

sina 新浪育儿
baby.sina.com.cn

☆ 全新 ☆
修订版

张思莱育儿手记

1~4岁宝宝养育及早教专家指导

张思莱 著



中国妇女出版社

张思莱育儿手记

1~4岁宝宝养育及早教专家指导

张思莱 著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

张思莱育儿手记. 下, 1~4岁宝宝养育及早教专家指导: 全新修订版 / 张思莱著. --修订本. --北京:
中国妇女出版社, 2015.8

ISBN 978-7-5127-1126-6

I. ①张… II. ①张… III. ①婴幼儿—哺育②婴幼儿—早期教育 IV. ①TS976.31②G61③R715.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第134512号

张思莱育儿手记 (下)

作 者: 张思莱 著

责任编辑: 王 琳

封面设计: 尚世视觉

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京楠萍印刷有限公司

开 本: 170 × 230 1/16

印 张: 30.25

字 数: 460千字

版 次: 2015年8月第1版

印 次: 2015年8月第1次

印 数: 1 - 25000册

书 号: ISBN 978-7-5127-1126-6

定 价: 49.80元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

作者简介

张思莱，北京中医药大学附属中西医结合医院原儿科主任、主任医师，原卫生部“儿童早期综合发展”项目国家级专家，中国少年儿童基金会“陪伴成长”项目特聘专家，全球儿童安全组织认证专家。擅长新生儿专业、儿童保健、儿童疾病治疗以及儿科中西医结合治疗等，在婴幼儿早期教育及心理方面也有一定研究。著有《您育儿的方法正确吗》《从新手到育儿专家》《育儿路上答疑解惑》《张思莱育儿微访谈：爸爸妈妈最想知道的事（健康分册）》《张思莱育儿微访谈：爸爸妈妈最想知道的事（养育分册）》《张思莱谈育儿那点事儿：专家解惑0~6岁育儿难题》。

从1998年开始，张思莱医师就致力于婴幼儿科学养育知识的普及和传播，经常作为嘉宾参加电台、电视台养育类节目的录制，2014年还参与了湖南卫视《天天向上》栏目的录制。同时，张医师还是众多孕育类杂

志的专家顾问，也是国内最早的在线咨询专家之一。

从2000年初至今，张医师在网上育儿咨询的第一线已经整整工作了15年，回答了千万家长的提问和咨询，仅2014年一年其育儿微博的总阅读量就超过15亿次，使其成为中国最具影响力的网上育儿专家之一，并因此获得多项荣誉：新浪育儿金牌专家、新浪微博专家百强榜医疗健康专家TOP10、新浪微博全国十大育儿大V用户。2014年6月，为表彰张医师做出的贡献，中华全国妇女联合会和中国家庭教育协会授予她全国百位“传承好家风的好妈好爸”光荣称号。



风一般的奶奶

——引领育儿大军就是引领中国的未来

我总望见自己牵着孩子们的手向前走，有时我会慢下来，孩子们跑到了我的前边，停下来喊我、拉我、推我往前走。而张思莱医师却从来没有停下来的一刻，她始终是一位处在奔跑中的长者、行在助人路上的智者。

2013年，真人秀《爸爸去哪儿》让孩子们迷上了“风一样的女子”森碟。而在我眼里，张医师就是一位“风一般的奶奶”。

记得很久以前，儿子曾问过我：“妈妈，我怎么能知道有风来了呢？”

我回答：“你可以看看天空啊，如果看到云在飘，那一定是有风在吹；你也可以看看地上的树，如果有树枝在摇，那一定是风刚刚路过。”

儿子听得开心：“原来风可以让东西动起来！”

是的，如果把年轻的父母比作天上洁白的云，把孩子比作地上嫩绿的苗，那么张奶奶就好像推动云的那股力量，好像拂过秧苗的一阵和风。

记得4年前，我为张医师的《张思莱育儿手记》上、下册著写了序。那时，她正在“织”微博，热心热意地为千万父母在微博上排忧解难。当时，我也在“织”微博，我们时不时地会在网络空间里相遇。有一天早上，我收到一条新浪微博留言，通知我新鲜出炉的2013年度新浪微博全国“十大育儿大V用户”，而名列榜首的正是张医师。接下来让我吃惊的是，自己竟然也挤进了前八的名单，荣幸地与张奶奶站到了同一个队伍里。这于我是莫大的鼓励，因为张医师始终是致力于母婴关怀、父母教育的一股推力力量，她推动着千万父母改变，而引领育儿大军就是引领中国的未来。

