

科学知识宝典



2岁方案

2 sui fang an

■ 把握宝宝成长的关键 让宝宝拥有最佳的人生开端



延边大学出版社

2 岁 方 案

江 霞 编写

延边大学出版社

科学 知识 宝典

—— 2 岁 方案

出版发行: 延边大学出版社

责任编辑: 张宏飞

编写: 江 霞

装帧设计: 杨扬制作室

责任校对: 赵爱华

社址: 吉林省延吉市公园路 105 号

邮编: 133002

网址: <http://www.eabook.com> (网络书局)

传真: 0433-2732434

印刷: 武汉市兴旺印务有限公司

经销: 全国各地新华书店

开本: 880×1230 毫米 1/32

印张: 40 印张

字数: 800 千字

印数: 10000

版次: 2004 年 12 月第 1 版

印次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

ISBN7-5634-1991-8/C · 58

全套定价: 67.2 元(全四册)

版权所有 翻印必究 发现质量问题 请与厂家调换



ersuifangan



培养孩子良好的生活习惯



2岁方案



可放手
自己走路,但
非常小心,怕
摔倒。

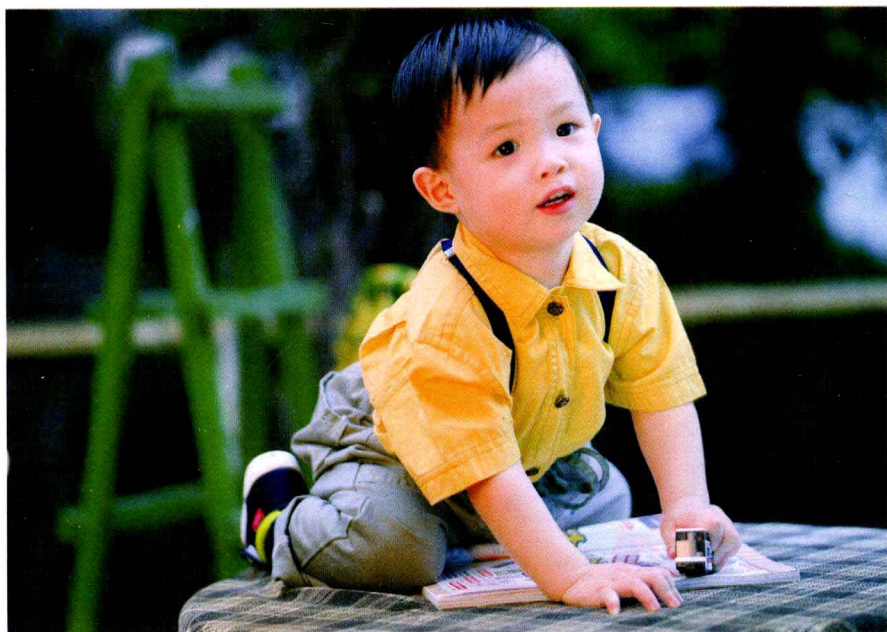
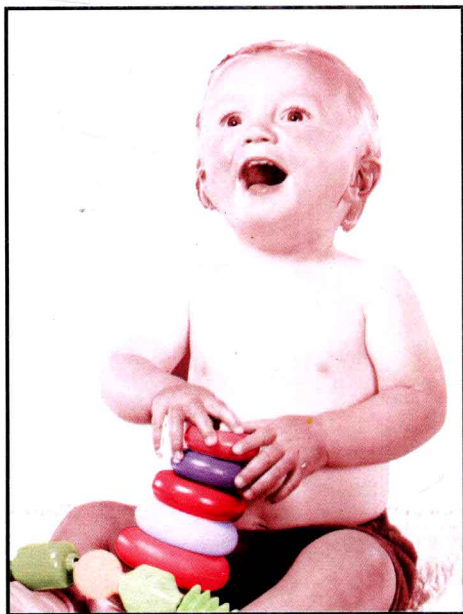


