

21世纪最有影响力的育婴书

The most influential nurturing books of 21st century



0~3岁 科学 育儿

百科全书

主编/张雪梅 张倩

Scientific nurturing encyclopedia
of 0-3 year old

黑龙江科学技术出版社



主编/张雪梅 张倩

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁科学育儿百科全书/张雪梅,张倩主编. —哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社,2010.3
ISBN 978-7-5388-6284-3

I. ①0... II. ①张... ②张... III. ①婴幼儿—哺育 IV.
①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第034136号

责任编辑 蔡伟俊

0~3岁科学育儿百科全书

0~3SUI KEXUEYUER BAIKE QUANSHU

主编 张雪梅 张倩

出版 黑龙江科学技术出版社 

(150001 哈尔滨市南岗区建设街41号)

电话(0451)53642106 电话 53642143(发行部)

印刷 北京华戈印务有限公司

发行 全国新华书店

开本 920×1300 1/32

印张 17

字数 243 000

版次 2010年4月第2版·2010年4月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5388-6284-3/TS.413

定价 26.80元

目 录

第1篇

胎儿期

一、胎儿第一个月 2

1. 新生命的开始 2

2. 受精和受精卵的发育 3

3. 丈夫该为妻子做些什么 7

4. 早孕母亲饮酒吸烟对胎儿

有害 9

5. 胎教与优生 10

二、胎儿第二个月 14

1. 母体的变化 14

2. 胎儿发育情况 16

3. 为防畸形需补充叶酸 17

4. 妊娠中的生物致畸因素 18

5. 孕妇做 X 线检查对胎儿

有害 20

6. 早期流产要不要保胎 20

7. 孕妇服中药要小心 21

8. 电视与胎教 22

9. 电脑与胎教 23

10. 胎儿的听力训练与运动

训练 23

三、胎儿第三个月 25

1. 母体的变化 25

2. 胎儿发育情况 26

3. 准父亲必读 26

4. 水果蔬菜与胎儿发育 31

5. 碘与优生 32

6. 做过剖宫产再次妊娠有

危险吗 33

7. 妊娠期感冒了怎么办 34

8. 女工妊娠期的劳动保护 35

9. 家庭和谐与胎教 36

10. 胎教是爱 37

四、胎儿第四个月 38

1. 母体的变化 38

2. 胎儿发育情况 38

3. 孕妇外出旅行注意什么 40

4. 样防止便秘 41

5. 妊娠期应如何穿戴 41

6. 听觉发育与胎教 42

7. 视觉训练 43

五、胎儿第五个月 44

1. 母体的变化 44

2. 胎儿发育情况	45	八、胎儿第八个月	74
3. 胎儿的营养	46	1. 母体的变化	74
4. 怀孕第五个月的食谱	49	2. 胎儿发育情况	75
5. 妊娠期运动应注意什么	52	3. 羊水过多与过少	75
6. 哪些人需要做产前诊断	53	4. 胎儿臀位怎么办	76
7. 胎儿听觉训练	54	5. 抚摩胎儿与胎教	78
8. 胎儿运动能力的训练	56	6. 音乐与胎教	79
六、胎儿第六个月	57	7. 运动锻炼与胎教	79
1. 母体的变化	57	8. 胎儿的性格培养	83
2. 胎儿发育情况	58	九、胎儿第九个月	84
3. 妊娠期吃鱼的好处	58	1. 母体的变化	84
4. 孕妇要注意缺铁性贫血	59	2. 胎儿发育情况	84
5. 糖尿病与妊娠	59	3. 应为宝宝准备些什么	85
6. 孕妇要预防妊娠高血压综合征	60	4. 小腿抽筋怎么办	88
7. 警惕高危妊娠	62	5. 什么是前置胎盘	89
8. 运动与胎教	63	6. 产前要学会护理乳头	90
9. 父亲与胎儿对话进行胎教	64	7. 要预防低体重儿的降生	91
10. 父母的情绪与胎教	64	8. 什么情况应立即去医院	93
七、胎儿第七个月	66	9. 运动与胎教	94
1. 母体的变化	66	10. 胎儿的美育	94
2. 胎儿发育情况	66	十、胎儿第十个月	97
3. 孕妇食用加碘盐的好处	67	1. 胎儿发育情况	97
4. 吃海带应注意什么	67	2. 母体的变化	98
5. 孕妇营养过剩对胎儿的影响	68	3. 怀孕第十个月的食谱	98
6. 孕妇要防贫血	69	4. 是谁努力使胎儿娩出	100
7. 对话与胎教	70	5. 影响胎儿通过产道的三个因素	101
8. 音乐与胎教	71	6. 剖宫产好不好	102
9. 胎儿的记忆训练与游戏训练	72	7. 临产前的先兆	103
		8. 临产不要紧张	105
		9. 全身心地迎接宝宝	106
		10. 母亲的分娩情绪与胎教	108

