

科学孕育百科丛书

0-4岁婴幼儿

智力开发 百科

李淑娟 / 编著



科学智能

开发全面培养宝宝

聪慧之根

0~4 Sui Yingyouer
Zhili Kaifa Baike

 中国纺织出版社

科学孕百科丛书

0-4岁婴幼儿 智力开发 百科



李淑娟 / 编著

Sui Yingyouer
Zhili Kaifa Baike

中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~4岁婴幼儿智力开发百科 / 李淑娟编著. -- 北京:

中国纺织出版社, 2011.1

(科学孕育百科丛书)

ISBN 978-7-5064-7076-6

I. ①0… II. ①李… III. ①婴幼儿—智力开发

IV. ①G610

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第239826号

责任编辑: 郭 沫

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京欣睿虹彩印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年1月第1版第1次印刷

开本: 880×1240 1/32 印张: 16.5

字数: 432千字 定价: 23.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

目 录

C O N T E N T S



第一篇 婴幼儿智力开发之序曲——智力概念

第一章 智力知多少	002
一、智力是什么	002
1. 智力及智力开发	002
2. 智力的主要构成要素	003
3. 智力的特征	005
4. 智力开发是必要的	007
二、智力开发的重要性	008
1. 使婴幼儿具备较高的认知能力和较健全的人格	009
2. 父母须注意婴幼儿智力开发的关键期	009
3. 非智力因素不容忽视	010
三、宝宝需要开发哪些智力	011
1. 言语—语言智力	011
2. 逻辑—数理智力	020
3. 音乐—节奏智力	026
4. 视觉—空间智力	029
5. 身体—动觉智力	035
6. 自知—自省智力	040
7. 交往—交流智力	043
四、影响宝宝智力的因素	049
1. 遗传因素	049
2. 母乳	049
3. 饮食	050

4. 体重	050
5. 环境因素	051
6. 太阳活动强度	051
7. 婚育时间	052
8. 父母的文化水平	052
9. 夫妻性生活质量	052
10. 与父亲的接触机会	053
11. 运动	053
12. 父母之间的血缘关系	054
13. 早期教育	054
14. 主观努力	055
15. 交流	055
五、父母对宝宝智力的影响	055
1. 家庭情感氛围与宝宝智力	056
2. 教养方式与宝宝智力	056
3. 父母过分严厉与宝宝智力	057
4. 父母过分溺爱与宝宝智力	058
5. 父母感情不和与宝宝智力	059
6. 开发宝宝智力父母应怎么做	060
六、宝宝营养与智力开发	064
1. 宝宝智力发育与营养素	064
2. 营养不良对宝宝智力的影响	066
3. 有助于宝宝智力开发的食物	068
4. 宝宝智力开发食谱推荐	070
七、良方妙招开发宝宝智力	074
1. 给宝宝独处的时间	074
2. 支持	074
3. 交谈	075
4. 阅读	075
5. 在交谈的时候运用手语	076
6. 抚触	076
7. 美妙的音乐	076
8. 饱览大千世界	077
9. 运动	077
10. 模仿	077
11. 微笑是开启宝宝智慧的钥匙	078

12. 把握宝宝智力开发的关键期	079
13. 宝宝学游泳可以开发智力	079
14. 训练手部动作开发宝宝智力	079
八、认清婴幼儿智力开发存在的普遍误区	080
1. 发呆即有问题	080
2. 过度依赖智力测试	081
3. “慢”即“笨”	082
4. “爱动”即“多动症”	082
5. 不重视生理成熟度	083
6. “学习”狭隘化	083
7. 重结果轻过程	084
8. 狭隘强调读写算	085
9. 碳水化合物吃不当影响智力	085
10. 家庭文化氛围不重要	085
11. 强化早教	086
第二章 智慧的源泉——大脑	088
一、婴幼儿智力开发基础——大脑发育	088
1. 蛋白质——胎儿大脑发育的基础物质	090
2. 脂肪酸——宝宝聪慧过人的秘密武器	091
3. DHA和胆碱——优化及促进宝宝脑细胞快速发育	091
4. 维生素、钙、碘、糖——宝宝大脑发育不可缺少的营养素	092
二、健全聪明大脑的发育	093
1. 聪明大脑的诞生	094
2. 使胎儿健康聪明的营养物质	096
3. 聪明宝宝出生后6个月的营养	098
三、大脑具有可塑性	098
1. 大脑发育的关键期	099
2. 大脑的可塑性	101
四、促进宝宝大脑发育须注意	102
1. 注意忌食伤害宝宝大脑的五类食物	102
2. 注意这些饮食习惯会阻碍宝宝大脑发育	103
3. “营养”宝宝大脑的食物	106
五、怎样促进宝宝大脑的发育	109
1. 科学饮食	109
2. 培养有规律的生活习惯	110

