



科学·权威·实用的早教指南

早教

启智

一本通

黄醒华 ◎ 指导专家
王占黎 张秀丽 ◎ 编著



OPEN >>

中国人口出版社

科学·权威·实用的早教指南

早教

启智



一本通

黄醒华 ◎ 指导专家
王占黎 张秀丽 ◎ 编著



中国人口出版社



图书在版编目(CIP)数据

早教启智一本通 / 王占黎, 张秀丽编著. —北京: 中国人口出版社, 2007. 10

ISBN 978 - 7 - 80202 - 528 - 8

I. 早… II. ①王… ②张… III. 婴幼儿—智力开发
IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 149791 号

早教启智一本通

王占黎 张秀丽 编著

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京旺银永泰印刷有限公司
开 本	730 × 960 1/16
印 张	28.625 插 页 2
字 数	350 千字
版 次	2007 年 10 月第 1 版
印 次	2007 年 10 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 80202 - 528 - 8/R · 617
定 价	36.80 元

社 长	陶庆军
电子信箱	chinaphouse@163.net
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 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



目录 ♥

CONTENTS

>>> 早教启智一本通

♥ Part1 婴儿的发育与早教 /1

- 宝宝各种能力的发育 /1
- 宝宝的心理行为发育 /7
- 婴儿的早教和训练 /9
- 1~1.5 岁宝宝的早教 /25
- 对 1.5~2 岁宝宝的教育训练 /28
- 对 2.5~3 岁宝宝的教育训练 /31
- 什么是宝宝感知能力训练 /36
- 宝宝认知能力训练 /39
- 宝宝运动能力训练 /49
- 宝宝精细动作能力的训练 /57
- 宝宝社会适应能力训练 /64
- 宝宝生活自理能力的训练 /70
- 宝宝的早教以什么为主 /76
- 早教是妈妈与宝宝的交流 /77
- 在早教中要让宝宝唱主角 /79
- 宝宝早教的要领和重点 /82
- 增长宝宝大脑能力的方法 /84
- 宝宝各种能力的训练方法 /86
- 4 岁以内宝宝的“七感”训练 /91

