

21 世纪生活艺术丛书

ERSHIYI SHIJI
SHENGHUO YISHU
CONGSHU

社交礼仪艺术

恋爱婚姻艺术

科学育儿艺术

章承红 吴 燕 杨 丽 编著

Zhang Chenghong

Wu Yan

Yang Li

烹调营养艺术

养生保健艺术

公关口才艺术

心理修养艺术

休闲娱乐艺术

服饰美容艺术

家居装饰艺术

家电选用艺术

摄影摄像艺术

学

XUE

育

YU

科

KE

儿

ER

艺

YI

术

SHU

K E X U E Y U E R Y I S H U

中国书籍出版社



21

世纪生活艺术丛书

ERSHIYI SHIJI
SHENGHUO YISHU
CONGSHU

科学育儿艺术

章承红 吴 燕 杨 丽 编著

Zhang ChengHong

Wu Yan

Yang Li

学

XUE

科

KE

育

YU

儿

ER

K E X U E Y U E R Y I S H U

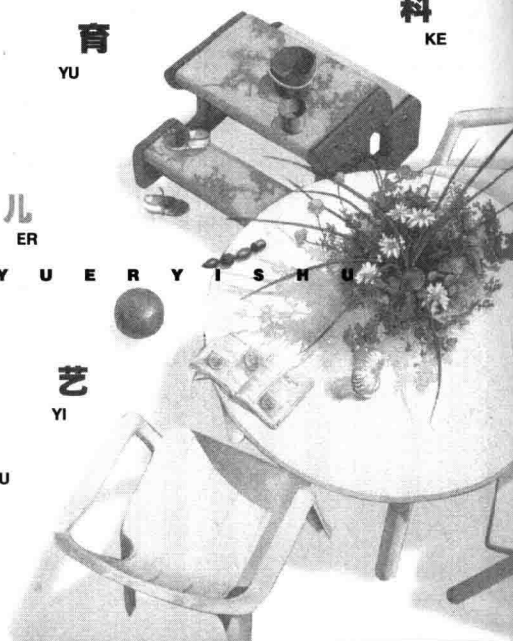
艺

YI

术

SHU

中国书籍出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

科学育儿艺术/章永红等编. - 北京: 中国书籍出版社,
2000.1

(21 世纪生活艺术丛书)

ISBN 7-5068-0473-5

I. 科… II. 章… III. ①婴幼儿-哺育-普及读物②
婴幼儿-妇幼保健-普及读物 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 73674 号

书 名 / 科学育儿艺术

书 号 / ISBN 7-5068-0473-5/Ts·27

责任编辑 / 郝 捷

责任印制 / 王大军 刘颖丽

封面设计 / 悬垦工作室

出版发行 / 中国书籍出版社

地 址 / 北京市丰台区太平桥西里 38 号 (邮编: 100073)

电 话 / (010) 63455164 (总编室) (010) 63454858 (发行部)

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 北京地矿印刷厂

开 本 / 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 11 印张 256 千字

版 次 / 2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月第 1 次印刷

印 数 / 0001 - 5000 册

定 价 / 16.00 元 (册)

版权所有 翻印必究

目录

21 SHIJI SHENGHUO YISHU CONGSHU



一、营养哺育

儿童年龄分期的特点·····	(1)
什么是新生儿的胎龄·····	(5)
哪些母亲不宜哺乳·····	(7)
母乳防病保健功能·····	(8)
怎样给新生儿哺乳·····	(9)
怎样给小孩断奶·····	(10)
怎样进行人工喂养·····	(10)
婴儿添加辅食的最佳月龄·····	(12)
辅食制作方法有哪些·····	(13)
儿童吃奶类食品的禁忌·····	(14)
怎样让孩子接受新食物·····	(17)
小儿不宜过食肥肉、肝、肾食品·····	(19)
儿童不宜多吃的食品和饮料·····	(20)
怎样给小儿食用果汁·····	(21)
幼儿不宜多吃烧烤食物·····	(22)
应给幼儿吃些苦味食品·····	(23)
幼儿健康与饮水·····	(24)
婴幼儿每天需要多少水·····	(25)

