

搜狐母婴
baobao.sohu.com

隆重推荐

母婴网
B6765
www.b6765.org.cn

独家支持

更科学、更实用、指导性更强

宝宝 0~3 岁

成长监测 与达标训练



北京医院 | 万理 主编
—— 首席专家 主任医师



巧香世家®
LORE ERA

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

更科学、更实用、指导性更强

宝宝0~3岁

成长监测与 达标训练



万理/主编 潘小梅/副主编

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目(CIP)数据

宝宝0~3岁成长监测与达标训练/万理主编. —北京:
中国人口出版社, 2013.3

ISBN 978-7-5101-1623-0

I. ①宝… II. ①万… III. ①婴幼儿—哺育
IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第023088号



更科学、更实用、指导性
更强的育儿工具书

宝宝0~3岁成长监测与达标训练

万理 主编 潘小梅 副主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	大厂正兴印务有限公司
开 本	710×1020 1/16
印 张	12
字 数	150千字
版 次	2013年5月第1版
印 次	2013年5月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5101-1623-0
定 价	28.80元

社 长	陶庆军
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街80号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

PART 1 婴儿期



第1个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	15
体格发育促进方案	15
初乳很重要	16
新妈妈要直接哺乳	16
催乳好方法	16
本月营养计划表	16

智能发育

粗大运动	17
粗大运动发育水平	17
达标训练	17
精细运动	18
精细运动发育水平	18
达标训练	18
认知能力	18
认知能力发育水平	18
达标训练	18

语言能力	19
语言发育水平	19
达标训练	19
社会交往能力	19
社会交往能力发育水平	19
达标训练	19

1个月宝宝综合测评



讲座1

母乳喂养
(22页)



讲座2

辅食添加
(51页)



讲座3

宝宝睡眠
(90页)

**专题
讲座**



讲座4

安抚宝宝哭闹
(130页)



第2个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	26
体格发育促进方案	26
母乳不足的喂养	27
配制乳品注意事项	27
本月营养计划表	27

智能发育

粗大运动	28
粗大运动发育水平	28
达标训练	28
精细运动	29
精细运动发育水平	29
达标训练	29
认知能力	29
认知能力发育水平	29
达标训练	30
语言能力	30
语言发育水平	30
达标训练	30
社会交往能力	31
社会交往能力发育水平	31
达标训练	31

2个月宝宝综合测评



第3个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	34
体格发育促进方案	35
妈妈多吃健脑食品	35
补充其他营养素	35
本月营养计划表	35

智能发育

粗大运动	36
粗大运动发育水平	36
达标训练	36
精细运动	37
精细运动发育水平	37
达标训练	37
认知能力	37
认知能力发育水平	37
达标训练	38
语言能力	39
语言发育水平	39
达标训练	39
社会交往能力	40
社会交往能力发育水平	40
达标训练	40

3个月宝宝综合测评



第4个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	43
体格发育促进方案	43
提高母乳质量	44
给宝宝添加辅食	44
本月营养计划表	44

智能发育

粗大运动	45
粗大运动发育水平	45
达标训练	45
精细运动	46
精细运动发育水平	46
达标训练	46
认知能力	47
认知能力发育水平	47
达标训练	47
语言能力	47
语言发育水平	47
达标训练	48
社会交往能力	48
社会交往能力发育水平	48
达标训练	48

4个月宝宝综合测评



第5个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	54
体格发育促进方案	55
本月营养计划表	55

智能发育

粗大运动	56
粗大运动发育水平	56
达标训练	56
精细运动	57
精细运动发育水平	57
达标训练	57
认知能力	58
认知能力发育水平	58
达标训练	58
语言能力	59
语言发育水平	59
达标训练	59
社会交往能力	60
社会交往能力发育水平	60
达标训练	60

5个月宝宝综合测评



第6个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	64
体格发育促进方案	65
补充蛋白质	65
继续补充铁质	65
扩大淀粉类食物品种	65
补充含免疫物质的食品	65
本月营养计划表	65

智能发育

粗大运动	66
粗大运动发育水平	66
达标训练	66
精细运动	67
精细运动发育水平	67
达标训练	67
认知能力	68
认知能力发育水平	68
达标训练	68
语言能力	69
语言发育水平	69
达标训练	69
社会交往能力	70
社会交往能力发育水平	70
达标训练	70

6个月宝宝综合测评



第7个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	73
体格发育促进方案	73
添加一些豆制品	74
给宝宝吃磨牙食物	74
专为宝宝制作辅食	74
增加含铁丰富的辅食	74
本月营养计划表	74

智能发育

粗大运动	75
粗大运动发育水平	75
达标训练	75
精细运动	76
精细运动发育水平	76
达标训练	76
认知能力	76
认知能力发育水平	76
达标训练	77
语言能力	77
语言发育水平	77
达标训练	77
社会交往能力	78
社会交往能力发育水平	78
达标训练	78

7个月宝宝综合测评



第8个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	81
体格发育促进方案	81
哺乳次数递减	82
食物过渡	82
改变饮食方式	82
本月营养计划表	82

智能发育

粗大运动	83
粗大运动发育水平	83
达标训练	83
精细运动	84
精细运动发育水平	84
达标训练	84
认知能力	85
认知能力发育水平	85
达标训练	85
语言能力	86
语言发育水平	86
达标训练	86
社会交往能力	87
社会交往能力发育水平	87
达标训练	87

8个月宝宝综合测评



第9个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	95
体格发育促进方案	96
饮食改变的重要性	96
循序渐进断奶	96
本月营养计划表	96

智能发育

粗大运动	97
粗大运动发育水平	97
达标训练	97
精细运动	98
精细运动发育水平	98
达标训练	98
认知能力	99
认知能力发育水平	99
达标训练	99
语言能力	100
语言发育水平	100
达标训练	100
社会交往能力	101
社会交往能力发育水平	101
达标训练	101

