

B
博尔乐
BOLER

彩色版

80后



早教新经

付娟娟/编著

送给80后妈咪最好的礼物

指导专家/戴淑凤
北京大学第一临床医学院

妇产儿童医院教授
中国优生科学协会理事
中国优生优育协会理事



中国人口出版社



80后 早教新经



付娟娟 / 编著

中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

80 后早教新经 / 付娟娟编著. — 北京: 中国人口出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5101-0633-0

I. ① 8… II. ① 付… III. ① 早期教育—基本知识 IV. ① G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 236972 号



80 后早教新经

付娟娟 编著

出版发行 中国人口出版社
印 刷 北京正合鼎业印刷技术有限公司
开 本 820 × 950 1/16
印 张 18
字 数 200千
版 次 2011年1月第1版
印 次 2011年1月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5101-0633-0
定 价 38.80元

社 长 陶庆军
网 址 www.rkcbs.net
电子信箱 rkcbs@126.com
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
邮政编码 100054

FOREWORD

前言



80后是社会对出生于改革开放之后的一代年轻人的称呼，他们出生于 20 世纪 80 年代。今天，80 后已长大成人，达到了他们的事业期和生育期。

80 后与自己的父辈及其他长辈们比较，是一个独具特色的群体，他们出生和成长在一个经济日益发达、国力日益强盛、生活水平日益提高的黄金时代，他们受教育程度较高、视野广阔、思想前卫，他们的育儿观与父辈们有一定差别，对孩子的期望值也更高，对科学的教养知识有更高的要求，也会遇到一些父辈们不曾出现的新问题。

本书是一本有关婴幼儿早期教育的科普读物，其目的是，结合 80 后年轻人的实际特点和需求，帮助 80 后年轻父母掌握教养一个健康聪明宝宝的实用方法。

本书主要内容包括

0~3 岁宝宝成长发育特点，包括身高、体重、运动、视觉、听觉等方面的发育特点，帮助新手父母及时了解自己宝宝的发育情况，以

便有针对性地培养宝宝各方面的技能。

左、右脑智能教养训练：根据宝宝左、右脑的不同特点有针对性地设置了可促进左、右脑开发的游戏训练方案。帮助新手爸妈有规律地、科学地开发宝宝大脑的潜能，让宝宝更聪明。

亲子游戏乐园：游戏是宝宝最重要的学习方式，父母在与宝宝的互动游戏中，往往能更好地认识和了解宝宝的潜能、爱好和个性特点，帮助宝宝自由、健康、快乐地成长！

亲子交流与教养难题：0~3 岁的宝宝表达能力有限，父母在与宝宝交流时总是会遇到很多大大小小的问题。我们根据这一特点，重点设置了这个栏目，帮助父母在家庭生活和日常教学中变被动为主动，变束手无策为智慧多多，使宝宝成长得更优秀。

本书从帮助年轻父母科学育儿的角度出发，详细解答了育儿时遇到的各种问题，并主张充分发挥孩子的个性和天赋。此外，本书细节丰富，操作性很强，是新手父母真正可以信赖又能获得具体知识的育儿工具书。



