

●●●健康宝宝成长方案●●●

宝宝智能 开发宝典

BAOBAO ZHONGYU FA BAODIAN

石小燕 编著

孩子在**幼儿时期**，蕴藏着**无限的天赋与可能性**，需要父母加以**挖掘和引导**。



万卷出版公司
VOLUMES PUBLISHING COMPANY

●●● 健康宝宝成长方案 ●●●

宝宝智能 开发宝典

BAOBAO ZHINENG KAIFA BAODIAN

石小燕 编著



万卷出版公司
WANJUAN'S PUBLISHING COMPANY

C 目录 Contents

宝宝的智商



什么是智商 / 2

宝宝的智商测评 / 3

智力测验测智商 / 4

日常生活看智商 / 5

引导宝宝活动来判断他们的智商情况 / 6

影响宝宝智商的主要因素 / 6

培养智能宝宝，把握关键期 / 8

何为关键期 / 8

儿童有哪些“关键期”？ / 10

及早发现宝宝的天赋 / 12

导致宝宝心智发育异常的因素 / 14

宝宝智力低下的早期发现 / 15

个别宝宝智能偏低的另类说法 / 18



早期教育与智能开发



早期教育从胎教开始 / 22

宽松的气氛对胎儿有良好的刺激 / 24

愉悦的声音能促进胎儿脑的成长 / 25

胎教也是为了安全分娩 / 26

科学胎教法 / 28

科学胎教法之一 —— 音乐 / 29

科学胎教法之二 —— 运动 / 34

科学胎教法之三 —— 抚触 / 39

科学胎教法之四 —— 语言 / 40

胎教的延续——早教 / 45

早期教育需要注意的问题 / 47

不同的年龄段实施不同早教方案 / 49

根据宝宝的个性特点施教 / 51

宝宝听说看的训练



宝宝听的训练 / 54

宝宝说的训练 / 55

宝宝看的训练 / 60

选择什么样的读本 / 65

读本的内容 / 65

读本的种类 / 66

宝宝的运动与智能发育



抓住宝宝运动发育的敏感期 / 68

宝宝运动五部曲 / 69

宝宝的翻身训练 / 70

宝宝的坐姿训练 / 70

宝宝的爬行训练 / 71

宝宝的站立训练 / 73

宝宝的行走训练 / 74

灵活宝宝的运动操 / 76

让宝宝拥有一双灵巧的手 / 80

给宝宝做“大脑体操” / 81

不可忽视的左手 / 83

提高宝宝的手眼协调能力 / 85

正确引导孩子的模仿行为 / 86

挑战宝宝的智能



理智认识天才儿童 / 92

天才儿童形成的三大因素 / 92

天才儿童具备的四种能力品质 / 94

帮助宝宝建立自信心 / 95

培养宝宝的独立意识 / 97

引发宝宝的好奇心 / 100

正确引导孩子的兴趣 / 102



宝宝智能开发宝典

BAO BAO ZHI NENG KAI FA BAO DIAN



培养敏锐的观察力 / 106

儿童观察力发展的特点及对策 / 107

游戏中训练宝宝的观察力 / 108

锻炼超凡的记忆力 / 113

宝宝记忆力的特点及训练原则 / 114

记忆力训练的目标 / 115

简单办法训练超凡宝宝 / 116

激发大脑的想象力 / 117

培养思维能力 / 119

培养方式1: 捞一捞 / 119

培养方式2: 找一找 / 120

培养方式3: 配对子 / 121

培养方式4: 玩具排队 / 121

强化细致的注意力 / 122

启发独立思考的能力 / 126

宝宝的数学能力教育 / 127

数与计算 / 127

量与实测 / 128

形状、空间 / 129

逻辑、推理关系 / 130

智能开发应注意的问题

重视家庭环境对宝宝大脑发育的影响 / 132

家庭环境与智力发育 / 132



娇生惯养会损害宝宝大脑 / 133

过分刺激使大脑关闭 / 136

避免影响宝宝智力的不利因素 / 138

正确家教方式培养智慧宝宝 / 142

选择适合宝宝的沟通方法 / 143

鼓励孩子提问 / 144

正确运用夸奖 / 146

