

营养护理启智 方 · 智力开发案 · 案

望子成龙是每一位家长的心愿，教育专家指出，儿童智力发展存在几个关键期，在关键期内进行适当的教育，会收到事半功倍的效果，对孩子的未来有很大的影响，0~3岁这段时期是开发孩子的运动、感官、语言、音乐、美术潜能的最佳时期，你准备好了吗？



中国华侨出版社
郭银兰 张燕等 著

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

0~3岁营养护理启智方案③

智力开发方案

郭银兰 张燕 杨稳财 孙丽 著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

0~3岁营养护理启智方案/郭银兰、张燕等著. —北京:
中国华侨出版社, 2001.4

ISBN 7-80120-497-2

I. 0… II. ①郭…②张… III. ①婴幼儿-哺育②婴幼儿-护理③婴幼儿-早期教育 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 16782 号

● 0~3岁营养护理启智方案

编 著/郭银兰 张燕等

责任编辑/凌伟清 杨 郁 吴 伟

装帧设计/北京维斯图文设计公司

经 销/新华书店

开 本/850×1168 毫米 1/32 印张/25 字数/480 千字

印 刷/华北石油廊坊华星印刷厂

版 次/2001 年 4 月第 1 版 2001 年 4 月第 1 次印刷

印 数/5000 套

书 号/ISBN 7-80120-497-2/R·17

定 价/48.00 元 (全三册)

中国华侨出版社 北京安定路 20 号院 邮编 100029

E-mail: overseashq@sina.com

发行部: (010) 64443051 传真: 64443051

前 言

每个爸爸妈妈都希望自己能够有一个健康、美丽、聪明、智慧过人的孩子，将来能有所成就、有所作为。社会的进步也需要各式各样的人才，科技的发展更需要人才辈出。“提高人口素质，改善人民生活”已经成为我国的一项基本国策，人类期待着一代更比一代强。

小儿摄取的营养除维持生命活动、修补组织外，也是生长发育的迫切需要。良好的营养促进体格生长、智力发育；营养不足导致生长迟缓，发生各种营养不良性疾病。小儿的营养好坏取决于膳食摄入、消化吸收、身体利用等环节。合理安排小儿喂养和膳食是儿童健康成长的重要内容。

儿童健康护理的工作目标是根据儿童生长发育特点，提供医疗、预防和保健服务，维护儿童身心健康，降低疾病发生率和死亡率，提高养育质量，促进儿童身体全面发展。儿童保健工作的重点在7岁以前，尤其在3岁以前。根据儿童生长发育的特点，分成胎儿期、新生儿期、婴儿期、幼儿期和儿童期，分别实施不同内容的保健措施。

智力是由一些最基本的因素和一些相关的因素

共同建构起来的综合体。这些最基本的因素主要有注意力、观察力、记忆力、思维力、想象力五种，相关因素则包括人的情感、兴趣、意志、理想、性格等。真正的智力开发，要针对孩子的年龄特点，按照规律，通过环境和教育的作用，使孩子在智能、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。

本书详细地介绍了0~3岁婴幼儿的喂养与营养，疾病预防和家庭护理，智力开发和早期家庭教育等各方面的知识，内容翔实，语言流畅，图文并茂，适合各种层次的爸爸妈妈阅读。

作 者

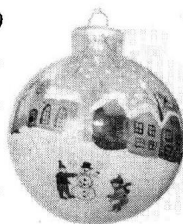
2000年10月

目 录

第 1 章

智力开发计划

什么是智力	(2)
构成智力的五种因素	(2)
智力五要素的关系	(3)
智力不等于知识	(4)
智力与遗传有关	(5)
环境与人的智力发展	(7)
先天因素对新生儿智力发育的影响	(9)
后天因素对新生儿智力发育的影响	(10)
影响智力发展的生活因素	(10)
智力活动的形成过程	(11)
如何开发儿童的智力	(12)
早期教育与智力开发	(13)
早期智能开发计划	(14)
怎样通过训练提高孩子的智力 水平	(15)



感官训练可使孩子更聪明	(17)
家庭教育与婴幼儿潜能开发的关系	(18)
智力超常儿童有哪些突出表现	(19)
幼儿智力开发要适度	(20)
开发儿童智力应注意的问题	(21)

