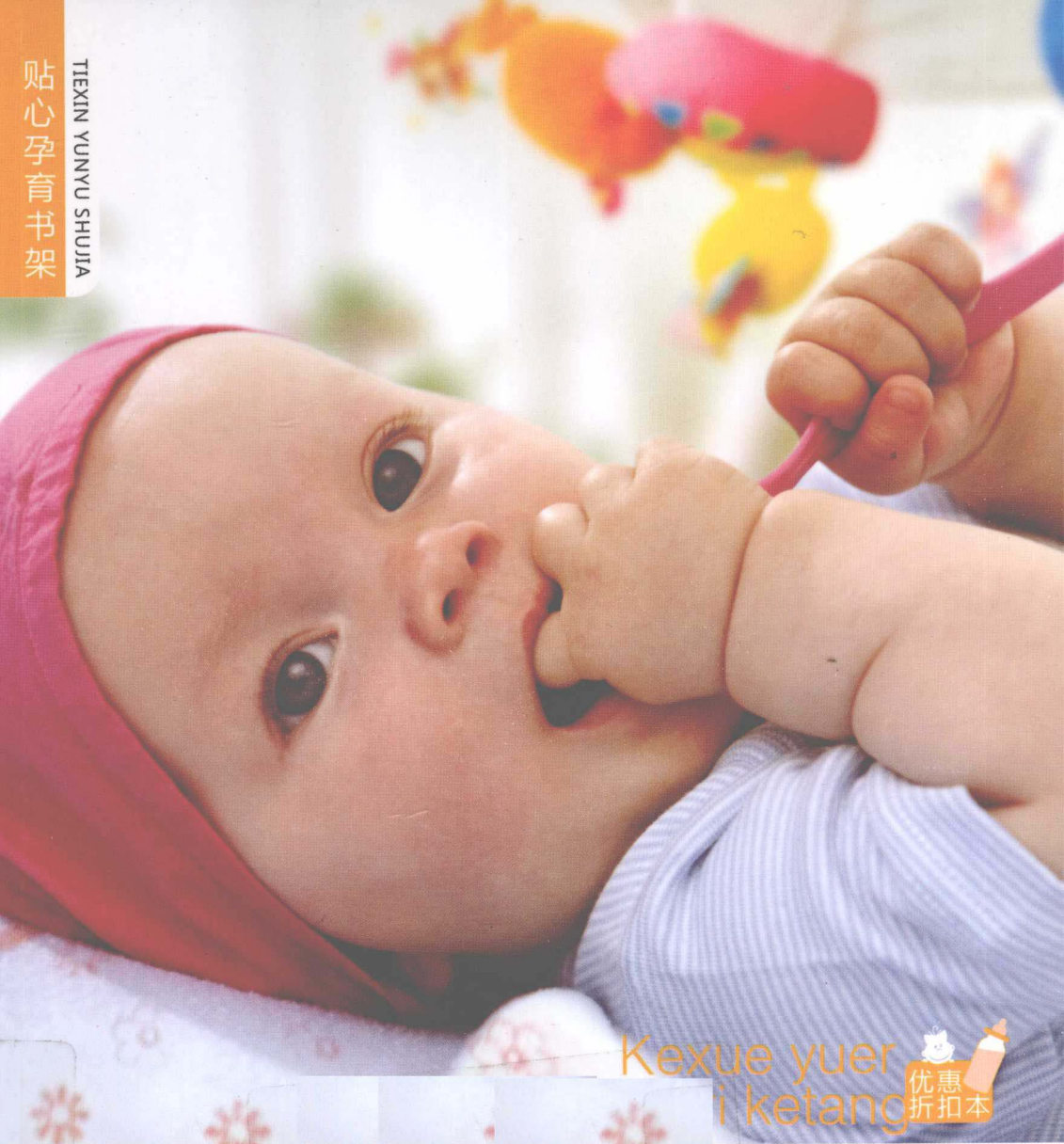


贴心孕育书架

TIEXIN YUNYU SHUJIA



Kexue yuer
i ketang



科学育儿 每日课堂



知书达礼

zhishudali 母婴 早教
主编 崔钟雷

凤凰出版传媒集团
凤凰出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿每日课堂 / 崔钟雷主编. -- 南京: 凤凰出版社, 2010.12
(贴心孕育书架)
ISBN 978-7-5506-0112-3

