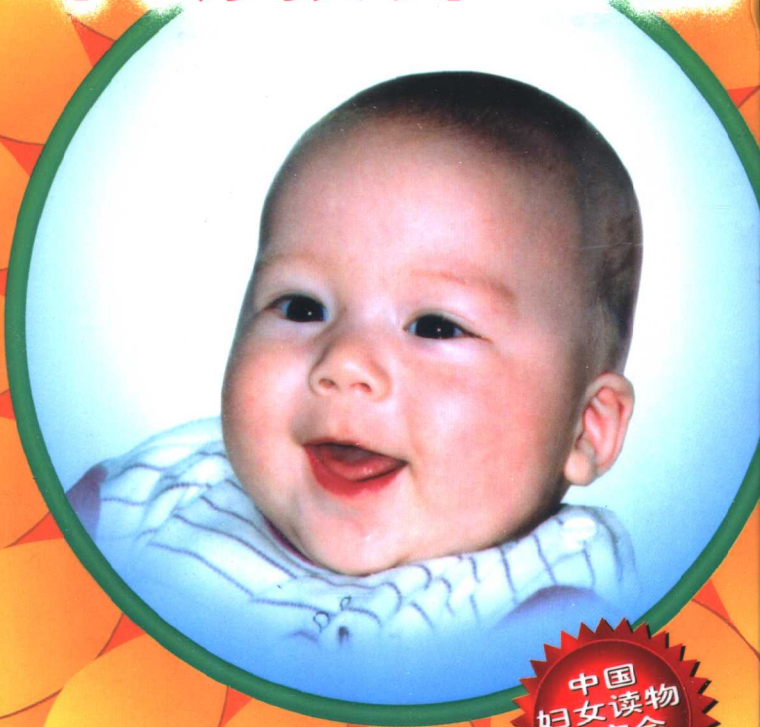




戴淑凤 主编

中国儿童教养工程书系

早期教养工程



中国
妇女读物
研究会
推荐

零岁~半岁 方案

中国妇女出版社



中国儿童教养工程书系

早期教养工程

零岁~半岁 方 案

顾问 严仁英

主编 戴淑凤

撰稿人 戴淑凤 赵凤临 王振荣

中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国儿童早期教养工程.零岁~半岁方案/戴淑凤主编. —
北京:中国妇女出版社,2003.5

ISBN 7-80131-836-6

I. 中... II. 戴... III. 儿童教育:早期教育-中国
IV. G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 032495 号

中国儿童早期教养工程

零岁~半岁方案

戴淑凤 主编

中国妇女出版社出版发行

北京东城区史家胡同甲 24 号

邮政编码:100010

各地新华书店经销

北京忠诚胶印厂印刷

850×1168 1/32 9.125 印张 173 千字

2003 年 7 月第一版 2003 年 7 月第一次印刷

印数:1—10000 册

ISBN 7-80131-836-6/G·437

定价:15.80 元



戴淑凤 北京大学第一临床医学院教授，中国优生科学协会和优生优育协会理事，中国未来研究会教育分会专家组成员，《中国生育健康》编委，北京东方圣童儿童发展研究中心创始人、主任。

1980年以前在北大医院从事妇产科专业；1980年调入北大医院在全国率先成立的新生儿专业组；同年进修相关专业一年，并从事新生儿专业的医、教、研工作和婴幼儿发展的跟踪指导。1982年、1984年两度随美国心理学博士布雷寿顿学习并研究新生儿心理行为发展规律，曾多次参加儿童心理行为培训班，1983年赴日本研修围产医学，涉足日本的“胎教、早教”领域，并在实际工作中应用；1992年研习了美国南加州大学艾尔斯博士关于“儿童感觉统合失调治疗”的理论体系，借鉴北大六院相关的研究成果，推出了以“感觉教育”为理论核心的教育理念及方法；1995年夏创建“北京东方圣童胎教早教研究服务中心”，即现在的“北京东方圣童儿童发展研究中心”，协同业内著名专家开展儿童早期教养的研究、服务及心理行为问题的调适等，用心、用情、用爱来了解、帮助父母和孩子。

由于她在脑生理学和儿童身心发展等方面有独到见解，在儿童教育理念、教育方法和教育模式方面颇具创新，因此赢得了社会各界的高度评价，《人民日报》、《健康报》、《中国教育报》、中央电视台、中国教育电视台、美国CNN电台等媒体多次报道。

