



汉竹
● 亲亲乐读系列

升级版

中国优生优育协会推荐用书

戴淑凤

育儿百科



0~1岁宝宝养育全书

戴淑凤 编著

45年育儿门诊经验

27年儿童早期教育探索

最早引进蒙氏早教先行者之一

被美国 CNN 称为最懂中国孩子的人

跟踪指导婴幼儿身心发展近 10 万人次



北京出版集团公司
北京出版社

汉竹·亲亲乐读系列

中国优生优育协会推荐用书

●戴淑凤育儿百科●

0~1岁宝宝养育全书

升级版

戴淑凤 编著

北京出版集团公司
北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~1岁宝宝养育全书：升级版 / 戴淑凤编著. — 北京：北京出版社，2010. 12
(汉竹·亲亲乐读系列. 戴淑凤育儿百科)

ISBN 978-7-200-08494-8

I. ①0… II. ①戴… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2010) 第226449号



汉竹图书
精彩阅读，在汉竹
全案策划

汉竹·亲亲乐读系列 戴淑凤育儿百科

0~1岁宝宝养育全书 升级版

0~1 SUI BAOBAO YANGYU QUANSHU SHENGJIBAN

戴淑凤 编著

☐ 出版 北京出版集团公司 北京出版社 ☐ 地址 北京北三环中路6号

☐ 邮编 100120 ☐ 网址 www.bph.com.cn

☐ 总发行 北京出版集团公司 ☐ 经销 新华书店 ☐ 印制 北京市雅迪彩色印刷有限公司

☐ 开本 889×1194 1/24 ☐ 印张 9.5

☐ 版次 2011年1月第1版 ☐ 印次 2011年1月第1次印刷

☐ ISBN 978-7-200-08494-8/TS·247

☐ 定价 39.80元

质量监督电话 010-58572393

看过她的书，不禁深深佩服她
于医学、心理学、教育学、社会学、
伦理学方面涉猎之广，研究之深。

——全国人大常委会副委员长

何鲁丽

写给爱宝宝的父母

从计划要一个孩子的那一刻起，你的生活就要面临很多改变，无论是生活开支、饮食方式，还是从“父母的孩子”到“孩子的父母”这个人生角色心理上的转换。在这个阶段，你准备得越充分，接受各种变化的心态就越从容。

了解儿童身心发展规律，掌握不同年龄段孩子的言行、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，这些就是你所要准备的，也是一个好父母应该做的。由戴淑凤教授编著，北京出版社出版的这套《戴淑凤育儿百科》系列丛书，科学而全面地阐述了上述问题。

国内一直没有一套书在孩子学前给父母全面而系统的指导。这种状况可能是因为国内儿科分类比较细，婴幼儿护理与心理发展没有完全融合互

补造成的。戴教授有40余年的儿科第一线临床经验，并在实践中研究脑与发展，以及发展与教育心理学，是儿童脑生理学和身心发展领域的先行者与开拓者。她早年即赴日本研究先进的围产医学、胎教及早期教育，并将国内外诸多相关新学科理论和跨学科知识融合在早教实践中，在这个意义上可以说戴教授才是真正实现了“婴幼儿身心全面发展”。

众所周知，脑的发展关键期是人生的头3年，戴教授在丰富的儿科第一线临床实践中研究儿童脑生理学，真可谓“得天独厚”。所以，我一直跟她说：“你要是不把自己这一套理论整理出书，真是对不起社会对你的栽培。”

戴教授的这套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，介绍了婴幼儿的合理营养、保健、疾病预防、教育和良好行为习

惯培养等方面的知识。

为了适合年轻父母使用，这套书注重操作，给读者实用的指导。为了便于读者阅读和理解，图书还穿插了大量精美插图，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。

