

健康宝宝丛书

KEXUEYUER 300WEN

科学育儿 300问

秋实 编

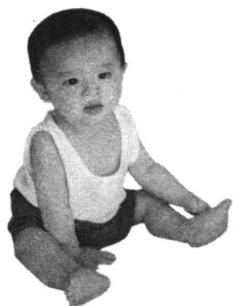
专家名家指导怀孕、分娩、育
儿的各种问题。

多角度地涉及到孕产育儿方面
的多个细节，

对生儿育女的女性极有帮助。



内蒙古科学技术出版社



♥ 健康宝宝丛书 ♥

科学育儿

.....

300问

秋实 编

内蒙古科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

科学育儿 300 问/秋实主编. —赤峰:内蒙古科学技术出版社, 2004. 10

(健康宝宝丛书)

ISBN 7-5380-1278-8

I. 科… II. 秋… III. 婴幼儿—哺育—问答
IV. TS976.31-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 104179 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮 编/024000

责任编辑/胡达古拉

封面设计/康笑宇

印 刷/赤峰地质宏达印刷有限责任公司

经 销/全国各地新华书店

开 本/880×1230 1/32

印 张/8

字 数/280 千

印 数/1—5000 册

版 次/2004 年 10 月第 1 版

印 次/2004 年 10 月第 1 次印刷

定 价/12.00 元

前言



人们常说婴幼儿时期是个体发育的一个重要阶段，是人一生中打基础的时期，要孩子将来成为一个健全的人，就应该从小打好全面发展的基础。这不仅包括有出众的智力，更应有强健的体魄及良好的品行。因为健康的身体是保证孩子活动、学习和将来参加工作、劳动的重要条件，而要使孩子真正成为优秀的人才，更应该从小培养其美好的心灵与情操。因此，儿童时早期教育就应该是全面教育，若只重视智力忽视其余，不仅不利于孩子将来的发展，甚至还会得到适得其反的效果。因此，必须走出儿童早期教育等于智力开发的误区，全面地、充分地挖掘孩子的内在潜能。

此外，儿童早期教育还应注意掌握适当的时机，运用正确的教育手段与方法。先进的教育理念，只有通过正确有效的教育策略，才能得以实现，真正体现儿童早期教育的价值。

本书基于这一指导思想，试图通过儿童早期教育基本理论及基本方法的介绍，问题与案例的剖析，帮助广大家长系统地了解与掌握婴幼儿成长过程中的全面教育。

本书由在学前教育界工作多年，具有丰富经验的理论工作者与实践工作者共同编写。丛书分为《婴幼儿早教方案》、《婴幼儿心理与优教》、《0~3岁聪明宝宝智能培育手册》、

《3~6岁聪明宝宝智能培育手册》、《科学育儿300问》五本，每本均围绕儿童的认知、语言、动作、情感、社会、心理等方面的发展编写。根据儿童发育过程中每一个时期容易出现的问题及应该展开的教育，进行了较为详细的阐述。育儿知识比较全面，且操作性强，可为家长的日常教育起到参谋作用。

编 者

第一章 1岁小儿

一、发育特征.....	3
1岁孩子的特点是什么	3
1岁孩子应出多少颗牙齿	4
1岁孩子身体方面具备什么本领	5
个人情况逐渐显出哪些差异	6
1岁孩子的手是否愈来愈灵巧	7
1岁孩子心智方面有哪些本领	8
如何培养孩子的分类能力	8
怎样让孩子学会自理	10
小儿的个别差异与教育有何联系	12
怎样抓住小儿的语言契机	13
孩子的创造性如何发挥	15
小儿是否要有小伙伴	17
如何培养人与人的关系	19
如何培养爱劳动的好习惯	21
该做的事要直接去做吗	22
如何教小儿学动词	23
为什么要让孩子自己走路	24
为什么不要损害小儿探索求知的积极性	26
孩子身上玩脏了有没有关系	27
怎样教宝宝阅读	28

