

宝宝的右脑充电

Develop Your Babies'
Right Brain

萧晔◎著

父母教育得法，孩子才可健康成长
开发右脑，让宝宝成为聪明机灵的“小天使”

右脑

是大脑形象思维的源泉

开发右脑

也就是开发人体的潜能

给宝宝右脑充电

在习惯运用左脑的同时

强化宝宝的右脑运动

双脑并用利于发展

你家的孩子也可以成为

100%聪明健康的宝宝

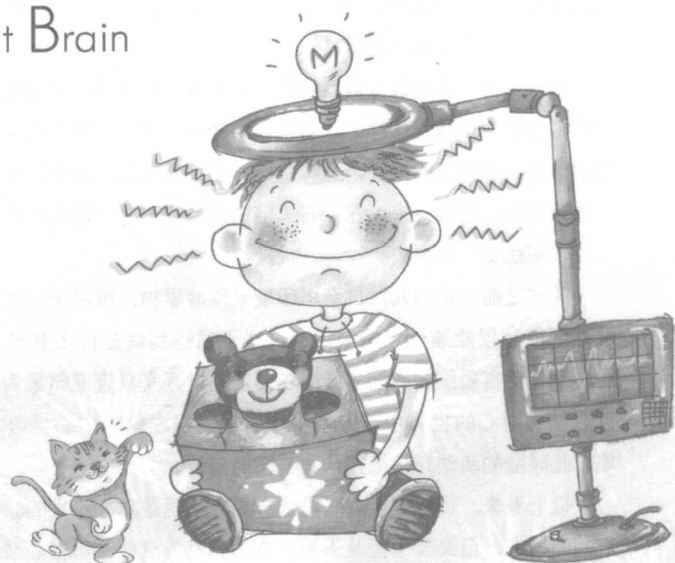


农村读物出版社

宝宝的右脑 给宝宝的充充电

Develop Your Babies'

Right Brain



萧晔◎著



农村读物出版社



作者序 开动宝宝的右脑

评判幼儿智力，是把听、说、读、写、算等能力当作依据来评断，其实这只不过体现了大脑左半球的功能。众所周知，人的大脑分成左右两半球，它们各自掌控着身体相对应的半边，主管着不同的脑力活动。左半球主管人的数学思维、语言逻辑、分析能力……右半球则主管人的颜色、音乐等能力，倾向于艺术方面的思维。

长久以来，大多数人都惯用右手；尤其是在中国，宝宝也从小被训练成习惯以右手为主导。这样，左脑就较常被使用开发。现在的幼儿教育模式，特别重视认知能力的培养，意味着进一步提升左脑的功能，而右脑功能再一次地被忽略，这样一来，左、右大脑的发展变得越来越不均衡，对宝宝的智力开发实在是一种损失。

两岁之前的婴幼儿，只会用印象来理解事物，沉浸于“右脑世界”中，对外部信息仅能通过声响来体会，还不懂这到底是什么意思。直到三岁左右，幼儿语言思维的发展才开始启动，不过还是以直观印象为主，仍然处在以右脑为中心的世界中。等到小学时期，以左脑为中心学习文字和数学原理，此时脑的活动开始正式从右脑转向左脑。

以上看来，训练宝宝右脑是当务之急，也是意义重大的。父母们常常知道问题所在，但又苦于无从下手。本书就是为这些父母精心准备的，从各个角度，教给父母很多行之有效的办法。

如果宝宝在学龄前，右脑的智慧未能充分开发，那么以后再想进行右脑开发就很困难了。现在是开发宝宝右脑的黄金时期，您可千万不要错过哟！相信通过阅读本书，并付诸实践，您会惊喜地发现宝宝在想像力、创造力、观察力等方面都有了显著的提高！

……………萧晔

推荐序一 如何进行儿童早期复合教育

早期教育就是指针对学龄前幼儿的教育。通俗地说，就是早期环境、早期经验对幼儿后来智力发展和生活的影响。科学研究证明：出生后一至十二个月的婴儿，神经系统处于迅速发育期，尤其是婴儿六至十二个月时期，既是心理急剧发展的阶段，也是个性、情绪和习惯的形成阶段；二至三岁是幼儿口语发展的最佳年龄；三至四岁是幼儿求知欲发展的最佳时期；四至五岁是幼儿书面语言发展的黄金时期；五至六岁则是幼儿抽象概括能力发展的关键期。处于关键期的幼儿，接受新事物快，对外界适应能力强，因此在此时加强对幼儿的教育，将会收到事半功倍的效果。

