

家庭早期教育丛书

动作发展的奥秘

——谈谈孩子动作发展中 易忽略的问题

万 钊编



人民教育出版社

献给家长

家庭早期教育丛书

人民教育出版社



编者的话

孩子是父母的爱和希望之所在，父母都会希望自己的孩子长得聪明、自信、健康、活泼；希望孩子将来能成为社会有用的人，在事业上获得成功。这就需要从孩子幼小的时候就开始给予合理的教育引导，例如在孩子的生活上，您是一手包办，还是有目的地教孩子学习自理。在孩子的身体与动作发展上，您是保护过度还是多多放手，使孩子的动作有良好的发展。在孩子的智力发展上，您是急于教他识字、计数、背诗词，还是让孩子广泛地接触和探索各种各样的事物。在培养孩子的一种专长上，您是请来专门教师，严格施教，还是从诱发孩子的兴趣入手，使孩子乐于学习。在孩子即将入小学之前，您是撒手不管，还是有针对性地为孩子做一些入学前的准备训练。这些会对孩子的发展产生完全不同的影响。前一种方式会使孩子变得脆弱、依赖性强、厌倦学习、难以适应小学生活；后一种方式则会使孩子变得自立自强、兴趣广泛、乐于学习并能很好地适应小学生活。

教养孩子是父母的一项重大责任，孩子将来能否自立于社会，多半取决于父母给予的教育是否成功，所以父母要谨慎从事。要顺应孩子发展的自然规律，考虑孩子多方面的发展需要，给予恰当的教育引导，使孩子得到良好的发展。

在教养孩子的过程中，父母会碰到许多具体的问题。为此，我们特邀了几位搞幼儿教育的专业人员，根据最近教育学和心理学的研究成果，编写了一套家庭早期教育丛书，从孩子的身体发育、智力发展、个性品德的形成、审美教育以及入小学的准备等五个方面提出了一系列具体的教育建议，希望能对父母教养自己的孩子有所帮助，在此谨向读者致以最好的祝愿。

1990年2月20日

目 录

引 言.....	(1)
一、胎儿在羊水中的活动.....	(2)
二、新生儿的本能.....	(4)
三、人体的运动是怎样产生的.....	(10)
四、动作发展标志着孩子身心的发展....	(13)
五、孩子最初学习的几个大动作.....	(17)
六、训练动作，促进孩子的发展.....	(21)
七、手巧心灵.....	(24)
八、搭积木测智力.....	(28)
九、利用日光、空气和水进行锻炼.....	(31)
十、婴儿被动操.....	(33)
十一、多吃、少动会导致肥胖症.....	(42)
十二、不胖不瘦的诀窍.....	(46)
十三、习惯性擦腿动作.....	(56)
十四、抽动症.....	(57)
十五、多动症.....	(58)
十六、夜惊、梦游症.....	(61)
十七、生长痛.....	(67)

十八、牵拉肘.....	(68)
十九、扁平足.....	(70)
二十、为孩子提供安全的活动场所.....	(73)
二十一、意外事故的应急处理.....	(76)

引 言

父母在养育孩子的过程中，可能多半只注意孩子的胖瘦和是否生病，而不大注意孩子动作的发展。当然，在正常情况下，孩子的动作会按部就班地发展起来，但也可能出现意外情况，如孩子没学会爬，就学会了走；孩子有一只手在搭积木时显得很笨拙；孩子长得过于肥胖；孩子肢体有不明原因的疼痛；孩子得了扁平足等等。在孩子小的时候，发现有异常，及早诊治，还有可能矫正，一旦已形成固癖，才想起来要纠正，困难就大多了。另外，孩子在日常生活中，可能发生意外伤害，如摔伤、流血不止、骨折等，如果您知道可以先采取什么应急措施，就不会惊慌失措，能在现场进行急救，以减轻孩子的病痛，甚至挽救孩子的生命。为此，特编写这本有关孩子动作发展的书，它可以帮助您了解孩子动作发展的情况；学习促进孩子动作发展的方法；合理地解决

