

百姓生活文库
BAIXINSHENGLIHUO

胎教·养胎· 早教·启智

大百科

超值
典藏版



百姓生活文库编委会 编著

以胎教激发宝宝潜能，以早教延续胎教之效，真正实现超前一步，领先一生



中国纺织出版社



图书在版编目(CIP)数据

胎教·养胎·早教·启智大百科/百姓生活文库编委会编著. —北京:中国纺织出版社, 2010. 10

ISBN 978-7-5064-6839-8

I. ①胎… II. ①百… III. ①胎教—基本知识②妊娠期—妇幼保健—基本知识 IV. ①G61②R715.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第179238号

策划编辑: 尚 雅 胡成洁

责任编辑: 胡成洁 李美华

责任印制: 刘 强

装帧设计: 刘金华 旭 晖 吴慧英

美术编辑: 李 澜

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京嘉业印刷厂印刷 各地新华书店经销

2010年10月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/16 印张: 26.25

字数: 450千字 定价: 29.90元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

目录

c o n t e n t s

特别推荐

养育宝宝你应该知道的事

☐ 必知话题之一：生宝宝，你们准备好了吗.....24	胎宝宝具备嗅觉..... 28
戒酒.....24	胎宝宝的触觉很敏锐.....29
戒烟.....24	胎宝宝有味觉.....29
不洗桑拿、不泡浴.....24	胎宝宝有记忆能力.....29
不穿紧身裤.....24	胎宝宝能感觉到光线的变化.....30
不喝可乐.....24	胎宝宝的学习力很强.....30
停止服用避孕药.....25	胎宝宝能感受到孕妈妈的情绪.....31
补充叶酸.....25	☐ 必知话题之四：IQ与EQ培养对宝宝一生的重要性.....32
做好优生检查.....25	高IQ是宝宝迈向成功的基础.....32
生活规律化.....25	高EQ是成功人生不可或缺的非智力因素.....32
加强营养.....25	决定宝宝完美人生的IQ+EQ.....33
积极治疗身体存在的疾病.....25	☐ 必知话题之五：重视IQ与EQ的早期开发与培养.....34
☐ 必知话题之二：了解胎宝宝的脑发育.....26	早期开发IQ的可能性与必要性.....34
脑的形成和发育.....26	早期开发EQ的必要性.....35
脑的结构与功能.....27	
☐ 必知话题之三：胎宝宝的能力.....28	
胎宝宝能聆听世界.....28	

Part 1

打造聪明宝宝：胎教+养胎两手都要抓

<第一章>

孕1月 孕妈妈胎教开课啦

□孕妈妈胎宝宝的新变化	38
孕妈妈的变化	38
胎宝宝的变化	38
□胎教基础知识	39
胎教的概念	39
胎教对母婴的益处	39
常用的胎教方法	41
胎教试验与实际的成功案例	44
实施胎教的注意事项	45
□上好本月胎教课	46
本月胎宝宝潜能开发计划	46
孕1月胎教指南	48
□特别专题：本月养胎需特别注意的事	53
孕1月的保胎要领	53
本月孕检内容	53
重视出现阴道出血	53
警惕葡萄胎	54



警惕着床位置不当	55
孕期头晕怎么办	55

<第二章>

孕2月 生活中处处有胎教

□孕妈妈胎宝宝的新变化	56
孕妈妈的变化	56
胎宝宝的变化	56
□上好本月胎教课	57
本月胎宝宝潜能开发计划	57
孕2月胎教指南	58
□孕妈妈养胎细节	68
夫妻吵架会影响胎宝宝	68
孕妈妈不宜穿高跟鞋	68
起居要规律	69
暂时和电脑说“BEY BEY”	69
□特别专题：本月养胎需特别注意的事	70
孕2月的保胎要领	70
本月孕检内容	70
孕期腹痛要小心	71
没有妊娠反应或妊娠反应消失怎么办	72
孕妈妈发烧怎么办	72
孕妈妈患了哮喘怎么办	72
孕妈妈患了阴道炎怎么办	73
孕妈妈健忘怎么办	73



<第三章>

孕3月 关注生活中的点滴

□孕妈妈胎宝宝的新变化.....	74
孕妈妈的变化.....	74
胎宝宝的变化.....	74
□上好本月胎教课.....	75
本月胎宝宝潜能开发计划.....	75
孕3月胎教指南.....	77
□孕妈妈养胎细节.....	83
做好夏日的防护工作.....	83
学会正确的洗脸方式是孕期护肤的关键.....	83
学会正确使用乳液保养肌肤.....	84
孕妈妈忌依赖心理.....	85
积极应对早孕反应.....	85
□特别专题：本月养胎需特别注意的事.....	86
孕3月的保胎要领.....	86