♥ Part2 爸爸妈妈和宝宝做游戏 /94

- 用游戏的方式开始宝宝在幼儿期的早教 /94
- 宝宝游戏的特点和作用 /97



适合宝宝的家庭游戏 /99

爸爸妈妈与宝宝玩的游戏 /108

妈妈与宝宝动手做游戏 /112

妈妈与宝宝互动游戏 /116

开心泡泡坊游戏 /118

宝宝玩分类游戏 /121

宝宝的排序游戏 /122

妈妈与宝宝操 /123

宝宝模仿操的做法 /127

2~3岁宝宝的游戏 /129

体育启蒙游戏 /130

玩具是宝宝的第一本教科书 /132

宝宝各个年龄段的玩具 /134

爸爸妈妈如何指导宝宝做游戏 /138



♥ Part3 如何教宝宝学语言和识字 /142

宝宝学习语言能力的训练 /142

3岁以内的宝宝的语言分段训练 /148

训练宝宝说话的要领和规律 /151

通过讲故事发展宝宝的语言能力 /162

如何教宝宝学习拼音 /164

教给宝宝学习语言汉字的窍门 /169

让宝宝对文字感兴趣 /173

让宝宝学习英语 ABC /175

爸爸妈妈怎样给宝宝讲故事 /177

用故事来培养宝宝的想象力 /180

用故事开启宝宝的智慧 /181

如何指导宝宝阅读 /184

如何培养宝宝的阅读兴趣 /186

怎样给宝宝选择图书 /189

爸爸妈妈如何为宝宝选购图书 /190



♥ Part4 宝宝的音乐启蒙教育 /194

给宝宝美妙的听觉世界 /194

如何给宝宝音乐启蒙 /196

让宝宝听音乐、学唱歌、发展音乐能力 /200

学音乐可使宝宝更聪明 /203



♥ Part5 宝宝的美术启蒙教育 /207

带你的宝宝进入色彩世界 /207

和宝宝做有关色彩的游戏 /210

宝宝美术才能启蒙 /212

如何指导 2~3 岁的宝宝学画画 /214

让宝宝学习剪贴的技巧 /215

♥ Part6 宝宝数与逻辑的启蒙 /217

让宝宝认识单双数 /217

让宝宝在生活中学数数 /220

你会教宝宝学数学吗 /224

3 岁以内宝宝数的学习 /227

启发宝宝数学思维的问题 /228

怎样提高宝宝的分类能力 /229

怎样教宝宝认知星期、日历、时钟 /231

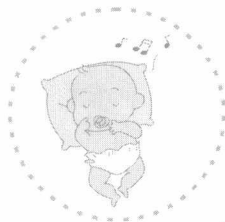
♥ Part7 宝宝各种能力的培养训练 /233

宝宝智能发展的关键期 /233

培养宝宝的记忆力 /234

如何培养宝宝的观察力 /240

培养宝宝的思维能力 /243



怎样培养宝宝的想象力 /252

如何培养宝宝的注意力 /254

宝宝创造能力的培养 /257

如何对宝宝进行创意教育 /262

如何发展宝宝的创造个性 /267

♥ Part8 宝宝个性与社会行为能力的培养 /274

如何培养宝宝的独立性 /274

怎样强化宝宝的任务意识 /279

宝宝责任感的培养 /281

如何对宝宝进行挫折教育 /284

训练培养宝宝的逆境商 /289

如何培养宝宝的交往能力 /291

怎样培养宝宝的意志力 /293

训练培养宝宝的幽默感 /299

培养宝宝快乐的性格 /303

关注宝宝的性格偏差 /311

宝宝健全人格的培养 /317

怎样培养宝宝的自信心和自尊心 /319

如何培养诚实正直的宝宝 /321

怎样让宝宝成为一个高情商的人 /323

如何训练培养宝宝的合作精神 /329

宝宝良好情绪的训练培养 /333

宝宝适应能力的训练培养 /336

宝宝决策能力的训练培养 /339

训练培养宝宝的纪律观念 /342

查看宝宝的社会行为与能力 /344

面对未来宝宝需要具有的能力 /347



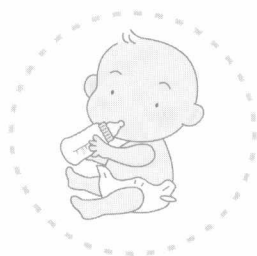
♥ Part9 宝宝生活能力的训练培养 /353

训练培养宝宝的自我管理习惯 /353

宝宝在入学前应具备的能力 /358

如何让宝宝学会自救 /360

怎样培养宝宝的理财能力 /363



♥ Part10 家庭教育的原则与方法 /365

爸爸妈妈鼓励宝宝学习的技巧 /365

爸爸妈妈要给宝宝树立榜样 /369

暗示教育对宝宝早教效果最佳 /371

爸爸妈妈如何辅导宝宝学习 /372

宝宝的成长需要七种教育 /375

如何正确引导宝宝的攀比心理 /377

爸爸妈妈赠给宝宝的最佳礼物 /380

爸爸妈妈赞扬宝宝要有技巧 /382

怎样对待宝宝的心理需要 /385

如何与你的宝宝沟通交流 /387

宝宝任性怎么办 /389

在教育宝宝的问题上夫妻要唱一台戏 /393

大人不能对宝宝说谎 /394

要尊重宝宝的人格和个性 /396

爸爸妈妈怎样对待宝宝的提问 /406

爸爸妈妈如何为宝宝布置书房 /408

爸爸妈妈管教宝宝的原则 /410

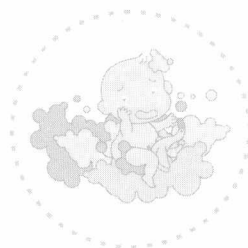
溺爱孩子的 10 种形式 /412

成功教育宝宝的三大原则 /418

如何根据宝宝的身心特点施教 /421

要把握宝宝早教的关键期 /424

宝宝的行为核查表 /427





1 婴儿的发育与早教

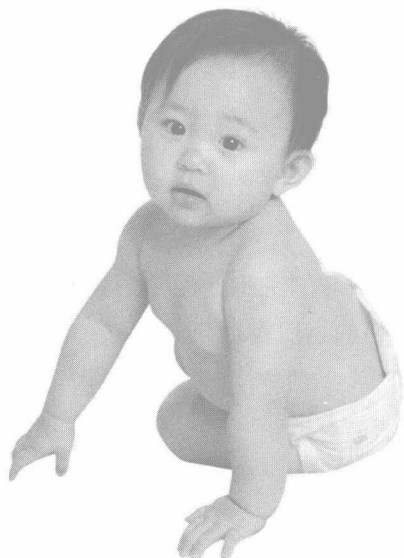
宝宝“呱呱”落地以后，每个妈妈都会很注意宝宝的健康发育情况，然而每个细节你都很清楚吗？如何做好早期教育你真正的准备好了吗？