目录

二、喂养.....	30
1岁后的小儿1周的食谱应如何安排	30
为小儿制作食物时应注意什么	31
怎样结合季节的变换为小儿安排饮食	32
怎样为1岁小儿制作多铁菜肴	33
1岁小儿的多铁食谱是怎样安排的	34
小儿总爱吃奶不吃饭怎么办	35
饮食的均衡作用有何意义	37
怎样培养小儿饮食习惯	38
小儿厌食的心理有哪些	43
如何让小儿自己吃东西	44
如何让小孩快乐进餐	44
为什么不要太花功夫处理小儿的饮食	45
为什么要鼓励小儿多吃蔬菜	45
春季常用食谱是怎样安排的	47
含钙多的食物有哪些	48
充分的活动和营养是缺一不可吗	49
为什么要少吃盐	50
孩子胃口不好是什么原因	51
小孩适当吃些硬食好吗	52
为什么小儿要养成良好的饮食习惯	53
1岁小儿的饮食有何特点	54
如果孩子不爱喝牛奶怎么办	55
挑食、偏食是坏习惯吗	55
为什么要少给孩子吃零食	56

随意添加一些营养品好吗	57
小儿“吃饭难”的原因是什么	58
小儿饮食烹调有哪些技巧	60
三、照料	62
如何对待不眠的宝宝	62
娇生惯养会损害小儿大脑吗	64
如何进行排尿的教育	65
如何培养孩子的生活自理能力	65
宝宝拒绝上床睡觉怎么办	68
怎样让孩子健康地过夏天	69
夏天小儿护肤注意哪些	71
清爽的孩子为什么不长疮	72
夏季孩子少吃糖为什么可防疖疮	73
生疖小儿有哪些禁忌	74
1岁半小儿如何安排生活时间表	75
应如何判断指导的适当时机	76
什么是合理的一日生活制度	77
1岁小儿的一日生活应如何安排	78
怎样培养1岁小儿的良好生活习惯	79
小儿入睡时有坏习惯怎么办	80
怎样训练1岁后的小儿自己大小便	81
随着季节变化及小儿成长应如何选择衣服	83
有病没病吃点至宝锭对吗	84
怎样预防孩子患呼吸道感染	85

目录

四、保健与防病.....	86
小儿入睡后出汗多是有病吗	86
为什么有的小儿睡觉时磨牙	87
小儿发热是否就需要用抗生素	88
高热抽风对小儿有什么损害	89
如何对待智力低下的小儿	90
小儿斜视有什么特征	91
瘫痪多是脑部有病吗	92
什么是奶瓶综合症	94

第二章 2岁小儿

一、发育特征.....	97
2~2岁半小儿有什么特点	97
2~2岁半小儿体重、身长、头围、胸围是多少	98
2~2岁半小儿运动方面有哪些发展	99
2~2岁半小儿智慧方面有哪些发展	100
2岁半~3岁孩子有什么特点	101
2岁半~3岁孩子体重、身长、头围、胸围是什么	103
怎样培养孩子的同情心	104
孩子入园有“分离焦虑”怎么办	105
如何让孩子愉快地进入幼儿园	106
怎样帮助孩子建立自信	108
如何为孩子选择好的图书	109

如何让孩子学会自我服务	110
温顺的孩子被欺负该怎么办	112
让孩子在“吵吵闹闹”中成长好吗	114
2岁的小儿能表达些什么	115
你知道怎样提高2岁小儿的表达能力吗	116
为什么说2岁小儿是一个跑来跑去的小儿	117
2岁小儿涂涂画画是正常现象吗	117
动作与智力有关系吗	118
二、 喂养	119
2岁小儿最宜吃什么样的食物	119
为2岁小儿制作食物应注意什么	120
2岁小儿可以学习自己吃饭吗	121
怎样培养和训练2岁小儿独立吃饭	122
小儿多吃巧克力好不好	123
如何培养小儿进餐规矩	125
如何根据体重调节饮食	126
怎样避免摄入致敏食物	127
三、 照料	128
怎样培养2~2岁半孩子的生活自理能力	128
大小便之如何处理	130
2~2岁半的孩子怎样穿鞋子和衣服	130
如何培养孩子良好的盥洗习惯与能力（一）	131
如何培养孩子良好的盥洗习惯和能力（二）	132
2岁小儿居住的房间应注意些什么	134

