



幼儿早教 与启智



100问

孩子降生的第三天开始教育就迟了两天
即使是普通的孩子，
您只要**施教得法**，也会成为**不平凡**的人



图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿早教与启智 100 问/张思云编著. —北京: 企业管理出版社, 2011. 5
ISBN 978 - 7 - 80255 - 784 - 0

I. ①幼… II. ①张… III. ①婴幼儿—早期教育—问题解答 ②婴幼儿—智力开发—问题解答 IV. ①G61 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 055486 号

书 名: 幼儿早教与启智 100 问
作 者: 张思云
选题策划: 申先菊
责任编辑: 申先菊
书 号: ISBN 978 - 7 - 80255 - 784 - 0
出版发行: 企业管理出版社
地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048
网 址: <http://www.emph.cn>
电 话: 总编室 (010) 68420309 发行部 (010) 68701638
编辑部 (010) 68701074
电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn
印 刷: 北京盛兰兄弟印刷装订有限公司
经 销: 新华书店
规 格: 170 毫米 × 240 毫米 16 开本 14 印张 260 千字
版 次: 2011 年 5 月第 1 版 2011 年 5 月第 1 次印刷
定 价: 26.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前 言

《幼儿早教与启智 100 问》内容丰富，涵盖了婴幼儿学前早教、生理、性格、语言，智商和情商等各方面发展常见的问题，家长在教育婴幼儿时所遇见的一些疑难和困惑。

本书针对家长或幼教提出的一些问题，以教育学、心理学、生理学等各个方面的理论为基础，结合自己的教学实践经验用流畅的表达方式，深入浅出地进行了极具说服力的解答，而且还附有相关的阅读知识资料。

家长和幼教工作者拥有本书，就像身边有一位幼教专家或顾问，可适时解疑答问，使您从中学会和掌握符合婴幼儿教育特点的育儿方式和教育新理念。让读者了解，每个幼儿都有无限的智力潜能，要对自己的幼儿充满信心。尤其当您对孩子的幼儿进行早教时，本书是您的良师益友，它会教给您如何鼓励帮助幼儿，如何建立好亲子关系等。

书中有不当之处，恳请广大的读者或专家更正，在此表示感谢！

作者

2011 年 1 月



目 录

CONTENTS

| | |
|---------------------------|----|
| 第一章 幼儿的早教与启智 | 1 |
| 1. 为何说0~2岁的幼儿最聪明 | 1 |
| 2. 幼儿的右脑开发宜早不宜迟吗 | 2 |
| 3. 如何培养训练幼儿的早期智力 | 4 |
| 4. 知道怎样开发幼儿的右脑吗 | 7 |
| 5. 幼儿多动手可促进脑的生长吗 | 10 |
| 6. 家长需要有意教幼儿学数学吗 | 11 |
| 7. 如何知道自己的幼儿聪明与否 | 14 |
| 8. 识字多的幼儿是不是一定聪明 | 17 |
| 9. 幼儿识字的最佳年龄是几岁 | 20 |
| 10. 幼儿学外语是不是越早越好 | 23 |
| 11. 为什么要让幼儿多拍球 | 24 |
| 12. 幼儿提前入学到底好不好 | 27 |
| 13. 如何让幼儿做好入园的准备 | 28 |
| 14. 怎样让幼儿喜爱读书 | 30 |
| 15. 怎么样培养幼儿的阅读兴趣 | 33 |
| 16. 如何让幼儿拥有想象的翅膀 | 35 |
| 17. 如何才能提高幼儿的注意力 | 38 |
| 18. 想培养你的幼儿成为天才吗 | 40 |
| 19. 什么样的幼儿才算超常天才 | 41 |
| 20. 幼儿什么时候开始学习外语好 | 44 |
| 21. 知道让幼儿愉快学习的方法吗 | 45 |
| 22. 怎样培养幼儿的观察力 | 48 |
| 23. 手指训练可促进幼儿智力发展吗 | 50 |