我相信孩子们的父母会喜欢这套丛书，好好把握孩子人生中的“黄金期”。因为“早期教育与其说是给孩子许多东西，倒不如说是不让孩子失去很多东西”。

北京师范大学教授 博士生导师
中国心理学会副理事长

林崇德

热心读者留言板 / www.homho.com/bbs E-mail / jiantong@homho.com

前言

有了宝宝，世界上最美妙的体验也将随之而来，你的生活也将是另一番景象。面对宝宝，你要处理的实际问题有很多：哺乳、喂养、洗澡、护理、智力开发、疾病预防……

婴幼儿养育没有简单的规则可以遵循，但有很多信息可供新爸爸新妈妈利用。

本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，介绍了婴幼儿的合理营养、保健、疾病预防和良好行为习惯培养等方面的知识。本书主题分为养护、喂养、异常情况和多元智能开发与情商培养。内文穿插有育儿要点、生长发育、儿歌与玩具箱，为你提供了全面的育儿需求。

养护：护理、安全隐患、育儿用品的选购与使用要点等。

喂养：婴幼儿营养知识、母乳喂养、辅食添加。

异常情况：侧重疾病的辨别与预防、安全与急救、误区与困惑等。

DIYSENSE YU'ER BAIKE

多元智能开发与情商培养：以精心设计的感觉教育游戏作为全脑潜能开发、优良素质培养的技巧，在快乐的游戏之中，使孩子体能、智能、情商都能得到理想的发展。

本书不再笼统介绍育儿概念，而是侧重于实际操作，“你应该做的”告诉你应对方法而且方便查阅；本书也不再笼统介绍营养知识，而是直接指导婴幼儿的饮食宜忌，并给

出供参考的饮食方案及食谱；本书更不再阐述疾病原理，而是将每种疾病在婴幼儿身体里体现的症状分别列出，“你要做的”指导你立即解决关心的问题。

为了便于读者阅读和理解，我们还为图书配置了精美插图，以形象直观体现教养技巧，并希望以此愉悦你的心情，增加育儿生活的乐趣。

有了这本权威而全面实用的指导，相信孩子的未来会比你期待中的更加美好。

戴淑凤

目录

0~1 岁宝宝成长记录 /1

第 1 个月	/15	第 2 个月	/37	第 3 个月	/55
育儿要点 / 生长发育	/15	育儿要点 / 生长发育	/37	育儿要点 / 生长发育	/55
养护	/16	养护	/38	养护	/56
一 给宝宝洗澡	/16	一 宝宝需要奶瓶了	/38	一 体验多种睡姿	/56
二 眼、耳、鼻、口的护理	/18	二 宝宝背袋	/40	二 不要给宝宝戴手套	/57
三 初生宝宝的衣物与尿布	/18	三 宝宝也可以游泳	/41	三 排便要讲卫生	/58
四 宝宝的大小便	/20	喂养	/42	四 安抚奶嘴的选择与使用	/58
五 宝宝哭了	/21	一 人工喂养	/42	喂养	/60
六 宝宝的居室环境	/22	二 混合喂养	/43	补充钙片和维生素 D	/60
七 宝宝自己的小床	/23	异常情况	/44	异常情况	/62
喂养	/24	一 宝宝腹泻	/44	一 佝偻病的表现及预防	/62
母乳喂养	/24	二 宝宝常见的几种皮肤病	/45	二 烫伤的防治	/62
异常情况	/28	多元智能开发与情商培养	/46	多元智能开发与情商培养	/63
一 新生儿这些状况正常吗	/28	一 大动作能力	/46	一 大动作能力	/63
二 新生儿的体温	/30	二 精细动作能力	/48	二 精细动作能力	/65
多元智能开发与情商培养	/31	三 言语能力	/51	三 言语能力	/65
一 大动作能力	/31	四 认知能力	/51	四 认知能力	/66
二 精细动作能力	/32	五 情绪和社交能力	/52	五 情绪和社交能力	/67
三 言语能力	/33	六 生活自理能力	/53	六 生活自理能力	/67
四 认知能力	/34	七 智能发展测评	/53	七 智能发展测评	/67
五 情绪和社交能力	/34				
六 生活自理能力	/35				
七 智能发展测评	/35				

