



Xiao Lang Guan™

小郎官

- 让宝宝亲近大自然，你行动了吗？
- 宝宝为什么喜欢玩水？
- 你是否忽略了宝宝爱的表达？
- 你知道怎样表扬宝宝吗？
- 如何处理宝宝之间的“小矛盾”？
- 宝宝边吃边玩，怎么办？

1.5-2岁

宝宝
轻松

教

小郎官早教课题组 编著



武汉大学出版社

WUHAN UNIVERSITY PRESS



Xiao Lang Guan™

小郎官

宝宝轻松教

育儿丛书

小郎官早教课题组 编著



武汉大学出版社

WUHAN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝轻松教. 1.5-2岁 / 小郎官早教课题组编著.

—武汉: 武汉大学出版社, 2012.5

(小郎官育儿丛书)

ISBN 978-7-307-09895-4

I. ①宝… II. ①小… III. ①婴幼儿—家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第119030号

责任编辑: 郭志安

责任校对: 刘欣

出版发行: 武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

本社网址: www.wdp.com.cn

印 刷: 武汉梅苑彩印有限公司

开 本: 787 × 1092 1/32

印 张: 3.5

字 数: 100千字

版 次: 2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-307-09895-4/G · 2535

定 价: 26.00元

版权所有, 侵权必究

图书如有印装质量问题, 请与当地图书销售部门联系调换。

序言

致每一个爱孩子的人



亲爱的读者，当你翻开这本书的时候，我们相信，你心中正充盈着一份浓浓的爱。你希望你的宝宝在这份爱的沐浴下，长得聪明伶俐、乖巧可爱，最好还能成为同龄人中的佼佼者，有着更多的快乐与纯真。

于是，你努力地将愿望付诸实践。在此过程中，你可能查阅了大量资料，也向别人请教了不少“育儿经”，目的就是想用宝宝最能接受的方式去引导他。但在实际生活中，你还是遇到了不少头疼的问题，如宝宝不好好吃饭，宝宝老要妈妈抱，宝宝不敢见生人……

这些问题，不仅困扰着为生计不停奔波的你，而且会严重地影响宝宝未来的身心发展！你是否正在寻求科学的解决方案，是否希望得到更全面、更专业的育儿指导呢？

知己知彼，百战不殆。要教育好宝宝，你必须先去了解这个可爱的对手。即使宝宝还没到说话的时候，他（她）也会在生活中表现出各种各样的行为。这些行为就像一串串的“婴儿密码”，破译了这些“密码”，你就能知道宝宝到底渴望什么，他（她）又有着怎样独特的才能。

在这套“宝宝轻松教”育儿丛书里，我们将宝宝成长阶段中，你将会遇到的最常见、最关注的问题一一呈现。伴随着对宝宝独特行为的解密，你将会对这个神奇的生命体有着全新的认识，并得到我们所提供的更科学、合理的解决方法。

而在这些解决方法的背后，还有一种宝宝最乐于接受的教育形式，那就是父母和宝宝一起嬉戏。从宝宝一出生，父母就开始逗弄宝宝，这是一种最简单的亲子游戏。此后，父母和宝宝一起摇摇铃、推小车、骑大马……这些有趣的游戏就像色彩缤纷的糖果，宝宝一旦品尝到它们的美妙滋味，就会变得更加健康、聪慧、懂事……

但是，你肯定会想：这种糖果有这么神奇吗？怎样才能找到这种神奇的糖果呢？我们“小郎官”早教课题组，愿将从业多年的心得和经验与你分享。但在这段育儿之旅开始前，有些道理我们必须明白：

第一，每个宝宝都有着明显的个体差异。宝宝可能在某一方面表现得不那么突出，但在另一方面优于其他宝宝。因此，必须根据实际情况，依靠你的智慧，结合宝宝的生长发育特点，选择适当的游戏和玩具，调整玩法。

