



北京大学第三医院儿科主任★童笑梅倾情奉献



专家推荐的 宝宝全脑开发方案

左脑 右脑 大开发，塑造全能宝宝

- ♥ 宝宝出生头三年，大脑发育黄金期
- ♥ 360个全脑开发阶梯游戏，轻松玩
- ♥ 800个专家提示，促进大脑科学开发
- ♥ 丰富多元的游戏素材，趣味中启智



童笑梅 编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位



专家推荐的 宝宝全脑开发方案



童笑梅 编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目(CIP)数据

专家推荐的宝宝全脑开发方案 / 童笑梅编著. -- 北京 : 中国人口出版社, 2015. 2
ISBN 978-7-5101-2279-8

I. ①专… II. ①童… III. ①智力开发—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第232679号



专家推荐的宝宝全脑开发方案

童笑梅 编著

出版发行 中国人口出版社
印刷 北京市雅迪彩色印刷有限公司
开本 889毫米×640毫米 1/24
印张 11
字数 260千字
版次 2015年2月第1版
印次 2015年2月第1次印刷
书号 ISBN 978-7-5101-2279-8
定价 32.80元

社长 张晓林
网 址 www.rkcbs.net
电子信箱 rkcbs@126.com
总编室电话 (010)83519392
发行部电话 (010)83534662
传 真 (010)83515922
地 址 北京市西城区广安门南街80号中加大厦
邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换





F o r e w o r d

让宝宝左右脑一起动起来

如果可以，父母一定希望宝宝能像爱因斯坦一样，有超群的逻辑推理能力；如果可以，父母一定想培养宝宝当个小贝多芬，有高超的艺术创作力。看着宝宝一天天成长，父母除了希望他平安健康，更期望他成为人中龙凤。父母想让宝宝在各方面都有卓越表现，就需要齐头并进地训练宝宝的左右脑，力行全脑开发。

在多数父母印象中，传统的教育模式，常较偏重记忆、逻辑、语言等左脑功能训练，似乎忽略了影像、创造、艺术等右脑功能的开发。左右脑到底各自扮演何种角色？宝宝需要培养左脑优势，还是右脑优势才能成为“聪明王”？专家告诉你答案：必须同时开发宝宝的左右脑，全脑开发才是王道！

左右脑发展，有强弱势之分。对大多数人来说，在大脑中的“强势半球”多是掌管语言、理解、阅读、计算等的“左脑”；而“非强势半球”多是指影响创造力、空间感及艺术、音乐能力的“右脑”。全脑开发的终极目标，就是期望塑造宝宝成为“左右脑并重”的“全能人”。要达到潜能开发的绝佳效果，父母的引导是关键。为孩子营造极具安全感的“教育环境”，顺应宝宝的习性，给予适度关怀与必要协助，让宝宝在无负担的状态下自然学习，打造小小“全能王”，你也能轻松办到！



目录

第一章

全脑智能开发



面对刚刚出生的宝宝，年轻的父母一定抑制不住内心的激动和喜悦，有很多话想对宝宝说，希望宝宝健康快乐，更希望宝宝聪明伶俐。

★ 大脑——有着不可思议的力量

左脑——知性脑.....	002
右脑——艺术脑.....	003
左右脑的平衡开发	003

★ 智能开发方法——培养宝宝智能的钥匙

合理的营养补充.....	004
关爱宝宝的心理.....	005
肯定与赞扬宝宝.....	005
适度开发宝宝的左右脑.....	005
警惕有害物质的侵害	006

★ 1~3岁宝宝多元智慧发展

1~3岁宝宝音乐智慧发展进程.....	006
1~3岁宝宝运动智慧发展进程.....	008
1~3岁宝宝语言智慧发展进程.....	009
1~3岁宝宝交往智慧发展进程.....	010

1~3岁宝宝数学智慧发展进程.....	011
1~3岁宝宝空间智慧发展进程.....	012
1~3岁宝宝自知智慧发展进程.....	014
1~3岁宝宝自然智慧发展进程.....	015



