



鲍秀兰
家庭育儿丛书

鲍秀兰谈

婴幼儿潜能开发和早期教育

鲍秀兰 孙淑英 / 著



著名儿科专家鲍秀兰教授 50余年儿科临床经验总结

😊😊 图文并茂、通俗易懂，深度剖析儿童养育问题 😊😊

继“0~3岁儿童最佳的人生开端”系列图书后，奉献给广大家庭的又一力作

中国妇女出版社



鲍秀兰谈

婴幼儿潜能开发 和早期教育

鲍秀兰 孙淑英 / 著

中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

鲍秀兰谈婴幼儿潜能开发和早期教育 / 鲍秀兰, 孙淑英著. -- 北京: 中国妇女出版社, 2016.5

(鲍秀兰家庭育儿丛书)

ISBN 978-7-5127-1196-9

I. ①鲍… II. ①鲍…②孙… III. ①婴幼儿—智力开发②婴幼儿—早期教育 IV. ①G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第258205号

鲍秀兰谈婴幼儿潜能开发和早期教育

作者: 鲍秀兰 孙淑英 著

选题策划: 姜 喆

责任编辑: 门 莹

封面设计: 周周设计局

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160(发行部) 65133161(邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京中科印刷有限公司

开 本: 185 × 210 1/24

印 张: 6

字 数: 150千字

版 次: 2016年5月第1版

印 次: 2016年5月第1次

书 号: ISBN 978-7-5127-1196-9

定 价: 29.80元

PART 1 0~1岁宝宝的潜能开发和早期教育

1月龄 视听是最好的交往形式 / 2



认知——进行视听刺激 / 2

生活与交往——把新生儿当作懂事的孩子对待 / 4

如何刺激婴儿的脑部发育 / 5

玩具选择 / 6



2月龄 多与宝宝进行情感交流 / 8

运动——俯卧抬头 / 8

认知——刺激视觉 / 10



语言——跟宝宝多说话 / 12

生活与交往——要及时响应宝宝的需求 / 14

3月龄 认识自己的小手 / 15



运动——俯卧抬胸 / 15

认知——创造良好环境 / 17

语言——笑出声、发元音 / 19

生活与交往——培养亲子感情 / 21



4月龄 逗引时会发出笑声 / 23

运动——翻身和拉坐 / 23

语言——强化某些发音 / 25

认知——听觉和视觉训练 / 26

生活与交往——学认表情 / 28

促进大脑发育 / 30



5月龄 会玩躲猫猫 / 32

运动——靠坐和直立跳跃 / 32

认知——玩是宝宝的正经事 / 34

生活与交往——照镜子、学认人 / 38

语言——对自己的名字有反应 / 40



6月龄 会独坐 / 41

运动——独坐、翻滚和打转 / 41

认知——听声认物 / 44

语言——教物品名称、教说“爸爸、妈妈” / 46

生活与交往——学习点头和摇头 / 48



7~8月龄 懂得“不”的含义 / 50

运动——爬行 / 50

语言——认物、找物，建立语言和动作的关系 / 51

认知——寻找、捏取游戏 / 52

生活与交往——认识五官 / 54

促进大脑发育 / 58



9~10月龄 会爬行 / 60



运动——独站 / 60

认知——意识到自我存在 / 62

生活与交往——会察言观色 / 66

语言——练习听和说 / 68



11~12月龄 能够扶着栏杆迈步 / 71

运动——练习走路 / 71

认知——在玩玩具中学习 / 72

生活与交往——最初的交友 / 76

语言——模仿说话、念儿歌 / 78



PART 2 1~2岁宝宝的潜能开发和早期教育



13~15月龄 会独立行走 / 84

运动——独立行走 / 84

认知——自发涂画 / 86

语言——学习自我表达 / 87

生活与交往——跟小伙伴一起玩 / 88

行为约束——管教态度应一致 / 89

玩具选择 / 90

促进大脑发育 / 92



16~18月龄 认识常见的实物和图片 / 93

运动——行走自如 / 93



认知——模仿游戏 / 94

语言——儿歌接背 / 95

生活与交往——戴帽、脱袜 / 96

19~21月龄 会从1背到5 / 97