I. ①科… II. ①崔… III. ①婴幼儿-哺育-基本知识 IV. ①R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 247818 号

书 名: 科学育儿每日课堂

主 编: 崔钟雷

策 划: 钟 雷

副 主 编: 马立立 安 阳 盖 丹

责任编辑: 胡明琇 蓝 瑜

装帧设计: 稻草人工作室 

出版发行: 凤凰出版传媒集团 凤凰出版社

出 品: 凤凰出版传媒集团 北京凤凰天下文化发展有限公司

公司网址: 北京凤凰天下网 <http://www.bookfh.cn>

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米

印 张: 23 1/16

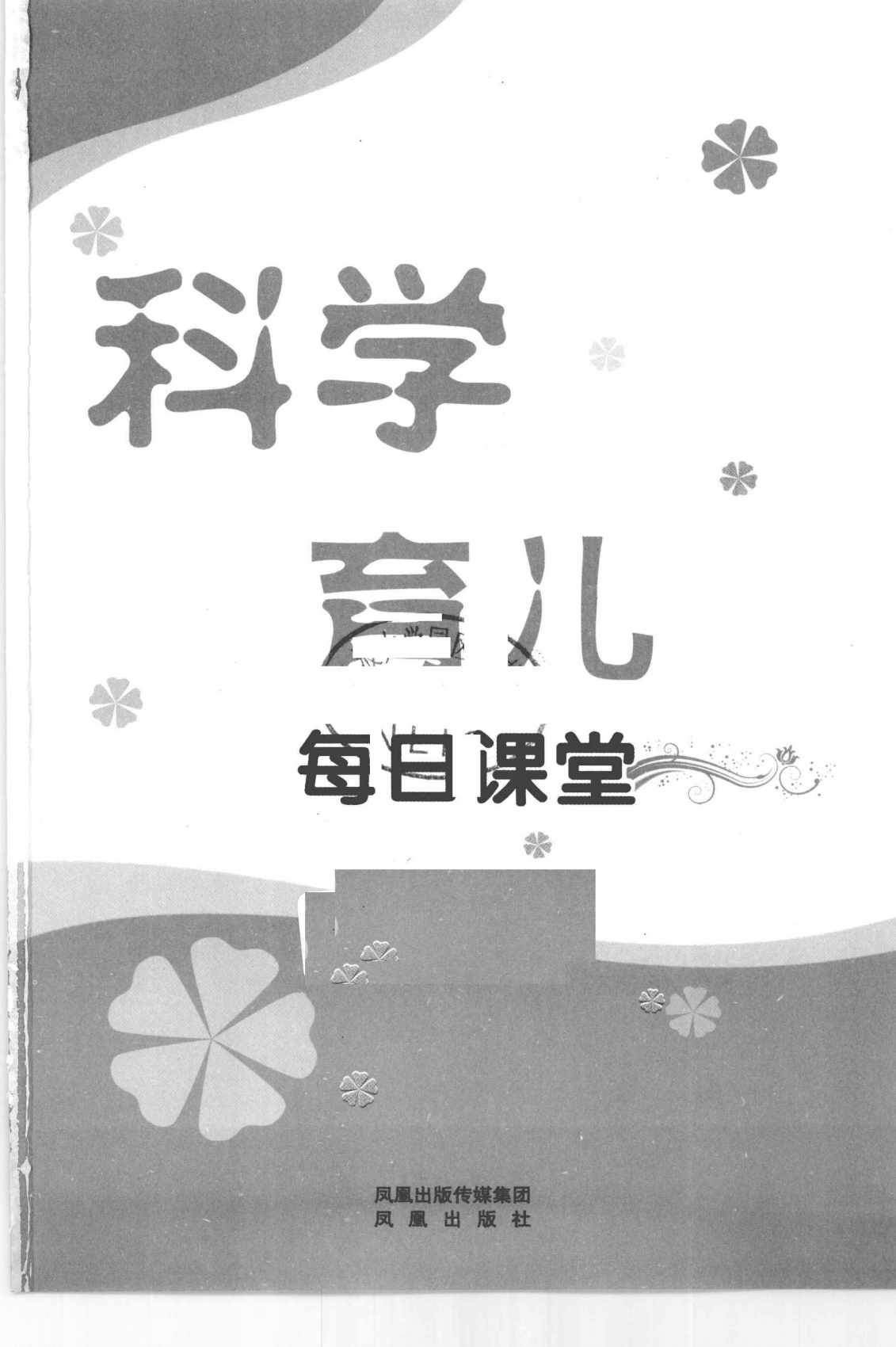
字 数: 330 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5506-0112-3

定 价: 25.80 元

(本图书凡印装错误可向发行部调换, 联系电话: 010-58572106)



科学

育儿

每日课堂

凤凰出版传媒集团
凤凰出版社

前言

QIAN YAN

生活方式、婴幼儿用品、科学研究等影响着育儿方式，与传统相比，现在的育儿观念和方法已经发生了很大的变化。父母都希望自己的宝宝身体健康、聪明过人，不能输在起跑线上。由此，父母对于宝宝的科学喂养和早期教育就显得尤为重要。

