

现代家长应知应会手册

全国妇联儿童工作部
中国家庭教育学会

0~6岁

彭珮云

北京师范大学出版社

XIANDAI JIAZHANG YINGZHIYINGHUI SHOUCE

现代家长应知应会手册

(0~6岁)

全国妇联儿童工作部

中国家庭教育学会

北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代家长应知应会手册:0~6岁/全国妇联儿童工作部,中国家庭教育学会. —北京:北京师范大学出版社,2000.3
ISBN 7-303-04970-3

I. 现… II. ①全… ②中… III. 家庭教育:儿童教育-手册 IV. G78-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1998)第 05913 号

北京师范大学出版社出版发行
(北京新街口外大街 19 号 邮政编码:100875)

出版人:常汝吉

北京师范大学印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:5.875 字数:141千字

1999年3月第1版 2000年3月第5次印刷

印数:200 001~230 000 定价:7.50元

《现代家长应知应会手册》

编写委员会

主 任：刘海荣

副主任：董 奇 甄 砚 蒋月娥

编 委：（以姓氏笔画为序）

万 钊	马迎华	王 耘	王进兰
叶广俊	丛立新	冯晓霞	冯蔼兰
向 阳	刘海荣	孙江平	芦咏莉
陈珊珊	苗淑新	郑新蓉	高 伟
高 峡	陶 沙	董 奇	蒋月娥
傅宗碧			

责任编辑：康长运 张丽娟

现代家长应知应会手册

彭珮云

全国人大常委会副委员长
全国妇联主席彭珮云题词

普及家庭教育知识
造就跨世纪人才

陈慕华
一九九八年十二月

原全国人大常委会副委员长、全国妇联主席，现全国妇联名誉主席、中国儿童少年基金会会长陈慕华题词

提高家長素養
培養一代新人
顧秀蓮
一九六八年
十二月

全國婦聯副主席、書記處
第一書記顧秀蓮題詞

序

新世纪即将来临，面对几亿正在成长的孩子，我们的儿童工作者在想些什么？面对望子成龙的家长，我们的家庭教育工作者应当做些什么？面对自己将要出生或已经问世的孩子，我们的家长应当怎样保育教育他们？这不仅是关系国家繁荣昌盛的大事，也是关系子女前程、家庭幸福的大事。

中华民族有着重视家庭、重视家庭教育的优良传统。在即将迈向 21 世纪时，如何充分调动我们亿万家长的教育力量，使源远流长的家庭教育传统进一步现代化，家庭教育观念和方法进一步科学化，已成为摆在我们面前的重要课题。为满足各个年龄段、不同层次的儿童家长的需要，全国妇联儿童工作部、中国家庭教育学会组织部分学术造诣深、在国内外有一定影响的儿童卫生保健、医疗、心理与教育系统等方面的专家和学者编写了《现代家长应知应会手册》系列丛书。该书涵盖儿童生长发育的不同阶段，向广大家长宣传、普及保育、教育儿童的基本知识及正确的观念与科学的方法，帮助广大家长掌握抚养、教育儿童的科学知识，改善抚养、教育行为，

树立正确的儿童观、教育观、人才观，使儿童在不断优化的家庭环境中成长，成为健康、智慧、具有较高社会适应能力的有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

《现代家长应知应会手册》系列丛书按儿童的年龄分为 0~6 岁、6~12 岁、12~18 岁三册，较全面地反映了国内外家庭教育研究的最新成果。该丛书语言简练、重点突出，使家长能在较短的时间里，抓住教育子女的要点；该丛书有较强的操作性，既向家长传播保育、教育儿童的理论知识，使家长了解掌握教育子女的基本原则，更重要的是告诉家长如何去做，使家长掌握教育子女的有效方法。该丛书融知识性、教育性、科学性、可操作性于一体，既有传统的教育理论，又融进现代的教育思想、教育理论，并配有一定的插图，图文并茂，雅俗共赏，可为不同层次的家长所接受，是我国家庭教育的很好读物。

