

★手把手帮你培养天才宝宝★

全 新 版 实 用 版

宝宝



肖巧珍◎编著

智能训练



一本通

- 智商、情商同步提高
- 贴心、全面、科学的培养计划
- 智慧父母的明智选择



YZLI 0890088361

河北出版传媒集团公司
河北科学技术出版社



宝宝



肖巧珍◎编著

智能训练

一本通

BaoBao
ZhiNeng
XunLian
YiBenTong



YZLI 0890088361

河北出版传媒集团公司
河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝智能训练一本通 / 肖巧珍编著. -- 2版. -- 石家庄 : 河北科学技术出版社, 2011.3

ISBN 978-7-5375-4395-8

I. ①宝… II. ①肖… III. ①婴幼儿—智力开发

IV. ①G610

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第027320号



宝宝智能训练一本通

出版发行 / 河北科学技术出版社

地 址 / 河北省石家庄市友谊北大街330号

邮 编 / 050061

组织策划 / 王辛卯 白世维

责任编辑 / 李蔚蔚

封面设计 / 胡椒设计

美术编辑 / 刘英君

印 刷 / 北京中创彩色印刷有限公司

开 本 / 720×1000 1×16

印 张 / 20

字 数 / 400千

版 次 / 2011年3月第2版

印 次 / 2011年3月第1次印刷

定 价 / 34.00元

目 录

CONTENTS

第1篇 了解宝宝的智商及大脑发育规律

智商与情商的相关概念

什么是智商·····	001	情商与智商的关系·····	011
智力的组成·····	004	情商的作用·····	012
智力的特征·····	006		
智力与能力·····	008	大脑的发展规律	
智力与知识·····	009	大脑是智力的源泉·····	013
正确看待智商·····	010	大脑的发育过程·····	014
情商的含义·····	011	大脑的可塑性·····	016
		每个孩子都有很大的潜能·····	017
		发挥大脑的巨大潜能·····	017

第2篇 智能训练的基础与方法

教育与智力

家庭教育对孩子智力的影响·····	019
学校教育对智力的影响·····	020
早期教育对智力的影响·····	020
神奇的期望效应·····	020
父母是孩子的第一任老师·····	021
长期教育对智力的影响·····	024

把握智能开发的关键期

在“关键期”对孩子进行智能培养·····	025
智能开发“关键期”·····	026
多元智能发现法·····	027





第3篇 新生儿智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	029
新生儿大便·····	030
新生儿一日尿量·····	030
新生儿的正常体温·····	030
新生儿的睡眠·····	030
新生儿的视觉·····	031
新生儿的听觉·····	031
新生儿的触觉·····	031
新生儿的味觉和嗅觉·····	032
新生儿的运动能力·····	032
新生儿与大人的沟通·····	032

智能特征

1个月婴儿的智能发育水平·····	033
智力测试方法·····	033

智能训练

新生儿先天性反射种类与训练·····	035
新生儿个性的发育·····	036
新生儿听觉能力训练游戏·····	037
新生儿视觉能力训练游戏·····	038
新生儿触觉能力训练游戏·····	038
新生儿动作能力训练游戏·····	039
新生儿的按摩体操·····	039

亲子依恋

尽快建立亲子依恋·····	040
母爱的重要性·····	041
新生儿抚触的好处·····	042
新生儿抚触的准备·····	042
新生儿抚触的方法·····	043
新生儿抚触要注意的问题·····	045

第4篇 宝宝2个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	047
心理发育特点·····	048

智能特征

2个月婴儿的智能发育水平·····	049
婴儿性别的差异性·····	049
智力测试方法·····	050

智能训练

语言能力训练游戏·····	052
社交能力训练游戏·····	053
情感培养训练游戏·····	053
听觉能力训练游戏·····	053
视觉能力训练游戏·····	054
感觉能力训练游戏·····	054

动作能力训练游戏·····	055	蹦蹦跳跳·····	057
亲子游戏		听见了吗·····	057
一动就响·····	056	读歌谣·····	057
声音在哪里·····	056	几个小手指·····	058
摸一摸·····	056	拉拉看·····	058
看看是什么·····	056	拿着玩·····	058
妈妈在哪里·····	056	握握手·····	058
一碰就响·····	057	两手抓·····	058
踢被子·····	057	抓一抓·····	058