在0—3岁这一时期，正是宝宝的最佳教育时期。在这个时期，宝宝的成长发育速度非常快，尤其是大脑的功能日渐完善，是宝宝身体茁壮成长、开发潜能最大、接受能力最强、最容易养成习惯的黄金时期。父母应该凭借足够的科学喂养和智力开发等方面的科学知识和方法，帮助宝宝健康快乐地成长。我们怀着帮助初为人父人母的朋友们摆脱这种状况的心情编写了“贴心孕育书架”中的《科学育儿每日课堂》和《0—3岁智能启蒙训练实用全书》。这两本书以科学的角度、专业的指导、图文并茂地详细介绍宝宝各时期的饮食特点，贴心提供喂养方案和日常护理知识，通过介绍宝宝的生长特点和心理特点，全面分析开发宝宝智能的要点和方法，并根据特点为其提供各种启蒙训练和亲子游戏，和您一起帮助孩子赢在起跑线上。

当父母不容易，当好父母更不容易。希望我们的努力能为各位父母谱写动人育儿曲之时尽一份绵薄之力。

目录

CONTENTS

第一章 贴心呵护0—1岁宝宝

新生宝宝

- 第1天 新生宝宝的身体形态 ... 18
- 第2天 新生宝宝的头部 18
- 第3天 新生宝宝的皮肤 19
- 第4天 新生宝宝的脐带 20
- 第5天 新生宝宝的呼吸 20
- 第6天 新生宝宝的心率 20
- 第7天 新生宝宝的体温 21
- 第8天 新生宝宝的排便状况 ... 21
- 第9天 新生宝宝对外界刺激的
 感觉程度 21
- 第10天 注意吃初乳 23
- 第11天 学会给新生宝宝哺乳 23
- 第12天 哺乳的时间 24
- 第13天 母乳不足怎么办 24
- 第14天 宝宝人工喂养要注意 25
- 第15天 用奶瓶给宝宝喂奶 ... 25
- 第16天 为新生宝宝调配牛奶
 要注意 26
- 第17天 宝宝吐奶怎么办 26
- 第18天 小心处理新生宝宝
 打嗝儿 27
- 第19天 护理新生宝宝的五官 ... 28
- 第20天 注意新生宝宝的保暖 ... 29
- 第21天 宝宝可以剃胎发吗 ... 29
- 第22天 新生宝宝睡觉时
 要注意 30
- 第23天 怎样帮新生宝宝洗澡 ... 30
- 第24天 帮新生宝宝做抚触 ... 32
- 第25天 训练宝宝的
 感官刺激 33
- 第26天 培养宝宝的
 视觉能力 34
- 第27天 运动能力的培养 34
- 第28天 要及时接种疫苗 34
- 第29天 小心宝宝窒息 35
- 第30天 小心新生宝宝腹泻 ... 35
- 第31天 本月贴心问答 36

2个月宝宝

- 第1天 宝宝生长数据参考表 ... 37
- 第2天 2个月宝宝的
 动作发育 38
- 第3天 2个月宝宝的
 听觉发育 38
- 第4天 2个月宝宝的
 感觉发育 38
- 第5天 2个月宝宝的
 视觉发育 39
- 第6天 2个月宝宝的
 心理发育 39



目录

CONTENTS



第7天 2个月宝宝的 睡眠情况	39	第23天 尽早判断宝宝 是否生病	48
第8天 2个月宝宝的接种疫苗 备忘录	40	第24天 帮宝宝测体温	49
第9天 注意宝宝水分的 补充	40	第25天 正确应对宝宝发热 ...	49
第10天 喂养牛奶要注意的 地方	40	第26天 小心处理宝宝感冒 ...	50
第11天 宝宝睡觉时也要叫醒 喂奶	41	第27天 宝宝尿布疹的处理 和预防	51
第12天 看看宝宝是否 吃饱了	42	第28天 本月贴心问答	52
第13天 小心为宝宝选择 奶嘴	42		
第14天 宝宝的作息时间妈妈 心中有数	43	3个月宝宝	
第15天 带宝宝外出要注意 ...	43	第1天 宝宝生长数据参考表 ...	52
第16天 慎重选择宝宝的尿布	44	第2天 宝宝现在的 社交性回答	53
第17天 为宝宝选择合适的 玩具	44	第3天 宝宝开始有意识地 活动	53
第18天 2个月宝宝的智能 发育水平	45	第4天 3个月宝宝的 视觉发育	53
第19天 2个月宝宝的智能 测试方法	45	第5天 宝宝的社交本领	54
第20天 亲子益智小游戏之 抬头挺胸	47	第6天 3个月宝宝的接种疫苗 备忘录	54
第21天 亲子益智小游戏 之拉坐起	47	第7天 宝宝每天应该 喝多少奶	54
第22天 宝宝在家要 注意安全	48	第8天 适当减少哺乳次数	55
		第9天 宝宝还不能吃“咸” ...	55
		第10天 防止吃牛奶的宝宝 过于肥胖	55
		第11天 宝宝洗发护发 Tips ...	56
		第12天 帮宝宝修剪指甲 要小心	56

