

主编：王艳琴

专家热情支持，网上解忧答疑



清华大学
附属医院妇产中心
专家奉献



育儿早教智力开发



专家指导

- 新生儿、婴幼儿喂养及护理精心指导
- 多元智力开发及早期教育方法与训练
- 儿童心理健康发展与实用教育方法集锦
- 才艺培养正确方法

中国戏剧出版社

主编：王艳琴

专家热情支持，网上解忧答疑

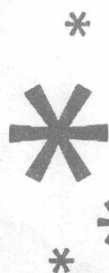
育儿早教智力开发

专家指导

专家顾问 罗耀先

编委 彭月 辛敏 夏秀芳

张守然 张么新



中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

幸福新起点. 第2辑 / 王艳琴主编, 一北京: 中国戏剧出版社
2006.9

ISBN 978-7-104-02466-8

I. 幸 ... II. 王 ... III. ①妊娠期—妇幼保健—基本知识 ②婴幼儿—哺育—基本知识 IV. ①R715.3 ②TS976.31
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 110576 号

幸福新起点 第2辑 育儿·早教·智力开发专家指导

责任编辑: 左灿丽

责任印制: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

经 销: 全国新华书店

社 址: 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码: 100097

电 话: 58930241 (发行部)

传 真: 58930242 (发行部)

电子信箱: fxb@xj.sina.net (发行部)

印 刷: 北京业和印务有限公司

开 本: 660 mm × 950mm 1/16

总 印 张: 122

版 次: 2007 年 9 月 北京第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-104-02466-8

总 定 价: 112.80 元 (全六册)

版权所有 翻印必究



目 录

养 育 篇

第 1 章 新生儿的养育和护理



第一节 新生儿的生理状况

头颅	2	皮肤	5
囟门	2	生殖器	5
头发和头皮	3	大小便	6
颜面	3	吐奶	6
眼睛	3	体重下降	7
鼻	3	生理性黄疸	7
嘴	4	假月经	7
耳	4	原始神经反射	7
躯干四肢	4		



第二节 母乳喂养

母乳喂养的好处	9
正确的哺乳方法	10
如何判断母乳不足	11
增乳的方法	12
母乳不足时的喂养	14



第三节 人工喂养



选择代乳品	15
如何鉴别真假奶粉	17
牛奶的用量	18
人工喂养的卫生要求	19
奶瓶喂奶的方法	20



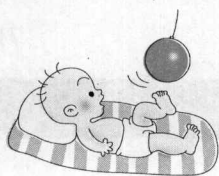
第四节 新生儿的护理

脐带护理	21
一般性护理	22
如何替新生宝宝洗澡	23
如何替新生宝宝穿衣	25
如何帮新生宝宝换尿布	26
新生儿抚触	27

第2章 婴儿的养育



1个月婴儿的发育特点	29
1个月婴儿的喂养指导	30
2个月婴儿的发育特点	31
2个月婴儿的喂养指导	32
3个月婴儿的发育特点	33
3个月婴儿的喂养指导	34
4个月婴儿的发育特点	35
4个月婴儿的喂养指导	36
5个月婴儿的发育特点	38



5 个月婴儿的喂养指导	39
6 个月婴儿的发育特点	40
6 个月婴儿的喂养指导	41
7 个月婴儿的发育特点	42
7 个月婴儿的喂养指导	43
8 个月婴儿的发育特点	44
8 个月婴儿的喂养指导	45
9 个月婴儿的发育特点	46
9 个月婴儿的喂养指导	47
10 个月婴儿的发育特点	48
10 个月婴儿的喂养指导	50
11 个月婴儿的发育特点	50
11 个月婴儿的喂养指导	52
12 个月婴儿的发育特点	53
12 个月婴儿的喂养指导	54

第 3 章 幼儿的养育

13~17 个月宝宝的发育特点	56
18~21 个月宝宝的发育特点	57
22~24 个月宝宝的发育特点	58
25~27 个月宝宝的发育特点	59
28~30 个月宝宝的发育特点	60
31~33 个月宝宝的发育特点	62
33~36 个月宝宝的发育特点	63
1~2 岁宝宝的食物与饮食	65
1~2 岁宝宝可能出现的问题	67

