



婴幼儿

早期教育与训练

YINGYOUER ZAOQI JIAOYU YU XUNLIAN

周南 主编

玩中教 教中学

全方位开发0-3岁婴幼儿的
运动、语言、认知、情感、
创造、社会交往能力



金盾出版社

婴幼儿早期教育与训练

主 编 周 南

副主编 王克平 谢增辉

编著者 姚 雯 张红爱 汪 东
王 路 罗兴育 于淑群



金盾出版社



本书由西安市儿童医院副院长、儿科专家周南主编。全书分八部分,以问答形式,就年轻父母所关心的婴幼儿如何能健康成长、营养科学、智力开发、优秀品质和良好习惯培养、运动技能锻炼、增智游戏及如何抓住“敏感期”进行早期教育等知识给予详细介绍。其内容丰富,图文并茂,生动活泼,是进行早期教育,培养体魄健康、智力聪慧过人宝宝的好教材。

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿早期教育与训练/周南主编. -- 北京:金盾出版社,2011.3
ISBN 978-7-5082-6700-5

I. ①婴… II. ①周… III. ①婴幼儿—早期教育 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 210120 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京天宇星印刷厂

装订:北京天宇星印刷厂

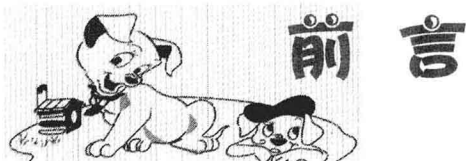
各地新华书店经销

开本:705×1000 1/16 印张:17.5 字数:182 千字

2011 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8 000 册 定价:38.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



孩子是父母的希望,祖国的未来。随着科学和社会的发展,一些年轻父母越来越清醒地认识到,0~3岁是人生发展的奠基时期,但他们对如何帮助孩子打好人生发展基础却茫然不知所措。目前,我国对3岁前婴幼儿教育也存在许多不足之处:重养轻教;重智力轻品德;缺乏教育孩子的基础知识和技能;忙于工作,无暇照顾孩子;对孩子的期望值过高;认为孩子不听话,动不动就予以斥责等。童年只有一次,成长不能重来。父母是孩子人生道路上的第一位启蒙老师,为此我们编写了《婴幼儿早期教育与训练》这本小册子,希望能对年轻的父母有所指导,帮助孩子初步完成从“自然人”向“社会人”的过渡。

本书较系统地介绍了婴幼儿早期教育的理论、训练指导、婴幼儿营养和喂养等方面的知识。充分利用日常的现象、简单的玩具,全方位开发孩子的运动、语言、认知、情感、创造、社会交往等多种能力,在玩中教,在教中学,让婴幼儿在不知不觉中学到知识。本书语言通俗,内容丰富,适合广大年轻父母阅读。

作者一直从事儿科工作,书中一些问题和解答均来自于临床工作实践。在编写过程中,曾参阅了一些书籍、报刊和网络资料,由于来源繁杂,未能一一加以注明,谨向有关作者深表歉意和谢意。

由于水平有限,本书有不当之处,敬请读者批评指正。

编 者



目 录

一、婴幼儿早期教育的内容和计划

1. 什么是婴幼儿早期教育？	(3)
2. 婴幼儿早期教育包括哪些方面？	(3)
3. 婴幼儿早期教育为什么可促进智力发育？	(3)
4. 早期教育对婴幼儿身心有害吗？	(4)
5. 早期教育应采取哪些方法？	(5)
6. 早期教育应注意哪些问题？	(8)
7. 婴幼儿早期教育的内容有哪些？	(10)
8. 1岁以内宝宝早期教育的主要内容是什么？	(11)
9. 1~2岁宝宝早期教育的主要内容是什么？	(12)
10. 2~3岁宝宝早期教育的主要内容是什么？	(12)
11. 如何抓住“敏感期”进行教育？	(13)
12. 什么是婴幼儿的关键期？	(14)
13. 关键期对孩子全面发展有何重要性？	(15)
14. 为什么说早教不仅是教育孩子,而且还要教育家长？	(16)
15. 婴幼儿早期教育三忌是指什么？	(17)
16. 为什么说早期教育不等于早期定向？	(18)
17. 为什么说早期教育不是早期知识传授？	(19)
18. 早期教育中常见的误区有哪些？	(20)
19. 0~6个月宝宝早期教育计划如何制订？	(22)