第5篇 宝宝3个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	059
心理发育特点·····	060

智能特征

3个月婴儿的智能发育水平·····	061
智力测试方法·····	061

智能训练

语言能力训练游戏·····	063
社交能力训练游戏·····	063
感知能力训练游戏·····	064
认知能力训练游戏·····	064
触觉能力训练游戏·····	065
动作能力训练游戏·····	065
婴幼儿健身操·····	066

亲子游戏

找妈妈·····	067
藏猫猫·····	067
摇啊摇·····	067
用脚蹬·····	067
会踢球了·····	067
找一找·····	068
拉过来·····	068
走起来·····	068
用脚踢·····	068
玩水·····	068
抬头·····	068
学倒立·····	068





第6篇 宝宝4个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点..... 069

心理发育特点..... 070

智能特征

4个月婴儿的智能发育水平 071

智力测试方法..... 071

智能训练

语言能力训练游戏..... 073

社交能力训练游戏..... 074

视觉能力训练游戏..... 074

听觉能力训练游戏..... 075

动作能力训练游戏..... 076

婴幼儿健美健身方法..... 076

婴幼儿健身操..... 077

亲子游戏

看看妈妈的脸..... 078

不倒翁..... 078

外面真奇妙..... 078

节奏感训练..... 078

看口形..... 078

拍拍打打..... 078

握住..... 078

听听自己说什么..... 079

拉过来..... 079

抓一个..... 079

小鼓咚咚..... 079

荡起来..... 079

试着翻..... 079

说儿歌..... 079



第7篇 宝宝5个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点····· 080

心理发育特点····· 081

智能特征

5个月婴儿的智能发育水平····· 082

智力测试方法····· 082

智能训练

有计划地让婴儿听音乐····· 084

生活自理能力的训练····· 084

有计划地念儿歌····· 084

语言能力训练游戏····· 085

社交能力训练游戏····· 086

视觉能力训练游戏····· 086

听觉能力训练游戏····· 087

动作能力训练游戏····· 087

婴幼儿体形美的训练方法····· 088

婴幼儿健身操····· 088

亲子游戏

说你好····· 089

说再见····· 089

怎么响····· 089

哪儿响····· 089

学翻身····· 089

递来递去····· 089

往外拿····· 089

听音乐····· 090

球跑了····· 090

听音乐····· 090

指鼻子····· 090

手指游戏····· 090

第8篇 宝宝6个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点····· 091

心理发育特点····· 092

智能特征

6个月婴儿的智能发育水平····· 093

智力测试方法····· 093



智能训练

生活自理能力的训练·····	095
语言能力训练游戏·····	095
社交能力训练游戏·····	096
情感培育训练游戏·····	097
记忆能力训练游戏·····	097
听觉能力训练游戏·····	098
感觉能力训练游戏·····	099
动作能力训练游戏·····	099
婴幼儿眼保健操·····	100



亲子游戏

爸爸在哪儿，妈妈在哪儿·····	102
玩娃娃·····	102
小熊哪里去了·····	102
找玩具·····	102
户外玩·····	102
走来走去的玩具·····	102
骑大马·····	103
5个小朋友·····	103
向前爬·····	103
搭积木·····	103
放球·····	103

第9篇 宝宝7个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	104
心理发育特点·····	105

智能特征

7个月婴儿的智能发育水平·····	106
智力测试方法·····	106

智能训练

注意训练婴儿手的能力·····	108
培养婴儿懂道理·····	108
生活自理能力训练·····	108
智力培育游戏·····	109
教唱儿歌·····	109
语言能力训练游戏·····	109
社交能力训练游戏·····	110

情感培育训练游戏·····	111
模仿能力训练游戏·····	111
视觉能力训练游戏·····	112
听觉能力训练游戏·····	113
感觉能力训练游戏·····	113
动作能力训练游戏·····	114
婴幼儿健身操·····	114