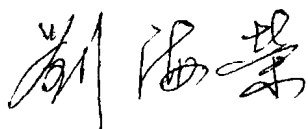
“把知识送给家长，把知识变成行动”是《现代家长应知应会手册》丛书编写者的心愿。我想这也值得每一位家长深思，同时殷切希望每一位家长重视家庭教育观念的更新，认真学习家庭教育知识，从客观规律出发去读这套书，从孩子的实际出发选择其中的教育内容，真正学以致用、融会贯通，成为既弘扬优良传统美德又具有现代思想意识，既懂科学又讲方法的高素质的家长。同时，我也希望全国的教育工作者，妇女、儿童工作者能够在《现代家长应知应会手册》系列丛书的启迪下，积

极、切实地引导和推进我国《家长教育行为规范》的实施，为培养下一代，提高全民族素质做出贡献。

祝愿这套丛书成为亿万家长的良师益友。

愿亿万万个家庭健康幸福，愿亿万万个儿童茁壮成长，愿中华民族繁荣昌盛。

全国妇联副主席、书记处书记
中国家庭教育学会常务副会长

A stylized handwritten signature in black ink, consisting of three main characters: '刘' (Liu), '海' (Hai), and '荣' (Rong), written in a cursive, flowing style.

刘海荣

1998 年 12 月

目 录

第一章 生一个健康聪明的小宝宝

1. 婚前咨询、孕前准备、孕期保健是优生的关键点 (2)
2. 优生应从婚前咨询开始，避免近亲结婚等不利因素 (3)
3. 孕前就要想到优生，合理计划生育时机 (4)
4. 孕期身心保健必不可少 (6)
5. 为母亲和胎儿的安全做好产前检查 (8)

第二章 新生儿护理要科学

1. 洁净、温暖、优美的环境是新生儿生存的特殊需求 (12)
2. 精心护理是新生儿生命的保障 (13)
3. 新生儿患病要早治 (16)
4. 新生儿的某些“异常”不是病 (18)

第三章 母乳喂养好

1. 出生头 4~6 个月，母乳是最好的食物和
饮料 (22)
2. 母乳喂养的婴儿得病少、更聪明、更愉快 (22)
3. 母乳喂养，母亲也是受益者 (23)
4. 保证乳汁充裕的八要素 (24)
5. 母乳喂养儿发生“生理性腹泻”时，仍可喂
母乳 (27)
6. 母乳不足时，不要放弃，可采用混合喂养 (28)
7. 不得已采用人工喂养时需更精心、更细心 ... (29)
8. 婴儿满 4 个月时要添加辅食，进入“断奶过
渡期” (30)

第四章 生长发育正常是健康的重要标志

1. 体重是判断小儿体格发育是否正常的一项重
要指标，可以从中推测小儿的营养和健康状
况 (35)
2. 孩子体重增长迟缓时，要找出原因，及时改
善、治疗 (36)
3. 孩子要壮不要胖 (37)
4. 身长是小儿骨骼发育的一项重要指标 (38)
5. 孩子长多高，60%~70%受遗传因素的影响，

- 30%~40%受环境因素的影响 (39)
6. 动作发育是婴幼儿智力发展的基础 (40)

第五章 家庭卫生是孩子健康的保证

1. 讲究饮食卫生,把住“病从口入”这一关 (44)
2. 合理配膳,吃出健康 (44)
3. 从小培养好的生活习惯 (47)
4. 减少室内污染 (50)
5. 减少噪音危害 (52)
6. 防止疾病相互传染 (52)

第六章 婴幼儿常见病的预防和治疗

1. 对婴幼儿来说,疾病预防和护理最重要 (56)
2. 从小就要预防佝偻病 (56)
3. 缺铁性贫血影响宝宝的身心健康 (58)
4. 呼吸道感染时,家庭护理最重要 (58)
5. 预防小儿腹泻,科学使用“口服补液盐” (61)
6. 乳牙防龋很重要 (64)
7. 小儿斜视应早治 (65)
8. 注意防治小儿蛔虫病和蛲虫病 (66)
9. 预防接种,保护儿童 (67)

