

0~3岁婴幼儿早期关心和发展研究丛书

3岁

0~2岁婴幼儿 早期教养指导手册



丛书主编 张民生

 上海科技教育出版社

0~3岁婴幼儿早期关心和发展研究丛书

0~2岁婴幼儿 早期教养指导手册



丛书主编 张民生



上海科技教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~2岁婴幼儿早期教养指导手册:/莫群星主编. —
上海:上海科技教育出版社,2006. 10

(0~3岁婴幼儿早期关心和发展研究丛书)

ISBN 7-5428-4094-0

I. 0... II. 莫... III. 婴幼儿—早期教育—手册
IV. G61-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 093554 号

0~2 岁婴幼儿早期教养指导手册

丛书主编：张民生

责任编辑：蔡洁

版式设计：丁国朝

封面设计：杨静

出版发行：上海世纪出版股份有限公司

上海科技教育出版社

(上海市冠生园路393号 邮政编码200235)

网 址：www.ewen.cc

www.sste.com

经 销：各地新华书店

印 刷：常熟华顺印刷有限公司

开 本：850×1168 1/32

字 数：150000

印 张：6

版 次：2006年10月第1版

印 次：2006年10月第1次印刷

印 数：5000

书 号：ISBN 7-5428-4094-0/G·2372

定 价：13.50元

丛书编委会

顾 问(按姓氏笔画排列)

史慧中 冯晓霞 吕型伟 朱家雄 刘湘云 孙元清
杨雄里 李洪曾 吴圣楣 林佳楣 夏秀蓉 潘 洁

主 任

张民生

副主任

何幼华 华爱华 胡 育 李葆明 周 卫

编 委(按姓氏笔画排列)

丁 昀 叶令仪 叶雁红 田 熊 华东平 刘湘云
李 丹 李 凌 李 燕 邹龙飞 张喆人 茅红美
欣伟民 金星明 周秀芬 姚全根 夏以群 黄娟娟
黄 琼 梅仲荪 章一中

本 册 主 编

莫群星

本 册 副 主 编

沈建英

钱 惠

总 序

“0~3 岁婴幼儿早期关心和研究”

总课题组组长 张民生

20 世纪 90 年代脑科学的研究成果表明:0~3 岁婴幼儿阶段是大脑发展的关键期。在这个阶段,人的大脑迅速发展,形成今后智力、情感、运动、社会交往等各方面能力发展的基础。愈来愈多的国家认识到,促进人类的发展与进步,必须从 0 岁开始关注婴幼儿的成长和教育;3 岁抓起,为时已晚。早期教育的发展、科学育儿水平的提高已成为一个国家或城市文明程度的重要标志之一。正如联合国秘书长安南所指出的:“每个儿童都应该有一个尽可能好的人生开端;每个儿童都应该接受良好的基础教育;每个儿童都应该有机会充分发掘自身潜能,成长为一名有益于社会的人。”

上海市教委在夏秀蓉同志主持下,从 1999 年 6 月开始着手该问题的前期预研工作,2002 年 2 月由上海市教委副主任张民生同志主持的“0~3 岁婴幼儿早期关心和研究”正式立项为全国哲学社会科学“十五”规划重点课题,并正式开题。

婴幼儿早期关心和发展 (Early Childhood Care and Development)是针对目前存在的早期教育过度、失当或缺失问题提出的,它是国际上一个新的研究领域,目的是尊重生命自然成长的规律,科学合理地激发婴幼儿的潜能,优化婴幼儿健康成长的环境。所谓“关心”,是指关注婴幼儿的健康和发育,关注他们的认知能力发展,关注他们逐渐形成的情感和社会活动能力,关注他们的个别需求和差异;它突破了传统意义上的“教育”范畴的局限性。所谓“发

展”，是指促进婴幼儿在动作、感知觉、思维、情绪情感、个性、社会交往能力等方面的自然发展、和谐发展和全面发展，它包括这些能力自然成熟的展露和学习经验对个体发展的推进两个方面。在密切关心婴幼儿早期发展的过程中，要进行早期干预。所谓“早期干预”，是指早期发现和诊断婴幼儿的身心发展中的问题，并有针对性地进行预防、干预，以减少障碍，促进个体身心健康发展。