亲子游戏

玩水·····	115
抠洞·····	115
拍拍手·····	115



第10篇 宝宝8个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	116
心理发育特点·····	118

智能特征

8个月婴儿的智能发育水平·····	119
智力测试方法·····	119

智能训练

生活自理能力的训练·····	121
教唱儿歌·····	121
语言能力训练游戏·····	121
社交能力训练游戏·····	122
情感培育训练游戏·····	122
技能训练游戏·····	123
视觉能力训练游戏·····	123

听觉能力训练游戏·····	124
感觉能力训练游戏·····	125
手眼协调能力训练游戏·····	125
动作能力训练游戏·····	126
婴幼儿健身操·····	126

亲子游戏

钻山洞·····	127
揉纸·····	127
掏出来·····	127
撕纸·····	127
小鸟飞·····	127
挑绳子·····	127
敲敲响·····	127
扶着站·····	127

第11篇 宝宝9个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	128
心理发育特点·····	128

智能特征

9个月婴儿的智能发育水平·····	129
智力测试方法·····	129

智能训练

培养婴儿欣赏大自然·····	131
生活自理能力的训练·····	131
教唱儿歌3首·····	131
语言能力训练游戏·····	132
社交能力训练游戏·····	133



情感培育训练游戏	134
视觉能力训练游戏	135
听觉能力训练游戏	136
感觉能力训练游戏	136
动作能力训练游戏	137
婴幼儿健身操	138

亲子游戏

照镜子	139
钻山洞	139
开抽屉取物	139
爬楼梯	139

第12篇 宝宝10个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点	140
心理发育特点	141

智能特征

10个月婴儿的智能发育水平	142
智力测试方法	142

智能训练

婴儿的个性开始发展	144
生活自理能力训练	144
教唱儿歌3首	144
语言能力训练游戏	145
社交能力训练游戏	145
情感培育训练游戏	146
数学能力训练游戏	147
技能水平训练游戏	147
听觉能力训练游戏	148
感觉能力训练游戏	149
婴幼儿健身操	149

亲子游戏

插钥匙	150
套环	150
表演	150



第13篇 宝宝11个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	151
心理发育特点·····	152

智能特征

11个月婴儿的智能发育水平·····	153
智力测试方法·····	153

智能训练

生活自理能力的训练·····	155
语言能力训练游戏·····	155
社交能力训练游戏·····	156
智力培育游戏·····	156
立体能力训练游戏·····	157

情感培养训练游戏·····	158
数学能力训练游戏·····	158
视觉能力训练游戏·····	159
听觉能力训练游戏·····	160
感觉能力训练游戏·····	160
动作能力训练游戏·····	161
婴幼儿健身操·····	161

亲子游戏

玩积木·····	162
读书·····	162
找苹果·····	162
指认鼻子和耳朵·····	162
踢球·····	162

第14篇 宝宝12个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点·····	163
心理发育特点·····	164