- 20. 6个月~1岁宝宝早期教育计划如何制订? (23)
- 21. 1~2岁孩子早期教育计划如何制订? (25)
- 22. 2~3岁孩子早期教育计划如何制订? (27)
- 23. 婴幼儿期家庭教育的要点是什么? (28)

二、婴幼儿生长发育特点

- 1. 婴幼儿年龄段怎样分期及生理特点是什么? (31)
- 2. 什么叫小儿生长发育? (33)
- 3. 儿童生长发育规律如何? (33)
- 4. 影响孩子生长发育的因素有哪些? (35)
- 5. 正常儿童体格生长发育常用哪些指标衡量? (36)
- 6. 健康新生儿有哪些指标? (37)
- 7. 新生儿有哪些能力? (38)
- 8. 新生儿的运动发育如何? (40)
- 9. 刚出生的新生儿有哪些动作不教自会? (40)
- 10. 婴儿的感知觉发育是怎样的? (41)
- 11. 婴儿的运动发育(大运动)是怎样的? (42)
- 12. 婴儿精细运动的发育是怎样的? (43)
- 13. 婴儿社会交往能力发育是怎样的? (44)
- 14. 婴儿的语言发育是怎样的? (45)
- 15. 幼儿的语言发育是怎样的? (46)
- 16. 婴幼儿早期语言的健康评估指标是什么? (47)
- 17. 小儿说话迟有哪些原因? (48)
- 18. 幼儿的感知觉发育是怎样的? (49)
- 19. 幼儿的运动发育(大运动)是怎样的? (49)
- 20. 幼儿精细动作的发育是怎样的? (50)



21. 幼儿的社会交往能力发育是怎样的？	(51)
22. 幼儿的情绪发育是怎样的？	(52)
23. 幼儿的日常生活技能发育是怎样的？	(53)
24. 婴儿口腔有什么特点？	(54)
25. 儿童牙齿发育的规律如何？	(54)
26. 小儿萌牙时应注意什么？	(55)
27. 为什么牙齿萌出有迟有早？	(55)
28. 如何预防宝宝的牙列不齐？	(56)
29. 2 个月的婴儿生长发育有哪些特点？	(56)
30. 3 个月的婴儿生长发育有哪些特点？	(57)
31. 4 个月的婴儿生长发育有哪些特点？	(57)
32. 6 个月的婴儿生长发育有哪些特点？	(58)
33. 9 个月的婴儿生长发育有哪些特点？	(59)
34. 12 个月的婴儿生长发育有哪些特点？	(59)
35. 18 个月的幼儿生长发育有哪些特点？	(59)
36. 2 周岁的幼儿生长发育有哪些特点？	(60)
37. 2 岁半的幼儿生长发育有哪些特点？	(60)
38. 3 周岁的幼儿生长发育有哪些特点？	(60)
39. 怎样算是一个健康的儿童？	(61)

三、婴幼儿科学营养和喂养

1. 什么叫营养？ 人体需要哪些营养素？	(65)
2. 婴幼儿营养需求有何特点？	(65)
3. 怎样评价婴幼儿健康状况？	(65)
4. 为什么说早期营养会影响婴儿终身健康？	(66)
5. 营养不良对婴幼儿智力发育有什么影响？	(67)