男女宝宝的不同思维方式 / 148

相似但不同 / 148

如何对待不同 / 151

玩出宝宝的高智商



选择合适玩具对宝宝进行智力训练 / 154

宝宝 1~3 个月 / 154

宝宝 4~6 个月 / 155

宝宝 7 个月之后 / 156

不同年龄的宝宝游戏特点 / 160

让宝宝在游戏中锻炼智能 / 162

宝宝的开心游戏 / 165

益智游戏 / 165

数字游戏 / 172

文字游戏 / 176

运动游戏 / 179

卧室游戏 / 181

宝宝的 智商



儿童处于人的成长发育的早期，他们的大脑和心灵还是稚嫩的，因此他们更加需要优质的营养与科学的教育。作为家长，我们要让自己的宝宝聪明过人、才智超群，就要在生活、游戏中给他们提供各种锻炼大脑的途径，让宝宝增长见识、拓展思维，全面发展智力潜能。



什么是智商

智商是智力商数的简称，英语简称IQ (Intelligence Quotient)，它是科学测定智力（包括观察力、想象力、记忆力、思维力、创造力等五个方面的能力）所获得的数据，用来反映一个人智力水平的比值，它体现了一个人的观察力、注意力、记忆力、思维力、想象力等方面。1916年特曼首次推出了一个公式，他认为智商 = 智龄 ÷ 年龄 × 100。中国科技大学叶国



华在1995年提出一种新的原则，把智力优势表现在记忆和思维两个方面，主要指记忆占40分，观察占20分，思维占60分。

观察力是指大脑对事物的观察能力，如通过观察发现新奇的事物等，在观察过程对声音、气味、温度等有一个新的认识。家长可以适当地与孩子做一些游戏，训练孩子的观察力，如找朋友等。

注意力是指人的心理活动指向和集中于某种事物的能力。如孩子全神贯注地看动画片，对做游戏、吃东西等的兴趣大大降低，这就是注意力的体现。

记忆力是识记、保持、再认识和重现客观事物所反映的内容和经验的能力。如几个月的婴儿就能记住妈妈的形象，一旦妈妈变换类型，就会出现婴儿不认识妈妈的情况。

思维力是人脑对客观事物间接的、概括的反映能力。当宝宝学会观察事物之后，他逐渐会把各种不同的物品分类归纳，如吃、穿、用、玩和大、小、长、短等，不同的类型他都能通过思维进行概括。0～3岁的孩子直观动作思维占主导地位，他的思考过程是靠行动来完成的，对于家长提出的问题，他还不会用语言来完整地回答，只能用动作来回答。而3～6岁的孩子主要采用的则是抽象逻辑思维了，这时孩子已经能用语言来回答你提出的问题了。

想象力是人在已有形象的基础上，在头脑中创造出新形象的能力。比如当你给孩子讲故事时，他可以联想到小白兔吃萝卜，双脚跳着走等等，当然，这是在孩子掌握一定的知识面的基础上完成的。

宝宝的智商测评

宝宝的智商关系着他们的一生，如何及早了解宝宝的智商并加以利用、开发，是做父母的首要问题。

爸爸妈妈都想知道自己的宝宝是否聪明，而宝宝是否聪明，是有客观标准的。其智力发展的水平可以通过智力测验来测试，智力测验就像一把尺子，每个宝宝都可以用它来测量，看看自己与同龄宝宝相比，智力处在哪个等级上。



智力测验测智商

目前国内常用的智力测验有斯丹福——比奈智力量表和韦克斯勒智力量表。用于学龄前儿童的还有格赛尔发展量表、CDCC 智能发育量表等。有条件的父母可以领宝宝到智力测量机构去测量一下。

按照我国目前一般采用的分类标准，智商在 70 以下的为低能儿，90~110 的为智力中等儿，110~120 为智力中上儿，120~130 为优秀儿，130 以上为非常优秀儿，140 以上可视为智力超常儿。

智商测验的内容，着重测查语言表达能力、数学逻辑思维能力、操作能力等方面。比如，有测量动手画图、识别图形、数数、辨色、解决问题等题目；也有测量宝宝操作反应速度的译码等。

这些专门的智力测量工具与平常书籍、报刊中所提的“智力测验”相比更加科学。它们不是偏题、怪题，也不是想当然地确定为测验题目的，其每一道测验题都经过在相当大范围内对儿童进行抽样试验，把不能区分出智力好坏的题目去掉，把能区分出儿童智力水平的题目保留下来，组成的这样一些可以称之为“尺子”的智力测验。