宝宝各种能力的发育

宝宝的各种能力的发育，是指宝宝对内、外环境的各种刺激的反应，主要体现在包括坐、走、跑、跳和各种精细动作的能力，对语言的理解能力，对周围的人、物和事物的感情反应和交往，记忆、想像力和计算能力以及饮食、小便的习惯形成，等等。所有这一切均是以神经系统组织结构的不发育成熟为基础的。

宝宝在出生以后的前3年，是生理、心理、身心健康非常迅速的阶段。在每一个人的一生中也是一个非常重要的阶段，每一个爸爸妈妈除了要关心宝宝的饮食起居以外，还应该根据宝宝的生长发育的特点，有针对性地进行教育、引导。宝宝出生时，大脑皮层较成人薄，脑细胞的数





目在出生以后虽然增加不多,但分化还不完全,而且脑细胞功能也是在逐渐发育成熟中;另外,神经髓鞘也没完全形成,这个过程要延续到3岁以后,并且不同的神经发育也分先后,例如:脊髓神经髓鞘的形成,是自上而下的,所以,宝宝的运动神经功能有其发展的规律,动作的发育总是自上而下,从不协调到协调,由不集中到集中。每一个宝宝总是先抬头,然后才会伸手取物到弯腰取物,坐、立、走、跑、跳。宝宝在不同的年龄阶段,在神经发育上基本能达到以下水平。

1. 从出生到1个月的宝宝

当妈妈用奶头刺激新生宝宝嘴角时,他会出现寻觅、吸吮、吞咽等动作。当新生儿感到满足或心情好时会露出笑脸。有时手、脚显出不协调的动作,能短暂凝视亲人。四肢略呈弯曲状,脸向下趴在床上时,头可以斜向一侧。对太响的声音会出现拥抱状。在啼哭时,听到声音会马上停止。满1个月的时候,当妈妈和他说话时,能注视妈妈的脸,尤其是妈妈的眼睛。

2. 在2个月时的宝宝

这时能被大人逗笑,有的能把握着的拳头放到嘴里吸吮。让宝宝俯卧位的时候,有的下颌会稍微抬一抬,试着离开床面。直立抱着时,能竖起头片刻,稍微支持一下,但是很快又垂下。眼睛能随物体移动,听到声音会转头。

3. 3个月的宝宝

这时的宝宝已能控制颈部,俯卧时,头居中已能抬头片刻。用肘稍微撑起胸部,手的屈肌摆脱了紧张状态,两手已能经常张开再紧握成拳头状,有时能把两只手举到眼前,自己玩弄手指。能较灵活地用眼睛、喉音、动作与他人交往。

4. 4个月的宝宝

这时的宝宝俯卧时已能用手臂撑起胸部并抬头,头部与床面可成 90° 角,有

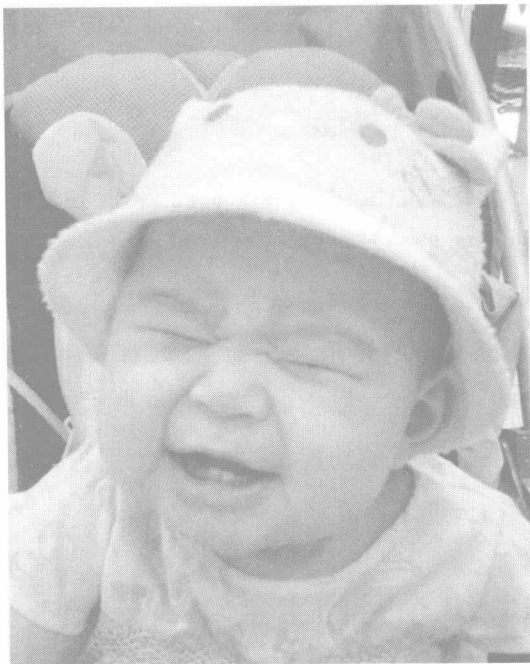
时会从仰卧转向侧卧,仰卧时喜欢蹬腿。眼有神,眼的移动可爱并且有意识。把玩具放在他手中时,已经稍能抓、握,并把抓到的东西放到嘴里吸吮。扶着坐起时,头也能竖起得比较稳。