| | |
|------------------------------|------------|
| 24. 低智商的幼儿是不是弱智儿呢 | 52 |
| 25. 为何幼儿喜欢听重复的故事 | 54 |
| 26. 为何说幼儿可爬出健康和智慧 | 56 |
| 27. 怎样对待幼儿的好奇心 | 57 |
| 28. 怎样改善幼儿的知觉协调能力 | 59 |
| 29. 如何促进幼儿视知觉的发展 | 62 |
| 30. 怎样培养幼儿的思维能力 | 71 |
| 31. 知道培养幼儿记忆力的方法吗 | 73 |
| 32. 怎样培养训练幼儿的观察能力 | 77 |
| 33. 你知道如何训练幼儿的听力吗 | 79 |
| 34. 如何开发教育天资好的幼儿 | 81 |
| 35. 你知道怎样培养幼儿的特长吗 | 83 |
| 36. 让幼儿进幼儿园有什么好处 | 84 |
| 第二章 幼儿语言能力的培养训练 | 87 |
| 37. 怎样对幼儿进行语音训练 | 87 |
| 38. 家长用什么语调和幼儿交谈 | 88 |
| 39. 如何训练幼儿的语言表达能力 | 90 |
| 40. 机器能代替人给幼儿讲故事吗 | 93 |
| 41. 怎样提高幼儿的语言表达能力 | 93 |
| 42. 如何让幼儿语言表达更丰富 | 96 |
| 43. 幼儿学说话时家长应怎样做 | 99 |
| 第三章 幼儿性格的培养 | 101 |
| 44. 如何培养幼儿的良好性格 | 101 |
| 45. 怎样培养幼儿的道德行为 | 103 |
| 46. 如何控制幼儿的暴怒发作 | 104 |
| 47. 怎样对待不喜欢说话的幼儿 | 108 |
| 48. 如何看待幼儿的撒谎行为 | 109 |
| 49. 怎样调教好性格偏差的幼儿 | 111 |
| 50. 如何训练幼儿的专心 | 113 |
| 51. 家长怎样纠正幼儿的任性 | 115 |



| | |
|----------------------------|-----|
| 第四章 幼儿才艺的培养训练 | 119 |
| 52. 怎样发现幼儿的艺术才能 | 119 |
| 53. 为什么不要禁止幼儿涂鸦 | 122 |
| 54. 如何教幼儿去欣赏大自然 | 123 |
| 55. 怎么样鼓励幼儿多多画画 | 125 |
| 56. 让幼儿临摹能学会画画吗 | 128 |
| 57. 怎样才能看懂幼儿的画 | 129 |
| 58. 如何培养幼儿的画画兴趣 | 130 |
| 59. 为什么要让幼儿学习画画 | 132 |
| 60. 怎样让幼儿有双“音乐的耳朵” | 134 |
| 61. 怎样尽早开发幼儿的音乐潜能 | 136 |
| 62. 幼儿学习弹琴有哪些好处 | 138 |
| 63. 怎样判断幼儿的最佳学琴时机 | 140 |
| 第五章 在生活中对幼儿启智 | 143 |
| 64. 怎样引导幼儿玩玩具 | 143 |
| 65. 怎样让幼儿养成好的习惯 | 145 |
| 66. 如何带领幼儿参观动物园 | 148 |
| 67. 怎样带幼儿去旅游 | 150 |
| 68. 多大的幼儿开始用筷子合适 | 151 |
| 69. 怎样引导幼儿看电视 | 153 |
| 70. 怎样做才能使幼儿更聪明 | 154 |
| 71. 怎样和幼儿一起玩扑克牌 | 157 |
| 72. 家长如何陪幼儿一起玩耍 | 158 |
| 73. 怎么样教给幼儿学下棋 | 160 |
| 74. 为什么幼儿喜欢拆卸玩具 | 162 |
| 75. 知道怎样让幼儿戏水吗 | 164 |
| 76. 知道如何让幼儿玩沙吗 | 166 |
| 77. 怎样教你的幼儿认识钱币 | 167 |
| 78. 哪些重要的事情必须告诉幼儿 | 170 |
| 79. 如何帮助幼儿戒看动画片的瘾 | 171 |
| 80. 如何对待“左撇子”的幼儿 | 173 |



