



TM

科学孕育更轻松

智慧育儿系列

关键期宝宝的运动训练
宝宝记忆发展的关键期
关键期宝宝的语言训练
宝宝认知功能的关键期

婴幼儿关键期训练

Yingyouer Guanjianqi Xunlian

总顾问/吴阶平 指导专家/胡亚美 区慕洁

中国人口出版社



婴幼儿关键期训练

Yingyouer Guanjianqi Xunlian

本册编著/刘春林 郭媛

中国人口出版社



图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿关键期训练/刘春林,郭媛编著. -北京:中国人口出版社,2004. 11
(幸福2+1)

ISBN 7-80202-062-X

I. 婴… II. ①刘… ②郭… III. 婴幼儿-能力的培养 IV. G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第107505号

婴幼儿关键期训练

刘春林 郭媛 编著

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京市通州次渠印刷厂
开 本	710×1010 1/16
印 张	10.625
字 数	120千字
版 次	2004年11月第1版
印 次	2004年11月第1次印刷
书 号	ISBN 7-80202-062-X/R·400
定 价	16.80元

社 长	陶庆军
电子信箱	chinapphouse@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

传播先进育儿理念
普及科学育儿知识

彭珮云

二〇〇四年九月

建立一个适合儿童成长的世界

——2002年联合国大会儿童特别会议宣言摘要

我们在此呼吁社会全体成员与我们一起开展一项全球运动，通过捍卫我们对以下原则和目标的承诺来建立一个适合儿童生长的世界：

- 1、儿童第一。
- 2、消灭贫穷：投资于儿童。
- 3、对所有儿童一视同仁。
- 4、照顾每一个儿童。
- 5、让所有儿童受教育。
- 6、保护儿童不受伤害和剥削。
- 7、保护儿童免受战争影响。
- 8、防治艾滋病毒、艾滋病。
- 9、倾听儿童的意见并确保他们参与。
- 10、为了儿童保护地球。

联合国秘书长
科菲·A·安南



“幸福2+1”丛书编委会

总 顾 问 吴阶平 原全国人大常委会副委员长

专家委员会 严仁英 北京大学第一临床医学院妇产科教授
中国关心下一代工作委员会专家委员会主任
世界卫生组织母婴保健合作中心主任

胡亚美 中国工程院院士、中华医学会副会长
北京儿童医院名誉院长
国务院学位委员会委员

杨魁孚 中国计划生育协会常务副会长
中国人民大学兼职教授

黄醒华 首都医科大学北京妇产医院教授、主任医师
首都医科大学硕士生导师
中华预防医学会妇女保健学会主任委员
中华医学会围产医学分会常委

区慕洁 中国优生科学协会理事、“万婴跟踪”首席专家

戴淑凤 首都医科大学北京妇产医院教授、主任医师
中国优生科学协会、中国优生优育协会理事

张湖德 中央人民广播电台医学顾问、北京中医药大学教授

编	委	万力生	王利芳	文 义	天 水	毛知凡
		刘恩娟	刘 云	刘春林	朱双龙	乔晓凡
		李 洁	李 乐	李潇然	张 凡	张春改
		张 矩	陆 芬	陈武山	杨娅娅	杨晓琴
		杨 丽	杨 静	郭 媛	黄菊山	黄秋杨
		梅 林	韩 春	董守红	雷 华	熊国宝

写在前面.....

儿童是人类生存的起点，也是人类发展的未来。儿童发展最关键的阶段是婴幼儿期。

0~3岁是婴幼儿各种功能发展的关键期，在关键期对婴幼儿进行及时的、科学的、系统的开发，婴幼儿将最易学会和掌握某种技能，行为动作，使该种能力得到理想的发展。而一旦错过关键期或在关键期受到不科学的教育，该种能力的发展将受到阻碍，甚至无法弥补。

翻开本书，您将发现我们对0~3岁婴幼儿的早期教育倾注了全新的理念，对早期教育的观点和方法给予了新的科学的诠释。

0~3岁婴幼儿的早期教育要符合婴幼儿的生理特点和心理特点，只有遵循儿童身心发展规律，才能获得预期效果。早期教育不仅要发展婴幼儿的智力，而且要使他们在德育、智育、体育、美育等诸多方面都得到全面和谐的发展。尤其要注意尽早培养婴幼儿的良好品德，3岁时所具有的道德品质，对今后一生都有深远影响。

