

書 叢 庭 家

育養的童兒歲六至歲一

編局童兒部工勞國美

譯 禮 顯 宋



行發館書印務商

家 庭 叢 書

一歲至六歲兒童的養育

美國勞工部兒童局編
宋 顯 禮 譯

印 書 館 發 行

國二十六年六月初版

(31213.2)

有

家庭叢書

一歲至六歲兒童的養育一冊

The Child from One to Six

His Care and Training

每冊實價國幣陸角

外埠酌加運費匯費

原編者

Children's Bureau of United States Department of Labor

譯述者

宋顯禮

發行人

王雲五
上海河南路

印刷所

商務印書館
上海河南路

發行所

商務印書館
上海及各埠

翻印必究

譯者序

養育兒童是一種科學，亦是一種藝術，非有充足的研究與實驗不可。這種知能對於家庭、社會、國家及人類的關係重大，是人容易明瞭，但培養這種知能的工作，是不易實行的。所以關係養育兒童的可靠書籍，是極有供獻的，因為可以增加這種的知能。

譯者曾譯嬰兒養育法一書，由商務印書館出版。那書中所述的都是養育一歲以下的嬰兒所應實行的方法。但一歲以上至學齡的兒童，亦在家庭照顧之下，父母對他們的責任，亦不能避免，並且這時期對於一生的影響很大，所以亦應加以研究。

本書原本係美國兒童局所編，繼續在嬰兒養育法以後所出的。其中所討論問題的類別，自然與前書沒有很大差別，但內容完全不同，都是適合一至六歲兒童情形的。所以對於養育稍長兒童的父母，是極切實用的指南。譯者既已譯前書，爰將本書譯出，以供國人。

目錄

第一章	從嬰兒時代到幼兒時代.....	一
第二章	兒童的物體環境.....	一一
第三章	保持健康與預防疾病.....	一七
第四章	牙齒.....	八一
第五章	食物與吃飯習慣.....	八八
第六章	睡眠與睡眠習慣.....	一二四
第七章	衣服.....	一三九
第八章	遊戲.....	一五六
第九章	兒童的發育.....	一七二
第十章	有病的兒童.....	一九八

一歲至六歲兒童的養育

第一章 從嬰兒時代到幼兒時代

『嬰兒多大啦？』

『他快一歲了，在你不知不覺的時候他已不再是一個嬰兒了。我不喜歡看他長大。』

這樣說話的父母不明瞭兒童自一歲至六歲間的生長對於他的前途是如何重要。他們或給嬰兒最好的養育，給稍長兒童最好的教育，但是他們不明瞭在這中間時期中——學齡前數年——兒童的身心生長多少。他們甚至於在應當鼓勵兒童自立與自由活動時，因着鼓勵種種嬰兒狀態，阻止他的發展。

不到一歲的嬰兒比能行動的幼兒所得到的注意多。學齡前的幼兒需要父母的關心與嬰兒

一樣多，或許更多。當父母盡力供給剛脫離嬰兒時期的幼兒適當養育時，發生許多問題：他應當生長怎樣快？他應當有多少牙齒？什麼食物於他最爲適宜？如何幫助他養成好的習慣？這些問題從家庭醫士處可以得到最好的回答。本書的目的，在幫助父母們去實行醫士的吩咐，並幫助他們解決每箇家庭中發生的平常問題。

養育子女的任務不應當專靠母親一箇人。父母二人應當共同努力，彼此合作，發展兒童最好的天性，並幫助他們養成習慣，使他們身心得盡量發展。

幫助你的幼兒長大

人都知道幼兒改變很快。倘若你同幼兒分離數月以後，你即可希望他有改變，但如見到成人有同樣大的改變，一定感覺驚奇。心理學家說，在學齡前兒童生活中的一箇月，充滿了新經驗，正如在成人生活中數箇月一樣。新感覺——新景物，聲音與嗅味——進入他每日的生活中，有各種新經驗的幫助，他始能明瞭下一種。這就是他如何發育。

在這學齡前的數年中，他的經驗漸漸擴大，起先在自己家中，以後在外面。幼兒在一歲時，或能

自己把襪子脫去，並能說一兩箇字。想一想他在六歲時即到學校去。他說話，遊玩，自己吃飯，並自己穿脫衣服。他已經學會與同年的兒童遊玩並同他們競爭。他祇藉着實作學習，這些事並不是由於別人替他作而得來的。只有他已經學會了這些事，他方能在學校的新環境中應付成功。在學校內好哭的兒童——女氣的，不公道的，畏卻的——常是在家中受嬰兒待遇過久的兒童，在起始數年中沒有受自立與勇敢訓練的兒童。

