

让宝宝更聪明

摇摇——婴幼儿智力开发方案



图书在版编目 (CIP) 数据

让宝宝更聪明：婴幼儿智力开发方案 / 沃建中主编.—北京：
北京出版社，2005

ISBN 7-200-06285-5

I. 让… II. 沃… III. 婴幼儿—智力开发
IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 138780 号

让宝宝更聪明

RANG BAobao GENgCONgMING

沃建中 主编

*

北京出版社出版集团 出版

北 京 出 版 社

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码:100011

网 址:www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

印刷

*

889 × 1194 16 开 10 印张 121 千字

2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—10 000

ISBN 7-200-06285-5/G·2136

定价:18.00 元

质量投诉电话:(010) 58572393



目 录

Contents

Part 1 智力，宝宝的无形财富

(一) 决定宝宝智力的六个要素 / 3

- 1 注意力的培养 / 3
- 2 观察力的培养 / 5
- 3 记忆力的培养 / 7
- 4 想象力的培养 / 9
- 5 创造力的培养 / 12
- 6 思维力的培养 / 15

(二) 宝宝智力的发展过程与培养重点 / 19

- 1 给0岁宝宝一个刺激的环境 / 19
- 2 给1~2岁宝宝一个吸引的环境 / 22
- 3 有目标地训练2~3岁的宝宝 / 23

Part 2 0~1岁宝宝的智力培养

(一) 给宝宝丰富的感觉刺激——培养注意力 / 27

- 1 给宝宝视觉的刺激 / 27
培养重点 / 27
培养方法 / 28
- 2 给宝宝听觉的刺激 / 30



- 培养重点 / 30
- 培养方法 / 31
- 3 给宝宝嗅觉和味觉的刺激 / 33
 - 培养重点 / 33
 - 培养方法 / 33
- 4 给宝宝触觉的刺激 / 34
 - 培养重点 / 34
 - 培养方法 / 35
- (二)带宝宝体验生活——培养观察力 / 38
 - 1 为宝宝创造多姿多彩的环境 / 38
 - 培养重点 / 38
 - 培养方法 / 39
 - 2 带宝宝接触大自然 / 41
 - 培养重点 / 41
 - 培养方法 / 41
- (三)创造愉快而有趣的情境——培养记忆力 / 44
 - 1 开启宝宝的情绪记忆 / 44
 - 培养重点 / 44
 - 培养方法 / 45
 - 2 开启宝宝的运动记忆 / 46
 - 培养重点 / 46
 - 培养方法 / 47
- (四)激发宝宝的想象力与创造力萌芽 / 49
 - 1 0岁宝宝想象力的萌芽 / 49
 - 培养重点 / 49
 - 培养方法 / 51
 - 2 0岁宝宝创造力的启蒙 / 52