第二，父母在与宝宝玩耍时，要注意观察宝宝的情绪。看宝宝是否正处在兴奋的精神状态，如果宝宝对游戏表现得毫无兴趣，那么就不要再强求他（她）玩了。你可以换一种游戏，换一种玩具跟宝宝相处，甚至可以让宝宝一个人安静地玩耍。

第三，尽可能地让宝宝在生活和游戏中享受音乐的熏陶。在宝宝吃饭、玩游戏时，播一段轻快的小步舞曲；在宝宝睡觉、按摩时，放一首舒缓的小夜曲。有研究表明，优秀的音乐能调节宝宝的情绪，提高宝宝的音乐鉴赏力，促进宝宝的智力和身体发育。

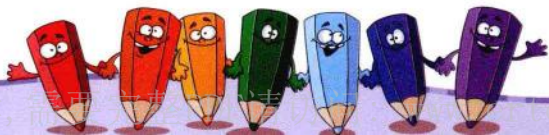
第四，更换游戏不要过于频繁。事实上，宝宝喜欢反复地去玩一个游戏。在这种一而再、再而三的“温习”中，游戏所要传达的教育意义才能让宝宝好好领会。只要宝宝不反感，每一个游戏，都可以持续地玩一段时间。

第五，以充满童趣的心灵，为宝宝选择玩具，陪宝宝游戏。这样，你才能独具慧眼，了解宝宝心中所想，更好地指引宝宝，与宝宝一起度过美好的亲子时光。

最后，也是最重要的一点，再忙也不要吝惜你与宝宝相处的时间。你只要每天抽出十分钟的时间与宝宝相处，跟他（她）做一个他喜欢的游戏，宝宝就能感受到你的爱，得到极大的满足与快乐。这份爱日积月累，将会变成世界上最珍贵的礼物，馈赠给宝宝，馈赠给你，馈赠给你与宝宝共同迎接的美好明天！

小郎官早教课题组

2012年5月



1

育儿心经

2……三岁看大，七岁看老

2

1岁6-8个月

生理发展

- 7……本阶段宝宝体格发育指标
- 8……为什么宝宝跑步时将两只胳膊高高抬起？
- 9……球类游戏还有哪些新玩法？
- 10……**亲子乐园：丢球高手**
- 12……宝宝喜欢侧着走和后退着走，正常吗？
- 13……怎样和宝宝一起玩面团？
- 14……宝宝边吃边玩，怎么办？

心智发展

- 15……你了解宝宝的破坏欲吗？
- 16……**宝宝成长专题——破坏欲**
- 20……该不该让宝宝做力所能及的事情？
- 21……为什么宝宝爱玩沙子？
- 22……**亲子乐园：沙子魔术师**
- 24……宝宝能够准确匹配形状吗？
- 25……宝宝知道物品的归属吗？
- 26……**亲子乐园：猜猜是谁的**
- 28……将宝宝与别的宝宝做比较，好吗？

情感语言

- 29……宝宝能够与父母一问一答吗？



- 30…… 宝宝爱抢玩具，怎么办？
- 31…… 怎样给宝宝念儿歌？
- 32…… **亲子乐园：小白兔乖乖**

3

1岁8-10个月

生理发展

- 35…… 本阶段宝宝体格发育指标
- 36…… 宝宝不敢上下楼梯，怎样训练？
- 37…… 宝宝练习跳跃有什么好处？
- 38…… **亲子乐园：小伞兵降落**
- 40…… 你的宝宝会蹬三轮车吗？
- 41…… 可以教宝宝学折纸吗？

心智发展

- 42…… 如何看待宝宝的“抽象画”？
- 43…… 你了解宝宝的秩序感吗？
- 44…… **宝宝成长专题——秩序感**
- 50…… 宝宝能够区分大与小吗？
- 51…… 宝宝为什么喜欢玩水？
- 52…… **亲子乐园：好玩的海绵宝宝**
- 54…… 怎样教宝宝认识植物？
- 55…… 宝宝会归类物品吗？
- 56…… **亲子乐园：水果连连看**