2012年年底，我创办了微信公众号“父母堂”，旨在为专家和父母大众之间

搭起一个平台，每天推送科学育儿观和养护知识。张医师欣然成为我们平台的第一位特邀专家，无偿提供了大量的文章，服务几十万的新手父母。2013年6月的一个下午，张医师亲自爬上没有电梯的4层楼，来到了我们办公室，不为别的，只为学习使用和操作微信公众平台。很快，“张思莱医师”的公众号上线了，并一路快速成长，成为2015年被父母点“赞”最多的专家公众号。这样一位勤勉的奶奶怎能不让我感动呢？

与此同时，另一程线下征途也在紧锣密鼓地展开。从2014年8月起，张医师“和孩子共同成长”——别克英朗智慧家庭课堂走遍了大江南北，几乎每一个休息日她都在不同的城市演讲，为孩子和他们的父母提供育儿咨询和指导。而一到工作日，张医师立即做回姥姥的角色，去幼儿园接小外孙子恒恒，为大外孙子铭铭安排妥当的生活作息。这样一位被千万父母和孩子拥戴的奶奶，在家中还是一位操持家务、为女儿分担家事的普通老人。这就是为什么张医师的讲座、书籍、微博和公众号会广受大家欢迎的主要原因，因为这位“风一般的奶奶”就是生活中的动力、日子里的依靠、大家心中的榜样。为此，中华全国妇女联合会和中国家庭教育协会授予张医师全国百位“传承好家风的好妈好爸”光荣称号。作为妈妈、姥姥和千万父母的领军人，张奶奶获得这个称号当之无愧！

时不时地，我们也会在电话里聊上几句，张奶奶总会亲切地喊我“静洁”。她还常常不忘问候我的先生，最经典的一句话就是：“静洁，没有谭盾先生的支持，你是没法干好你的事业的。”

我深深牢记张医师的这句话：“一个妈妈的梦想再大，也大不过对孩子和家庭的寄托；一个妈妈的追求再高，也必须有爸爸的支持和共力。”如果生儿是妈妈一人的天职，育儿则应该是全体参与的大家的事，而《张思莱育儿手记》的再版正好为我们提供了及时又贴心的育儿向导。

有幸，我们这一代父母享有这样一位“风一般的奶奶”。

“父母堂”微信公众号创建人黄静洁(妈咪Jane)

携手先生谭盾共同推荐

2015年5月29日



改变从自己开始

2015年6月19日我参与录制了第一财经传媒的节目《头脑风暴》，其主题是《暑假到了，虎妈猫爸谁当道》。嘉宾中有一位性格鲜明的爸爸，要为儿子从小规划高远的人生目标，严格塑造坚忍性格，取得非凡人生成就，人称“鹰爸”何烈胜。儿子多多4岁就被爸爸训练在冬天雪地裸跑，5岁学习飞行，最近他刚刚徒步穿行了罗布泊；学业上，7岁的多多已经跳级上6年级了，小小年纪便获得全国心算一等奖、作文一等奖、机器人大赛一等奖。在各种成绩的激励下，“鹰爸”认为他的“鹰式教育”是成功的，必须坚持下去。在马上到来的暑假里，除了睡觉的几小时，“鹰爸”早已细心地为多多安排了紧密的日程，从军训火灾逃生训练，到学科强化拓展，任务安排精确到分钟。“鹰爸”在介绍他的理念时，我实在忍不住打断他：“现在您认为自己是专家，把多多的学习和训练安排得很紧密，10年后如果您不能为他做最到位的规划怎么办？30年后如果没有竞赛可参加怎么办？多多有自己思考选择的能力吗？他有自己的兴趣吗？他能和同龄的好朋友一起快乐成长吗？”在2个多小时的节目里，我们显然都不能说服彼此。

我不是“虎妈”，不同意强权一定能塑造优才，也不赞成把孩子像工业产品一样去打造标准的质量保障体系。作为父母，我觉得最大的挑战就是不把自己真实成长、时时跌跤的孩子，去和自己心中一个虚幻的完美孩子做比较。尊重每个孩子的独特个性，激发好奇心和求知欲，让他们真实、快乐、自信地成长，其实比参照一个标准程式更具挑战性，需要家长的细心观察和个性化引导。更重要的是，如果作为父母的我们能热爱自己的事业、家庭，互相支持陪伴，日日精进，我相信这些种子都会植入孩子们的潜意识，帮助他们拥有驾驭幸福人生的能力。