婴幼儿需要多少热能·····	(26)
偏食有什么不好·····	(27)
创造就餐环境消除儿童厌食·····	(28)
儿童情绪异常与挑食、偏食·····	(29)
要不要给孩子吃高级营养品·····	(30)
小儿营养不良与药物有关·····	(32)
造成营养不良的原因是什么·····	(33)
微量元素不能缺·····	(34)
培养孩子对蔬菜的兴趣·····	(34)
小儿怎样吃鸡蛋好·····	(36)
夏季幼儿不宜多吃冷食·····	(36)
巧克力为啥不能多吃·····	(38)
孩子多吃赖氨酸不好·····	(38)
哪些食物能保护孩子的眼睛·····	(39)
孩子患病后应安排什么样的饮食·····	(40)
怎样安排肥胖小儿的饮食·····	(41)

二、卫生保健

尿布的正确选择与使用·····	(43)
新生儿穿什么样的衣服才合适·····	(45)
培养孩子自己穿脱衣服的好处·····	(45)
购制孩子衣装应怎样注意卫生要求·····	(46)
穿开裆裤的弊端·····	(48)
孩子穿鞋有学问·····	(48)
新生儿的五种感觉功能·····	(49)
怎样训练小儿的感觉·····	(51)
不要让幼儿佩戴小饰物·····	(53)
8个月的婴儿怎样进行爬行训练·····	(53)

怎样教孩子学走路·····	(54)
婴儿怎样运动为好·····	(55)
小儿摔倒后应仔细检查·····	(58)
新生儿患病时有什么征象·····	(59)
要定期为小儿进行健康检查·····	(59)
如何判断婴儿健康与否·····	(60)
孩子流口水是否是病·····	(61)
婴幼儿的口腔护理方法·····	(61)
及早诊治婴儿期交流障碍·····	(62)
怎样教孩子正确刷牙·····	(64)
怎样保护六龄牙·····	(65)
怎样防治孩子牙齿发黄·····	(66)
舌系带短要不要切开·····	(67)
小儿嘴唇干裂的防治·····	(68)
怎样为孩子查诊眼病·····	(69)
儿童眼睛门诊是什么·····	(70)
哪些孩子易发生近视眼·····	(70)
怎样鉴别孩子是否患有斜视·····	(72)
为什么不能挖耳屎·····	(73)
多动症儿童成年后会怎样·····	(73)
强迫改变惯用手有害无益·····	(75)
坐立行姿势与身体发育有关·····	(76)
婴幼儿怎样锻炼体质·····	(77)
儿童运动年龄怎样分段·····	(78)
宝宝不注意整洁怎么办·····	(79)
孩子怎样度过变声期·····	(80)
儿童口吃的原因与治疗·····	(82)
怎样观察新生儿的大小便·····	(83)

怎样带领婴幼儿进行空气浴·····	(84)
婴幼儿睡眠时出汗是否是病态·····	(85)
孩子要人陪睡怎么办·····	(85)
怎样对待晚上不肯睡觉的孩子·····	(87)
孩子手指上的“倒刺”不能撕·····	(88)
怎样纠正孩子的吮颊努嘴习惯·····	(89)
怎样纠正孩子的咬物习惯·····	(90)
儿童为何爱咬指甲·····	(92)
纠正孩子不良的吐唾液习惯·····	(93)
纠正孩子手托下颌、托腮的习惯·····	(94)
哪些情况不宜预防接种·····	(95)
有先天性心脏病的儿童可否预防接种·····	(96)
怎样减少预防接种后的反应·····	(96)
预防接种后应注意什么·····	(97)
小儿凶门与疾病·····	(97)
怎样预防新生儿皮下硬肿·····	(98)
怎样防治幼儿喉炎·····	(99)
暑夏怎样防治“热疖”·····	(100)
莫忽视儿童“绿色缺乏症”·····	(101)
维生素 A 可防小儿反复感冒·····	(103)
怎样预防幼儿维生素 A 缺乏症·····	(104)
莫把流脑当感冒·····	(105)
怎样预防腮腺炎·····	(106)
儿童反复头痛原因多·····	(106)
怎样早期发现小儿肝炎·····	(107)
怎样预防新生儿败血症·····	(108)
怎样预防小儿佝偻病·····	(110)
儿童为何也患癌·····	(112)