第二章

0~1岁宝宝智力开发方案



宝宝出生后28天起到1周岁的这段时期被称为婴儿期。早期生活所接收的信息对宝宝一生发展非常重要。



★ 0~3个月宝宝的智力开发方案

生长发育	018
智能训练	018
俯卧练习	018
抓握练习	019
直立蹬脚练习	019
视觉刺激	019
听觉练习	019
语言训练	020
触觉训练	020
智力启蒙游戏	021
听妈妈的声音	021
眼睛转向发出声音的地方	021
竖竖抱抱	022
俯卧抬头	022
学发音——韵母（元音）	022
听日常生活的声音	023
做被动操听数数	023
情商培养游戏	024

逗笑	024
口唇游戏	024
踢打响球	025
自娱与回应	025
识把	025
蹬开衣被	026
建立信任	026
手舞足蹈	027
见人就笑	027
潜能开发游戏	028
听懂摇篮曲	028
握紧哗铃棒	028
戴花手镯	029
看黑白图	029
看彩色图	030
看室内外的物体	030
认识妈妈	030
认识爸爸	031

悬吊玩具	031
宝宝的玩具开发	032
学儿歌	033
半小时妈妈	034
经常给宝宝听古典音乐	034
让宝宝听多种声音	034
轮流逗引	034
屋内之旅	034
和宝宝一起“跳舞”	035
在“交谈”时运用手语	035
坚持母乳喂养	035
给宝宝独处的时间	036
什么是智商	036
如何根据智商对智力水平进行分类	036
测量宝宝智力发展水平的几种方法	036
早期教育从婴儿开始	036

★ 4~6个月婴儿的智力开发方案

生长发育	038
智能训练	038
爬行练习	038
直立训练	038
婴儿被动操	039
语言能力训练	042
智力启蒙游戏	043
学发音——声母（辅音）	043
听儿歌做动作	043
拉坐	044
叫名字能回头	044
会拿1~3个东西	044
找特点	045

藏猫猫（学英语）	045
认识灯	045
情商培养游戏	046
海盗船	046
有趣的痒痒	046
我要出去玩	047
蹦蹦跳	047
自己抱瓶吃奶	047
出声表示大小便	048
俯卧打转	048
开飞机	048
潜能开发游戏	049
把玩具放在桌上	049
够到吊球	049
大把抓	050
对掌握物	050
三个手指握物	050
两手对敲	050
玩具传手	051
宝宝的玩具开发	052
学儿歌	053





半小时妈妈	054
让宝宝学会自己玩	054
和宝宝说话的技巧	054
为宝宝做一些简单的按摩	055
创造轻松友爱的环境	055
有意识地让宝宝感知大小	055
锻炼爬行意义重大	055
婴幼儿是否具备学习外语的能力	055
是否有必要测量婴儿的智力水平	056
婴儿期的智力开发	056
婴儿的健脑方法	056
女孩不如男孩聪明吗	057
早期教育会是揠苗助长吗	057

★ 7~9个月婴儿的智力开发方案

生长发育	058
智能训练	058
翻滚	058
爬行练习	058
扶站	059
扶走	059
手部精细动作的练习	059
语言训练	059
智力启蒙游戏	060
吹泡泡	060
推惯性车	060
滚动游戏	061
食指玩玩具	061

伸伸手指	061
手握响玩具	062
模仿动作	062
情商培养游戏	063
匍行	063
小蜜蜂来了	063
学会身体语言	064
用东西敲打节拍	064
发出音乐的叫声	064
摸摸小脸蛋	065
认识其他小朋友	065
潜能开发游戏	066
问与答	066
看图书识物	066
画一个圆	067
看图说话	067
抓大的东西	067
协助穿衣	068
听声音拿玩具	068
宝宝的玩具开发	069
学儿歌	070



半小时妈妈	071
形成良好的母子依恋关系	071
0岁开始语言开发有什么意义	071
为宝宝创造益智的环境	071
如何培养婴儿的听辨能力	072
左右脑开发的重大意义	073
为宝宝安排健脑食物	073

★ 10~12个月婴儿的智力开发方案

生长发育	075
智能训练	075
丰富多彩的游戏	075
独站与独走	076
平衡训练	076
个性培养	076
语言训练	076
社交能力训练	077
智力启蒙游戏	078
收拾玩具	078
捏起葡萄干	078
找出图卡	079
转拨浪鼓	079
自己翻书	079
认识圆形	080
会称呼4~6个大人	080