CONTENTS



第 13 天 要开始养成规律的睡眠习惯	57	第 31 天 本月贴心问答	70
第 14 天 宝宝想要睡觉的表现	57	4 个月宝宝	
第 15 天 宝宝习惯性夜啼怎么办	58	第 1 天 宝宝生长数据参考表 ...	71
第 16 天 带宝宝出去晒太阳 ...	59	第 2 天 宝宝开始牙牙学语 ...	71
第 17 天 宝宝使用安抚奶嘴的利弊	59	第 3 天 4 个月宝宝的动作发育	71
第 18 天 科学使用纸尿裤	60	第 4 天 了解宝宝的情绪发育	72
第 19 天 为宝宝选择合适的枕头	61	第 5 天 宝宝的心智发育程度	72
第 20 天 宝宝毛绒玩具的选择和清洗	61	第 6 天 4 个月宝宝的接种疫苗备忘录	73
第 21 天 宝宝的被子四季有讲究	62	第 7 天 给宝宝添加辅食的方法	73
第 22 天 宝宝要定期作体格检查	63	第 8 天 宝宝添加辅食时的安全	75
第 23 天 给宝宝洗内衣要注意	64	第 9 天 营养辅食特别介绍	75
第 24 天 3 个月宝宝的智能发育水平	65	第 10 天 宝宝吃鸡蛋要注意 ...	76
第 25 天 3 个月宝宝的智能测试方法	65	第 11 天 宝宝食量小是否正常	77
第 26 天 亲子益智小游戏之我们一起跳舞	67	第 12 天 让宝宝练习吃有形食品	77
第 27 天 亲子益智小游戏之宝宝笑一个	67	第 13 天 宝宝突然不喝奶怎么办	78
第 28 天 注意宝宝腹部的保暖	68	第 14 天 读懂宝宝的表情和身体语言	78
第 29 天 正确应对宝宝的支气管炎肺炎	69	第 15 天 好好护理宝宝的皮肤	80
第 30 天 小心处理宝宝湿疹 ...	70	第 16 天 宝宝皮肤褶皱处要注意清洁	81



目录

CONTENTS



- 第 17 天 要为宝宝选择合适的
清洁用品 81
- 第 18 天 4 个月宝宝的玩具 ... 81
- 第 19 天 帮宝宝消毒玩具 82
- 第 20 天 小心别让宝宝变成
胖宝宝 83
- 第 21 天 宝宝现在可以
看电视吗 84
- 第 22 天 宝宝“上火”可以
吃蜂蜜吗 84
- 第 23 天 怎样帮宝宝补充
维生素 D 84
- 第 24 天 4 个月宝宝的智能
发育水平 85
- 第 25 天 4 个月宝宝的智能
测试方法 85
- 第 26 天 亲子益智小游戏之
看看妈妈的脸 87
- 第 27 天 亲子益智小游戏之
摸鼻子 87
- 第 28 天 小心护理生病的宝宝 88
- 第 29 天 小心宝宝贫血 90
- 第 30 天 本月贴心问答 91
- 第 4 天 5 个月宝宝的
心理发育 93
- 第 5 天 5 个月宝宝的
感觉发育 93
- 第 6 天 好奇的宝宝 94
- 第 7 天 5 个月宝宝的接种疫苗
备忘录 94
- 第 8 天 5 个月宝宝的喂养特点 94
- 第 9 天 小心宝宝食物过敏 95
- 第 10 天 牛奶喂养宝宝奶量要
逐渐增加吗 96
- 第 11 天 让宝宝食欲更好 96
- 第 12 天 5 个月宝宝的
睡眠特点 97
- 第 13 天 宝宝口水多如何处理 97
- 第 14 天 注意宝宝的排便 98
- 第 15 天 帮宝宝选择服饰
要注意 99
- 第 16 天 为宝宝选择合适的
围嘴儿 99
- 第 17 天 不要在宝宝的衣物中放
樟脑丸 100
- 第 18 天 不要总带着宝宝
串门 100
- 第 19 天 宝宝打呼噜怎么办 · 101
- 第 20 天 宝宝使用凉席要小心 101
- 第 21 天 培养宝宝的音乐
欣赏能力 102
- 第 22 天 用宝宝推车时要注意 102
- 第 23 天 宝宝睡眠时的
- 5 个月宝宝**
- 第 1 天 宝宝生长数据参考表 ... 92
- 第 2 天 宝宝学会模仿声调了 ... 92
- 第 3 天 宝宝的动作就像
小飞机 93