2~3 岁宝宝的食物与饮食	69
2~3 岁宝宝可能出现的问题	71

第 4 章 婴幼儿的护理



第一节 日常护理

宝贝身高增长的奥秘	74
5 月长高不能忽略五件事	77
婴幼儿五官保健	79
爱眼九问	81
学龄前儿童看电视有“十忌”	84
如何训练小儿坐便盆	87
小儿不宜总穿开裆裤	88
培养幼儿的卫生习惯	88
纠正宝宝的不良习惯	89
让宝宝早睡早起的八大要点	91
对女孩的特殊护理	93
宝宝冬季手足养护八方法	93
如何让宝宝具备俊美的外形	96
散步,简单的快乐	98
让幼儿学会自我保护	100
如何在意外伤害第一时间挽救孩子生命	101
家有小儿需谨慎装修污染	105





第二节 睡眠



一岁以内三种睡姿要交替	107
培养孩子的午睡习惯	109
宝宝独睡难点预先攻克	110
养成好的睡眠规律	111
宝宝常打呼噜正常吗	113
小儿睡觉盗汗怎么办	114
宝宝睡觉磨牙怎么办	115
小儿夜间尿床如何纠正	116



第三节 口腔护理

出牙晚不一定缺钙	117
细嚼慢咽有利于牙齿健康	118
宝宝口臭细寻因	119
让宝宝爱上刷牙	121
有效预防孩子龋齿	122



第四节 疾病与健康



健康体检	123
宝宝生病有预兆	127
小儿厌食症的家庭调护	129
小儿感冒的居家护理	131
小儿用药的注意事项	133
小儿鼻出血的处理	134
带宝宝去医院当心交叉感染	135

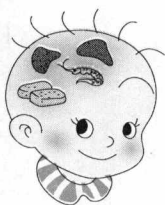
三招提高宝宝的抗寒能力	136
宝宝夏季需严防的七种疾病	139
谨防铅中毒影响孩子智力	141
目前孩子接种的疫苗有哪些	142
预防接种的程序	144
预防接种八不宜	144
怎样减少预防接种后的反应	145
接种后可能出现的反应及一般处理	146

益智早教篇

第5章 智力开发



第一节 概论



什么是智力	149
智力开发的误区	150
七种“智力”全面发展	151
如何开发孩子的智能	152
智力开发何时开始	155
早教六法则	157



第二节 婴儿智力开发

1个月婴儿的早期教育与训练	159
2个月婴儿的早期教育与训练	160
3个月婴儿的早期教育与训练	161
4个月婴儿的早期教育与训练	162
5个月婴儿的早期教育与训练	163

6个月婴儿的早期教育与训练	165
7个月婴儿的早期教育与训练	167
8个月婴儿的早期教育与训练	169
9个月婴儿的早期教育与训练	171
10个月婴儿的早期教育与训练	173
11个月婴儿的早期教育与训练	176
12个月婴儿的早期教育与训练	177



第三节 幼儿智力开发

运动智能的开发与培养	178
语言能力的培养与训练方法	180
思维能力培养与训练	184
想像力的培养与训练	187
影响智力发育的因素	190

第6章 儿童早期教育



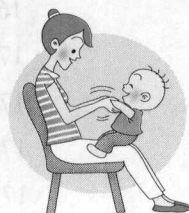
第一节 儿童心理学理论

弗洛伊德：儿童心理发展理论要点	192
埃里克森：心理社会发展阶段理论要点	192
班杜拉：儿童心理学理论要点	194
格塞尔：儿童心理发展理论要点	195
华生：儿童心理学理论要点	196
皮亚杰：儿童认知发展理论	196
蒙台梭利：儿童智能发育的九大敏感期	198





第二节 早教实务



蒙台梭利家教法则	201
有效的教育最重要	202
孩子发展的四个阶段	203
父母应有的三种态度	205
应给孩子的三件礼物	206
三个美好的假定	207
给孩子犯错的机会	209
给孩子足够的刺激	210
厌烦情绪提高孩子行动力	210
培养与孩子的共情	211
家长要学会表现无知	212
家庭问题的四个看法	212
如何让孩子变大方	214
孩子间冲突处理六步骤	215
培养孩子的亲密依恋	218
如何让孩子更有主心骨	219
面对幼儿倔强脾气十招	221
要不要让孩子早识字	224
训子千遍,不如培养一个好习惯	225
奖励孩子,“夸”比给“管”用	226
领孩子走进正确的性大门	228
巧妙拒绝别人送给孩子的“坏礼物”	231
让“蛋壳心理”远离孩子	235
不要夸大孩子对父亲的排斥	236