在这个时期，早期教育具体有六方面内容：

- 一、视、听感觉系统方面的训练；
- 二、肢体运动的训练——坐、爬、走、跳等；
- 三、手的细巧技能训练，如捏、涂、画、写等；
- 四、语言训练；
- 五、认识能力的获得和利用知识能力的培养；
- 六、社会能力——人际交往和道德观念的教育以及生活技能的培养。

按照传统习惯，父母总会过于强调孩子的左脑发展，比如，孩子是左撇子，一定要把他纠正成右手。其实这样是不利于孩子发展的，右脑的资源 and 潜力也常因此而被忽略掉了。从婴儿时期就开始锻炼孩子的爬行、音乐、绘画等能力，是对右脑最好的培养，作为父母，我们应该尤为重视。

本书重视宝宝的全面发展，针对以上六个内容，寓教于乐，在丰富多彩的活动中完成对宝宝的早期教育。不仅充分激发了宝宝的求知欲望，而且不会加重宝宝的负担，教育效果十分显著，为众多正在为如何正确进行宝宝早期教育而烦恼的父母们指明了道路！看着自己的宝宝越来越聪明，越来越活泼，学习能力越来越强，你定会欣喜不已！

协和世纪幼儿园………幼儿教育顾问 莫叁



推荐序二 开发右脑，让宝宝全面发展

我是一名幼儿教师，从事儿童教育已有十余年。在这十多年中，我深刻体会到早期教育中的“开发右脑”对于幼儿各方面发展的重要性。

人脑左右两个半球之间有两亿条排列得很规则的神经纤维，它们每秒可以往返传输四十亿个神经冲动，来共同完成思维活动。正因如此，人们很难觉察出人脑左、右半球的分工。

人的大脑在三岁以前完成百分之六十的发育，六岁以前完成百分之九十；右脑在三岁以前即可称为“发达”，左脑则从四岁开始发达。由于右脑具有瞬间接受大量刺激的功能，一旦加以训练，就可促进脑神经发达，扩大脑容量，进而助于左脑的发育。而自从右脑学习的概念真正确立以后，有不少人设计了右脑学习课程。这种重视右脑开发的做法，态度是可嘉的，然而一个关键的问题是：年纪越小的孩子，在学习过程中越倾向于使用右脑或全脑，不像十岁及以上的孩子，基本上已经像成人一样，倾向于使用左脑。对年幼的孩子，只要我们不阻止他们利用右脑学习，不强迫他们故意转向左脑学习，他们就不需要特别设计的右脑课程与教学法。

一切在重压下的学习，都不再具有任何意义。当我们想要一面利用钢琴绘画来开发右脑，另一方面又要孩子不断苦练技艺，以应付款级的需要，这样绿豆芝麻一把抓的方法已违背了学习本意，多数孩子因而不喜欢音乐、美术；相反倾向于左脑或全脑的学习形式。

本书的优点在于符合现代儿童阅读的习惯，阅读材料符合各年龄段的学前儿童的认知特点。本着“适合的才是最好”的原则对内容进行了分段，从幼儿的身体、听觉、视觉、创造力、感知力、内部感受、想像力、表现力等多个方面，按照先易后难的步骤选编；选取的主题源于幼儿生活，并有针对性地就不同情况下儿童的智力、情感和言语发展水平，科学而系统地对宝宝的右脑开发过程进行了详尽平实的指导。作为一个专业的教育工作者，我郑重地向各位父母推荐这本书。我深信，在教育宝宝的过程中，它能够指导您和您的孩子一起发掘神奇的右脑世界，同时让你体验亲子间交流的天伦之乐！

协和世纪幼儿园……………资深教师 李婉

推荐序三 让宝宝成为明日之星

我的独生子今年四岁了，作为父母，我先生和我都非常关心孩子的成长发育，知道在幼儿的早期教育中，大脑的开发是非常重要的。所以我们决定，一定要给孩子营造一个良好的学习环境，对培养孩子兴趣爱好事情不遗余力。但还是出现了令人担心的事情：孩子一直习惯使用右手，拿什么东西都用右手，比如吃饭的时候只用右手拿小匙，左手就闲着，不会用来扶碗。我曾多次引导孩子多用左手，但收效甚微。

还好前几天同事特意介绍了这本书给我。开始时，我还将信将疑，但花时间研究了一番后，发现这的确是我所见过的比较与众不同的指导儿童心理行为的书籍，为我解答了孩子智力开发时的许多注意事项，从中我也知道了左右脑平衡开发在儿童教育中的重要性。