CONTENTS



安全防护	103	食物	114
第 24 天 5 个月宝宝的智能发育水平	104	第 11 天 宝宝不宜太早喝全脂牛奶	115
第 25 天 5 个月宝宝的智能测试方法	104	第 12 天 锻炼宝宝用小勺吃食物	115
第 26 天 教宝宝认识日常用品	106	第 13 天 保护宝宝的乳牙 ...	115
第 27 天 亲子益智小游戏之点点头	107	第 14 天 让宝宝学会自己坐	116
第 28 天 亲子益智小游戏之我们一起鼓小脸 ...	107	第 15 天 让宝宝午睡	117
第 29 天 小心护理宝宝的咳嗽	108	第 16 天 开心对待宝宝	117
第 30 天 本月贴心问答	108	第 17 天 正确应对宝宝哭 ...	118
		第 18 天 把握好宝宝唯一的童年	119
		第 19 天 宝宝出牙时怎么护理	119
		第 20 天 为宝宝选择合适的磨牙棒和磨牙口胶	120
		第 21 天 注意宝宝的体重 ...	120
		第 22 天 注意宝宝的出汗状况	121
		第 23 天 宝宝在客厅的安全防护	122
		第 24 天 6 个月宝宝的智能发育水平	122
		第 25 天 6 个月宝宝的智能测试方法	122
		第 26 天 亲子益智小游戏之坐“飞船”	124
		第 27 天 亲子益智小游戏之看看照片里的家人	125
		第 28 天 带宝宝打针要注意 ...	125
		第 29 天 宝宝大便异常的应对方法	126

6 个月宝宝

第 1 天 宝宝生长数据参考表	109
第 2 天 宝宝会合念声母韵母了	109
第 3 天 6 个月宝宝的动作发育	109
第 4 天 6 个月宝宝的视觉发育	110
第 5 天 宝宝的小心思	110
第 6 天 6 个月宝宝的接种疫苗备忘录	110
第 7 天 6 个月宝宝的喂养特点	111
第 8 天 牛奶不能用酸奶和炼乳来代替喂养	113
第 9 天 不要把食物嚼碎后喂给宝宝吃	113
第 10 天 不要让宝宝吃太多甜的	