| | |
|----------------------------|-----|
| 第六章 培养训练幼儿的情商 | 177 |
| 81. 怎样培养幼儿的高情商 | 177 |
| 82. 怎样尊重幼儿不伤其自尊心 | 179 |
| 83. 如何才能使幼儿不过分撒娇 | 182 |
| 84. 怎样跟幼儿讲道理 | 183 |
| 85. 如何判断测试幼儿的忍耐性 | 186 |
| 86. 为什么幼儿喜欢模仿大人 | 187 |
| 87. 怎样在游戏中了解幼儿的情感 | 188 |
| 88. 为什么要经常抚摸幼儿 | 190 |
| 89. 幼儿不愿意去幼儿园怎么办 | 192 |
| 90. 怎样避开幼儿的情感创伤 | 196 |
| 91. 知道肥胖幼儿的情感问题吗 | 198 |
| 92. 怎样训练幼儿的好行为习惯 | 199 |
| 93. 家长为什么要了解幼儿的情感 | 201 |
| 94. 如何鼓励你的幼儿获得成功 | 203 |
| 95. 怎样训练幼儿对其行为负责 | 206 |
| 96. 怎样改善幼儿的社会情绪问题 | 208 |
| 97. 怎样培养幼儿的同情心 | 210 |
| 98. 为什么幼儿会怕生 | 212 |
| 99. 怎么样分辨幼儿的情绪变化 | 213 |
| 100. 如何与幼儿建立良好的亲子关系 | 215 |



第一章 幼儿的早教与启智



1. 为何说0~2岁的幼儿最聪明

家长都希望培养一个最聪明可爱的幼儿。可是你知道什么时候幼儿的大脑是最聪明的吗？最新的研究表明，0~2岁的幼儿大脑最聪明！刚出生的幼儿大脑有惊人的吸收能力。著名幼儿教育家蒙台梭利，把它称为“胎生的吸收精神”。越是接近零岁，这种吸收能力就越强。在0~2岁的幼儿的大脑，是任何大人也无法与之相提并论的。不论难易，他们能够对给予的教育性刺激理解、接受，并且所记忆的图象之清晰高于高清晰度的计算机。而且，此时输入的信息将原原本本地进入到深层意识，即潜在意识。幼儿学习说话，靠的不仅是单纯的记忆，更多得益于这种“吸收精神”。

幼儿个个是天才。如家长对这种情况一无所知，忽略了婴幼儿期的大脑开发，让幼儿安静的渡过婴幼儿期，将失去很多机会。研究表明，在出生直至1岁，是神经细胞突触产生和消失的关键时期，人将失去一半的神经元和神经细胞。“幸存”的神经元和突触决定了大脑的功能，因此，幼儿的经历和体验，在这一过程中至关重要。如果说幼儿出生1~2天就有“认母”意识，6个月时就受到周围语言的影响。家长、照料者以及经常与幼儿相处的其他人员与幼儿的成长密切相关。因此要尽早的同幼儿接触交流。并且给幼儿创造一个丰富多采的环境。如接触大自然，聆听好的音乐等。千万不要让幼儿寂寞的渡过婴幼儿期。

“幼儿在其降生的环境中接受各种感官刺激，形成与这个环境相应的素质。”如果家长对大脑的这种可称为天才的吸收能力产生作用的时期一无所知，在这一特殊时期里，不给予教育性的刺激，那么幼儿的大脑将得不到出色的发展，相反会迅速失去吸收能力，转变成劣质的头脑，即使以后再给予多么优良的教育性刺激，也无法恢复这种吸收能力的功能了，培养聪明头脑便成为非常困难的事情。

幼儿从周围人的说话声中记忆语言并开始学说话，实际上靠的是依赖于大人所不具备的这种出色的处理能力。这是任何一个幼儿都具备的能力，这种能力的确是天才性的。



温馨阅读

人脑的基本模型是在幼儿6个月时完成

让我们从幼儿出生那天开始，就用丰富的语言对他说话吧。这样，吸收能力极高的大脑就会把语言吸收进去，并且一点一点地积攒起来。不久，当他开始说话时，便会成为一个词汇量相当丰富的幼儿。幼儿并不是在理解后再记忆语言的。最初他只是把语言当做一种声音存其潜在的意识中。当幼儿的理解力逐渐增强后，那些储存在潜意识里的、在此之前还不懂的语言的含义就会一下子明白起来；这种高度的语言处理能力是大人所不及的。

