

家庭优生优育优教知识系列之一

胎教及 0—3 岁儿童的 优生优教

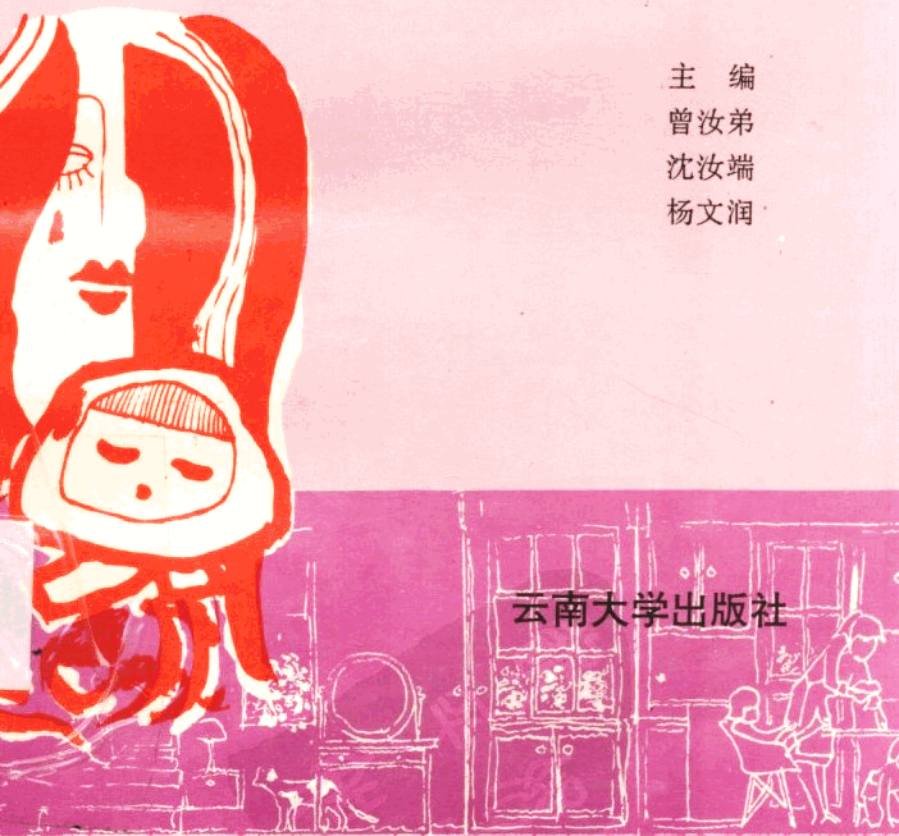
主 编

曾汝弟

沈汝端

杨文润

云南大学出版社



云南省计划生育委员会 云南胎教早教研究中心组织编写

家庭优生优育优教知识系列之一

胎教及 0~3 岁儿童 的优生优教

主编 曾汝弟 沈汝端 杨文润

本分册作者(按姓氏笔画)

丁 明 王金城 沈汝端 沈爱伦

杨文润 焦云萍 曾汝弟

云南大学出版社

滇新登字 07 号

责任编辑:戴 抗

封面设计:郑思礼

责任校对:段建堂

胎教及 0~3 岁儿童的优育优教

主编 曾汝弟 沈汝端 杨文润

云南大学出版社出版发行 (云南大学校内)

云南电视大学印刷厂印刷

开本:787×1092 1/32 印张:5.5 字数:120 千

1995 年 10 月第 1 版 1995 年 10 月第 1 次印刷

印数:0001—7000

ISBN 7-81025-598-3/G·73

每套(共四册)定价:20.00 元

顾 问

吴坤仪	省计生委主任	张世富	昆明师专教授
詹文涛	省卫生厅副厅长	纳志云	昆医附一院教授
杨崇龙	省教委副主任	杨尔麟	昆医附二院教授
张 艾	省妇联副主席	彭 林	省计生科研所主任医师
马 力	昆明市副市长	周曾娣	省计生科研所主任医师
卢 澹	云南师大教授	陶 靖	云南教育学院副教授
左梦兰	云南师大教授	卜为械	昆明师专副教授
沙毓英	云南师大教授	程葆祺	昆明幼师高级讲师

