

科学育儿知识丛书

婴幼儿教育 (六)

韩文 主编

延边大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿知识丛书/韩文主编.

—延吉: 延边大学出版社, 2004.11

ISBN 7-5634-1732-X

I. 科…

II. 韩…

III. 婴幼儿—保健—基本知识

IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 111169 号

延边大学出版社出版发行

(吉林延吉市公园街 105 号 邮政编码 133002)

中铁十六局印刷厂印刷

787×1092 32 开 495.75 印张

2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1~1 000 册

定价: 1504.00 元(本卷 16.00 元)

目 录

◎宝宝的注意力训练	1
◎对孩子素质教育中的加减法	16
◎家长要用心塑造婴儿记忆力	19
◎宝宝要自己的衣服自己穿	24
◎虫虫爱帮妈妈挤牙膏	27
◎聪明宝宝有一对想象的翅膀	29
◎宝宝脾气大该如何引导教育	34
◎起步哈佛：做个小小观察家	35
◎对4个月宝宝的早期教育	41
◎对孩子讲述“老”照片的故事	44
◎0~3岁早期教育大纲	47
◎专注的宝宝会更胜人一筹	50
◎宝宝自助旅行记	58
◎开发“五觉”孩子轻松领先一步	69
◎爸爸妈妈如何让宝宝学会生活	76
◎对特色小学进行一次“探底”	77
◎怎样让宝宝吃饭变成开心事	79
◎鼓励孩子参加运动锻炼身体	84

◎7—12个月宝宝脑部开发	91
◎玩玩爸爸的大手大脚.....	98
◎鼓励孩子在成长中建立自信	101
◎允许孩子独立做事时犯错误	103
◎教孩子上厕所的基本方法.....	106
◎认识生活中科学现象.....	113
◎积木搭桥发现的问题.....	120
◎有人背后讲坏话.....	126
◎放手让孩子尝试.....	129
◎练习自我保护的技能.....	132
◎不经历痛苦的孩子长不大.....	138
◎习得性无助与自信心的培养	144
◎如何才能使宝宝集中注意力	148
◎退缩宝宝，向前冲	153
◎怎样教孩子对自己的行为负责.....	157
◎教宝宝更有礼貌.....	158
◎正视现实，让贫穷成为财富	161
◎给孩子机会发掘孩子的潜能	164
◎宝宝别怕，大胆去尝试	166
◎6 方法激发女孩最佳潜质	171
◎运动感：儿童一生的气质训练.....	175

◎小朋友不该互相笑话.....	178
◎开导孩子的“输不起”	183
◎牵住“自由牌”孩子的鼻子	187

◎宝宝的注意力训练

设定目标凝聚注意力

13 到 18 个月，宝宝的感觉系统在进一步发展。感觉系统包括视觉系统、听觉系统、触觉系统等。感觉系统功能失调，会导致宝宝在生理上产生注意力低下的问题。比如视觉统合失调的宝宝，对看图看书缺乏兴趣，常呈现疲劳状，模仿极其简单的线条图画也有困难。触觉统合失调的宝宝因触觉十分敏感，所以极力抗拒被抚触、打针、剃头等，表现为心神不安、易受惊，注意力难以集中。

缺乏安全感、缺乏耐心、过分依赖或自信心不足等，则是注意力不集中的心理原因。

除了先天生理问题，其他的生理、心理情况大多是不当的教育方式、不适宜的环境造成的。

训练时给宝宝设定一个目标，让他自觉地将注意力集中到目标上，帮助他形成有意注意的思维习惯。

训练项目——

1、拼图

让宝宝玩拼图，从最初的两三块起，逐渐增加拼图的块数。拼图要选宝宝熟悉的、喜欢的形象，比如小动物、卡通形象等，让他完成后有惊喜、亲

切的情感收获。如果宝宝入门困难，可以让他对照着完整图形进行拼搭，指点他注意图块拼接处的特点。

目标：完成拼图。

拼图游戏需要高度集中注意力，喜欢拼图的宝宝，有时能达到十分入迷的程度，可在相当长的一段时间里持续研究、拼搭。注意，拼图的难度要逐渐加大，要让宝宝有成功感，才能保持他对拼图的热情。

