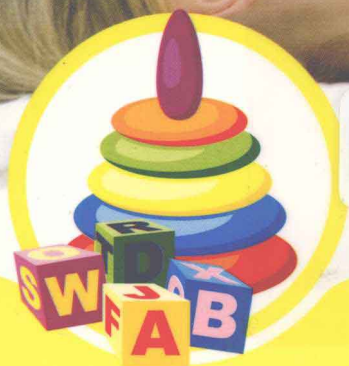




0~3岁孩子 最佳的培养期

每个孩子都个性十足，好妈妈要独具慧眼，
认识自己的宝宝，
找到最适合自己宝宝的教育方式。

徐玉怀 / 主编



③岁看到老

了解宝宝的生长规律，
尊重宝宝的身心发展趋势，
遵循宝宝的个性特点，
给宝宝一个最佳的人生开端。

黑龙江科学技术出版社

0~3岁孩子 最佳的培养期

徐玉怀 / 主编

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁,孩子最佳的培养期:三岁看到老/徐玉怀
主编. —哈尔滨:黑龙江科学技术出版社,2011.3
ISBN 978-7-5388-6581-3

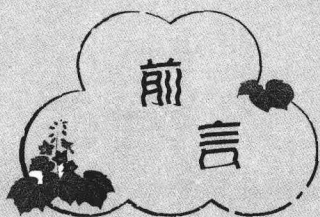
I. ①0… II. ①徐… III. ①婴幼儿—哺育
IV. ①R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 038009 号

0~3岁,孩子最佳的培养期:三岁看到老

0~3SUI HAIZI ZUIJIA DE PEIYANGQI SANSUI KAN DAO LAO

作 者 徐玉怀
责任编辑 回 博
封面设计 白冰设计
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 传真 53642143(发行部)
印 刷 三河市杨庄镇明华装订厂
发 行 全国新华书店
开 本 710×1000 1/16
印 张 17.5
字 数 190 千字
版 次 2011 年 6 月第 1 版·2011 年 6 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5388-6581-3/R·1742
定 价 29.80 元



在经历了漫长的怀孕期后，小宝宝终于在众人的期盼下诞生了。尽管仍有着初为人母的惊喜，但很快的，你就被一连串的问题弄得不知所措了：一定要采用母乳喂养吗？如何给宝宝换尿布？为什么一到夜里宝宝就哭个不停……所以，好好把握吧，0~3岁，将是宝宝一生中最为紧要的人生开端。

这段期间，宝宝比任何时期都发育得快。从他呼吸第一口空气那一刻起，宝宝便向你寻求关爱、帮助和保护，你就是他最安全的港湾。他会通过观察你的笑容学会微笑，也会通过你耐心的指导，认识这个大千世界。随着宝宝一天天长大，你会惊讶于他小小身体上的奇妙变化以及他逐渐显露的个性。

很多父母都会说：“我大概知道从哪些方面培养聪明宝宝，结果，我的孩子被我教的一点进步也没有，甚至还更加排斥我。”归根究底，是因为这些父母对孩子的天性不够了解，家庭氛围影响不够，方法不够科学，思路不够明确，导致宝宝的培养没有达到预期的效果。

宝宝长大了，其个性也会有所变化，好妈妈要独具慧眼，认识自己的宝宝，找到最适合自己宝宝的教育方式。

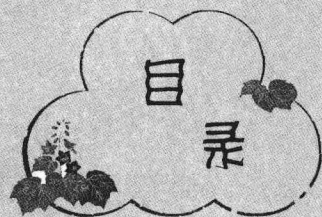
那么，具体应该怎么做？本书来告诉你答案。本书站在孩子的立场上考虑育儿问题，指导当今核心家庭的父母科学育儿，尊重宝宝的生理发育特点，培养宝宝的创造性，培育健壮的宝宝，使他们身心健康、茁