人们习惯认为使用右手优于左手，结果左脑发达而右脑未能得到很好的开发。左脑功能仅在抽象思维、语言、计算、逻辑推理等方面起主导作用，而在形象思维、艺术鉴赏等方面就差一些。而左右手并用的人往往会使左右脑都得到充分地发展。而一味强迫幼儿使用右手不利于孩子尽早开发右脑。儿童右脑智力开发的程度，决定着儿童的一生。儿童由于处于生理、心理的成长过程中，他们几乎是生活在右脑的世界里。儿童在六岁以前是开发右脑的黄金时期，如果错过这个时期，随着年龄的增长和传统“填鸭式”教育的影响，孩子将会变成只会使用左脑思维的“左脑人”，成为不善于创新的“机械人”。开发儿童的智力、提高儿童的综合素质，实际上就是开发儿童的右脑。只有不断刺激、活化儿童的右脑，才能促进右脑的健康发展，促进形象思维能力、创造性思维能力的不断提高。

明白了这个道理，我们便按照书中所教的程式一步步实践，有意识地让儿子同时使用两只手，争取做到“双手互搏”，共同开发。体验过程中，我们也得到了许多乐趣。看着孩子一天天茁壮成长，越来越活泼聪明，我们十分欣慰。这些快乐，都是《给宝宝的右脑充充电》带来的，我希望有过跟我一样困扰的父母能阅读此书，让你的孩子成为“左右全能”。

企划主管……………Tara

目 录

作者序

推荐序

一、“睡、翻、爬”成就聪明健康的宝宝.....12

(一) 让宝宝睡得香甜，才能健康成长

- ★ 宝宝睡姿一：西方普遍采用的趴睡12
- ★ 宝宝睡姿二：传统的仰睡15
- ★ 宝宝睡姿三：不易固定的侧体睡17

(二) “翻身运动”：让宝宝学习身体的动作

- ★ 宝宝多大时才能学会翻身？20
- ★ 宝宝翻身时父母能做些什么？21

(三) “爬行运动”：锻炼全身的肌肉，促进脑部发育

- ★ 爬行运动对宝宝的成长发育的作用27
- ★ 注意宝宝爬行安全29

(四) 细述学步车利弊：“快”不见得是好事

二、培养一双音乐的耳朵.....34

(一) 温柔哼唱是宝宝最好的音乐

- ★ 宝宝最好的音乐开始于妈妈的轻声哼唱35
- ★ 适合母亲给宝宝哼唱的音乐推荐37

(二) “听”出你家的音乐小天才

- ★ 胎儿时期的音乐启蒙40
- ★ 一至三岁时期的音乐启蒙43
- ★ 四至五岁时期的音乐启蒙47

(三) 和宝宝做音乐游戏

- ★ 音乐游戏让宝宝开心学音乐52
- ★ 唱歌游戏引起宝宝学习欲望56

(四) 让宝宝学习玩玩乐器

- ★ 根据宝宝的特性确定适合什么乐器60
- ★ 辅导宝宝玩乐器61

三、让宝宝体验美、创造美.....66

(一) 教宝宝认识各种颜色

- ★ 颜色对宝宝的巨大影响力66
- ★ 如何让宝宝认知颜色70

(二) 教宝宝区分形状和大小

- ★ 形状、大小对宝宝的直观影响73
- ★ 如何教宝宝区分事物的形状、大小76

(三) 教宝宝观察美的事物

- ★ 培养宝宝的美感79
- ★ 正确指导宝宝进入艺术的殿堂82

(四) 听宝宝讲画中的故事

- ★ 了解属于宝宝的图画书86
- ★ 宝宝读懂图画书87

(五) 让宝宝自主创作

- ★ 让宝宝自由自在地涂鸦90
- ★ 宝宝创作的画——自我表现91

四、手指尖上出智能.....96

(一) 训练宝宝左右手并用

- ★ 认识宝宝的脑资源96
- ★ 游戏训练宝宝开动左手99

(二) 手工活动练巧手

- ★ 让宝宝在亲切的气氛中学会折纸102

(三) 日常生活练巧手

CONTENTS

★ “动手剥”让宝宝练双手	106
(四) 亲子游戏练巧手	
★ 为你的宝宝选择游戏	109
五、让宝宝做全身运动	112
(一) “全脑开发”让幼儿更聪明	
★ 左右手交替运动	112
★ 双侧肢体训练让宝宝更灵活	116
(二) 体侧运动	
★ 宝宝体育锻炼的目的	116
★ 运动推荐：幼儿摇铃操	120
(三) 幼儿健身体操	
★ 婴儿健身操	124
★ 幼儿健身体操	129
(四) 游戏是宝宝最好、最自然的活动方式	
★ 一般游戏方法	134
★ 特殊游戏方法	136
六、让宝宝开口说外语	142
(一) 学龄前儿童应该如何学习外语	
(二) 通过图片和声音来学习	
★ 从图片着手	146
★ 从声音着手	148
(三) 通过动作来学习	
★ 通过动作学习外语的优势	150
★ 几种以动作来学习外语的方法	151
(四) 通过感觉来学习	
★ “感觉统合”方法	154

