

快乐贝贝好妈咪

两
周
岁

于若木



一九九九年十二月十八

主编 曲大富



指点育儿方略
精析养育内涵
诠释父母职责
尽收成功心得

北京科学技术出版社

快乐贝贝好妈咪·2 周岁

曲大富 主 编

北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

快乐贝贝好妈咪·2周岁/曲大富主编. —北京:
北京科学技术出版社, 2000. 4

ISBN 7-5304-2390-8

I. 快… II. 曲… III. 婴幼儿—妇幼保健 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 18332 号

快乐贝贝好妈咪·2 周岁

曲 大 富 主 编

★

北京科学技术出版社出版

(北京西直门南大街 16 号)

邮政编码:100035

各地新华书店经销

三河市腾飞胶印厂印刷

★

850 毫米×1168 毫米 32 开本 11.5 印张 252 千字

2000 年 4 月第一版 2000 年 4 月第一次印刷

印数 1-10000 册

定价:18.50 元

名誉主编：于若木

主 编：曲大富

副 主 编：周小英 王 德

编 委：任 凡 何丽玮 刘可芳

蒋汉渊 韩李梅 李展翼

王剑波 欧国辉 何华辉

熊利华 刘为凤 王淑和

蒋 清 王明慧 王持明

总 序

跨世纪的危机与养育的革命

100 多年前，一位年轻的母亲抱着孩子向达尔文请教应从何时开始教育，达尔文问：“这孩子有多大了？”母亲得意地说：“他才两岁半！”

达尔文惋惜地说：“夫人，您已经迟了两年半了。”

日本心理学家井深大在《幼儿园太晚了》一书中指出，人类智力的潜力远远超出人们陈腐偏见的想象。对孩子的教育和训练应从0岁(产前)开始。

那么，在养育的革命——工作父母家庭开始居主流地位，科学养育成为一种时尚的背景下，如何实现这一点呢？

前 言

宝宝1周岁了!这让人父母者感到一种安慰和兴奋。孩子的一言一行都让父母看在眼里,喜在心头。望着一天天长大的宝宝,父母该如何面对教养孩子的头“疼”大事呢?

不必担心,《快乐贝贝好妈咪·育婴系列丛书·2周岁》想您之所想,急您之所急,为您而作,既和您一道遵守育儿准则,又分担您的操心重任;既为您教育孩子出招,又和您一道设计宝宝的美好前程。

当然要当心,1周岁的宝宝活泼好动,犹如晶莹剔透的水晶,千万要倾情呵护。本书的养育篇、教育篇将帮助您把宝宝培育成一个强壮而聪明的孩子;医疗保健篇针对宝宝的身心发育特点,给出一付付绝妙处方,旨在诚心诚意地把您的宝宝培养成健康而有出息的人才。

此外,小栏目的设置,使得本丛书与众不同,匠心独运,轶事趣闻,让您耳目一新,开怀不已,育儿的艰辛与烦恼顿消,轻松享受为人父母的乐趣。

让我们和您一道陪宝宝走过2岁!相信孩子的脱颖而出尽在我们的关怀中。

——编者

目 录

总 序 前 言



小荷初露尖尖角

——宝宝 2 周岁 (1)

□ 2 周岁宝宝的发展水平 (2)

● 大动作 ● 言语 ● 精细动作

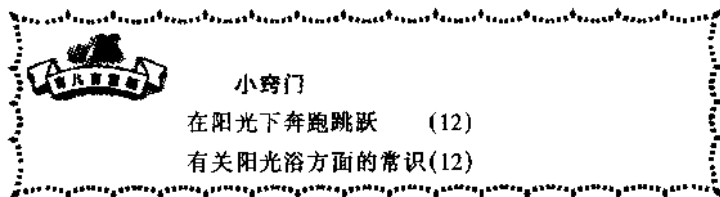
● 认知能力 ● 社会行为

□ 成长印痕和育儿要点 (3)

● 第一个月 ● 第二个月 ● 第三个月 ● 第四个月

● 第五个月 ● 第六个月 ● 第七个月 ● 第八个月

● 第九个月 ● 第十个月 ● 第十一个月 ● 第十二个月



顺着孩子的台阶爬

——2 周岁宝宝的饮食营养哺育 (14)

□ 饮食哺育法 (14)

- 幼儿的饮食研究 ● 断奶宝宝的营养学
- 哺乳学问 ● 厌食的宝宝
- 更换乳品的方法 ● 宝宝吃食神医秘方
- 宝宝滋补品神医秘方 ● 维护宝宝的维生素
- 宝宝健康硬食物



妈咪须知

幼儿动作发展之原则 (60)

