



0-1岁

丛书顾问  
祝士媛  
万钊学  
杨广学

# 新观念育儿

丛书主编 / 郭瑞庆



济南出版社

成长丛书·精品系列

# 新观念育儿

(0—1岁)

丛书顾问 祝士媛 万 钊 杨广学

丛书主编 郭瑞庆

丛书编委 (按姓氏笔画为序)

冯艳宏 刘红梅 刘秀娥 李法升

李金果 李 萍 苏章田 赵春梅

高 竹 郭瑞庆 隆新梅 韩清海

济南出版社

图书在版编目(CIP)数据

新观念育儿/郭瑞庆主编.——济南:济南出版社,

2001.1

ISBN 7—80629—580—1

I. 新…

II. 郭…

III. 婴幼儿—学前教育—教学法

IV. G612

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第82016号

新观念育儿(0~1岁) 郭瑞庆 主编

---

- 出 版 济南出版社  
(济南市经七路251号 邮政编码 250001)
- 发 行 济南出版社
- 经 销 各地新华书店
- 印 刷 山东省高青县印刷厂  
(高青县青城路32号 邮政编码 256300)
- 开 本 880×1230毫米 1/32
- 印 张 9
- 字 数 250千
- 版 次 2001年1月第1版 2001年1月第1次印刷
- 印 数 1—5000
- 书 号 ISBN7—80629—580—1/G·136
- 定 价 16.50元(全8册定价:132.00元)
- 

(如有倒页、白页、缺页请直接与印刷厂调换)

# 各领域主编、副主编、编写人员

|      |       |                   |            |            |            |  |
|------|-------|-------------------|------------|------------|------------|--|
| 健康领域 | 主 编   | 刘秀娥               |            |            |            |  |
|      | 副 主 编 | 王 梅               | 陈登云        | 张卫青        |            |  |
|      | 编写人员  | 李 静<br>邱 萍        | 王素珍<br>姜丽霞 | 苏春芳<br>刘 君 | 王花君        |  |
| 情感领域 | 主 编   | 李金果               |            |            |            |  |
|      | 副 主 编 | 李 萍               | 王春玲        | 王 颖        |            |  |
|      | 编写人员  | 马建秀<br>张丽君        | 张艳华<br>姚巧芸 | 田汐婷        | 郑冬梅        |  |
| 言语领域 | 主 编   | 朱正香               |            |            |            |  |
|      | 副 主 编 | 韩凤英               | 王学君        | 陈素梅        | 韩喜花        |  |
|      | 编写人员  | 张艳华<br>刘 宏        | 王 波<br>王丽萍 | 姬秀丽<br>田小青 | 张晓红        |  |
| 智力领域 | 主 编   | 宋立宏               |            |            |            |  |
|      | 副 主 编 | 刘爱萍               |            |            |            |  |
|      | 编写人员  | 王 婧<br>张美华        | 宋晓红<br>陈同梅 | 杨素萍<br>魏爱玲 | 吴凤霞        |  |
| 科学领域 | 主 编   | 刘洪云               |            |            |            |  |
|      | 副 主 编 | 赵翠花               | 臧玉玮        | 马荣娥        |            |  |
|      | 编写人员  | 李美宏<br>王 红<br>曹艳艳 | 王化梅<br>李桂珍 | 胡长霞<br>王淑霞 | 李 健<br>杨晓帆 |  |
| 艺术领域 | 主 编   | 王海霞               |            |            |            |  |
|      | 副 主 编 | 刘金兰               |            |            |            |  |
|      | 编写人员  | 王秀琴<br>张洪芳        | 刘雪艳<br>孟祥荣 | 刘建华<br>李风华 | 邢延芝<br>曹 茜 |  |

# 总 序

世界学前教育组织中国委员会主席

北京师范大学教育系教授

祝士媛

今天的儿童是 21 世纪的主人,儿童的生存、保护、教育和发展是提高人口素质的基础。儿童的健康成长是关系国家的未来,民族兴旺的大事,需要家庭、教育机构、社会的共同关注和协作。因为教育是个系统工程,儿童发展受着家庭、教育机构及社会三大环境的影响,对于入学前的儿童来讲,三大环境对他们的影响,以家庭为最大。因此,幼儿教育不等于幼儿园教育,为培养 21 世纪需要的人才打好基础,需要教育机构和家庭中的教育者,都要具备现代化的教育观念,在提高教育机构工作质量的同时,提高家庭教育的质量。