第4个月 /69

育儿要点 / 生长发育 /69

养护 /70

- 一 宝宝的护肤用品 /70
- 二 戴上围嘴 /71
- 三 凉席、空调的使用 /72
- 四 要买纸尿裤了 /72

喂养 /74

- 一 坚持母乳喂养 /74
- 二 宝宝为什么老打嗝 /75

异常情况 /76

- 脑瘫要及早发现 /76
- 脑瘫的早期表现 /76

多元智能开发与情商培养 /77

- 一 大动作能力 /77
- 二 精细动作能力 /77
- 三 言语能力 /78
- 四 认知能力 /79
- 五 情绪和社交能力 /80
- 六 生活自理能力 /81
- 七 智能发展测评 /81

第5个月 /83

育儿要点 / 生长发育 /83

养护 /84

- 一 给宝宝喂药 /84
- 二 给宝宝理发 /85
- 三 给宝宝剪指甲 /87

喂养 /88

- 一 宝宝喝水的讲究 /88
- 二 怎么添加配方奶 /89

异常情况 /90

- 一 宝宝窒息的紧急处理 /90
- 二 预防耳部疾病 /90

多元智能开发与情商培养 /91

- 一 大动作能力 /91
- 二 精细动作能力 /91
- 三 言语能力 /92
- 四 认知能力 /95
- 五 情绪和社交能力 /96
- 六 生活自理能力 /97
- 七 智能发展测评 /97

第6个月 /99

育儿要点 / 生长发育 /99

养护 /100

- 一 宝宝长牙了 /100
- 二 区别对待各个动作语言期的宝宝 /100
- 三 买辆小推车 /101
- 四 宝宝也需要枕头 /103

喂养 /104

- 辅食添加 /104

异常情况 /106

- 一 半岁后的宝宝为什么易患病 /106
- 二 6个多月宝宝“抽风”了 /106

多元智能开发与情商培养 /107

- 一 大动作能力 /107
- 二 精细动作能力 /108
- 三 言语能力 /109
- 四 认知能力 /110
- 五 情绪和社交能力 /111
- 六 生活自理能力 /113
- 七 智能发展测评 /113

第7个月 /115

育儿要点 / 生长发育 /115

养护 /116

- 一 小药箱 /116
- 二 缺铁性贫血的防治 /119

喂养 /120

- 一 添加固体食物 /120
- 二 不宜添加的食品 /121
- 三 调羹的选择与使用 /122
- 四 吃菠菜，讲科学 /123

异常情况 /124

- 一 荨麻疹的防治 /124
- 二 降温贴的使用方法 /125

多元智能开发与情商培养 /126

- 一 大动作能力 /126
- 二 精细动作能力 /127
- 三 言语能力 /127
- 四 认知能力 /128
- 五 情绪和社交能力 /128
- 六 生活自理能力 /129
- 七 智能发展测评 /129

第8个月 /131

育儿要点 / 生长发育 /131

养护 /132

- 一 宝宝越爬越聪明 /132
- 二 宝宝不会爬怎么办 /133
- 三 宝宝的“家庭运动场” /134
- 四 用拇指、食指捏物 /135

喂养 /136

- 一 添加含蛋白质多的食物 /136
- 二 学饮杯的选择与使用 /136

异常情况	/138
一 婴儿肠套叠	/138
二 什么是幼儿急疹	/138
多元智能开发与情商培养	/139
一 大动作能力	/139
二 精细动作能力	/139
三 言语能力	/141
四 认知能力	/142
五 情绪和社交能力	/142
六 生活自理能力	/143
七 智能发展测评	/143