第2章

婴幼儿的智力发展过程

胎儿的听觉发展	(26)
胎儿的触觉发展	(26)
胎儿大脑的发育	(27)
胎儿的感知能力	(28)
胎儿的记忆能力	(28)
胎儿的性格发展	(29)
新生儿的视觉发育	(30)
新生儿的听觉发育	(31)
新生儿的味觉、皮肤感觉发育	(31)
新生儿的动作发展	(32)
4个月的智力发展	(32)
8个月的智力发展	(34)
12个月的智力发展	(36)
12~18月的智力发展	(38)
18~24月的智力发展	(40)



两岁的智力发展	(42)
三岁的智力发展	(45)

第3章

智力发展的关键期

大脑的成长	(52)
神经系统 and 大脑结构	(52)
关键期的原理	(55)
脑发展的关键时期在 0~3 岁	(56)
抓住儿童智力发展关键期	(57)
关键期有哪三种	(58)
正确利用关键期	(60)
儿童发展九大敏感期	(62)
如何及时把握孩子的敏感期	(64)

第4章

游戏与启智

游戏是儿童重要的消遣	(68)
新生儿的感知训练	(68)
2 个月宝宝的感知训练	(70)
3~4 个月宝宝动手能力训练	(71)



发展宝宝的俯卧能力	(72)
发展小宝宝的触觉	(73)
1个月宝宝的游戏	(74)
2个月宝宝的游戏	(75)
3个月宝宝的游戏	(78)
4个月宝宝的游戏	(80)
5个月宝宝的游戏	(82)
6个月宝宝的游戏	(82)
0~6个月婴儿体操	(83)
7~12个月婴儿体操	(85)

第5章

玩具与启智

玩具是宝宝人生第一部教科书	(90)
玩具的分类	(90)
玩具有哪些类型	(92)
开发婴幼儿智力的10类启智玩具	(93)
利用玩具发展宝宝的触觉	(95)



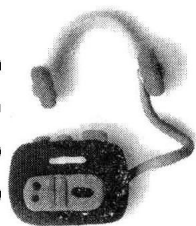
借助玩具来发展宝宝的抓握能力	(96)
如何选择益智玩具	(97)
玩具的清洁卫生	(98)
选购玩具应注意安全因素	(98)
1个月宝宝的玩具	(99)

2 个月宝宝的玩具	(100)
3~4 个月宝宝的玩具	(101)
5~6 个月宝宝的玩具	(102)
7~9 个月宝宝的玩具	(103)
10~12 个月宝宝的玩具	(104)
为 2~3 岁孩子配制打击乐器	(105)

第 6 章

语言与智力发展

语言能力	(110)
婴幼儿的语言学习征兆	(110)
小孩儿何时开始学说话	(111)
宝宝的发音训练	(112)
宝宝为何开口晚	(113)
单语学习	(114)
怎样训练婴幼儿的语言能力	(115)
说话前的语言训练	(116)
说儿歌, 讲故事	(117)
婴幼儿为什么爱说一些听不懂 的话	(118)
语言学习的四大能力与技巧	(119)
不要用娃娃腔与孩子说话	(119)
育儿禁语集	(120)

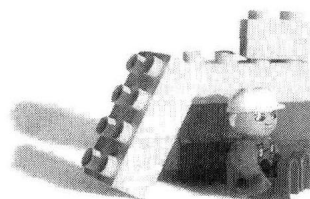


怎样教孩子语言连贯地讲话	(122)
什么是语言发育障碍	(123)
怎样及早发现孩子的语言发展障碍	(124)
如何矫正孩子的语言障碍	(126)
促进孩子语言发展的办法	(127)

第7章

音乐、美术与智力开发

音乐与智力开发	(136)
音乐怎样促进孩子智力发展	(137)
用音乐开发婴幼儿智能	(138)
音乐为什么有开发智力的神奇作用	(140)
胎儿音乐	(142)
分娩音乐	(143)
婴幼儿音乐	(143)
学龄前音乐	(144)
适合孩子唱的歌曲	(144)
怎样实施音乐益智法	(145)
弹琴对智力发展大有益	(146)
美术能促进孩子智力发展	(147)
教宝宝认颜色	(148)
什么是儿童画	(150)