《新观念育儿》是以家长为对象的大型育儿丛书。该丛书按胎儿、婴儿、幼儿的发展与成长分八册,包括妊娠分册,0~7 岁每岁一册。在 0~7 岁各册中,按健康、情感、语言、智力、科学、艺术等六个方面,阐述婴幼儿的生理、心理的发展特点(专家对你说);不同年龄的孩子在各个领域可以具备哪些基本知识和能力(幼儿应会);为家长提供一定数量的游戏、儿歌、故事、歌曲、舞蹈、小知识、小试验等方面的教材或材料(快乐时刻);在如何对不同年龄孩子进行养护和适时教育方面,给家长提供方式、方法的建议(父母应知);对孩子成长过程中,可能出现的各种问题进行解答(成长信箱);对不同年龄的孩子在不同领域可能达到的水平,提出了可供参考的标准(教育测评);提供了一些家庭教育的成功事例(教子方略);介绍国内外有关婴幼儿教育的新信息(信息扫描);设有记录孩子成长过程和家长育儿笔

记的表格(成长档案)。从以上内容可以看出,本套丛书涵盖了家庭育儿的方方面面,内容丰富,是实用性很强的一套家庭教育丛书。

《新观念育儿》丛书的指导思想,一是力求使家长树立现代化的儿童观——儿童是一个正在发展中的人,他们好奇、好问、好动、爱游戏,有明显的年龄特征;儿童是一个有主体性的人,相信儿童具有巨大的潜力,应让儿童以主体身份参加各种活动,充分发挥出他们的潜力;由于遗传、环境差异的影响,每个儿童都存在着不同于别人的生理和心理特征,特别是儿童的个性特点,完全是个别化的,在教育过程中应尊重孩子的个性特点,照顾其兴趣、需要,因势利导地引导儿童健康发展。二是力求使家长树立现代化的教育观——把儿童获得全面和谐的发展,作为家庭教育的培养目标,扭转只重视知识教育而忽视其它的偏向。本套丛书从学前期儿童身心发展的特点出发,把健康教育放在了首位,在“健康篇”中,详尽地阐述了如何促进儿童身体正常发育和机能的协调发展,增强体质,培养良好的生活、卫生习惯和参加体育活动的兴趣;在“幼儿应会”栏目中,对如何发展儿童的智力,培养正确运用感官和运用语言交往的能力,增进对环境的认识,培养有益的兴趣和求知欲望,培养初步的动手能力,在培养儿童的良好品德和行为习惯,在如何运用艺术形式,对儿童进行艺术熏陶和发展表达、表现能力等方面,都提出了具体的建议。三是在教育方法方面,力求使家长采取生动活泼的语言、游戏的形式,在民主、平等的气氛中,给儿童以潜移默化的影响。

《新观念育儿》丛书的风格是理论、知识通俗易懂,适于家长的理解和操作,内容、方法生动活泼,易于儿童喜爱和接受。书中各篇都注意将理论性较强的婴幼儿的生理、心理、卫生学的理论和知识,用通俗易懂、言简意赅的“专家对你说”、“父母应知”的形式来阐述;把家庭教育中的难题,选编成故事、儿歌、游戏、小试验,让儿童在听说活动和游戏中,受到感染,明白事理。

家庭是儿童最早的生活环境,也是生活时间最长久的环境。国内外的教育机构和家庭都越来越重视家庭教育,家庭与幼儿园共育

儿童,已被视为幼儿教育现代化的重要内涵,也是当今世界幼儿教育改革的大趋势。国务院颁布的《九十年代中国儿童发展规划纲要》曾提出,应让 14 岁以下儿童的家长不同程度地掌握科学的保育、教育儿童的知识和方法。提高家长素质,使家庭、教育机构、社会协调配合,面向新的世纪,共同促进儿童身心健康发展。《新观念育儿》丛书正是在这样的大背景下出版的,它在传播家庭教育的理论、知识、方法、经验,提高家长对家庭教育重要性的认识,更新家长的教育观念等方面产生的积极影响,将是深远的。

家庭教育是在家庭中进行的个别教育,有明显的独特性,它的重点适合于生活卫生习惯、文明行为、人格、动手能力等方面的培养。它的内容、方法均不能与教育机构等同,即家庭教育不能幼儿园化、小学化。本套丛书虽然给家长提供了一定数量的教材,但家长不能以教师的角色运用这些材料,不论是文学作品还是游戏材料,都适合以亲子共读,亲子共享的形式来运用。因为家庭教育的特点是耳濡目染,身教重于言教。如家长接受本丛书思想和内容,就要努力把丛书中提倡的教育思想、观点、要求,变成自己的教育行为,在家庭中以这些行为潜移默化地塑造自己的孩子,使他们成为具有健康体魄、健全人格、活泼性格的新一代。

企盼《新观念育儿》成为年轻父母育儿的指南,伴随婴幼儿度过愉快童年的益友,为培养 21 世纪一代新人奠定好基础。

2000 年 8 月

## 卷首导语

留美心理学博士后 杨广学  
烟台师范学院心理系主任

新生儿没有独立的自我。新生儿脱离母体、剪断脐带之后,无法直接从母亲的血液中吸收氧气的营养,需要靠自己的肺来呼吸,靠自身器官、系统来获得食物、消化、吸收、排泄和调节体温。也就是说,从生理上新生儿已是一个独立生存的个体,但从心理上却处于一种未分化的混沌状态。饥与饱、冷与热、声音、光线、肌肤接触、身体的动静、体位等等,这些对于新生儿来说只是一种整体性的舒适或不舒适的感觉。与此相应,孩子的身心反应也只表现为两种弥散性的情绪状态:平和与哭闹。一般地说,哭闹表明婴儿感到不舒服,需要抚养者给予照料。