3.让宝宝多做游戏	111
4.用形象的语言启迪	111
5.左右脑同时开发	111
第三章 婴幼儿智力开发重要环节——早教	112
一、初识早教	112
1.走进早教	113
2.对早教的认识误区	114
3.早教黄金期	117
4.家庭是早教的基地	118
二、早教要根据婴幼儿的特点进行	119
1.婴幼儿的生理心理特征	120
2.为什么要根据婴幼儿的特点进行早教	121
3.根据宝宝特点发现学习类型	123
三、早教的重要性及意义	126
1.早教的重要性	127
2.早教的意义	128
四、早教的“要”与“不要”	129
1.了解早教的“要”	130
2.须注意早教的“不要”	134
五、早教是否影响婴幼儿健康	141
六、早教注意事项	143
1.早期教育不等于教育训练	143
2.早教须顺应宝宝发展规律	143
3.心智培养不能生硬灌输	143
4.5岁以下婴幼儿不宜学钢琴	144
5.着装教育影响宝宝一生	145
6.早期教育不等于智力开发	145
第四章 婴幼儿智力开发教师——父母	147
一、了解健康婴幼儿的标准	147
1.动作发展	148
2.语言发展	148
3.认知能力的发展	149
4.评判宝宝健康的标准	149

5. 体重、身高和牙齿的发育指标	150
6. 宝宝的三围标准	151
二、关注婴幼儿的智力发展	153
1. 宝宝智力有八次飞跃	153
2. 如何判断婴幼儿的智力	155
三、注意智力低下婴幼儿的早期表现	157
1. 智力低下的概念和诊断	157
2. 智力低下的分型	157
3. 智力低下的表现特征	159
4. 智力低下的病因	162
5. 智力低下的治疗	164
6. 智力低下的预防	165
四、知道聪明宝宝的特征	166
1. 聪明宝宝的表现特征	167
2. 聪明宝宝的潜能表现	168
3. 聪明宝宝的衡量标准	169
五、父母早教开发宝宝智力的方法	171
1. 早教方法三原则	171
2. 早教注意“五心”	173
3. 早教注意把握机会	176
4. 对非智力因素的早期培养	178
5. 开发创造性思维	181
6. 给宝宝表现潜能的机会	182
六、早教开发婴幼儿智力的禁忌	184
1. 早教禁忌	184
2. 早教心理禁忌	187
七、家庭早教开发宝宝智力要点	189
1. 智商和情商开发相结合	189
2. 父母慎入早教误区	191
3. 开发宝宝智力，早期教育要讲方法	195
4. 教宝宝同时也教父母	198

