

智商潜能激发

婴幼儿 0~1岁



邓 淼 编著



北京体育大学出版社

策划编辑 叶 莱
责任编辑 叶 莱
审稿编辑 鲁 牧
责任校对 行 乾
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿智商潜力激发 0~1 岁/邓森编著. - 北京:北京
体育大学出版社, 2007. 1
ISBN 978-7-81100-686-5

I. 婴… II. 邓… III. 婴幼儿-智力开发
IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 148631 号

婴幼儿智商潜力激发 0~1 岁 邓森 编著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京市昌平阳坊精工印刷厂
开 本 850×1168 毫米 1/32
印 张 6.125

2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷 印数 5000 册

定 价 15.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

智商

婴幼儿 0~1岁

潜能激发



邓 森 编著

为人父母，
你对宝宝的期望是什么？
你会给宝宝一个怎样的开始？
无论怎样，
请记住：健康、聪明的宝宝，
将来才会更有自信。
培养、发现宝宝的潜能，
帮助宝宝走好人生的第一步，
请从这里开始吧！



北京体育大学出版社

婴幼儿 智商潜能激发 0~1 岁



第1章 4 婴儿智能开发

- 一、什么是智能开发 6
- 二、为婴儿开发八种多元智力 8
- 三、婴儿智能的开发 12
- 四、婴儿期教育的开发 16
- 五、0~1 岁各时期的智能发展 19

第2章 24 胎教影响胎儿智能

- 一、胎教的真义 26
- 二、六种有效的胎教法 31
- 三、环境胎教论 44

目 录

CONTENTS

四、胎教与婴儿	47
五、胎教与孕妇	50
六、准爸爸如何参与胎教	63

第3章 66

充足的营养培育婴儿智能

一、给婴儿选择最好的营养	68
二、母乳是婴儿营养的最佳来源	69
三、喂养婴儿的小常识	84
四、婴儿辅食制作方式	87

第4章 92

婴儿智力潜能开发游戏

一、1~4个月婴儿智力潜能开发游戏	94
二、5~8个月婴儿智力潜能开发游戏	117
三、9~10个月婴儿智力潜能开发游戏	157
四、11~12个月婴儿智力潜能开发游戏	179

Chapter One 第1章

婴儿智能 开发





心理学界一直在众说纷纭：有人认为智力是人的抽象思维能力，有人认为智力是适应新环境的能力，有人认为智力是对概念的理解力和利用语词、数目等抽象符号的能力。智力至少应包括以下几个方面：思维能力、认识能力、创造能力、适应环境的能力和表达能力。智力是人的大脑对物件的综合性的、潜在性的认识能力，同时，它也是可以在某些具体领域、具体问题、具体物体上表现出来的能力，如数学能力、音乐能力等。



心理学界一直在众说纷纭：有人认为智力是人的抽象思维能力，有人认为智力是适应新环境的能力，有人认为智力是对概念的理解力和利用语词、数目等抽象符号的能力。智力至少应包括以下几个方面：思维能力、认识能力、创造能力、适应环境的能力和表达能力。智力是人的大脑对物件的综合性的、潜在性的认识能力，同时，它也是可以在某些具体领域、具体问题、具体物体上表现出来的能力，如数学能力、音乐能力等。

一、什么是智能开发

对于 0~1 岁的婴儿来说，智力开发主要是表现在语言智能、逻辑智能、图画智能、音乐智能、体能智能、人格智能、自我智能和自然智能等八个方面。孩子的智力开发得越早越好，如果婴儿的脑袋像电脑的硬件，爸爸、妈妈们则是负责提供软件。当你了解硬件（婴儿的脑部）时，你可以设计出更合适的软件（你的行为），以促进婴儿智力潜能的开发。

