子进行早期阅读 74

117/ 教幼儿识字有什么好方法 75

119/ 如何教幼儿讲故事 76

120/ 幼儿什么时候开始学外语最好 77



- 78 教幼儿背古诗，对幼儿的智力发展有帮助吗 \121
- 79 背诵能提高孩子的言语能力吗 \123
- 80 如何教幼儿背诵儿歌 \124
- 81 亲子共读应注意什么 \125
- 82 如何为孩子选择优秀的书籍 \126
- 83 怎样培养幼儿运动能力的发展 \128
- 84 如何帮助孩子学画 \129
- 85 怎样培养孩子的舞蹈兴趣 \130
- 86 使用筷子能促进孩子智力发展吗 \131
- 87 如何督促幼儿进行体育锻炼 \132
- 88 如何训练孩子的生活自理能力 \133
- 89 怎样简单判断孩子是否智力落后 \134
- 90 早慧幼儿有哪些表现 \135
- 91 如何给宝宝的右脑“充电”，促进孩子智力发展 \136
- 92 孩子的潜能优势表现在哪些方面 \138
- 93 孩子学音乐越早越好吗 \140
- 94 游戏有助于促进幼儿智力发展 \141
- 95 如何指导孩子做智力游戏 \144
- 96 哪些玩具有利于发展4~6岁孩子智力 \145
- 97 怎样为孩子选择才艺班 \146
- 98 如何发展孩子的情感智商 \147



0~1岁





*1 胎儿的大脑发育与营养

营养与大脑发育有很密切的关系，这已是一个人所共知的事实。5个月胎儿的大脑已逐渐形成，在出生前人类脑细胞的数量是直线增长的。脑细胞的分裂增殖过程贯穿于整个胎儿期，到出生时脑细胞的分裂已近尾声。初生婴儿的大脑细胞数量已接近成人的85%~90%，即人类大脑细胞的数量绝大部分在胎儿期就已经形成。如果6个月内的胎儿营养不良会极大地影响智力的发展，因为营养不良会导致脑细胞数量发育不足，这种先天性的发育障碍是后天无法弥补的。

胎儿的营养完全是靠母亲提供的，所以母亲在怀孕期间要吸收足够的营养。有心理学家曾经在南美危地马拉做过这样的实验：给那儿几个村庄缺乏营养的孕妇补充营养，附近条件相同的另几个村庄的孕妇不给营养补充，结果发现经过营养补充的孕妇所产孩子的智力水平要比没有营养补充的孕妇所产孩子明显高很多。

有些孕妇在怀孕初期，即前3个月有很强烈的妊娠反应，没有食欲、恶心、呕吐，而这时期又是胎儿大脑发育的关键期。所以准妈妈要尽可能克服生理上的反应，保持正常的饮食。同时，怀孕期间要注重营养的均衡摄入，蛋白质，维生素，矿物质如铁、钙、磷、锌、锰、铜、碘的摄入不足都不利于胎儿的发展。

有些孕妇爱美心切，为了使产后的体形仍保苗条，在妊娠

期间仍不忘减肥，有意控制食物的摄入。这种做法是不可取的，因为无论是减肥还是保持体形，营养摄入都可能不足，对自己一个人尚且如此，更何况现在还有一个非常需要营养的胎儿。营养来自食物，控制食物的摄入往往易引起胎儿营养不良，进而使胎儿的大脑发育受损。这种状况是任何一个母亲都不愿意看到的，所以要想有一个聪明、健康的宝宝，孕妇一定要注重营养。

*2 排除哪些对胎儿发育有害的因素

胎儿在母亲子宫里要度过约 270 天，而每一天对胎儿来说都是重要的，一旦受到了不良的环境刺激，将或多或少影响胎儿的正常发育。因为母亲和胎儿通过脐带相连，所以母亲受到的不良环境刺激将会影响胎儿。母亲可能会受到的有害刺激主要有：