幼儿动作技巧的重要性 (61)

相亲相爱一家人

——2 周岁宝宝的日常生活照料 (63)

□ 父母职责——善善引导 (63)

- 饮食 ● 日常生活 ● 语言 ● 游戏中的启发

□ 2 周岁宝宝日常生活照料全方位指导 (74)

- 第一个月 ● 第二个月 ● 第三个月 ● 第四个月
- 第五个月 ● 第六个月 ● 第七个月 ● 第八个月
- 第九个月 ● 第十个月 ● 第十一个月 ● 第十二个月



开心园

没牙了,就是老了吗 (113)

给我用蚊帐布做件衣服吧 (114)



教育篇

成龙成凤教子经

——宝宝早期智力教育漫谈 (116)

□ 绽放智慧之花 (116)

● 幼儿的智商 ● 提高孩子的智商 ● 好奇心与智商

● 让孩子更主动 ● 引导孩子的求知欲

□ 训练使孩子更聪明 (121)

● 孩子会变笨吗 ● 让孩子多动脑

● 联想能力的训练 ● 创造力使孩子一生受益

● 训练内容多多 ● 不断鼓励孩子



趣谈身体器官

像照顾老人一样照顾肚脐(127)

胃有牙齿吗(128)

一行白鹭上青天

——2周岁宝宝智力发育面面观 (131)

□ 2周岁宝宝全方位益智训练 (131)

● 第一个月 ● 第二个月 ● 第三个月 ● 第四个月

● 第五个月 ● 第六个月 ● 第七个月 ● 第八个月

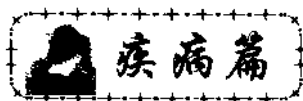
● 第九个月 ● 第十个月 ● 第十一个月 ● 第十二个月



生活指南

做一次最好的空中旅行(229)

帮助孩子坐便盆(231)



健康,从发现疾病入手 (234)

□ 怎样鉴别有病的宝宝 (234)

● 发现疾病的关键

食欲不振 不眠 原因不明的啼哭 没精神

● 通过皮肤异常可以发现的疾病

皮肤发育发白 皮肤浮肿 脸烧得发红 脸色突然发青

□ 宝宝的异常 (238)

● 不吃米饭 ● 不胖 ● 不会说话 ● 不会走步

● 婴儿的熬夜 ● 突然发高烧 ● 高烧不退

● 婴儿咳嗽 ● 抽风

● 婴儿哭死过去

宝宝常见病的诊与治 (247)

□ 宝宝肠胃疾病的诊与治 (247)

● 宝宝腹泻专治良方

● 宝宝呕吐治疗

● 从宝宝的排泄看健康

● 小儿肠胃问题

□ 宝宝呼吸系统疾病的诊与治 (260)

● 下呼吸道感染

● 小儿细支气管炎专治良方

● 呼吸上的障碍

● 婴儿的喘鸣与哮鸣专治良方

- 宝宝咳嗽
- 急性链球菌咽炎专治良方
- 宝宝气管食道异物专治良方
- 疱疹性咽峡炎专治良方
- 宝宝其它疾病的诊与治 (285)
 - 小儿发热分期及表现特点
 - 什么情况下需用药物降温
 - 预防接种的注意事项
 - 警惕猩红热的并发症
 - 小儿麻疹的特点及其预防
 - 谈谈百日咳
 - 警惕无脓血的早期菌痢
 - 警惕小儿化脓性脑膜炎
 - 破伤风防重于治
 - 谈谈水痘
 - 警惕小儿感冒后的并发症
 - 小儿痢疾的特点和预防
 - 谈谈小儿支气管扩张症
 - 浅谈小儿阑尾炎
 - 小儿息肉诊与治
 - 小儿健康的大敌——蛔虫病
 - 婴幼儿中耳炎及其防治
 - 单用钙剂不能防治佝偻病
 - 小儿倒睫可治愈
 - 儿童弱视需治疗
 - 为什么要保护乳牙

- 怎样预防龋齿
- 儿童常见的口炎有哪些
- 小儿口腔病的预防和护理
- 宝宝用药基本知识 (316)
 - 小儿用药特点
 - 怎样计算儿童用药量
 - 不要让孩子随便服用大人药
 - 鱼肝油不能多吃
 - 小儿要不要吃补药
 - 注意药的副作用
 - 严格按量服药
 - 用药要遵医嘱
 - 慎重使用青霉素
 - 谨防滥用抗菌素
 - 药品要保管好



育儿百宝箱

- 小儿夏天不可多食寒凉食品(300)
- 从孩子的尿量辨别疾病(302)
- 小儿腹痛不能随便服用止痛药(305)
- 尿频是病吗(308)
- 如何判断幼儿的视力低下(310)