目录

CONTENTS



第 30 天 本月贴心问答 126

7 个月宝宝

第 1 天 宝宝生长数据参考表 127

第 2 天 7 个月宝宝的

语言发育 127

第 3 天 宝宝的动作协调性 ... 128

第 4 天 引导宝宝锻炼视力 ... 128

第 5 天 7 个月宝宝的接种疫苗

备忘录 128

第 6 天 7 个月宝宝的

喂养特点 128

第 7 天 7 个月宝宝的

参考食谱 129

第 8 天 宝宝可以适量补充鱼

类和动物肝脏 129

第 9 天 鼓励宝宝自己动手

吃饭 129

第 10 天 培养宝宝的独立意识 130

第 11 天 不要剪宝宝的眼睫毛 130

第 12 天 教宝宝自己玩 131

第 13 天 正确处理宝宝

认生情绪 132

第 14 天 巧用毛巾帮宝宝爬 · 133

第 15 天 帮宝宝在浴缸里洗澡 133

第 16 天 让宝宝远离蚊子 134

第 17 天 给宝宝拍照尽量不要

用闪光灯 134

第 18 天 尽量不要让宝宝

戴颈饰 135

第 19 天 宝宝饭菜中的糖和盐 135

第 20 天 宝宝爱咬东西、爱咬人

怎么办 136

第 21 天 7 个月宝宝的智能发育

水平 136

第 22 天 7 个月宝宝的智能测试

方法 137

第 23 天 教育宝宝爸爸妈妈同样

重要 139

第 24 天 亲子益智小游戏之

学学小鸟飞 139

第 25 天 亲子益智小游戏之

钻“山洞” 140

第 26 天 7 个月宝宝的健康

护理 140

第 27 天 小心宝宝的过敏性

疾病 141

第 28 天 小心宝宝患肠套叠 ... 145

第 29 天 小心宝宝的营养

不良 147

第 30 天 小心宝宝患肠痉挛 ... 147

第 31 天 本月贴心问答 148

8 个月宝宝

第 1 天 宝宝生长数据参考表 ... 149

第 2 天 宝宝的语言发育 149

第 3 天 宝宝慢慢站起来 149

CONTENTS



- 第4天 宝宝的视觉发育 150
- 第5天 8个月宝宝的接种疫苗
备忘录 150
- 第6天 8个月宝宝的喂养
特点 150
- 第7天 8个月宝宝的参考
食谱 151
- 第8天 锻炼宝宝的咀嚼能力 151
- 第9天 预防宝宝的断奶
综合征 152
- 第10天 断奶后宝宝的营养
补充 153
- 第11天 给宝宝添加辅食不宜过
于精细 154
- 第12天 帮宝宝养成良好的
习惯 154
- 第13天 宝宝乱吃东西怎么办 155
- 第14天 宝宝进食时的安全 ... 155
- 第15天 让宝宝充分爬行 ... 156
- 第16天 帮宝宝清理耳屎 ... 157
- 第17天 宝宝出牙慢怎么办 · 157
- 第18天 为宝宝挑玩具有讲究 158
- 第19天 宝宝卧室的安全设施 159
- 第20天 宝宝不肯吃蔬菜
怎么办 160
- 第21天 8个月宝宝的智能发育
水平 160
- 第22天 8个月宝宝的智能测试
方法 161
- 第23天 亲子益智小游戏之
我们一起碰碰头 ... 163
- 第24天 亲子益智小游戏之
认识“鬼脸” 163
- 第25天 从宝宝睡姿看疾病 ... 164
- 第26天 让宝宝远离“红屁股” 164
- 第27天 吃药还是打针 166
- 第28天 小心宝宝的扁桃体炎 166
- 第29天 宝宝患中耳炎怎么办 167
- 第30天 正确处理烫伤后的
宝宝 169
- 第31天 本月贴心问答 169
- 9个月宝宝**
- 第1天 宝宝生长数据参考表 ... 170
- 第2天 宝宝的语言发育 170
- 第3天 宝宝的动作发育 171
- 第4天 了解宝宝的情绪 171
- 第5天 宝宝的心智发展 171
- 第6天 9个月宝宝的喂养
指导 172
- 第7天 9个月宝宝的接种疫苗
备忘录 172
- 第8天 9个月宝宝的参考食谱 173
- 第9天 让宝宝学会用手势表达
自己 173
- 第10天 宝宝“偏食”的应对
方法 173