《头脑风暴》节目激辩过后，我晚上回家问铭铭，“1~10分，你给妈妈打几分？”铭铭想也不想就说“9分”。“评价挺高，谢谢。妈妈的优点是什么？”铭铭扳着指头说：“第一，你总知道我喜欢什么；第二，你总带我去参加同学们的活动，也会帮我组织好玩的生日会；第三，我考试的时候，你会陪我上学；第四，妈妈你做的饭菜很好吃。”“你希望妈妈做出哪些改变？”“你应该对我更有耐心，不要经常抱怨我做得不够好，就这一点扣分。”儿子9岁，在意的是很多平凡有爱的生活细节。有趣的是，这和我预想的答案挺不同。作为爸妈，我们是否能坐在孩子身边，认真倾听并及时改变自己呢？

我妈妈是一个立志学习和工作到底的人，我从年少轻狂时对她的权威充满逆反，到今天对她由衷的敬佩和欣赏，经历了很长的心路历程。小时候的记忆中，她是北京儿科名医，一个追求完美主义的强势母亲。后来，她是原卫生部“儿童早期综合发展”项目国家级专家，千万年轻父母的育儿专家导师。一个60岁的人敢于学习互联网，建博客，开微博，成为新浪微博全国“十大育儿大V用户”No.1，2014年微博总阅读量超过15亿次；2014年春天，她从零开始创建微信公众平台，学习新的规则和沟通方式，以原创内容和知识传播为重点，仅仅一年多已经拥有30多万粉丝。在她的背后，没有商业力量运作，没有专业团队扶植，只有她对儿科专业的爱与专注，和充满激情与活力的公益心。我也很想成为她那样的人，在年长时还能激励自己的儿女，为自己的理想和传播科学知识不懈努力。

我非常幸运，有一位名医母亲，可以时时指导我科学育儿的方法；另一方面，我也像其他年轻妈妈一样，常常会有很多疑问和挫折感。我很爱看妈妈的书，她有几十年做儿科医生的丰富经验，也有作为姥姥带外孙成长的真实体验，更有和千千万万年轻父母互动指导的经验。妈妈的书，像一个超级实用的工具箱，有很多平凡而有爱的细节，让我们用知识一点点提升自己，以更科学正确的方式去养育自己的孩子。希望她的新书可以切实地帮助到更多的手手父母！希望我们能够互相勉励，在爱中、在挫折中陪伴孩子成长，一起慢慢体会生命的全部意义。

麦肯锡资深董事合伙人 沙莎

2015年6月



再版序

《张思莱育儿手记》从出版到现在已经四五年了。在这四五年中，出版社不断通过加印本书来满足读者的需要。看到当当网近5000条的读者评论中，好评占到99.1%，我十分激动，这对我鼓励巨大。其中，有的读者说：“张大夫的书深入浅出，用自己外孙在成长过程中遇到的一些常见问题，告诉新手妈妈们在遇到类似状况的时候该怎么做。我总参照上面的方法、观念以及一些自己想不到的育儿方法来养育自己的宝宝。这套书对我很有用，非常喜欢。”也有读者说：“书拿到手就立刻开始读了，写得非常通俗易懂，涵盖了很多在孕期和养育宝宝过程中大家会遇到的问题，对我和老公，尤其是即将要帮我们带孩子的父母帮助很大。我如今怀孕5个月，提前学习，以免将来临时抱佛脚。”“在微博一直关注张思莱奶奶，而读此书我感觉像找到救命稻草一样！孩子整个成长期都参考它了。”

另外，还有一位网友在微博上推荐：“张思莱——一位退休后还坚持每天微博义务答疑，并在全中国进行免费讲座的良心医生！我买了她4本书，《张思莱育儿手记》上、下册和《张思莱育儿微访谈》养育分册、健康分册，非常接地气 and 实用。张医生以自己小外孙子的成长轨迹，来诠释小朋友成长路上会遇到的各种事情。我一般都是提前一个月看好下一个月会发生什么，在心理上做好准备。遇到什么问题也可以直接进行关键字检索，这4本书实在太实用了，推荐给大家！”看到读者这样喜欢我的书，我感到十分的欣慰，也感到进行科普宣传责任重大！