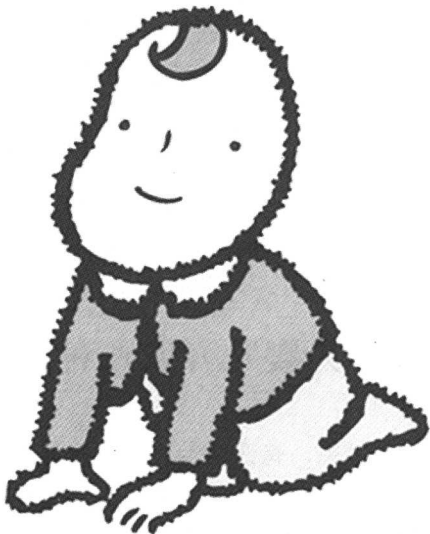
对于年轻的爸爸、妈妈们来说，谁不希望自己有个聪明的宝宝呢？许多父母很早就让儿童学心算、认字：有的父母还对儿童进行早期才艺培养，比如很小的孩子就在父母的逼迫下学画画，学书法，学钢琴、小提琴等。其实这种教育增强的并不是儿童的智力，充其量不过是一些知识和技能，但其后果往往会妨碍孩子正常的智慧发育。

什么是智慧？说白了就是人们适应环境的一种潜能。人类



之所以能够生存，就是因为人具有根据环境不断改造自己，探索世界未知数、解决生活中面临的问题的能力。所以，智慧不是只表现在读、写、算等技能方面，还包括解决其他各种问题的能力、与其他人友好相处的能力等方面。

美国加州大学医学院心理与生物行为舒尔博士的报告指出：“人类的大脑皮质在出生之后，在先天决定的 DNA 之外大约增加了 70%，这部份的增加直接受到婴儿早期的环境与社交经验的影响。”光是婴儿出生的头一年，婴儿的脑部重量就从 400 克惊人地长到将近 1000 克。虽然脑部的发育，一方面是由基因所控制，但是真正影响到脑部发展的重要因素，则有赖于情感的互动，这就和父母有关了。目前，社会上普遍存在“重知识、轻能力”的现象，过分重视读、写、算，而忽视实践能力的培养。比如，有的父母认为发展孩子的智力就是让孩子识字，所以就设法阻止孩子玩耍，逼孩子记忆一个个生字生词，一旦把早期识字摆在不恰当的位置，又缺乏科学的教子方法，就会妨碍孩子的正常发展，加重孩子的精神负担，损害孩子的身心健康，影响孩子





社会性的发展。联合国儿童基金会对早期教育作了这样的描述：“早期刺激可以看成是早期教育的一个组成部分。对于 0~3 岁的儿童，它更具有生理学、心理学色彩。它是通过节律感（声音、音乐、颜色形状变换、运动物体、时间间隔）、语言、触觉、动作、运动的安排等方式进行的。在儿童早期刺激训练中，玩具起着极其重要的作用。”由此可见，识字并不是儿童早期教育的唯一重要因素。

有的父母片面认为，小孩只有提早识字才能及早地表现出聪明智慧，而忽视了长远的打算。其实，人的培养周期很长，不同的教育阶段需要完成不同的特定任务，如果儿童在早期由于提前识字而妨碍了那一特定阶段任务的完成，造成了厌学、自卑的情绪，结果就会影响其一生的发展。这种后果也许在几年以后才显示出来，到那时后悔就晚了。还有的父母不考虑孩子的年龄和个人的特点，就早早地为孩子定向，如学琴、学画、识字等，若定向不得法，也会对孩子造成长期不良的影响。

真正的智力开发，就是要针对孩子的年龄特点，按照规律，通过环境和教育的作用，使孩子圆满地完成每一个年龄阶段的发展任务，在智慧、性格诸方面协调发展，成为有较高的认识能力和健康人格的社会成员。

二、为婴儿开发八种多元智力

过去，有许多专家把教养婴儿的重点放在认知能力的发展上，因而出现了一些促进婴儿脑部发育的课程。许多中产阶级



的父母认为，既然一点点刺激就可以对婴儿脑部发展有帮助，干脆愈多刺激愈好。逼得父母从孩子一出生，就要为他们准备好所有的竞争利器，希望培养天赋异禀的小天才。于是父母在和孩子玩耍的时候，还要处心积虑地使用教学录影带或智能玩具。