保护孩子不受癌症威胁·····	(113)
小儿肿物要不要警惕恶性肿瘤·····	(114)
怎样识别婴幼儿腹痛·····	(115)
易被误诊的“小儿饥饿性腹泻”·····	(117)
怎样彻底治疗肠道寄生虫病·····	(118)
哪些原因可以引起小儿呕吐·····	(119)
小儿低热病因的鉴别·····	(119)
如何辨别发热幼儿疾病的轻重·····	(121)
看面容知小儿疾病·····	(122)
看胖、瘦、高、矮辨病·····	(123)
怎样从小儿呕吐辨疾病·····	(126)
观皮疹知儿病·····	(127)
麦粒肿要不要挤脓·····	(129)
怎样防治麻疹·····	(130)
孩子牙痛时应想到哪些病·····	(132)
留心孩子的口水·····	(133)
婴幼儿体弱多病六大原因·····	(134)
小儿慎用的常用药物·····	(136)
吃药哪种姿势好·····	(137)
中药外敷治疗儿科疾病·····	(137)
小儿疾病的蒜头疗法·····	(138)
孩子不可滥用抗生素·····	(140)
小儿生病该不该忌口·····	(141)
家长可以给自己孩子换药·····	(142)
小儿身体不适的家庭观察·····	(144)

三、心灵启迪

孩子适应时代的十项基本能力·····	(146)
--------------------	-------

父母的语言与幼儿心理健康·····	(147)
家庭教育与子女犯罪·····	(149)
启发孩子的艺术·····	(150)
向孩子提要求的艺术·····	(154)
关门教子弊多利少·····	(156)
当心儿童自闭症·····	(158)
幼儿的道德感与道德教育·····	(159)
怎样给孩子过生日·····	(161)
学龄儿童家教“四要素”·····	(162)
防止幼儿的“探险行为”·····	(163)
怎样对待不安静的孩子·····	(165)
怎样对待好模仿的孩子·····	(166)
如何正确惩罚孩子·····	(167)
在幼儿期就对儿童进行“性”知识教育·····	(168)
为什么不能吓唬孩子·····	(169)
为什么不要哄骗孩子·····	(170)
为什么不要讽刺挖苦孩子·····	(170)
儿童异常情绪的特点·····	(171)
要不要给孩子留面子·····	(173)
怎样看待孩子的嫉妒心理·····	(175)
怎样防止儿童滋生自私心理·····	(177)
要不要淡化孩子的求钱欲·····	(178)
培养孩子如何对待金钱·····	(180)
怎样对待孩子小心眼·····	(181)
为什么孩子会产生逆反心理·····	(182)
对待逆反心理要化消极为积极·····	(182)
怎样预防和纠正幼儿的神经质·····	(183)
要让孩子做些家务·····	(184)

怎样培养儿童的意志力·····	(186)
要让孩子知道“难”·····	(187)
培养“男子汉”要从小抓起·····	(188)
胆汁质的幼儿有什么特点·····	(190)
多血质的幼儿有什么特点·····	(190)
粘液质的幼儿有什么特点·····	(191)
抑郁质的幼儿有什么特点·····	(191)
个性包括哪些方面·····	(192)
色彩与儿童个性·····	(193)
怎样培养儿童良好的性格·····	(195)
要不要用隐瞒来回答孩子不可能理解的问题·····	(196)
家中的哪些事可以和孩子讲·····	(198)
怎样教会孩子辨别是非·····	(199)
怎样对待说谎的幼儿·····	(200)
怎样对待孩子的恋物行为·····	(202)
怎样对待有偷窃行为的孩子·····	(203)
要不要总提起孩子以前犯的错误·····	(204)
怎样使孩子认识并纠正自己的错误·····	(206)
怎样对待孩子的回嘴·····	(207)
孩子过分争强好胜怎么办·····	(208)
怎样培养良好的亲子关系·····	(209)
为什么不要限制孩子串门·····	(210)
怎样正确对待不同年龄孩子的交往·····	(211)
怎样避免孩子养成懒惰的习惯·····	(214)

四、智力开发

什么是智力·····	(216)
什么是幼儿最佳智力结构·····	(218)