当初写这套书就是因为十几年来我一直在网络上与年轻的家长互动，帮助他们答疑解惑。这些家长遇到一些关于孩子的他们认为不寻常的表现，就束手无策了。其实，孩子身上的很多表现都是这个阶段的正常现象，只不过初涉育儿领域

的家长不知道而已。另外，一些新手爸妈在育儿路上还存在许多盲区和误区，我看在眼里，急在心里。作为一个儿科医生、一个妈妈、一个外祖母，我能不能写一套书就自己帮助女儿养育外孙所经历的事情，以及结合家长在育儿过程中所遇到的困惑给年轻的父母一些指导呢？为方便读者理解，我特意将晦涩难懂的医学术语转换成通俗易懂的科普知识，以写手记的形式告诉家长孩子在每个阶段可能会出现的问题及其应对措施，让读者读起来就像听邻居老妈妈在谈自己养育孩子的经历一样，既可以让年轻的父母感到亲切，又能增强对育儿知识的理解和应用。

隔代育儿是我国特有的社会现实，老一辈的人往往以自己旧有的价值观和养育观来养育孙代的孩子，自然就与具有现代养育观的年轻父母产生摩擦和矛盾。因此，我又希望我的书能够帮助我的同龄人跟上时代的步伐，帮助儿女一起养育隔代人。这也是我写《张思莱育儿手记》的初衷之一。

《张思莱育儿手记》已经走过将近5个年头，在这5年中，医学在不停地发展，我也在不断学习一些发达国家的科学育儿理念，并促使我萌生了要增补和修订这套书的念头，好让读者去接受更先进的科学育儿知识。另外，2014年6月，我被中华全国妇女联合会儿童工作部和中国家庭教育学会推荐为全国百位“传承好家风的好妈好爸”，更让我感到自身责任重大。因此，我更加希望在晚年时能为普及科学育儿知识做出更大的贡献，将这本育儿手记变得更加完善、实用，于是便花了近一年的时间修改这套书。尤其是我的书被指定为中国儿童少年基金会“和孩子一起成长”的公益活动用书，进一步促使我一定要将这套书做得更好，为孩子茁壮成长贡献出我的夕阳红！

在我和中国妇女出版社的编辑们的共同努力下，这套书出版了。在这里，我要深深感谢中国妇女出版社为这套书所付出的努力！感谢编辑们的精心雕琢！十分感谢为我的书著写序言的中国著名指挥家、作曲家、联合国教科文组织亲善大使谭盾先生和夫人“父母堂”创建人黄静洁女士！感谢著名主持人汪涵、杨乐乐夫妇，著名演员沙溢、胡可夫妇和新浪网育儿主编黄晓莉女士为我的书写推荐语！

谨以这套书献给准父母、父母和养育孙辈的我的同龄人！

张思莱

2015年5月



第一版序

自从《育儿手记——一个儿科主任和她的小外孙》这本书出版后，不少家长通过新浪网的各种论坛告诉我：“这本书对我们这些80后的家长来说很有指导意义。我们这一代人几乎都是独生子女，很少有照顾比自己小的人的机会，对于上一代人的育儿方式，我们往往又认为比较陈旧，跟不上时代的发展，因此喜欢从网络上获取育儿信息。但是，这些信息往往又互相矛盾，让人怀疑其是否具有科学性。看到这本由著名的儿科专家将自己照顾外孙的经历写成的书，我感到书中所写的内容可信、容易操作、实用性强，是一本具有指导意义的书籍。”另外，一位儿科医生在当当网的书评中写道：“我自己也曾是儿科医生。这本书的形式很好，把枯燥、艰涩的医学知识，很家常地、趣味地、通俗易懂地介绍给读者，极具可读性，而且很实用。因此，我买了两本，一本给妹妹，一本给女朋友的姐姐，算是我这个学医的给她们的帮助吧。”还有一位读者写道：“一个儿科主任同时也是一位母亲、小外孙的外婆，从女儿准备怀孕到怀孕再到养育孩子，她的细心、专业，让我这个准妈妈学到了很多知识，让我对宝宝出生以后能更科学地照顾他有了更强的信心。我觉得这是每位准妈妈应该拥有的专业书。”

