



0~3岁

聪明宝宝 智能培育手册

朱先明 编

根据联合国儿童基金会“早期儿童养育与发展”合作项目的目标而编写。以生动有趣、极具操作性的形式，向家长介绍0~3岁宝宝运动智能、动作智能、语言智能、知识能力、社会智能等早教智能的方法。



内蒙古科学技术出版社





♥ 健康宝宝丛书 ♥

0~3岁

聪明宝宝智能

朱先明 编

培育手册

内蒙古科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

0~3岁聪明宝宝智能培育手册/朱先明主编. —赤峰:
内蒙古科学技术出版社, 2004.10
(健康宝宝丛书)
ISBN 7-5380-1281-8

I. 0… II. 朱… III. 婴幼儿—智力开发—手册
IV. G610-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 104176 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮 编/024000

责任编辑/乌云曹都

封面设计/康笑宇

印 刷/赤峰地质宏达印刷有限责任公司

经 销/全国各地新华书店

开 本/880×1230 1/32

印 张/8

字 数/280 千

印 数/1—5000 册

版 次/2004 年 10 月第 1 版

印 次/2004 年 10 月第 1 次印刷

定 价/12.00 元

前言



人们常说婴幼儿时期是个体发育的一个重要阶段，是人一生中打基础的时期，要使孩子将来成为一个健全的人，就应该从小打好全面发展的基础。这不仅包括有出众的智力，更应有强健的体魄及良好的品行。因为健康的身体是保证孩子活动、学习和将来参加工作、劳动的重要条件，而要使孩子真正成为优秀的人才，更应该从小培养其美好的心灵与情操。因此，儿童时早期教育就应该是全面教育，若只重视智力忽视其余，不仅不利于孩子将来的发展，甚至还会得到适得其反的效果。因此，必须走出儿童早期教育等于智力开发的误区，全面地、充分地挖掘孩子的内在潜能。

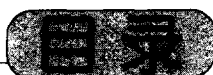
此外，儿童早期教育还应注意掌握适当的时机，运用正确的教育手段与方法。先进的教育理念，只有通过正确有效的教育策略，才能得以实现，真正体现儿童早期教育的价值。

本书基于这一指导思想，试图通过儿童早期教育基本理论及基本方法的介绍，问题与案例的剖析，帮助广大家长系统地了解与掌握婴幼儿成长过程中的全面教育。

本书由在学前教育界工作多年，具有丰富经验的理论工作者与实践工作者共同编写。丛书分为《婴幼儿早教方案》、《婴幼儿心理与优教》、《0~3岁聪明宝宝智能培育手册》、

《3~6岁聪明宝宝智能培育手册》、《科学育儿300问》五本，每本均围绕儿童的认知、语言、动作、情感、社会、心理等方面的发展编写。根据儿童发育过程中每一个时期容易出现的问题及应该展开的教育，进行了较为详细的阐述。育儿知识比较全面，且操作性强，可为家长的日常教育起到参谋作用。

编 者



第一章 0~1岁

一、认知和语言	3
新生儿有没有视力	3
新生儿能听见声音吗	5
1岁的孩子有什么本领	5
怎样知道孩子的听力是否正常	6
怎样知道孩子的视力是否正常	7
怎样训练婴儿的视力	8
婴儿为什么不能看电视	9
如何对待婴儿啼哭	10
找到婴儿喜欢的游戏	11
逗婴儿“说话”	11
和婴儿一起玩	12
轻声唱儿歌	14
语言训练	14
逗引宝宝发音	15
照镜子	16
找声源	17
二、动作发展	18
了解婴儿的各种原始反射动作	18
锻炼婴儿	19
2个月婴儿动作发展	20

目录

婴儿的户外活动	21
玩具	23
怎样帮助婴儿做体操	24
3个月婴儿动作发展	26
婴儿体操	27
跟婴儿跳舞	28
让婴儿学习翻身	29
4个月婴儿动作发展	30
训练使用杯子	31
锻炼婴儿	32
婴儿体操	34
游玩重点	35
7个月婴儿动作发展	36
爬行有益婴儿健康	37
协助婴儿爬行	39
8个月婴儿动作发展	40
排泄的训练	41
给婴儿一个“运动场”	42
让婴儿安全地游玩	43
9个月婴儿动作发展	44
为孩子健身应注意什么	45
游戏与玩具	46
多与婴儿玩“藏猫猫”	47
锻炼婴儿	49
教婴儿学会配合	50
11个月婴儿照料	50

11个月婴儿排便训练	51
锻炼婴儿的手眼协调	52
三、情感和社会性	53
天天换内衣	53
漂亮的婴儿车	54
婴儿每天应睡多少时间	54
如何训练婴儿良好的睡眠习惯	55
怎样哄婴儿睡觉	56
对“夜哭郎”怎么办	57
如何对待婴儿啼哭	57
建立和宝宝的亲密关系	59

第二章 1~2岁

一、认知和语言	63
“即使哭泣也应置之不理”的做法	63
看“电视”的教养	64
保护宝宝的视觉	65
开始了解同种类的东西	66
选择玩具的方法	67
了解周围世界的游戏	68
玩具发展语言和认识能力	70
认字游戏	72
户外活动能促进智力发展吗	75