指导单位

省计生委科教处、宣教处	省妇联儿童部
省卫生厅妇幼处	昆明市教委
省教委普教处	昆明市妇联

家庭优生优育优教知识系列

之一：胎教及 0~3 岁儿童的优生优教

之二：3~6 岁儿童的优生优教

之三：小学生的优生优教

之四：中学生的优生优教

出版说明

为了迎接第四次世界妇女大会在我国首都北京召开，我们特出版这套由云南省计划生育委员会、云南省胎教早教研究中心组织编写的家庭优生优育优教知识系列。

优生、优育、优教涉及的学科比较多，而“三优”的对象——从胎儿到青少年，又都在不同的成长过程中。因此，对于不同的对象，“三优”的内容和方法都有所不同。为了适应家长的不同需要，本套书分为四个分册。但是，由于“三优工程”既有阶段性、差异性，又有连续性和共同性。因此，在各分册中，少数内容难免有交叉和重复。

本书由曾汝弟同志总策划和总统稿，沈汝端、杨文润同志对优生优育的有关内容作了修改和审定。本分册作者分工：代总前言之三，毕宏志，之四中“关于商品经济条件下的家庭教育”董金臣，其余为曾汝弟；第一讲，沈汝端；第二讲，焦云萍；第三讲，王金城；第四讲，丁明；第五讲，杨文润；第六讲，曾汝弟；第七讲，沈爱伦；问题解答之一、十一，曾汝弟；之二、三、四，焦云萍；之五～十，沈爱伦。

云南大学出版社

1995年8月20日

序 一

吴坤仪

家庭优生、优生、优教知识系列丛书作为我省第一套系统介绍“三优”知识的系列书，经过作者们的辛勤努力终于问世了。这套书的出版，为广大青少年儿童的家长及即将为人父母的夫妇提供了一部很好的科普读物，它对指导如何生一个健康聪明的孩子、如何科学地哺育孩子成长、如何早期开发孩子的智力，以及如何根据孩子不同时期的生理、心理特点去教育孩子，使其茁壮成长，都将起到很好的作用。这部书也可以作为从事妇幼保健、计划生育、儿童教育等专业工作者的参考书。

计划生育是我国要长期坚持的一项基本国策，其内容不只是“控制人口数量”，而且包括“提高人口素质”这一重要方面。七十年代以来，由于党和政府的重视、社会各界的配合、计划生育干部的辛勤努力、广大群众的理解和支持，我国人口过快增长的势头已经得到有效的控制。1994年与1970年相比，人口出生率由33.43‰下降到17.70‰，人口自然增长率由25.83‰下降为11.21‰，妇女的总和生育率由5.81(个)降到了2.0(个)左右。按1970年生育水平推算，25年来我国共少生了3亿人口。极大地缓解了人口过快增长对经济社会发展的压力，为社会主义现代化建设和人民生活水平的提高作出了重要贡献。但是，人口数量的控制还不是解决我国人口问

题的全部内容,还必须提高人口的素质和改善人口的结构,才能为经济腾飞、社会发展和民族振兴提供一个良好的人口环境。

十四大以来,党中央提出了我国社会主义经济建设必须转移到依靠科技进步和提高劳动者素质的轨道上来的英明决策,并在1995年5月进一步提出了“科教兴国”的伟大战略方针,党中央和国务院作出了《关于加速科学技术进步的决定》,把发展科技、教育,提高劳动者素质的任务摆在我们的面前。要完成这一跨世纪的重要任务,优生、优育、优教就是一项重要的基础工程。

人的素质从时限上可分为先天素质和后天素质两方面,从构成上可分为身体素质、道德素质和科学文化素质三个方面。身体素质又由体力和智力两个部分构成,是科学文化素质的基础。“三优工程”就是要全面提高人的素质,通过优生提高人的先天素质,通过优育改善人的后天身体素质,而优教则是要解决人的道德素质和科学文化素质。这套书的一个特点是对“三优”知识作了系统的全面的介绍,将原属于不同学科的知识有机地组合起来,使家长们在对下一代的孕、育、教等诸方面得到系统的指导,并将三者有机结合起来,在“孕”的阶段就开始“育”和“教”,使孩子从小就能在德、智、体三方面得到全面发展。本书的另一特点是将科学性和实用性结合起来,以流畅的笔调深入浅出地讲述三优知识,使深奥的科学理论变得通俗易懂,变成应用性较强的知识。