正因为有这么多读者喜欢那本书，并希望我能继续写下去，将小外孙铭铭成长的过程记录下来，所以我又开始着手完成外孙1~4岁的成长记录。

孩子成长的4年，也是我学习的4年。说实在的，在40年的临床工作中，我经常从理论上指导别人，遇到一些具体细节上的问题便只能泛泛地解答家长，因为女儿长大后我再也没有亲自带过孩子。自从开始帮助女儿抚育外孙以来，我才真正体验了现代育儿过程中的酸甜苦辣。不但要让孩子吃得饱、吃得好，还要对孩

子进行科学系统的早期教育，为他的一生奠定好基础。这一切对于我来说需要不断进行学习，既要学习心理学、教育学以及当代学前教育的各种观点，还要学习电脑等方面的知识。但这一切的努力是值得的，通过不断地在网上和全国各地的家长进行交流，获得更加丰富的第一手资料，我——一位暮年的儿科医生再次焕发了学习上的青春，确实做到了活到老学到老，同时也快乐到老。

在帮助女儿抚育外孙子的过程中，我也有过抱怨和不满。每年我都要到全国各地讲课，还要完成杂志社约稿、整理讲稿内容和写书，加上我做事要求完美，所以常常感到照顾外孙有些力不从心。我是多么希望能够回到自己生活和熟悉的圈子里，但是为了女儿女婿和孩子之间更好地建立起亲子依恋关系，我不能带外孙离开他们在北京住，因为我不愿意在自己去世后给他们留下一个与他们不亲的孩子。

在中国，由隔代人帮助带孩子的居多，我希望年轻人多多理解隔代人带孩子的辛苦。他们带孩子是有很大优势的，因为他们对孩子有着深深的爱，有着丰富的生活经验，这是任何金钱买不来的，绝不像一些人宣传的那样一无是处。我去全国讲课，台下听课的不乏白发苍苍的老人。他们听课特别认真，并且仔细地记录着每一个知识点。但是，任何事物都有两面性：随着人的日渐衰老，思想可能趋于保守，这源于他们长久积累的生活经验；体力渐渐跟不上，不能带着孩子跑跳，这是人类生理发展的自然规律。我们不能像要求年轻人那样去要求他们。老年人在育儿方面做不到的地方，年轻的父母就应该进一步充实，尽自己做父母的责任。

希望我的这套书能够帮助大家，使大家在育儿路上少走弯路，让我们的下一代更加茁壮地成长。

在这里我要感谢我的亲家戚永芳、秦水娟为我提供了大量的照片和帮助，我的先生沙宪友、女儿沙莎和女婿秦志勇的大力支持下才使这本书得以顺利地完成。更要感谢“父母堂”微信公众号创建人黄静洁女士为本书做了序、著名的摄影师唐人为本书封面所作的摄影。

张思莱

2011年4月

目 录

第 1 章 13~15个月发育和养育重点

- 3 1岁5天 需要更改每天的饮食安排了
- 8 1岁7天 去医院接种水痘疫苗和麻风腮疫苗
- 12 1岁12天 推助步车碰到障碍物——有趣的意志行动
- 15 1岁15天 邻居装修的噪声严重影响了铭铭的情绪
- 20 1岁20天 接种水痘疫苗后铭铭反而出水痘了
- 24 1岁24天 王阿姨回来了——谈谈记忆力
- 28 1岁2个月 建构游戏是铭铭和爸爸的最爱
- 31 1岁3个月 不能抱小弟弟

第 2 章 16~18个月发育和养育重点

- 37 1岁4个月 爬隧道游戏是进行感觉统合训练的一个好方法
- 43 1岁4个月 铭铭懂得害羞了
- 47 1岁4个月 接种完乙脑疫苗和甲肝疫苗回家时，铭铭突然会说“爸爸再见”了
- 53 1岁4个月 白天撤掉纸尿裤进行如厕训练

- 58 1岁4个月 为蹲在地上的阿姨拿来小板凳——谈移情
- 63 1岁5个月 开始正式使用牙刷
- 66 1岁5个月 接种五合一疫苗，使用生长发育曲线图
- 71 1岁5个月 铭铭成功地钓上了一条“大鱼”
- 76 1岁5个月 这样很危险
- 80 1岁6个月 铭铭，好好想一想
- 84 1岁6个月 姥姥，铭铭怕
- 90 1岁6个月 铭铭的第一次“谎言”