养育篇

小荷已露尖尖角 ——宝宝2周岁

宝宝满2岁了!这让父母感到一种安慰和兴奋。再仔细观察宝宝,他在很多方面确实长大了。

他似乎不再像过去那样冲动、莽撞,不再那样只顾自己、东跑西撞、不再需要成人的处处保护,也不再需要成人随时随地地告诉他什么是危险。两岁的宝宝也不再像以前那样畏缩、害怕,他已不那么难舍难分地依赖着成人,能比较独立地自由活动了。他的情绪多数时间都安定而满足,他会用亲昵的动作或声音靠近成人,父母亲子之间建立了一种充满乐趣的给予和获得的关系。他会用自己的名字来称呼自己,他的行动更加利落,在家庭成员中成为一个更加积极主动的小伙伴了。

他热衷于观察和探索世界,如各种各样的瓶瓶罐罐都是他探究的好对象。可以给他一些大小不同的容器和一些可以放进容器的物品,他会从中学会很多物理关系。宝宝这时行动灵活,但还不能任他满屋子自由行动,否则,他不是乱涂乱撒弄得一塌糊涂,就是登高冒险,让大人吃一惊。这时他要打开门出去,独自上下楼梯,或去卫生间。玩水尤



养
育
篇



其能吸引这时的宝宝。每次洗澡都是他的一次节日。只要气温允许,不妨让他多几次在小盆中摆弄毛巾或玩具的机会。

这时的宝宝喜欢重复,开始对规律和顺序有了最初的体验。在玩具摆放、家庭物品布置,生活规律等方面父母都可开始有意识地加以培养。

2 周岁宝宝的发展水平

大动作

双足同时跳离地面

一手扶栏杆自己上下楼梯(5~8级)

不扶物向两、三个方向踢球(180°以内)

连续跑3~4m,较稳地骑三轮车

言语

会背两句6个字的儿歌

能回答生活中的简单问题

能说明一件简单的事情

精细动作

模仿画直线

能将玩具摆放整齐

用6块积木造塔

用线绳穿1~3个珠子

能一页页翻书

认知能力

会认几种颜色

口头数数1~5,口手结合数数1~3,说出常见物体的名字(50个左右)

听完故事能说出讲的什么人、什么事

按指示完成简单任务

社会行为

尝试自己脱去上衣和裤子

见不同的人会招呼

会说出自己几岁

能说出几种常见物的用途

成长印痕和育儿要点

第一个月

生理发育

体重增加约 0.18(女) ~ 0.17(男) kg

身高增加约 0.93(女) ~ 0.90(男) cm

用手和足爬上 1 ~ 2 级楼梯

堆砌 2 块积木

听到大人叫名字会过来

心理特点

喜欢:

探索新环境

发现新的物品

与他人作面部表情和言语交流

牵着父母的手行走

竖起食指表示 1 岁

育儿要点

1 合理营养, 平衡膳食

2 智力及运动能力的训练



3 独立走、爬楼梯、抓豆豆

4 学习辨认和命名新物体

5 发重叠音、学称呼

6 学做竹竿操

7 建立有规律的生活制度

8 预防接种要全程足量

第二个月

生理发育

体重增加约 0.18(女)~0.17(男)kg

身高增加约 0.93(女)~0.90(男)cm

投一个小丸入瓶

完成“走过来”、“捡起玩具”的指令

抓帽子放在头顶上

知道烫的东西不能摸

心理特点

喜欢:

牵着拖拉玩具到处走

尝试参与穿衣、脱衣

双臂随大人做上下运动

拿东西给爸爸、妈妈

搭堆积木、玩套塔

育儿要点

1 保证每日供给六种营养素

2 推车走、玩拖响玩具

3 玩套塔、搭积木

4 学认动物、发音、说 2~3 个字的话

5 听表声、分辨大小

6 用冷水洗脸、洗手脚、擦身

7 不失时机地培养宝宝独立生活能力

第三个月

生理发育

体重增加约 0.18(女)~0.17(男)kg

身高增加约 0.93(女)~0.9(男)cm

向前方抛球

用四块积木排火车

会指出红色

大小便时会找便盆坐下

心理特点

喜欢:

独自行走

把空盒子、小桶等容器装满

模仿成人的动作

玩球

育儿要点

1 每日必需的四大类食物及数量

2 放手让宝宝活动

3 抛球、装球、玩大积木

4 听指令做动作

5 认识圆、学说简单话

6 便前自己找便盆坐下

7 视觉的保护

第四个月