目录

CONTENTS



第 11 天 鲜牛奶 PK 婴幼儿配方

奶粉 174

第 12 天 宝宝体重不增加的应对

方法 174

第 13 天 要对宝宝说“不” ... 175

第 14 天 教宝宝学会用小碗和

杯子 175

第 15 天 帮宝宝选择合适的

袜子 176

第 16 天 宝宝开始学习啦 ... 177

第 17 天 带宝宝乘车时要注意 178

第 18 天 让宝宝自己喝水 ... 178

第 19 天 家中厨房的安全对策 179

第 20 天 宝宝在卫生间的安全

防护 179

第 21 天 9 个月宝宝的智能发育

水平 180

第 22 天 9 个月宝宝的智能测试

方法 180

第 23 天 亲子益智小游戏之

我是“小滑车” 182

第 24 天 亲子益智小游戏之

妈妈模仿秀 183

第 25 天 带宝宝看病要注意 ... 183

第 26 天 宝宝患口角炎怎么办 184

第 27 天 小心宝宝便秘 185

第 28 天 小心宝宝中暑 186

第 29 天 让宝宝远离生活中的

危险 187

第 30 天 本月贴心问答 188

10 个月宝宝

第 1 天 宝宝生长数据参考表 188

第 2 天 宝宝的语言发育 189

第 3 天 宝宝的动作发育 189

第 4 天 了解宝宝的情绪 189

第 5 天 10 个月宝宝的接种疫苗

备忘录 190

第 6 天 10 个月宝宝的喂养

指导 190

第 7 天 10 个月宝宝的参考

食谱 191

第 8 天 不要强迫宝宝吃饭 ... 191

第 9 天 帮宝宝选好餐具 191

第 10 天 宝宝与巧克力 192

第 11 天 照顾好宝宝的头 ... 193

第 12 天 帮宝宝选择合适的

鞋子 193

第 13 天 宝宝与开裆裤 194

第 14 天 不要让宝宝咬手指 · 195

第 15 天 宝宝爬好还是学走好 195

第 16 天 不要体罚宝宝 196

第 17 天 增进宝宝的触觉发展 197

第 18 天 正确对待宝宝的淘气

行为 198

第 19 天 培养宝宝的社交能力 199

第 20 天 10 个月宝宝的智能

发育水平 199

第 21 天 10 个月宝宝的智能

测试方法 200

CONTENTS



第 22 天 亲子益智小游戏之 推不倒翁 202	第 9 天 宝宝还不能喝茶 213
第 23 天 亲子益智小游戏之 捡豆豆 202	第 10 天 宝宝吃水果要安全 适度 213
第 24 天 接种疫苗的注意 事项 203	第 11 天 正确应对宝宝大舌头 214
第 25 天 正确应对宝宝注射乙肝 疫苗后没抗体 204	第 12 天 宝宝惯用左手怎么办 215
第 26 天 小心宝宝得冻疮 ... 205	第 13 天 逗宝宝玩要注意 ... 216
第 27 天 小心处理宝宝的 麦粒肿 206	第 14 天 正确处理宝宝无理 哭闹 216
第 28 天 宝宝得了风疹怎么办 206	第 15 天 不要让宝宝长时间待在 学步车里 217
第 29 天 小心处理宝宝割伤、擦伤 和创伤 207	第 16 天 小心宝宝铅中毒 ... 218
第 30 天 本月贴心问答 208	第 17 天 宝宝的服装安全 ... 219
	第 18 天 家中阳台、玄关的 安全防护 219
	第 19 天 做个有自信的宝宝 ... 220
	第 20 天 尊重宝宝的好奇心 ... 221
	第 21 天 11 个月宝宝的智能 发育水平 221
	第 22 天 11 个月宝宝的智能 测试方法 222
	第 23 天 亲子益智小游戏之给 “小鸟”做翅膀 224
	第 24 天 亲子益智小游戏之 我们来投篮 224
	第 25 天 帮宝宝喂药注意事项 225
	第 26 天 宝宝呕吐时怎么护理 226
	第 27 天 小心处理宝宝的痱子 226
	第 28 天 小心护理宝宝穿鞋磨 水疱 227
	第 29 天 小心宝宝冻伤 228

11 个月宝宝

第 1 天 宝宝生长数据参考表 ... 209
第 2 天 宝宝的语言发育 209
第 3 天 宝宝会自己爬楼梯 ... 210
第 4 天 宝宝的心理发育 210
第 5 天 11 个月宝宝的喂养 指导 210
第 6 天 11 个月的宝宝可以 吃米饭 211
第 7 天 11 个月宝宝的参考 食谱 212
第 8 天 不要让宝宝吃过多的 冷饮 212



