

新妈妈 早教必读8堂课

杨小婉◎著

这是一套国内最成功的早教方案
这是一系列国内最权威的早教课程
这是一本可以替代上早教班的早教宝典

- ◆ 感官训练
- ◆ 大运动能力训练
- ◆ 精细动作训练
- ◆ 认知理解能力训练
- ◆ 语言能力训练
- ◆ 自理能力训练
- ◆ 创造力训练
- ◆ 情感与社会性训练



新世界出版社
NEW WORLD PRESS



新妈妈 早教必读8堂课

本书把最有用早教知识巧妙应用在了日常生活中，是真正的
早教指南。

——邱真真 中央教育科学研究所研究员

父母是孩子最好的老师，家庭是孩子最好的早教机构。

——《父母必读》杂志社

本书内容深入浅出、通俗易懂，特别是书里推荐的小游戏，很
容易操作，希望家长都能去读一读、和宝宝玩一玩。

——史建国 华南师范大学儿童教育学教授

上架建议 生活 早教

ISBN 978-7-5104-1511-1



9 787510 415111 >

定价：32.00元

新妈妈 早教必读8堂课

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS



图书在版编目 (CIP) 数据

新妈妈早教必读8堂课 / 杨小婉著.

—北京: 新世界出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5104-1511-1

I. ①新… II. ①杨… III. ①早期教育: 家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第240473号

新妈妈早教必读8堂课

作 者: 杨小婉

责任编辑: 林 欢

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

[http: //www. nwp. cn](http://www.nwp.cn)

[http: //www. newworld - press. com](http://www.newworld-press.com)

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: [frank@nwp. com. cn](mailto:frank@nwp.com.cn)

印刷: 北京楠萍印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 710×960 1/16

字数: 172千字 印张: 18

版次: 2011年1月第1版 2011年3月第2次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-1511-1

定价: 32.00元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

新妈妈早教必读8堂课
PDG

前言

“从婴儿降生的第三天开始教育，就已经迟了两天。”

——巴甫洛夫

“孩子成为天才还是庸才，不是取决于天赋的多少，而是取决于从出生到五六岁这段时间的教育。”

——著名教育家卡尔·威特

“每一个人出生的时候都站在同一起跑线上。孩子在出生后之所以有优秀与平凡之分，完全与是否受过良好的早期教育有关，并不是所谓遗传决定智力，而是大脑得到开发的程度决定了孩子聪明与否。”

——大脑生理学家林操

细心的妈妈不难发现，孩子从呱呱坠地那一刻起，就表现出强烈的求知欲。他（她）不停地感知与察觉，不断地进行运动、探索、模仿与思考。他（她）的心灵如同一块海绵，每时每刻都在接受来自外部环境的各种刺激，如饥似渴地汲取所触及的一切信息。这种求知和探索的欲望如能持续不断地从外界得到满足和加强，孩子的各项潜能就能最大程度的得以开发，始终呈现健康而茁壮的生命力。

妈妈是孩子最好的老师。妈妈说的一句话，或许将影响孩子的一生；妈妈做的一件事，也可能会一直铭刻在孩子心里。0~3岁已被公认为孩子智能发育最关键的阶段，对于这一年龄段的孩子而言，妈妈更是责无旁贷的成为他（她）人生的启蒙导师。因此，新妈妈掌握正确有效的早期教育方法就显得尤为重要了。本书即是给成为新科妈妈的您开设的一堂实用的培训课，向您介绍最前沿的早

教理论和最具操作性的教育方法，帮助您成为孩子最好的老师。

研究表明，作为个体的每个人都同时拥有相对独立的八种能力，包括感官感知能力、大运动能力、精细动作能力、语言能力、认知能力、自理能力创造能力和情感与社交能力等。这八种能力在不同个体身上的发展程度却并非同一。新妈妈想要胜任早教导师的重要角色，帮助孩子全面发展各项智能，需要在了解孩子智能发育现状的前提下通过相匹配的训练进行有针对性的开发。本书对上述八项能力进行了详尽的阐释，提供了关于每一领域的测评标准，帮助您了解孩子的各种能力的发育程度；在此基础上，手把手的指导您通过书中提供的大量简单易行、寓教于乐的小游戏和灵活方便、具有可操作性的练习项目对孩子发育相对薄弱的领域进行有的放矢的训练和开发，充分挖掘孩子的潜能，全面提高孩子的各项能力，让您和您的宝贝一起学习，共同成长。