运动——跑、倒退走 / 97

认知——培养一般能力 / 98

语言——学用双字词 / 99

生活与交往——主动交往 / 100



22~24月龄 能扶着栏杆上楼梯 / 102

运动——双脚跳 / 102

认知——识别颜色 / 103

语言——学说简单句 / 104

生活与交往——生活自理 / 105

玩具选择 / 106

行为约束——忽视是最有效的约束技巧 / 108

促进大脑发育 / 111

PART 3 2~3岁宝宝的潜能开发和早期教育



25~30月龄 会双脚跳 / 116

运动——骑小三轮车 / 116

认知——识别简单形状 / 118

语言——叙述简单事件 / 120

生活与交往——学会穿鞋 / 121

31~36月龄 能模仿画出简单图形 / 122



运动——跳远、跳高 / 122

认知——懂得基本方位、学数数 / 124

语言——懂得“你”“我”“他” / 126

生活与交往——学会系扣、洗手 / 128

附录 0~3岁宝宝智能发育特征 / 129

PART

1

0~1岁宝宝的 潜能开发和早期教育



1月龄

视听是最好的交往形式

认知——进行视听刺激

当宝宝觉醒时你可以和他面对面谈话，当他注视你的脸时，慢慢地移动你头的位置，设法吸引他的视线追随你移动的方向。

在宝宝耳边（距离10厘米左右）轻轻地呼唤他，使他听到你的声音后转过头来。

还可以利用一些能发出柔和声响的小塑料玩具或红色的小球等吸引宝宝听和看的兴趣。每天定时在宝宝床头上方挂上些能晃动的小气球、小花布头等，品种可多样化，但应经常更换，可锻炼宝宝看的能力。

平时，无论喂奶或护理宝宝时，都要随时随地和他说话，使他既能看到你，又能听到你的声音。特别是当宝宝哭的时候，首先要用言语安慰他，很多孩子会停止哭，但随后要满足他的需要，这样做的目的主要是让宝宝感受语言。

要注意保证宝宝有充足的睡眠时间，每天14~20小时。宝宝很容易疲劳，表现为对视听刺激无反应，此时训练应暂停，让宝宝休息片刻，等宝宝对刺激有反应时再训练。一般每次视听训练约10分钟。总之，在宝宝觉醒时利用各种方式进行视听刺激，能够促进宝宝视听能力的发展。



鲍奶奶提醒



新生儿看到运动的物体，如闪烁的光、活动的球及活动的人脸等，能明确地作出反应。出生后头半年是婴儿视敏度发展的关键期，也是我们早期发现视力发育缺陷和早期干预的关键期，错过这一时期有可能造成无法挽回的影响。

如果1月龄的宝宝对很大的声音没有反应，应加紧训练并找专业医生检查诊断。

生活与交往——把新生儿当作懂事的孩子对待

年轻的父母首先要想到，你的小宝宝是有一定的智慧和能力的，所以要学会和宝宝交往。注意细心观察宝宝的哭声，设法理解宝宝哭的原因，并给予适当处理。母亲还应注意宝宝的面部表情，如皱眉、微笑等，以便更好地理解他们。母亲对宝宝需求的敏感性将大大有利于婴儿智能的发展。要把新生儿当作懂事的孩子来对待，以促进他们认识世界能力的发展。

在宝宝哭闹时，可用说话、用手按抚他的腹部、握住双手或者抱起来等方式进行安慰，使小宝宝懂得成人的安慰，懂得等待成人满足他的要求。比如，宝宝饿了，哭着要吃奶，你可以边准备边和他说话，如：“宝宝等等，我在给你准备呢！”反复多次后，宝宝也会懂得暂时不哭，等待成人满足他的要求。这就是最初条件反射的建立，这就是宝宝学习的方式。



照料宝宝的4个注意事项：

- 不要在宝宝周围抽烟。
- 在给宝宝洗澡之前，用手腕和肘部内侧测试水的温度。
- 不要给宝宝饮用用微波炉加热的配方奶。
- 如果你在婴儿床上悬吊了一些玩具，一定要保证安全而牢固，以免宝宝拉下时碰伤。

如何刺激婴儿的脑部发育

对儿童早期教育的理念并不是单纯的知识灌输，而是提供或创造一种丰富、适应的环境，促进儿童脑部以全面的方式成熟起来，为儿童以后的发展打好基础。家长可通过以下的渠道，促进婴儿的脑部发育。

- 为婴儿生长提供充足的营养。
- 给婴儿持续性的关爱和身体接触：拥抱、皮肤和皮肤直接接触、身体和身体直接接触——建立婴儿的安全感。
- 在给宝宝穿衣服、洗澡、喂奶时，在与宝宝玩耍、散步期间，利用简单而生动的短语与宝宝说话和唱歌，并喊宝宝的名字。
- 关心宝宝的表现和脾气，学着弄懂他表达的意思，在他烦恼或高兴时作出反应。
- 给宝宝提供不同形状、大小和构造的彩色物品。对于这个年龄的宝宝来说，你的面孔是宝宝最感兴趣的视觉图案。
- 如果你会外语，可以在家里说，给宝宝外语刺激。
- 确信其他照顾和监护宝宝的人理解早期教育的重要性，形成一种关爱与安慰关系。

