



杨斌 孙比男 编著

宝宝益智启蒙教育

1-3岁



1-3岁宝宝的心智发展占

人一生的70%以上

详细解读此年龄段宝宝的

各个奇特的生理

心理现象

答疑解惑

用现代科学的手段

启迪宝宝的心智

丰富多彩的健身益智游戏

让宝宝在充满爱心的

怀抱中健康成长

内蒙古人民出版社

宝宝益智启蒙教育

1-3岁

杨斌 孙比男 编著



内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝益智启蒙教育/杨斌,孙比男编著. — 呼和浩特:
内蒙古人民出版社, 2003. 1

ISBN 7-204-06356-2

I. 宝… II. ①杨…②孙… III. 婴幼儿—早期教育—问答 IV. G61-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 000922 号

宝宝益智启蒙教育(共四册)

杨斌 孙比男 编著

*

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城西街 20 号)

内蒙古瑞德教育印务股份有限公司印刷

开本: 880 × 1230 1/32 印张: 38.125 字数: 920 千

2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

印数: 1-4000 套

ISBN 7-204-06356-2/G·1413 总定价: 60.00 元(共四册)

宝宝益智启蒙教育(1~3岁)

· 目 录 ·

● 第一章 ●

1~1.5岁幼儿益智启蒙教育

- 一、1~1.5岁幼儿的生理发育(2)
 - 1. 身体的变化与发育/2
 - 2. 身体发育家庭训练的方法/6
- 二、1~1.5岁幼儿的心理发育 (10)
 - 1. 心理发育过程/10
 - 2. 正常的心理表现/12
 - 3. 错误心理倾向的纠正/14
- 三、1~1.5岁幼儿的智能发展 (18)
 - 1. 智能的提高/18
 - 2. 智能开发的训练方法/24
 - 3. 创造智力发展的环境/30
- 四、1~1.5岁幼儿的健康指导 (35)
 - 1. 合理的生活方式/35



2. 健康生活的教育训练/40
3. 宝宝的保健措施/45
4. 运动能力的培养/48
- 五、1~1.5岁幼儿的益智训练游戏 (52)
 1. 给宝宝布置一个“游戏乐园”/52
 2. 怎样教孩子玩/54
 3. 早期脑力开发游戏/56
 4. 游戏推荐/58
- 六、1~1.5岁幼儿益智启蒙教育疑难解答 (63)
 1. 如何理解孩子的想法?/63
 2. 为什么孩子还是父母带比较好?/64
 3. 为什么不要对孩子说“一边玩去”?/65
 4. 为什么孩子喜欢玩游戏?/66
 5. 为什么运动对发育极为重要?/67
 6. 怎样培养孩子的观察力?/68
 7. 怎样培养孩子的想像力?/69
 8. 如何进行语音训练?/70

●第二章●

1.5~2岁幼儿益智启蒙教育



一、1.5~2岁幼儿的生理发育(72)

1. 身体的变化与发育/72
2. 幼儿运动能力的发展/74
3. 身体素质的发展/78

二、1.5~2岁幼儿的心理发育(79)

1. 心理的发展变化/79
2. 正常的心理特征/80
3. 纠正错误的心理倾向/85
4. 对幼儿的心理教育训练/91

三、1.5~2岁幼儿的智力发育 (96)

1. 智力发展过程/96
2. 帮助宝宝发展智力/96
3. 发现潜在的天赋/101
4. 怎样训练宝宝的语言能力/103
5. 幼儿提高语言能力的方法/105
6. 激发孩子对学习的兴趣/109
7. 培养孩子集中注意力/111

四、1.5~2岁幼儿的健康指导 (112)

1. 健康的生活方式/112
2. 设立明确可行的规矩/116
3. 为孩子入托做准备/117
4. 让宝宝健康地成长/119

五、1.5~2岁幼儿的益智训练游戏 (124)

1. 玩是婴幼儿的良师益友/124
2. 不同年龄应玩不同玩具/125
3. 适合此年龄段的游戏/125
4. 运动游戏/129
5. 户外游戏/130

六、1.5~2岁幼儿益智启蒙教育疑难解答... (133)