- ★ “感觉”方法提高学习水平的目的156
- (五) 通过音乐儿歌来学习
 - ★ 音乐儿歌是孩子学习英语的一个重要渠道158
 - ★ 怎样充分利用儿歌开展外语教育160
- (六) 把周围的世界都当成课堂
 - ★ 情感在语言学习中至关重要160
 - ★ 寓教于乐的学习方法162

七、打开宝宝想像的闸门.....164

- (一) 大胆面对宝宝的幻想
 - ★ 发展和利用宝宝的幻想164
 - ★ 想像游戏对宝宝的好处166
- (二) 鼓励宝宝独立思考
 - ★ 培养宝宝初步独立思考的能力168
 - ★ 创造精神是独立思考的重要组成部分170
- (三) 让宝宝充分表达想法
 - ★ 好奇是成材的原动力172
 - ★ 认真对待宝宝的提问172
- (四) 培养宝宝的观察力
 - ★ 观察力是形成智力的重要因素175
 - ★ 发展宝宝观察能力的方法176
- (五) 培养宝宝的创造力
 - ★ 如何培养创造力183
 - ★ 创造能力高低的判断依据186

后序



一、“睡、翻、爬”成就聪明健康的宝宝

(一) 让宝宝睡得香甜，才能健康成长

刚出生的小宝宝从早到晚最喜欢做的事情便是睡觉，要到四、五个月才能学会翻身，调整自己的姿势。因此在此之前，都必须由爸爸妈妈替宝宝找到一个安全又舒适的姿势，这样才能帮助宝宝健康地成长。因为睡姿一旦养成习惯后，就会影响到日后宝宝的生长发育和身体健康。因此，如何调整宝宝的睡姿便成为初为人母或者初为人父首先要学习的一门课程。

宝宝的睡姿不外乎三神：趴睡、仰睡、侧睡。在西方，父母们喜欢让宝宝趴着睡，而中国的传统却是让宝宝仰睡，让宝宝侧睡似乎有些难度。那么，这三神睡姿，到底哪神是对宝宝最有益的呢？

宝宝睡姿一：西方普遍采用的趴睡

优点：

一、宝宝有安全感

这是最本能的自我保护姿势。由于胎儿在妈妈的子宫里是腹部朝内，背部朝外的蜷曲姿势。相对于人体的背部而言，腹部由于缺少了骨骼的保



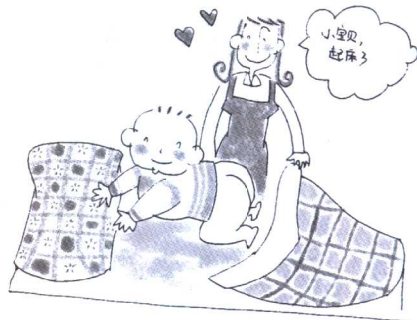
护，因此比较敏感，容易受到外来伤害。基于上述原理，宝宝天生就爱趴着睡，这也是把身体最脆弱的部分保护起来的一种方法，有了这样的安全感，宝宝才会减少哭闹，不仅会睡得更熟、更沉，而且能促进宝宝神经系统的发育。

二、有益于肠胃的蠕动及消化

趴着睡时，宝宝胃里的食物就不容易流到食道及口中引起呕吐，可以很好地防止肺炎和窒息；相反，食物会流到小肠中，促进小肠蠕动，利于消化、吸收，消除胃胀气。轻微的内脏压迫又能增进心肺等器官的发育。

三、能有效锻炼肌肉群

趴睡可以增加宝宝头部、颈部与四肢的活动。由于宝宝受



抬头挺胸等动作的带动，会锻炼到颈部、胸部、背部以及四肢等肌肉群，为以后翻身和爬行做准备。另外，据科学研究表明，喜欢趴着睡的宝宝身体生长速度大大超过一般的新生儿。

四、塑造漂亮的头颅

西方父母为什么喜欢让宝宝趴着睡呢？其中一个最吸引人的原因就是可以塑造圆润的头颅。由于宝宝在一岁以前头颅没



“睡、翻、爬”