壮成长。

全书以宝宝的年龄为单元划分，各部分相互独立，内容包括某一年龄段宝宝的生长与发育、喂养方法、护理重点、能力开发、异常情况等，帮助父母解答育儿时遇到的各种问题。另外，关于0~3岁宝宝的智力特征以及这一阶段宝宝的疾病防治，本书也各做了专章讲解，相信一定会让年轻的父母们受益匪浅。

总之，正在为宝宝的健康而操劳、为宝宝生病而苦恼的父母们，《0~3岁，孩子最佳的培养期：三岁看到老》值得你用心阅读。



第一章

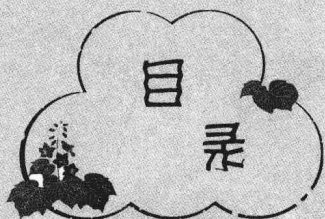
3个月前：哺育宝宝的关键期

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 3个月前宝宝的认知能力 / 002 | 乳头疼痛和宝宝咬痛怎么办 / 031 |
| 3个月前宝宝的身高和体重 / 007 | 怎样知道宝宝吃奶够不够 / 033 |
| 怎样抱着你的“小宝贝” / 009 | 怎样才能增加奶水量 / 034 |
| 给宝宝穿脱衣服时应注意什么 / 013 | 奶水太多，乳房充盈怎么办 / 036 |
| 换尿布不是小事情 / 015 | 用正确的姿势给宝宝喂奶 / 038 |
| 注意宝宝的排泄及健康状况 / 017 | 关于配方奶喂养的问题 / 042 |
| 保护宝宝娇嫩的皮肤 / 019 | 掌握让宝宝睡眠的成功妙招 / 045 |
| 新生儿大便的异常情况 / 022 | 训练宝宝的听力和视力 / 053 |
| 宝宝日常护理的必需品 / 024 | 开发宝宝的嗅觉和味觉 / 055 |
| 哺乳前应该做哪些准备 / 027 | 从头到脚的最初运动训练 / 056 |
| 开始时奶水什么时候会来 / 029 | |

第二章

6个月前：重视宝宝的语言和身体练习

- | | |
|--------------------|------------------|
| 3~6个月宝宝的身心发育 / 060 | 快快乐乐练翻身 / 087 |
| 语言刺激能提高宝宝智力 / 065 | 打开宝宝的感官之门 / 089 |
| 多和宝宝说说话 / 069 | 宝宝与他人“搭话”了 / 092 |
| 逗引宝宝学发音 / 071 | 点滴训练培养好习惯 / 093 |
| 语言培训要有计划 / 073 | 调理好宝宝的睡眠 / 095 |
| 怎样为宝宝读书最有效 / 078 | 调理好宝宝的饮食 / 097 |
| 怎样给宝宝放音乐 / 081 | 理解和安抚宝宝的情绪 / 101 |
| 给教宝宝绘画的新妈妈建议 / 086 | 宝宝快乐断奶慢慢来 / 105 |