本月孕检内容.....	86
孕妈妈胸闷怎么办.....	87
孕早期头痛怎么办.....	87
缓解妊娠呕吐.....	88
警惕腮腺炎.....	88
孕早期尿频.....	89

<第四章>

孕4月 给胎宝宝提供舒适环境

□孕妈妈胎宝宝的新变化.....	90
孕妈妈的变化.....	90
胎宝宝的变化.....	90
□上好本月胎教课.....	91
本月胎宝宝潜能开发计划.....	91
孕4月胎教指南.....	93
□孕妈妈养胎细节.....	100
看可爱的宝宝图片.....	100
购买、使用内衣有讲究.....	100
孕妈妈开车有讲究.....	101
□特别专题：本月养胎需特别注意的事.....	102
孕4月的保胎要领.....	102
本月孕检内容.....	102
孕妈妈为何容易得鼻炎.....	102
孕期要防肾结石.....	103
便秘影响孕妈妈的健康.....	103
妊娠糖尿病不可小觑.....	104
妊娠合并急性阑尾炎.....	105

<第五章>

孕5月 孕妈妈与胎宝宝互动起来

□孕妈妈胎宝宝的新变化.....	106
孕妈妈的变化.....	106
胎宝宝的变化	106
□上好本月胎教课.....	107
本月胎宝宝潜能开发计划.....	107
孕5月胎教指南.....	108
□孕妈妈养胎细节.....	117
避免温差过大.....	117
远离碳酸型饮料.....	117
夏季孕妈妈应注意的事项.....	118
孕妈妈吃外食有讲究.....	118
本月防撞是大事.....	119
闻麝香会流产.....	119
□特别专题：本月养胎需特别注意的事....	120
孕5月的保胎要领.....	120
本月孕检内容.....	120



孕期痔疮的防护方法.....	120
孕妈妈白带增多怎么办.....	121
预防胎宝宝听力受损.....	121
孕妈妈出现睡眠障碍怎么办	122
矫正扁平乳头.....	122
警惕子宫增长过缓	123

<第六章>

孕6月 迎接胎宝宝大脑发育的高峰期

□孕妈妈胎宝宝的新变化.....	124
孕妈妈的变化.....	124
胎宝宝的变化.....	124
□上好本月胎教课.....	125
本月胎宝宝潜能开发计划.....	125
孕6月胎教指南.....	127
□孕妈妈养胎细节.....	129
孕妈妈忌羞怯心理.....	129
控制自己的嘴.....	129
乘坐交通工具一定要注意.....	130
电话也会传染病菌.....	130
不宜在居室放花草.....	131
不宜忽视休息.....	131
不宜打麻将.....	131
□特别专题：本月养胎需特别注意的事....	132
孕6月的保胎要领.....	132
本月孕检内容.....	132
孕妈妈出现胃灼热怎么办.....	132
警惕妊娠高血压综合征.....	133

被蚊虫叮咬后的处理方法.....	134
孕妈妈应警惕高脂肪之害.....	135
解决孕期副乳问题.....	135

<第七章>

孕7月 胎教一定要坚持

□孕妈妈胎宝宝的新变化.....	136
孕妈妈的变化.....	136
胎宝宝的变化.....	136
□上好本月胎教课.....	137
本月胎宝宝潜能开发计划.....	137
孕7月胎教指南.....	138
孕妈妈养胎细节.....	141
选择合适的腹带.....	141
药油要慎用.....	142
孕妈妈的正确坐姿.....	142
孕期用错药时的应对措施.....	143



孕妈妈忌怀疑心理.....	143
□特别专题：本月养胎需特别注意的事.....	144
孕7月的保胎要领.....	144
本月孕检内容.....	144
缓解耻骨疼痛有良方.....	144
孕妈妈的“肿”问题.....	145
胎动异常怎么办.....	146
警惕胎宝宝智商低.....	146
孕期牙龈出血怎么办.....	147
孕妈妈腰酸背痛怎么办.....	147

<第八章>

孕8月 抓住胎教的“尖峰时刻”