人们以为幼儿自然而然地就会说话。有的妈妈很庆幸自己有个不吵不闹的宝贝，认为这样很省事。但如在幼儿出生后，不对他做任何有益的事情，只是让他安静地躺在那儿，那么很可能到了2~3岁，他还不会说话，成为一个发育迟缓的幼儿。

幼儿在出生后的仅6个月的时间里，就因周围亲人的放任自流而发生了很大的变化。幼儿是由在此时里受到家长的错误对待，从而失去了自己与生俱来的天才素质。



2. 幼儿的右脑开发宜早不宜迟吗

爱因斯坦、达芬奇、居里夫人这些世纪伟人有什么共同之处吗？美国权威研究证实：他们都有着超强发达的右脑，有着超常的想象力和洞察力。

科学家们研究发现，人的左脑主要从事逻辑性、条理性的思维；右脑主要从事形象思维，是创造力的源泉，是艺术和经验学习的中枢，右脑的存储量是左脑的100万倍。但在现实生活中95%的人，只使用了自己的左脑。专家指出，终其一生，大多数人只运用了大脑的3%~4%，其余的97%都蕴藏在右脑的潜意识中。这是多么令人吃惊和遗憾的事！

更令人遗憾的是，我国现行的教育体制和教学过程都忽视了右脑的开发，教师所讲授的知识，大多通过练习、反复、测试等方法灌输给学生，而这些方法无



一例外只开发了左脑。在生活中，幼儿也极少有被开发右脑的机会。如一位研究专家所说：“在开发大脑潜力上，我们是在单脚骑自行车！”人右脑的潜能如果不加以开发训练，会在成长的过程中逐渐丧失。日本研究右脑开发的著名教育专家七田真教授通过大量教学经验证明，人脑在3岁以前完成60%的发育，6岁以前完成90%；右脑在3岁以前即发达，左脑则从4岁开始发达。成年期的右脑仅及3岁左右的1/4！

由于右脑具有瞬间接受大量刺激的功能，若加以训练，不仅可开发和保留相当一部分右脑潜能，可促使大脑神经发达，扩大脑容量，进而有助于左脑的发育。



温馨阅读

幼儿折纸对开发右脑有益

智慧器官“大脑”分左右两半球，它们各有不同的功能。大脑左半球主要功能是进行逻辑推理和语言表达，右半球的主要功能是进行空间和形象的思维，具体的体现在直觉、节奏、形象、想象、空间感、整体性等方面的能力。从大脑的成熟来看，新生儿大脑重约400克，3岁时脑重量已达1080克，4~5岁则增加到1350克，已基本接近大人1400克的重量。有人说，0~5岁有天壤之别，5岁到大人只一步之差，5岁前后是幼儿智力发展的最佳时期。而右脑功能的开发和利用，对整个大脑的协调，促进思维的广度和灵活性将有积极的意义。

进行右脑功能开发的方法多种多样。如形体锻炼，由于人的右脑半球控制在左侧肢体，因此，要有意识地让幼儿多做一些左侧肢体的活动，左侧肢体的活动可刺激右脑。另外进行图形变化和组合的训练也是一个很有效的方法，因图形变化和组合的训练有利于培养右脑思维的流畅性、变通性和独特性，让幼儿学习折纸便是这种训练中的一个不错的途径。折纸是幼儿们非常喜欢的艺术活动，通过折纸活动，能锻炼手的触感和动作的准确性，培养幼儿的注意力；通过纸张的千变万化，可培养幼儿的创造性思维能力和对自然界事物的模仿和概括能力；由于折纸的过程是将点、角、线等反复重合折叠，构成三角形、正方形、菱形等各种形状，也有益于幼儿建立几何数理概念，增强对三维空间的理解和想象。折纸一般是由一张正方形的纸开始，在折叠的过程中运用想象和技巧，变形为任意的形状，此时可有意识地引导幼儿去想象，如：问他“孔雀开屏漂不漂亮呀？怎么折呢？”，幼儿就会自然而然地顺着你的问题展开想象。当开屏孔雀折好后，可让幼儿在上面画上眼睛、孔雀花冠、羽毛等。折纸开始是用一个正方形（二维物体）