才艺篇

第7章 音乐



训练新生儿的音乐感受能力	239
怎样对幼儿进行音乐启蒙	240
宝宝是个音乐小“天使”吗	242
发展孩子的音乐能力	244
培养孩子的乐感	246
教孩子用自然音唱歌	247
幼儿学唱歌选曲有讲究	247
你的孩子能学钢琴吗	248
为2~3岁孩子配制打击乐器	249
律动舞蹈	250
怎样对孩子进行舞蹈启蒙	254
培养幼儿对舞蹈的兴趣	255
你的孩子是否适合学舞蹈	256

第8章 美术



培养宝宝的美术艺术	260
教宝宝认颜色	264
怎样让宝宝欣赏画画	265
孩子到处乱涂乱画怎么办	266
让宝宝拿起小画笔	267
指导宝宝用蜡笔涂涂画画	268
如何培养孩子画画的兴趣	269
为2~3岁的孩子选择蜡笔	270

指导 2~3 岁的孩子学画	271
谈儿童美育的启发	272
引导有美术才能的孩子	275
如何选择儿童美术班	276
教孩子选用颜色	278

附录

聪明宝宝健脑食物	279
日常食品中的营养	279
全脑能力指标参考表	280
1~3 岁宝宝生活能力参考表	280
北京市儿童免疫接种程序表	281
0~3 岁儿童身高体重参照表	281





养育篇



第1章

新生儿的养育和护理

第一节 新生儿的生理状况



头部

正常足月出生的新生儿头颅呈椭圆形,相对较大,头长大约占身长的四分之一;颅缝尚未闭合,倘若分娩时受过产道挤压会发生边缘重叠,这时用眼看或者用手摸时有条线状突起的骨边缘,如果重叠程度不严重,随小儿头部的生长均能重新长平。尽管出生时头颅骨已较硬,但如果护理不当或睡眠姿势不恰当仍可造成偏头、扁头等头颅畸形。



囟门

小儿出生时,颅缝尚未长满,形成一个菱形空间,没有头骨和脑膜,医学上叫囟门。头顶有两个囟门,位于头前部的叫前囟门,斜径约2.5厘米,6~7个月骨化后逐渐缩小,1~1.5岁闭合,如果出生时摸不





到前囟门或者前囟门过大、过突或过凹,都提示可能存在问题,务必请医生诊断。位于头后部的叫后囟门,约0.5厘米,生后2~4个月自然闭合;有的小儿在出生时就已闭合,这也属正常。

头发和头皮

新生儿的头发稀松细软、条纹清晰。有的小儿头皮出现较软的包块,多数是受产道挤压导致皮下组织水肿而形成的“产瘤”,少数也可能是血肿,家长不易区别而应该由医生来诊断;产瘤一般能够自行消退而不必作特殊的处理,血肿一般也能全消但其中少部分可能不会完全消退而出现局部突起的硬块。

颜面

新生儿出生时还会有颜面浮肿的现象,特别以眼睑浮肿者为多,新生儿颜面浮肿的现象一般在一周内即可消失。

眼睛

新生儿的眼睑处可见到微小的出血点,此时新生儿的眼发育尚不成熟,有一个生理性远视过程。有的新生儿有眼眵,这多是由于为预防淋菌或衣原体性结膜炎而使用硝酸银或抗生素点眼而引发的反应,父母不用担心。

鼻

新生儿鼻软骨已经具有正常的硬度,鼻孔常被粘液堵塞而影响呼



吸、吃奶，必须及时清理。



嘴

新生儿口腔内牙龈和硬腭上有小白点，俗称“马牙”，属于正常现象，一般生后2~3周逐渐消失。



耳

新生儿耳软骨发育良好，已形成耳廓。出生2~7天后开始有听觉，2~4周时能较专注地听周围的声音。



躯干和四肢

新生儿有一双罗圈腿，这跟他在子宫里蜷缩的姿势有很大的关系。一般来说，这种状态会一直持续到二岁左右。大约从三岁开始，双腿还会变成X型。直到6~8岁以后才会完全变直。

新生儿的躯干相对比较长，手臂和腿相对比较短，脊柱是直的，四肢肌肉的紧张度较高，呈外展和屈曲姿势；胸廓大多呈椭圆形，少数也有略呈桶状，胸围比头围稍小；乳房可以摸到乳腺小结节，乳头突出，乳头周围的颜色略深；腹部凸凸鼓鼓但柔软；脚底皮纹布满整个脚底，手指甲和脚趾甲超过手指和脚趾末端。