第2篇 婴儿期

一、新生儿..... 110

一、生长发育..... 110

1. 身体发育..... 110

2. 大便..... 110

3. 排尿..... 111

4. 体温..... 111

5. 睡眠..... 112

6. 视觉..... 112

7. 听觉..... 113

8. 触觉..... 113

9. 味觉和嗅觉..... 114

10. 运动能力..... 114

11. 与大人的交往..... 114

二、饮食营养..... 115

1. 母乳喂养好在哪里..... 115

2. 纯母乳喂养能满足..... 116

3. 为什么给孩子喂初乳..... 116

4. 哪些母亲不宜哺乳..... 118

5. 影响母乳分泌的因素..... 119

6. 哪些药物影响哺乳..... 119

7. 母乳不足..... 120

8. 母乳喂养应注意什么..... 120

9. 孩子是否吃饱了..... 121

10. 母乳不足时的哺喂方法..... 122

11. 人工喂养..... 122

12. 人工喂养要注意的问题..... 123

13. 新生儿可以吃什么..... 123

14. 早产儿的喂养..... 124

三、照料护理..... 125

1. 给新生儿洗澡的方法..... 125

2. 小婴儿要注意保暖..... 126

3. 孩子爱哭怎么办..... 126

4. 夜哭郎怎样颠倒..... 127

5. 安排一个睡眠的良好..... 128

环境..... 128

6. 新生儿睡觉不要捆..... 128

7. 初做父亲应注意什么..... 128

8. 要注意新生儿房间的环境..... 129

卫生..... 129

9. 注意护理好新生儿脐带..... 129

10. 新生儿发热的处理方法..... 130

11. 早产儿的特殊护理..... 131

四、智能训练..... 132

1. 帮孩子练“行走”..... 132

2. 俯卧练习..... 133

3. 抓握练习..... 133

4. 逗笑..... 133

5. 说悄悄话..... 134

6. 听觉刺激..... 134

7. 视觉训练..... 134

8. 看妈妈..... 134

★ 婴儿第二个月..... 135

一、生长发育..... 135

1. 身体发育..... 135

2. 动作发育..... 136

3. 对声音的反应..... 136

4. 感觉发育	137	2. 动作发育	155
5. 视觉发育	137	3. 语言发育	155
6. 睡眠	137	4. 感觉发育	156
7. 心理发育	137	5. 睡眠	156
二、饮食营养	138	二、饮食营养	157
1. 孩子常吐奶是怎么回事	138	1. 不要滥服鱼肝油	157
2. 婴儿的饮食	139	2. 要给孩子多喂水	157
3. 乳母的饮食	141	3. 婴儿拒哺的原因	158
4. 哺乳的正确姿势	142	4. 糕干粉、米粉等淀粉 制品不能代乳	159
5. 乳母生病怎么办	143	5. 鲜果汁和蔬菜汁的制作	159
三、照料护理	144	6. 用考普氏指数判断营养 状况	160
1. 防窒息	144	三、照料护理	161
2. 换尿布	144	1. 怎样给孩子按摩	161
3. 良好的睡眠习惯	145	2. 妈妈怎样给孩子做抚摸	162
4. 孩子为什么哭	146	3. 怎样抱孩子	162
四、智能训练	146	4. 怎样摘掉婴儿头上的 “脏帽子”	163
1. 婴儿操 (2~6个月婴儿 使用)	147	5. 怎样给婴儿洗脸	164