课题组从基本理论、文献比较、机构教养、社区家教指导、成长个案、政策法规等方面展开研究。在上海市长宁、杨浦、虹口、徐汇、卢湾、嘉定、青浦七个区和江苏省无锡市建立了八个实验区，由政府主管领导牵头，成立了教育、卫生、妇联等各部门协作的分课题组，以早教机构为中心，以社区街道为依托，辐射到每一个 0~3 岁婴幼儿所在家庭，全力营造一个全社会共同关心、支持、服务于 0~3 岁婴幼儿健康成长的早教环境，从 0 岁开始建设一个学习型的社区和城市。与此同时，上海市教育科学研究院与复旦大学、华东师范大学、上海师范大学、上海市教委教研室、上海市妇联、上海市儿保所、上海市儿童医学中心等单位还开展了医教结合、跨学科、多学科的协作攻关研究。

这套丛书就是课题组多年来深入研究的成果。它从多侧面、多角度反映了我们研究的成果和心得。希望这套丛书能对渴望自己的孩子有一个最佳人生开端的父母、养育者有所启迪和指导，也希望它能对促进和加强 0~3 岁婴幼儿早期教养这项极具战略意义的、关乎中华民族未来与发展的奠基工程有所贡献和帮助。这就是我们课题组全体同志最大的心愿。

序 言

上海市奉贤区教育局 褚继平

1994年,作为奉贤区学前教育改革试验基地的奉贤区实验幼儿园开园了。自开办之日起,实幼人的工作中,就注入了“实践、改革、验证、发展”的动力。凭借着对幼教事业的忠诚和对早期教育的探索之勇气,第二年,幼儿园将毗邻的托儿所纳入幼儿园的整体管理体制中,开始了“托幼衔接”的实验,也因此成为奉贤区“托幼一体化”工作的开拓者。

或许当初只想在托幼教学内容的衔接上作些尝试,不曾想,正是这样一个智慧的灵感,让实幼人得到了那么多惊喜。从考虑为婴幼儿适应园所环境、减少入园时的哭闹而实施的适应性教养,到着眼于婴幼儿自身身心发展需要而创设一个适宜其生活、学习的“家庭式环境”;从只注重对婴幼儿进行“保姆式”的喂养,到研究婴幼儿教养规律,科学发掘婴幼儿潜能;从偏重于开发婴幼儿的智力,到关注婴幼儿的情绪、情感和社会性的培养……实幼人在0~2岁婴幼儿早期教养工作中,一步一步,从实践中得到感悟,从而又获得理性的升华。如果说昔日的实验幼儿园还是个带着好奇和冲劲闯入学前教育改革这一领域的懵懂的孩子,那么今天,它已经长成一个充满自信、富有理智的青年,为奉贤区“托幼一体化”工作奠定了基础。

在市、区各级领导及专家的引领下,实验幼儿园有幸参与国家重点课题——“0~3岁婴幼儿早期关心和发展的研究”。园所的早期教养工作如鱼得水,实幼人的视野变得更加宽广,步子迈得更加

坚定,思维更加敏锐,研究的“触角”变得敏捷通达。从关注婴幼儿这一单一的教养对象,到关注家园互动,指导家长进行科学教养;从对家长进行直观的活动式示范,到系统性教养知识的培训;从完全使用各类外来的教材,到自我实践、自我反思、自我提炼、因地制宜地研究并开发园本培训教材;从封闭型的园内研究扩展到家庭实践,并延伸进社区,从而形成了园所、家庭、社区联动的良好氛围。一次次从量到质的变化,让实验幼儿园的婴幼儿早期教养工作内涵日益丰富,空间日益宽广,成果日益显著。

愿实幼人在艰苦而富有意义的探索中,永远怀揣一颗“实践、改革、验证、发展”的探究之心,更有效地吸纳各类资源,不断迸发出智慧的光芒,在托幼一体化教育工作这条希望的道路上,越走越稳,越走越宽,成功地探索出婴幼儿早期教养的科学之路。

目

CONTENTS

录

▼▼ 第一部分 婴幼儿的发展要点及指导	1
一、新生儿的发展要点及指导	1
二、2个月婴儿的发展要点及指导	3
三、3个月婴儿的发展要点及指导	7
四、4个月婴儿的发展要点及指导	11
五、5个月婴儿的发展要点及指导	16
六、6个月婴儿的发展要点及指导	22
七、7~8个月婴儿的发展要点及指导	28
八、9~10个月婴儿的发展要点及指导	37
九、11~12个月婴儿的发展要点及指导	45
十、13~15个月幼儿的发展要点及指导	53
十一、16~18个月幼儿的发展要点及指导	66
十二、19~21个月幼儿的发展要点及指导	77
十三、22~24个月幼儿的发展要点及指导	86
▼▼ 第二部分 适宜婴幼儿的儿歌与故事	99
一、儿歌	99
二、故事	113