第三章

9个月前：宝宝的坐立练习和智力开发

生育指标和养育要点 / 110

坐立练习要有技巧 / 113

语言能力训练有妙招 / 116

认知能力训练方法多多 / 117

培养宝宝的社交能力 / 118

生活行为能力的培养 / 120

情商开发五步骤 / 121

情绪背后的原因 / 122

和宝宝玩智能游戏 / 123

第四章

1岁前：宝宝的爬行与社交训练

爬来爬去爬出健康 / 128

训练爬行有哪些准备 / 130

爬行训练大课堂 / 131

敏感期里的六感刺激 / 134

身心齐动员的思维训练法 / 135

从五官开始认识自己 / 138

随时随地练语言 / 141

培养宝宝的社交能力 / 144

培养宝宝的生活能力 / 145

亲子互动刺激大脑发育 / 146

饮食卫生习惯与疾病预防 / 148

亲子阅读从宝宝1岁开始 / 151

第五章

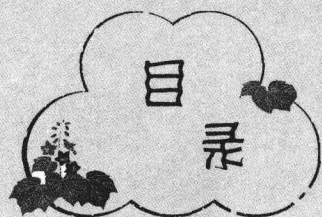
2岁前：宝宝迈出人生最根本的第一步

宝宝学走路的最佳时机 / 156

“用脚思考”的健身训练 / 158

训练宝宝走路有哪些方法 / 159

训练宝宝的自理自律意识 / 162



- | | | |
|--------------------|---|---------------------|
| 把玩游戏转化为能力 / 164 | ⋮ | 开发宝宝的数学思维能力 / 175 |
| 加强交流, 开发语言能力 / 169 | ⋮ | 开发宝宝的想象力 / 176 |
| 宝宝越来越喜欢与人交往了 / 171 | ⋮ | 培养宝宝注意力的要点 / 177 |
| 开发宝宝的认知能力 / 173 | ⋮ | 不要忽视2岁宝宝的运动锻炼 / 179 |

第六章

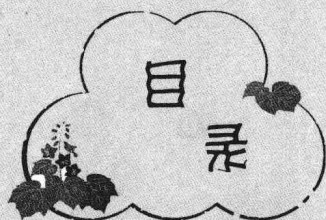
3岁前: 塑造宝宝个性的关键期

- | | | |
|--------------------|---|----------------------|
| 宝宝的心理发育和早期教育 / 182 | ⋮ | 培养宝宝注意力和观察力的游戏 / 192 |
| 3岁宝宝个性的培养方式 / 185 | ⋮ | 3岁孩子应该形成规则意识 / 195 |
| 日常生活自理能力训练 / 186 | ⋮ | 何时让宝宝和父母分开睡 / 198 |
| 涂鸦挥洒出童真童趣 / 189 | ⋮ | 从宝宝自身成长来看待发展 / 200 |
| 培养宝宝独立能力的原则 / 191 | ⋮ | 宝宝入园的常见问题和解决办法 / 203 |

第七章

0~3岁宝宝智力特征与开发

- | | | |
|-----------------|---|---------------------|
| 智力及幼儿智力发育 / 208 | ⋮ | 宝宝运动智力的锻炼 / 223 |
| 语言智力的早期培养 / 212 | ⋮ | 0~3岁宝宝交往能力的 |
| 思维智力的开发 / 216 | ⋮ | 初步学习 / 225 |
| 音乐智力的培养 / 220 | ⋮ | 如何提升宝宝的自知自省能力 / 226 |
| 视觉智力初步训练 / 222 | ⋮ | 宝宝的情绪引导及其注意要点 / 228 |



第八章

0~3岁宝宝常见病症与防病常识

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 怎样使用婴幼儿非处方药品 / 232 | 让宝宝保持好胃口的有效方法 / 254 |
| 通过看和摸了解宝宝的健康状况 / 236 | 宝宝皮肤过敏或瘙痒的处理办法 / 256 |
| 懂得一些看舌质和舌苔的常识 / 237 | 宝宝生长性疼痛的防治措施 / 257 |
| 宝宝鼻塞流涕时如何做家庭护理 / 239 | 宝宝近视、斜视、弱视的预防措施 / 258 |
| 宝宝流鼻血时应该怎样应对 / 240 | 宝宝夏季常见疾病的防治办法 / 260 |
| 如何应对宝宝早期感冒症状 / 241 | 宝宝呼吸道疾病的预防和护理 / 262 |
| 宝宝发热的不同症状及处理办法 / 243 | 怎样护理才能让宝宝少生病 / 263 |
| 宝宝咳嗽的不同症状及处理办法 / 246 | 安排好宝宝食谱 / 265 |
| 宝宝咽喉肿痛的不同病因及处理办法 / 248 | 怎样保护好宝宝的肠胃 / 266 |
| 宝宝腹泻的不同病因及处理办法 / 251 | 白开水才是宝宝最好的饮料 / 268 |
| 宝宝便秘的不同病因及处理办法 / 253 | 家庭按摩有利于宝宝的健康 / 269 |