丛书的主编曾汝弟、沈汝端、杨文润及其他作者,是一批从事医学、遗传学、教育工作的专家和学者,他们正是从提高中华民族人口素质的高度,以强烈的社会责任感来编撰这套

科普丛书的。他们的工作必将为“三优”科学知识走入寻常百姓家，为唤起千家万户投入“三优工程”的实施起到积极的作用。

在人口数量控制已取得显著成绩的今天，推进“三优工程”、提高人口素质已经成为全面落实计划生育基本国策的一项重要任务，也是提高劳动者素质、加速社会主义现代化建设的必然要求。我希望有更多的各界人士象丛书的作者们一样共同关心支持优生、优育、优教这一造福子孙后代、关系民族兴盛的事业，为迎接新世纪中华民族的腾飞作出应有的贡献。

1995年7月

序 二

卢 溱

优生、优育、优教这一“三优工程”，是提高人口素质、振兴国家和民族的大事。

“三优工程”是一个庞大而复杂的系统工程，需要家庭、学校、计划生育和卫生保健部门乃至全社会的通力协作，然而，由于多方面原因，对“三优工程”的组织指导还存在着各吹各打的情况，这就必然会影响工程的实施和效果。这次，云南省计生委和胎教早教研究中心共同组织三方面的专家学者编写《家庭优生优育优教知识》系列书，并得到省市卫生、教育、妇联等有关部门、领导和著名专家的支持，令人十分高兴。这说明“三优工程”得到了人们越来越多的关心和重视，预示着“三优工程”已作为一个完整的体系来研究和实施。这在我省是个良好的开端。

正如本套书“代总前言”中指出的，家庭是实现优生的主要阵地，是实施优生、优教的第一场所，家庭“三优工程”是整个“三优工程”的基础。因此，本丛书的出版，将对我省的“三优工程”起到积极的作用。

本丛书三位主编曾汝弟、沈汝端、杨文润和其他撰稿的同志都是我省长期从事优生、优育、优教研究并取得显著成绩的专家 and 实际工作者，在着手编写本套书之前，他们又做了深入广泛的调查研究，收集和参阅了国内外的大量资料，征求了有

关部门和专家的意见,因而,这套丛书具有几个突出的特点:

1. 指导思想明确,重点突出。本丛书以马克思主义关于人的全面发展学说为指导,坚持德智体全面和谐发展的方向,强调家庭“三优工程”的主要任务是培养儿童优良的体质和健全的人格,是为培养有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人打基础。

2. 内容比较全面,观点较为新颖。本丛书吸收了国内外研究的不少新成果,较为全面系统地介绍了家庭优生、优生、优教的科学知识,并提出了一些独到的见解,特别是对胎教和零至三岁儿童的优生优教的研究和介绍,弥补了我省这方面的空白,加强了薄弱环节。

3. 深入浅出,通俗易懂。本套书充分考虑到我省广大家长的实际,努力以浅近的语言、通俗的形式介绍“三优”科学知识。

4. 切合实际,易于掌握和运用。本套书所介绍的“三优”科学知识和方法,比较具体和切合我国实际,有较强的“可操作性”,广大城乡家长经过一定的努力,都能够掌握和运用。