80后
早教新经





1... 0~1 个月新生儿

2... 成长发育

- 2... 生理发育
- 3... 感觉发育
- 4... 心理发育

5... 左脑智能教养训练

- 5... 语言能力
- 6... 听觉能力
- 6... 精细动作能力
- 7... 触觉

8... 右脑智能教养训练

- 8... 大动作能力
- 9... 适应能力
- 9... 社会交往能力
- 10... 视觉能力

11... 亲子游戏乐园

- 11... 妈妈，抱紧点——触觉刺激
- 12... 奇妙的黑白图——发展视觉

13... 亲子交流与教养难题

- 13... 和宝宝交流，教宝宝认妈妈
- 13... 温柔地跟宝宝说话
- 14... 安慰哭闹的宝宝
- 14... 如何辨别宝宝的哭泣语言



16... 1~2 个月的宝宝

17... 成长发育

17... 生理发育

17... 感觉发育

19... 心理发育

20... 左脑智能教养训练

20... 语言能力

20... 听觉能力

21... 精细动作能力

22... 触觉

23... 右脑智能教养训练

23... 大动作能力

24... 适应能力

24... 社会交往能力

24... 视觉能力

26... 亲子游戏乐园

26... 视觉体操——刺激视觉发展

27... 干洗澡——促进脑神经发育

28... 趴着玩——增强颈部、背部的肌肉力量

29... 亲子交流与教养难题

29... 抚摸与按摩，传达对宝宝的爱意

29... 亲亲我的宝贝

30... 抱着宝宝在屋里散步转圈

30... 宝宝一哭就抱会惯坏宝宝吗

31... 是否需要给宝宝一个单独的小床

32... 2~3 个月的宝宝

33... 成长发育

33... 生理发育

33... 感觉发育

34... 心理发育

35... 左脑智能教养训练

35... 语言能力

35... 听觉能力

36... 精细动作能力

37... 触觉

38... 右脑智能教养训练

38... 大动作能力

38... 适应能力

39... 社会交往能力

40... 视觉能力

41… 亲子游戏乐园

- 41… 这是谁的轮廓——促进视觉发展
- 42… 握拳开掌——训练手指灵巧性

43… 亲子交流与教养难题

- 43… 经常和宝宝聊聊天

43… 妈妈别忽视宝宝的情绪

44… 宝宝不做“夜哭郎”

44… 宝宝非要抱着才肯睡，怎么办

45… 妈妈不需要“寸步不离”