0~3岁是人一生的奠基阶段，如果宝宝出生后没有一个好的开端，那么他们可能永远也不会充分挖掘并实现自身的潜能了。我们根据婴幼儿各种能力发展的关键期，以月为单位，设计教育方法，提出教育措施。

年轻的父母们，希望你们看完本书后，要抓住婴幼儿生长发育的关键期进行施教。敬劝年轻的父母，从过了头的溺爱，过度的呵护，完全的包办代替中走出来，让宝宝多动手、多运动。该放手时就放手吧，让宝宝走好人生第一步。



目录 CONTENTS

[第1章] 智力开发的关键期及训练

早期教育只有遵循婴幼儿的生理特点和心理特点，从智育和德育两个方面入手，针对婴幼儿在各个关键期的不同特点，才能获得预期的效果。

- 一、智力开发的必要性 3
- 二、早期智力开发的可能性 3
- 三、早期教育与智力开发 5

[第2章] 关键期的科学开发与训练

0~3岁时期是人类许多能力发展的关键期，关键期是指最易学会和掌握某种知识、技能、行为动作的特定年龄时期。

- 一、0~3岁婴幼儿感知、运动、语言发展规律 13
 - 1. 出生后的运动发育 13
 - 2. 出生后的感觉发育是很迅速的 14
 - 3. 出生后神经反射的发育 14
 - 4. 语言、思维的发育 15
 - 5. 对周围人物反应能力的发育 15
- 二、新生儿期(0~1个月)感知能力的关键期 16
 - 1. 母爱是无与伦比的营养素 18
 - 2. 玩具、色彩、音乐——宝宝智力发展的摇篮 19
- 3. 智力开发与行为能力的训练 21



○ 三、婴儿期(1~12个月)大脑发育的关键期	24
1. 2个月的宝宝	24
2. 3个月的婴儿:多看、多听、多摸、多玩	27
3. 4个月的婴儿	29
4. 5个月的婴儿	32
5. 6个月的婴儿	34
6. 7个月的婴儿	37
7. 8个月的婴儿	40
8. 9个月的婴儿	42
9. 10个月的婴儿	45
10. 11个月的婴儿	47
11. 12个月(一周岁)的婴儿	50
○ 四、1岁~1岁5个月是宝宝独立性的关键期	55
1. 1~2岁宝宝独立生活能力的关键期	55
2. 1岁1个月~1岁3个月的幼儿	56
3. 1岁1个月~1岁3个月幼儿的感知运动能力	57
4. 发展幼儿的认知能力	58
5. 尽早培养宝宝的独立性	60
6. 宝宝视觉的保护	60
7. 1岁4个月~1岁5个月的幼儿感知认识能力	60
8. 让宝宝在活动中成长	63
○ 五、1岁半~2岁是幼儿认知功能的关键期	63
1. 1岁半~2岁是幼儿感知生活和交往能力发展最快的时期 ...	64
2. 1岁半~2岁左右的幼儿仍处于直觉行动思维的初级阶段 ...	65
○ 六、2岁~2岁半幼儿记忆发展的关键期	72
○ 七、2岁半~3岁是教育幼儿遵守行为规范的关键期	82



[第3章] 关键期运动能力训练

婴儿的运动能力主要指身体与四肢的大肌肉运动能力和双手的精细运动能力。研究表明,婴儿的运动能力尤其是双手的精细运动能力与婴儿大脑的发育有密切关系,婴儿年龄越小,这种关系也越密切。

- 一、3~6个月婴儿双手抓握能力产生发展的关键期 95
- 二、7~8个月手指握力及灵活性运动能力发展的关键期 ... 97
- 三、9~10个月双手动作协调配合能力发展的关键期 98
- 四、12~13个月双手控制物品及扔东西运动能力的关键期 ... 100
- 五、16~17个月准确抓握物体协调及平衡能力发展的
关键期 102
- 六、24~25个月幼儿自理能力及用笔划直线能力发展的
关键期 104
- 七、33~36个月构思和想像发展的关键期 105
 - 1. 婴幼儿运动能力(手脑协同运动)的开发与训练 ... 110
 - 2. 婴幼儿动作能力发展的特点 110
- 八、3~4个月婴儿翻身够取玩具能力发展关键期 112
- 九、7~8个月婴儿爬行能力发展的关键期 113
 - 1. 要想聪明必须爬 113
 - 2. 宝宝不会爬怎么办 114
- 十、10~11个月婴儿独自站稳能力发展的关键期 115
- 十一、11~12个月婴儿独立行走能力发展的关键期 118
- 十二、24~25个月婴幼儿单足站立能力发展的关键期 ... 120
- 十三、32~33个月幼儿单脚站立及单脚跳跃能力发展的
关键期 121
- 十四、36个月幼儿平衡能力发展关键期 123