婴幼儿早期教育与训练

6. 为什么说母乳喂养好? (67)
7. 如何正确哺乳? (69)
8. 婴儿哺乳应注意什么? (69)
9. 什么叫换乳期喂养? (70)
10. 什么叫泥糊状食物? (71)
11. 如何添加换乳期泥糊状食物? (71)
12. 什么时候是添加辅食的最佳时间? (72)
13. 6个月宝宝的喂养重点是什么? (72)
14. 为什么要重视宝宝咀嚼功能的锻炼? (73)
15. 为什么说注重早期营养孩子更聪明? (73)
16. 什么食物能益智? (74)
17. 什么食物能提高免疫力? (75)
18. 什么是个人营养银行? (77)
19. 什么是生长债? (77)
20. 目前我国婴幼儿喂养中存在的问题有哪些? (78)
21. 蛋白质对婴幼儿健康有何益处? (79)
22. 脂肪对婴幼儿健康有何益处? (80)
23. 糖类对婴幼儿健康有何益处? (80)
24. 无机盐对婴幼儿健康有何益处? (81)
25. 维生素对婴幼儿健康有何益处? (82)
26. 为什么营养好的孩子还贫血? (83)
27. 什么叫微量元素? 微量元素有什么重要生理作用? (85)
28. 什么叫奶瓶龋? (86)
29. 什么叫膳食纤维? (87)
30. 膳食纤维对儿童健康有何益处? (87)
31. 适合婴儿的食物有哪些? (88)





32. 婴幼儿喂养中的三大误区是什么? (90)
33. 如何培养婴幼儿良好的饮食习惯? (91)
34. 如何选择安全的食品? (92)

四、婴幼儿优秀品质及良好习惯培养

1. 培养婴幼儿德育有哪些基本方法? (95)
2. 婴幼儿的道德观念形成与发展的特点是什么? (96)
3. 为何要注意培养孩子的非智力品质? (96)
4. 怎样让宝宝懂得爱? (97)
5. 如何对幼儿进行品德教育? (98)
6. 怎样培养孩子的情商? (100)
7. 怎样培养婴幼儿的良好情绪? (101)
8. 怎样培养孩子的独立性? (104)
9. 细节培养有什么意义? (105)
10. 怎样培养孩子的快乐情绪? (107)
11. 怎样培养孩子的好奇心? (109)
12. 怎样培养儿童的意志力? (111)
13. 怎样培养儿童的自控力? (112)
14. 如何培养孩子良好的性格? (113)
15. 如何培养孩子的兴趣爱好? (115)
16. 怎样培养宝宝的幽默感? (116)
17. 如何对孩子进行挫折训练? (117)
18. 孩子成长需要的七种教育是指什么? (118)
19. 3岁前幼儿能从事哪些劳动? (120)
20. 怎样纠正宝宝的不良习惯? (120)
21. 如何增强孩子的安全意识? (122)



- 22. 为什么说护牙习惯应从婴儿开始培养? (124)
- 23. 怎样培养孩子定时坐便盆大小便的习惯? (125)
- 24. 如何纠正孩子挑食的坏习惯? (126)

五、婴幼儿智力发展规律

- 1. 什么叫儿童智能、智商、发育商? (129)
- 2. 婴儿的智力发育有何特点? (130)
- 3. 幼儿的智力发育有何特点? (131)
- 4. 婴幼儿智能发育的敏感期是指什么? (131)
- 5. 婴儿运动的发育规律情况如何? (133)
- 6. 婴幼儿动作发展的规律是怎样的? (134)
- 7. 婴幼儿语言发育规律是怎样的? (135)
- 8. 儿童心理活动的发展规律如何? (136)
- 9. 2~3岁幼儿心理发育特点是怎样的? (136)
- 10. 3岁的孩子有哪些心理特点? (137)
- 11. 小儿知觉、注意、记忆的发展规律如何? (139)
- 12. 小儿思维、想象的发展规律如何? (140)
- 13. 婴幼儿期自我意识的发展规律如何? (141)
- 14. 小儿情绪和情感、个性和性格的发展规律如何? (142)
- 15. 何谓婴幼儿情感发展的里程碑? (144)
- 16. 什么叫小儿依恋? 发展规律如何? (145)
- 17. 什么叫小儿气质? (146)
- 18. 0~2岁儿童应有的智力标准是什么? (148)
- 19. 1~2岁儿童的智力测验方法是什么? (148)
- 20. 2~3岁儿童的智力测验方法是什么? (149)
- 21. 婴儿不同时期能理解些什么? (150)