第一章

3个月前： 哺养宝宝的关键期



0~3岁, 孩子最佳的培养期: 三岁看到老

0~3Sui HaiZiZuiJiaDePeiYangQi SanSuiKanDaoLao



3个月前宝宝的认知能力

对刚出生的宝宝而言, 这世界就仿佛是感官上的盛宴。他的嗅觉、听觉以及身体的触觉都相当敏感, 但视觉仍有待进一步的发育。在最初的3个月里, 宝宝所接触到的事物对他而言都无比新奇, 随着大脑的发育和身体协调性的改善, 慢慢地, 他会学着把见到的和听到的、感觉到的联系起来。但此时的宝宝还是完全依赖着他人, 如果缺少某种感官的刺激, 宝宝就不可能健康全面地成长。宝宝需要父母如此长时间的哺养和照顾, 这在所有的哺乳动物中是独一无二的。

第一, 宝宝的交流。

尽管宝宝刚出生时还不知道自己是谁, 但却通过声音和气味记住了你。他的需要得到满足时, 就会心满意足, 否则, 就可能嗷嗷大哭。宝宝从出生的那天起就是交际高手, 他会“诱使”父母或照看他的保姆进入他甜蜜的小世界, 并希望得到他们的关注。他们天生具有这种强大的本领。

在第一至第四周, 宝宝没有意识到自己出生后就已经是一个独立的人了, 尤其是和母亲, 他认为你们还像十月怀胎时那样是一体的, 其实这只是宝宝的一种感觉而已。他希望得到所有需要的东西, 却不知道很多时候你很难猜透他的心思。他也非常期望跟你呆在一起。由于宝宝的大脑主要经过丘脑的情感中心来处理所见所闻, 因此往往带有很重的感情色彩。

宝宝的交流欲望非常强烈, 他非常喜欢别人能和他近距离地相处、交谈。到4周左右, 他听到你的声音时能想到你, 或是看到奶瓶时想到该吃饭了。尽管还不能用肢体语言进行交流, 但是他总会通过一些其他方式, 比如哭、神情紧张或放松让你明白。

在第五至第八周，宝宝对家人和来访的朋友们的问候方式已相当熟悉，比如，当你吻他或者其他人挠他痒痒时，他会对你微笑。他还会记住哪些玩具是喜欢的，哪些玩具踢一踢就能发出声音。6周左右的时候，宝宝能发出生平的第一个元音：“喔”或“啊”，而且跟大人们交谈时会更加兴奋。但是，此时的宝宝仍没意识到自己已是一个独立的人了。

到了第九至第十二周，宝宝会和熟悉的所有人玩，包括父母、兄弟姐妹以及保姆，等等。只要他认为没有恶意，甚至会对任何人微笑。因为他知道对你微笑，你也会对他报以微笑，这会给他带来好心情。他还会时不时地来点小幽默，而且还会试着学你说话，并乐在其中。

第二，宝宝的视觉。

宝宝的世界和你看到的截然不同。最初的时候，宝宝的大脑是一张没有任何痕迹的“白纸”，外界的刺激会让大脑收到电信号，从而根据这些电信号得出外界的印象。宝宝非常热衷于探索这个未知的世界。

到3个月底的时候，眼睛以及大脑视觉中枢的发育已经能让宝宝看清这个世界。宝宝原先只能感应到光和模糊形状，如今已能看清楚物体，并且喜欢抓他认为自己的东西，对色彩的辨别力也是在这段时间形成的。

在第一至第四周，宝宝能看清20~25厘米远的物体。这个距离正好能让他躺在你怀里吃奶，或是舒舒服服地休息时可以看清你的脸。除此之外，他还能辨认出颜色和形状的变化，并且能够大致感觉出哪些是人类的

活动。

宝宝大脑里有一处特别的区域，让他对其他人的脸尤其痴迷。他会慢慢但是彻底地把你的脸部研究个透，从你的发际、眼睛、眉毛到嘴唇，并会深深地印在脑海里，而且这也是未来12周中让他最为感兴趣的东西。接着他会模仿你的说话语气、口形以及眼神等。