觀察你的幼兒長大

中常幼兒的體重，身高，與心智，應當發育的怎樣快？父母必需都知道這事，方能幫助幼兒有中常的發展。他們不祇應當知道幼兒體重若干，身高幾何，有幾個牙齒，並且應當知道他在一歲與六歲時應當能作些什麼；在了解力上，實行命令上，對於物件的責任心上，能希望如何。他們亦必須明瞭幼兒的生長與發育不能完全一樣。有的高，有的矮，有的比同年的體重多，有的思想快，有的手指敏捷，有的有特別的才能，新兒能唱一箇歌，但是不能用他的方木造橋。敏兒能造橋，但是不能唱。每箇幼兒必需幫助他們，使他們箇別的可能性，有充分的發展。中常的幼兒與軟弱的幼兒，或遲慢的

幼兒，或天才的幼兒，同樣的需要關心的顧慮。

雖然有箇人差別，但有許多事情，是母親在兒童發展的各年齡中，可以留意的。

一歲的時候

普通一歲的嬰兒能爬並能自己站立，許多幼兒在這時候能夠自己站立，並偶而有小而瘦的幼兒，此時即能行走。他能利用他的手，並能用方木，盒子，與球等遊戲。或者他已經學習會說一兩箇字，並能將所說的字與人，或物，連貫起來，如媽媽，爸爸，貓，咪，奶，水，等。

一歲的幼兒不應當再用乳瓶食乳，應當學習怎樣用茶杯喝奶，或幫忙拿他的羹匙。他亦應當學習在睡覺時把自己的襪子脫去。他正是進入早年時期，並必須不再以嬰兒態度來看待他。他的父母



兒 童 一 歲 的 時 候

必須用教導他自己作事的方法，來幫助他長大。

如母親訓練嬰兒得當，現在他應當已經能完全約束他的大便，或已經起始學習約束小便。如若尚沒有此種訓練，當立刻開始。

大多數的幼兒在一歲時的體重約二十一磅（三倍降生時的體重），身長約二十五至三十五吋。頭部較降生時大的多。許多嬰兒在一歲時已經失去了他的肥胖，往兩歲中常見的細長身材那樣長。有些嬰兒在這箇時期中仍是肥胖，並有的嬰兒長的很高而不增加體重。他們按照家庭的派別與國籍種族的不同而異。沒有兩箇幼兒的生長完全相同。

大多數的幼兒在一歲時已經有六箇牙齒。

在兩歲的時候

平常兩歲的幼兒能跑的很好。他不能抓住任何物件，即很容易的在地板上伏下起來。他自己能有很好的平衡力，如他抓住樓梯的欄杆，他能走上樓去，他能轉門軸開門，他喜歡堆方木，造樓塔，喜歡用鉛筆在紙上亂寫。他或正在學習把棍插在插棍板上與穿大珠子，在這箇時候，他應當起始

學習在玩完玩具之後，自己把牠們收起。他正在起始與別的兒童一同遊玩並起始模仿他父母兄弟所做的事。

這箇時候他能說兩箇字以上的話，如『要下來，』『爸爸走了』等話。他能舉出許多動物與東西的名稱。他或喜歡聽嬰兒歌謠。

在第二箇生日以前，至少在白天能約束小便。在這年齡，幼兒能幫忙爲自己脫衣服，如有人爲他解開鞋帶與襪帶，並能自己脫鞋合襪。他能自己吃飯，但是不能不傾撒。

大多數的幼兒在兩歲時體重約二十六磅。你的幼兒的體重。比這箇數或多或少，全依他的高度（見後體重表）而定。他身長約二十八至四十吋。男兒高度常較女兒高。

大多數的兩歲幼兒有十六箇牙齒。

在三歲的時候

三歲的幼兒很爲活潑。他能跑，跳，爬高，並使自己身體平衡。他會隨從音樂跳舞，並喜歡有節奏的遊玩。他能騎三輪腳踏車。

他喜歡用手做東西。他能很容易的穿珠子。他喜用漿糊黏貼畫片，並喜學習畫畫。他喜歡能夠作事的玩具，如大小方木，馬車汽車，或成套的火車。他或能用方木建築一箇簡單的房屋。他能假設他的方木是火車，或汽車。他應當在遊戲完畢時，把玩具收起。