培养重点 / 53

培养方法 / 54

(五) 激发宝宝的思维萌芽 / 56

1 通过认识物体开启宝宝的思维 / 56

培养重点 / 56

培养方法 / 57

2 通过跟宝宝讲话开启宝宝的思维 / 59

培养重点 / 59

培养方法 / 60

3 通过认识环境开启宝宝的思维 / 62

培养重点 / 62

培养方法 / 62



Part 3 1~2岁宝宝的智力培养

(一) 1~2岁宝宝注意力的培养 / 67

1 用动态事件吸引宝宝的视线 / 67

培养重点 / 67

培养方法 / 68

2 重复动作让宝宝加深印象 / 69

培养重点 / 69

培养方法 / 69

3 放慢动作让宝宝细心体会 / 71

培养重点 / 71

培养方法 / 71

(二) 1~2岁宝宝观察力的培养 / 74

1 教宝宝分辨形状 / 74



培养重点 / 74

培养方法 / 75

2 教宝宝辨认颜色 / 77

培养重点 / 77

培养方法 / 78

3 教宝宝了解方位 / 80

培养重点 / 80

培养方法 / 80

4 教宝宝区分反义词 / 82

培养重点 / 82

培养方法 / 82

(三) 1~2岁宝宝记忆力的培养 / 84

1 训练宝宝的短时记忆 / 84

培养重点 / 84

培养方法 / 85

2 训练宝宝的形象记忆 / 86

培养重点 / 86

培养方法 / 87

3 训练宝宝的机械记忆 / 88

培养重点 / 88

培养方法 / 89

(四) 1~2岁宝宝想象力的培养 / 91

1 丰富宝宝的经验 / 91

培养重点 / 91

培养方法 / 92

2 丰富宝宝的知识 / 93

培养重点 / 93



培养方法 / 94

3 丰富宝宝的语言 / 95

培养重点 / 95

培养方法 / 96

(五) 1~2岁宝宝创造力的培养 / 98

1 让宝宝从模仿开始 / 98

培养重点 / 98

培养方法 / 99

2 让宝宝自己动手尝试 / 99

培养重点 / 99

培养方法 / 99

(六) 1~2岁宝宝思维力的培养 / 102

1 教宝宝学归类 / 102

培养重点 / 102

培养方法 / 103

2 教宝宝整理、概括 / 104

培养重点 / 104

培养方法 / 105

Part 4 2~3岁宝宝的智力培养

(一) 2~3岁宝宝注意力的培养 / 109

1 让宝宝有目标地集中注意力 / 109

培养重点 / 109

培养方法 / 110

2 延长宝宝集中注意力的时间 / 111

培养重点 / 111



培养方法 / 111

3 让宝宝养成集中注意力的习惯 / 113

培养重点 / 113

培养方法 / 113

(二) 2~3岁宝宝观察力的培养 / 115

1 让宝宝在动态中观察 / 115

培养重点 / 115

培养方法 / 116

2 让宝宝在发展变化中观察 / 117

培养重点 / 117

培养方法 / 118

3 让宝宝多角度观察 / 119

培养重点 / 119

培养方法 / 119

(三) 2~3岁宝宝记忆力的培养 / 121

1 分段记忆，让宝宝记得更多 / 121

培养重点 / 121

培养方法 / 122

2 提取记忆，实现记忆的最终价值 / 123

培养重点 / 123

培养方法 / 123

(四) 2~3岁宝宝想象力的培养 / 125

1 培养宝宝的场景感 / 125

培养重点 / 125

培养方法 / 126

2 让宝宝参加文艺活动 / 127



培养重点 / 127

培养方法 / 128

(五) 2~3岁宝宝创造力的培养 / 130

1 让宝宝更主动 / 130

培养重点 / 130

培养方法 / 131

2 训练宝宝的敏感性 / 132

培养重点 / 132

培养方法 / 133

3 训练宝宝的变通性 / 134

培养重点 / 134

培养方法 / 134

4 训练宝宝的坚定性 / 135

培养重点 / 135

培养方法 / 136

5 让宝宝学会合作 / 137

培养重点 / 137

培养方法 / 137

(六) 2~3岁宝宝思维力的培养 / 139

1 训练宝宝思维的敏捷性 / 139

培养重点 / 139

培养方法 / 140

2 训练宝宝思维的灵活性 / 141

培养重点 / 141

培养方法 / 141



智力，宝宝的无形财富

Part 1



美国著名学者布鲁姆对近千名婴儿作过长达 20 年的跟踪调查。调查结果是：在孩子 8 岁时进行智力开发，只能开发其潜能的 20%，在 4 岁时进行开发，最多能开发 50%。最大的潜能应在孩子 3 岁以前开发。所以，对于可爱的宝宝来说，3 岁以前的早期智力启蒙是最重要的。

从宝宝出生的那一刻起，似乎一切都发生了变化，年轻的妈妈开始关注各种可能影响孩子发育的因素，开始学习任何可能对宝宝有益的知识。光阴似箭，如果我们没有好好把握，就会让宝宝生命最初的这最宝贵的 3 年悄悄地流逝。