饱奶奶提醒



婴幼儿时期是心理发展最迅速的时期，年龄越小，发展越快。在3岁以下，特别是0~1岁，婴儿的智能发展日新月异。

学习能力是有关键期的。关键期是指某种知识或行为经验，在某一特定时期或阶段中最易获得和形成的时期，错过这个时期，就不能获得或达不到最高的水平。

玩具选择

为了给0~6个月的宝宝创造一个丰富多彩的环境，应使他看到各种颜色、多种形状，听到不同声音，用触摸、抓握等动作去感知物体的性状，并把这些感觉到的东西在大脑中联系起来，发展视听和运动协调能力。凡是能达到这个目的的东西都是玩具。玩具可以是专门为孩子准备的，也可以是家中常用的适合该年龄段宝宝玩的物品。

1. 选择玩具的原则

- 颜色鲜艳、纯正，如红色、绿色或蓝色。
- 形态大小适合小手抓握摆弄。
- 可带有悦耳的响声。
- 质地光滑，没有坚硬、锋利的棱角，无毒性，易于清洗。
- 不宜太小，以免吞食。



2. 选择玩具的类型

● 必备玩具：如花铃棒、吹塑彩环或彩球（直径约15厘米）、塑料小动物、带铃的环、橡皮玩具（长约6厘米，宽约4厘米）、软塑料捏响玩具、小镜子等。

● 参考玩具：八音盒、音乐旋转玩具、音乐不倒翁、音乐拉响玩具、发条启动的小动物和吊拿玩具等。

● 家中可充当玩具的东西：如清洗

后的塑料小药瓶、小硬纸盒、光滑的小塑料汤匙、花手绢、红布条、纸花等任何婴儿感兴趣的物品。

3. 玩教方法

将1~2种玩具挂在床栏上方，用手摆动，引起宝宝注意观看。摇动花铃棒，让宝宝用眼睛去寻找铃声。将玩具在宝宝面前逗引，使他手舞足蹈，想去够取，如不会拿，可放进他的手中，帮助他摇动。可允许宝宝将干净的玩具放进口中，用嘴去探索。

也可给宝宝看图画和书刊。不同的黑白或彩色脸谱3~4幅，大小与人脸相仿，各种动物画面、适合婴幼儿的画报均可。这类图画和画报上的画，颜色要鲜艳，一幅图上只有一个主题画，要大些，让婴儿看得清楚。可贴在墙壁上，竖抱婴儿去看或拿在手中给他看，距离婴儿眼睛20厘米~30厘米处，每次看较短的时间，如果婴儿已经不感觉兴趣，立即转移目标。



2月龄

多与宝宝进行情感交流

运动——俯卧抬头

1. 俯卧抬头

婴儿从出生到1个月时，如果注意练习抬头，到2个月时可以抬头到 45° 甚至到 90° 。练习俯卧抬头，一般在空腹情况下，即哺乳前1小时、觉醒状态下进行。俯卧的床面要平坦、舒适。婴儿在俯卧时，把他的双手放在头的两侧，家长可用一些带响的和色彩鲜艳的玩具在前面逗引，激发宝宝抬头。开始时每次训练1~2分钟，逐渐延长时间，每天可练习数次。这种俯卧抬头的练习不仅锻炼婴儿颈部和背部的肌肉力量，而且有助于增加婴儿的肺活量。



2. 头竖直

每日适当地竖起抱婴儿数次，让婴儿练习头竖起。一般2个月的婴儿头竖直几秒钟至1~2分钟。练习竖头时，家长一定要注意保护好婴儿。还可将宝宝背部贴住妈妈胸部抱，一手扶住宝宝胸部，一手托住宝宝的臀部，使宝宝面部朝前，面前是一个广阔的空间，有很多新奇的东西引起宝宝的兴趣，使他更加主动练习抬头。如果他累了，可以把头靠在妈妈的怀内。

3. 手足运动

婴儿运动能力的发展遵循人类运动能力发展的顺序和大体的发展时间表，但某一个儿童运动能力出现的早晚，受环境的影响作用很大。如果缺乏练习的机会，会使运动发展出现迟滞。一般来说，运动能力发展迟滞对智力发展有不利的影响。这是因为，神经—肌肉运动向脑提供的刺激作用是智力发展的源泉，是启动先天素质或遗传结构的动力因素。

在练习时，可采用以下方法：

A 让手和手指充分活动

2个月宝宝的手会经常握拳，但有时张开。宝宝不认识自己的手，有时会凝视自己的小手。要让婴儿自由活动手和手指，不要用布或手套包起来，因为手的活动是进一步练习抓东西的基础。

B 让宝宝练习握玩具

当宝宝能张开手，又能看手时，可以给他容易抓握的玩具玩。宝宝有时把玩具握在手里，又很快掉下。通过握东西，促使宝宝手的张开和进行触摸刺激。

C 让两条腿自由活动

宝宝2个月时双腿活动也开始活跃起来，这时可给他穿开裆裤，以便活动。在洗澡以后或更换尿布时，母亲可以用手按摩宝宝的腿部，并用手拉拉宝宝的双腿，使之上下活动，这有利于运动机能的发展。