他喜歡重複的聽，並學習嬰兒歌謠，喜歡人反復的爲他講或讀故事。他喜歡與別的兒童，或獨自一人，做想像的遊戲。他已經在他的環境中做許多事情——言語與舉動。

他能說整句的話，並能繼續談論他的遊戲。他能述說他所作的事。他或喜歡聽音樂並學習唱歌。

他能自己吃飯，傾撒的不多，但仍需要監視。

他很能幫忙自己穿衣脫衣，並能爲自己作許多事。如若掛衣鉤不太高，他能把自己衣帽脫下並掛起。如若扣子大並容易夠的着，他能解開衣服上的扣子，並能學習扣扣。如若有人爲他把鞋帶解開，他能自己把鞋脫去，並能把鞋穿上。他應當學習繫鞋帶。他能自己洗手並將手巾放在架上。如有人幫助他他能自己刷牙。

他應當在白天與夜間，都能約束他的大小便。他應當不再溼牀。

大多數的幼兒，在三歲時，體重約三十磅。你的幼兒的體重或多或少，依其高度而定。他高度約自三十一至四十四吋，平均體重高度年齡表見後。

他現在的『奶牙』當長全——共二十箇。

在四歲的時候

四歲的幼兒永遠是活動的，對於登高，平衡身體與有節奏的遊戲，漸漸熟練。

他現在能粗粗的畫常見的東西，他會用剪刀並喜歡剪畫。普通幼兒能數四箇銅元或別種物件。他或能指出數種顏色。

他漸漸留意聽短故事。他能背誦故事及嬰兒歌謠的一部分。他能述說他的遊戲與他種經過，並或能起始編造遊戲與故事。他或喜歡唱歌。

他要起始加入數箇兒童共玩的遊戲。

他用他的方木建造房屋或汽車房，他用玩具的遊戲，更加想像。

倘若扣子在他手能達到的地方，他現在能自己扣扣。在大小便時他能自己處理衣服。

大多數的四歲幼兒體重約三十四磅。你的幼兒的體重或多或少，依身長而定。他身長約三十三至四十七吋。體重與身長等見後表內。

在五至六歲的時候

五歲的幼兒能跳躍與舞蹈，並能精巧的用他的身體。他能攀樹並翻筋斗。他能拋球很好。他能畫畫，並正確的添加許多細微的地方。

他喜歡剪貼與編織。他玩許多想像的遊戲，並喜歡假裝作事與打扮。他也學習去作他平常見別人所作的事——鎚擊、剪、畫、洗、熨、掃除、燒飯、縫紉。如若他有相當大小的工具與器皿，他能學習以上種種的事情很好。他同別的幼兒一同用方木或雪，建造堡壘，或礮臺，或船。他喜歡試驗新玩具。

他喜歡聽較長的故事並能述說他聽過或自己編造的故事。他要學習讀書與寫字。

他不用幫忙可以自己穿脫衣服，甚至能穿鞋帶，雖然他不能把鞋帶繫好。

大多數的五歲幼兒體重約三十九磅。你的幼兒的體重或多或少，依他的身長而定。他身長約

三十六至四十九吋。他身體的構造或長而瘦或短而胖。普通的體重與高度表見後。

第二章 兒童的物體環境

一箇好的家庭能供給兒童健康與發育的需要。他們需要新鮮空氣與陽光；他們需要戶外空地，去跑動與遊戲；每人需要他自己的牀。他們必須有清潔的水喝與適宜的食物。住宅應當有好陰溝，生暖與發光的安置。如若家庭中沒有這些需要的供給，就不能認為一箇適合正在生長兒童的地方。

鄉間與城市

不是每箇兒童都能每年用一部分的時間在鄉間，是多麼可惜的事，公園真是城市兒童的恩物，但不能夠代替



鄉間的樹林與草地。兒童倘若在樹林裏探險，在小河上建築水閘與橋，觀察昆蟲、鳥、與獸的行爲。知識即能夠增廣，看見過撒種與收穫的兒童，熱望着等待貓生小貓或羊生小羊的兒童，觀察過鳥築鳥巢並把小鳥養大的兒童，已經在不知不覺中，得到了基本重要的知識。

鄉間的兒童用很久的時間在日光中。他們攀樹或割草都使許多筋肉活動。他不受城市中不斷的雜音的煩擾。

爲生長在城市中的兒童，如可能時，父母應當選擇一、與公園或遊戲場相近的住宅。有一爲遊戲安全的屋頂，或得到陽光的後院。

水的供給與廢物的處理

凡能因人類排泄物而染污的水即不安全。吃水的泉或井，應當比廁所或畜欄在較高的地位，最少當距離五十呎。如若水的供給不是政府經營時，應將水樣送到政府的試驗所去檢查是否安全。如不確知水是安全時，喝水，刷牙，或洗生吃的食物時，都當用煮沸過的水。

在汽車旅行或露營時，應當記住這些事情並教導兒童。最味美而清的水亦許不安全。永遠不