成就聪明健康的宝宝

有完全闭合，因此，宝宝头颅的形状是可以改善的。中国宝宝常见的扁头，有部分原因也是因为中国宝宝喜欢仰睡所造成的。



缺点:

一、容易引起窒息

由于小宝宝习惯把重力都放在头部，而颈部的力量又不足，因此在还不会自由地翻身或转头的时候，当脸动来动去时，下颚会突然受到压迫，如果压迫到后方，就可能塞住气管，造成“呼吸道闭塞”；或者口鼻会被被褥、毛巾等物捂住，造成窒息，从而危害生命。因此，很多医生并不提倡让宝宝趴着睡。虽然，现有的资料并不能说明婴儿



猝死是由趴睡引起的，但是自从小儿科医学会建议父母让自己的小宝宝仰睡或侧睡以来，猝死症的发生率已明显下降。因此，如果让宝宝趴着睡觉，大人们必须在旁边照看，这样才比较安全。

二、不利于散热

由于宝宝的胸腹部靠着床铺，不容易散热，容易造成体温

升高；另外，小宝宝睡觉时经常出汗，散热不良的话，热量会积压在胸腹部造成湿疹。

三、不利于四肢活动

由于宝宝趴着睡觉，在睡觉过程中，四肢的活动就受到了阻碍。

另外，某些病症的小宝宝，是绝对不可以让他们趴着睡觉的，爸爸妈妈可要注意了。例如：十二指肠阻塞、先天肥大性幽门狭窄、胎便阻塞、坏死性肠炎、先天性巨结肠症、血液肿瘤、肠重叠或其他如腹部肿块、肾脏疾病等。

因此，趴睡对于小宝宝，是利有弊的。有报道称：趴睡是引起婴儿猝死症的主要原因，但实际造成婴儿猝死症的根本原因至今仍是个谜题。因为，即使是还没有学会翻身的小宝宝，口鼻被闷住感到呼吸不顺畅时，都会发出不同的讯号甚至会放声大哭来引起父母的注意，由此看出趴着睡觉并不是引起危险的元凶，问题关键在于父母是否时刻关心照看自己的小宝宝，是否避免让宝宝睡在太软的床上或者在其身边放置太多的枕头和被褥。总之，对于父母而言，最重要的是时刻关注自己的宝宝。

宝宝睡姿二：传统的仰睡

优点：



一、最安全的方式

宝宝仰睡的时候，父母可以全权掌握宝宝的一举一动，可以时刻观察宝宝的口鼻是否有过多分泌物，有没有呕吐现象，脸色是否异常，是否有怪异表情。一旦发现，就可及时采取措施。



二、四肢活动灵活



由于仰睡，宝宝的四肢不受局限，可自由活动，宝宝睡眠也就比较放松、自在。而且对心、肺、胃肠和膀胱等器官也不易造成压迫。

缺点：

一、易发生呕吐、溢奶等现象

当宝宝仰卧时，胃的生理结构容易使胃中的食物回流食道，溢入口腔，而溢入物又不容易流出口外，就聚积在咽喉处，很容易呛入气管或肺部，进而危及生命。同时，当宝宝喝奶时，空气进入胃要排出来，往往就会造成溢奶，若此时宝宝是仰卧着的，奶汁很有可能会呛入气管造成窒息；或者有可能



将奶汁再次吸入导致吸入性肺炎。

因此在喂奶后，绝对不适宜让宝宝仰睡。这一点是为人父母者必须知道的。

二、不是特别容易睡熟

因为仰睡就相当于把人体较脆弱的一面全部暴露在外，因此，宝

宝会在心理上缺乏安全感，不容易睡熟。

三、容易着凉

胸腹部皮肤较薄，容易散热，如果没有采取适宜的保暖措施，容易着凉。

四、容易出现呼吸费力的现象

宝宝仰睡时器官不受压迫，全身处于放松状态，但是也可能会使放松的舌根后坠，从而阻塞呼吸道，这是相当危险的。如成人熟睡后打呼噜，就是由于气流冲破阻塞的呼吸道，发出的震动响声。有些宝宝也会发生这种现象，而仰睡也可能使这样的宝宝出现呼吸费力的情况。

宝宝睡姿三：不易固定的侧体睡

优点

一、右侧卧睡可防止呕吐、溢奶等现象