智力和知识的区别·····	(219)
婴幼儿期智商的稳定性如何·····	(220)
幼儿早用脑是否能促进智力发展·····	(221)
自言自语的儿童智力较高·····	(221)
影响儿童智力的8个危险变量·····	(223)
开发智力应从什么时候开始·····	(225)
影响儿童智力的生活因素·····	(226)
如何发现孩子的天赋·····	(227)
儿童用剪刀大脑发育好·····	(228)
巧手训练八法·····	(229)
孩子动作发展落后于标准时怎么办·····	(231)
让孩子在生活中掌握方位知觉·····	(231)
幼儿记忆特点与智力发展·····	(233)
颜色影响婴儿智力·····	(234)
音乐与智力发展·····	(235)
噪音影响儿童的智力发展·····	(236)
感官刺激与智力发展·····	(237)
体育与儿童智力·····	(237)
劳动与儿童智力·····	(238)
玩具与儿童智力·····	(239)
社交与儿童智力发展·····	(242)
怎样对待智力落后的孩子·····	(242)
怎样丰富幼儿的感性知识·····	(244)
怎样使幼儿注意力集中·····	(244)
怎样培养孩子的观察力·····	(245)
怎样培养孩子的想象力·····	(247)
怎样培养幼儿的记忆力·····	(248)
怎样培养孩子的鉴别能力·····	(249)

怎样培养孩子的思维能力	(250)
怎样培养孩子的抽象概括能力	(251)
怎样培养孩子的联想创造思维	(253)
怎样培养孩子勤于思考的好习惯	(255)
怎样引导孩子的模仿力	(258)
怎样提高幼儿解决问题的能力	(259)
怎样培养孩子的动手能力	(260)
怎样培养孩子的自我服务能力	(261)
怎样指导孩子科学用脑	(263)
怎样培养孩子的求知欲	(266)
富有创造力的儿童的特征有哪些	(267)
要善于捕捉孩子的“敏感区”	(268)
怎样对待孩子的好奇心	(269)
怎样发现孩子的特长	(269)
小孩子为什么对圆形感兴趣	(271)
智力超常儿童有哪些表现	(272)
弱智儿童的心理特点	(273)
应重视对孩子非智力因素的培养	(274)
孩子要在一起游戏	(275)
听读加游戏,快速提高幼儿智能	(276)
玩具对小儿智力发育有什么作用	(277)
怎样发挥玩具的作用	(278)
婴幼儿语言培养什么时候开始最合适	(280)
父母为孩子选购什么读物好	(280)
怎样指导3岁幼儿读书	(281)
3岁幼儿读什么书好	(282)
0~8岁的孩子对文学的需求	(284)
怎样教孩子读儿歌	(284)

怎样教孩子看图讲故事·····	(287)
怎样尽早为婴儿提供良好的语言环境·····	(289)
怎样训练幼儿正确发音·····	(290)
孩子说话咬字不清怎么办·····	(291)
孩子说话不连贯怎么办·····	(292)
怎样矫正孩子的“语言”病·····	(293)
怎样帮助孩子掌握说话节奏·····	(294)
怎样教孩子识字·····	(295)
怎样辅导孩子识数·····	(298)
怎样辅导孩子做加减法运算·····	(299)
怎样辅导孩子做乘法运算·····	(300)
怎样辅导孩子认识整数的整除性·····	(301)
怎样教幼儿学外语·····	(302)
孩子入学前家长应注意什么·····	(303)
怎样使孩子不厌烦学习·····	(305)
父亲对孩子学习的影响·····	(307)

五、艺术教育

音乐教育能促进儿童的全面发展·····	(310)
培养幼儿的音乐节奏感·····	(312)
怎样教宝宝听音乐·····	(313)
怎样教幼儿唱歌·····	(314)
学乐器的条件·····	(315)
幼儿学画好处多·····	(316)
怎样帮助幼儿选择画册·····	(317)
家长应为幼儿准备哪些绘画工具·····	(318)
怎样教孩子使用彩色铅笔·····	(319)
怎样进行绘画的启蒙教育·····	(320)

怎样对幼儿进行色彩启蒙	(321)
小孩爱乱涂乱画好不好	(323)
怎样教孩子画动物简笔画	(324)
怎样教幼儿学记图画日记	(325)
怎样对孩子的画进行评价	(326)