孩子是我们的未来，是父母生命的延续。养育孩子的过程辛苦忙碌却也充满喜乐。希望本书能够帮助肩负重任、不辞辛苦的妈妈们更具慧眼，及早发现孩子独特的兴趣和优势所在，准确评估孩子的能力发展状况，因材施教的对孩子进行培养和训练。需要提示各位妈妈的是，无论哪一种智能训练都需要孩子的配合，尊重孩子的主观意愿既是训练基础亦是训练原则。家庭早教毋须像学校教育那样系统，可以且应该采取更为灵活的方式。对孩子的智能训练要善于把握时机，随时随地进行。本书介绍的各种游戏和训练方法适合在日常生活中结合具体情境灵活应用。请记住，游戏加生活是儿童早教最基础的教育方式和最根本的教育原则。

每一个新生命都像一颗闪闪发光的宝石。本书希望可以帮助聪明的妈妈们更科学、更有效的付出努力，以充分的热情、足够的耐心加上平和的心态，悉心引导孩子健康成长，让这颗璀璨的宝石放射出更加耀眼的光芒！

目录 contents



早教预习课

了解早教，养育聪明宝宝

- ① 3岁前宝宝，成长有多少种可能 2
- ② 宝宝大脑发育的奥秘 3
- ③ 宝宝成长发育的关键期 5
 - 关键期是潜能发展的黄金期 5
 - 品格个性发展也有关键期 6
 - 抓住关键期进行正确培养 6
- ④ 新妈妈要知道的多元智能论 7
 - 启示：每个孩子都可以是聪明的 8
 - 多元智能指导下的家庭早期培养 8
- ⑤ 早期教育能为宝宝做什么 9
 - 早教要迎向婴儿智力的曙光 10
 - 早教的关键是顺应性情与鼓舞兴趣 10
 - 早教是潜能开发与全面人格的培养 11
- ⑥ 妈妈是最好的早教老师 12
 - 家庭是早教最好的课堂 12
 - 妈妈是天然的教育者 13
 - 早教的真义是“生活+游戏” 13
- ⑦ 坚持给宝宝做成长测评 15

目录 contents



第1课

家庭早教从感官教育开始

1 感知觉是智力发展的源泉	18
2 了解感官发育的规律	19
3 感官发展的不利因素	20
4 早教从感官教育开始	22
感官教育是家庭早教的第一步	22
提供感觉发育的最佳环境	23
5 视觉的家庭进阶练习	24
鲜明的颜色是宝宝的最爱（0~3个月）	24
视觉立体感逐渐增强（4~6个月）	26
宝宝的视力已经接近成人（7~12个月）	27
锻炼宝宝的视觉精辨能力（13~18个月）	28
出色的手眼协调能力（19~36个月）	29
6 听觉的家庭进阶练习	31
与生俱来的好听力（0~3个月）	31
寻找声源（4~6个月）	33
宝宝能听懂简单词语了（7~9个月）	34
宝宝开始模仿发声了（10~12个月）	34
从听觉到肢体语言（12~18个月）	35
终于可以进行语言交流了（19~36个月）	36

目录 contents



7 味觉的家庭进阶练习	38
天生敏感的味觉（0~3个月）	38
别忘给宝宝添加辅食（4~6个月）	39
宝宝已经有自己的口味了（7~12个月）	40
像成人一样品尝美味（13~36个月）	40
8 嗅觉的家庭进阶练习	42
宝宝喜欢妈妈的味道（0~3个月）	42
迅速发育的嗅觉（4~6个月）	43
嗅觉灵敏的小鼻子7~36个月	43
9 触觉的家庭进阶练习	45
循序渐进的触觉（0~6个月）	45
让宝宝感受不同触感（7~12个月）	46
触觉的逐渐成熟（13~36个月）	47
10 做好感官教育的关键点	49
11 感官能力不足要早行动	51
细心观察发现宝宝视力异常	51
尽早查出宝宝的听力障碍	52
了解宝宝天生的感知觉特点	53