1. 为什么不要干涉孩子的活动?/133
2. 为什么不能溺爱孩子?/134



3. 如何教育孩子使用礼貌语言? /135
4. 怎样帮助孩子学习社交技能? /136
5. 如何使不受欢迎的孩子融入集体? /137
6. “左撇子”孩子应怎样对待? /137
7. 父母如何对待不同气质的孩子? /138
8. 如何提高孩子的视知觉? /139
9. 怎样培养孩子的创造力? /140
10. 怎样才能知道孩子的智力水平? /141
11. 用什么语调和孩子交谈? /142

●第三章●

2~2.5岁幼儿益智启蒙教育

一、2~2.5岁幼儿的生理发展(144)

1. 身体的变化 /144
2. 帮助孩子健康发育 /145

二、2~2.5岁幼儿的心理发展(148)

1. 正常的心理特征 /148
2. 从色彩洞悉婴幼儿的人格特质 /152
3. 帮助幼儿的心理健康发展 /156
4. 及时调整宝宝的情绪 /161

三、2~2.5岁幼儿的智力发育(164)

1. 智力发展 /164
2. 帮助宝宝发展智力 /165
3. 家长应学会因材施教 /170
4. 如何引导孩子的学习发展 /174



四、2~2.5 岁幼儿的健康指导·····(179)

1. 培养幼儿的自理能力/179
2. 让孩子的身心健康成长/182

五、2~2.5 岁幼儿的益智训练游戏·····(189)

1. 带孩子走向野外/189
2. 学习和玩耍/191
3. 游戏推荐/196

六、2~2.5 岁幼儿益智启蒙教育疑难解答·····(203)

1. 怎样教育孩子对自己的行为负责?/203
2. 怎样消退孩子的不良行为?/204
3. 孩子为什么会“人来疯”?/205
4. 怎样对待孩子的说谎?/206
5. 为什么要培养孩子的合群精神?/207
6. 怎样培养幼儿的竞争意识?/207
7. 孩子为什么喜欢把玩具拆开?/208
8. 怎样对待孩子的好奇心?/209
9. 如何改善孩子的知觉加工过程?/210
10. “依恋过度”的孩子怎么对待?/211

●第四章●

2.5~3 岁幼儿益智启蒙教育

一、2.5~3 岁幼儿的生理发育·····(214)

1. 生理变化/214
2. 发育特征的变化/216



3. 幼儿的“左”“右”概念发展/217	
二、2.5~3岁幼儿的心理发育	(219)
1. 正常的心理特征/219	
2. 关注幼儿的情绪情感/223	
3. 塑造孩子良好性格/226	
4. 重视孩子的个性发展/227	
5. 培养孩子良好的道德行为/228	
6. 培养孩子的自尊心/229	
7. 纠正幼儿不良心理倾向/230	
三、2.5~3岁幼儿的智力发展	(234)
1. 智力的发展/234	
2. 智力提高的方法/241	
四、2.5~3岁幼儿的健康指导	(260)
1. 饮食健康/260	
2. 生活方式健康/262	
3. 身体健康/268	
五、2.5~3岁幼儿的益智训练游戏	(271)
1. 从游戏中教育幼儿/271	
2. 运动与游戏/278	
六、2.5~3岁幼儿益智启蒙教育疑难解答	(281)



1. 如何了解孩子在集体中的地位?/281
2. 如何对待孩子的挑衅行为?/282
3. 孩子争吵,家长该如何处理?/283
4. 为什么不能强调独生子女的特殊性?/284
5. 双胞胎孩子的教养应注意什么?/285
6. 孩子为什么喜欢听重复的故事?/286

7. 怎样发展孩子的分类能力? /286
8. 如何让孩子学会序列问题? /287
9. 录音故事与父母讲故事效果一样吗? /288
10. 为什么不能滥用惩罚? /289





◎ 第一章

1.5 岁幼儿益智启蒙教育

几乎所有的父母都知道“不要让孩子输在起跑线上”这条口号式的真理，但大部分父母却不知道如何做——如何做才是对。其实这是因为他们只想着要去教育孩子，却不懂得自己要去学习。那么拿起这本书翻翻吧，从现在开始，还不算晚！