喜欢模仿
成人的动作。





为孩子选择合适的玩具,培养感官感觉。

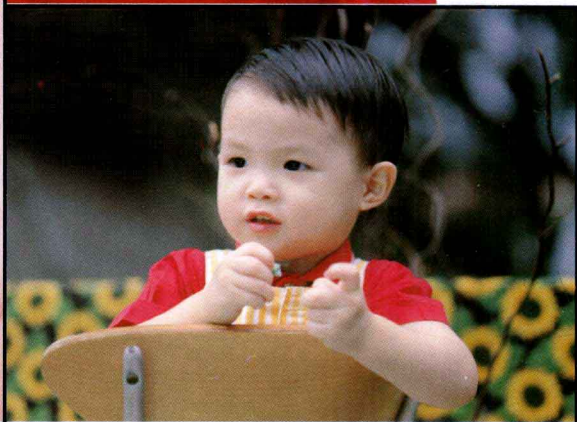
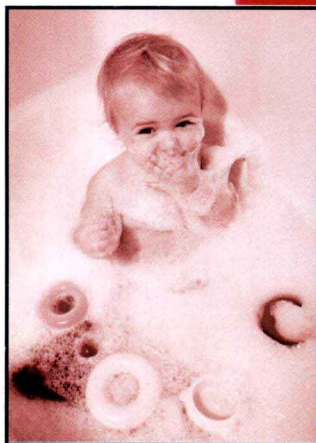


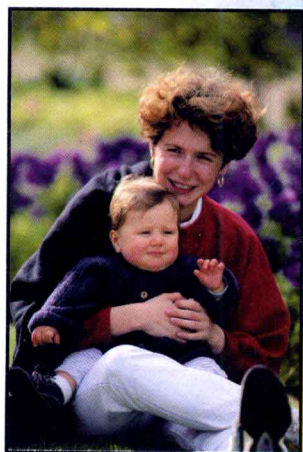
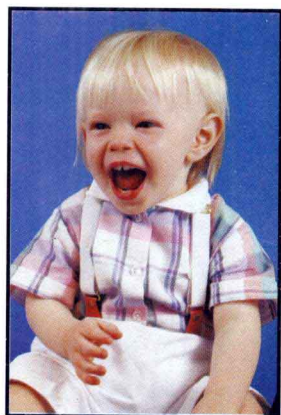


2岁方案



培养孩子讲究卫生的好习惯





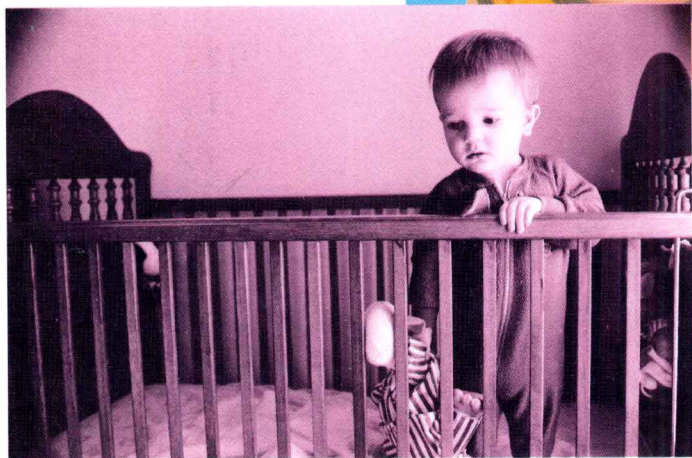
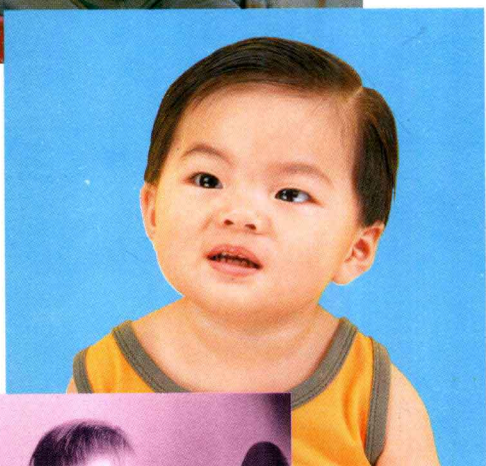
喜欢玩与人合作的游戏