孩子在发展过程中出现的问题，使孩子能够健康地成长。

一、胎儿在羊水中的活动

生命在于运动。

由受精卵发育而成的小生命，经过母体三个月的孕育，已经初具人形，有手、有脚，开始运动了，但很轻微。胎动是胎儿生命的象征。到了四个孕月，胎儿的肌肉发育得更好了，生机勃勃，时时伸伸胳膊、蹬蹬腿、扭扭身子，这时母亲就能感觉到胎动了。

挣扎欲飞的小鸟

最初，胎动给母亲的感觉，是一种急促、局部的蠕动。好象手中轻轻握着一只挣扎欲飞的小鸟所产生的感觉。

安全发育的信号

胎动的强弱、频率，可以作为胎儿发育是否正常的信号。

到了怀孕七个月以后，胎儿最为活跃，或伸

缩四肢、或抬头伸颈，有时突然打个嗝，好象时不时地告诉妈妈：“我在您的肚子里，过得挺好。”

临近足月，胎儿在子宫里的活动范围小了，加上睡眠时间长了，胎动减少。似乎在积攒精力，准备出世。

监测胎动，可知胎儿安危

胎动正常，平安无事。

胎动异常，面临危机。

孕妇可于早、中、晚，各用1小时，静卧，手置腹壁上，专心感觉胎动。每感到1次，投一硬币于盒内。将3小时计数的胎动数乘4，即为12小时胎动数。

也可在晚上临睡前的固定时间，测1小时。将胎动数乘12，即为12小时胎动数。

若12小时胎动次数少于20次，或1小时胎动少于3次，说明有异常情况，是“呼救”的信号。胎动变化比胎心变化更敏感、更早些。

为了动态地观察胎动的变化，孕妇于孕七个月以后，可将每天12小时胎动数记录在“胎动监测图上”，胎儿安危，一目了然（见图1）。

阵阵躁动

平时，胎动是柔和的。

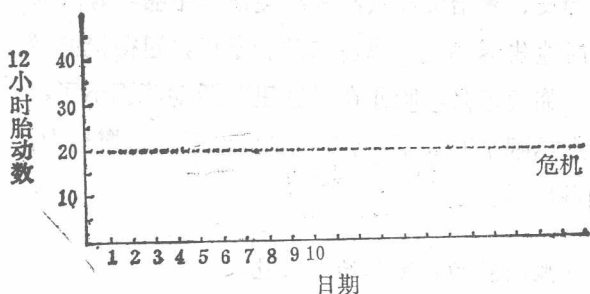


图1 胎动监测图

胎儿突然遭遇危险，比如脐带受压，供应胎儿的血液急骤减少，胎儿就会出现强烈地躁动。这时，孕妇可卧床，并试着找出某种姿势可使胎动恢复正常。若阵阵躁动之后，变得无声无息，要尽快去医院检查。