3

(1) 生物因素：如果母亲不慎在怀孕期间患病，病菌会侵袭胎儿。尤其在怀孕的最初 3 个月内，母亲患病对胎儿发育影响最大，某些病菌对胚胎具有致畸作用。在各种疾病中风疹病毒对胎儿的危害最大，这种疾病对一般人影响不是很大，但如果患者是怀孕 4 个月以内的孕妇，它就会对胎儿产生非常严重的影响。在受到风疹病毒感染的婴儿中，患有先天缺陷如中枢神经系统损坏、心脏缺陷、聋哑、盲和智力发育迟缓等的几率是 33%。所以怀孕期间避免患病是保证胎儿正常发育的一个重要条件。





(2) 化学因素：药物、有毒化学物质和环境污染将干扰正常胚胎的发育，引起畸胎。20 世纪 60 年代初在日本和西欧一些国家出生了人数不少的四肢不全的婴儿，经调查发现，这些婴儿的母亲在怀孕期间为了消除妊娠反应而服用了一种叫“反应停”的药物。现在还发现许多药物含有化学致畸因子，如一些抗生素、激素、类固醇、麻醉剂、止痛剂和过量的维生素等，会造成婴儿的先天缺陷。有毒药物不仅直接对胎儿产生影响，而且也能改变母亲的生理条件，从而改变了子宫内环境。当然如果孕妇患病坚持不服药，那么病毒同样会对胎儿产生伤害。一般妊娠 7 个月后，胎儿发育已较为完善，这时药物影响甚微，所以一旦患病最好去医院诊治，在医生的指导下服药。另外，孕妇饮酒过量会使产前和产后婴儿生长迟缓、早产、智力落后、身体畸形等。而孕妇在怀孕早期饮酒特别有害，会造成婴儿体重偏轻、发展迟缓、行动困难和自发性流产等。不言而喻吸烟和毒品的危害就更大了。

(3) 物理因素：辐射是造成儿童先天性缺陷的另一个原因。辐射会引起基因突变。尤其在怀孕后 6 周之内，辐射对胎儿影响最为严重，因为这时正是主要器官发育的关键时刻。如果孕妇受到了辐射，就会使孩子产生小头畸形、智力缺陷、唐氏综合征等。一般来说，对可能怀孕或已经怀孕的妇女都不应该接受骨盆部位的 X 线检查和放射性治疗，否则小小的疏忽会造成恶劣的后果。当然孕妇还要注意远离其他射线的影响，比如放射性尘埃等。还有现代社会很普及的电视和电脑也会产生少量辐射，孕妇也应该适可而止，在怀孕期间尽量少看电视、少用

电脑。

***3 孕妇的情绪与孩子的智力**

孕妇的情绪会对胎儿产生影响，当然这儿的情绪不是指一时一事的情绪，而是一段比较长时间的心理状态。心情舒畅、宁静的孕妇和心情紧张、忧虑的孕妇相比，其血液中的化学成分、激素以及细胞的新陈代谢状况都不相同。母亲发怒、害怕或忧虑会使内分泌腺分泌出不同种类和数量的激素，使细胞新陈代谢发生变化，血液里的合成物也发生变化。这些新的化学物质被送到胎盘，使胎盘的循环系统产生变化，由此影响胚胎的发育。也有的激素由于母亲的不良情绪而减少甚至没有了，使正在迅速发育的胎儿大脑因缺乏所需要的激素而发育不全，出生后智力低下。怀孕后焦虑不安的母亲比起那些情绪正常的母亲，更容易生出异常的孩子。这是因为当孕妇的情绪紧张时，在妊娠的关键期肾上腺皮质会分泌出过量的氢化可的松，影响胎儿的身体和大脑的发育。母亲的忧伤、恐惧和焦虑会使胎儿的活动次数显著增多，活动的激烈程度也显著增强。如果母亲的这种不良情绪延续数周或更长的时间，胎儿的活动就会持续处于超常的水平。所以母亲的不良情绪会对胎儿产生非常不利的影响。许多智力低下的儿童都是因为他们的母亲在孕期压力过重，情绪不佳所致。