情商培养游戏	081
记住播放过的音乐	081
大声念书	081
懂得“1”的含义	081
用身体语言表示词义	082
举一反三	082
潜能开发游戏	083
用拖拉玩具学走	083
自己玩	083
干杯	084
扶站蹲下捡物	084
吊单杠	084
从小学英语	085
学认红色	085
用手掌或脚底画画	086
宝宝的玩具开发	087
学儿歌	088
半小时妈妈	089
让宝宝上桌吃饭	089
懂得“不”	089
宝宝受到挫折时	089
用表情引导周岁内的宝宝	089
如何开发幼儿的智力	090
婴儿各个时期发育水平的基本参照	092





第三章

1~2岁宝宝智力开发方案

幼儿期宝宝的活动，多是无目的、无意识的，经过一段时间有意识地培养和教育，宝宝的智力会得到很大程度的提高。

★ 13~15个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征.....	095
动作能力训练.....	096
学走路.....	096
爬上爬下.....	096
推车走.....	096
定向走.....	096
上楼梯.....	097
下楼梯.....	097
坐滑梯.....	097
学跳.....	098
练习蹲.....	098
捡豆豆.....	098
穿纸圈.....	098
追小汽车.....	099
玩小球.....	099
户外游戏.....	099
语言能力训练.....	100
练习单词句.....	100



学动物叫.....	100
开口说.....	100
自我介绍.....	101
摸一摸.....	101
抛气球.....	101
说出来再给.....	101
知道相反的词汇.....	101
认知能力训练.....	102
认识水果.....	102
比大小.....	102
练习分类.....	102

排顺序.....	103
认识黑色.....	103
知道早上和晚上.....	103
滚圆筒.....	103
听表声.....	104
“寄信”游戏.....	104
猜一猜.....	104
学数词.....	104
情绪、社交能力训练	105
自己用杯子漱口.....	105
认识全家福.....	105
戴帽脱衣.....	106
照料布娃娃.....	106
创造性思维能力训练	107
藏猫猫.....	107
搭积木.....	107
玩彩泥.....	107
找形状卡片.....	108
用手指画画.....	108
学画点.....	108
学握笔.....	108
学儿歌	109
半小时妈妈	110
父母要不要说儿语.....	110
孩子说话晚怎么办.....	110
如何科学地开发宝宝的潜能.....	110
开发认知潜能的途径有哪些.....	111
怎样引导宝宝观察事物.....	111
如何发展宝宝的模仿能力.....	112
如何培养宝宝的注意力.....	112
怎样教宝宝学习儿歌.....	112
婴幼儿学习古诗词合适吗.....	113

学儿歌和学古诗哪个更容易.....	113
-------------------	-----

★ 16~18个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征	114
动作能力训练	115
会用铲子和桶.....	115
剥开糖纸.....	115
涂颜色.....	116
走窄道.....	116
摇一摇.....	116
踢球.....	116
搭积木.....	117
玩面团.....	117
过河.....	117
语言能力训练	118
学习礼貌用语.....	118
玩皮球.....	118
买东西游戏.....	119
学说双音词.....	119
逛动物园.....	119
认知能力训练	120
认路.....	120
感知冷热.....	120
认颜色.....	120
认识周围环境.....	121



认识交通工具.....	121
猜声音.....	121
情绪、社交能力训练.....	122
学会分享.....	122
捉迷藏.....	122
物归原处.....	123
大家一起做律动.....	123
创造性思维能力训练.....	124
开火车.....	124
学画直线.....	124
猜谜语.....	124
找洞洞.....	125
认三角形.....	125
按指示找物.....	125
学儿歌.....	126
半小时妈妈.....	127
开发认知潜能应注意哪些问题.....	127
宝宝爱提问怎么办.....	127
如何回答宝宝的提问.....	128
如何看待宝宝的涂涂抹抹.....	128
怎样教宝宝学泥塑.....	129
宝宝绘画天赋的开发.....	129
如何为宝宝选购绘画用品.....	129
怎样引导宝宝学会拼搭.....	130

★ 19~21个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征.....	131
动作能力训练.....	132