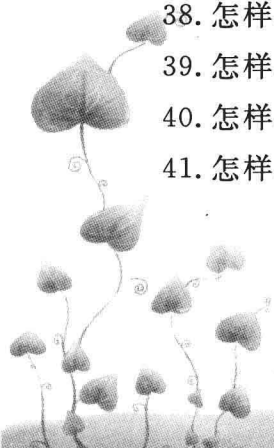
22. 聪明有创意的孩子有哪些特征?	(152)
23. 孩子智力低下早期有何表现?	(153)
24. 为什么孩子总喜欢重复听同样故事?	(154)
25. 孩子为什么喜欢自言自语?	(155)
26 宝宝吃手行为是智力发育的信号吗?	(156)
27. 婴儿为何怕见生人?	(157)
28. 婴幼儿有哪些兴趣和爱好?	(158)

六、婴幼儿智力开发

1. 开发婴儿智力的九种方法是什么?	(161)
2. 不同阶段开发宝宝智力的方式是什么?	(162)
3. 怎样让孩子更聪明?	(163)
4. 理想的语言环境包括哪些?	(164)
5. 怎么培养宝宝的注意力?	(164)
6. 如何启发孩子的观察力?	(167)
7. 孩子的创新思维如何培养?	(168)
8. 怎样发现孩子的潜在特长?	(170)
9. 如何给宝宝读书或讲故事?	(171)
10. 怎样培养宝宝想象力?	(174)
11. 如何开发孩子的右脑?	(175)
12. 怎样训练婴幼儿的语言能力?	(176)
13. 孩子发音不准怎么办?	(177)
14. 怎样培养宝宝语言表达力?	(178)
15. 怎样开发宝宝的语言智力?	(179)
16. 妈妈对孩子说话有禁忌吗?	(180)
17. 为什么要培养孩子的绘画能力?	(182)



- 18. 为何宝宝 2 岁以后才学画? (183)
- 19. 如何教孩子画画? (183)
- 20. 怎样教孩子辨认颜色? (184)
- 21. 怎样为 0~1 岁的孩子选书? (185)
- 22. 怎样为 1~3 岁的孩子选书? (186)
- 23. 怎样培养婴幼儿的方位意识? (186)
- 24. 婴儿练爬有哪些好处? (187)
- 25. 宝宝“左撇子”应该矫正吗? (188)
- 26. 孩子动作发展落后于标准时怎么办? (189)
- 27. 宝宝需要培养时间观念吗? (189)
- 28. 怎样培养宝宝与人相处? (192)
- 29. 如何给孩子选玩具? (194)
- 30. 十大常见益智玩具是什么? (195)
- 31. 如何指导宝宝玩玩具? (196)
- 32. 如何根据宝宝的性格特点选择玩具? (197)
- 33. 为什么说游戏是开发儿童智力的最好形式? (198)
- 34. 怎样对婴幼儿进行数学启蒙教育? (199)
- 35. 让孩子快乐自信的六大秘籍是什么? (200)
- 36. 智障儿早期教育的要点是什么? (202)
- 37. 如何训练婴幼儿的大脑? (204)
- 38. 怎样对 6 个月以内的婴儿进行智力教育? (204)
- 39. 怎样对 6 个月~1 岁婴儿进行智力教育? (205)
- 40. 怎样对 1~2 岁幼儿进行智力教育? (206)
- 41. 怎样对 2~3 岁幼儿进行智力教育? (207)