宝宝喜欢注意会动的物体，以及对比强烈或有影子的任何东西，或是黑色、白色、黄色、红色等有助于他视觉发育的东西。这些东西对宝宝的眼和脑是一种很好的练习，有助于他们区别不同事物。

在第五至第八周，宝宝能转动头部“跟踪”那些慢慢移动的物体。到



了8周左右, 他能排除另外一个移动物体的干扰, 而把注意力集中在其他地方。从此时开始, 宝宝就能控制自己的注意力了, 之前对移动物体的反射性注意也将不再发生。

如果宝宝对你笑了, 就会非常热切地期待着你的反应。他会仔细观察你脸部的细微变化, 然后研究每个表情的含义。到8周左右, 他会伸手去抓看到的東西。如果抓到了, 无论是出于偶然还是其他原因, 对他而言都是一个巨大的进步, 因为他已经靠自己的能力来探索这个世界了。在未来的几周, 宝宝会不断练习抓这个动作, 通过练习, 眼和手的协调能力将越来越好。

在第九至第十二周, 随着宝宝眼、头部和颈部的发育, 视力会不断提高, 尽管此时远不及成人的正常视力, 但能比以前看得更远。两只眼也开始相互配合, 如看到的景象传到视觉中枢并整合到一块, 形成一种景象而无需通过头部转动来判断距离。这些都意味着宝宝的手眼配合得更加协调。到3个月底的时候, 你会发现宝宝已经能够意识到家人的活动了, 听到你靠近的声音时, 他甚至还会回过头去看看你在哪儿。

第九至第十二周的宝宝对颜色也会产生较强烈的反应, 他会更喜欢长波颜色, 如红色、橘色和黄色, 而对短波颜色如蓝色和绿色就不是很感兴趣。但是在他眼里, 彩色总比灰色好看。然而宝宝的经验比色彩感知力更重要, 因为他的视觉发育依赖于大量的外界刺激。

第三, 宝宝的听觉。

刚出生的宝宝对声音还是处于迷茫状态。刚开始时, 他根本不知道不同声音代表着什么意思, 你的声音和各式各样的噪音一样, 如关门声、汽车声、音乐、足球甚至敲他头的声音, 对他来说没有任何区别。但是慢慢地, 他就会发现声音从何而来, 并排除一些噪音的干扰。到3个月底的时候, 宝宝已经能对不同的说话语气和方式做出回应了, 他还能模仿你说话。

在第一至第八周, 他的听觉已经发育得相当完善。这个世界对他而言也不再是无声的, 而是充斥着各种频率的声音, 但是他可能只对父母的声音

音还有怀孕晚期听得多的音乐感到熟悉。

宝宝尤其对妈妈轻快的语调感兴趣。刚开始时，他只能找到位于面前的声源，并被它吸引。随着年龄的增长，妈妈和他的谈话会越来越多，有时是面对面的，有时是他躺在你怀里，这种从不同角度发出的声音对他来说是一种不错的听力练习。这样，到第2个月底时，他已经能开始注意来自旁边的声源了。但此时如果你在背后和他说话，他还是不知声音从哪儿来的。他会通过一些肢体动作如踢腿、扭动身体或哭来表示“抗议”，并希望离你更近点儿，参与到你们的谈话中。

在第九至第十二周，一听到妈妈的声音，宝宝就会给你一个微笑，尽管此时他可能还没看见你在哪儿。宝宝还会陶醉于自己发出的各种声音中。他会把说话人的口形和听到的声音联系起来，比如，如果你把嘴撅成“○”形，他就会和你一块发出“喔喔”声。这只是宝宝在语言学习进程中迈出的第一步。等到他发现婴儿车旁边的铃铛碰一下就能发出声音时，就会故意制造出这种声音。其实，宝宝通常最早到4个月底的时候才知道玩具会发声，有些则要到6个月底。