▼▼ 第三部分 早期教养机构的指导服务	122
一、指导服务的特点	123
二、指导服务的原则	124
三、指导服务的形式	125
 ▼▼ 第四部分 早期教养机构对早期教养指导服务人员的 园本培训方案	 161
一、培训背景	161
二、培训目标	162
三、培训内容	162
四、培训模块	163
五、培训评价	173
六、培训参考资料	174
 ▼▼ 后记	 176

第一部分 婴幼儿的发展要点及指导

一、新生儿的发展要点及指导

1. 发展要点

新生儿睡眠时间约占一天时间的 90%，有少许主动运动；能看东西，喜欢看轮廓鲜明和深浅颜色对比强烈的图形，喜欢看人的脸，会听声音；哭是和人交往的主要方式。

2. 指导

(1) 运动的指导

当有人与婴儿说话时，婴儿会转头、举起手、伸直腿。还有一些动作属于婴儿特有的原始反射，如吸吮反射、握持反射、拥抱反射等，在与家长的交往中，这些动作会继续发展，所以家长要多用表情、动作和婴儿交流，促使其健康发展。

指导游戏

- 名称：抚摩
- 目标：抚摩婴儿，促进其身体和大脑的发育；增进亲子情感。
- 准备：婴儿两顿奶之间处于清醒状态时，或在洗澡后。
- 过程：让婴儿仰卧，双臂放在体侧，然后按顺序轻轻抚摩婴儿的头、脸、手臂、手、胸部、腹部、腿、脚、背部等部位，抚摩的动作要缓慢、轻柔。一边抚摩一边可以念儿歌，如：“宝宝宝宝真可爱，

妈妈妈妈真爱你!”念儿歌的声音要缓慢。也可根据抚摩的部位自编儿歌。

● 建议:对婴儿进行全身抚摩,可以发展婴儿的全身触觉,使婴儿感受到亲切的关爱。

(2) 认知的指导

● 视听刺激

婴儿喜欢看人的脸,他们看东西的最佳距离是15~30厘米,所以家长要在婴儿清醒时近距离观察婴儿,让婴儿看到家长的脸。婴儿一出生就有了声音定向力,能寻找声源,喜欢听人提高音调的说话声音,所以家长要提高音调在不同方向和婴儿说话。

指导游戏

● 名称:找妈妈

● 目标:练习转头听妈妈的声音,看妈妈的脸。

● 准备:安静的环境,两顿奶之间清醒状态下。

● 过程:婴儿仰卧,妈妈在婴儿的左侧,用较高的音调在婴儿耳边10~15厘米处轻轻地说:“宝宝,转过来,转过来,看看妈妈在哪里,妈妈在这里。”逗引婴儿寻找声源,把头转向左侧看妈妈的脸,妈妈可用手轻轻触摸婴儿的左脸、左耳,逗引婴儿转头。然后,妈妈在婴儿的右侧,同样尝试做一遍。

● 建议:由于每个婴儿发展差距较大,有些婴儿在一个月内还不会转头,妈妈不必担心。

(3) 生活与交往的指导

● 母婴联系

婴儿只会用哭表达自己的要求,妈妈要细心检查,才能理解婴儿哭的原因。婴儿会通过注视、皱眉、微笑等表情和你交流,妈妈要细心体会,在婴儿清醒时要充满爱心地和婴儿交流,多搂抱、抚摩,多和婴儿的皮肤直接接触。母乳喂养有利于母婴关系的建立。

指导游戏

- 名称:母婴交流
- 目标:促进母婴之间的情感交流。
- 准备:婴儿清醒状态。
- 过程:妈妈和婴儿面对面,互相注视,互相模仿、爱抚、亲吻、拥抱,与婴儿谈话,进行交流。互相注视是交往的开始,妈妈一定要注视婴儿的眼睛,也要让婴儿注视你的眼睛。
- 建议:还可以在哺乳和换尿布时与婴儿交流。

二、2个月婴儿的发展要点及指导

1. 发展要点

- 运动:俯卧时可以稍抬头,离开床面至45度;头竖立的时间逐渐延长;四肢会舞动。
- 认知:平卧在床上时,眼睛会随物体移动,会转动头寻找声源,喜欢看人的脸。
- 语言:开始发出唧呀声。
- 生活与交往:能通过嗅觉、听觉、视觉逐步认识母亲。