主编：

《0~3岁感觉教育同步指导手册》、《人类的心愿——优生》、《胎儿与胎教》、《人生头三年》、《妊娠与分娩》、《新生儿掌中宝》、《中国儿童早期教养工程》丛书等。

参编：

《国产新生儿医学手册》、《新生儿疾病诊疗手册》、《中国现代急救医学》、《中国优生、优育、优教三优大百科全书》等。

重視兒童的發育
提高民族素質

何魯麗

全國人大常委會副委員長 何魯麗題詞

用科学知识和先进教育方法

全面提高婴幼儿素质

严仁英

北京大学第一临床医学院教授
中国关心下一代工作委员会专家委员会主任 严仁英题词
世界卫生组织母婴保健合作中心主任

序

也许因为我是学医的，又当了多年儿科大夫的缘故吧，我对儿童有一种特殊的很难用语言表达的感情。儿童的孕育、出生、成长特别引起我的关心。那憨态幼稚的笑、抑扬顿挫的哭，小拳头的振臂挥舞，小脚丫的胡乱蹬踹以及顽皮的恶作剧，对我来说，都是歌、是舞、是诗、是画，是向往伟大实践创造的开始，是面对生活迎接挑战的尝试。冰心先生曾说，哪里有儿童，哪里就有歌声，有笑声，有光明，有希望。我也从儿童的稚趣里看到了心地清纯和未来的灿烂，有时梦中被儿童包围起来，自己也回到了童年。

因为爱儿童，所以对儿童的培养、儿童的教育，特别是儿童的早期智力开发、儿童心理和生理疾患的调理诊治，也就更为关注。曾经有朋友送给我几本书，是关于儿童教育的，就是中国妇女出版社出版的那几本，主编是戴淑凤教授。因为是同行，戴教授的名字我是知道的，也见过一次面，但印象不深。只听说她是北大第一临床医学院妇儿医院的大夫，医德高尚，医术精湛。待我看过她主编的书后，方知名不虚传，深深佩服她于医学、心理学、教育学、社会学、伦理学等方面涉猎之广，研究之深。书写得通俗易懂，图文并茂，将东西文化、古今义理明白晓畅地写出来，献给已经做父母和正希望做父母的人，真如渴饮甘泉，其情感、其心胸、其志向、

零岁~半岁方案

其抱负令我钦佩。

儿童的出生成长如幼苗的立地滋生，在生长中也会有疾患，生理的或心理的，细菌的或病毒的，这就需要早发现、早诊治、早教育，以防贻误。智力要早开发，儿童早期智力开发是一门新学科。开发不当，急于求成，拔苗助长，会适得其反，可能会摧残一棵栋梁之材。这几本书是在实践的基础上写成的，相信根据此书对儿童渐进调教，效果会很明显。我感谢戴教授为中国儿童早期智力开发所做的努力。

本丛书对原来《胎教方案》、《零岁~1岁方案》、《1岁~3岁方案》进行了增删修改，吸收了新的科研成果。为阅读方便，将原来一岁一册改编为半岁一册，共八册，仍冠之以《中国儿童早期教养工程》丛书的总题目。

何鲁丽

2003年3月8日

前言

生育一个健康、聪明的孩子，是每一个年轻父母的共同心愿，也是国家、民族的希望所在。为了让孩子成为 21 世纪的高素质人才，年轻夫妇从计划怀孕那天起，就要了解妊娠知识、科学的胎教方法及儿童身心发展规律，掌握不同年龄段孩子的身心发展水平、言行、思维和情感方式，懂得与孩子相处的技能、技巧，成为孩子喜欢亲近、对孩子身心健康发展产生积极影响的人。

《中国儿童早期教养工程》丛书是我们总结多年早期教育和科学育儿知识的经验，同时又借鉴了国外先进的早期教育理念而编写的。我们的愿望是，把全新的科学育儿理念、知识和方法奉献给新世纪的年轻父母。

本丛书以感觉教育理念为理论核心，以感觉教育游戏为施教特点，介绍了妊娠、分娩，婴幼儿的合理营养、保健、疾病预防、良好习惯的养成教育和多元智能培养等方面的知识。为了便于阅读和理解，我们还为图书设计了大量插图，以直观的形象体现教养技巧，并希望以此愉悦读者的心情，增加教子的乐趣。

零岁~半岁方案

本丛书共分八册:《中国儿童早期教养工程·胎教方案》上下册,《中国儿童早期教养工程·零岁~半岁方案》、《中国儿童早期教养工程·半岁~1岁方案》、《中国儿童早期教养工程·1岁~1岁半方案》、《中国儿童早期教养工程·1岁半~2岁方案》、《中国儿童早期教养工程·2岁~2岁半方案》、《中国儿童早期教养工程·2岁半~3岁方案》。

《胎教方案》上下册解答了准备怀孕的妇女和孕产妇在计划妊娠、妊娠和分娩过程中所遇到的各种问题。如怀孕前的准备、怀孕十个月、从阵痛到分娩、产后生活、健康宝宝以及如何科学地理解和实施胎教。

《中国儿童早期教养工程》丛书1999年初刚一问世,就受到国内外广大读者的欢迎,有关专家、学者也给予了高度的评价。为使这套书日臻完善,我们在听取大家的意见和要求的基础上,进行了重要的修订,并吸取了最新的研究成果,增补了内容,现重新出版。为方便读者,丛书以月龄划分提供同步指导,每个阶段包括九个部分:

1. 育儿要点:根据不同年龄段宝宝的生理、智能及心理行为发展的特点,提出简明扼要的育儿建议,使父母首先抓住关键。
2. 身心发育:本年龄段宝宝的身心发育的平均水平。
3. 营养须知:根据不同年龄段宝宝的生长发育特点,提