在幼儿期，孩子们学习如何与他人在一起和如何满足他们的需要。这些因素与其他很多因素一起促进孩子们的智力，有



些东西太复杂，以至于无法用一种标准化的测试方法来衡量，因此，一般由孩子们学说话或走路的程度来确定。

让孩子过早辨认文字、数字、颜色、形状，会迫使孩子使用较低层次的思考过程，而不是发展学习能力。就好像在马戏团里训练马匹玩把戏一样：当马滚在地上数到三，它并不是真的会算术，只是在表演一项特技。这些特技不但无助于发展孩子的学习能力，甚至可能是有害的。

塔夫茨大学儿童心理学家艾尔坎解释，对孩子施压逼迫让



他吸收资讯，是对他传达了一种讯息，那就是他必须透过表演来获得父母的认同，而这可能反而伤害其天生原有的好奇心。

宝宝的智力表现在八个方面，不可仅仅发展培训他较强的那一种智慧。这种培养始于宝宝降生之时。通过认识多种智力，我们能够帮助孩子们提高他们个人的能力。但如果没有给他一个机会开发这个世界，根据他个人的潜能发展他自己的能力，就不要过早地给学龄前儿童贴上像未来科学家、会计师、艺术家、田径运动员之类的标签。理解多种智力意味着更多地关注个人的特征。想像一个人除了只会音乐或绘画之外，其他什么都不会将是怎样。在日常生活中，一个人需要多方面的能力才能应付，单一的能力让人很难适应生存。

为孩子开发以下八种多元智能：

1. **语言智能**：记者、律师和作家经常表现出语言能力。这些人善于用写作或说话来与人交流。

2. **逻辑智能**：即数学智能，拥有惊人逻辑数学智力的人善于进行因果关系的推理和思维。科学家、会计师和电脑程序设计师一般都具备这种能力。

3. **图画智能**：即知觉——空间智能，能准确地掌握视觉空间，包括对于事物的色彩、线条、形状、空间以及彼此之间关系的敏感性，也包括在一个空间中，很快找出方向的能力。

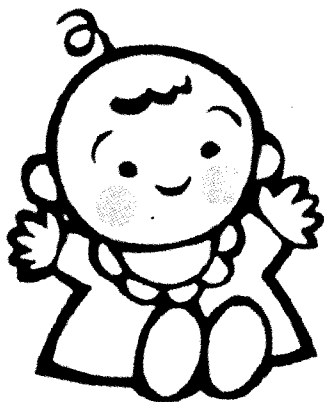
4. **音乐智能**：这种智力能跟上音乐的节拍，唱准曲调及分辨不同音乐曲调的区别。这种人能构思和欣赏音乐曲调。

5. **体能智能**：即肢体动作智能，善于运用整个身体来表达想法和感觉，以及运用双手灵巧地创造或改造事物。



6. 人格智能：

即人际智能，这类人具备回应他人、理解他人和与他人共事的能力。这种互动的人格智力是能从他人眼中看出来的一种天赋。



7. 自我智能：即

内省智能，这种人通常对自我有深入的了解，能够清楚地知道自己的内在情绪、动机和欲求。有内在人格智力的人能自我反省和喜欢沉思默想。

8. 自然智能：在环境中，对多种植物和动物的一种认识和分类的能力。自然智能比较发达的人，置身于户外或生活在自然的环境中，通常会表现得较有活力。

通过开发孩子们所有的智力，使他们成为生活中的成功者，父母必须认识到在孩子身上出现的不同能力。有的孩子语言智能表现突出，有的孩子在音乐智力表现突出——关键在大人要让孩子们表现他们自己。如果孩子们有机会学习他们所喜欢的领域，并在较弱的领域发展他们，他们将在更多的方面发展，成为多方面的智者，而不再仅是单方面的智者。

孩子的智力开发越早越好，最好是从孩子降临人世之后就开始着手，不须等到孩子懂事才开始。针对每个人均须具备的以上八种智力，父母应对孩子进行全面培养教育。



三、婴儿智能的开发

望子成龙、望女成凤，相信是全天下父母的心愿。每个孩子都能借父母的遗传，获得日后可能达到最高发展的潜在智慧，至于是否能够达到最高发展的阶段，则有赖于周围环境是否能给予充分的智力刺激而定。因此，父母就要做好对孩子的潜能开发。这种智能开发，就是先天遗传和后天环境相互作用不断积累的过程。那么，有没有简便易行的开发孩子智慧的办法呢？综合专家意见，主要注意以下各点，就能适当地开发孩





