

陈国鹏
主编

0~3岁

宝宝智能开发

★★★★★

BAOBAO
ZHINENG KAIFA
QUANSHU **全书**

上海科学技术出版社

- ★ 如何建立宝宝的安全感
- ★ 宝宝为何迟迟不肯开“金口”
- ★ 能不能给宝宝吃零食
- ★ 宝宝何时开始第二语言的学习
- ★ 如何教宝宝与同伴相处
- ★ 宝宝为何发脾气



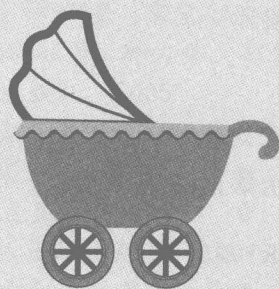
育婴专家系列



0~3岁宝宝智能开发全书

主编 陈国鹏

撰写 闻 娟 邹晓芹 韩 冰



上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁宝宝智能开发全书/陈国鹏主编. —上海:上海科学技术出版社,2009.4

(育婴专家系列)

ISBN 978-7-5323-9705-1

I. 0... II. 陈... III. 婴幼儿—智力开发 IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 194339 号

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 18

字数:280 千字

2009 年 4 月第 1 版 2009 年 4 月第 1 次印刷

印数:1—4 300

ISBN 978-7-5323-9705-1/R·2612

定价:32.80 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向工厂联系调换



内 容 提 要

neirong tiyao

本书是儿童心理专家根据 0 ~ 3 岁宝宝的智能发展特点编写而成的。分为 0 ~ 1 岁、1 ~ 2 岁、2 ~ 3 岁三篇。每篇又按月划分, 根据宝宝不同月份的身心发育特点, 配以亲子互动的游戏以及如何养育宝宝的金点子, 在轻松、愉快的亲子交流中, 全方位开发宝宝的语言、认知、运动、情绪、人际交往、自我认识和自然观察等智能; 在每篇后, 还附有相应年龄段宝宝的智能发展评价表, 帮助家长了解宝宝的智能发展状况, 使您的宝宝更聪慧。

前言

q i a n y a n

婴幼儿期是人生的起步阶段，也是一个人的重要发展时期。这个时期中婴幼儿经历了怎样的生活及发展环境、是否得到充分的照料和训练、父母对他们采取了何种教养措施等都可能对他们今后的人生产生极大的影响，这是因为人出生时与动物的幼仔有很大的不同，许多动物幼仔在母腹中就已经得到了比较完善的生理发育，所以不少幼仔刚一出生就能做很多的事，如独立行走、觅食等，而人类婴儿出生时相应要逊色很多，他们看起来是那么的柔弱无能，离开了成人的照料恐怕难以生存。但也正是由于这样的一种状况给日后的发展提供了很广泛的空间，他们具有更大的发展可塑性，只要父母和其他成人能给予悉心的照料、合理的训练、科学的养育，那么他们的能力就会有超乎寻常的提升，他们的个性发展将更加完善，心理的成熟度也会让人刮目相看。所以父母在婴幼儿期的教养是否得当可能就决定了孩子以后人生的发展进程。对这一时期父母教育和教养的重要性怎么强调也不为过。因而对此不能等闲视之，必须予以充分的关注。

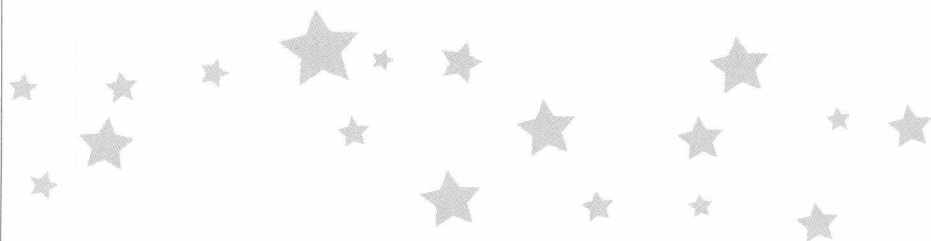
当代的父母都是有文化的一代，所以父母们对如何养育孩子具有一定的知识，大致知道该如何去抚养自己的宝宝。但是养育婴幼儿是一个科学的过程，每一种教养措施都要符合孩子的身心发展特点，任何的训练只有在一定的成熟水平基础上展开才能取得好的成效，所以初当父母者很有必要学习和了解一些婴幼儿生理发育和心理发展的规律。