的纸张来折一个形体（三维物体，孔雀），然后将折好的形体（孔雀）摊开，让幼儿看看留在正方形纸张上的折痕，这个看似简单的过程却包含了维数的变动，即一个二维物体到三维物体，又回到二维。折痕表示物体在扁平面上的二维投影，其中揭示出大量几何的对象和性质，如相似、轴对称、心对称、全等、相似比、比例、以及类似于几何分形结构的迭代。当然这些复杂的维数的变动和几何特性幼儿并不一定能明白，但可问问他刚才画的眼睛、花冠在哪里？为什么会在这个位置上？让幼儿开动脑筋充分发挥他的想象，这种训练能够很好地增强幼儿对三维空间的理解和想象能力。

德国杰出的学前教育家F认为：折纸能够非常好的启迪智慧，并把折纸与自己的教育学说结合起来，在他创办的世界第一所幼儿园——勃兰登堡幼儿园中开设折纸课程，这种做法后来被推广到全世界。然而最普及的地方还是日本，日本人把折纸当做国粹，中小学开设必修的折纸课程。折纸很有利于培养艺术素质和创造力。智力发展是有一定限制的，到一定时期就会停止，有人认为16岁是智力的顶峰，而0~5岁是智力开发的关键期。有位教育家说过，“没有什么工作比对5岁前的幼儿智力开发更重要了”，望家长不要错过这个绝好时机！

3. 如何培养训练幼儿的早期智力

学前应遵循什么规律施行早教

研究证明：幼儿阶段大脑发育正处于异常活跃状态，活跃的程度相当于大人的2~3倍，一直持续到8岁。因大人脑重是1400多克，8岁已达1200多克，是大人脑重量的90%，所以说8岁以前，大脑发育已经为幼儿的智能开发打下了物质基础。因此说学前幼儿是身心发展的最佳期，也是幼儿潜能开发与培养训练的关键期。在幼儿智能发展期内，遗传是自然前提，环境是必然条件，教育是当然的主导作用，因此，只有遵循幼儿成长发育的规律，抓住幼儿早期发展智能的关键期施教，就会取得事半功倍的效果。

选择哪些内容早教为宜

在幼儿早教的选择上，还存在一些分歧与偏见。有人认为，幼儿离上学还有几年呢，过早教育会累坏幼儿；有的家长则认为早教越早越好，给幼儿报了很多学习班；有的家长给幼儿安排了很多所谓的特长班。但这些做法均不可取：不抓



住幼儿发育关键期施教，会影响幼儿的智能发展，贻误终生；早教过多的偏重知识的学习，会造成幼儿一种心理负担；在幼儿期强制幼儿无兴趣的活动，就会产生很多的副作用，导致消极情绪，影响幼儿的心理健康。

怎样实施早期智能开发

智能就是指人的认知能力，这种能力是人从事任何活动都必须具备的最基本的心理条件，如观察力、理解力、记忆力、思维力、想象力等。智能开发关键在于潜能开发，也就是进行学习功能的训练。学习功能包括以大脑为核心的眼、耳、手、口、脑五个学习器官密切配合，协调发展，否则任何一项功能发育不足龄、有缺损、失衡，都会导致认知障碍，影响到学习、接受、掌握和运用知识的能力，必将导致学习期的书写、阅读、计算等学习困难，甚至还会产生注意力分散、作业拖拉磨蹭、学习粗心马虎、考试成绩不佳等问题，如不经过矫治和改善就会殃及幼儿的一生。因此我们建议家长：