子的智慧。

1. 基本训练

通过基本训练来发展孩子的感知能力、动作技能、语言能力、社交能力等。

其具体训练方法有：



【视觉训练】：用色彩鲜艳的玩具在婴

儿眼前晃动，以训练婴儿眼睛的灵活性和追视物件的能力。

【听觉训练】：利用摇鼓、摇铃等的声音，来训练婴儿寻找声源。也可通过与幼儿对话或让幼儿听音乐来训练听觉能力。

【触觉训练】：父母经常触摸婴儿皮肤，给婴儿做按摩操，按摩婴儿手脚及四肢，顺着脊柱从头部到臀部按摩背部，再按摩胸腹部。

【动作训练】：主要是训练抬头、坐、翻身、站、走等动作，以促进婴儿运动的发育。让婴儿用手抓握玩具，训练手的精细动作和手眼协调能力。

【语言训练】：逗孩子笑，与婴儿说话，为其储存语言资讯。也可以给幼儿念儿歌、读诗、指认物品和画片等。

【社交训练】：经常让幼儿与邻居、陌生人接近，与小朋友一起玩耍，常带幼儿到户外，培养幼儿的好奇心，并注意训练



幼儿的日常生活自理能力。

2. 抓住特点

父母要抓住孩子好问的特点，从提问求答，丰富孩子的知识入手，发展智慧。知识是智力的能源，知识的深浅、广窄决定智力的高低。当孩子什么都想知道时，便是开发孩子智力的凿井口。为了开发孩子的智慧，父母要多学些东西，做一位“博学”家长。

3. 创造环境

为幼儿创造一个开放而温暖的学习环境，这是开发幼儿智慧的一个可行之道。因为，开放的环境，使幼儿能够接触较多的学习伙伴，可以充分发挥幼儿互相模仿学习的能力，使幼儿能学到更多的东西。而温馨的环境，又可以使幼儿勇于表达，解除其过多的焦虑和压力。如果幼儿在身心安全、尊重温馨的环境之下，往往可使他们的头脑变得更灵活。

4. 适切期望

“角色期望”不仅有自我应验的作用，而且往往也会影响一个人的行为形态。适切的期望，可以激励孩子奋发努力，发挥他们的潜能。父母对子女的期望过高，会给孩子增加过大的

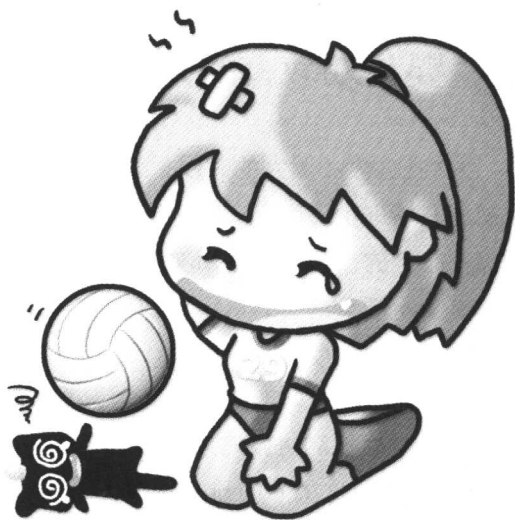




精神压力和焦虑，这样，反而抑制了孩子潜在智慧的发挥。

5. 游戏中学习

游戏往往是起于娱乐而终于智慧的一种最佳学习方式。让幼儿从游戏中学习，能较好地适应幼儿好学、好动、好玩的特点。幼儿在玩得开心时，就能使孩子的智力得到充分的



刺激，从而充分发挥其潜在智慧，并能使潜能达到发展的最高阶段。

6. 促进思考

图画、童书、玩具以及我们周围的环境，都是孩子思考和创造力的好素材。由于环境的刺激能促进幼儿大脑的发育，幼儿很容易接受声音、颜色、形象等的刺激，给幼儿听柔和而优美的轻音乐，可促进幼儿音乐智慧的开发；让幼儿经常看颜色鲜艳，或颜色对比鲜明的东西，比看浅色的东西更能刺激孩子