第二篇 婴幼儿智力开发之高潮——智力开发

第一章 0~1婴幼儿智力开发	202
一、婴幼儿的智力发展	202
1. 0~1岁宝宝的发展特点	203
2. 0~1岁是宝宝智力开发的关键	204
3. 0~1岁宝宝智力开发应以什么为主	204
4. 0~1岁宝宝应该玩什么	205
5. 提升0~1岁宝宝的智力	206
6. 0~1岁的聪明宝宝喂养经	208
二、婴幼儿0~6个月：安全与依恋建立阶段	211
1. 0~6个月宝宝的智力发育水平	212
2. 0~6个月宝宝的手部动作发育	213
3. 适合0~6个月宝宝的游戏和玩具	216
三、婴幼儿7~9个月：好奇心初步萌发阶段	218
1. 宝宝7~9个月智力发育水平	218
2. 如何教7~9个月的宝宝辨认大小	220
3. 训练7~9个月宝宝走路的辅助方式	221
4. 宝宝7~9个月大动作训练	222
5. 7~9个月的宝宝适合什么活动	224
四、婴幼儿10~12个月：进一步激发探索精神阶段	226
1. 宝宝10~12个月的智力发育水平	226
2. 10~12个月宝宝的心理特征	231
3. 10~12个月宝宝的玩具选择	232
4. 生活中训练10~12个月宝宝推理	236
5. 10~12个月开始训练宝宝的条理性	237
6. 10~12个月宝宝护理的注意事项	239
7. 帮助10~12个月宝宝快快长	240
五、父母在宝宝0~1岁时须注意的事项	242
1. 八个坏习惯让宝宝越来越笨	242
2. 影响宝宝智力的一些疾病	244
3. 留心宝宝的九种异常现象	245
4. 宝宝营养食物九种“最”	249
5. 大动作红绿灯	253

第二章 1~2婴幼儿智力开发	257
一、1岁至1岁半婴幼儿的发育情况	257
1. 体格发育	258
2. 心理生理发育	258
3. 感官发育	258
4. 育儿重点	259
二、1岁至1岁半婴幼儿的智力能力表现	259
1. 动作	260
2. 语言	260
3. 社交	260
4. 心理	260
三、1岁至1岁半婴幼儿的智力开发训练	261
1. 观察能力的培养	261
2. 记忆能力的培养	262
3. 思维能力的培养	262
4. 想象力和创造力的培养	263
5. 动作能力的培养	264
6. 习惯和生活能力的培养	264
7. 社会交往能力的培养	265
四、1岁半至2岁婴幼儿的发育情况	265
1. 宝宝动作的发育	265
2. 宝宝语言的发育	265
3. 宝宝好奇心较强	266
五、1岁半至2岁婴幼儿的智力能力表现	266
1. 认知能力	267
2. 语言能力	269
3. 独立性和自律能力	269
4. 喜欢帮爸爸妈妈做事	269
5. 手眼协调能力	270
6. 解决问题的能力	270
7. 无暇顾及“小事”	270
8. 强烈的自我意识	271
9. 需要讲明事情原委	271
10. 调皮的宝宝	271
11. 听懂“不”的含义	272
12. 极强的模仿力	272

13. 合作精神	272
六、1岁半至2岁婴幼儿的智力开发训练	273
1. 开发训练语言能力	273
2. 促进宝宝智力开发的玩具	275
3. 小脑瓜“转”起来	276
4. 做个小小探险家	277
5. 和宝宝一起玩游戏	277
6. 促进宝宝学说话的方法	278
七、父母此阶段的主要职责	279
1. 制订智力开发计划表	279
2. 天才儿童由父亲造就	283
3. 父母做十件事令宝宝更聪明	284
4. 如何对付宝宝压抑情绪	287
5. 宝宝长高要抓住关键	290
第三章 2~3婴幼儿智力开发	294
一、个性形成阶段——妄想独立	294
1. 个性开始形成	295
2. 宝宝的独立性发展	295
3. 家庭是培养宝宝独立性的首要场所	296
4. 2~3岁是培养宝宝独立性的关键期	298
5. 2~3岁是培养宝宝平衡力的关键期	299
二、婴幼儿智力行为能力发展	301
1. 语言发展	301
2. 独立交往	303
3. 保持整个家庭相协调	305
4. 开始讲究礼貌	305
三、婴幼儿的智力发展训练	306
1. 为宝宝创造自我独立的环境	306
2. 为宝宝选择有趣的书籍和启智音乐	307
3. 多和宝宝进行语言交流	307
4. 让宝宝在游戏中学习	307
5. 发展宝宝创造思考的能力	308
6. 考推理	308
7. 数数楼梯的台阶	308
8. 认路、数门牌	308