目前我国一个家庭一般只有一个孩子，所以对这个孩子的教养能否取得成功对一个家庭而言具有极重要的意义，有些父母在孩子进入青少年阶段后发现他们有各种心理问题，到那时才急于去求助于教育和心理学专家，实际上很多问题的根源都是由于婴幼儿期父母的教养不当所致，所以与其临渴掘井，还不如先学习一些这方面的知识，以便在教养中占据制高点。

撰写此书就是希望能给初当父母者一些科学的指导。当然，书中所写的内容是根据孩子发展的一般情况而言的，每个孩子的发展有自己的独特性，所以家长还要自己不断总结经验，注意孩子个性化的培养。

编著者



目 录 c o n t e n t s

0~1岁，启蒙宝宝的智能

●.. 1个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	2
1. 感知觉	2
2. 语言	3
3. 运动	3
(二) 宝宝智能提高训练	5
感知觉的训练	5
(三) 宝宝智能发展水平自测	5
自测一：家长和宝宝都很好地适应了新生活吗	5
自测二：宝宝智能水平是否达标	6
(四) 专家热线	7
需要给宝宝包“蜡烛包”吗	7
如何给新生儿选枕头	7

●.. 2个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	8
1. 感知觉	8
2. 记忆	9
3. 语言	9
4. 运动	9
5. 情绪	10
(二) 宝宝智能提高训练	11
1. 感知觉训练	11
2. 语言能力训练	11
3. 大肌肉运动训练	12
4. 手部动作训练	12



(三) 宝宝智能发展水平自测	12
自测一：家长和宝宝建立有效的沟通渠道了吗	12
自测二：宝宝智能水平是否达标	13
(四) 专家热线	14
如何让宝宝笑口常开	14
如何让宝宝逐渐建立规律性的生活	14

●.. 3个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	15
1. 感知觉	15
2. 记忆	16
3. 语言	16
4. 运动	16
5. 情绪与社交	17
(二) 宝宝智能提高训练	18
1. 感知觉的训练	18
2. 动作训练	18
3. 情绪与社交训练	18
(三) 宝宝智能发展水平自测	19
自测：宝宝智能水平是否达标	19
(四) 专家热线	20
宝宝为什么吃手指	20
如何从小建立良好的亲子关系——母婴依恋	20
如何巧妙地安抚宝宝的哭闹	22

●.. 4个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	23
1. 感知觉	23
2. 记忆与思维	24
3. 语言	24
4. 运动	24
5. 情绪与社交	24

6. 自我意识	25
(二) 宝宝智能提高训练	25
1. 感知觉的训练	25
2. 运动训练	26
3. 情绪与社交训练	26
(三) 宝宝智能发展水平自测	27
自测：宝宝智能水平是否达标	27
(四) 专家热线	28
如何给宝宝添加辅食	28
宝宝爱流口水怎么办	29
怎样和宝宝相处	29

●.. 5个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	30
1. 感知觉	30
2. 记忆与思维	31
3. 语言	31
4. 运动	31
5. 情绪与社交	32
6. 自我意识	32
(二) 宝宝智能提高训练	32
1. 感知觉训练	32
2. 记忆与思维训练	33
3. 语言训练	33
4. 运动训练	33
5. 情绪与社交训练	34
(三) 宝宝智能发展水平自测	35
自测一：家长是否培养了宝宝良好的游戏习惯	35
自测二：宝宝智能水平是否达标	35
(四) 专家热线	37
为何不能忽视宝宝平衡能力的训练	37
如何建立宝宝的安全感	37