第2课 感觉训练

宝宝的大运动能力训练

7 为宝宝做大运动能力测评	56
---------------------	----

目录 contents



2	宝宝大运动发展的规律	58
3	留意宝宝的“运动发育迟缓”	59
	疾病造成的动作发育落后	60
	营养不良影响大脑与肌肉发育	61
	缺乏训练造成动作发育延迟	61
4	大运动和智力发育相辅相成	62
	动作是个体早期的外显智力	62
	运动能力是智能发展的基础	62
	运动促进大脑和心理的发展	63
5	家庭大运动训练（0~6个月）	64
	俯卧抬头是宝宝第一个“大动作”	66
	小宝宝也可以痛快地“踢”球	69
	宝宝的“翻身大训练”	72
6	步行前运动阶段训练（7~12个月）	76
	教宝宝学“打坐”	76
	和宝宝一起爬大山，钻山洞	79
	宝宝终于可以站起来了！	82
	宝宝也是“能屈能伸”	84
7	步行运动阶段训练（13~18个月）	86
	踉跄的一小步，是人生的一大步	86
	向前走，还会向后走	88
	宝宝能顺利地上下台阶了	90
	宝宝学会踢球的意义大	92

目录 contents



8 粗略运动阶段训练（19~27个月）	94
健康宝宝“跑”起来	94
蹦蹦跳跳的宝宝最可爱	96
我是小小“投掷手”	98
宝宝可以金鸡独立了	99
9 调整运动阶段训练（28~36个月）	101
特殊走锻炼身体的平衡能力	101
宝宝能跳出各种花样了	103
障碍跑增加游戏趣味	104



第3课

宝宝的精细动作训练

1 宝宝精细动作能力测评	108
2 宝宝指尖上的秘密	110
3 宝宝精细动作的发展特点	111
4 “发现小手”阶段训练（0~3个月）	113
让宝宝发现自己的手	113
利用抓握反射进行练习	114
5 大把抓阶段训练（4~8个月）	116
让宝宝主动够物	116
锻炼宝宝握力的游戏	117
五指分化抓握是个大进步	119
引导双手的初步协作	120

目录 contents



⑥ 五指分化阶段训练（9~18个月）	121
手抓食物促进抓捏动作	121
锻炼宝宝手指对捏的能力	122
锻炼宝宝的食指	123
对捏动作的发展练习	124
⑦ 双手协作阶段训练（15~30个月）	125
生活中的双手协调训练	125
用复杂玩具玩出花样	126
⑧ 使用工具阶段训练（25~36个月）	127
涂鸦让宝宝会用笔	128
学折纸、做手工	129

第4课

宝宝语言能力训练

① 宝宝语言能力测评	132
② 亲子对话——让父母成为宝宝最好的语言教练	134
③ 语言能力的初级训练	138
激发宝宝的语言能力（0~2个月）	138
听是说的基础（3~4个月）	139
用不同声音刺激宝宝的听觉（5~6个月）	140
④ 语言能力的中级训练	141
理解是说的前提（7~8个月）	141
让人激动的第一声“爸爸/妈妈”（9~10个月）	142

目录 contents



掌握简单的肢体语言（11~12个月）	143
5 语言能力的强化训练	145
与简单句亲密的接触（13~14个月）	145
故事和儿歌是最好的语言老师（15~16个月）	147
创造宝宝说话的机会（17~18个月）	148
6 语言能力的深入训练	150
认识汉字，开始了解第二语言（19~21个月）	150
增加宝宝词汇量（22~24个月）	152
灵活运用简单语句（25~27个月）	153
7 语言能力的高级训练	155
妙趣横生的语言（28~30个月）	155
让宝宝用语言表达自己的意思（31~33个月）	157
加深对语言的理解（34~36个月）	159

第5课

发展宝宝的认知能力

1 宝宝的认知能力测评	164
2 认识能力的初级训练	166
看是认知的基本方式（0~2个月）	166
认知无处不在（3~4个月）	167
认知从小事开始（5~6个月）	168
3 认知能力的中级训练	169
对具体事物的认知（7~8个月）	169