9. 寻找节目时间表	309
10. 和宝宝一起数玩具	309
11. 看商品标价	309
12. 给宝宝一些零钱, 让他自己买东西	309
13. 增减衣物学数学	310
14. 与人打招呼	310
15. 给父母夹菜	310
16. 让宝宝进行自我介绍	311
17. 到有相仿年龄小朋友的人家做客	311
18. 让宝宝来帮忙	311
19. 让宝宝去问路	311
20. 认方向	312
21. 一起玩耍	312
22. 多和宝宝说话	312
23. 读书给宝宝听	313
24. 自己动手“丰衣足食”	313
四、父母教育顾问	315
1. 父母要留心宝宝的高危性格	315
2. 父母应知道的提升宝宝记忆力的妙招	319
3. 父母可喂食帮助宝宝抗病的食物	321
4. 父母应注意让宝宝聪明过人的细节	323
五、婴幼儿智力开发注意事项	327
第四章 3~4岁婴幼儿智力开发	329
一、智力发展水平	329
1. 3岁宝宝智力发育水平	329
2. 4岁宝宝智力发育水平	331
二、环境决定智力	336
1. 智商与环境因素	336
2. 有利于宝宝智力发展的环境	337
三、智力开发训练	339
1. 丰富知识, 开拓眼界	339
2. 发展宝宝的语言	340
3. 游戏是宝宝智力开发的手段	341
4. 勤用脑、会用脑	345

四、父母宝典	346
1. 家庭教育须注意	346
2. 切勿进入智力开发误区	349
3. 3~4岁宝宝应该怎么吃	351
4. 忌食影响宝宝智力的食品	352
5. 切勿走入饮食误区	354
五、适宜玩的亲子游戏	356
1. 小手小手变变变	357
2. 小青蛙跳荷叶	357
3. 钻洞洞	357
4. 揪尾巴	358
5. 看照片识人	358
6. 小鸭跳水	359
7. 娃娃树	359
8. 由小见大	359
9. 捉太阳	360
10. 不倒翁	360
11. 快乐的回忆	360
12. 撕一撕	360
13. 捉空气	361
14. 我会分	361
15. 快乐小推车	362
16. 摸一摸	362
17. 听一听	362
18. 打豆腐	362
19. 老鹰捉小鸡	363
20. 跳跃	363
21. 平衡	363
22. 颜色感知	363
23. 虎口拔牙	363
24. 倒蹬自行车	364
25. 找物游戏	364
26. 包糖果	364
27. 青蛙过河	365
28. 找一找	365
29. 拍电报	365

30. 油珠和水珠赛跑	365
第五章 开发婴幼儿智力可追星	366
一、中国著名人物成长故事	366
1. 李白	366
2. 孟子	367
3. 孔子	367
4. 王羲之	368
二、外国著名人物成长故事	369
1. 爱迪生孵鸡蛋	369
2. “樱桃树是我砍的”	370
3. 牛顿的趣事	371
4. 林肯的台阶	371
三、造就杰出儿童的办法	372
1. 开发宝宝智力三原则	372
2. 三十六计培养优秀宝宝	373
四、睡前故事——好故事提升宝宝智力	380
1. 阿凡提的故事	380
2. 狗、公鸡和狐狸	381
3. 华盛顿找马	382
4. 卓别林智斗劫匪	383
5. 狮子的圈套	383
6. 神奇的数字效应	384
7. 斗力不如斗智	385
8. 刺猬和狗赛跑	386
9. 拿破仑开枪救人	387
10. 向总统“卖”书	388
11. 真假小白兔	388

第三篇 婴幼儿智力开发之尾声——智力训练

第一章 婴幼儿智力能力表现	392
一、学习能力	392
1. 宝宝的学习任务	393
2. 宝宝学习新知识、适应世界的方法	394
3. 怎样帮助宝宝发展学习能力	395