第四，宝宝的嗅觉和味觉。

宝宝的嗅觉和味觉联系密切。如果没有这两种灵敏的感觉，宝宝接触到的将是一个到处都是模糊影像和奇怪噪音的世界。宝宝经常用小嘴儿去感知外界事物，他的小嘴儿比手更灵敏。

在第一至第四周，宝宝的舌头和嘴唇发育较早，而且由于羊水的变化，宝宝在你体内时就已经体验了各种味道，如酸、甜、苦、咸，因此出生后，他不仅嗅觉灵敏，而且非常喜欢母亲初乳的芳香。出生后5天左右，宝宝就能识别出妈妈的体味，并且也是通过灵敏的嗅觉来认识妈妈的。宝宝喜欢舒舒服服地躺在妈妈的怀里，妈妈的体味会给他一种安全感。相比之下，他对父亲的怀抱就没那么感兴趣了。

在第五至第八周，宝宝在嗅觉方面已经积累了相当丰富的经验了。这对他认人和事物起着重要的作用，对记忆发育亦是如此。你会发现当他闻到什么难闻的气味时就会把头转开，或对有诱人气味的地方流连忘返，那



会儿你可能还没闻到这诱人气味呢。

在第九至第十二周这段时间里, 宝宝的舌头发育非常快, 宝宝会把玩具、小毯子等东西放到嘴里, 然后用舌头、唇还有嘴等感官来判断质地以及味道。此时, 消化系统还没有发育好, 不能消化固体食物, 因此记住不要给宝宝吃冰淇淋或你吃的食物。

第五, 宝宝的触觉。

有人认为, 在几十万年以前, 胎儿要在怀胎12个月之后才能出生。后来随着人类的进化, 胎儿的头逐渐变大, 不得不提前两个月出生才能挤过狭窄的骨盆。不管这一说法正确与否, 宝宝需要你的爱抚和按摩却是毫无争议的。皮肤是从外胚层发育而来的, 从同一组织发育而来的还有大脑和神经系统, 因此, 通过抚摸宝宝可以促进宝宝的大脑发育。

前3个月通常是怀抱期, 拥抱的感觉对他而言非常重要。触摸对宝宝的正常发育是非常必要的, 宝宝对抚摸反应敏感, 这不仅有助于身体发育, 而且还会加深你们之间的感情。这已不仅仅是安抚和刺激, 通过接触宝宝, 体表的细菌会进入你身体并产生抗体, 抗体再通过母乳进入宝宝体内防止发生感染。

在第一至第四周, 怀孕期间的子宫为胎儿提供了全方位的保护。到出生时, 触觉是宝宝所有感觉中发育得最为完全的。第一至第四周的宝宝能感觉出你的爱抚、温暖舒适的小毯子以及给他带来愉快感觉的肌肤之间的接触。他会通过脸颊的触觉来寻找你的乳头, 还会本能地通过手的触摸来了解你的身体。记住, 即使是刚出生的宝宝也需要你的爱抚。

在第五至第八周, 通过触觉, 宝宝能学到很多东西, 会留心接触到的东西的感觉, 如你的肌肤、他的衣服、头发、小毯子, 并把触觉和眼睛所见到的外观、形状、阴影联系起来, 从而得出一个初步印象。下次再接触以前, 他就会根据记忆中的印象来猜测大致是什么感觉。此外, 宝宝还会有一个“抓紧反射”, 即如果你把手指或玩具放在他的手掌心, 他就会反射性地抓紧它。脚也是如此。这个反射是没有意识的, 宝宝要等3个月后才可能开始有意识地抓东西。

在第九至第十二周，随着活动范围的扩大和经验的积累，宝宝会把手和皮肤接触到的、眼睛见到的和鼻子闻到的综合起来，得出一个整体印象，触觉在这个过程中发挥了很大作用。他还会开始摆弄自己的小手儿，并惊讶于自己能控制手指。