5.5 个月的宝宝

这时的宝宝在俯卧位的时候,会用两手支撑起胸部,抬头时间也较长,喜、怒、哀、乐已能显露于色了。有的宝宝见到妈妈会手舞足蹈。宝宝已能开始主动抓玩具,常常会把抓到的东西放到嘴里吸吮。扶起成坐位时,头能竖起得相当好。有时他已经能翻身。

6.6 个月的宝宝

这时的宝宝俯卧位的时候,已经能伸直两臂支撑起头和胸部。仰卧时,能抬头并且抬高两腿,用手抓住脚。当妈妈说要抱他时,有的宝宝会把躯体稍微前倾,等待妈妈去抱他。扶着拉他的两只小手,他能自己用力拉到坐位稍坐片刻,个别宝宝已经能独坐。把宝宝抱到妈妈腿上,能稍微扶着站一会儿,并一蹦一蹦地跳。一些宝宝会抓玩具,会把饼干塞到嘴里去。会用牙齿去咀嚼,两手会抱持奶瓶。有些会对着镜子里的自己的形象微笑,叫他的名字会有所反应,身体各部位也显得灵活起来。





7.7 个月的宝宝

这时的宝宝运动能力又进一步增强,手变得更灵活,会频繁地用手抓东西往嘴里放。多数宝宝能独坐,脚劲也变大了。玩具在手中会左右手传递,会翻身。能无意识地发出“爸”、“妈”等单音节。

8.8 个月的宝宝

这时的宝宝认人的能力进一步增强,有的宝宝已开始会爬,但是其腹部还不能离开床面,而且在学会朝前爬行之前,宝宝往往是先学会向后退,对着想要的东西已能弯着身体去取,会拒绝不喜欢的东西,两手拿着玩具会互相敲打着玩。拉住他的手已能站几秒钟,能发出“啊、爸、妈”的音,个别宝宝抓住椅子、床栏以后能站立起来,有的宝宝已经能模仿一些简单的动作,例如张嘴、伸舌头等。

9.9 个月的宝宝

这时的宝宝不用扶靠,已经能独立的坐着较长点的时间,并能从坐位改为爬,能撕碎纸片。喜欢音乐的宝宝听到电视机、录音机里的音乐会扭动身体、挥舞手,等等。有的宝宝取物时手显得更灵巧,已经具有对手指的功能,主要表现为用拇指和食指去取东西。

10.10 个月的宝宝

这时的宝宝能从趴着的姿势坐起来,对事物的兴趣比较集中了,已经不再紧握



东西不放,而且能把东西来回挪动,或是递给别人。不少宝宝已能较长时间坐稳,有的已能放手站几秒钟,个别的已能被扶着开步走,并且能爬来爬去玩。喊他的名字时能转头寻声,对一些简单的问话有反应,问他,灯在哪里,会朝向有灯的方向去看,能作挥手表示“再见”的动作。

11. 11 个月的宝宝

这时的宝宝,已逐渐开始能不扶物品独自站立起来,个别宝宝能扶着床沿、椅子、沙发等挪动步行了,握其双手让他站立起来,会两脚交替地挪步。抓住他一只手,另一只手能推开门。有的宝宝会把杯子里的水倒出来,会摇头,作出奇怪的样子;会用手表示“再见”、“谢谢”,能理解大人的一些话。

12. 12 个月的宝宝

这时的宝宝能自己站得很稳,并且已经开始会做下蹲的姿势,扶住东西站起来后又能从站位坐下。牵住他的两手能行走,以后慢慢会独立行走。行走的规律是先学会开步走,以后会在行走时停下来,最后才会倒退走。宝宝已经初步能以食指和拇指捻起小物品,能理解大人简单的命令,能把认识的物体与其名称联系起来。会抓小匙,但不能控制好,在别人帮助下能用杯子喝水。