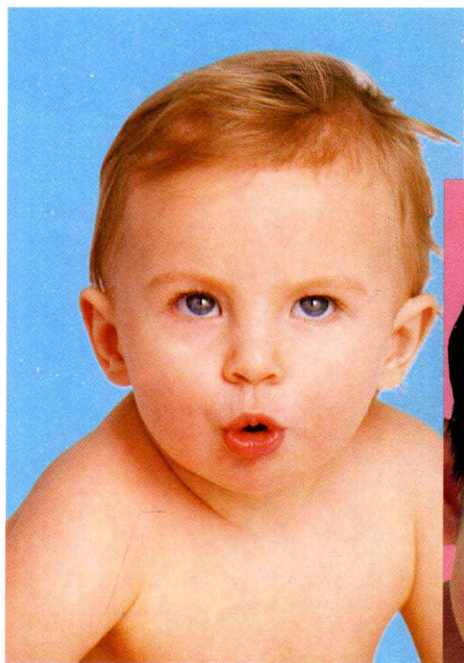


2岁方案



画画活动有助于发展孩子的观察力、记忆力和想象力。





幼儿的占有欲。自己喜欢的会跟别人争抢。

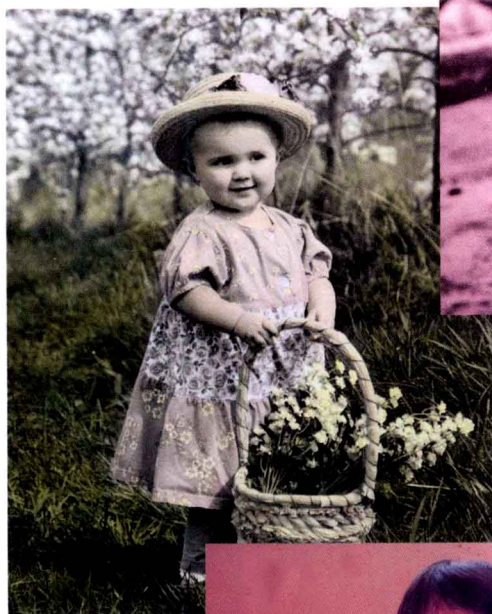




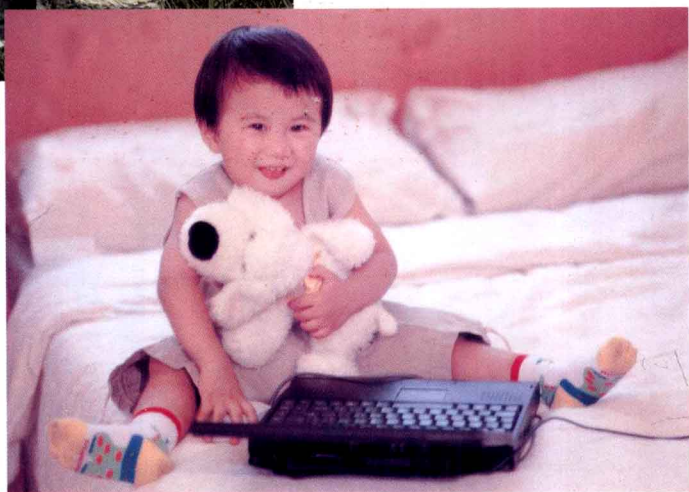
2岁方案



经常接触大自然，
可以扩大孩子的眼界。
新鲜的空气有利于孩子
的身体健康。



此时期的
孩子喜欢作怪。





前 言

生一个健康、聪明的孩子，这既是每一对年轻夫妇爱情的结晶，也是每一个家庭的殷切期望，更是国家提高人口素质的一个基本环节。

怎样才能生一个活泼、可爱、聪明、健康的孩子呢？现代科学研究成果证明，培养健康、聪明、活泼的孩子要从小做起，从胎教开始。

培养孩子成才是一个复杂细致的系统工程，这需要全社会的共同努力才能完成。但孩子的健康成长首先离不开父母精心和耐心培育。父母是孩子的启蒙老师，早期教育依赖父母的辛勤付出。年轻的父母虽然多有较高的学历，但未必有养育孩子的知识和经验。