第8章

智力测验

智力测验的产生	(156)
智力测验分类标准	(157)
智商测验的内容	(157)
斯坦福 - 比奈智力测验有什么特点	(159)
韦氏儿童智力测验有什么特点	(159)
你的孩子属于哪种脑功能类型	(160)
谨慎对待儿童智力测验	(161)
优秀儿童的标准	(162)
你的孩子是神童吗	(163)
您的孩子在哪些方面具有天赋?	(165)
幼儿天资测验	(167)
S - B 儿童智力发展测试(2 岁组)	(169)
S - B 儿童智力发展测试(3 岁组)	(171)
S - B 儿童智力发展测试(4 岁组)	(174)

第9章

智力缺陷及智力训练

什么是智力落后	(180)
哪些因素导致婴儿低能	(180)

☞分娩时产伤多半不会影响胎儿的智力·····	(182)
☞如何诊断智力落后·····	(182)
☞儿童的智力水平的标准化检查方法·····	(183)
☞如何判断婴儿有无智力缺陷·····	(184)
☞如何早期发现孩子的智力发育问题·····	(185)
☞弱智儿童的分级·····	(187)
☞智力检查的注意事项·····	(187)
☞怎样看智力测验报告·····	(189)
☞孩子的智力处于边缘状态怎么办·····	(190)
☞如何教育智力低下的儿童·····	(191)
☞小儿脑瘫·····	(192)
☞脑瘫的症状·····	(193)
☞小儿脑瘫的早期发现·····	(194)
☞脑瘫患儿家庭常用康复器械·····	(196)

第10章

儿童营养与智力发育

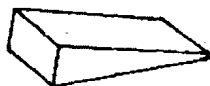
☞孕妇营养与胎儿智力·····	(202)
☞儿童饮食与智力发育·····	(202)
☞形形色色的益智食品·····	(203)
☞母乳能帮助宝宝智能提升·····	(204)
☞益智食物有哪些·····	(205)

益智水果	(206)
提升智能的微量元素	(209)
高蛋白早餐有益于儿童智力	(211)
早餐的原则	(213)

第 11 章

儿童性格与心理成长

婴幼儿的一般心理特点	(220)
儿童非智力素质的培养	(222)
儿童心理健康的内容	(223)
注意儿童心理发展的协调性	(225)
0~1 岁宝宝的心理活动	(226)
您的孩子是哪一种气质类型	(228)
如何培养乐观性格的孩子	(229)
触觉训练与儿童性格	(230)
儿童行为问题发生的原因是什么	(231)
心理测验和心理卫生量表的使用	(232)
什么是健康的人格	(235)
如何培养儿童健康的人格	(237)
儿童人格的发展过程	(238)
什么是人格障碍	(240)
不要漠视婴幼儿孤独症	(241)



第12章

爸妈课堂

▣ 智力的形成与发展	(246)
▣ 婴儿的照料与性格发展的关系	(248)
▣ 父母心理健康状况对孩子的影响	(249)
▣ 家长错误心态影响孩子健康成长	(251)
▣ 父爱对于孩子的心理成长很重要	(252)
▣ 家庭环境与婴幼儿心理发育	(253)
▣ 对孩子伤害最大的十种言行	(254)
▣ 培养孩子乐于助人	(255)
▣ 给孩子一些挫折教育	(256)
▣ 孩子出现和“性”有关的行为怎么办	(256)
▣ 教孩子慷慨待人	(258)
▣ 孩子任性、爱发脾气怎么办	(259)
▣ 培养孩子的生活自理能力	(260)
▣ 独生子女养育的秘诀	(262)
▣ 如何指导儿童看电视	(264)

第1章 智力开发计划

专家寄语：

智力是由一些基本因素和一些相关因素共同构成的综合体。基本因素主要有注意力、观察力、记忆力、思维力、想象力五种，而相关因素则包括人的情感、兴趣、意志、理想、性格等。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，使孩子在智能、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。