13. 15 个月的宝宝发育

这时的宝宝已经能自己走,但是,走得还不太稳,在扶持下会迈上楼梯,能爬上椅子并且翻身坐好;能双手捧杯喝水;会用勺子舀东西吃,但是,控制能力还不够好;会翻动书本,能说2个或3个词;在要东西时,会用手指去指点;会搭起二三块积木,独自跪在地板上玩,并且会模仿一些简单的动作;能指出身体上某些部位,例如:腿、耳、口、鼻、脚等。



14. 18 个月的宝宝发育

这时的宝宝能独自很稳地走路,并且能够蹲下来捡地上的东西;有的已经会自己跑,会爬上爬下台阶,大人拉着他的一只手可上台阶了;手的动作也更灵巧,会拿着笔乱画;听懂的话理解的事情更多,会说简单的句子。

15. 2 岁的宝宝发育

这时的宝宝已经能快跑,可以单独上下楼梯,一步一停,能在原地跳跃。有的能单手握杯,对着画册说话,而且比较连贯。宝宝的自我意识开始发展,有好奇心,能搭起七八块积木;会自己脱鞋和脱袜子并且会说出自己的名字。

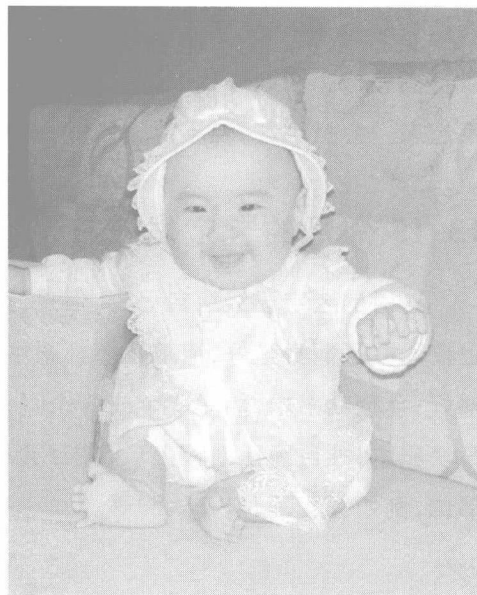
16. 2 岁半的宝宝发育

这时的宝宝会洗手和会用毛巾擦手;能用双脚跳和握笔学会画直线;不用别人帮忙自己会去大小便。

17. 3 岁的宝宝发育

这时的宝宝能两脚交替着上楼,并且会独立的站几秒钟。会搭起十块积木,词汇也更丰富了,讲话更加连贯。会模仿做家务,能自己穿袜子、鞋子,但是还分不出左右。会解开衣扣,说唱一些歌谣,爱提出问题。已经能理解冷、热、累、饿的意义。

这里需要特别指出的是,宝宝的发育也不是每个人都相同的,存在着一定



的个体差异,同时,这也和家庭的育儿方式有一定的关系,因此,可能有一些快慢不同。所以只要一个宝宝各方面看上去都很正常,而某一方面如站、走、说话稍晚一点也是可以的,但如果明显落后,爸爸妈妈就应该去医院进一步检查了。



宝宝的心理行为发育

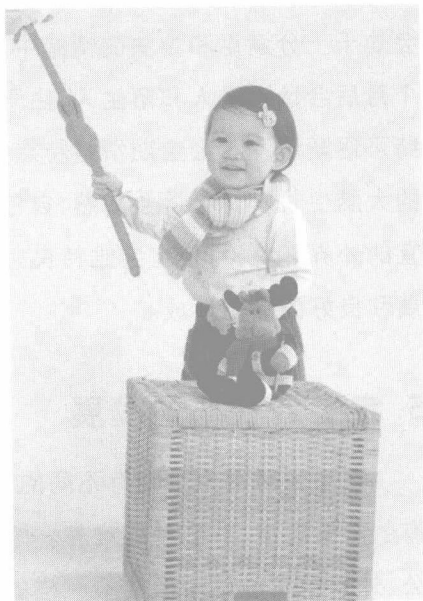
宝宝心理行为发育随着年龄增长而发育,由简单到复杂逐渐达到成熟。

1. 宝宝的注意力发育

出生最初3个月宝宝的注意力是无意的,满3个月以后才能较短暂地集中注意力,如注视人的脸部或倾听声音随着对外界环境和生活的接触增多。但1~3岁宝宝仍然稳定性较差,注意力容易分散,要到5~6岁才能较好地控制自己的注意力,但是,集中注意力也不过只能维持10~15分钟。