情感语言

- 58…… 宝宝真的变“大方”了吗？



- 59…… 宝宝会不会使用句子？
- 60…… **亲子乐园：悄悄话说了什么？**
- 62…… 家有爱发问宝宝，如何应对？
- 63…… 宝宝害怕打针，怎么办？

4

1岁10-12个月

生理发展

- 65…… 本阶段宝宝体格发育指标
- 66…… 怎样教宝宝学跳？
- 67…… 宝宝精力太旺盛，怎么办？
- 68…… **亲子乐园：橡皮筋游戏**
- 70…… 怎样对宝宝进行精细动作训练？
- 71…… 两岁宝宝可以骑自行车吗？
- 72…… 宝宝走路罗圈腿，怎么办？

心智发展

- 73…… 两岁宝宝可以玩拼图吗？
- 74…… **亲子乐园：动手拼拼看**
- 76…… 宝宝越来越任性，怎么办？
- 77…… 让宝宝亲近大自然，你行动了吗？
- 78…… **亲子乐园：奇妙的放大镜**
- 80…… 两岁宝宝有性别意识吗？
- 81…… 如何培养宝宝的节奏感？
- 82…… **亲子乐园：我有一只小毛驴**

情感语言

- 84…… 你是否忽略了宝宝爱的表达？

- 85…… 你知道怎样表扬宝宝吗？
- 86…… 如何处理宝宝之间的小矛盾？
- 87…… 怎样培养宝宝的专注力？
- 88…… 亲子乐园：书本多米诺

5

父母研修班

- 91…… 0-3岁要注意培养哪些素质？
- 96…… 培养宝宝八大智能

6

1.5-2岁教玩具推荐

- 100…… 身体运动智能玩具
- 101…… 音乐智能玩具
- 101…… 语言智能玩具
- 102…… 空间智能玩具
- 103…… 自然认知智能玩具

7

附录

- 104…… 宝宝体重跟踪记录

期许孩子一个远大的未来

每个孩子都是特别的，我们要做的是了解、伴随和支持孩子的成长，让我们的育儿知识与孩子的成长同步，成就孩子一个健康、卓越、完整的人生，与此同时，也让我们自己逐渐走向真正的成熟……



三岁看大，七岁看老

0-3岁至关重要

人们常说：三岁看大，七岁看老。0-3岁真有这么重要吗？

先让我们从脑科学来了解吧

世间万物的发展速度不是一成不变的，人的大脑也是如此。芝加哥大学彼得教授研究发现，新生儿脑部神经细胞的数量已接近于成人，约为1000亿个。这些脑神经细胞相互连接，形成“突触”，这些“突触”构成数以亿万计的“互连网络”，正是这个“突触互联网”决定了大脑的发达程度。

突触连接图



研究得知：

- 婴儿在出生时，大约有50万亿个突触连接，这个数目相当于成年人的1/10。
- 3岁时，突触连接的数目达到巅峰，大致是成年人的2倍，约1000万亿个。
- 但到了14岁，孩子的突触连接数目逐渐衰退得和成人大致相当。



神经突触的连接和凋亡

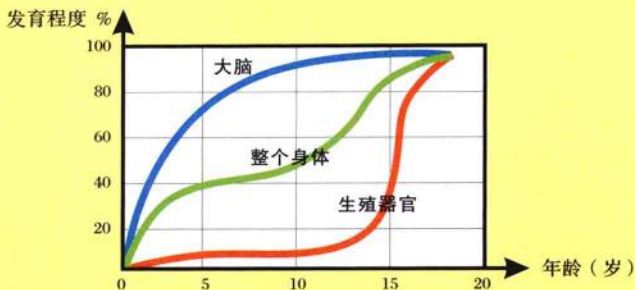
彼得教授说：“在早期，婴儿对新事物十分敏感，突触不断接受新鲜事物的刺激，脑细胞之间的连接和信息传递以立方系数增长，脑部功能越来越发达。因此，在0-3岁时，如果尽可能地丰富婴儿的大脑体验，他的成就将不可估量。如果忽视了对大脑的信息营养补充，众多神经元处于空置状态，就会让突触数量逐渐递减，进而萎缩，最终和成人大致相当。”