2. 声音在哪里	152	6. 怎样给男婴清洗会阴	164
3. 妈妈在哪里	152	7. 怎样给女婴清洁会阴	164
4. 踢被子	153	四、智能训练	165
5. 蹦蹦跳	153	1. 室内布置与综合感官 训练	165
6. 拉拉看	153	2. 协调能力练习	166
7. 读歌谣	153	3. 学倒立	167
8. 教说话	154	4. 抓一抓	167
9. 一动就响	154	5. 用脚蹬	167
10. 看看是什么	154	6. 会踢球了	167
★ 婴儿第三个月	155	7. 找妈妈	168
一、生长发育	155	8. 听力练习	168
1. 身体发育	155		

9. 和婴儿“对话”	169	6. 节奏感训练	181
10. 找一找	169	7. 俯卧抬头	182
★ 婴儿第四个月	170	8. 外面真奇妙	182
一、生长发育	170	9. 看口形	182
1. 身体发育	170	10. 藏猫猫, 找声源	182
2. 动作发育	170	11. 荡起来	183
3. 语言发育	171	12. 说儿歌	183
4. 感觉发育	171	★ 婴儿第五个月	184
5. 睡眠	172	一、生长发育	184
6. 心理发育	172	1. 身体发育	184
7. 婴儿环境	172	2. 动作发育	184
二、饮食营养	173	3. 牙齿	184
1. 如何添加蛋黄	173	4. 语言发育	185
2. 乳母多吃健脑食品	174	5. 感觉发育	185
3. 添加辅食的原则	174	6. 睡眠	185
4. 辅食的制作方法	175	7. 心理发育	185
三、照料护理	176	二、饮食营养	186
1. 婴儿流口水是怎么回事	176	1. 4~6个月婴儿的喂养	186
2. 孩子的排便习惯	177	特点	186
3. 预防孩子睡偏了头	177	2. 添加辅食应注意的问题	187
4. 为婴幼儿选择合适的枕头	178	3. 人工喂养的问题	189
5. 孩子睡觉什么姿势好	178	4. 怎样用奶粉配制奶	190
6. 婴儿的房间	179	5. 如果婴儿早期肥胖	190
四、智能训练	179	6. 不给婴儿吃什么	191
1. 选择玩具注意什么	180	三、照料护理	192
2. 抓一个	180	1. 要注意预防臀红	192
3. “斗斗飞”	181	2. 不要强行制止孩子哭	192
4. 听听自己说什么	181	3. 不能用茶水喂药	193
5. 拍拍打打	181	4. 不要用电风扇直吹小儿	193
		5. 擤鼻涕	193

四、智能训练.....194

1. 学翻身.....195
2. 发声.....195
3. 看图.....196
4. 坐着玩.....196
5. 怎么响.....197
6. 指鼻子.....197
7. 手指游戏.....198

★ 婴儿第六个月.....198

一、生长发育.....198

1. 身体发育.....198
2. 动作发育.....199
3. 感觉发育.....200
4. 睡眠.....200
5. 心理发育.....200
6. 语言发育.....201
7. 小儿身体各部分的发育特点.....201

二、饮食营养.....205

1. 给孩子添加辅食应注意什么.....206
2. 小儿每日需要多少热量.....206
3. 小儿饮水要科学.....207

三、照料护理.....208

1. 不必担心婴儿口水多.....208
2. 培养良好的生活习惯.....208
3. 磨牙床.....208
4. 长牙.....209
5. 坐婴儿车.....209
6. 认生.....210