第一，要相信科学，遵循规律，按照幼儿不同年龄段的智能发展状况，有针对性地根据幼儿功能发育的不足和缺损，“对症下药”，缺啥补啥。

第二，要在幼儿3~6岁学前阶段，通过专业部门进行一次智能发育状况的检测，即从幼儿的智力水平和非智力因素，包括兴趣、爱好、情感、性格、习惯、特长、心理等综合素质的全面了解，使家长有的放矢地实施早期潜能开发。



温馨阅读

幼儿聪明与饮食质量有关

决定脑功能优劣的因素，虽然与遗传、环境、智力训练等条件有关，但最关键的还是取决于营养。因为大脑是人得以生存和从事各种活动的中枢，它对营养的丰富与否、各种营养物质的偏否更为敏感。即所摄取食物“质”的高与低，与脑子的聪慧与否，是成正比的。在生活中，不少家长由于缺乏营养科学知识，过分强调“补药”的作用，过分强调训练对幼儿智力的作用，忽视饮食的科学搭配，使摄取食物中，糖、脂肪和蛋白质偏多，钙和维生素偏少，影响了幼儿的智力发育。因此，纠正幼儿的嗜糖习惯，控制蛋白质和脂肪的摄入，减少食物中维生素的损失，让幼儿的大脑得到充分地发育，是提高其智力的重要措施。

幼儿的智力潜能怎么开发

幼儿智力开发问题，是当前世界上十分关注的研究课题。在幼儿学习的过程中，我们常发现在同样的情况下，幼儿对知识掌握的速度、深度、广度和举一反三的能力截然不同。如在一次智力测验中，测验员写出1、2、3、4、5、6、7、8、9、8、7、6、5、4、3、2、1共17个数让6~10岁的几个幼儿相加结果，一个6岁的幼儿在3分钟内答出81，而有的幼儿一个数一个数的相加还出现错误。为什么有这种不同的结果呢？隐藏在事实背后的原因是每个人智力发展水平不同。为此我们得到一个重要的启示是，在教育过程中，中仅要注意对幼儿的知识传授，更重要的是注重开发幼儿的智力。

1. 智力的定义

智力是人的一种心理品质，它具有无法观察到的特点，有人认为，智力是各种认识能力的总和。观察力，它包括有智力的条件——注意力；智力的窗口——观察；智力的储存器——记忆力；智力的翅膀——想象力；智力的中枢——思维力；智力的转换器——创造力；早期幼儿还需要发展口头语言表达能力，它是智力的基础。由于智力是一个人许多能力的总称，因此人在某一方面有特殊能力或专长不等于智力，如有的人记忆特别好，但逻辑思维差；有的人语言表达能力好，但想象力、实践能力差、这只能说某人在某一方面发展不错，不等于智力好。只有智力的各个方面都得到发展，才能称得上智力发展好。

智力活动的形成过程一般有五个阶段：

(1) 了解当前活动阶段。如听老师讲解或演示获得一般的表象和初步理解。

(2) 运用各种实物来完成活动的阶段。如用小石子或小棍计算活动。

(3) 有外部语言参加的，依靠表象（头脑中的形象），来完成活动的阶段。在这一阶段，幼儿能离开实物，而依靠外部语言对头脑里留下的表象进行分析、综合。如老师问， $1+1=?$ ，幼儿头脑中会出现1个苹果加一个苹果等于2个苹果的口算。

(4) 只靠内语言（不出声的语言）在脑子里完成活动的阶段。

(5) 智力活动过程，简约化。多进行某一智力活动以后，这一智力活动的阶段逐步简约化，以高速度进行，则智力活动的的能力便初步形成。

3~6岁幼儿智力一般可发展到第三阶段，发展突出的可能达到第四阶段。

2. 为什么要开发幼儿的智力

(1) 智力是掌握知识的必要条件。没有一定的智力就难以掌握较多的知识，具体讲没有注意力、观察力、幼儿就无法认识事物，掌握知识；没有记忆力，知



识就无法巩固、保存；没有思维力，就无法对事物有深刻地认识，掌握事物的发展规律；没有想象力，就无法创新。智力不发展，就无法掌握更多的知识。

(2) 开发智力是现代生产和科学技术发展的需要。

在当今市场经济竞争激烈的时代中（即科技、人才、智力竞争），谁最早最多地拥有高智能人才，谁就在这场竞争中获胜。因此在我国应把培养人才的教育事业放在突出的战略地位。加强幼儿智力开发，早出人才，出高智能人才，是我国教育事业的紧迫任务。在现代生活中，没有高智能的人是无法跟上时代发展的。