婴儿期是人生的开始，是最关键的时期，这时期的宝宝非常需要父母的精心呵护，固而学习怎样做父母是非常必要的。

本丛书致力于使父母建立起爱和支持的关系。充满温馨的家使儿童更加活泼可爱，父母的支持与鼓励，使孩子敢于尝试学习，并感受到内心的欢乐，这种心理体验将使他把学习视为享乐，终生受益。

本丛书从遗传知识、遗传保健、妊娠保健、胎教知



识、母体变化、胎儿发育、新生儿喂养、幼儿教育及各项标准等方面进行了详细的介绍。

当今世界，知识日新月异，科技迅猛发展。年轻父母和爱心倍加的祖辈们都面临着一个重新学习育儿知识，更新育儿方法的问题。固本丛书的出版，无疑会受到广大读者的欢迎。

编 者



目 录

1 岁 1 月

育儿要点	1
身心发育	1
生理发育	1
心理特点	1
宝宝喂养	2
孩子要尽量少喝纯净水	2
小儿摄食味精过多易缺锌	3
宝宝应多吃奶制品	3
宝宝不宜多吃冷饮	4
发烧患儿的两类补养饮食	4
宝宝营养失衡导致情绪异常	5
宝宝多吃苹果汁易腹泻	6
不要空腹喝牛奶和酸奶	7
奶和鸡蛋容易使儿童过敏	7
断奶后，孩子为什么变瘦了	8
断奶后的幼儿膳食营养需要	9
1 岁幼儿的喂养特点	13
宝宝的生长发育与钙的补充	14
从奶瓶到水杯的生活	15
生理异常及防治	18
不吃米饭	18



2 岁方案

不胖	19
单用钙剂不能防治佝偻病	20
流行性脑脊髓膜炎	21
要给孩子检查身体	26
专家咨询	27
专家提示	30
益智游戏	30
放手走	30
爬阶梯	31
指认五官	31
教学游戏	31
学儿歌	31
宝宝睡前故事	32

1 岁 2 月

育儿要点	33
身心发育	33
生理发育	33
心理特点	33
宝宝喂养	34
营养加油站: 爱上粗粮	34
幼儿合理营养的要求	37
补钙, 当心过头	38
宝宝夏日营养粥	41
给孩子补锌要采取科学方法	41
生理异常及防治	42
要预防幼儿急疹	42
扎刺的处理方法	43
割破手指的处理方法	43
乳牙早脱	44

◀.....



专家咨询	44
专家提示	45
智力开发与训练	45
学常识——家庭	45
益智游戏	45
推车走	45
学动物叫	46
搭积木	46
宝宝睡前故事	46
宝宝测试	47
结果分析	48

1 岁 3 月

育儿要点	49
身心发育	49
生理发育	49
心理特点	50
宝宝喂养	50
让你的宝宝夏天也有好胃口	50
为宝宝调理脾胃并增补体质	51
防燥润肺宝宝吃什么	52
为妈妈支招让宝宝打开食欲	56
鸡蛋好营养该怎样给孩子吃	59
孩子自己吃饭的好处	60
亲亲宝宝	60
发重叠音	60
学习翻页	60
使用棍子	61
听故事	61
套碗	61

2 岁 方 案

生理异常及防治	62
预防小儿肘部脱位	62
及早预防蛔虫	62
尽量不让孩子看电视	62
眼外伤的处理	63
游泳后眼睛充血怎么办	63
什么叫色盲和色弱	64
“对眼”如何治疗	64
斜视是怎么回事	65
“对眼”的原因是什么	65
斜视能预防吗	66
注意宝宝患急性喉炎	66
专家咨询	68
专家提示	70
智力开发与训练	70
改变家庭教育的 14 个观念	70
认识自己	71
学说话	71
学常识——日常用品	72
益智游戏	72
给妈妈指玩具	72
找妈妈	73
抛球	73
认识圆形	73
学儿歌	73
宝宝睡前故事	73

1 岁 4 月

育儿要点	75
身心发育	75