2. 宝宝的记忆力发育

记忆是复杂的活动,包括宝宝认识妈妈和爸爸及衣服、鞋等生活用品,并且能保持和回忆,这是神经心理发育过程。例如,5~6个月的宝宝虽可认识妈妈,即当妈妈出现在眼前时能认识,妈妈不在眼前是不会想起妈妈的。一般要到1岁左右才能于妈妈不在眼前时也能想起妈妈,即有记忆能力。宝宝期的记忆具有时间短、内容少的特点,对给他带来的欢乐、恐惧、愤怒的事容易记忆,但尚缺乏有意的记忆。





3. 宝宝的思想活动

思想是人脑的高级活动,常常通过语言来表达。1岁以内宝宝主要依赖接触到的人和物产生思维活动,如看到吃的东西就嚷着要吃,不会产生想吃不在眼前的食品的要求。1~2岁的宝宝想像能力刚刚萌芽,3岁以后想象能力增强,但是,仍是短时间的、零星的。4~5岁宝宝仍有无意行为,但是,已经产生有意想象和创造性想象并随着大脑的生长发育越来越成熟,逐步形成更强的独立思考能力,如在陌生的人和环境中会吵嚷着“要妈妈”和“要回家”。

4. 宝宝的感情和情绪变化

宝宝的情绪完全受外界生活环境的影响。新生儿尚不能顺利适应外界的环境,如饥饿、尿湿都会以啼哭表示,因此,必须特别地予以保护和照料,仔细观察各种情绪变化。2个月以后在妈妈的亲切怀抱中,受到妈妈的温馨的爱抚,宝宝会处于十分满足和愉快的情绪中,逐渐对妈妈产生依恋,6~9个月达到高峰。6个月后会认识亲人和陌生人,由于接触外界的范围扩大,1岁以后依恋妈妈的情绪可逐渐淡漠。宝宝期情绪特点为:时间短、反应强、易变化、易冲动。随着宝宝的大脑生长发育会慢慢成熟,自控能力增强,情绪逐渐稳定,良好的家庭气氛,适宜的外界环境,可使宝宝维持良好情绪,亲密和谐的情感有益于宝宝智力心理发展和良好的品德形成。

5. 宝宝的性格的发展

在出生时每个宝宝有不同的气质特点,有的反应敏捷、灵活,有的温顺听话,有的行为缓慢,有的暴躁难养。随着对环境的适应和爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、外公、外婆的接触逐渐形成不一样的个性心理特征,称之为性格,性格一旦形成较

为稳定,但是,也可以在一定环境条件下改变个性,这就称为“可塑性”。宝宝期一切需求要依赖成人,慢慢建立对周围亲人,通常是照顾最多的妈妈的依赖和信任感。宝宝时期活动范围加宽,能独立行动,自主感,主动性加强,但是,对亲人仍有依赖。4~5岁以后生活基本能自理,主动性更强,开始有目标的行为,如:会找书看、会找小朋友玩,对自己的情绪也能抑制,耐心等待妈妈准备的餐具吃饭。随着体格的发育,性格逐渐形成,在家庭和学校教育下,社会交往增多,年轻的爸爸妈妈要重视通过生活、游戏、学习培养宝宝健康的心理,使他们养成积极性和广泛的兴趣,有自制能力,有责任感和独立的优秀性格。



婴儿的早教和训练

1.1 个月宝宝的早教与训练

宝宝在满1个月时,观看东西的能力、双耳的敏感度都较前有一个飞跃。此时,爸爸妈妈可以在宝宝床的上方,挂上一些五颜六色的彩条、彩球等,还可以挂上一些带呼声、响声的玩具来吸引宝宝。他能较长时间地注视着这些玩具,两只小手还会不停地挥动,好像是要抓玩具似的。如果妈妈把玩具在他面前摇晃,他的小手也会跟着挥舞,并且皱着他的眉头没有笑意,双眼紧紧盯住这个玩具,不知是何物。其实,这是宝宝在认识、在思索一件新鲜事物。

1个月的宝宝不会说话,爸爸妈妈只能从他的视觉、听觉、动作几个方面着手教育,