2、小帮手

宝宝对妈妈的日常用品很关注，利用这个特点可设计一些游戏。比如，出门前，让他帮忙找你的手袋。手袋要一直放在规定的地方，待宝宝熟悉后，悄悄挪动位置，但不要藏匿，让他稍加寻找就可以看见。宝宝找到后，要感谢他，并引导他说出手袋应该放在何处。同样的游戏，可转换成找拖鞋、找衣服等。

目标：一心一意找到手袋

寻找物件的游戏目标明确，容易集中起注意力，同时的收获是，宝宝耳濡目染养成井井有条的习惯，有益于宝宝形成理性思维和良好的注意力。

3、找相同

一堆三种颜色的三角形积木，你拿出一块，让宝宝找出同这个一样颜色的积木；或者一堆三种形状的同色积木，你拿出一块，让宝宝找出同这个一样形状的积木。当宝宝能够掌握颜色和形状概念时，可以提高难度，让他找出同你手里同样颜色和形状的积木。

目标：找出相同物件

从观察物件单一特性到两重特性，需要一个过程，不要急于求成。让宝宝对单一特性充分注意和掌握后，再提进一步的要求，以免宝宝厌倦。

4、找不同

一幅图片上，有长耳朵动物，比如兔子等，有短耳朵动物，比如熊猫等，长耳朵和短耳朵动物各两三种。让宝宝找出长耳朵动物，再找出短耳朵动物。这个游戏也可以改成找长尾巴动物和短尾巴动物、找有烟囱的屋子和没有烟囱的屋子……

目标：不遗漏地完成分类

分类需要注意事物不同的特性。给宝宝做的分类游戏须特征分明、要求单一，使他的注意力容易集中到需要观察的地方。

5、合作

你和宝宝合作进行“美术创作”。你用深色粗

笔画一些单线条的有趣的脸蛋图。某些简单的线条，比如眉毛、头发等，改用浅色粗笔画，让宝宝用深色的粗笔直接在浅色线条上描摹。当宝宝能顺利完成后，可以将描摹改为临摹，图画则改为横线条、竖线条等简单的线条图。如果宝宝觉得线条图乏味，你可以和宝宝比赛，看谁画得好，不过，你不能轻易获胜哦！

目标：完成图画

临摹比描摹更需要全神贯注地观察样本。宝宝如果把线条画得歪歪扭扭没有关系，基本走向正确就可以。

6、一模一样

和宝宝面对面，你一边报“眼睛”、“鼻子”、“嘴巴”、“耳朵”、“手”、“脚”……一边触摸自己五官四肢的相关部位，让宝宝模仿着做，比一比谁正确、速度快。开始时一个部位、一个部位地报，随着宝宝熟练程度的加强，你可以连续报三个部位，如“眼睛、鼻子、嘴巴”，让宝宝连续触摸，报的速度也可逐渐加快。

目标：在有一定速度的前提下做到动作无误

这个游戏在高度兴奋中凝聚起宝宝的注意力。游戏中不强调左和右，比如，你触摸左耳朵，宝宝

可以因面对面而模仿着触摸自己的右耳朵。但游戏中的要求须一致，不能时而以右耳朵为准，时而以左耳朵为准。

7、戴帽子

找笔帽与笔杆相同材质的毛笔、钢笔、圆珠笔等，将笔杆和笔帽分别摆放，让宝宝自己找笔帽，给这些笔“戴帽子”。如果是几支相同的笔，比如毛笔，粗细区分要明显。这是一个配对游戏，也可用盖瓶盖等来代替，当然，瓶盖的大小也要区分明显。

目标：配对成功

让宝宝在动手操作中加强观察的注意力。

8、小信使

让宝宝传话，比如，让他对爸爸说：“妈妈说，报纸在书桌上。”让他对妈妈说：“爸爸说，知道了，谢谢！”在游戏中要让宝宝觉得他是一个不可缺少、无人替代的小信使，因而很自豪，激发起他对游戏的高度关注。传话的内容从简单到稍复杂，从单句到两三句。