第9个月 /145

育儿要点 / 生长发育 /145

养护 /146

- 一 玩具是宝宝的教科书 /146
- 二 与父母同桌进餐 /148
- 三 该给宝宝准备鞋子了 /149

喂养 /150

- 一 养成良好的吃饭习惯 /150
- 二 辅食为主的早、中、晚餐 /151

异常情况 /152

- 一 宝宝疳积的防治 /152
- 二 宝宝斜视要及早治疗 /153

多元智能开发与情商培养 /154

- 一 大动作能力 /154
- 二 精细动作能力 /154
- 三 言语能力 /157
- 四 认知能力 /158
- 五 情绪和社交能力 /158
- 六 生活自理能力 /159
- 七 智能发展测评 /159

第10个月 /161

育儿要点 / 生长发育 /161

养护 /162

- 一 快带宝宝晒太阳去 /162
- 二 让宝宝养成自主入睡的好习惯 /163

喂养 /164

- 一 不同类型宝宝的喂养 /164
- 二 宝宝恋母乳怎么办 /167

异常情况 /168

- 一 体重增长慢是病吗 /168
- 二 宝宝生病了 /169

多元智能开发与情商培养 /170

- 一 大动作能力 /170
- 二 精细动作能力 /171
- 三 言语能力 /171
- 四 认知能力 /172
- 五 情绪和社交能力 /172
- 六 生活自理能力 /173
- 七 智能发展测评 /173

第11个月 /175

育儿要点 / 生长发育 /175

养护 /176

- 一 培养良好的进餐习惯 /176
- 二 给宝宝一把好餐椅 /177
- 三 宝宝要学走路了 /178

喂养 /180

- 给宝宝吃点心 /180

异常情况 /182

- 一 急性上呼吸道感染的防治 /182
- 二 高热惊厥的家庭处理 /183
- 三 便秘的防治 /183

多元智能开发与情商培养 /184

- 一 大动作能力 /184
- 二 精细动作能力 /185
- 三 言语能力 /186
- 四 认知能力 /186
- 五 情绪和社交能力 /188
- 六 生活自理能力 /188
- 七 智能发展测评 /189

第12个月 /191

育儿要点 / 生长发育 /191

养护 /192

- 一 让宝宝开步的诀窍 /192
- 二 防止吞食异物 /193

喂养 /194

- 一 保证宝宝的营养需求 /194
- 二 宝宝膳食的合理烹调 /195
- 三 让宝宝接受新添加的食物 /196

异常情况 /198

- 一 乳牙萌出过晚怎么办 /198
- 二 腹痛不能擅自用药 /198

多元智能开发与情商培养 /199

- 一 大动作能力 /199
- 二 精细动作能力 /200
- 三 言语能力 /202
- 四 认知能力 /203
- 五 情绪和社交能力 /203
- 六 生活自理能力 /205
- 七 智能发展测评 /205

附录 /207

宝宝健身操 /208

0~12个月儿童体格发育值 /212

0~1岁宝宝成长记录

“一看二听三抬头，四撑五抓六翻身，七坐八爬九扶站，
十学扶走捏小物，一岁说话会迈步。”

这段口诀是 0~1 岁宝宝成长发育最生动的写照，

在宝宝成长最初的这一年中，

宝宝几乎每一天都会有一个新的变化，

这些变化可能让你欣喜，也可能让你应接不暇，

只有掌握了宝宝的发育轨迹，你才会更了解你的宝宝，

才会知道怎样才能让宝宝更好地成长。

满月宝宝

一天一个新变化

满月的宝宝已经能辨认妈妈的脸、声音和触摸，还可发出类似“a”、“e”、“o”的声音，甚至在不经意间还会还你一个灿烂的笑容；满月的宝宝已经可以稍稍抬头，并追随自己喜欢的声音或颜色做出摆头的动作；满月的宝宝也在努力调整着自己的吃喝拉撒睡，让生活慢慢规律起来……