别说宝宝看不懂，请你多多陪他看；别说宝宝听不懂，请你多多陪他说；别说宝宝不会玩，请你多给他机会玩。在 3 岁之前的日子里，不要被动地接受宝宝带给你的快乐，而是主动创造让宝宝全面发展的环境，那将给你带来更多的快乐，最重要的是，宝宝也有了机会赢在起跑线上。

那么，现在就开始吧，让我们一起来关注宝宝的需要！



（一）决定宝宝智力的六个要素

出生后 8 小时的宝宝，就会模仿妈妈吐舌头。

1 个月的宝宝，喜欢看妈妈的脸，喜欢看黑白分明的图片。

2 个月的宝宝，眼光能随着眼前 20 厘米以内的东西移动。

7~8 个月，宝宝就会趴在床上，对着他的目标爬行。

宝宝有很多先天的能力，父母应该将之充分挖掘，促进宝宝智力的发展。智力可以从六个方面来培养，即注意力、观察力、记忆力、想象力、创造力和思维力。

智力，宝宝的无形财富



1 注意力的培养

注意力是指在一段时间之内，将焦点或意志集中在某一件事物上，不被外界刺激所干扰的能力。

注意力包含两个方面的内容。一是指向性，即有选择地注意一件事物；二是集中性，即对所选事物的专注。可见，注意力是观察、思索、判断等智力活动顺利进行的一个必需前提。如果注意力涣散，任何智力活动都无法正常进行。

无意注意和有意注意是注意力的两种类型，而 0~3 岁宝宝的注意力大多以无意注意为主，他们一般是偶然发现一件有趣的事物，然后集中精力去注意这件事物，有意识地注意一件事物的情况很少。

所以，要帮助宝宝发展有意注意，可以用言语和动作提醒宝宝，引导宝宝，将其无意注意转变为有意注意。有时候还需要刻意地让宝宝尝尝

Zhili, Baobao De Wuxing Caiwu



鲜、听听稀奇古怪的声音，可以用一些宝宝感兴趣的方式寻找适合宝宝的活动，帮助宝宝学东西，边玩边学，以达到使宝宝能控制自己注意力的目标。

☆ 为宝宝创设良好的生活环境

嘈杂的家庭环境会影响宝宝的注意力，所以，妈妈应保证宝宝的生活环境的安全和自由，为宝宝建立一个完全属于他的空间。

☆ 增加活动的趣味性

兴趣是最能刺激宝宝注意力的因素，所以，妈妈应该跟宝宝玩他感兴趣的游戏。

兴趣并不是与生俱来、不可变更的，妈妈可通过一些巧妙的方法让宝宝对第一项活动产生兴趣。比如丰富游戏的内容，在游戏道具的形态、颜色上做文章，也可通过一些新鲜巧妙的提问激发宝宝的思考兴趣。

☆ 爸爸妈妈应适当陪同宝宝

宝宝的探索能力有限，所以，让幼小的宝宝单独专注于某项活动是比较困难的。如果让他独立地进行一项活动，他很有可能因为活动的难度而退却，进而丧失探索的兴趣。

妈妈在陪同宝宝活动时，可以为宝宝设立可行的目标，鼓励他去完成目标，并给他支持和夸奖。妈妈有效的引导会增强宝宝探索的持久度，也就有助于宝宝注意力的集中。

为宝宝设立目标最好遵循“最近发展区”的原则。最近发展区是前苏联著名发展心理学家维果茨基提出的。其含义是宝宝当前的水平与在成人指导下可达到的水平之间的发展区域。也就是说，要为宝宝设立游戏的目标，必须在了解宝宝当前能达到的水平，并且在完成目标的过程中要在适当的时候给予宝宝必要的帮助。如此，你的宝宝就会比没有受到家长关注的宝宝更早地达到较高的发展水平。

☆ 让宝宝养成有规律的生活习惯

注意力集中的习惯依赖于有规律的生活习惯。原因是，有规律的生活习惯能从生理上帮助宝宝建立起生物钟，长期下来，宝宝自然就知道了某段时间该做什么，什么时候一件事应告一段落——这是培养宝宝有意注意的前提。