目标：不遗漏内容

如果宝宝更改词语，但意义准确也是完成了目标。

9、有声有色

每天为宝宝读有简单情节的图画书，以动物为主角的童话更好。读的时候要有声有色，比如，读到“高兴”两个字时，可以添加“哈哈”的笑声，并做出笑的样子。宝宝对词汇不懂不要着急，这是一个刺激思维和理解力的过程。读的时候除了让宝宝看图以外，还要指点文字，让他知道你读的是这些美丽的方块字。

目标：听完故事

从关注故事到关注抽象的文字，对注意力的发展是一个飞跃。注意，不要演化成让宝宝认字。

10、旅游

带宝宝在小区活动，指定一条路线，比如，从小径到乐园，再到游泳池边……你先当“导游”：我们旅游去！穿过大花园（小径两旁的绿化），翻过高山（爬滑梯），啊，看到大海喽（游泳池）……再让宝宝当“导游”，说说“旅游风光”。

目标：给地形命名

想象能激发宝宝的兴趣，扩大对事物的注意范围。如果宝宝自行对“旅游地点”命名，不要去更正他，因为这不但能发展他的想象力，而且能发展他关注事物特点的能力。

11、发现美丽

利用大自然的天然色彩，让宝宝寻找。比如，找出万绿丛中的一点红、一点黄。当宝宝能力增强时，让他在斑斓色彩中寻找某一种色彩的植物。

目标：找到相关色彩

在广袤的背景中寻觅，对宝宝的注意力是一种“考验”。

Tips1 不适宜环境

▲经常搬家，或经常改换生活处所，比如，宝宝在自己家、外婆家、奶奶家“穿梭”住宿，缺乏安定感。

▲家中经常有太多的亲朋邻里出入、聊天、聚会，家庭生活多纷扰，宝宝常处于莫名的兴奋状。

▲宝宝没有专用的游戏环境，或者环境紊乱、嘈杂。比如，游戏时电视机在一旁开着，使宝宝分心。

▲生活环境过于封闭，宝宝缺乏同龄伙伴，没有模仿对象，对爸爸妈妈的依赖性特别强。

▲生活环境过于狭窄，宝宝在熟视无睹中无法获得有新鲜感的刺激，无法扩大对事物的注意范围。

Tips2 不当教育方式

▲因忙碌、紧张、压力大，在语言、举止上将焦虑情绪传递给宝宝。

▲怕宝宝受伤，缺少运动，比如早早地将宝宝局限在童车的小小空间里，宝宝的感觉系统不能得到很好的锻炼和发展。

▲要求宝宝做他不感兴趣或超过能力的事，迫使宝宝用不断变换活动来逃避爸爸妈妈的要求，不能持久进行一项活动。

▲宝宝独自玩游戏时，进行不必要的干预，特别宝宝刚开始摸索尝试时，就急于指出他的不足，甚至越俎代庖，既影响宝宝情绪，又影响宝宝的注意力。

▲一次游戏提出几重要求，使宝宝顾此失彼，注意力难以集中。

▲给宝宝的指示模棱两可，不清晰，不明确。

▲宝宝完成任务后，不赞赏，不鼓励；对宝宝的不足，多批评指责而不是耐心示范、鼓励，使宝宝缺乏兴趣，甚至产生畏难、厌恶情绪。

宝宝的注意力训练

设定目标凝聚注意力

13 到 18 个月，宝宝的感觉系统在进一步发展。感觉系统包括视觉系统、听觉系统、触觉系统等。

感觉系统功能失调，会导致宝宝在生理上产生注意力低下的问题。比如视觉统合失调的宝宝，对看图看书缺乏兴趣，常呈现疲劳状，模仿极其简单的线条图画也有困难。触觉统合失调的宝宝因触觉十分敏感，所以极力抗拒被抚触、打针、剃头等，表现为心神不安、易受惊，注意力难以集中。