六、父母育儿必知

家长怎样加强自身修养	(327)
双职工怎样教育孩子	(329)
单身母亲怎样教育孩子	(330)
家长怎样在孩子心目中树立威信	(332)
怎样培养孩子的生活目的	(333)
怎样选择最佳教育时机	(335)
怎样用非言语手段教育孩子	(337)
不要用别人家的孩子与自家孩子对比	(339)



儿童年龄分期的特点

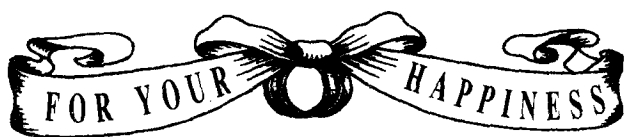
要

不要注意不同年龄分期的特点呢?回答是肯定的,因为这关系到一个孩子的整个生长发育过程。

1. 胚胎发育期。一般以妊娠初 8 周为胚胎发育期,从受精卵分化开始,直至大体形成,形成内胚层、外胚层、中胚层三层组织。

2. 胎儿期。从妊娠 8 周直至出生为止,以组织及器





官的迅速生长和功能渐趋成熟为其特点。在孕期最初3~4个月,易受先天性感染的不良影响而发生畸形。如风疹病毒可使胎儿发生心脏、眼以及其他畸形。此外,有些药物、放射线、内分泌紊乱以及各种遗传因素也可导致胎儿发育异常。孕妇长期缺乏营养素可使胎儿及新生儿出现营养性疾患。在胎儿时期可以测定胎盘功能和检查羊水内的细胞染色体、酶量及生化内容,从而发现异常情况,及早防治,必要时可做人工流产,以免出生后贻害家庭及社会。

3. 新生儿期。从胎儿娩出结扎脐带时开始,至生后28天,称为新生儿期。适应宫外新环境,经历解剖生理学巨大变化,全身各系统的功能从不成熟转到初建和巩固是此期特点。早产、体重不合胎龄、先天畸形、产伤、感染较为多见,发病多,死亡率亦高。此时需要细致的护理工作,包括保持室温、喂哺母乳、保证睡眠、杜绝感染等。

从孕期满28周(还有人提前到满20周)到生后1周(也有人推迟到生后4周),通常称为围生期或称围产期。围生期保健是妇产科及儿科的共同责任,包括胎儿和新生儿的生长发育观察及疾病防治,孕妇、产妇的生理卫生和适当处理,高危儿的加强治疗等。

4. 婴儿期。或称乳儿期,指生后至1周年的年龄阶段。国际上通用的婴儿死亡率也是指一千名新生婴儿中在1岁以内的死亡人数。

婴儿期的特点是生长特别快,1岁时体重3倍于出生体重,身长也2倍于出生的时候。此时必须供给适量的营养要素,才能预防营养不良及消化不良,否则容易发生佝偻病、贫血和腹泻。在此期间,对多种传染病易感,必须进行预防。婴儿





的中枢神经系统发育也很迅速，条件反射不断形成，但大脑皮质功还未成熟，不能耐受高热、毒素或其他不良刺激，易见抽风等神经症状。

5. 幼儿期。生后第2年和第3年。体格生长速度比婴儿期渐变缓慢，中枢神经系统发育也开始减慢。语言、行动与表达能力明显发展，能用人称代词，能控制大小便，前囟闭合，乳牙出齐，都是幼儿期的特点。此时与年长儿和成人接触较多，第二信号系统迅速发育，在正确教养下可以开始养成卫生和劳动习惯。断奶后如对营养供应不加重视，往往引起体重不增或少增，甚至出现营养不良。由于接触感染的机会较以前多，仍应注意传染病预防，特别是疫苗、菌苗的接种或复种。



6. 学龄前期。指3~6岁或7岁，相当于目前“幼儿园”的阶段。此期的特点包括生长发育变慢，动作和语言能力均逐步提高，能跳跃、步登楼梯。应事先预防事故，如溺水、烫伤灼伤、坠床、坠窗和错吞药物以致中毒等。有关免疫反应的疾病如肾炎、结缔组织病等，在学龄前期开始增多，由于此时小儿可塑性很强，在生活环境、体育锻炼和启发教育方面都能发挥幼儿教师的作用。

7. 学龄期。这个名称泛指进入小学以后到青春发育期前这一年龄阶段，一般是6~7岁至11~12岁。这个时期的特点是脑的形态结构基本完成，智能发育进展较快，能较