2 观察力的培养

观察力是指有意识、有目的、有计划地认识客观事物或现象的能力。

观察力的强弱并不仅仅是由眼和耳决定的，它是在视觉能力、听觉能力、触觉能力、图形辨别能力、方位辨别能力、时间感知等多种能力基础之上发展起来的复合能力。

善观察者，可见常人所未见；不善观察者，甚至看不见眼前的宝山。

科学家之所以能够在他们的研究领域取得成绩，并不是因为他们比其他聪明人更多，而是他们比其他聪明人更善于发现问题，进而开始深入的探究。这就是他们异于常人的观察力。他们能洞悉寻常事物不寻常的一面，然后进行思索和发明创造。

对事物本质的认识是感知到事物的许多个别属性后，经过大脑思考而达成的。观察力强的宝宝能注意到这些方方面面，获取丰富的素材，得出正确的结论；而观察力弱的宝宝总是对眼前的东西视而不见，比如，有的宝宝就知道爸爸妈妈把他爱吃的零食“藏”在哪儿，而有的宝宝，遇到零食更换地点，他就找不到了——这就是观察力强弱的最初表现。

所以，别看宝宝还小，似乎什么都不懂，其实每一个小动作都能反映出宝宝大脑中的活动，观察力也是需要早培养的。

良好的观察力对宝宝的成长和求知是非常重要的，妈妈应将良好的观察习惯和能力教给宝宝，使之成为宝宝的个性心理品质。

不同的年龄段，宝宝的观察力会呈现不同的状态。

0~3岁，正是宝宝从无知走向广泛接触事物的时期，也就是宝宝观察力形成和发展的时期。不同的观察水平会使观察活动呈现不同的结果，它将影响到观察的速度、广度和深度。妈妈应从宝宝观察力的类型、特征及各阶段的特点出发，增强宝宝对身边事物的兴趣，让宝宝养成自觉观察事物的习惯。

敏锐的观察力是促使宝宝发挥其想象力和创造力的源泉，需要妈妈着重培养。其培养方法为：



☆ 依照感知规律培养宝宝的观察力

观察不是观看，不单单是靠视觉去完成的，需要结合多种知觉，包括视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉等外部感知和一些内部感知。所以，妈妈应鼓励宝宝运用多种感知形式去观察事物，并遵循感知的强度、差异以及对比、组合、协同等规律，这样才能达成对事物全面的认识。

☆ 丰富宝宝的认知，培养观察兴趣

每个人都会根据自己的兴趣注意不同的事物或不同事物的不同特点，所以，要培养宝宝的观察力，首先就要引发宝宝的观察兴趣。

宝宝喜欢什么呢？也许妈妈还不十分明确。这就需要丰富宝宝的认知，带他尝试各种观察实践。宝宝本来就喜欢新鲜的东西，妈妈可以多带宝宝参观、游览，让他广泛地接触自然和社会，相信他会十分乐意。除此之外，妈妈还可以通过为宝宝讲饶有趣味的故事以激发他的探究心理，养成发现问题，然后通过观察活动解决问题的习惯。这么一来，宝宝的观察兴趣会越来越大。

☆ 引导宝宝观察，为宝宝创设问题

妈妈要欣赏宝宝的好奇心，并有效地指导他进行观察，能在宝宝观察身边事物的时候为宝宝创设问题。比如可以问他早上的太阳和中午的太阳有什么不一样，楼下花园的花有什么变化，家里又添置了哪些新的家具……

☆ 遵循观察的步骤

首先是确立观察目的。宝宝的年龄越小，注意力越容易分散，所以，观察力也会显得非常浅薄，观察的时候往往是笼统而缺乏目标的。要达到一定的观察效果，妈妈需要让宝宝学会带着目的去观察。任务描述得越具体，孩子的目标越明确，观察的效果就越好。