一、1~1.5 岁幼儿的生理发育

1. 身体的变化与发育

身体的大小

此时期平均体重,男婴为 10.1 公斤,女婴为 9.5 公斤;身高为男婴 78.5 厘米,女婴 77.0 厘米。

宝宝第二年的生长速度明显没有第一年快。头围第一年平均可增加 12 厘米,第二年平均只增加 2 厘米,1 岁半时,正常男孩平均头围为 47.4 厘米,女孩平均头围为 46.2 厘米。胸围在第二年逐渐地大于头围,如果宝宝营养好,又注意锻炼,胸围生长会更早地大于头围,1 岁半时,正常男孩平均胸围为 47.8 厘米,女孩平均胸围为 46.7 厘米。1 岁后,宝宝的体重和身长计算公式分别如下:

体重 = 年龄 $\times$ 2 + 7 或 8(公斤)

身长 = 年龄 $\times$ 5 + 80(厘米)

生理的变化

乳儿期发育十分显著,进入幼儿期后,比较缓慢,从体重及身高的情形来看,即可获得结论。不过体温、脉搏数、呼吸数却比婴儿时代要低,更接近于成人。

由于与他人接触的机会渐多,所以感染疾病、感冒的机会也就





增加。

身体发展的过程

① 13~15个月

宝宝能够自己站立,并能走一到两步去抓住扶手。然而他不能没有扶助就坐着站起来。

② 15~18个月

宝宝不用帮助能自己站起来。他很可能不用扶便开始走路,两腿分得开,手臂时能摆高。

手操作能力发展的过程

① 12个月

宝宝的拇指与食指能捏在一起抓东西。如果你要宝宝拿东西给你,他会拿给你。

② 13~15个月

宝宝将可以一手抓住两件小东西。他可将一块积木放在另一块上面,并可能会试着用铅笔涂涂画画。她可能会试着脱下自己的鞋子。

③ 18个月

宝宝能把积木叠起来,可能会叠到3块或4块积木那么高。她将能熟练地拿匙吃东西,并能翻书。

牙齿的发育

一般宝宝到1岁左右时可以长出6颗门牙:上面4





颗,下面2颗,但不同的宝宝出牙时间是不相同的,有早有晚,有的宝宝在4个月时就长出第一颗牙,而有的到近一岁才长出第一颗牙。但出牙时间的迟早对于正常的宝宝来说并不意味着什么,所以父母不必担心。如果宝宝患有佝偻病,不仅出牙晚,而且还会有其他症状,如骨骼弯曲,头脚异形等。宝宝患了佝偻病之后,父母也不能为了宝宝早长牙而给他吃太多的维生素D,以防引起维生素D中毒。

走路的发展

①在宝宝满1岁前,他很可能开始扶着家具走路。他会用双手沿着支持物,提起脚然后带动全身往前移。这个时期他不会平衡自己的身体。

②这个阶段宝宝仍然围着家具走,但他能站得离家具远一些,双脚站得更稳了。他开始交替地移动两支手,而不是两支手一起沿家具滑动。当他感到更有信心时,会开始同时移动双手和双脚,这一步很重要。因为下一步,宝宝会有信心去平衡身体。把身体重量从一支脚移到另一支脚上。

③宝宝喜欢靠扶着东西在房间里独立地走动。下一阶段就得看两件支持物之间的距离了。他要双手同时扶着支持物走动,在这个阶段他要扶着才感到安全。如果要宝宝放开一个支持物,他必须扶着别的支持物很紧才会放开。

④宝宝将开始跨过比他手臂长的间隔,而他的另一只手仍要扶着支持物。他走到两件支持物中间,身体平衡后才放开手迈出下一步,然后双手再抓住下一个支持物。

⑤宝宝将开始蹒跚着行走。他可以摇摇晃晃走两步去抓第二个支持物。

⑥这个阶段宝宝在没有支持物的地方也能有信心地开始迈开





步子走几步。在失去平衡以前,他只能走 6 步,然后跌倒在地上。你将发现宝宝时常会向某个目标走去,摇摇晃晃,身体向前倾地向前走到目标处。

运动技能发展情况

在此之前,大部分的婴儿都会步行,会由坐姿转为站立,也可以不稳的脚步走数米或更远,也会蹲下身。

即使是较迟缓的孩子,在 1 岁 5 个月时,也会步行,可持续步行 20 分钟。

如果大人做体操,就会兴趣浓厚地模仿,能有节奏的活动身体,也可爬阶梯,起初只会往上爬,不敢下来,而在楼梯间哭泣,逐渐会慢慢退下来。

到了这个阶段已经学会了很多动作,不过所有的运动,都以大肌肉为运动中心,因此只能做出大概的样子,技巧方面尚可勉强做不会做的事。如果婴儿表现出想做的神情,大人可从旁帮助,当母亲拿铅笔或圆珠笔时,就会吵着要,一旦得逞,就会模仿涂鸦。