捡豆子.....	132
玩套盒.....	132
穿珠子.....	132
玩小套圈.....	132
拔萝卜.....	132
拍拍手.....	133
爬树.....	133
画曲线和山水.....	133
语言能力训练.....	134
发音练习.....	134
增加词汇量.....	134
扮鸭子.....	134
用声音回答故事中的问题.....	135
指出身体部位的名称.....	135
宝宝相册.....	135
表达感觉.....	136
和宝宝聊天.....	136
会说“我的”.....	136
认知能力训练.....	137
配对.....	137
猜图画.....	137
找小球.....	137



按颜色分珠子.....	138
猜猜看.....	138
分水果.....	139
给扣子排队.....	139
听指令.....	139
学点数.....	139
读图卡和摆图卡.....	139
情绪、社交能力训练	140
把不用的东西送给有需要的人.....	140
随大溜.....	140
懂得害羞.....	141
约法三章.....	141
不要吵醒爸爸.....	141
创造性思维能力训练	142
拼脸谱.....	142
猜谜语.....	142
学画画.....	142
比谁的多.....	143
比一比.....	143
训练观察力.....	143
对应游戏.....	143
学儿歌	144
半小时妈妈	145
为宝宝创造丰富的语言环境.....	145
为宝宝创造良好的听觉环境.....	146
看别人玩对发展社会交往能力有益处吗.....	146
如何指导宝宝玩拼图游戏.....	147
让宝宝在玩沙、玩水中学习.....	147

★ 22~24个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征	148
动作能力训练	149
钓鱼.....	149
顶气球.....	149
骑8字.....	149
毛巾里的滚球.....	149
捉影子.....	149
荡秋千.....	150
穿珠子.....	150
套碗.....	150
大钥匙开大锁.....	150
语言能力训练	151
练习发音.....	151
跟着做.....	151
猜谜语.....	152
学唐诗.....	153
赢字卡.....	153
认知能力训练	154
观察大自然.....	154
复述句子.....	154
认知天体.....	154
了解天气.....	155
观察植物的生长.....	155
情绪、社交能力训练	156
移情.....	156
好人坏人.....	156
拉大圈.....	157
自我介绍.....	157
厨房小帮手.....	157
自己唱一首歌.....	157

创造性思维能力训练.....	158
数学游戏.....	158
找对应卡片.....	158
摸物游戏.....	159
找卡片.....	159
红灯停, 绿灯行.....	159
曲线相交成圆形.....	160
画图形.....	160

数字连连看.....	160
哪边多.....	160
学儿歌.....	161
半小时妈妈.....	162
聪明宝宝有何特质.....	162
宝宝如何开始象征思维.....	162
如何培养幼儿的记忆力.....	162
如何为宝宝营造良好的英语学习环境.....	163
如何预防宝宝出现的退缩行为.....	163

第四章

2~3岁宝宝智力开发方案

2~3岁是宝宝早期教育的黄金时期。因为正常人的大脑发育, 在3岁以前最快。到3岁时, 宝宝脑重已接近爸爸妈妈的脑重, 之后发育速度变慢。脑的发育和外界环境、教育密切相关。

★ 25~27个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征.....	165
动作能力训练.....	166
接球.....	166
追光影.....	166
爬柱子.....	166
荡秋千.....	167

玩套叠玩具.....	167
训练上高处够取物品.....	167
语言能力训练.....	168
礼貌游戏.....	168
学说完整句.....	168
学习辨别声音.....	168
背诵儿歌.....	169

问到“你”时用“我”来回答.....	169
说复合句.....	169
认知能力训练	170
学数数.....	170
认识性别.....	171
分清前后和上下.....	171
学会分辨形状.....	171
学认黄色和蓝色.....	171
区分早上和晚上.....	171
感知日用品的材料.....	172
认识周围环境.....	173
认故事书上的字.....	173
情绪、社交能力训练	174
了解有关的交通规则.....	174
学会安静.....	174
继续培养交往能力.....	174
坚持睡前常规.....	175
自己动手.....	175
学习做家务.....	175
创造性思维能力训练	176
画图画.....	176
做手工.....	177
玩游戏.....	177
学儿歌	180
半小时妈妈	181
有利于培养宝宝智能的10种方法.....	181
怎样指导宝宝背古诗.....	181
怎样教宝宝朗读诗歌.....	181
怎样给宝宝讲故事.....	182
什么时间读书给宝宝听最合适.....	182
书籍与宝宝的语言发展有什么关系.....	183
怎样为宝宝选购图书.....	183