有时，因为播放了刺耳的音乐，胎儿“讨厌”这种强烈的噪音，也会乱踢乱蹬，躁动不安。听些悦耳的轻音乐，音量小些，对母子都会更合适。

二、新生儿的本能

和动物的初生小崽比较，人类新生儿独立生活的能力要差得多。刚生下来的小猴就能依附在

猴身上；刚孵出的小鸡就会追随母鸡去寻食。人类的新生儿刚出世，只有一些简单的非条件反射与外部世界发生联系。

非条件反射——本能

我们知道神经系统基本的活动方式是反射。反射是指在中枢神经参与下，机体对刺激做出的反应。

反射可分为非条件反射和条件反射两种。非条件反射是生下来就有的本能，是一种较低级的神经活动。换句话说，非条件反射是天生的本能。

新生儿具有哪些非条件反射呢？择几种介绍如下。

觅食反射 新生儿一侧面颊被触及时，他的头反射性地转向该侧。轻触他的嘴唇，则出现噉嘴找奶头的动作。

吸吮反射 将奶头或指头放入新生儿的口中，立即会引起他的吸吮动作（见图2）。

握持反射 将手指或小棍触及新生儿的手心，会立即被他握住，若往外抽则握得更紧（见图3）。

拥抱反射 让新生儿仰卧在床的一端，用手托稳他的头和颈，若突然放低头部，使头向后倾



图 2



图 3

下10—15度角,新生儿即出现先是两臂外展伸直,继而屈曲内收到胸前的动作,呈拥抱状。

迈步反射 用双手扶住新生儿两腋,使其身体直立并稍向前倾,两脚掌踏在桌面上,这时,新生儿会作出往前迈步的动作(见图4)。

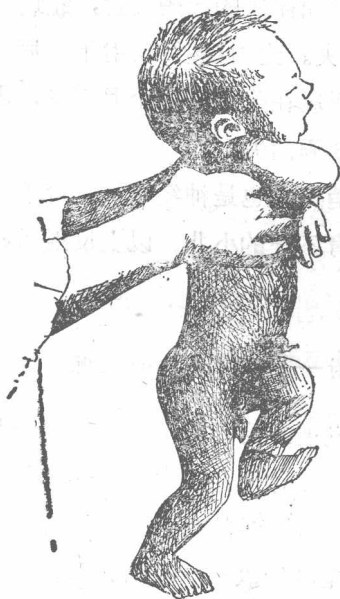


图 4

新生儿是否发育正常

医生通过检查新生儿的一些反射,可判断他的神经系统发育是否正常。

应该出现的反射，不出现；应该消退的时间，反射不消退，都属于异常。

比如，因颅内出血或其他神经系统的损伤，足月的新生儿就可能不出现吸吮反射、握持反射等，或反射减弱。

新生儿时期存在的一些反射，经过一定的时间，要逐渐消失。比如，握持反射于生后3个月消失；拥抱反射应在生后3—4个月消失；迈步反射一般于生后6周消失。

若延迟消失，也是神经系统发育不正常的表现。如脑发育不全的小儿，以上反射常延续较长的时间。

条件反射——心理活动的表现

心理的发展开始于新生儿时期。胎儿生活在母体内，温暖如春，受不到冷、热的刺激；子宫好比暗室，没有光线的刺激；一根脐带，使胎儿不用呼吸就能得到氧气，不用张嘴就能得到养料。

随着胎儿哇哇落地的哭声，肺开始呼吸；独立的血液循环开始建立；有了饥、饱的感受，受到冷、热、风、光、声等的刺激，新生儿有了适应环境的各种需要。这些需要，就是心理发生、发展的前提。

新生儿生来就具备的非条件反射,过于简单,数量也有限,单靠这些本能无法适应千变万化的外界环境,为了适应环境,新生儿逐渐建立起各种条件反射,产生了心理活动。所以说,条件反射是后天获得的,它建立在非条件反射的基础上,是一种高级神经活动。这种反射提高了人适应环境的能力。

新生儿渐渐有了“本事”

在产房里,妈妈第一次抱起新生儿,给他喂奶,必须等奶头放到他嘴里,他才开始吸吮,正象前面提过的,这是一种本能,叫吸吮反射。

但是,经过十天半个月,妈妈刚抱起孩子,准备喂奶,孩子就心领神会,不等奶头放到嘴里,小嘴就开始吸咂了。这是因为,妈妈每天喂他6—7次,每次都是先把抱成一定的姿势再喂奶。“姿势”和“奶头”本是两个毫不相干的刺激,但因为总是一前一后、相随相伴地出现,经过反复强化几十次以后,在大脑皮层,这两个无关的刺激就建立了联系,形成条件反射。

条件反射不再是“本能”,而是后天学会的“本事”。

一切学习过程、习惯的培养都是建立各种条件反射的过程。正象人们所说的“习惯成自然”,