其次是制定观察计划。先观察什么，后观察什么，都要安排好，这样才能使观察不偏离目标，有章程地进行下去。

☆ 跟宝宝一起观察

有时候，没有大人的提醒，宝宝甚至不能发现一件事物的乐趣，所以，妈妈的陪同是提高宝宝观察乐趣的好方法。

需要注意的是，宝宝眼光移动的速度、注意力的宽度、广度和转移



的速度都跟大人是不一样的。所以，妈妈有必要隐藏自己的“实力”，多留时间和空间给宝宝，让宝宝仔细地看，慢慢地摸索，逐步地加快宝宝观察的敏捷度，否则，宝宝的兴致很有可能被实力强劲的你给一扫而空，这就不利于他将观察进行到底了。

3 记忆力的培养

记忆力是指将见到的、听到的、想过的、做过的事储存在脑子里，以后随时能够回忆起来的能力。

当然，记忆力的现实意义远远不在于记住一件事，而在于适时提取记忆，把记忆中的知识和经验融合起来，为新的学习和工作服务。记忆力是学习和工作不可缺少的重要心理品质。

所以说，记忆力好的宝宝往往比较聪明，因为他们脑子里装的东西丰富，于是在想问题的时候思维就会更加全面和快捷。相反，如果宝宝的记忆力没有得到充分的开发，脑子里没装什么东西，知识贫乏，思考的时候就会缺乏支撑，阻碍推理的进行，结果往往就是半途而废。

训练宝宝的记忆力，其实就是在为宝宝的生存和发展奠定基础，同时也在为宝宝以后进行高级认知活动、充分发展其个性特征创造条件。

宝宝一出生就能感受刺激，并能记住刺激；3个月之后记忆力就有了很大的发展；到1岁半的时候，就已经具备了很明显的回忆能力；3岁

别看宝宝小，每天除了吃就是睡，其实他小小的身体里蕴藏着巨大的潜能。宝宝的潜能等待你的开发





的时候便能识别几十天或几个月没见过的事物，几星期前发生的事情也能在脑海里得以重现。

对于0~3岁的宝宝来说，如果他的记忆力发展正常，那么，几乎可以断言他的智力发展是正常的。而记忆力超常的宝宝，他的智力发展通常也是超常的。

婴幼儿期的记忆能力对以后的智力发展有不可忽视的作用，所以，对宝宝进行记忆力训练是一项非常重要的任务。早早地对宝宝进行记忆力训练，也就等于早早地让宝宝学会储存信息和生活体验，为以后的智力发展提供知识和经验依据。

宝宝的记忆力表现在各个方面，妈妈不仅可以教宝宝背儿歌、记数，还要教他记生活用语和生活常识。这需要持之以恒的态度，并遵循科学的方法。

☆ 优化记忆环境及情绪

在宝宝的有意记忆尚未发展的时期，如果宝宝视而不见，听而不闻，也就根本无法记忆。因为生动形象的事物是宝宝产生无意记忆的先决条件，愉悦的心情是宝宝产生无意记忆的心理基础。

所以，妈妈训练3岁之前的宝宝的记忆力时，应选取宝宝感兴趣的内容，排除分散注意力的一切因素，让宝宝在愉快的氛围下进行记忆。这有利于让宝宝养成记忆的良好习惯。

☆ 明确记忆的目标

培养宝宝良好的记忆习惯，需要为宝宝提出具体的记忆要求。

在宝宝智力发展的初期，对于烦琐的事物有本能的排斥感，所以，妈妈在训练宝宝记忆力的时候，需要先明确地提醒宝宝，他要记什么东西。要尽量多地让宝宝观察具体形象的事物，利用实物和图像来增强宝宝的记忆。

☆ 充分利用宝宝的无意识记忆

无意识记忆是宝宝的天性，当宝宝感受到某种刺激（无论是身体刺激还是心理刺激）时，那个刺激便留在宝宝的脑海里了。所以，妈妈应尽量多地为宝宝提供接触生活的机会，带他感受大自然和社会。

☆ 充分利用宝宝的机械记忆

在宝宝的理解能力受年龄限制的时候，妈妈要充分利用宝宝的机械