满月之后，宝宝大多会喜欢咬自己的小手，这是宝宝大脑发育的正常反应，是宝宝了解自己的方式之一。他通过感觉器官认识世界，用嘴尝试、认识自己的身体器官。



外形

宝宝出生后体重超过2500克，身长超过47厘米，皮肤红红的、凉凉的，头部相对较大，头发湿润地贴在头皮上，四肢好像害怕一样蜷曲着，小手紧握，哭声响亮。

感官

宝宝出生后就能感觉到光的存在，在光线适度的情况下会睁开眼睛；听觉已相当灵敏，因在胎内听惯了母亲的声音及母亲的心跳，所以哺乳时很安静。

呼吸

刚出生的宝宝以腹式呼吸为主，呼吸很浅，且呼吸频率忽快忽慢，呼吸时可观察到宝宝腹部的起伏，节律常不一致，每分钟大约40~60次，一般2周后会逐渐稳定。

便尿

宝宝出生后不久即能排出墨绿色的稠糊状胎便，2~3天后转成黄便。出生后24小时内第一次排出尿液，颜色淡黄，有时可能会带些橘红色结晶。

睡眠

新生宝宝大脑皮质兴奋性低，一昼夜有18~22小时都处于睡眠状态，只有饿了想吃奶时才会醒来哭闹一会儿，吃饱后又会安然睡着。

体温

新生宝宝体温多在36.7℃左右，上下午温差不超过0.25℃。此时宝宝的体温调节机制还不完善，体温易受外界环境的影响，因此对宝宝既要注意保暖又不能过分“捂”着。

先天反射

新生宝宝已具备了觅食、吸吮、握持、踏步、自我保护等先天反射本领，这些反射是早期婴儿特有的，大部分先天反射在宝宝长至3~4个月后即会消失，如延缓则说明宝宝大脑发育可能出现了问题。

1~2个月宝宝快速成长

2个月的宝宝，已能认识熟悉的面孔，妈妈、爸爸的声音会让他感到亲切和愉快；他高兴时会冲你莞尔一笑，兴奋时会与人咿呀作答，饥饿和不安时会啼哭不止；他已经能够俯卧抬头呈45°，并开始钟情于自己的小手，常会把两只小手举在眼前端详，也会努力地放进嘴里吸吮……

妈妈轻轻揉揉宝宝的小脸，再跟他说点“悄悄话”，宝宝会很开心！



外形

这个月的宝宝体格发育迅速，表情更加丰富，也更加招人喜爱。他的皮肤变得光亮白嫩，弹性增加，皮下脂肪增厚，胎毛、胎脂减少，头形滚圆。

动作

此时的宝宝喜欢手舞足蹈地动个不停，双手逐渐松开，给他小玩具会无意识地抓握片刻；给他喂奶时会立即做出吸吮动作；快乐时，小脚会无意识地踢蹬。

感官

这时的宝宝，听到有人和他讲话或有声响时，会认真地听，并能发出咕咕的应和声；会用眼睛追随走来走去的人，脸上会出现反应性微笑。

语言

此时的宝宝开始与父母进行简单的情感交流。在有人逗他时，会发笑，并能发出“啊”、“呀”的声音；发起脾气来，哭声也会比平常大得多。

睡眠

这个月的宝宝，清醒的时间延长，白天一般睡3~4觉，每觉睡1.5~2小时，每觉醒后可持续活动1.5~2小时；夜晚睡10~12小时，最长可持续睡6个小时以上。

吃喝

这个月的宝宝被称为吃奶宝宝，他的吃奶量明显增加，吃奶的个性特别明显，男孩也更容易出现溢乳现象。同时，这个月的宝宝还会吃自己的手指头或整个小手。

便尿

这个月的宝宝，尿的次数会略有减少，每天从原来的十多次变为五六次也是正常的。大便也变得有规律了，妈妈可在此时逐步培养宝宝定时大便的习惯。

2~3 个月

换个视角看世界

3个月的宝宝会把大大的笑容,甚至“咯咯”的笑声送给见到的每个人;他的眼睛能跟随物体移动 180° ,头部能够挺直,并以全新的视角关注这个世界;他开始玩耍自己的双手,并开始尝试着用这双已经有知觉的小手抓周围感兴趣的任何东西;他开始向往更宽广的世界……