会以手抓住玩具,高兴的游戏,也会掀开画本,尚无法逐页翻开,每次都连着 2、3 页。

也会使用汤匙,虽然动作还不灵巧,却固执地想独自用它。

在我国传统的风俗中,宝宝满 1 周岁时通常有一个“抓周”礼。1 周岁之后,宝宝就进入幼儿期,身体生长的速度虽明显缓慢下来,但宝宝的大动作,精细动作,言语、认知能力以及情绪与社会行为方面却在第一年的基础上不断迅速地发展。

到 1 岁半时,宝宝已学会随意地独立行走,还有一定的跑、跳动作,宝宝还会喜欢自己扶栏杆上楼,两步一阶梯。手的动作也更灵活,会搭积木,穿项链,握笔模仿画线。





2. 身体发育家庭训练的方法

宝宝的动作协调训练

有许多家长反映孩子的运动能力很差,动作极不协调,上小学后,在学习上发生了许多困难。研究证明,这是都市生活和小家庭的生活方式使孩子的动作发展受阻,产生所谓“儿童感觉统合失调”。通过生活方式的调整,强化幼儿的动作训练,可起到预防孩子动作不协调的作用。在婴幼儿时期,家长应注意用以下方法对孩子进行动作训练:

①让婴儿有丰富的身体感觉,通过触摸各种玩具,不同的睡眠姿势,七八个月龄后的任意爬行,体验摇篮的摇晃,轻度震动等,帮助孩子控制自己的身体感觉,使孩子与周围人有活跃的交流,与婴儿多说话,让他喜欢和习惯于听音乐、儿歌和故事等,并能够不由自主地手舞足蹈。

②在孩子会走路之后,每天应安排孩子有2小时左右的户外活动,让孩子喜欢自己走路,教他学会各种幼儿的体育运动方式,并与他做各种游戏,创造条件让孩子多与同龄人共同游戏。

③限制幼儿看电视、录像或玩游戏机的时间,每天不超过1小时。

④训练孩子1岁多开始做一些





精细的动作,如自己穿脱衣服、鞋袜;端茶杯、饭碗;拿勺、筷子吃东西;帮大人拿东西,按大人的指令做简单的动作;玩拼图、插接的游戏,玩积木和过家家的游戏等。

活动身体的游戏

抓稳宝宝腰部往上抛,或是抱着身体旋转,或把手做成秋千状让宝宝坐在上面摇晃……这些都是这个时期的宝宝最喜欢玩的游戏。它不但可训练宝宝的平衡感,对运动神经也有很大的刺激作用。

以上所介绍的游戏,是宝宝在出生到一岁半间所进行的最基本的游戏,而每一种游戏对宝宝来说,都是一种不同的刺激。不仅对脑部活动有极大的帮助,更可使亲子之间的情感更为融洽。不过,在进行游戏时,需注意以下几点:

①各种肢体活动或游戏,必须配合宝宝的发展状况加以实施。

②在游戏时,父母应陪伴左右,以避免吞食玩具或其他意外事件发生。

③在游戏进行中,随时给予鼓励与赞美,以增加孩子的信心与学习兴趣。

如何帮助幼儿健康成长

宝宝的运动能力和好奇心很强。由于能够移动自己的身体,过去只能远远看到的有趣的东西,现在就近在咫尺,伸手就能抓到,并能放在嘴里品尝,这对宝宝来说,该是多么令人激动愉快的事! 8个月到1.5岁之间的宝宝,像许多幼小的哺乳动物中小猫咪、小猴子一样,正经历着一个好奇心极强的也是极其重要的早期探索时期。好奇心,既是宝宝学习并取得成就的动力,也往往是发生不幸事故的原因。