□孕妈妈胎宝宝的新变化.....	148
孕妈妈的变化.....	148
胎宝宝的变化.....	148
□上好本月胎教课.....	149
本月胎宝宝潜能开发计划.....	149
孕8月胎教指南.....	151
□孕妈妈养胎细节.....	155
给孕妈妈进行按摩.....	155
不宜乱用外用洗液.....	155
□特别专题：本月养胎需特别注意的事.....	156
孕8月的保胎要领.....	156
本月孕检内容.....	156
孕期得水痘怎么办.....	156
预防生出巨大儿.....	157
羊水过多、过少.....	157



孕妈妈手部发麻怎么办	158
孕妈妈视力下降怎么办	159
孕妈妈尿频、渗尿怎么办.....	159
正确认识呼吸沉重	159

<第九章>

孕9月 随时随地做胎教

☐ 孕妈妈胎宝宝的新变化.....	160
孕妈妈的变化.....	160
胎宝宝的变化.....	160
☐ 上好本月胎教课.....	161
本月胎宝宝潜能开发计划.....	161
孕 9月胎教指南.....	163
☐ 孕妈妈养胎细节	166
孕妈妈妊娠晚期忌远行.....	166
孕妈妈不要去拥挤的公共场所.....	167
注意监测胎心.....	167
☐ 特别专题：本月养胎需特别注意的事.....	168
孕9月的保胎要领.....	168

本月孕检内容.....	168
不可忽视打鼾问题.....	168
当心胎盘异常.....	169
孕妈妈的“恐药症”问题.....	170
正确处理胎膜早破.....	170
静脉曲张.....	171

<第十章>

孕10月 上好胎教最后一节课

☐ 孕妈妈胎宝宝的新变化.....	172
孕妈妈的变化.....	172
胎宝宝的变化.....	172
☐ 上好本月胎教课.....	173
本月胎宝宝潜能开发计划.....	173
孕 10月胎教指南.....	174
☐ 孕妈妈养胎细节.....	179
不宜大笑.....	179
不宜夜晚开灯睡觉.....	179
孕晚期不宜久站.....	179
护理好自己.....	179
☐ 特别专题：本月养胎需特别注意的事.....	180
孕10月保胎要领	180
本月孕检内容.....	180
正确处理过期妊娠问题.....	180
必须了解的临产知识.....	181
留意危险信号.....	181
了解难产，把伤害控制在最小范围内.....	182
警惕胎盘钙化.....	183
急产的危害.....	183

Part 2

宝宝启蒙课：行为培养+IQ+EQ一个都不能少

<第十一章>

第1个月 优育从现在开始

□宝宝各种能力发展状况.....	186
□有利宝宝发育的营养细节.....	187
初乳对宝宝的重要意义.....	187
掌握好开奶的时间.....	187
母乳喂养的正确姿势.....	187
给新生儿哺乳应注意的问题.....	188
□宝宝习惯训练课.....	188
新生儿不宜久抱.....	188
新生儿要养成良好的大小便习惯.....	189



□宝宝IQ早培养.....	189
语言能力：延长宝宝发音.....	189
视听能力：看妈妈的脸.....	189
动作能力.....	189
本月特别训练：宝宝创造性思维的启蒙训练...	190
□宝宝EQ早发掘.....	190
让按摩为宝宝带来舒适感：给宝宝按摩.....	190
及早逗笑宝宝：练习逗笑.....	190
□特别专题：宝宝的养护问题.....	191
注意宝宝的睡眠问题.....	191
宝宝的鼻脐不要挤压.....	191
给宝宝清理口腔.....	191
正确护理面部及皮肤.....	192
□每月一测：本月宝宝IQ测试.....	193

<第十二章>

第2个月 宝宝的变化看得见

□宝宝各种能力发展状况.....	194
□有利宝宝发育的营养细节.....	195
混合喂养应注意的问题.....	195
人工喂养应注意的问题.....	195
□宝宝习惯训练课.....	196
不宜让宝宝含乳头睡觉.....	196
应对夜哭、夜醒宝宝的好方法.....	196