因此，平时我们在书、报中看到的题，只可做练习之用，不可凭一两道题的成绩就断言孩子是否聪明，即使是心理测验标准的量表，也只能帮助我们大体了解宝宝的智力状况，以帮助父母从多方面提高宝宝的智力水平，并不是检验宝宝是否聪明的唯一标准，更不能因为看到宝宝一次测验的智商不高，就放弃对宝宝的教育，认为他没有希望成材。智商不是一成不变的，宝宝可塑性很大，教育可以大大地提高宝宝的智能水平。

日常生活看智商

没有条件给宝宝作正规智力测验的父母，在日常生活中也可能通过细致的观察了解宝宝的智力状况。这需要父母有一定的儿童发育知识，还要将自己的宝宝同其他同龄宝宝相比较。宝宝的智力水平有一些最基本的指标：如宝宝生下来一个月内要能认



得出成年人的脸，并能对成年人的逗引作出反应，一个月后，小儿听到铃声应能转头跟随，看到移动的物体能用眼睛盯着它。

再长大一些时，动作的发展遵从抬头、翻身、坐起、站立、走路等顺序出现，进度与其他宝宝相比应相差不超过4个月。3岁左右，宝宝开始发展小肌肉运动，像折纸、剪东西、拣小颗粒一类的精细动作应该能比较顺利地完成。在语言方面，1岁前对大人的语言能有“嗯、呀”的反应声；2岁前对大人说出的他熟悉的词能响应，比如妈妈说“爸爸回来了”，他能转头去找；3岁时能说简单的句子；4~6岁能由简单叙述几句话的事发展到能连续地、较系统地讲一段小故事。如果在这些项目上宝宝能够成功，就说明他们智力发展的水平良好。如果这些能力大部分落后于同龄人，则需要找



专家咨询，进一步为宝宝创造好的教育环境。

引导宝宝活动来判断他们的智商情况

让宝宝同你对话，就能知道宝宝的口齿是否伶俐，语句是否流利，逻辑思维是否有条理；让宝宝复述发生过的事情或听过的故事，就可以知道宝宝记忆力的强弱、兴趣的浓淡和注意力的持久程度；让宝宝看图说话、讲故事，就能测知他想象力的丰富和敏捷程度；让宝宝判断某些玩具和实物的大小、多少、粗细、长短、厚薄、轻重、高矮，就可以测查出宝宝对数的认识，了解他思维的快慢和判断力的强弱。

影响宝宝智商的主要因素

谁都希望自己的孩子聪慧过人，成为有用之材。那么，如何造就高智商的儿童呢？综合各国专家的调查材料，主要与下列因素有关：

1. 远血缘通婚。父母血缘越远，孩子的智商越高。研究显示，父母均为本地人，其子女平均智商为102.45，同省异地通婚者上升到109.19，异省者达109.35。可见异地通婚能提高下一代的智商，这一点，择偶时不可忽视。

2. 母亲有性高潮。美国性科学家通过实验得到结论：孩子智商的高低与孕时母亲有无性高潮有关。其解释是：女性达到性高潮时，不仅血液中的氨基酸与糖分子渗入生殖道，使进入阴道的精子存活时

间延长，运动能力增强，同时还有利于提高精子的竞争能力，让强壮而优秀的带有聪明遗传物质的精子与卵子相结合，从而孕育出智商较高的下一代。

3. 九至十月出生。据日本专家调查分析，一年中9至10月份出生的孩子智力最佳，因为胎儿的大脑沟回在胚胎头3个月形成，此时正值5月至



6月份春暖花开的季节，孕妇心情愉快，各种水果蔬菜大量上市，营养丰富，特别有利于大脑发育，出生后智商自然高出一筹。

4. 母乳喂养。英国剑桥大学营养学家对30多名7~8岁的儿童做了智商测验，并与婴儿期的食谱进行对照，发现吃母乳长大的孩子普遍智商较高，平均比吃代乳品的孩子多10分。其奥秘在于母乳中含有多种可促进儿童大脑发育的活性物质，特别是一种叫做牛磺酸的特殊氨基酸，不仅能增加脑细胞的数量，还能促进神经细胞的分化与成熟。

5. 睡眠充足。法国科学家以7~8岁小学生为对象观察到，孩子的学习成绩与其睡眠时间长短关系密切。凡睡眠短于8小时者，61%的人功课成绩较差，而每晚睡眠10小时者，76%的人成绩中等，11%成绩优良，只有13%的人成绩差。