缺乏安全感、缺乏耐心、过分依赖或自信心不足等，则是注意力不集中的心理原因。

除了先天生理问题，其他的生理、心理情况大多是不当的教育方式、不适宜的环境造成的。

训练时给宝宝设定一个目标，让他自觉地将注意力集中到目标上，帮助他形成有意注意的思维习惯。

训练项目——

1、拼图

让宝宝玩拼图，从最初的两三块起，逐渐增加拼图的块数。拼图要选宝宝熟悉的、喜欢的形象，比如小动物、卡通形象等，让他完成后有惊喜、亲切的情感收获。如果宝宝入门困难，可以让他对照着完整图形进行拼搭，指点他注意图块拼接处的特点。

目标：完成拼图。

拼图游戏需要高度集中注意力，喜欢拼图的宝宝，有时能达到十分入迷的程度，可在相当长的一段时间里持续研究、拼搭。注意，拼图的难度要逐渐加大，要让宝宝有成功感，才能保持他对拼图的热情。

2、小帮手

宝宝对妈妈的日常用品很关注，利用这个特点可设计一些游戏。比如，出门前，让他帮忙找你的手袋。手袋要一直放在规定的地方，待宝宝熟悉后，悄悄挪动位置，但不要藏匿，让他稍加寻找就可以看见。宝宝找到后，要感谢他，并引导他说出手袋应该放在何处。同样的游戏，可转换成找拖鞋、找衣服等。

目标：一心一意找到手袋

寻找物件的游戏目标明确，容易集中起注意力，同时的收获是，宝宝耳濡目染养成井井有条的习惯，有益于宝宝形成理性思维和良好的注意力。

3、找相同

一堆三种颜色的三角形积木，你拿出一块，让宝宝找出同这个一样颜色的积木；或者一堆三种形状的同色积木，你拿出一块，让宝宝找出同这个一样形状的积木。当宝宝能够掌握颜色和形状概念

时，可以提高难度，让他找出同你手里同样颜色和形状的积木。

目标：找出相同物件

从观察物件单一特性到两重特性，需要一个过程，不要急于求成。让宝宝对单一特性充分注意和掌握后，再提进一步的要求，以免宝宝厌倦。

4、找不同

一幅图片上，有长耳朵动物，比如兔子等，有短耳朵动物，比如熊猫等，长耳朵和短耳朵动物各两三种。让宝宝找出长耳朵动物，再找出短耳朵动物。这个游戏也可以改成找长尾巴动物和短尾巴动物、找有烟囱的屋子和没有烟囱的屋子……

目标：不遗漏地完成分类

分类需要注意事物不同的特性。给宝宝做的分类游戏须特征分明、要求单一，使他的注意力容易集中到需要观察的地方。

5、合作

你和宝宝合作进行“美术创作”。你用深色粗笔画一些单线条的有趣的脸蛋图。某些简单的线条，比如眉毛、头发等，改用浅色粗笔画，让宝宝用深色的粗笔直接在浅色线条上描摹。当宝宝能顺利完成后，可以将描摹改为临摹，图画则改为横线

条、竖线条等简单的线条图。如果宝宝觉得线条图乏味，你可以和宝宝比赛，看谁画得好，不过，你不能轻易获胜哦！

目标：完成图画

临摹比描摹更需要全神贯注地观察样本。宝宝如果把线条画得歪歪扭扭没有关系，基本走向正确就可以。

6、一模一样

和宝宝面对面，你一边报“眼睛”、“鼻子”、“嘴巴”、“耳朵”、“手”、“脚”……一边触摸自己五官四肢的相关部位，让宝宝模仿着做，比一比谁正确、速度快。开始时一个部位、一个部位地报，随着宝宝熟练程度的加强，你可以连续报三个部位，如“眼睛、鼻子、嘴巴”，让宝宝连续触摸，报的速度也可逐渐加快。

目标：在有一定速度的前提下做到动作无误

这个游戏在高度兴奋中凝聚起宝宝的注意力。游戏中不强调左和右，比如，你触摸左耳朵，宝宝可以因面对面而模仿着触摸自己的右耳朵。但游戏中的要求须一致，不能时而以右耳朵为准，时而以左耳朵为准。

7、戴帽子