●.. 6个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	39
1. 感知觉	39
2. 记忆与思维	40
3. 语言	40
4. 运动	40
5. 情绪与社交	40
6. 自我意识与观察	41
(二) 宝宝智能提高训练	41
1. 认知训练	41
2. 记忆与思维训练	42
3. 语言训练	42
4. 运动训练	43
5. 情绪与社交训练	43
(三) 宝宝智能发展水平自测	44
自测：宝宝智能水平是否达标	44
(四) 专家热线	46
如何克服宝宝的陌生人焦虑	46
6个月的宝宝能吃盐吗	46
母乳哺喂多长时间对宝宝才有好处	47
宝宝爱出汗是不是“病”？该怎么办	47

●.. 7个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	48
1. 感知觉	48
2. 记忆与思维	48
3. 语言	49
4. 运动	49
5. 情绪与社交	50
6. 自我意识与观察	50
(二) 宝宝智能提高训练	51





1. 认知训练	51
2. 语言训练	51
3. 运动训练	51
4. 情绪与社交训练	52
(三) 宝宝智能发展水平自测	53
自测：宝宝智能水平是否达标	53
(四) 专家热线	54
如何纠正宝宝吸吮手指的习惯	54
宝宝“黏”人怎么办	55
与宝宝嬉戏时，要避免哪些游戏	55
●● 8个月的宝宝 ●●	
(一) 宝宝的智能发育	56
1. 感知觉	56
2. 注意力	57
3. 记忆与思维	57
4. 语言	57
5. 运动	58
6. 情绪与社交	58
7. 自我意识与观察	58
(二) 宝宝智能提高训练	59
1. 记忆与思维训练	59
2. 语言训练	60
3. 运动训练	60
4. 情绪与社交训练	61
(三) 宝宝智能发展水平自测	62
自测一：家长发现了宝宝的个性特点并能积极适应吗	62
自测二：宝宝智能水平是否达标	62
(四) 专家热线	64
宝宝睡扁了头怎么办	64
如何给宝宝营造一个安全的运动环境	64
如何应对宝宝的“分离焦虑”	64
如何培养宝宝的沟通能力	65



●.. 9个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	66
1. 感知觉	66
2. 记忆与思维	66
3. 语言	67
4. 运动	67
5. 情绪与社交	68
6. 自我意识与观察	68
(二) 宝宝智能提高训练	68
1. 认知训练	68
2. 语言训练	69
3. 运动训练	69
(三) 宝宝智能发展水平自测	71
自测：宝宝智能水平是否达标	71
(四) 专家热线	72
如何给宝宝选好鞋	72
如何选择学步车	73

●.. 10个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	74
1. 感知觉	74
2. 记忆与思维	74
3. 语言	74
4. 运动	75
5. 情绪与社交	75
6. 自我意识与观察	75
(二) 宝宝智能提高训练	75
1. 认知训练	75
2. 记忆与思维训练	76
3. 语言训练	76
4. 运动训练	76
5. 情绪与社交的训练	77

(三) 宝宝智能发展水平自测	78
自测：宝宝智能水平是否达标	78
(四) 专家热线	79
10个月宝宝的睡眠应该注意哪些方面	79
如何培养10个月宝宝的独立能力	80

●.. 11个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	81
1. 感知觉	81
2. 记忆与思维	81
3. 语言	81
4. 运动	82
5. 情绪与社交	82
6. 自我意识与观察	82
(二) 宝宝智能提高训练	83
1. 感知觉训练	83
2. 语言训练	83
3. 运动训练	84
4. 情绪与社交训练	84
(三) 宝宝智能发展水平自测	85
自测一：家长有足够的办法去激发和维持宝宝的兴趣与游戏吗	85
自测二：宝宝智能水平是否达标	86
(四) 专家热线	87
宝宝喜欢看电视是不是好事情	87
在与宝宝对话的时候用“宝宝式”的语言好不好	88
智力低下的宝宝早期都有些什么症状	88
对智力低下宝宝的早期教育应该注意些什么	88

●.. 12个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	89
1. 感知觉	89
2. 记忆与思维	90