目录

CONTENTS



第30天 本月贴心问答 229

12个月宝宝

第1天 宝宝生长数据参考表 230

第2天 宝宝的语言发育 230

第3天 宝宝的动作发育 231

第4天 宝宝的心理发展 231

第5天 宝宝的感觉发育 232

第6天 宝宝需要的营养 232

第7天 12个月宝宝的喂养
指导 233

第8天 12个月宝宝的
参考食谱 234

第9天 多让宝宝吃原味食物 234

第10天 不利于宝宝大脑发育的
饮食 235

第11天 照顾好宝宝的睡眠 · 236

第12天 教宝宝学走路 238

第13天 处理宝宝的不良行为 239

第14天 宝宝误服药物怎么办 241

第15天 让宝宝注意宠物安全 242

第16天 12个月宝宝的智能
发育水平 242

第17天 12个月宝宝的智能

测试方法 243

第18天 亲子益智小游戏之

大拖鞋和小拖鞋 ... 245

第19天 亲子益智小游戏之

模仿动物叫 245

第20天 要给宝宝补充

微量元素 246

第21天 宝宝的常用药物 247

第22天 不属于疾病的宝宝

异常状况 248

第23天 正确应对宝宝的伤风

感冒 249

第24天 正确应对宝宝的暑热

感冒 249

第25天 正确应对宝宝的风热

感冒 250

第26天 小心宝宝患上胃炎 · 251

第27天 宝宝患口腔溃疡

怎么办 251

第28天 小心宝宝被昆虫蜇伤 252

第29天 注意家中门的安全 · 253

第30天 宝宝夏日郊游安全 · 253

第31天 本月贴心问答 254

第二章

健康养护1—2岁宝宝



1岁1个月宝宝

第1天 生长发育指标一览表 256

第4天 生长发育特征全知道 256

第6天 训练宝宝自己吃饭 ... 258

第9天 宝宝偏食、挑食怎么办 259

CONTENTS



第 12 天 了解宝宝长牙的顺序 260

第 22 天 亲子益智小游戏之

爬上小台阶 261

第 23 天 亲子益智小游戏之

我是小司机 261

第 24 天 注意保护宝宝的听力 262

第 29 天 小心宝宝晒伤 263

第 30 天 本月贴心问答 264

1 岁 2 个月宝宝

第 1 天 生长发育指标一览表 265

第 3 天 生长发育特征

全知道 265

第 4 天 宝宝喂养 Tips 266

第 7 天 正确应对宝宝的依恋 267

第 9 天 宝宝要学会漱口 268

第 10 天 宝宝排便要训练 ... 269

第 22 天 亲子益智小游戏之向着

“小熊”独自前进 ... 271

第 23 天 亲子益智小游戏之

学小鸡吃米 272

第 24 天 小心宝宝哮喘 272

第 25 天 平时的安全急救 ... 273

第 26 天 注意宝宝的牙齿是否

整齐 274

第 28 天 本月贴心问答 275

1 岁 3 个月宝宝

第 1 天 生长发育指标一览表 276

第 3 天 生长发育特征

全知道 277

第 5 天 宝宝喂养小指导 277

第 7 天 掌握好安全感的尺度 277

第 9 天 宝宝任性怎么办 279

第 18 天 亲子益智小游戏之

穿珠子 279

第 20 天 亲子益智小游戏之

我要画苹果 280

第 22 天 识别急症的症状 ... 281

第 27 天 小心护理女宝宝的私密

部位 281

第 31 天 本月贴心问答 282

1 岁 4 个月宝宝

第 1 天 生长发育指标一览表 283

第 3 天 生长发育特征

全知道 283

第 5 天 宝宝喂养很重要 284

第 7 天 应对宝宝睡觉爱踢被子的

习惯 284

第 9 天 鼓励宝宝多说话 285

第 20 天 亲子益智小游戏之

我们一起看动物图 ... 286

第 27 天 宝宝脱臼怎么办 ... 287

第 30 天 本月贴心问答 287



目录

CONTENTS



1岁5个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 288
第3天 生长发育特征
 全知道 289
第5天 宝宝喂养 Tips 289
第6天 宝宝吃饭总含饭
 怎么办 289
第8天 教宝宝自己穿衣 290
第9天 宝宝睡姿优缺点 290
第20天 亲子益智小游戏之我也可以当妈妈(爸爸) ... 292
第26天 宝宝患口角炎怎么办 292
第31天 本月贴心问答 293

1岁6个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 294
第3天 生长发育特征全知道 294
第5天 本月喂养特点 295
第9天 宝宝爱吸吮手指
 怎么办 295
第11天 让宝宝丢掉奶瓶 ... 296
第20天 亲子益智小游戏之
 捉手电筒的光影 ... 297
第28天 宝宝眼部进异物
 怎么办 297
第31天 本月贴心问答 298

1岁7个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 298
第3天 生长发育特征
 全知道 299
第8天 正确护理宝宝口腔 ... 299
第9天 培养宝宝的观察注意力 299
第22天 亲子益智小游戏之
 我们来踩影子 301
第25天 小心宝宝耳部进异物 302
第31天 本月贴心问答 302

1岁8个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 303
第3天 生长发育特征
 全知道 303
第8天 纠正不合理的
 饮食方式 304
第9天 培养爱劳动的宝宝 ... 305
第20天 亲子益智小游戏之
 我是小模特 306
第27天 宝宝流鼻血不能
 向后仰 306
第31天 本月贴心问答 307

1岁9个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 307
第3天 生长发育特征全知道 308

CONTENTS



- 第7天 不要让宝宝穿得过多，
吃得过多 308
- 第8天 教宝宝正确擤鼻涕 ... 309
- 第11天 宝宝的专属家具 ... 310
- 第12天 让宝宝学会控制情绪 311
- 第23天 亲子益智小游戏之
我的小手印 312
- 第28天 小心宝宝头部受伤 313
- 第31天 本月贴心问答 313

1岁10个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 314
- 第3天 生长发育特征
全知道 315
- 第6天 宝宝喂养 Tips 316
- 第7天 注意宝宝的睡眠 ... 316
- 第12天 宝宝与玩具 317
- 第13天 锻炼宝宝的耐寒能力 319
- 第24天 亲子益智小游戏之
我的小风车 320
- 第28天 小心意外的发生——
噎住 320
- 第29天 小心宝宝鼻子进异物 321

- 第31天 本月贴心问答 322

1岁11个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 322
- 第3天 生长发育特征
全知道 323
- 第4天 宝宝要吃好早餐 324
- 第6天 注意宝宝吃水果的时间 324
- 第7天 应对宝宝的恐惧 325
- 第12天 亲子益智小游戏之
我们一起开“火车” ... 326
- 第17天 小心宝宝扭伤 327
- 第30天 本月贴心问答 328

1岁12个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 329
- 第3天 生长发育特征全知道 329
- 第6天 宝宝喂养要知道 330
- 第12天 怎样叫宝宝起床 ... 331
- 第23天 亲子益智小游戏之
小杯子朋友 332
- 第31天 本月贴心问答 ... 332

第三章 科学养育2—3岁宝宝



2岁1—3个月宝宝

- 第1天 生长发育指标一览表 334
- 第8天 生长发育特征全知道 334
- 第17天 宝宝喂养 Tips 336
- 第25天 小心宝宝“积食” ... 337