总之,这套书是广大家长、人口工作者和儿童工作者学习“三优”科学知识的好读物。

我衷心祝贺这套书的出版,祝愿它在我省“三优工程”中发挥应有的作用。

1995年6月30日

目 录

序一	吴坤仪	1
序二	卢 濬	4
家庭“三优工程”的若干基本问题(代总前言)		1
第一讲 遗传与优生		25
一、遗传学知识简介		25
二、遗传性疾病		27
三、优生学的内容与优生措施		30
第二讲 科学受孕及孕妇的生理、心理保健		37
一、科学受孕		37
二、胎儿的生长发育特点		41
三、孕妇的生理、心理特点与保健		49
第三讲 祖国医学关于胎教的理论和实践		56
一、唯物主义的生命起源观是中医胎教的理论基础		57
二、中医性学伦理是中医胎教理论的重要内容		59
三、中医胎教的基本内容和方法		60
第四讲 现代胎教的内容与方法		67
一、胎教概述		67
二、科学胎教的内容和方法		73
三、丈夫在胎教中的作用和任务		82
第五讲 0~3岁儿童的家庭保健		85
一、新生儿的家庭保健		85

二、婴儿期的家庭保健	96
三、1~3 岁儿童的家庭保健	98
四、0~3 岁儿童的预防接种及常见病防治	99
第六讲 0~3 岁儿童优生优教概述	105
一、搞好 0~3 岁儿童优生优教的重要性	105
二、0~3 岁儿童的学习特点及教育原则	112
三、0~3 岁儿童教育的基本任务、内容和方法	116
四、克服对早期教育的错误认识	118
第七讲 0~3 岁儿童的心理发展及教育	121
一、新生儿的心理发展特点及教育	122
二、满月~1 岁小儿的心理发展特点及教育	129
三、1~2 岁小儿的心理发展特点及教育	141
四、2~3 岁小儿的心理发展特点及教育	146
问题解答	154
一、生男生女是由什么决定的	154
二、孕妇感冒胎儿是否受影响？是否需要服药	155
三、孕妇为什么要左侧卧位	155
四、妊娠期如何安排性生活	155
五、要给婴儿剃胎发吗	156
六、怎样对待半岁前小儿的啼哭	157
七、怎样弄醒没吃饱奶就睡着了的小儿	158
八、怎样纠正三岁前小儿的不当行为	158
九、怎样培养孩子的卫生习惯	159
十、什么是“模式教育法”	160
十一、怎样正确为孩子选购玩具	161

家庭“三优工程”的若干基本问题

(代总前言)

世间生物,都遵循着适者生存、优胜劣汰的规律,人类也是如此。我们的国家、我们的民族要屹立于世界民族之林,既要“控制人口数量”,更要“提高人口素质”。历史已经而且将继续证明,人与人之间、国与国之间的竞争,最根本的就是人的素质和国民素质的竞争,因此,“控制人口数量,提高人口素质”是我们长期的基本国策。

我国巨大的人口基数,在人的素质不高的情况下,众多的人口是一种沉重的负担。然而,当人口素质普遍提高以后,沉重的人口负担就会转化为巨大的人才优势。对此,日本科学家所做的两项实验给了我们极大的启示。一项实验是为了解决西瓜装运不便的问题,他们让西瓜从小生长在特制的长方形模型中,于是,自古以来的圆形西瓜长成了方形西瓜。另一项实验是1984年,日本科学家为了迎接世界科学博览会在筑波召开,他们运用特殊的科学方法培育出了一株震惊世界的西红柿。这株又高又大的西红柿占地不到1/4平方公尺,竟在博览会期间结出了13000多个果实,比平常的西红柿增产1千多倍(平时西红柿每株长10个左右果实)。这两项实验说明,生物的生长不但具有极大的可塑性,而且具有相当大的、甚至是永无止境的发展潜力,而要开发这种潜力,主要又是在它们

的生长初期。那么,人的可塑性和素质潜力如何呢?科学家们也早已得出结论:人在幼年时期可塑性十分大;儿童将来会成长为什么样的人,关键看对他们从小如何抚养和教育,即如何对他们进行“塑造”。至于人的智能潜力,科学家们几乎一致认为,现在人的智力开发还只在10%以下,90%以上的智力还在沉睡之中。可见,开发人的智力、提高人口素质,有着多么光辉灿烂的远大前景!这也正是我国人口工作者和包括家长在内的教育工作者的伟大而艰巨使命之所在。