46… 3~4 个月的宝宝

47… 成长发育

- 47… 生理发育
- 47… 感觉发育
- 48… 心理发育

49… 左脑智能教养训练

- 49… 语言能力
- 49… 听觉能力
- 50… 精细动作能力

51… 右脑智能教养训练

- 51… 大动作能力
- 51… 适应能力
- 52… 社会交往能力

53… 亲子游戏乐园

- 53… 伊比拉拉——锻炼上肢肌肉力量
- 54… 镜子里的小伙伴是谁呀——初步发展自我意识

55… 亲子交流与教养难题

- 55… 妈妈要读懂宝宝的表情
- 56… 给宝宝看全家照，认识家里人
- 57… 宝宝喜欢啃手指，要制止吗



58... 4~5 个月的宝宝

59... 成长发育

59... 生理发育

59... 感觉发育

60... 心理发育

61... 左脑智能教养训练

61... 语言能力

61... 听觉能力

62... 精细动作能力

62... 观察分辨能力

63... 右脑智能教养训练

63... 大动作能力

63... 适应能力

64... 社会交往能力

65... 亲子游戏乐园

65... 小触觉球游戏——促进自我认知

66... 移动的光束——促进视觉发展

67... 亲子交流与教养难题

67... 宝宝，我们去串串门吧

68... 妈妈和宝宝一起看画片

68... 抱着宝宝讲解周围的环境

69... 宝宝已经会感受他人的情感

69... 宝宝爱使小性子，怎么办

70... 5~6 个月的宝宝

71... 成长发育

71... 生理发育

71... 感觉发育

72... 心理发育

73... 左脑智能教养训练

73... 语言能力

74... 听觉能力

74... 精细动作能力



75… 右脑智能教养训练

75… 大动作能力

76… 适应能力

76… 社会交往能力

77… 亲子游戏乐园

77… 奔赴四方——发展空间认知

78… 小飞机——锻炼背部和肩部的肌肉力量

79… 亲子交流与教养难题

79… 抱着宝宝接近客人

79… 让宝宝和爸爸也亲近

80… 宝宝爱吸安慰奶嘴，拿掉就哭，能让他一直吸吗

81… 6~7 个月的宝宝

82… 成长发育

82… 生理发育

82… 感觉发育

83… 心理发育

84… 左脑智能教养训练

84… 语言能力

84… 听觉能力

85… 精细动作能力

86… 右脑智能教养训练

86… 大动作能力

87… 适应能力

87… 社会交往能力

88… 亲子游戏乐园

88… 宝贝儿，摇一摇——练习转动手腕

89… 压路机——促进协调能力

90… 亲子交流与教养难题

90… 给宝宝讲故事

91… 不要指责宝宝的“黏人”行为

91… 使用手语和宝宝交流

92… 爸爸妈妈的语气影响宝宝个性

93… 全家一起出游



94... 7~8 个月的宝宝

95... 成长发育

95... 生理发育

95... 感觉发育

96... 心理发育

97... 左脑智能教养训练

97... 语言能力

97... 听觉能力

98... 精细动作能力

99... 右脑智能教养训练

99... 大动作能力

99... 适应能力

100... 社会交往能力

101... 亲子游戏乐园

101... 宝宝相册——促进情感开发

102... 斗斗飞——锻炼手指小肌肉群的灵活性

103... 亲子交流与教养难题

103... 学会对宝宝的行为说“不”

103... 帮宝宝多找小伙伴

104... 陪宝宝搭积木

106... 8~9 个月的宝宝

107... 成长发育

107... 生理发育

107... 感觉发育

108... 心理发育

109... 左脑智能教养训练

109... 语言能力

109... 听觉能力

110... 精细动作能力

111... 右脑智能教养训练

111... 大动作能力

111... 适应能力

112... 社会交往能力

113... 亲子游戏乐园

113... 纸盒里的秘密——发展手眼协调能力

114... 拉拉扯扯——锻炼手臂的伸展能力

115… 亲子交流与教养难题

115… 大人要多夸赞宝宝

115… 跟宝宝一起看夜空，数星星

116… 带宝宝去公园逛逛

116… 陪宝宝做几种游戏

117… 培养一个讲道理的好宝宝

118… 9~10 个月的宝宝

119… 成长发育

119… 生理发育

119… 感觉发育

120… 心理发育

121… 左脑智能教养训练

121… 语言能力

121… 精细动作能力

122… 右脑智能教养训练

122… 大动作能力

122… 适应能力

123… 社会交往能力

124… 亲子游戏乐园

124… 跑气的气球——发展触觉

125… 探险之旅——促进骨骼发育

126… 亲子交流与教养难题

126… 让宝宝接触电视、电脑

127… 了解宝宝的个性并做个好榜样

127… 教宝宝与别人分享好东西

128… 为宝宝塑造完美的情商

129… 宝宝耍小脾气，怎么办



131... 10~11 个月的宝宝

132... 成长发育

132... 生理发育

132... 感觉发育

133... 心理发育

134... 左脑智能教养训练

134... 语言能力

135... 精细动作能力

136... 右脑智能教养训练

136... 大动作能力

137... 适应能力

137... 社会交往能力

138... 亲子游戏乐园

138... 飘落的羽毛——发展视觉和手眼协调能力

139... 风吹不倒的稻草人——训练独站能力

140... 亲子交流与教养难题

140... 和宝宝一起“唱歌”

141... 鼓励宝宝去探索

141... 养出胆大的宝宝

142... 培养宝宝的爱心



143... 11~12 个月的宝宝

144... 成长发育

144... 生理发育

144... 感觉发育

145... 心理发育

146... 左脑智能教养训练

146... 语言能力

146... 精细动作能力

148... 右脑智能教养训练

148... 大动作能力

- 148... 适应能力
- 149... 社会交往能力

150... 亲子游戏乐园

- 150... 让它停下来——锻炼手眼协调能力
- 151... 倒挂的钟摆——锻炼平衡能力

152... 亲子交流与教养难题

- 152... 教育宝宝，而不是吓唬宝宝
- 153... 带宝宝游泳
- 153... 不要纠正宝宝的左撇子
- 154... 从小培养宝宝的自信



155... 12~14 个月的宝宝

156... 成长发育

- 156... 感觉发育
- 156... 心理发育

157... 左脑智能教养训练

- 157... 语言能力
- 158... 精细动作能力

159... 右脑智能教养训练

- 159... 大动作能力
- 159... 适应能力
- 160... 社会交往能力

161... 亲子游戏乐园

- 161... 盖盖子——锻炼手指对物体的控制能力
- 162... 追到啦——发展大运动能力

163... 亲子交流与教养难题

- 163... 上下班记得和宝宝亲亲抱抱
- 164... 教宝宝和小朋友打招呼
- 165... 宝宝被椅子碰倒，妈妈正确的做法
- 165... 宝宝攻击性强，妈妈应如何应对