因此，孕妇要尽量避免紧张、忧虑、担心、恐惧的情绪，把自己的情绪调节到积极愉快的状态上，不给自己压力，远离是





非圈子，读一些轻松的书报杂志，听听轻松愉悦的音乐，经常到公园散步，保持豁达乐观、心情愉快。孕妇的这种情绪必然会对胎儿产生积极的影响。

***4 胎教的方式有哪些**

孩子将来聪明与否取决于大脑的发育程度。由于人类大脑的细胞数量绝大部分是在胎儿期形成的，所以胎儿的大脑发育对智力的发展有重要的作用。如果能让胎儿的大脑发育得早、发育得快、发育得好，营养和氧气是必要的条件，但更重要的是要给胎儿的大脑各种有效的刺激，以促进其活动，培养其功能。刺激胎儿的大脑有些是在无意中发生的，有的则是有意进行的。这种对胎儿大脑有意进行的刺激就是我们通常所说的胎教。

胎教并不是要直接去教胎儿学习，不是给胎儿“上课”。有人认为，让孕妇常听音乐，孩子将来会成为音乐家；多看美丽的图画，孩子将来就能成为画家，这是对胎教的误解。母亲接受到的刺激不会直接转化为胎儿的智力。胎教主要是让母亲接受良好的刺激，使母亲保持良好的心境，以此来影响胎儿的发育，因为母亲积极的生理心理状态会转化为胎儿发育的良好条件。胎教虽然有各种形式，但其宗旨只有一个，那就是让母亲情绪积极、心情舒畅。胎教的方式主要有：

(1) 音乐胎教：音乐通过它的节奏、音调、音色的变化，影响人的神经系统功能，所以不是任何音乐都能起到促进胎儿发

育的作用。那些节奏强烈、嘈杂的音乐会引起胎儿焦躁不安，在母腹中乱蹬乱踢，不利于他们的大脑发育。其他噪音当然也对胎儿的大脑发育产生负面的影响，比如我国科学家调查发现，从胎儿期起一直生活在铁路沿线的儿童脑功能发育、智商比常人低。所以只有优美动听、轻松愉快的音乐才是合适的胎教音乐，如西方古典音乐，特别是小夜曲能对胎儿产生积极的影响，它旋律优美、节奏明快、典雅悠扬。另外它的节奏和速度都与母亲的心率接近（每分钟 72 次）。国内医学专家和音乐家联手编制的胎教音乐《秋夜》、《小神童》等就是专为孕妇创作的。欢快、轻柔的乐曲可使胎儿在母腹内安详、舒适地运动。音乐还能透过孕妇的腹壁直接刺激胎儿的听觉神经，使其产生生物电，并发生生化反应，传到大脑的相应部位，使大脑细胞的功能得到发展。同时，也能使孕妇的情绪宁静而喜悦，产生美好的联想，有利于胎儿大脑的发育。

孕妇欣赏音乐要全身心地投入，情感随着音乐起伏而变化。当然音量要恰当，太响反而会伤害胎儿。音乐胎教要持之以恒，每天坚持听几次，每次 20 分钟左右，这样才能收到好的效果。如果只是偶尔听一次或者想听就听、不想听就不听，就不会对胎儿的发育产生影响。

(2) 声音刺激：母亲发出的温柔声音具有与音乐异曲同工的效果，母亲的歌声、朗读声和对胎儿充满爱的讲话声都具有刺激胎儿活动的作用，有利于胎儿的大脑发育。听母亲的歌声比听音乐的效果更好，因为母亲唱歌时，歌声与自己的呼吸、心跳、胸腔和腹部的运动是协调一致的，胎儿更容易接受，而且