□宝宝IQ早培养.....197

语言能力：诱导发音.....197

视听能力：看漂亮的手.....197

□宝宝EQ早发掘.....197

用微笑给宝宝稳定安全感：被关爱的感觉.....197

建立亲子依恋关系：妈妈爱宝宝.....198

让宝宝更主动一些：我先打招呼.....198

用最合适的刺激促进宝宝的EQ：让他接触更多的东西.....198

□特别专题：宝宝的养护问题.....199

宝宝的穿衣有学问.....199

经常给宝宝洗澡.....200

□每月一测：本月宝宝IQ测试.....201

<第十三章>

第3个月 宝宝要翻身了

□宝宝各种能力发展状况.....202

□有利宝宝发育的营养细节.....203

给宝宝喂蔬果汁.....203

不宜过早喝米粥.....203

给宝宝喂水.....203

正确选择吸奶器.....204

做好宝宝食具的消毒工作.....205

□宝宝习惯训练课.....205

宝宝的睡眠姿势.....205

宝宝睡觉不宜带手套.....206

□宝宝IQ早培养.....206

语言能力：打招呼.....206



视听能力：喜欢色彩.....206

动作能力：拍打吊球.....206

提高宝宝的观察能力.....207

提高宝宝的触觉反应能力.....207

喜欢听东西落地的声音.....207

□宝宝EQ早发掘.....208

培养宝宝与他人的亲近感：互相抱一抱.....208

培养宝宝的好奇心：杂货包.....208

锻炼宝宝对勺子喂食的适应性：学着用勺子喝水.....208

□特别专题：宝宝的养护问题.....209

保护宝宝的眼睛.....209

保护宝宝的耳朵.....209

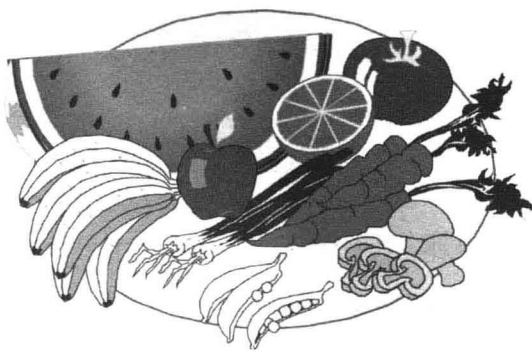
防止从床上掉到地上.....210

训练宝宝翻身.....210

□每月一测：本月宝宝IQ测试.....211

第4个月 宝宝最喜欢爱抚

□ 宝宝各种能力发展状况	212
□ 有利宝宝发育的营养细节	213
把握好添加辅食的时机	213
添加辅食应遵循的原则	213
腹泻时的喂养方法	215
又烧又吐时的喂养方法	215
□ 宝宝习惯训练课	216
预防宝宝“斗鸡眼”	216
防止宝宝睡眠日夜颠倒	216
□ 宝宝IQ早培养	217
语言能力：教宝宝发辅音	217
视听能力：追视喜欢的小玩具	217
思维能力：颠三倒四	217
□ 宝宝EQ早发掘	218
开发宝宝的自我意识：认识自己	218
培养宝宝与妈妈的亲情：妈妈的味道	218
培养宝宝情绪的稳定：给我安稳感	218
□ 特别专题：宝宝的养护问题	219
为宝宝配置睡袋	219



宝宝不宜睡在父母中间	219
注意宝宝异物入口	219
带宝宝外出	220
□ 每月一测：本月宝宝IQ测试	221

第5个月 与宝宝进行情感交流

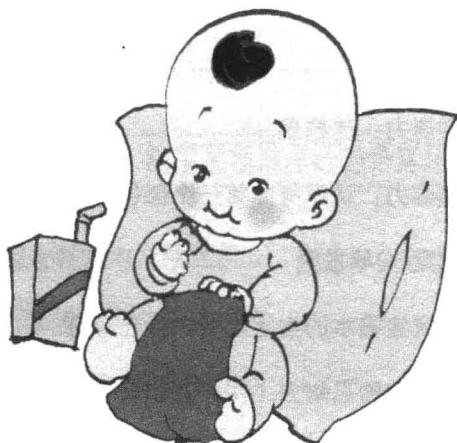
□ 宝宝各种能力发展状况	222
□ 有利宝宝发育的营养细节	223
如何喂养唇腭裂宝宝	223
如何喂养早产宝宝	223
不宜母乳喂养的宝宝	223
为断乳做准备	224
了解各类辅食的添加方法	225
□ 宝宝习惯训练课	225
不宜让宝宝久坐	225
□ 宝宝IQ早培养	226
语言能力：听懂第一种东西的名称	226
视听能力：辨别声音	226
动作能力：碰碰高	226
数学能力：和“1”做个好朋友	227
□ 宝宝EQ早发掘	227
促进亲子感情：与妈妈亲密接触	227
训练宝宝的安全感：接触生人	227
用关爱来培养宝宝的爱心	228
训练宝宝的主动性：藏猫猫	228
□ 特别专题：宝宝的养护问题	229
加强照顾	229