四、智能训练.....210

1. 翻身.....211
2. 往前爬.....211
3. 要学说话.....213
4. 骑大马.....213
5. 搭积木.....214
6. 五个小朋友.....214
7. 放球.....214
8. 拨算珠.....214
9. 扔进去.....214
10. 找玩具.....215
11. 爸爸在哪儿，妈妈在哪儿.....215

★ 婴儿第七个月.....216

一、生长发育.....216

1. 身体发育.....216
2. 动作发育.....216
3. 语言发育.....216
4. 感觉发育.....217
5. 睡眠.....217
6. 心理发育.....217

二、饮食营养.....218

1. 婴儿小食品制作.....219
2. 给婴儿做食物应注意什么.....220
3. 缺铁性贫血小儿的喂养.....220

三、照料护理.....222

1. 妈妈照看孩子要仔细.....222
2. 乳牙萌出前.....223

四、智能训练.....224

1. 体能训练	224	5. 防止意外事故	240
2. 传递积木	224	四、智能训练	241
3. 动作训练	224	1. 动作训练	241
4. 语言训练	225	2. 挑选自己喜欢的	242
5. 婴儿操 (7~12个月时 使用)	226	3. 来, 往这边走	242
6. 玩水学儿歌	231	4. 钻山洞	243
7. 手指活动练习	231	5. 锻炼四肢	243
8. 抠洞	231	6. 手指练习	244
9. 拍拍手	232	7. 练习取物	244
★ 胎儿第八个月	232	8. 训练记忆力	244
一、生长发育	232	9. 感受声音	244
1. 身体发育	232	10. 认识物品	245
2. 动作发育	233	11. 往前爬	245
3. 语言发育	233	12. 撕纸	245
4. 感觉发育	233	★ 婴儿第九个月	246
5. 心理发育	234	一、生长发育	246
6. 睡眠	234	1. 身体发育	246
7. 小儿体重增长规律	235	2. 动作发育	246
8. 小儿身高的增长规律	235	3. 语言发育	246
二、饮食营养	236	4. 心理发育	247
1. 婴儿小食品制作	237	5. 睡眠	248
2. 学做几样菜泥	237	二、饮食营养	248
三、照料护理	239	1. 婴儿小食品制作	249
1. 用洗发液类物品时应 注意什么	239	2. 上桌吃饭	249
2. 要细心观察孩子的眼睛	239	3. 一日食谱	250
3. 孩子大便干燥的护理 方法	240	4. 9~11个月婴儿一日营 养量	251
4. 怎样使孩子睡得好	240	三、照料护理	251
		1. 室内要注意安全	251
		2. 坐盆的注意事项	252

3. 婴儿勃起是自然的	253	1. 认识五官	264
四、智能训练	253	2. 戴帽子	265
1. 走来走去真快乐	253	3. 读书	265
2. 照镜子	254	4. 套环	265
3. 钻山洞	254	5. 记忆力训练	265
4. 开抽屉取物	254	6. 踢球	266
5. 爬楼梯	255	7. 插钥匙	266
6. 取娃娃	255	8. 表演	266
7. 推不倒翁	255	9. 鼻子耳朵鼻子	266
8. 小小“指挥家”	255	10. 玩积木	267
9. 玩过家家	256		
10. 滚筒	257	★ 胎儿第十一个月	267
11. 引导婴儿学走路	257	一、生长发育	267
		1. 身体发育	267
★ 婴儿第十个月	258	2. 动作发育	268
一、生长发育	258	3. 语言发育	268
1. 身体发育	258	4. 睡眠	268
2. 动作发育	259	5. 心理发育	268
3. 语言发育	259	二、饮食营养	269
4. 心理发育	259	1. 婴儿小食品制作	269
5. 睡眠	261	2. 婴儿忌食什么	270
二、饮食营养	261	3. 学做几种果汁	270
1. 9个多月婴儿的喂养特点	261	三、照料护理	272
2. 婴儿小食品制作	261	1. 婴儿能不能看电视	272
3. 两餐之间应该吃点心	262	2. 预防意外事故的发生	272
三、照料护理	262	3. 不要让孩子嘔空奶头	273
1. 孩子的睡眠	262	4. 婴儿不宜过早学走	273
2. 培养良好的生活习惯	263	5. 吞咽异物的处理	274
3. 注意护理女婴的生殖		6. 咽部异物的处理	274
器官	263	四、智能训练	275
四、智能训练	264	1. 帮助孩子学用工具	275