(3) 开发智力对幼儿有特殊的作用。从智慧器官大脑的成熟来看，0~5岁有天壤之别，5岁到成人只一步之差，5岁前后是幼儿智力发展的最佳时期。由此可见，对幼儿进行早教，对于开发智力促进成才具有特殊的作用。

3. 如何开发幼儿的智力

开发幼儿智力应注意的问题：充分认识家庭教育的重要性；勤用脑、会动脑应做好：有计划的训练使用耳、眼、鼻、舌、身五件宝；科学地安排生活、学习和活动，保证足够的睡眠时间；还应有丰富多采的文娱活动；交换脑力劳动的方式，如计算、语言、音、体、美、娱、游戏交叉进行；适应脑的活动节律。

科学家发现人类的行为受到三种周期的影响，就是人从诞生开始，情绪、能力、体力分别存在28天、33天、23天的周期变化，每个周期中都有高潮期，精力充沛，情绪良好，思维敏捷，记忆力增强；低潮期体力疲劳，做事拖沓，情绪低落，判断力差，以及高潮期和低潮期之间的临界期三个阶段，每个人的周期也有一定差别。

4. 知道怎样开发幼儿的右脑吗

“开发右脑”是日本幼儿教育专家创立的。他们认为，人脑在3岁前发育完成60%，在6岁前发育完成90%，但期间左右半球发育的快慢并不一样：右脑在3岁前就已发达，而左脑则要在4~5岁时才发达。右脑主要负责控制感觉和想像力的发展，如在幼儿期能有意识地加强对其右脑的开发，对幼儿成年后的创新能力能起到积极的作用。同时，开发右脑还可进一步促进左脑的发育。日本幼儿教育专家设计了“开发右脑”的新方法。

配对游戏。配对游戏实际上可在幼儿1.5岁时就可进行了。一开始可在桌面上摊开少许几张字母卡，然后要求幼儿将两张相同的字母卡配对。如幼儿不细

心，把外形相近的两个不同的字母搞混淆了，家长便可在予以纠正的同时耐心地指出它们的区别。如在解释字母 B 时，可将其描绘成幼儿的一只耳朵，而把字母 P 解释为爷爷的一根手杖。随着幼儿年龄的增长，配对游戏的难度也可渐渐增加，直至“进化”成“归类游戏”。如可要求 2 岁左右的幼儿将不同姿势的同一种动物的图片或模型配成一对；要求 2.5 岁左右的幼儿将许多图片或实物中的“食物”、“文具”或“饮料”归为一类。

观察云朵。在晴朗的天气里，可带着幼儿来到旷野上，仰头观察天上的云朵。在强调云朵都是立体而非平面的同时，还应启发幼儿将不同形状的云朵看成动物、仙女、天使等。日本人普遍认为，这是最简便地利用大自然锻炼右脑的绝好办法。

仰望星空。日本人喜欢晚上带着幼儿仰望星空，并向他们讲述神话传说，有时还要求幼儿张开想象的翅膀，编织一个有关月亮或星星的故事。专家认为，发挥想像本身就是一种“右脑体操”，有助于开发右脑。

以小猜大。将一组幼儿熟悉的动植物的照片或图片用手掌遮掩大部，而仅留出该动植物的一小部分，然后要求幼儿猜测这是什么动植物。要是幼儿推断错了，家长可再作一下启发、诱导，直至完全猜对。为提高幼儿主动推断的积极性，家长还可鼓励幼儿之间互出“谜题”。