七、婴幼儿游戏

1. 0~1个月小宝宝聪明游戏如何做?	(211)
2. 2个月婴儿适合做哪些游戏?	(213)
3. 3个月婴儿适合做哪些游戏?	(214)
4. 4个月婴儿适合做哪些游戏?	(216)
5. 5个月婴儿适合做哪些游戏?	(218)
6. 6个月婴儿适合做哪些游戏?	(219)
7. 7个月婴儿适合做哪些游戏?	(221)
8. 8个月婴儿适合做哪些游戏?	(223)
9. 9个月婴儿适合做哪些游戏?	(224)
10. 10个月婴儿适合做哪些游戏?	(226)
11. 11个月婴儿适合做哪些游戏?	(227)
12. 12个月婴儿适合做哪些游戏?	(229)
13. 15个月幼儿适合做哪些游戏?	(230)
14. 18个月幼儿适合做哪些游戏?	(231)
15. 2岁幼儿适合做哪些游戏?	(233)
16. 2岁半幼儿适合做哪些游戏?	(234)
17. 3岁幼儿适合做哪些游戏?	(235)
18. 1~2岁婴幼儿智力开发游戏有哪些?	(235)
19. 2岁幼儿思维游戏有哪些?	(237)
20. 1~2岁宝宝能力训练游戏有哪些?	(239)
21. 2~3岁幼儿智力开发游戏有哪些?	(240)

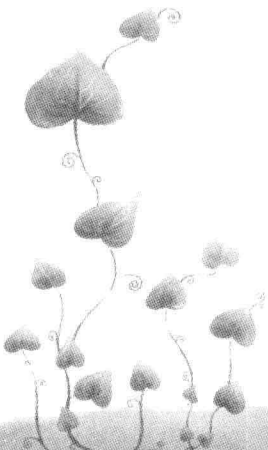
八、婴幼儿运动训练方案

1. 婴幼儿动作训练应遵循什么原则?	(247)
--------------------------	-------



婴幼儿早期教育与训练

- 2. 0~3 个月婴儿运动训练方案是什么? (247)
- 3. 4~6 个月婴儿运动训练方案是什么? (249)
- 4. 7~9 个月婴儿运动训练方案是什么? (251)
- 5. 10~12 个月婴儿运动训练方案是什么? (254)
- 6. 1~1 岁半幼儿运动训练方案是什么? (255)
- 7. 1 岁半~2 岁幼儿运动训练方案是什么? (256)
- 8. 2~2 岁半幼儿运动训练方案是什么? (257)
- 9. 2 岁半~3 岁幼儿运动训练方案是什么? (257)
- 10. 怎样学做婴儿操? (258)





一、婴幼儿早期教育 的内容和计划





1. 什么是婴幼儿早期教育？

婴幼儿早期教育是指0~3岁(严格说来,早期教育应从胎儿期开始,即胎教)这个阶段,对婴幼儿进行一定的有目的、有计划的教育。即在婴幼儿发展的适当时期内,给他们提供恰如其分的刺激,以加速他们的先天潜能变为现实的能力,以便为婴幼儿身心健康成长打下良好的基础。早期的潜能开发可以提高婴幼儿终身学习能力。

2. 婴幼儿早期教育包括哪些方面？

首先,要保证婴幼儿必需的营养,既要婴幼儿长身体、发育大脑,又要发展他们的基本动作,培养他们对体育活动的兴趣,切不可片面追求智力开发,而培养出“心有余而力不足的病弱天才”。其次,要教给婴幼儿生活中粗浅的知识技能,初步发展他们对艺术的感受力、表现力、创造力,培养求知的欲望和良好的学习习惯。再次,要对婴幼儿进行品德教育,培养他们团结、友爱、诚实、勇敢、克服困难、有礼貌、守纪律的优良品德,活泼开朗的性格和较强的独立能力。只有把握了婴幼儿早期教育的内容,比较准确地解释婴幼儿早期教育,才能培养出健康聪慧的宝宝。

3. 婴幼儿早期教育为什么可促进智力发育？

人脑同其他器官一样,用则灵,不用则笨。人的智力,是伴随着大脑的生长发育,在勤奋学习中发展起来的。在婴幼儿时期,大脑发育很快,此时好好用脑,积累知识,多学、多看、多记、多听、多想、多