正确保护宝宝的乳牙.....	229
预防宝宝的牙齿变黄.....	230
注意宝宝的日常安全.....	230
☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试.....	231

<第十六章>

第6个月 开始培养宝宝的好习惯

☐ 宝宝各种能力发展状况.....	232
☐ 有利宝宝发育的营养细节.....	233
6个月宝宝添加辅食的原则.....	233
逐步添加辅食，不可操之过急.....	233
辅食添加不当影响宝宝发育.....	234
6个月宝宝的饮食宜忌.....	234
☐ 宝宝习惯训练课.....	234
建立亲子依恋的关键时期.....	234
自尊心形成的非常时期.....	235
正确引导宝宝看电视.....	235
纠正宝宝吸吮手指的习惯.....	235
☐ 宝宝IQ早培养.....	236
从练习咀嚼开始训练宝宝自助：嚼呀嚼呀.....	236
观察和记忆能力训练：打开、关上.....	236
动作能力.....	237
数学能力：拍手数数.....	237
思维能力：认识鸡蛋和苹果.....	238
☐ 宝宝EQ早发掘.....	238
与人交流能力：与宝宝对话.....	238
训练宝宝自助进食的生活能力：自己抱奶瓶.....	238



☐ 特别专题：宝宝的养护问题.....	239
宝宝口水多的护理方法.....	239
不要用嘴喂宝宝辅食.....	239
不宜太早学走路.....	240
☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试.....	241

<第十七章>

第7个月 打造更优秀的宝宝

☐ 宝宝各种能力发展状况.....	242
☐ 有利宝宝发育的营养细节.....	243
给宝宝添加磨牙食品.....	243
宝宝的饮食禁忌.....	243
给宝宝添加调味品应注意的问题.....	244
不宜光喝鱼汤、肉汤.....	245
☐ 宝宝习惯训练课.....	245
训练宝宝独自睡觉.....	245
训练宝宝用碗吃饭.....	246
☐ 宝宝IQ早培养.....	246
学会抑制：听懂“不”.....	246
听得懂别人叫自己的名字：叫乳名.....	247

视听能力：小音乐家.....	247
动作能力.....	247
数学能力：选糖果.....	248
认知能力：认识身体第一个部位.....	249
☐ 宝宝EQ早发掘	249
训练宝宝喝水的生活能力：自己捧杯.....	249
提高宝宝的忍耐力：用声音和动作示意.....	249
☐ 特别专题：宝宝的养护问题	250
不要给宝宝穿得太暖.....	250
注意不让宝宝被碰伤.....	250
防止宝宝的手到处捅.....	250
☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试	251

<第十八章>

第8个月 爬来爬去的乖宝宝

☐ 宝宝各种能力发展状况	252
☐ 有利宝宝发育的营养细节	253
预防宝宝营养过剩或者缺乏	253



给宝宝适当添加益生菌.....	253
给宝宝吃水果的注意事项.....	253
☐ 宝宝习惯训练课	254
正确引导认生的宝宝	254
正确对待恋物的宝宝	255
给宝宝增强自信心.....	256
☐ 宝宝IQ早培养	256
语言能力.....	256
认知能力训练.....	257
动作能力.....	257
☐ 宝宝EQ早发掘	258
培养宝宝的大小便自理能力：扶住坐盆.....	258
培养宝宝的交朋友能力：交朋友.....	258
☐ 特别专题：宝宝的养护问题	259
8个月宝宝的睡眠情况.....	259
接种疫苗后的反应和护理.....	260
使用折叠式婴儿车的安全问题.....	260
☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试	261

<第十九章>

第9个月 做好宝宝的第一任老师

☐ 宝宝各种能力发展状况	262
☐ 有利宝宝发育的营养细节	263
不宜喂宝宝的食物.....	263
给宝宝吃煮透的豆浆.....	263
宝宝要慎食营养品.....	263
☐ 宝宝习惯训练课	264
宝宝用头撞东西.....	264