提高人口素质的根本途径,是坚决有效地实施优生、优育、优教“三优工程”。我国政府制订的九十年代《儿童发展规划纲要》提出了一系列实现“三优工程”的具体目标,并庄严地向世界作了承诺。为了促进“三优工程”的顺利进行,国家还制订了《未成年人保护法》、《母婴保健法》、《义务教育法》等法规,为“三优工程”的实施提供了法律保障。

一、家庭在“三优工程”中的地位和作用

“三优工程”是个庞大的系统工程,它牵涉到家庭、计划生育、卫生保健、文化教育及社会的许多方面,其中,家庭处于特殊重要的地位。

首先,家庭是实现“优生”的主要基础。能否实现人的优生,基本上是由家庭决定的。

其次,家庭是实施优生、优教的第一阵地。自家庭产生以来,对人的养育与教育,是由家庭开始的,家长不仅是孩子的第一任老师,也是孩子的第一任保健医师;家庭既是孩子的天然学校,又是孩子的天然保育场所。国家设立的卫生保健、教

育文化及社会有关部门对人的育和教，是在家庭的生、育、教的基础上的加工和发展，并且，始终受家庭的生、育、教的影响。优生的，而又自小受着家庭优生优教的儿童，社会的有关部门就容易把他教育和培养成高素质的人才。

再次，实现优生优育优教，既是家庭的社会义务，也是家庭自身的迫切愿望。家庭，是社会的细胞，把下一代培养成社会未来的合格公民和有用人才，是家庭对社会应尽的义务。由于下一代与家庭，特别是与父母有着亲缘的及社会的最亲密的关系，家长都把自己下一代成长的好坏与自身的幸福、家庭的希望紧紧地联系在一起，都希望自己的孩子成为健康的、可爱的、聪明的、将来能为社会作出较大贡献的人，因而，家长普遍都有实现下一代优生优育优教的愿望，特别在提倡实行计划生育、提倡一对夫妇只生一个孩子的今天，这种愿望更为强烈。

最后，家庭具有实施“三优工程”的优越条件。实施“三优工程”，不但要有一定的物质条件，而且要有良好的精神环境，而家庭，特别是在国家的经济建设日益发展，人民的生活水平日益提高和实行计划生育条件下的我国当代家庭，已经能够为下一代的优生优育优教提供越来越好的物质条件及越来越丰富多彩的精神营养。

总之，家庭在实施“三优工程”中，不但处于十分重要的地位，有着十分重要的、不可替代的作用，而且具有十分优越的条件，因而实施“三优工程”，必须抓好，或者说首先要抓好家庭这一环节。

二、“三优工程”对家长素质的基本要求

家长,是家庭“三优工程”的设计者、组织者和实施者,因此,提高家长对“三优工程”意义的认识和实施“三优工程”的水子与能力,是搞好家庭“三优工程”的前提条件。或者说,要搞好家庭“三优工程”,要实现提高人口素质的目标,必须首先提高家长自身的“三优”素质。党的十一届三中全会以来,由于各级党和政府的高度重视及有关部门的努力,我省“三优”科学知识的宣传普及工作和“三优工程”的实施都取得了显著的成绩。但是,这些与九十年代儿童发展纲要的要求还有相当大的差距。据调查,基本上不懂“三优”科学知识的家长还占80%左右;在不少地方,特别是边远农村和山区,尚未树立起“三优”的观念;近亲结婚生育,不会正确喂养孩子,只养不教或用错误的态度和方法教育儿童的现象还比较普遍;儿童中的先天性、遗传性和各种各样的母源性疾病^①、地方病、常见病以及营养不良或营养过剩等疾病还比较普遍;因家庭教育失误而导致的“问题儿童”和青少年违法犯罪也呈上升趋势。

根据以上分析可以得出结论:“三优工程”的基础在家庭,家庭“三优工程”的关键在家长。而提高实行“三优”的自觉性和科学性,积极向社会宣传“三优”科学知识,大力提高家长(包括已进入婚龄的未来的家长)实施“三优工程”的素质,帮助更多的家长成为合格的、优秀的家长,乃是目前全面落实国家人口政策的当务之急。

^① 母源性疾病,是指由母亲的失误而引起儿童的先天性或后天性的心身疾病。