智能特征

12个月婴儿的智能发育水平·····	165
--------------------	-----

智能训练

益智训练游戏·····	166
涂颜色讲故事·····	166

情商训练游戏·····	166
体能训练游戏·····	166

亲子游戏

涂抹·····	167
拉大锯·····	167
追易拉罐·····	167
玩滑梯·····	167
涂涂画画·····	167
画圈圈·····	167



第15篇 宝宝13~15个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点..... 168

心理发育特点..... 169

智能特征

智能发育水平..... 170

动作能力..... 170

语言能力..... 170

社交能力..... 170

创造性能力..... 170

智能训练

动作能力训练..... 171

语言能力训练..... 173

记忆能力训练..... 175

创造性思维能力训练..... 177

想象能力训练..... 177

情感能力培养..... 178

生活自理能力训练..... 178

感知能力训练..... 180

亲子游戏

图画和文字..... 181

跟宝宝谈电视..... 181

听响响..... 181

区别大小..... 181

第16篇 宝宝16~18个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点..... 182

心理发育特点..... 183

智能特征

智能发育特点..... 184

动作能力..... 184

语言能力..... 184

智能训练

动作能力训练..... 185

语言能力训练..... 187

创造性思维能力训练..... 188

想象能力训练..... 189

感知能力训练..... 190

情绪和社交能力训练..... 190

生活自理能力训练..... 190

亲子游戏

做个表情吧..... 191

取算盘珠..... 191

踩日光..... 191

骑着枕头转啊转..... 191

第17篇 宝宝19~21个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点..... 192

心理发育特点..... 192

智能特征

智能发育特点..... 193

智能具体体现..... 193

动作能力..... 193

语言能力..... 193

智能训练

动作能力训练..... 194

语言能力训练..... 196

记忆能力训练..... 197

思维能力训练..... 199

倒数数开发..... 200

亲子游戏

穿爸爸和妈妈的衣服..... 201

看云去..... 201

扑通!把球丢下水..... 201

家庭博览..... 201

上电视喽..... 202

喂,喂!爸爸吗..... 202

追影子..... 202

蒙瞎瞎..... 202

一二三!木头人..... 202





第18篇 宝宝21~24个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点..... 203

心理发育特点..... 204

智能特征

智能发育特点..... 205

动作能力..... 205

语言能力..... 205

智能训练

动作能力训练..... 206

语言能力训练..... 207

记忆能力训练..... 208

想象能力训练..... 210

创造性思维开发..... 210

智能提升的最佳方式是游戏..... 212

注意孩子非智力因素的培养..... 212

亲子游戏

来做雪人吧..... 213

笑的脸, 生气的脸..... 213

谁先吃..... 213

和娃娃玩..... 213

画我的家人..... 213

第19篇 宝宝2岁~2岁6个月智能训练方案

身心发育特点

生长发育特点..... 214

心理发育特点..... 214

情绪不稳定..... 215

进入“反抗期”..... 215

智能特征

智能发育特点..... 217

动作能力..... 217

语言能力的发展..... 219

智能训练

语言能力训练..... 220

运动能力训练..... 221

认知能力训练..... 222

社交能力训练..... 223

生活自理能力训练..... 224

掌握常识..... 225

亲子游戏

找出双胞胎..... 228

编故事..... 228

用声音找找看..... 228

搔搔痒握手..... 228

不停倒下的骨牌..... 229

手指钢琴游戏..... 229

呼——吹熄蜡烛..... 229

第20篇 宝宝2岁7个月~3岁智能训练方案

身心发育特点

身体发育·····	230
体格发育·····	230
心理发育·····	231

智能特征

动作能力·····	232
语言和适应性行为发育·····	232

智能训练

大动作能力训练·····	233
精细动作能力训练·····	234
语言表达能力训练·····	235
认知能力训练·····	236
情绪与社交能力训练·····	238
生活自理能力训练·····	240
掌握常识·····	241

亲子游戏

堆沙堡·····	242
剪个苹果吃·····	242
认识味道·····	242
影子游戏·····	243
布偶剧游戏·····	243
相簿·····	243
图画日记·····	243
堆火柴塔·····	244
玩黏土·····	244
消失的手指头呢·····	244
看看月亮·····	245
回家·····	245
摸积木·····	245





第21篇 宝宝3岁~4岁智能训练方案

身心发育特点

身体发育·····	246
孩子变“瘦”了·····	247
行走的姿势·····	247
独脚跳·····	247
心理发育·····	248

智能特征

语言的发育·····	249
注意力特点·····	249
记忆力特点·····	249
具体形象性思维萌芽·····	249
想象能力增强了·····	250
情感特点·····	251
游戏成为儿童的主导活动·····	251

智能训练

培养孩子的好奇心·····	252
培养孩子与同伴交往·····	253
引导孩子走出恐惧情绪·····	254
逐步培养和提高幼儿的自我评价能力和水平·····	255
培养孩子的主动性·····	255
独立性的培养·····	255

亲子游戏

游戏特点·····	256
我爱我的小动物·····	257
顶气球·····	257
小动物找家·····	257
鸡妈妈和小鸡·····	258
交警叔叔指挥忙·····	258
认识鞋子·····	258
看谁拔得快·····	259
了解危险·····	259
社会生活问题的解决·····	260
韵律游戏·····	260
家庭聚会·····	260