2岁小儿1日的生活应如何安排	135
2岁小儿能进行哪些体育锻炼	136
怎样培养小儿饭前便后洗手的好习惯	137
什么是自理能力培养的最佳时期	138
四、保健与防病	140
小儿为什么易患肺炎	140
为什么上感时腹痛	141
如何避免小儿遭遇危险	142
怎样谨防烧伤或烫伤	143
哪种安全椅适用于小儿	144
耳朵进入异物怎么办	145
手脚指头的受伤怎么办	145
划伤、擦伤怎么办	146
刺伤怎么办	147
眼睛受伤怎么办	147
耳朵进水时怎么办	148
螫伤怎么办	148
小儿呼吸道感染的原因有哪些	149
如何家庭护理小儿呼吸道感染	151
如何预防继发性中耳炎	152
上呼吸道疾病怎样用药	153
如何护理发疹传染病	154
如何护理疥腿	155
如何护理传染性肝炎	156
如何护理结核病	157

如何护理湿疹	157
如何护理盲肠炎	158
如何护理蛔虫症	159

第三章 3岁小儿

一、发育特征	163
3~3岁半孩子有何特点	163
3~3岁半小儿运动机能有哪些	164
3~3岁半小儿智力如何发展	165
3~3岁半小儿语言发育有哪些	166
3~3岁半小儿体重、身长、头围、胸围是多少	167
3岁前孩子的游戏特点是什么	169
为3岁前孩子选择玩具有哪几点要求	171
如何区别孩子的想像与说谎	176
小儿自言自语怎么回事	177
怎样根据孩子的兴趣进行教育	178
怎样培养孩子活泼大方的性格	179
怎样用故事滋润孩子的心田	180
如何培养意志，如何防止执拗	181
如何对待小儿的个性	183
怎样培养孩子的思维能力	184
怎样培养孩子的记忆力	185
怎样培养孩子的观察力	187

目录

二、 喂 养	187
为何不宜在吃饭时教训孩子	187
为3岁小儿制作食物时应注意什么	188
3岁小儿的饮食为什么需要定时定量	189
3岁小儿为什么吃饭要细嚼慢咽	190
肝炎病儿的饮食应如何安排	191
如何为肥胖儿安排膳食	192
对小儿吃强化食品应抱什么态度	193
小儿偏食、挑食有什么坏处	194
怎样纠正小儿偏食的不良习惯	195
引起小儿厌食的一般原因有哪些	196
三、 照 料	198
怎样有规律地生活	198
用塑料浴罩洗澡时应注意哪些事项	199
如何帮助脏宝宝	200
如何认识家住地理位置	201
怎样进行身体锻炼	203
游戏有哪些知识、趣味性	205
给孩子一个什么样的自由活动环境	205
给孩子买的玩具越多越贵越好吗	207
如何塑造健美体型	209
孩子的体形如何训练	210
如何培养孩子的平衡能力	211
怎样训练孩子身体的柔软性	212

如何对孩子进行身体磨炼教育	214
四、保健与防病	215
怎样保护好眼睛	215
儿童视力标准及检查有哪些方法	216
怎样发现孩子视力低下	217
视力低下怎么办	217
孩子弱视怎么办	218
怎样测体温	219
如何测量与观察呼吸	220
如何测量与观察脉搏	221
怎样冷敷	222
如何热敷	223
什么是化脓性脑膜炎	224
什么是小儿麻痹症	225
护理工作有哪些原则	227
病儿为什么需要阳光	228
新鲜空气能否防病、治病	229
适宜小儿的室内温度为多少	231
适宜小儿的室内湿度为多少	231
小儿一哭就屏过气是怎么回事儿	233
小儿的肚子里怎么长出了蛔虫	234
蛔虫对小儿生长有什么害处	235
怎样预防和治疗肠道寄生虫病	236
小儿睡觉常打呼噜是怎么回事	237
怎么发现小儿有可能患了肝炎	237

目录

孩子抽风怎么办	238
小儿嗜睡或睡中不易被唤醒是怎么回事	239
婴幼儿为什么哭喊	239
婴儿的饥饿性哭喊有什么特点	240
如何判断婴幼儿哭喊的原因	240
癫痫是怎么回事	241
婴幼儿脑肿瘤要警惕哪些表现	242

第一章

1岁小儿