[第4章] 关键期语言训练

从出生开始就进行语言训练，不仅是人类语言发展的规律所决定的，也是人类大脑的发展所决定的。

一、语言的起源	127
1. 语言起源	127
2. 中枢机制	128
二、0~3岁婴幼儿语言关键期及语言培养原则	128
三、名词解释	130
四、0~3岁婴幼儿关键期语言训练	130
1. 出生1个月	131
2. 2个月	132
3. 3个月	132
4. 4个月	133
5. 5个月	134
6. 6个月	135
7. 7个月	136
8. 8个月	137
9. 9个月	138
10. 10个月	138
11. 11个月	139
12. 12个月(一岁)	140
13. 1岁~1岁2个月	141
14. 1岁3个月~1岁4个月	143
15. 1岁5个月~1岁6个月(1岁半)	143
16. 1岁7个月~1岁8个月	144

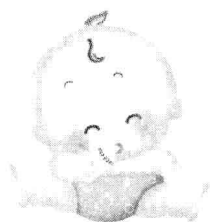
目录

ONTENTS

17. 1岁9个月~1岁10个月	145
18. 1岁11个月~2岁	146
19. 2岁~2岁3个月	147
20. 2岁3个月~2岁半	148
21. 2岁半~2岁9个月	149
22. 2岁9个月~3岁	151
五、0~3岁婴幼儿语言障碍	153

第1章

DI YI ZHANG



智力开发的

关键期及训练

从孩子出生至3岁是智力发展最为迅速的时期,是人类许多能力发展的关键期,其中独立意识发展、人类永久性记忆能力发展等关键期是最需要注意的,教育专家认为,早期智力开发将最大限度地发掘人类的潜能。早期教育只有遵循婴幼儿的生理发育和心理发育特点,从智育和德育两个方面入手,针对婴幼儿在各个关键期的不同特点,才能获得预期的效果。



一、智力开发的必要性



智力开发已得到全世界各国的重视。明智的人们一致认为,未来各国智力的竞争要比经济力量竞争更为重要,公民的智力水平就是国力的标志。

二、早期智力开发的可能性

在智力理论的指导下,人们通过各种途径开发智力,如从智力训练入手,从学科教育入手,从非智力差异入手等等,效果较为显著。在智力培养中有这样的趋势,无论是专家还是普通人,都已把智力培养的视线指向了婴幼儿。

大脑发育的最快期也是智力变化的最快期。新生儿的脑重量是成人的 $\frac{1}{3}$,到9个月时是成人的 $\frac{1}{2}$,3岁左右脑重量是成人的 $\frac{2}{3}$,4岁时大脑额叶的发育已基本完成,7岁时儿童大脑的发育已快追上成人了,是成人的 $\frac{9}{10}$ 。这说明大脑发育最快期是智力变化的最快期,人脑发育速度和智力发展的速度是递减规律。这个规律启示人们,孩子年龄越小,环境对他的作用就越大,智力水平可改变的余地就越大。儿童没有一个固定的智力发展水平,早期激励能够提高智力水平。

作为一个现代的父母,必须坚持这样一种信念:人类教育最根本目的是——最大限度地开发人类的潜能,如果每个孩子的潜能都能得到开发,那将是人类最大的事情,每一个为人父母者都应把最大限度地开发孩子的潜能,这一重要教育任务安排在孩子出生后的前几年重点实施。

因为开发人类的潜能最重要的阶段就是0~3岁的婴幼儿时期,而且开发婴幼儿智能的时间越早越好。

我们知道,人类各种能力都有其产生、发展的关键期。在这一时期,大脑对某种学习具有特别适应的生理状态,人会很容易获取某种能力,而且刻印在大脑中。如果错过了此时期,再进行这类学习、训练就相当困难了,甚至就不可能获得该种功能。