再让我们看看0-3岁孩子的学习能力

孩子出生时，头部最大，从“人体机能发育曲线图”中不难发现：大脑在3岁时已经发育到80%，6岁时达到90%，已经基本成熟，而肢体和性方面的成长，则明显慢了许多。

人类的学习机能主要取决于大脑，所以，在0-3岁时，大脑的发育速度决定了这个阶段的学习能力也是惊人的。

人体机能发育曲线图



著名的教育家蒙特梭利女士定论：“人出生后头三年的发展，超过整个一生中的任何阶段……”

看看我们的孩子在这3年里都学会了什么吧：

在身体上，他学会了拾、夹、捏等精细动作，走、跑、跳等大动作；

在语言上，他能掌握母语中70%的语言，用来学习、沟通和表达；

在认知上，他学会了认识万物，并会通过思考来解决问题；

在社交上，他将懂得如何与人相处，如何与人互动；

在情绪上，他将学会控制欲望，管理情绪……

这一切，是任何动物都无法学会的，不得不说，婴儿才是这个世界上最出色的学习能手！

国际心理学协会最新研究证明：人生获得的所有知识，大约有95%是在0-6岁这个阶段学会的，只有5%左右的少数专业知识，是长大后通过课堂或者在社会上学到的。

“三岁看大，七岁看老”，一句看似朴实的谚语，其中却蕴含了最深奥的育儿哲理。

从现在开始，让我们重新去审视宇宙中这个最神秘的精灵吧，一起去了解他是如何一点一滴地成长为世界上最伟大的生命体！



玛丽亚·蒙特梭利



每个宝宝都是独特的天使，存在个体差异。本书中展现的是大部分宝宝的特征，如果您的宝宝有少许出入，请不必过担忧。

让我们一起走进神奇而又充满乐趣的育儿之旅吧！◆◆◆●

Chapter

1岁6-8个月

宝宝一岁半后，爸爸妈妈会发现这个小人儿越来越难带了。而且，细心的父母也会发现，宝宝这段时间看上去越来越瘦了，他的运动量越来越大，但胃口却好像越来越小了……让我们带着这些问题，看看育儿专家是怎么说的吧！





本阶段宝宝体格发育指标

体重：男宝宝平均12.25kg，女宝宝平均11.41kg。

身高：男宝宝平均85.97cm，女宝宝平均84.85cm。



专家解读

这个阶段宝宝的牙齿增多，咀嚼功能增强，所以应多吃固体食物，还没有养成咀嚼习惯的宝宝需要加强锻炼而不能任其吃流食。宝宝的食物应该选择牛奶、豆类及各种豆制品、肉类、鸡蛋、水果、蔬菜等，使其多样化。另外，要注意给宝宝吃粗粮，如玉米面粥、窝头等，荤素搭配，膳食均衡，以保证宝宝生长发育所必须的营养物质。

6-8个月

生理发展



为什么宝宝跑步时将两只胳膊高高抬起？



专家解读

如果你仔细观察，会发现宝宝跑步时会把两只胳膊高高抬起，向前倾斜着跑。这是因为宝宝随时准备用胳膊做“刹车”停止动作，一旦刹不住摔倒了，就用胳膊支撑起头和身体，不让自己“嘴啃泥”。宝宝刚刚学跑的时候，通常是两眼看着地面，借着惯性往前跑，如果宝宝的平衡能力发育得很好，即使是摇摇晃晃地往前跑，也不会轻易摔倒。但是，如果路面不平坦或突然出现障碍物，宝宝还不能控制速度或者灵活地绕开障碍物，就会摔倒。

父母可以与宝宝玩追逐游戏，有意识地让宝宝练习跑和停，渐渐地宝宝就能学会在停之前放慢速度，使自己站稳。遇到障碍物时，要指导宝宝事先做好准备，安全地绕过。

为什么宝宝跑步时将两只胳膊高高抬起？

8