目录 contents



认识大小，识别图形（9~10个月）	170
抽象认知启蒙（11~12个月）	171
④ 认知能力的深入训练	172
宝宝已经具有一定认知能力（13~14个月）	173
扩大宝宝的认知范围（15~16个月）	174
强化宝宝对抽象事物的认知（17~18个月）	175
⑤ 认知能力的强化训练	176
让宝宝初步认识几何空间（19~21个月）	176
培养宝宝的方向感和空间感（22~24个月）	177
图画是很好的认知工具（25~27个月）	179
⑥ 认知能力的高级训练	180
认识大自然（28~30个月）	180
帮助宝宝发现事物的特征（31~33个月）	183
像大人一样做事（34~36个月）	184

第6课

逐步增强宝宝的情感与社会性

① 宝宝的情感与社会性测评	188
② 情感与社会性发展相互交织	190
情感与社会性相互促进	190
交往促进情感形成与社会化	190
③ 在体验中发展情绪和情感	191
④ 社会性发展要全面系统	193

目录 contents



5	0~6个月宝宝的情感与社会性训练	195
	做会哭爱笑的小精灵	195
	和成人愉快地互动	197
6	7~12个月宝宝的情感与社会性训练	199
	自我意识的萌芽	199
	学会模仿和“察言观色”	202
7	13~18个月宝宝的情感与社会性训练	205
	什么都想动手试试	205
	学做懂礼貌的小朋友	207
8	19~24个月宝宝的情感与社会性训练	209
	能用言行表达喜爱和厌恶	209
	认识更大的环境和更多的人	212
9	25~30个月宝宝的情感与社会性训练	214
	在反抗期学会控制情绪	214
	通过团体游戏锻炼社交能力	216
10	31~36个月宝宝的情感与社会性训练	218
	能管理自己的小大人	218
	做一个小小的社交能手	221

第7课

提高孩子的自理能力

1	宝宝的自理能力测评	226
2	宝宝自理能力要早培养	227

目录 contents



③ 不让父母包办害了孩子	229
④ 0~6个月自理能力训练	230
最基本的原始反射(0~2个月)	230
让进食更自主(3~4个月)	232
咀嚼锻炼不要错过磨牙期(5~6个月)	233
⑤ 7~12个月自理能力训练	235
让宝宝学着饮食自理(7~8个月)	235
学坐便盆,摆脱对纸尿裤的依赖(9~10个月)	236
会脱戴帽子和用汤匙的可爱宝宝(11~12个月)	237
⑥ 13~18个月自理能力训练	239
咀嚼动作越充分宝宝越健康(13~14个月)	239
终于可以自己脱鞋脱袜了(15~16个月)	240
会自主进食和如厕的小大人(17~18个月)	241
⑦ 19~24个月自理能力训练	242
动作协调能力日渐成熟(19~20个月)	243
穿衣自理的练习要一步步来(21~22个月)	244
预防疾病从手口卫生开始(23~24个月)	245
⑧ 25~30个月自理能力训练	246
学会洗漱,做个讲卫生的好宝宝(25~26个月)	246
爱惜玩具从清洁和管理开始(27~28个月)	247
穿衣自理的强化训练(29~30个月)	248
⑨ 31~36个月自理能力训练	249
帮妈妈做家务(31~32个月)	249

目录 contents



对扣子和鞋带发起挑战（33~34个月）.....250

叠衣叠被其实很简单（35~36个月）.....251

第8课

宝宝的发现创造能力要从小培养

- ① 创造力是宝宝与生俱来的潜能 254
- ② 创造能力的初阶训练 255
 - 激发宝宝的创造力（0~2个月） 256
 - 简单道具有“魔力”（3~4个月） 256
 - 模仿是创造的启蒙（5~6个月） 257
- ③ 创造能力的进阶训练 258
 - 和宝宝一起探索神奇的声音世界（7~8个月） 259
 - 独立的宝宝更具创造力（9~10个月） 260
 - 神奇的水（11~12个月） 260
- ④ 创造能力的深入训练 261
 - 小游戏中的大智慧（13~14个月） 261
 - 拼拼装装中迸发出创造的火花（15~16个月） 263
 - 勤动手让宝宝思维更加活跃（17~18个月） 264
- ⑤ 创造能力的强化训练 265
 - 在解决问题的过程中发挥想象力（19~21个月） 265
 - 鼓励宝宝发现并创造美（22~24个月） 266
 - 启发宝宝的创作灵感（25~27个月） 266