纠正宝宝出牙期的不良习惯.....	264
-------------------	-----

☐ 宝宝IQ早培养	265
---	-----

语言能力训练.....	265
-------------	-----

认知能力训练：摸一摸，抓一抓.....	266
---------------------	-----

动作能力训练.....	266
-------------	-----

数学能力：学数字谣.....	266
----------------	-----

思维能力.....	267
-----------	-----

☐ 宝宝EQ早发掘	267
---	-----

让宝宝在进食上自立：用勺子舀到大枣.....	267
------------------------	-----

练习穿更多的衣服：伸腿入裤，拉好裤子.....	268
-------------------------	-----

鼓励宝宝用身体语言正确表达情绪：几种身体语言	268
------------------------------	-----

训练宝宝的合作能力：与宝宝一起跳舞.....	268
------------------------	-----

☐ 特别专题：宝宝的养护问题	269
--	-----

预防断奶综合症	269
---------------	-----

为宝宝测量呼吸与脉搏的方法.....	270
--------------------	-----

定期带宝宝去做健康检查.....	270
------------------	-----



☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试	271
---	-----

<第二十章>

第10个月 给宝宝创造良好的语言环境

☐ 宝宝各种能力发展状况	272
--	-----

☐ 有利宝宝发育的营养细节	273
---	-----

宝宝不愿吃辅食的应对策略	273
--------------------	-----

正确选购宝宝强化食品.....	273
-----------------	-----

过度肥胖及应对策略.....	273
----------------	-----

宝宝冬季饮食方略.....	274
---------------	-----

☐ 宝宝习惯训练课	274
---	-----

帮宝宝解决遇到的麻烦事.....	274
------------------	-----

☐ 宝宝IQ早培养	275
---	-----

语言能力训练	275
--------------	-----

视听能力训练.....	276
-------------	-----

动作能力训练.....	276
-------------	-----

数学能力培养：小东西，大容器.....	277
---------------------	-----

思维能力训练：配上对.....	277
-----------------	-----

☐ 宝宝EQ早发掘	277
---	-----

培养宝宝的动作语言：几种简单的身体语言	277
---------------------------	-----

训练宝宝帮大人做事：给大人递东西.....	278
-----------------------	-----

鼓励宝宝与同龄人交往：去小朋友多的地方	278
---------------------------	-----

☐ 特别专题：宝宝的养护问题	279
--	-----

注意保护宝宝.....	279
-------------	-----

小心宝宝乱摸乱拿.....	279
---------------	-----

给宝宝选一双合适的鞋子.....	280
------------------	-----

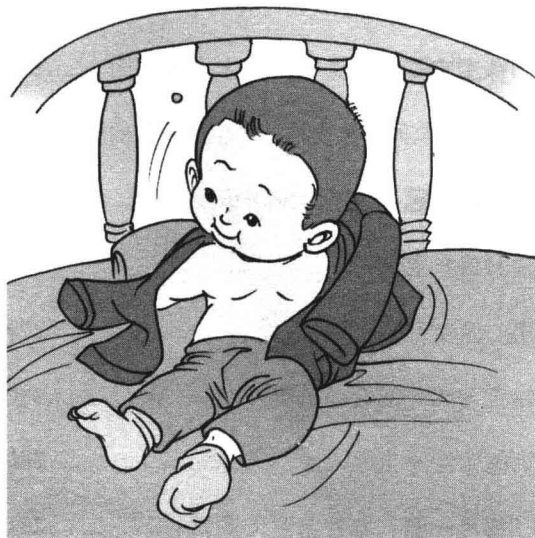
训练宝宝学走路.....	280
--------------	-----

☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试	281
---	-----

<第二十一章>

第11个月 宝宝更优秀了

□宝宝各种能力发展状况.....	282
□有利宝宝发育的营养细节.....	283
喂养11个月宝宝应注意的问题.....	283
□宝宝习惯训练课.....	284
纠正宝宝的偏食习惯.....	284
怎样改善宝宝打鼾.....	284
让宝宝学会独立.....	285
□宝宝IQ早培养.....	286
语言能力：懂得简单词语.....	286
视听能力：知道妈妈的声音.....	286
动作能力.....	286
数学能力：玩套环.....	287
思维能力.....	287
训练宝宝的模仿力：跟着发音.....	288
□宝宝EQ早发掘.....	288
让宝宝学习照顾别人：照顾娃娃.....	288