多用左侧。由于身体左侧部位的活动主要是由右脑指挥的，多用左眼、左耳和左手就意味着锻炼了右脑。由此不妨让幼儿的脑袋常向右偏转，这样便可多多训练“左视野”（即用左眼观察）。让幼儿多多在左耳内塞上耳机聆听音乐或故事，同时还可要求幼儿有意多用左手来做一些简单的活，如擦桌子、开门、开灯等。

综合刺激。视觉、听觉和语言的“综合刺激”特别有助于开发幼儿的右脑功能。幼儿园老师常利用多媒体，在 1 小时内接连不断地对幼儿施加诸如恐龙、星座、旗帜、鲜花图案和音乐等刺激，其间还穿插了儿歌、外语、故事等语言刺激。不过“综合刺激”须分成若干小单元（如每次 3 分钟，此后休息 1 分钟）来执行，因幼儿难以对长时间的相同刺激保持兴趣。

经历新鲜。尽量让幼儿不要老走同一条路、老看同一本书、老跟同一个伙伴玩。送幼儿上幼儿园时不妨故意改变路线，为幼儿选择的书本不妨种类多些，同时也应努力创造条件让幼儿能有机会结交各种性格和爱好的朋友。因新鲜的经历对激活右脑功能好处很多。

重视才艺。培养幼儿在棋类、乐器、绘画、插花、折纸等方面的才艺本身就是一种积极地开发右脑的活动，故应大力提倡。如幼儿在某一方面才能平平，那也不要全责怪，因至少其右脑已得到了一定的锻炼。让幼儿均衡运用左右手，



更重要的是要配合听激发左脑的音乐，当然还有一系列专门的动作，可更系统地开发幼儿的右脑，最大可能地发挥幼儿的潜力。多让他动左手，经常在他左耳旁说话，唱歌，会对开发右脑起作用。

家长肩负着对幼儿右脑开发这一重任，对幼儿右脑开发不是一朝一夕的事，对幼儿右脑开发也不是一两个活动就可完成的，我们可充分利用幼儿的好奇心对幼儿右脑开发，还可利用游戏对幼儿右脑开发。总之，对幼儿右脑开发是一项系统工程。如从小就开始右脑开发，除了一些肢体运动（右脑体操：经常利用左半身体的手、臂、腿、脚进行活动）、和音乐（在学习的场所播放一些优美、舒缓的轻音乐）等方法，还可做一些“亲子游戏”。

（1）神奇的纸盒。

玩法：把家里使用过的纸盒留下，往里面放进一些玩具、糖果、水果等，让幼儿摸一摸，请他在拿出来之前说出名称，或者给他指令，请他按指令拿出东西来。对年龄大一点的幼儿，你可给他否定的指令，如：“请你把不可吃的东西拿出来”、“请你把不是圆的东西拿出来”等。为了增加趣味性，也可使用一些奖励的方法，如：拿对了糖果，就把糖果奖励给幼儿吃，拿错了，糖果就归妈妈吃等。

提示：此游戏适合2~4岁的幼儿，由于幼儿使用触觉和视觉来进行判断，可刺激右脑发展。

（2）猜猜这是谁。

玩法：爸爸或妈妈在被窝里发出不同的动物的叫声，如狼、狗、狮子等的叫声，让幼儿猜猜藏在被窝里的是什么动物。

提示：此游戏适合2~4岁的幼儿玩。这是一则用听觉进行判断的游戏，也可刺激幼儿的右脑。

（3）会滚动的箱子。

玩法：用家里装过电视或其他大件物品的纸皮包装箱子，让幼儿钻进去缩紧身体，然后滚动纸皮箱子，幼儿会很高兴。为了避免伤着幼儿，你最好在每次滚动箱子之前大声问他：“准备好了吗？”确定他做好了准备才开始，滚动的幅度可根据幼儿的适应情况慢慢调整。

提示：此游戏适合3岁以上的幼儿玩，因这样可锻炼幼儿的身体平衡感，也能发展幼儿的右脑功能。

（4）扔纸球。

玩法：拿一个篮子，菜篮或洗衣篮都可，然后拿一些报纸，把报纸裹成一团，做成一个纸球，妈妈、爸爸和幼儿轮流扔纸球，每人扔10个，看谁扔进篮