目录

记忆力还不很发达	76
小儿不了解自己的行为	77
还无法正确使用语言	78
不可强迫教育	79
感觉运动的发育	80
语言、适应性行为发育	81
心理发育	82
要养成良好的饮食习惯	82
1~2岁的饮食安排	84
1~2岁小儿饮食制作原则	85
如何为孩子选择营养品	86
一日饮食安排	87
适合1岁半~2岁小儿的食品	88
营养过剩影响智力发育	88
有益小儿的食品	89
为孩子做蛋类食品	90
小儿吃豆制品要适量	93
烹制豆腐食品方法	94
小儿要穿满裆裤	96
要不要限制小儿爬楼梯	97
小儿不爱理发怎么办	98
鼓励孩子学会做家务活	98
模仿做家务	99
饭前要洗手	100
宝宝洗手	101
宝宝会脱衣了	102

目 录

养成良好的卫生习惯	103
1岁半~2岁小儿的生活制度	104
看与听的游戏	105
与洋娃娃做游戏	106
使用身体的游戏	106
玩具安全	107
小儿之特殊注意事项	108
小儿游戏区的安全	110
公共场所的安全	111
小儿容易发生哪些意外事故	112
意外事故怎样预防	113
家庭药箱需要常备哪些用品	114
鼻出血	115
鼻腔异物	117
气管异物	117
髌脱位与跛行	119
打针比吃药好吗	120
舌系带过短要尽早手术	121
睡眠与健康	122
发热不一定是坏事	123
抗菌素不能滥用	125
宝宝贫血该怎么办	126
1~1岁半的小儿怎么教	127
1岁半~2岁的小儿怎么教	132
开始培养孩子的分类能力	138
让孩子学会自理	140

目录

小儿的个别差异与教育	141
二、动作发展	142
1~1岁半孩子身体方面具备本领	142
个人情况逐渐显出差异	143
1~1岁半孩子的手愈来愈灵巧	144
排便训练	145
大小便习惯培养	147
穿衣服能力和习惯的培养	148
排尿的教育	149
设法协助小儿顺利排尿	149
培养孩子良好的穿衣习惯和能力	151
培养孩子的生活自理能力	152
给小儿一个自由安全的空间	154
三、情感和社会性	155
社会适应能力	155
活泼好动	156
模仿	157
独立性与依赖性齐头并增	158
爱乱扔东西	159
爱发脾气	160
如何对待不眠的宝宝	162
娇生惯养会损害小儿大脑	163
让孩子健康地过夏天	164
小儿应有小伙伴	166

目录

培养人与人的关系	168
培养爱劳动的好习惯	170

第三章 2~3岁

一、认知和语言	173
2~2岁半智慧方面的发展	173
电视	173
隐私权	174
家庭纠纷	175
2岁半~3岁孩子语言能力的发展	176
小儿综合能力发展	178
2岁小儿的培养	179
培养2岁孩子的自我意识	180
培养孩子的独立意识（一）	181
培养孩子的独立意识（二）	183
注意和记忆的特点	184
不可忽视的“称谓教育”	184
语言方面的发展	186
孩子说话迟	187
现代传媒手段和小儿语言障碍	188
教孩子学习量词	189
孩子“口吃”	190
对待“口吃”的态度	191
2岁小儿口语关键期	192



口语能力的四个方面	194
提高孩子的口语水平	195
学习礼貌语言	197
鼓励孩子发现事物的异同处	198
在大自然中培养孩子的观察兴趣	199
培养孩子的观察能力	201
发展孩子的分类能力	203
培养孩子爱科学	204
教孩子简单的测量	207
能否让孩子扳手指做算术	208
二、动作发展	210
2~2岁半运动方面的发展	210
培养2~2岁半孩子的生活自理能力	211
2~2岁半的孩子怎样穿鞋子和衣服	213
培养孩子良好的盥洗习惯与能力 (一)	214
培养孩子良好的盥洗习惯和能力 (二)	215
小男孩的清洁	217
小女孩的清洁	218
2岁小儿能进行哪些体育锻炼	218
鼓励孩子自己穿、脱衣服	219
2~2岁半小儿全身运动	220
体格锻炼	221
户外玩具	222
2~2岁半小儿一日活动安排	223
有趣的肢体活动 (一)	224

目录

有趣的肢体活动 (二)	225
组合扩大了领域	226
积木和其他建筑玩具	227
行走姿态	228
三、情感和社会性	229
宝宝认床时怎么办	229
孩子的睡姿	230
认生	231
2岁半~3岁孩子社交行为的发展	232
初步的道德行为和道德判断	236
注意稳定孩子的情绪	238
把孩子的负情绪转化为正常情绪	239
让孩子愉快地进入幼儿园	241

第一章

0~1岁





一、认知和语言

新生儿有没有视力

过去，人们认为新生儿没有视力，他们只会睡、哭、吃奶。现在认识到新生儿从一出生已经具备了一定的认识世界的能力，他们在觉醒时不仅会看东西并能用眼和成人交流感情。

新生儿刚生下来就有一段安静觉醒时间，平均约40分钟。这时，他会注视父母的脸，专心地听他们说话。如果父母仔细端详新生的宝宝，会注意到，在这种状态下的小宝