第 3 章 19~21个月发育和养育重点

- 95 1岁7个月 我和铭铭狼狈地离开了某国际品牌的早教中心
- 101 1岁8个月 巧对孩子挑食、偏食的行为
- 109 1岁8个月 铭铭便秘了
- 114 1岁9个月 巧做营养餐，让铭铭喜欢上蔬菜
- 119 1岁9个月 我不给铭铭吃外面卖的面包、饼干和蛋糕

第 4 章 22~24个月发育和养育重点

- 127 1岁10个月 我和铭铭一起玩橡皮泥
- 131 1岁10个月 要爱护动物——去动物园游玩
- 136 1岁11个月 再谈亲子班的早期教育
- 143 1岁11个月 学骑三轮车
- 146 2岁 姥姥，我尿床啦

第 5 章 25~30个月发育和养育重点

- 152 2岁2个月 难道孩子必须在这个时候学会认数吗
- 159 2岁2个月 指挥铭铭帮助大人做家务
- 162 2岁2个月 与爷爷踢足球
- 165 2岁3个月 不要告诉姥姥
- 169 2岁3个月 铭铭会给我讲故事了
- 174 2岁3个月 在游戏中提升孩子的智力
- 183 2岁3个月 跟爷爷学习使用工具
- 187 2岁3个月 对铭铭性教育的启蒙
- 191 2岁4个月 和爸爸妈妈一起去摘草莓真高兴（沙莎日记）
- 193 2岁4个月 让孩子正确认识自我
- 199 2岁5个月 铭铭搀起摔倒的小弟弟，帮助掸土并且安慰他
- 203 2岁5个月 喂鸽子——和小动物亲密接触
- 207 2岁5个月 摸摸看，猜猜里面有什么东西
- 211 2岁5个月 如何看待孩子的破坏行为
- 215 2岁6个月 发现铭铭对汉字很敏感
- 227 2岁6个月 这个小领袖做的不够有“范儿”
- 231 2岁6个月 带铭铭去游泳池戏水
- 235 2岁6个月 铭铭很“小气”
- 239 2岁6个月 为了减轻分离焦虑，铭铭开始上幼儿园的亲子班
- 248 2岁6个月 蹲下来和孩子说话

第 6 章 31~36个月发育和养育重点

- 256 2岁7个月 通过绘本中的情节训练孩子进行推理和概括
- 263 2岁7个月 看护阿姨的素质很重要

- 267 2岁7个月 不能说铭铭是“两面派”
- 271 2岁8个月 感恩教育先从学会说“谢谢”开始
- 275 2岁8个月 学习使用筷子吃饭
- 279 2岁8个月 入园前的家长会和老师家访
- 282 2岁9个月 愉快地理发
- 285 2岁9个月 今天正式去上幼儿园托班
- 291 2岁9个月 入托一周后，铭铭哭闹着不去幼儿园
- 294 2岁9个月 关于铭铭在托儿所的表现——来自老师的反馈
- 299 2岁10个月 入园后2个月内铭铭病了3次
- 304 2岁10个月 妈妈带着学习剪纸和折纸（沙莎日记）
- 307 2岁10个月 让孩子学会赞美和欣赏别人
- 311 2岁10个月 《育海拾贝》记录了托儿所和家长的沟通
- 314 2岁11个月 在《育海拾贝》中，老师向家长告知11月的课程主题内容
- 316 2岁11个月 给孩子进行寒冷训练
- 318 2岁11个月 让孩子喜欢上家庭的饭菜
- 322 2岁11个月 关注托儿所每周营养食谱
- 328 2岁11个月 铭铭入托后喜欢一个人玩
- 331 3岁 在《育海拾贝》中，老师向家长告知12月和1月的课程主题内容
- 334 3岁 我不赞成给孩子过生日

第 7 章 3~4岁发育和养育重点

- 340 3岁1个月 在《育海拾贝》中，老师对铭铭入托后的表现进行总结
- 342 3岁1个月 公园是早教的大课堂
- 348 3岁1个月 让铭铭去买早点，对他进行金钱和消费的启蒙教育
- 352 3岁1个月 孩子的逆反心理
- 356 3岁1个月 对孩子不能说反话