出针对性指导,包括母乳喂养、辅食添加、科学营养、饮食习惯等。

4. 日常照料:介绍如何进行日常生活护理,包括衣着、睡眠习惯、安全卫生等。

5. 保健大夫:介绍不同年龄段的宝宝在不同季节常见疾病的辨认、预防与护理,安全与意外急救等的知识与技巧,具有实用性和可操作性。

6. 教育顾问:介绍不同年龄段宝宝的心理行为特点、教育重点以及容易出现的误区,提醒父母尽可能避免和减少失误,不致使宝宝在成长的关键期失去很多发展机会。

7. 脑力开发与情商培养:遵循“感觉教育”理念和模式,针对宝宝身心发展的特点,编写了大量的亲子益智游戏,旨在通过亲子互动,开发智慧潜能,培养和提高多元智商。

8. 智能发展测评:以智能发展的六大方面提出测评的代表性项目、方法和通过的标准,由父母进行测评。父母可以通过测评,了解宝宝哪些方面比较突出,哪些方面尚需努力,以促进宝宝全面发展。

9. 儿歌、玩具与玩法:儿歌、童话、故事是伴随宝宝成长的最好伙伴,甚至影响孩子的终生。儿歌朗朗上口,童话、故事非常有趣,寓意深远,只要父母天天坚持给宝宝读,宝宝一定会成为爱读书、明事理的孩子;玩具是伴随宝宝成长的教科书,不同的玩具,

零岁~半岁方案

相同的玩法;相同的玩具,不同的玩法,其作用大不相同。这里以表格方式举例说明,愿父母能举一反三,并同宝宝一起制作玩具,进行不同玩法,从不同角度开发宝宝的大脑潜能。

戴淑凤

2003年3月

C 目录

CONTENTS



0~1个月

诞生的祝福 002

诞生的记录 004

一、育儿要点 006

二、身心发育 007

三、营养须知 008

母乳是宝宝最佳的天然食物 / 008

初乳——不可丢弃的抗病抗体 / 009

正确的哺乳方法 / 009

按需哺乳 / 011

母乳够吃吗 / 012

怎样判断母乳不够吃 / 012

零岁~半岁方案

催乳良方 / 013

怎样坚持母乳喂养 / 014

妈妈患病时怎样母乳喂养 / 016

妈妈乳头凹陷怎么喂奶 / 018

早产儿的母乳喂养 / 019

四、日常照料 020

新生儿的分类 / 020

给新生儿评评分 / 021

新生儿的呼吸与心率 / 022

新生儿的皮肤特点 / 022

新生儿的特殊表现 / 023

什么是高危婴儿 / 024

新生儿的卧室环境 / 025

如何给宝宝洗澡 / 026

洗澡时的注意事项 / 027

怎样护理宝宝的眼、耳、口、鼻 / 029

宝宝脐部的护理要点 / 030

衣物和尿布 / 031

哺乳前的准备 / 032

怎样辨别宝宝的哭声 / 033

怎样对付哭闹的宝宝 / 034

为什么要接种卡介苗 / 035

接种乙肝疫苗 / 037

五、保健大夫 038

“先锋头”和头颅血肿 / 038

“马牙”和“螳螂嘴” / 039

新生儿乳房肿大 / 040

“假月经”和“白带”是怎么回事 / 041

生理性黄疸和病理性黄疸 / 042

什么是母乳性黄疸 / 044

妈妈“三阳”能喂奶吗 / 045

怎么防止新生儿溢乳 / 046

新生儿硬肿症的预防 / 047

新生儿脐炎和脐茸 / 048

腹泻的原因有哪些 / 049

新生儿皮肤色斑 / 050

谨防破伤风 / 051

鼻尖上的“小丘疹” / 051

四肢屈曲的新生儿 / 052

手足抖动是抽风吗 / 052

身体扭动是有病吗 / 053

ABO 溶血与 Rh 溶血症 / 053

零岁~半岁方案

新生儿核黄疸 / 055

什么是“G-6-PD 缺陷症” / 055

新生儿结膜炎 / 056

新生儿红斑 / 058

六、教育顾问 059

与生俱来的神经行为能力 / 059

大脑是怎样聪明起来的 / 060

新生儿绝不是低能儿 / 060

新生儿的行為能力 / 061

衡量婴儿智能发展水平的标准 / 063

七、脑力开发与情商培养 065

抬抬头 / 065

拉拉手 / 066

看图片 / 067

视听定向 / 068

悄悄话 / 068

无声的语言 / 069

学逗笑 / 069

引导发音 / 070

体操运动 / 070

踏步走 / 071

随声舞动 / 071

追视 / 071

熟悉环境 / 072

把大小便 / 072

八、智能发展测评  074

九、儿歌、玩具与玩法  075



1 个月 ~ 2 个月

一、育儿要点  078

二、身心发育  079

三、营养须知  080

人工喂养须知 / 080

混合喂养的方法 / 082

怎样调配牛奶 / 083

全脂奶粉的配制 / 083

四、日常照料  085

把大小便的技巧 / 085

如何辨别大便的性状 / 086

颈部糜烂怎么办 / 087