002. 撕纸训练手巧	275	二、饮食营养	282
3. 捉迷藏	276	001. 婴儿小食品制作	282
4. 数数给孩子听	277	002. 分餐是科学的饮食方式	283
5. 转来转去	277	003. 婴儿要多吃点蛋	284
6. 玩水	277	三、照料护理	285
7. 听指令拿东西	277	101. 如何给孩子喂药	285
8. 自然课堂	278	102. 不要常抱孩子在路旁玩	285
9. 主动发音	278	四、智能训练	286
★ 婴儿第十二个月	279	101. 涂涂画画	286
一、生长发育	279	2. 追易拉罐	286
1. 身体发育	279	3. 玩滑梯	287
2. 动作发育	280	4. 拉大锯	287
3. 语言发育	281	5. 画圈圈	287
4. 睡眠	281	6. 涂抹	288
5. 心理发育	281	7. 盖盖子	288
		8. 学儿歌	288
第3篇 幼儿期	290		
★ 宝宝1岁1个月	290		
一、生长发育	290		
1. 幼儿的身高体重发育状况	290	2. 幼儿膳食制作	293
2. 宝宝的牙齿和骨骼发育情况	290	3. 宝宝断奶后的食谱特点	293
3. 宝宝的心肺活动功能	291	4. 怎样摄入蛋白质	294
4. 其他发育特点	291	5. 碳水化合物对人体有哪些作用	295
饮食营养	292	6. 各种维生素的作用	295
1. 岁幼儿的喂养特点	292	7. 缺钙的因素有哪些	296
		三、照料护理	296
		001. 孩子特别缠人怎么办	296
		002. 日光浴	297
		003. 水浴	298

四、智能训练	298	7. 放小珠	309
1. 模仿训练	298	★ 宝宝 1 岁 3 个月	310
2. 滑梯运动	299	一、生长发育	310
3. 学走路	299	1. 宝宝更喜欢户外活动	310
4. 户外游戏	300	2. 宝宝认知能力的发展	311
5. 听口令	301	3. 宝宝的睡眠情况	311
6. 当医生	301	二、饮食营养	311
7. 包糖	301	1. 哪些食品含钙多	311
8. 找东西	301	2. 营养与智力发育	312
★ 宝宝 1 岁 2 个月	302	3. 孩子要多吃水果	312
一、生长发育	302	三、照料护理	313
1. 13~14 个月幼儿的动作发育情况	302	1. 眼外伤的处理	313
2. 宝宝的语言心理发育	303	2. 电焊晃眼后怎么办	313
二、饮食营养	304	3. 游泳后眼睛充血怎么办	314
1. 健脑食品	304	四、智能训练	314
2. 不适于婴幼儿食用的食物	305	1. 体能练习	314
3. 常吃山楂有好处	305	2. 培养良好记忆的方法	315
三、照料护理	306	3. 认识自己	316
1. 开裆裤与连裆裤	306	4. 学说话	316
2. 扎刺的处理方法	306	5. 玩积木	317
3. 割破手指的处理方法	307	6. 听口令	317
四、智能训练	307	7. 学动物叫	317
1. 发音训练	307	8. 开口说	317
2. 动作协调性练习	308	9. 认红色	318
3. 拉小车学走路	308	★ 宝宝 1 岁 4 个月	318
4. 推车走	309	一、生长发育	318
5. 到公园	309	1. 宝宝的动作发育	318
6. 给洋娃娃喂饭	309	2. 宝宝的语言能力发育	319
		3. 宝宝的心理发育	319