二、语言能力	398
1. 语言和言语含义不同	398
2. 语言能力发展阶段	398
3. 影响宝宝语言发展的因素	399
4. 语言与思维的关系	400
5. 如何训练宝宝的语言能力	400
三、听觉能力	402
1. 听觉能力	402
2. 听觉能力的发展进程	403
3. 伤害宝宝听力的“祸首”	404
四、认知能力	405
1. 宝宝认知能力的发展	406
2. 宝宝认知能力的飞跃阶段	407
五、记忆能力	409
1. 宝宝记忆发展	409
2. 宝宝记忆特征	410
3. 宝宝什么时候具有记忆能力	412
六、观察能力	413
七、思维能力	413
1. 什么是思维	414
2. 宝宝思维的发生和发展	414
3. 宝宝思维发展顺序	414
4. 宝宝思维特点	415
5. 思维能力强就是聪明吗	416
八、动作能力	417
1. 婴幼儿动作能力发展的意义	417
2. 如何判别宝宝感觉动作能力落后	418
3. 动作能力强并不意味着其他能力高超	418
九、艺术能力	419
1. 宝宝具有一定的艺术能力	419
2. 艺术能促进宝宝感官系统的发展	420
3. 艺术能力的发展还能与宝宝个性发展相互作用	420
4. 艺术活动还可以愉悦宝宝的身心	420
十、数学能力	421
1. 数学能力是人类智能结构中最重要基础能力之一	421
2. 对宝宝开展数学教育的价值	421

3. 宝宝的数学学习和思维发展关系密切	422
十一、社交能力	422
1. 宝宝社会交往阶段	422
2. 父母要注意错误的做法	423
十二、情感能力	424
1. 宝宝的情感表现	424
2. 宝宝情感的年龄特征	425
十三、创造能力	427
1. 宝宝创造力高的特征	427
2. 锻炼宝宝创造力	428
十四、自控能力	428
1. 宝宝的自控能力	428
2. 影响宝宝自控能力发展的因素	430
3. 学会自我控制	431
十五、环境适应能力	433
1. 从婴儿期看宝宝适应性高低	433
2. 趋进性和适应性	434
第二章 父母与婴幼儿智力开发	436
一、合格的现代父母标准	436
1. 坚持原则	436
2. 以身作则	437
3. 懂得宝宝需要什么	438
4. 懂得自己的言行对宝宝意味着什么	438
5. 懂得该怎样去做	438
6. 懂得做人就是做父母	438
7. 怀有“成长意识”	439
8. 懂得自我怀疑的必要	439
9. 教育是帮助, 不是塑造	440
10. 懂得教育的界限	440
二、家庭教育与宝宝智力	440
1. 几种错误的家庭模式	441
2. 正确的家庭教育语气	441
3. 坏习惯损害宝宝智力	442
三、注重婴幼儿的饮食营养均衡	448
1. 切勿走入喂养迷宫	448

2. 注意采用科学的喂养方式	451
3. 营养均衡五注意	452
4. 科学饮食的“加减乘除”法则	455
5. 四类食物让宝宝营养均衡	456
四、家庭教养方法	458
1. 让宝宝能说会道的秘技	458
2. 营造一个温馨的家庭文化氛围	460
3. 从小培养宝宝的良好习惯	460
4. 紧紧抓住宝宝成长的关键期	461
5. 挖掘宝宝的内在潜力	462
6. 用故事滋润宝宝的心田	462
7. 纠正宝宝的坏习惯	463
8. 父母惩罚宝宝学问大	465
第三章 婴幼儿智力开发训练	467
一、亲子游戏	467
1. 分水果	467
2. 推小球	468
3. 倒水游戏	468
4. 舀豆子	468
5. 米缸寻宝	468
6. 锡纸立体画	469
7. 创意纸巾画	469
8. 踏步奇兵	469
9. 水底总动员	469
10. 刷牙小手	470
11. 堆堆砌砌剃须膏	470
12. 投掷衣服	470
13. 吹吹小船	471
14. 书本骨牌	471
15. 书本叠叠乐	471
16. 响一下、停一下	471
17. 化妆游戏	471
18. 玩沙、玩水	472
19. 大自然的声音	472
20. 摇摇飞毯	472