0~3岁时期是人类许多能力发展的关键期,以下三个关键期是十分重要的:

● 1岁半左右是独立意识发展的关键期

在1岁半之前,婴幼儿的注意常常是无意的,婴幼儿还不能有明确目的地控制自己的注意力,常被外界的各种信息干扰。1岁半左右,婴儿开始有意识地自己学会选择信息进行观察、思考,有意识注意开始萌芽了,这对于婴幼儿整体智能的发展是十分有意义的。

● 2岁左右是自理能力发展的关键期

在2岁之前,婴幼儿的观察常是整体的笼统的,对一些细节与局部的把握还很差,常不能发现一些物体之间的细节和部分之间的相同或相似之处。2岁以后,婴幼儿分解性观察能力开始萌芽,对物体细节与部分差异的把握能力增强,同时学会了把握整体与局部以及细节之间的关系。婴幼儿分解性观察能力的产生对婴幼儿以后把握事物本质的抽象思维能力和想像能力的发展意义深远。

● 3岁左右是人类永久性记忆能力开始发展的关键期

研究发现,在3岁到3岁半之前,人类记忆的各种信息几乎都不能保持终生(或几十年),没有永久性记忆的痕迹,常只保持几天,几个月。而3岁以后人的许多信息却能保持几十年甚至终生,人类的永久性记忆能力产生了。尽管这时的很多信息我们在几十年后不能随意再现,却能够再认识或通过催眠或电波刺激大脑而唤醒。

以上三种能力的发展关键期是人类不能错过的。

婴幼儿在成长过程中,智力发展速度是不平衡的。据中外不少教育家、心理学家、神经学家,通过实验观察研究表明,人的大脑在新生后1岁以内发展最快,到第2年末,脑细胞的分化基本完成。所以说幼儿期是人生智力发展的关键时期,要



菊花烫发
赶紧烫了发,变得真美丽。



重视婴幼儿的早期智力教育。

1岁前儿童没有想像和思维,1~2岁儿童只有想像的萌芽。幼儿期是想像非常活跃时期。随着言语的发生,婴幼儿对事物有了概括的反映,出现了人类思维的低级形式。婴儿必须掌握各种动作,并且在这个基础上掌握相应的词才能形成真正的人类思维。

孩子有一种天生求得胜任的探究欲望,生来就有去做和去学如何做的冲动。他通过操纵、摆弄、试尝、重复,以求对环境最大程度的把握,而这一切都出自于各种活动带来的快乐。过去人们对孩子身上的这一动力认识不足,现在大家如果认识到这一点,就会对开发儿童的智力有足够信心,因为智力发展不仅是社会的需要,更是儿童自身的需要。

三、早期教育 与 智力开发



在智力发展的过程中,有三个特殊时期,应该引起我们更多的关注,这就是早期、中青年期、老年期。早期是智力发展最快的时期;中青年期是智力发展的高峰期;老年期则是智力急剧衰退的时期。

什么是早期?智力发展的早期是指从出生至3岁。这个时期智力发展的特点是,发展速度最为迅速。在这个时期,人对外界刺激的变化特别敏感,极易接受特定影响而获得某种能力,这就是所谓的智力发展的“关键期”。

早期教育是对0~3岁婴幼儿所进行的教育。这一时期婴幼儿能力发展速度最快,是婴幼儿心理发展的关键期。此外,婴幼儿具有强烈的好奇心和求知欲,对外界的刺激变化特别敏感,极易接受各种事物的影响。因此,对婴幼儿进行早期教育是一项势在必行的,完全可行的工作。

一个新生儿已经具有良好的外部感官和机能感觉,出生后不久就能适应条件反射,出现心理活动。在生活的头一年,已经可以很好地感知外部世界和体内环境的变化。由于手眼协调动作的发展,半岁以后的婴幼儿可以把视觉、触觉和运动感觉联系起来,不仅能感知事物的某方面属性,同时也能感知事物的多方面属性,进而把握一个事物的完整特点。在婴幼儿生活的头3年,不仅感知觉能力完好,而且语言能力、注意、记忆、思维、想像、情感、意志等方面的心理品质都