外形	这个月的宝宝,体态丰满,体重出现了不可思议的显著增加,大多数宝宝都会达到刚出生时的2倍,每天大约会增加30克左右。
动作	此时的宝宝,头能够随自己的意识转来转去,眼睛随着头的转动而左顾右盼;趴在床上时,头能稳稳当当地抬起,前半身可以由两臂支撑起;扶着腋下时,会坐着。
感官	这个月的宝宝,视听觉有了较好的发展,听见声音能用眼睛去寻找;能看见8毫米大小的物体;对颜色产生了分辨能力,对黄色最为敏感,其次是红色。
语言	这个月的宝宝,能自由地发出两个音节的音,如“高、拉、妈”等,逗他时会发出欢快的笑声,看到妈妈时会露出甜蜜的微笑,嘴里还不断地发出咿呀的学语声。
睡眠	这个月宝宝每日的睡眠时间是14~18小时,白天睡3次,每次2~2.5小时,夜里可睡10个小时左右。
社交	这时的宝宝,看到奶瓶或妈妈准备喂奶,会表现得异常兴奋;能来回张望寻找亲人,亲人走近时手舞足蹈,伸手要抱;可用面部表情表示喜悦、不快、厌倦、无聊等。
细节	这个月的宝宝,手的5个小指头经常呈张开状,可握住放在手中的长棒达数分钟,并将抓到的物体放入口中舔;开始注视自己的手,并将双手放在一起,玩耍手指。

3~4 个月

寻找翻身的快感

4个月的宝宝，能抬头也能翻身，有个性也有脾气；他不但会吸吮自己的手指，还会握住身体之外的东西，更常常把衣被踢开；他会用哭声和笑声表达自己的情绪，也会用咿咿呀呀的语音述说自己的感受；他越来越需要父母的关注，也在积极学习与这个世界交流……

宝宝学会翻身后，妈妈可以将宝宝喜爱的玩具放在他身边，并不断逗引宝宝翻身抓碰。这样的翻身练习可以为日后学爬打下基础。



外形

这个月宝宝到了非常招人喜欢的月龄，脖子挺得直直的，头会微微摇晃，一双黑白分明的大眼睛专注而有神，看起来像个会活动的大娃娃。

动作

此时的宝宝，不但头部能完全挺立，听到声音也会转过头去；俯卧时，会用两手支撑，长时间地抬起头；抓到带响的玩具时，会胡乱挥舞。

感官

这个月的宝宝，不仅能看清东西，对看过的东西也有了部分记忆；在看见大人吃东西时，嘴巴还会做出咀嚼的样子；看见妈妈离开，可能会大声地哭。

语言

这个月的宝宝，不但能分辨大人的声音，还会出声“说话”。他经常自言自语、咿咿呀呀说个不停，也知道自己的名字，叫他有时会有回应。

吃喝

宝宝喝奶量在这个时期因人而异，每次喝200毫升或120毫升都不足为奇，但只要母乳充足，就不必急着给宝宝添加辅食。

睡眠

这个月的宝宝，会在上下午各睡一觉，每次2小时左右，晚上8点左右正常入睡。晚上吃奶或撒尿在此时是经常现象，但也有一觉睡到天明的宝宝。

社交

这个月的宝宝，会试着用各种方法与父母交流，并用频繁的微笑、假装的咳嗽声、热切的眼神及转头、用小手遮脸等方式表达自己的情感需求。

4~5 个月

宝宝会“眉目传情”

5个月的宝宝，喜欢跟人玩藏猫猫、摇铃铛，还学会了用东西敲桌子；他心爱的玩具掉落后，会用两眼努力地寻找；用双手扶着宝宝的腋下，他就能站直，还喜欢在你的腿上跳动；喊宝宝的名字，他会看着你笑；看到镜子中的自己，会亲密地接近。宝宝的生活越来越丰富了……