及早发现儿童智力差距.....	183
-----------------	-----

★ 28~30个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征	185
动作能力训练	186
走平衡木.....	186
用筷子吃饭.....	186
脚尖走路.....	186
自己洗脸洗脚.....	187
解、系扣子.....	187
吹熄蜡烛.....	187
语言能力训练	188
看图说话.....	188
传悄悄话.....	188
不要错过“词饥渴”.....	189
问长问短.....	189
认识名字.....	189
学古诗.....	189
认知能力训练	190
学画正方形等图形.....	190
听数按键.....	190



感知季节	190
赢大小	191
切分1/2、1/3、1/4	191
辨识水果和蔬菜	192
情绪、社交能力训练	195
学会待客之道	195
找朋友	195
整理玩具和图书	196
会用礼貌语言	196
集中注意力的训练	196
创造性思维能力训练	197
画图画	197
做手工	197
玩游戏	198
学儿歌	199
半小时妈妈	200
10种益智明星级食物	200
要循序渐进教宝宝学计算	201
看图说话是锻炼宝宝语言表达能力的好方法	201
早慧儿童有哪些表现	202
早期识字要适可而止	202
增进幼儿智商的方法	202
给宝宝适度的期望	203

★ 31~33个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征	204
动作能力训练	205
自如地走、跑、跳	205
训练上攀登架	205



钻洞训练	205
骑脚踏三轮车	206
向墙壁投球	206
定形撕纸	206
语言能力训练	207
说词表演动作	207
发餐具	207
学诗歌	207
语言训练游戏	207
认知能力训练	209
背数和初步点数	209
认识不同职业的人	210
建立初步的时间概念	210
熟悉水	211
识别昆虫	211
认识野生动物	212
认识交通工具	212
情绪、社交能力训练	213
锻炼等待的性格	213
购物小帮手	213
创造性思维能力训练	214



画图画.....	214
做手工.....	215
玩游戏.....	215
学儿歌.....	217
半小时妈妈.....	218
发现宝宝潜能,提高宝宝智力.....	218
什么样的宝宝具有良好的音乐感受能力.....	218
重视宝宝的音乐启蒙教育.....	219
儿童早期音乐素质有哪些表现.....	219
如何教宝宝练习简单的打击乐器.....	220
通过音乐教育开发宝宝的智力.....	220
怎样指导宝宝正确地歌唱.....	221
宝宝能够唱什么样的歌曲.....	222

★ 34~36个月幼儿的智力开发方案

智能发育特征.....	223
动作能力训练.....	224
跳跃.....	224
玩球.....	224
画简单的卡通画.....	225
使用剪刀.....	225
语言能力训练.....	226
猜谜和编谜.....	226
学说英语.....	226
初步推理.....	226
复述故事.....	226
反义词配对.....	226

宝宝的语言能力测试活动.....	227
认知能力训练.....	229
学玩石头、剪子、布.....	229
结合实际点数.....	229
看地图找位置.....	229
理解“一样多”的概念.....	229
初步了解生活中常见的物理现象.....	230
掌握一些安全常识.....	230
了解天气和天气预报.....	230
情绪、社交能力训练.....	231
感知和用语言表达快乐和悲伤等情绪.....	231
做事有条理.....	231
礼貌做客.....	232
爱劳动.....	232
创造性思维能力训练.....	233
画图画.....	233
做手工.....	233
玩游戏.....	234
学儿歌.....	237
半小时妈妈.....	238
宝宝成长需要哪6种教育.....	238
管理宝宝情商的锦囊妙计.....	238
保护好宝宝的好奇心.....	240
如何发展宝宝动作的灵活性、连贯性.....	240
如何加强对宝宝自控能力的培养.....	240

附 录

★ 聪明宝宝不可缺少的营养素.....	242
★ 厨房内的育儿小游戏.....	244