第七章 婴幼儿意外事故的预防 及家庭应急措施

1. 预防为主——家庭保护的新概念 (70)
2. 家庭应急措施 (72)

第八章 早期学习与智力开发

1. 在积极主动地探索环境、与周围人交往的过程中，婴幼儿开始进行学习，使智力得到发展 (76)
2. 创设丰富、有序、适宜的环境是促进婴幼儿身心发展的重要条件 (77)
3. 每个孩子都是独特的。父母应该尊重孩子自身的学习特点和智力发展水平 (79)
4. 早期学习和智力开发包括培养观察力、创造力与良好学习习惯等多个方面 (80)
5. 不要迷信智力测验 (84)

第九章 发展孩子的语言

1. 为孩子提供具有丰富刺激的语言环境 (86)
2. 积极发展孩子的语言能力，鼓励孩子敢说、会说 (87)

3. 引导孩子早期阅读，可以促进孩子语言能力的发展，增强孩子的学习兴趣、开阔视野、锻炼思维，使孩子终生受益 (89)
4. 预防、矫正孩子的口吃 (91)

第十章 关注婴幼儿的情绪情感

1. 情绪情感影响婴幼儿的行为，并影响其性格发展 (94)
2. 帮助婴幼儿建立对成人和周围环境的安全感和信赖感 (94)
3. 快乐有益于婴幼儿的身心健康 (96)
4. 孩子在成长过程中有不愉快的情绪体验是正常的 (98)

第十一章 培养良好性格

1. 每个孩子的性格都是独特的，父母应充分认识孩子的性格特点 (102)
2. 父母的言行举止塑造着孩子的性格 (103)
3. 从小培养孩子的独立性 (105)
4. 帮助孩子建立自尊、自信是培养孩子良好性格的起点 (106)
5. 让孩子学会关心和帮助他人 (107)
6. 培养良好的意志品质可以促进孩子的

成功	(109)
----------	-------

第十二章 游戏也是学习

1. 游戏锻炼孩子的大脑和身体，帮助孩子初步认识世界，发展适应社会的能力 (112)
2. 亲子共玩同乐会使孩子得到更大的满足 (113)
3. 孩子在独自游戏或与同伴游戏时需要父母的关注 (115)
4. 玩具的恰当选择和充分使用会使游戏既经济又有趣 (116)

第十三章 积极帮助孩子入园适应

1. 有意识培养孩子对分离的承受力以及各种适应集体生活必备的能力 (120)
2. 帮助孩子熟悉幼儿园的生活和环境，减轻孩子的紧张心理 (121)
3. 主动与教师保持联系，促进孩子尽快适应幼儿园生活 (122)
4. 恰当对待孩子入园后的不适 (123)

第十四章 入学准备及早开始

1. 幼儿期培养起来的学习兴趣、学习习惯、学

- 习能力、责任感和社会交往能力，有益于孩子长大后成功适应学校生活 (126)
2. 入学准备不等于“提前开始上学” (130)
3. 帮助孩子做好具体的上学准备 (130)

第十五章 创设良好的家庭环境

1. 良好的夫妻关系是家庭幸福的关键，也是家庭教育的基础 (134)
2. 夫妻双方应相互体谅与支持，共同承担养育孩子的职责 (135)
3. 两代养育者之间应保持协调一致 (136)
4. 为孩子创设一个良好的发展环境 (137)

第十六章 特殊儿童的教育越早越好

1. 了解和认识儿童发育的异常情况 (140)
2. 早诊断、早治疗有益于改善孩子的状况和促进孩子的康复 (142)
3. 及时正确的早期教育能有效开发特殊儿童的潜能 (142)
4. 接受现实、调整心态，保持积极的养育心态 (144)
5. 争取和保护特殊儿童的平等权利 (144)