当宝宝哭着叫出“mama”时，你是不是惊呆了呢？感动之余可别忘记抱起他，他需要你的安慰。



外形

这个月的宝宝已逐渐成熟起来，眉眼等五官已经“长开了”，脸色红润而光滑，并显露出活泼、可爱的体态，但身长、体重的增长速度开始减慢。

动作

此时的宝宝会用手去抓悬吊的玩具；仰卧时，双脚会不停地踢蹬；妈妈用双手扶着腋下，就可站立一段时间；有的宝宝甚至可以独自坐一小会儿。

感官

这个月的宝宝，视力范围已达到几米远，他不但喜欢看电视、照镜子，而且开始注意一些小东西。和父母对视时，宝宝的眼神还会流露出感情交流的喜悦。

语言

这个月的宝宝，开始用母语的许多节律和特征咿呀学语，尽管听起来像胡言乱语，但如果仔细听，你会发现他会升高和降低声音，好像在发言或者询问一些问题。

睡眠

此时的宝宝睡眠明显减少，一般夜间睡10小时，白天睡2~3觉，每次睡1.5~2小时。白天的活动持续时间延长到2~2.5小时。

社交

这个月的宝宝，开始用表情来表达自己的内心的想法，他不但能区别亲人的声音，还能识别熟人和陌生人，并对陌生人产生认生的表情，做出躲避的姿态。

细节

此时的宝宝会不厌其烦地重复某一动作，经常故意把手中的东西扔在地上，捡起来又扔，可反复20多次。也常把一件物体拉到身边，推开，再拉回，反复操作。

5~6个月 宝宝会坐着了

6个月的宝宝会一边啃着自己的小脚丫，一边和你咿咿呀呀地聊天；他煞有介事地坐在那里，摆弄着手上的玩具，也会自己拿饼干来吃；他试图模仿你的一言一行，更对外面的世界充满了好奇和向往，他会时常向门外张望，期望你能带他到更开阔的地方去……



外面的世界很精彩、很奇妙，宝宝已经开始好奇地张望了，妈妈可别偷懒，带宝宝出去晒晒太阳吧！

外形

这个月的宝宝，身体圆滚滚的像个小弥勒佛，他可能有两颗嫩白的小牙，可能会端坐在那里，像模像样地摆弄自己的玩具，也可能笑嘻嘻地冲你做各种各样的鬼脸。

动作

此时的宝宝，喜欢使劲摇晃玩具，把玩具重重地扔在地上听响声；喜欢在床上滚来滚去，也会努力端坐着让自己不倒下；还喜欢站起来，并且可以在扶持下站得非常稳；双手的动作也更加复杂，可以将拿在手中的玩具左右传递，还喜欢把纸撕成两半。

感官

这个月的宝宝能区分不同玩具的功能和声音，会追逐喜欢的玩具发出的声响，对不喜欢的玩具则无动于衷。更喜欢照镜子，看到镜子中的自己时，会微笑着上前抚摸。

语言

这个月，宝宝会用诸如“a”、“o”、“e”等元音和“m”、“n”、“b”、“sh”、“f”、“d”、“l”等辅音或其他更多的声音和你进行交流，并会通过改变音量、音调、语速来表达高兴或不快。

睡眠

这个月，宝宝一昼夜需睡眠13~15个小时，一般上午睡1~2小时，下午睡2~3小时。爱动的宝宝睡眠时间比较少，不爱动的宝宝不仅白天睡觉多，晚上睡得也早。

社交

“小孩脸，六月天”。此时，宝宝的体态和面部表情犹如一幅丰富多彩的图画，瞬息多变：高兴时手舞足蹈，眉开眼笑，咿呀作语；不高兴时，撅嘴、哭闹、扔东西，极尽所能。

细节

这个月，宝宝那对白白胖胖的小脚丫也成了他可心的玩具，仰卧或坐着时，宝宝会用手抱着脚丫玩耍，还会把脚趾放进嘴巴里啃来啃去，似乎在享用一顿超级大餐。