3. 语言	90
4. 运动	90
5. 情绪与社交	90
6. 自我意识与观察	91
(二) 宝宝智能提高训练	91
1. 认知训练	91
2. 语言训练	92
3. 动作训练	92
4. 情绪与社交训练	93
(三) 宝宝智能发展水平自测	94
自测：宝宝智能水平是否达标	94
(四) 专家热线	96
如何确保学步阶段宝宝的安全	96
如何养成良好的进餐习惯	97

1~2岁，宝宝智能开发接力站

●.. 13~14个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	100
1. 认知	100
2. 语言	100
3. 运动	101
4. 情绪与社交	101
5. 自我意识	102
(二) 宝宝智能提高训练	102
1. 认知训练	102
2. 语言训练	102
3. 动作训练	103
4. 社交训练	104
5. 自我意识提升训练	104
(三) 宝宝智能发展水平自测	105

自测：宝宝智能水平是否达标	105
(四) 专家热线	107
宝宝为什么会出现破坏性行为	107
宝宝为何越来越胆小？见到人就吓得往妈妈怀里钻，这个现象正常吗	108
宝宝怯生，妈妈该怎么应对	108
宝宝寻求独立时父母该离开还是守护身旁	109

●.. 15~16个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	110
1. 认知	110
2. 语言	110
3. 运动	111
4. 情绪与社交	111
5. 自我意识	112
(二) 宝宝智能提高训练	113
1. 认知训练	113
2. 语言训练	113
3. 动作训练	113
4. 社交训练	114
5. 自我意识提升训练	115
(三) 宝宝智能发展水平自测	117
自测：宝宝智能水平是否达标	117
(四) 专家热线	119
怎样为宝宝营造一个良好的语言学习环境	119
宝宝为何迟迟不肯开“金口”	120
宝宝为何“不走正道”	122
如何教宝宝与同龄伙伴相处	122

●.. 17~18个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	123
1. 认知	123
2. 语言	124





3. 运动	124
4. 情绪与社交	125
5. 自我意识	125
(二) 宝宝智能提高训练	126
1. 认知训练	126
2. 语言训练	126
3. 动作训练	128
4. 社交训练	128
5. 自我意识提升训练	129
(三) 宝宝智能发展水平自测	129
自测：宝宝智能水平是否达标	129
(四) 专家热线	132
宝宝为何发脾气	132
宝宝发脾气，父母怎么做	132
父母如何看待宝宝的“自己来”	134
哪些方面可以让宝宝“自己来”？如何进行	134
宝宝到现在还不会走路是不是不正常	135
哪些因素会影响宝宝学步	136
 ●.. 19~20个月的宝宝 ..●	
(一) 宝宝的智能发育	137
1. 认知	137
2. 语言	137
3. 运动	138
4. 情绪与社交	138
5. 自然观察能力	139
(二) 宝宝智能提高训练	139
1. 认知训练	139
2. 语言训练	140
3. 动作训练	141
4. 社交训练	141
5. 自然观察能力提升训练	141



(三) 宝宝智能发展水平自测	142
自测：宝宝智能水平是否达标	142
(四) 专家热线	144
宝宝为什么爱玩自己的生殖器？父母该怎么办	144
宝宝为什么总爱扔东西	145
宝宝为什么总是喜欢哭	145
对宝宝的哭有什么方法可以缓解	146

●.. 21~22个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	147
1. 认知	147
2. 语言	148
3. 运动	148
4. 情绪与社交	149
5. 自我意识	149
(二) 宝宝智能提高训练	149
1. 认知训练	149
2. 语言训练	150
3. 动作训练	150
4. 情绪与社交训练	151
5. 自我意识提升训练	152
(三) 宝宝智能发展水平自测	153
自测：宝宝智能水平是否达标	153
(四) 专家热线	156
能不能让宝宝吃零食	156
什么时候不宜给宝宝吃零食	156
哪些零食不可以给宝宝吃	156
宝宝为什么变得爱嫉妒	157
面对爱嫉妒的宝宝，父母该怎么办	157

●.. 23~24个月的宝宝 ..●

(一) 宝宝的智能发育	158
-------------	-----