培养宝宝正常的安全依恋.....	288
纠正宝宝偏食、挑食的坏习惯.....	289
训练宝宝独立脱衣：脱去鞋袜及部分衣服.....	289
□特别专题：宝宝的养护问题.....	290
宝宝不宜穿开裆裤.....	290
给宝宝创造舒适的室内环境.....	290
□每月一测：本月宝宝IQ测试.....	291

<第二十二章>

第12个月 全面呵护宝宝

□宝宝各种能力发展状况.....	292
□有利宝宝发育的营养细节.....	293
12个月宝宝喂养注意事项.....	293
营养不良的症状及应对措施.....	293
行为反常及应对策略.....	293
有损宝宝大脑发育的食物.....	293
给宝宝吃适量硬食物.....	294
□宝宝习惯训练课.....	294
引导反应强度高的宝宝.....	294
引导反应强度低的宝宝.....	295
□宝宝IQ早培养.....	296
语言能力.....	296
视听能力：敲一敲.....	297
动作能力.....	297
数学能力.....	298
□宝宝EQ早发掘.....	298
教宝宝记住别人的名字.....	298
让宝宝参与群体游戏：同其他宝宝一起走.....	298

☐ 特别专题：宝宝的养护问题.....	299
培养宝宝的活动规律.....	299
宝宝扭伤与劳损的处理.....	299
给宝宝喂药.....	299

可以给宝宝喝鲜奶了.....	300
给宝宝选购被褥的注意事项.....	300
☐ 每月一测：本月宝宝IQ测试.....	301

Part 3

培养无时不在：将早教+启智进行到底

<第二十三章>

13~15个月 宝宝运动能力更强了

☐ 宝宝各种能力发展状况.....	304
☐ 有利宝宝发育的营养细节.....	305
少给宝宝吃油炸食品.....	305
适当给宝宝吃高钙食品.....	305
宜吃鸡蛋.....	305
宜吃香菇.....	305
宝宝三餐科学安排.....	306
☐ 宝宝习惯训练课.....	306
教宝宝独立吃饭.....	306
养成进餐规律的习惯.....	307
不宜边吃饭边喝水.....	308
☐ 宝宝IQ早培养.....	308
语言能力训练.....	308
视听能力训练.....	308
动作能力.....	309
培养身体灵活性训练.....	309



思维能力.....	310
☐ 宝宝EQ早发掘.....	310
鼓励宝宝用身体语言欢迎别人.....	310
☐ 特别专题：宝宝的养护问题.....	311
不要给宝宝掏耳朵.....	311
宝宝开窗睡眠好处多.....	311
别让宝宝接触小动物.....	311
防止宝宝形成“八字脚”.....	312
防止宝宝被扎伤.....	312
☐ 阶段测试：本阶段宝宝IQ测试.....	313

16~18个月 给宝宝最好的生长空间

□宝宝各种能力发展状况.....	314
□有利宝宝发育的营养细节.....	315
宝宝食物过敏的预防对策.....	315
宜吃核桃.....	316
不宜多吃肝脏.....	316
牛奶并不是多多益善.....	316
□宝宝习惯训练课.....	317
正确疏导宝宝的嫉妒心.....	317
宝宝爱咬人.....	318
□宝宝IQ早培养.....	318
语言能力训练：正确表达意思.....	318
视听能力：看小球，找小球.....	319
动作能力：追影子.....	319
数学能力训练：棋子比赛.....	319



思维能力训练：穿珠子.....	319
□宝宝EQ早发掘.....	320
培养宝宝的独立性：自己玩.....	320
培养宝宝讲礼貌的好习惯：习惯用语讲一讲.....	320
□特别专题：宝宝的养护问题.....	321
防止宝宝被电击伤.....	321
防止烧烫伤宝宝.....	321
防止宝宝误食药物.....	321
应对宝宝误食干燥剂的对策.....	321
防止宝宝吃脏东西.....	322
防止宝宝出现生理性厌食.....	322
□阶段测试：本阶段宝宝IQ测试.....	323

19~21个月 时刻不停学说话

□宝宝各种能力发展状况.....	324
□有利宝宝发育的营养细节.....	325
为宝宝适当补充益智食品.....	325
宜适量吃胡萝卜.....	325
控制宝宝对冷饮的食用量.....	325
宜吃海带.....	326
忌吃膨化食品.....	326
□宝宝习惯训练课.....	326
宝宝常尿床怎么办.....	326
宝宝怕黑.....	328
□宝宝IQ早培养.....	328
语言能力训练.....	328
视听能力：听声音.....	329