二、饮食营养	320	1. 家长怎样和孩子一起做游戏	332
1. 给孩子吃水果要适度	320	2. 学脱鞋袜, 脱衣裤	332
2. 怎样算吃的又饱又好	321	3. 捡树叶	333
3. 防止误食中毒	321	4. 角色游戏	333
三、照料护理	322	5. 平衡能力练习	333
1. 怎样护理哮喘发作的孩子	322	6. 看书翻页	334
四、智能训练	323	7. 培养爱劳动的好习惯	334
1. 善待左撇子	323	8. 分享食物和玩具	335
2. 朗诵儿歌	324	★宝宝1岁6个月	335
3. 比较大小	325	一、生长发育	335
4. 精细动作练习	326	1. 宝宝的睡眠情况	335
5. 听指令做事	326	2. 孩子的语言发育	336
6. 学动物叫	326	3. 宝宝的心智发育	336
7. 学画画	326	二、饮食营养	337
8. 模仿生活中的各种声音	327	1. 如果孩子不爱喝牛奶	337
★宝宝1岁5个月	327	2. 孩子不要多吃冷饮	337
一、生长发育	327	3. 汤泡饭不好消化	337
1. 宝宝的语言发展能力	327	4. 孩子一日三餐的配餐原则	338
2. 宝宝渐渐“不听话”了	328	三、照料护理	338
二、饮食营养	328	1. 孩子学会骂人怎么办	338
1. 水果能代替蔬菜吗	328	2. 孩子啃指甲怎么办	339
2. 怎样补充微量元素	329	四、智能训练	340
3. 孩子缺锌怎么办	330	1. 语言训练	340
三、照料护理	331	2. 动作协调能力练习	340
1. 怎样给孩子点眼药及滴鼻药	331	3. 搭积木	341
2. 鼻出血的处理	331	4. 玩拼图	341
四、智能训练	332	5. 情感培养	341
		6. 玩沙	342