166... 14~16 个月的宝宝

167... 成长发育

167... 感觉发育

167... 心理发育

168... 左脑智能教养训练

168... 语言能力

169... 精细动作能力

170... 右脑智能教养训练

170... 大动作能力

170... 适应能力

171... 社会交往能力

172... 亲子游戏乐园

172... 袋鼠爸爸与宝宝——感受高低、快慢

173... 滴滴答答吹喇叭——促进语言发展

174... 亲子交流与教养难题

174... 宝宝也需要妈妈的安慰

174... 妈妈要遵守对宝宝的承诺

175... 妈妈的态度对宝宝心理发育很关键

176... 宝宝爱搞“破坏”，要不要制止

177... 16~18 个月的宝宝

178... 成长发育

178... 感觉发育

178... 心理发育

179... 左脑智能教养训练

179... 语言能力

180... 精细动作能力

181... 右脑智能教养训练

181... 大动作能力

181... 适应能力

182... 社会交往能力

183... 亲子游戏乐园

183... 追影子——促进身体运动能力

184... 见样学样——促进对事物因果关系的了解

185... 亲子交流与教养难题

185... 鼓励宝宝做家务

185... 拒绝而又不伤害宝宝的技巧

186... 表扬宝宝有技巧

187... 正确用钱奖励宝宝

188... 宝宝孤僻，不爱与人交流

189... 18~20 个月的宝宝

190... 成长发育

190... 感觉发育

190... 心理发育

191... 左脑智能教养训练

191... 语言能力

192... 精细动作能力

193... 右脑智能教养训练

193... 大动作能力

193... 适应能力

194... 社会交往能力

195... 亲子游戏乐园

195... 指哪儿说哪儿——培养探索精神

196... 钓鱼——锻炼手眼协调能力

197... 亲子交流与教养难题

197... 内向宝宝也可以快乐自信

197... 爸爸妈妈乐观，宝宝才能快乐

198... 宝宝犯错了，爸爸妈妈该怎么做

199... 宝宝越来越任性，不顺心就发脾气，该怎么办

200... 20~22 个月的宝宝

201... 成长发育

201... 感觉发育

201... 心理发育

202... 左脑智能教养训练

202... 语言能力

202... 精细动作能力

203... 右脑智能教养训练

203... 大动作能力

203... 适应能力



204… 社会交往能力

205… 亲子游戏乐园

205… 红绿灯——促进大脑的协调作用

206… 打保龄球——锻炼肢体的大动作技能

207… 亲子交流与教养难题

207… 妈妈要专心听宝宝说话

207… 宝宝小的时候就是要多玩

208… 教宝宝节约水电

209… 培养乐于助人的宝宝

210… 宝宝要别人的东西怎么办

211… 22~24 个月的宝宝

212… 成长发育

212… 感觉发育

212… 心理发育

219… 与宝宝平等沟通

220… 不要助长了宝宝的虚荣心

221… 宝宝爱告状，妈妈该怎么做

213… 左脑智能教养训练

213… 语言能力

213… 精细动作能力

214… 右脑智能教养训练

214… 大动作能力

214… 适应能力

215… 社会交往能力

216… 亲子游戏乐园

216… 赶小猪——锻炼动作的准确性

217… 寻宝线索——促进意志品质

218… 亲子交流与教养难题

218… 爸爸妈妈应经常向宝宝提问

218… 爸爸妈妈要耐心回答宝宝的问题