2. 指导

(1) 运动的指导

● 俯卧抬头

2个月的婴儿在俯卧状态下,一般能把头抬到45度,个别婴儿角度更大些。让婴儿练习俯卧抬头,一般在喂奶前1小时、空腹情况下及婴儿心情愉快的清醒状态下进行。俯卧的床面要平坦、舒适,每次时间约30秒,并可逐渐延长,每次可练习数次。这种俯卧抬头的练习不仅锻炼了婴儿颈部、背部的肌肉力量,而且有助于增加婴儿的肺活量。

指导游戏

- 名称:抬抬头
- 目标:练习抬头,增强颈部肌肉力量。
- 准备:带有响铃的彩球。

● 过程:先让婴儿看看、摸摸彩球,再让婴儿俯卧在床上,把彩球放在婴儿头前上方20厘米处,逗引婴儿抬起头看彩球。逗引时家长可有节奏地说:“宝宝抬抬头,看看彩球在哪里。”当婴儿抬起头,家长应当给予鼓励,可以抱一抱,亲一亲。

● 头竖直

一般2个月的婴儿头可竖10余秒至1~2分钟。家长在抱婴儿时,每天可数次将婴儿竖抱。抱时家长的一只手要托在婴儿颈后,注意保护好婴儿。还可将婴儿背部贴住家长胸部抱,这样呈现在婴儿面前的是一片广阔的空间,婴儿会被许多新奇的东西所吸引,促使其更主动地练习抬头。

指导游戏

- 名称:看爸爸
- 目标:练习头竖直,提高感知能力。
- 准备:安静、温馨的环境,在婴儿两顿奶之间清醒的情况下。

● 过程:妈妈竖抱婴儿,婴儿的背部贴住妈妈的胸,妈妈一手扶住婴儿的胸部,一手托住婴儿的臀部,让婴儿头竖直,脸朝前。爸爸站在婴儿对面,和婴儿脸对脸,轻轻呼唤婴儿:“宝宝宝宝,看看爸爸。”让婴儿的眼睛注视爸爸的眼睛。

● 建议:①这种竖着抱的姿势有利于婴儿头竖直,如果累了,婴儿还可以把头靠在妈妈的胸前休息一会儿。②游戏的时间要短,以免累着婴儿。

(2) 认知的指导

● 视觉刺激

新生儿期婴儿就有了视觉活动,随着月龄的增加,视觉活动越

来越活跃,此时需要丰富的视觉刺激。日常生活护理中,妈妈要多抱抱婴儿,让婴儿更多地看到妈妈的脸及身形。在婴儿睡觉的小床上方 20~30 厘米处可悬挂一些婴儿感兴趣的玩具,如颜色鲜艳的环、球、铃,或放一些会发声的玩具,每次放一样,经常变换位置。在婴儿面前触动或摇摆这些玩具以引起婴儿的兴趣,使其集中注意力在这些玩具上。在婴儿能较集中地注视后,可将玩具边摇边水平移动,使婴儿的视线随玩具移动。

指导游戏

- 名称:追气球
- 目标:视线追随移动的气球,提高视觉灵敏度。
- 准备:气球一只。
- 过程:在婴儿床上方 20 厘米处视线能注意到的地方挂一只气球,婴儿仰卧在床上,家长逗引婴儿看气球。等婴儿注视到气球后家长慢慢平移气球,让婴儿的视线追随气球移动。
- 建议:气球要平移,移动时应尽量放慢速度,让婴儿视线能够追随。

● 听觉刺激

当婴儿清醒时,尤其在吃奶时,家长可以让他听音乐。可选择一些节奏缓慢、优美的音乐,把音量调得小些,每天让婴儿重复听两三次。此外,家长可以对婴儿说说话。当婴儿处于清醒状态,情绪较稳定时,家长可在婴儿的不同方向说话,逗引婴儿转头寻找。

指导游戏

- 名称:铃儿响丁当
- 目标:用玩具逗引,锻炼婴儿的视听觉。
- 准备:摇铃。
- 过程:在婴儿的左右两侧轻轻摇铃,节奏时快时慢,声音轻柔。边摇边说:“丁零,丁零,铃儿响丁当!”观察婴儿对铃声有无反应,也可以让婴儿根据铃声用眼睛寻找声源。