7. 精细动作练习 342

★宝宝1岁7个月 342

一、生长发育 342

1. 1岁7个月宝宝的睡眠 343

2. 这个时期的宝宝极易 343

生病 343

3. 营养物质需要增多 344

二、饮食营养 344

1. 营养好智商就会高吗 344

2. 多吃粗粮有好处 344

3. 小儿异食癖的原因 345

三、照料护理 345

1. 怎样给孩子选择衣帽 345

2. 小烫伤的处理方法 346

四、智能训练 347

1. 运动游戏 347

2. 涂涂画画 348

3. 创造性做游戏 349

4. 倒数数训练 349

5. 数数的前后关系训练 350

6. 记忆力练习 350

★宝宝1岁8个月 351

一、生长发育 351

1. 宝宝的手脚发育情况 352

2. 宝宝的语言发育和其他 352

发育状况 352

二、饮食营养 353

1. 如果孩子不爱吃菜 353

2. 孩子边吃边玩怎么办 353

三、照料护理 354

1. 要注意观察孩子的大便 354

2. 化学烧伤的处理 355

3. 孩子碰头后昏睡正常吗 355

四、智能训练 356

1. 玩起来有输有赢 356

2. 认识颜色 357

3. 认识身体 357

4. 表演操 358

5. 球钻山洞 358

★宝宝1岁9个月 359

一、生长发育 359

1. 宝宝的睡眠情况 359

2. 宝宝的心理发育状况 359

3. 其他发育情况 360

二、饮食营养 360

1. 挑食、偏食是坏习惯 360

2. 孩子要少吃零食 361

3. 孩子可常吃猪血 361

三、照料护理 362

1. 眼入异物的处理 362

2. 孩子语言滞涩, 说话 362

困难怎么办 362

四、智能训练 363

1. 旁观游戏 363

2. 教孩子计算要准备 364

“教具” 364

3. 认识“1”和“许多” 365

4. 拼脸谱 366

5. 比谁的多 366

6. 精细动作练习	367	2. 维生素 D 中毒	378
★ 宝宝 1 岁 10 个月	368	3. 维生素缺乏的食疗	379
一、生长发育	368	三、照料护理	382
1. 21~22 个月幼儿的手脚发育情况	368	1. 游乐场所的安全	382
2. 宝宝的睡眠状况	368	2. 选择安全的玩具	383
3. 宝宝的语言发育情况	369	3. 中暑的处理	383
二、饮食营养	369	四、智能训练	384
1. 孩子患胃肠炎能吃什么	369	1. 思维能力训练	384
2. 不要让孩子一边走一边吃	370	2. 学计数	384
三、照料护理	371	3. 学数数	385
1. 怎样改善晕车的体质呢	371	4. 一起看书	386
2. 耳内异物的处理	372	5. 联系准确性	386
3. 鼻孔内异物的处理	372	6. 数学游戏	386
四、智能训练	373	7. 学折纸	387
1. 语言训练	373	★ 宝宝 2 岁	387
2. 空间知觉练习	373	一、生长发育	387
3. 认知能力练习	374	1. 宝宝的牙齿发育情况	388
4. 培养数学概念	375	2. 宝宝的饮食情况	388
5. 协调能力练习	375	3. 宝宝的其他情况	389
6. 比较“多”、“少”和“一样”	376	二、饮食营养	389
★ 宝宝 1 岁 11 个月	376	1. 饮食注意事项	389
一、生长发育	376	2. 孩子可多吃豆制品	390
1. 宝宝的手脚发育特点	376	三、照料护理	391
2. 心理和语言的发展	377	1. 多给孩子一些父爱	391
二、饮食营养	378	2. 防止失火和烧、烫伤	391
1. 维生素 A 中毒	378	3. 失火时的紧急措施	392
		4. 防止孩子从高处摔落	392
		四、智能训练	392
		1. 语言能力训练	392
		2. 学泥工	394

3. 区分早上和晚上	396	8. 学交朋友	408
4. 学习辨声音	397	9. 建筑游戏	409
5. 性别区分练习	397	10. 学分类	409
6. 方位练习	397	11. 数学游戏	410
		12. 剪五角星	410
		13. 花草的游戏	411
★ 宝宝2岁~2岁3个月			
3个月	398		
一、生长发育	398	★ 宝宝2岁4个月~6岁	
1. 身体发育	398	个月	411
2. 体格发育	398	一、生长发育	411
3. 感觉运动的发育	398	1. 身体发育	411
4. 语言、适应行为发育	399	2. 体格发育	411
5. 心理发育	399	3. 感觉运动发育	412
6. 睡眠	400	4. 语言、适应行为发育	412
二、饮食营养	400	5. 心理发育	413
1. 狼吞虎咽有何不好	400	6. 睡眠	413
2. 孩子患厌食症怎么办	401	二、饮食营养	413
3. 学做几样水果羹	402	1. 学做几种小点心	413
三、照料护理	404	2. 常给孩子吃些紫菜	416
1. 外伤的一般处理	404	3. 学做几样西点	416
2. 头皮出血的处理	404	三、照料护理	418
3. 天热时孩子要长痱子怎么办	405	1. 三种危险的服药方法	418
四、智能训练	406	2. 要保护孩子的听力	418
1. 训练立定跳远	406	3. 学习刷牙	419
2. 训练上高处够取物品	406	四、智能训练	420
3. 精细动作练习	407	1. 足尖走路	420
4. 顺序和空间认知练习	407	2. 走平衡木	420
5. 学画圆圈	407	3. 手部动作能力练习	421
6. 学习配对	408	4. 看图说话	421
7. 分辨颜色	408	5. 自我控制能力练习	422
		6. 日常生活能力练习	422