9个月宝宝综合测评



第10个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	105
体格发育促进方案	105
蛋白质的摄入	106
脂肪的摄入	106
钙的摄入	106
维生素C的摄入	106
本月营养计划表	107

智能发育

粗大运动	108
粗大运动发育水平	108
达标训练	108
精细运动	109
精细运动发育水平	109
达标训练	109
认知能力	109
认知能力发育水平	109
达标训练	109
语言能力	110
语言发育水平	110
达标训练	110

社会交往能力	111
社会交往能力发育水平	111
达标训练	111

10个月宝宝综合测评



第11个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	114
体格发育促进方案	114
养成按时进餐的好习惯	114
培养宝宝对食物的兴趣	115
培养宝宝的卫生习惯	115
训练宝宝自己使用餐具	115
避免宝宝挑食和偏食	115
本月营养计划表	115

智能发育

粗大运动	116
粗大运动发育水平	116
达标训练	116
精细运动	117
精细运动发育水平	117

达标训练	117
认知能力	117
认知能力发育水平	117
达标训练	118
语言能力	118
语言发育水平	118
达标训练	118
社会交往能力	119
社会交往能力发育水平	119
达标训练	119

11个月宝宝综合测评



第12个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	122
体格发育促进方案	122
本月营养计划表	123

智能发育

粗大运动	124
粗大运动发育水平	124
达标训练	124
精细运动	124
精细运动发育水平	124
达标训练	125
认知能力	125
认知能力发育水平	125
达标训练	125
语言能力	126
语言发育水平	126
达标训练	126
社会交往能力	127
社会交往能力发育水平	127
达标训练	127

1周岁宝宝综合测评



PART 2 幼儿期



第13~15个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	134
体格发育促进方案	135
本阶段营养计划表	135

智能发育

粗大运动	136
粗大运动发育水平	136
达标训练	136
精细运动	137
精细运动发育水平	137
达标训练	137
认知能力	138
认知能力发育水平	138
达标训练	138
语言能力	139

语言发育水平	139
达标训练	139
社会交往能力	140
社会交往能力发育水平	140
达标训练	140



讲座5
宝宝肢体语言
(149页)



讲座6
婴儿抚触
(166页)



专 题
讲 座



讲座7
成长的敏感期
(188页)



第16~18个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	141
体格发育促进方案	142
本阶段营养计划表	142

智能发育

粗大运动	143
粗大运动发育水平	143
达标训练	143
精细运动	144
精细运动发育水平	144
达标训练	144
认知能力	144
认知能力发育水平	144
达标训练	144
语言能力	145
语言发育水平	145
达标训练	145
社会交往能力	146
社会交往能力发育水平	146
达标训练	146

1岁半宝宝综合测评



第19~21个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	152
体格发育促进方案	153
本阶段营养计划表	153

智能发育

粗大运动	154
粗大运动发育水平	154
达标训练	154
精细运动	155
精细运动发育水平	155
达标训练	155
认知能力	155
认知能力发育水平	155
达标训练	156
语言能力	156
语言发育水平	156
达标训练	156
社会交往能力	157
社会交往能力发育水平	157
达标训练	157



第22~24个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	158
体格发育促进方案	158
本阶段营养计划表	159

智能发育

粗大运动	160
粗大运动发育水平	160
达标训练	160
精细运动	161
精细运动发育水平	161
达标训练	161
认知能力	161
认知能力发育水平	161
达标训练	161
语言能力	162
语言发育水平	162
达标训练	162
社会交往能力	163
社会交往能力发育水平	163
达标训练	163

2周岁宝宝综合测评



第25~30个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	169
体格发育促进方案	170
培养宝宝的咀嚼习惯	170
避免宝宝体重超标	170
本阶段营养计划表	170

智能发育

粗大运动	171
粗大运动发育水平	171
达标训练	171
精细运动	172
精细运动发育水平	172
达标训练	172
认知能力	173
认知能力发育水平	173
达标训练	173
语言能力	174
语言发育水平	174
达标训练	174
社会交往能力	175
社会交往能力发育水平	175
达标训练	175

2岁半宝宝综合测评



第31~36个月 发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	178
体格发育促进方案	178
宝宝所需的营养素	179
不可乱补营养剂	179
本阶段营养计划表	179

智能发育

粗大运动	180
粗大运动的发育水平	180
达标训练	180

精细运动	181
精细运动发育水平	181
达标训练	181
认知能力	182
认知能力发育水平	182
达标训练	182
语言能力	183
语言发育水平	183
达标训练	184
社会交往能力	184
社会交往能力发育水平	184
达标训练	185

3周岁宝宝综合测评

更科学、更实用、指导性更强

宝宝0~3岁

成长监测与 达标训练



万理/主编 潘小梅/副主编

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

我们坚持以专业精神,科学
态度,为您排忧解难。

PART 1 婴儿期

第1个月
发育监测与达标

体格发育

体格发育监测标准	15
体格发育促进方案	15
初乳很重要	16
新妈妈要直接哺乳	16
催乳好方法	16
本月营养计划表	16

智能发育

粗大运动	17
粗大运动发育水平	17
达标训练	17
精细运动	18
精细运动发育水平	18
达标训练	18
认知能力	18
认知能力发育水平	18
达标训练	18

语言能力	19
语言发育水平	19
达标训练	19
社会交往能力	19
社会交往能力发育水平	19
达标训练	19

1个月宝宝综合测评



讲座1

母乳喂养
(22页)



讲座2

辅食添加
(51页)



讲座3

宝宝睡眠
(90页)

专题
讲座



讲座4

安抚宝宝哭闹

(130页)