6. 勤于运动。美国一位博士研究显示，凡坚持每天持续20分钟的跑步，做健美操等运动的学生，其学习成绩明显优于那些懒于运动者，因为锻炼能使大脑处于最初启动或放松状态，想象力会从各种思



维的束缚中解脱出来，变得更加敏捷，更富有创造力。

7. 体重适中。过瘦过胖都不利于智力发育。就现实生活而言，由于生活水平的提高以及独生子女的增多，胖孩子的队伍日趋壮大，肥胖已成为儿童智商发展的主要威胁。有专家将超过正常体重20%的肥胖儿与正常儿比较，其智商尤其是操作智商相差悬殊，视听感觉、接受知识的能力均处于低等水平状态。

8. 吃好早餐。美国一位专家提出：早餐是一剂补脑灵药。他的试验表明：吃早餐后两小时参加高难度考试的学生，其得分明显高于空腹的考生。原来，早餐是体内空腹一夜之后，包括大脑在内的所有器官获得能量补充的第一餐，吃进的蛋白质、糖、维生素、微量元素等健脑成分，利用率高于其他两餐。

培养智能宝宝，把握关键期



何为关键期

养育孩子就像园丁需要熟悉花儿的属性一样，父母也需要了解自己宝宝生长过程中的每一个重要阶段，知道在哪些时期需要什么，应该如何使宝宝发挥潜能，宝宝对什么感兴趣等等。这样，父母才能从客观的角度去分析、了解宝宝身上所发生的一连串变化，这些变化都受到某个特定时期特有的生命力所激发，是由宝宝自身迸发出来的。孩子成长历程中这些具有非凡意义的时期被心理学家称为“关键期”，

也叫做“敏感期”。

动物专家观察到，出生2小时之内的小鸭，会追随它们第一次看见的移动着的物体（在自然状态下多数是追随母鸭）行走。为了证明这个发现，专家们把一窝小鸭孵出后，不让它们看到母鸭，而是让人在它们面前走过，小鸭第一次看见的是人在行走时，就排成串跟在人身后。动物专家把这一现象称作“印刻”，这



种“印刻”行为在小鸭出生后几小时内出现，而在一两天后消失，如果小鸭孵出后未及时遇到运动着的追随对象，在一两天之后这种行动就不会出现，由此动物专家提出了“关键期”的概念。

“关键期”出现在特定的时期，过了这个时期，这种特殊的敏感性就会消失，由其他的“关键期”取代。儿童教育专家曾经举毛毛虫为例对此加以说明。有一种毛毛虫把卵产在树木主干的分叉处以避免风雨侵扰。幼小的毛毛虫孵化出来后，它们的嘴巴又小又嫩，无法吃大片的树叶，只有树梢顶端的新芽适合它们。但谁来引导小毛毛虫去寻找远处的新芽呢？原来，毛毛虫在幼小的时候对于光线特别敏感，这种敏感性驱使它们往明亮的地方移动，直至挪到树梢上去，就能享用嫩叶美餐了。一段时间后，毛毛虫长得又大又壮，不用靠嫩叶来维持生命，就开始在树木各处爬来爬去，采食茂盛的大叶子，这时它们在生理上也丧失了对光线的特别的敏感性，不再往树梢顶上爬了。所



以,“关键期”最显著的特征就是:由于一种不可抗拒的冲动,促使个体(即儿童)在特定的时期从环境中选择某些特定的因素,促进个体的成长。

宝宝的“关键期”相当短暂,主要目的是帮助宝宝获得某些机能。儿童“关键期”最重要的阶段是在0~6岁。研究发现,人类智力的发展,从0~17岁接近完成,0~2岁发展达到20%,到4岁时达到40%,8岁时达到80%,12岁时到92%,17岁几乎已达到100%的成熟。不难发现,儿童智力发育在0~8岁之间最为重要,父母如在这一时期能把握住孩子的“关键期”进行教育,孩子的潜能就会得到充分的开发。

✿ 儿童有哪些“关键期”?

• 秩序感的关键期(出生~2岁)

婴儿从降生之日开始,吃喝拉撒睡等生命最基本的需要和能力都逐渐从无规律走向规律。渐渐地,宝宝从1岁半开始,对物品的位置、时间的经过、事情的顺序、事先的约定等都有了严格的要求,到



3岁时达到最高峰,之后就会慢慢消失。