3个月前宝宝的身高和体重

伴随着清脆的哭声，你知道，你们的宝宝平安来到这个世界了。从此，应该是家有家宝，幸福满满。你是那么想亲亲宝宝的小脸，摸摸宝宝柔嫩的小手和小脚丫。你更想知道这个“小东西”出生后最初的发育是怎么样，如他的体重是多少，身高是多少等。

一般来讲，宝宝出生后体重在前几周平均每周会增加115~200克，3个月男婴体重约是6.1千克，女婴体重约是6.24千克。在之后的6个月里，每个月平均会增加450~900克。从6个月到1岁，则是每个月增加450克左右。在头6个月，宝宝每个月约会长高2.5厘米。

如果宝宝体重增加的速度正常，看起来十分健康，那么多半没问题。营养充足的宝宝的肌肉与骨骼上有很多脂肪，而营养不良的宝宝，如果你捏起他的一块皮肤，就会发现他的皮肤是松松的、有皱褶，这是因为营养不良的宝宝的皮肤和肌肉间的脂肪不足，所以没有其他宝宝的饱满外观与触感。

体重增加不足，看起来和摸起来又像上面描述一样的宝宝，在医学上被称之为“生长迟滞”。造成这种情况的原因是后乳不足，也就是说宝宝吃到很多稀薄、水状的前乳，却没有吃到高脂肪、高热量的后乳，通常跟泌乳量不足有关。简而言之，这些宝宝吃到的是脱脂母乳，而不是全脂母乳。



有些宝宝体重增加缓慢是正常的。他们通常属于瘦形体质的宝宝, 用在长高上的热量比用在长胖上的多; 还有些宝宝因父母体形原本就较小, 受遗传因素的影响看起来也比较小, 这也是正常的。这些宝宝跟生长迟滞宝宝不同, 他们的大便次数正常, 皮肤看起来也不会松垮垮、有皱褶。

幼儿时期身高以至整个机体的生长发育是连续不断的过程, 但发展速度并不平衡, 一般来说年龄越小体格生长越快, 出生后头半年尤其前3个月生长最快。3个月男婴身长约63.35厘米, 女婴身长约为61.53厘米。后半年生长速度较慢, 以后逐渐减慢, 到青春期生长变快。

幼儿器官功能的逐步复杂化, 使幼儿的心智变得越来越高级, 聪明的大脑为他们一生的作为奠定了基础。幼儿功能的发育是个渐进的过程, 如语言是由简单开始, 以后渐说复杂的话; 动作是从简单开始, 而后复杂细致。各个器官组织的生长和功能的分化, 都是由低级到高级, 由简单到复杂, 尤其高级神经活动的发展, 更是如此。

刚出生的宝宝机体运动主要靠大脑中最原始的部分来调控, 这一部分控制着神经反射, 而且此处神经之间的网络联系已经牢固形成。随着时间的推移, 宝宝的大脑皮质逐渐发育成熟, 开始能够有意识地控制自己的活动, 更清楚表达自己的思想。经过反复练习, 神经之间的网络联系就建立起来了。宝宝的这种对身体控制力的发育是先从头部开始的, 然后是手, 再是脚, 也就是说, 是从近到远的离心性发育。

出生后第一至第四周的新生儿充满了神奇, 当他躺在你怀里时, 能找到妈妈的乳房吮奶; 睡觉时, 会无意识地把头偏向一侧, 这样不仅能轻松呼吸, 而且不会因为口水、食物的积聚而窒息, 也会通过打喷嚏把分娩以前堵在鼻腔里的黏液排出; 还喜欢吮吸小手儿, 这种出生后的吸吮反射是他了解世界的基础, 慢慢地他会弄明白嘴和舌头是怎么活动的。

宝宝还会经常把攥成小拳头的手放进嘴里, 但是有意思的是, 有时他会不小心放到脸上去。这些动作有助于宝宝肌肉、关节力量以及自身控制能力的发育。到4周左右, 开始敲那些能发出声音的画或玩具。情绪激动时, 会踢腿, 安静时, 则两腿自然弯曲, 踝关节交叉。