新生儿感受最真切、意义最重要的两件事是母亲的肌肤接触和哺乳。在母亲温暖的怀抱中吃奶是最大的满足;失去奶头和母亲的亲近则会导致失望和挫折感。及时提供爱抚和食物对于婴儿身心健康生长具有不容置疑的重要性。基本需要得到满足的婴儿才会产生安全和信赖的体验。受到冷落、缺少爱抚、长期处于身体不适和需求匮乏状态下的婴儿,则可能留下冷漠孤僻的性格隐患。

出生后第1个月,婴儿还不能将自己与母亲区别开。2~4个月时孩子开始区分愉快和不愉快的经验,朦胧地体会到自身感觉与外界对象的关系。这时孩子会对母亲微笑表现出感觉和意向的结合。从第5个月起,婴儿开始把自己从环境中分离出来,产生心理上的个

体独立性。婴儿能形成对象知觉,比如知道母亲是一个客体。从第6个月起,孩子能手摸母亲的面孔、头发等等,表现出主、客体之间的交往行为。第7个月前后,婴儿开始“认生”,即对陌生人产生惧怕的情感,这表明孩子已经会将母亲同陌生人进行比较,心理水平已相当分化。

随着爬、站立、学步、行走能力的发展,婴儿开始在行为上与母亲分离,兴趣也逐渐从母亲身上扩展到周围事物,如玩具、奶瓶、衣物。有了运动协调能力,孩子就开始自主地探索环境,试验自己的各种预测。其他抚育人也可以代替母亲的作用,对孩子的心理发展产生重大影响。

婴儿从“咿呀学语”到周岁前后说出真正社会性的词语,要经历一个长时期的心理发展过程。婴儿的情感表达和信息交流首先是直接的身体动作和表情,如哭、笑、躲避、用手抓摸,逐渐发展到眼看、手指,而用语词表意已达到心理发展的相当高级的阶段。

出生后第1年的抚养培育应着重于:①婴儿生理需求的满足;②舒适的生活环境;③稳定可靠的、可以预测的、愉悦的人际交往,尤其是母子之间直接的感情交流,如面对面的嬉戏、目光交流、身体爱抚;④简单而与情境融为一体的语言交流,如告诉孩子摇头、拿玩具、拉被角等等,以提供丰富而有意义的可理解的语言输入,为婴儿学习语言打下良好的基础。

婴儿喜欢母亲搂抱和抚爱,这是人的天性的自然流露,应该得到满足,但是抱着让孩子睡觉容易形成不良睡眠习惯,应该预防和纠正。

婴儿还喜欢吃手指、吮奶头,或者把东西放进嘴里。口唇的活动十分活跃,似乎嘴巴可以带给孩子无穷的乐趣。对此不宜强力禁止,也不用担心养成怪癖。孩子长大了自然会把这个时期的习惯忘掉。应该注意的是把一切脏东西,小刀、小球之类可以吞下去的危险物品从孩子身边拿开,也就是限制孩子可以吃到的东西的范围。有人主张拿干净的奶嘴让孩子吮吸,满足其口腔之欲,也是可行的。总之,

婴儿的身体活动是自然天性,不应禁止;活动的欲望得到满足有利于孩子形成积极的情绪和自我感受,有利于身心的发展。

综上所述,婴幼儿的哺养教育,光有良好的愿望是不够的,还必须了解其生长发育规律,了解其生理需求和心理需要,顺其自然循序渐进,只有这样,才能收到事半功倍之效。本丛书0~1岁分册,按婴儿的成长月龄分篇,每篇内容,既回答了婴儿成长过程中遇到的方方面面的问题,又从健康、情感、言语、智慧、科学、艺术六个方面设计了适合婴儿特点的活动。刚刚做爸爸妈妈还有点手足无措的年轻父母们,愿本书成为你哺育宝宝全面成长的好帮手。

2000年8月

## 目 录

|       |   |
|-------|---|
| 总序    | 1 |
| 卷首导语  | 5 |
| 专家对你说 | 1 |

## 第 1 个月

|        |   |
|--------|---|
| 一、身心发育 | 5 |
|--------|---|

出生第一天/新生婴儿的主要特征/0~28天/身长·体重·头围

·胸围

|        |    |
|--------|----|
| 二、育儿要点 | 10 |
|--------|----|

|        |    |
|--------|----|
| 三、保健顾问 | 11 |
|--------|----|

母乳喂养好处多/不宜哺乳的母亲/科学哺乳/母乳不足怎么办/人工喂养/日常护理

|        |    |
|--------|----|
| 四、快乐时刻 | 23 |
|--------|----|

## 健身园地

|      |    |
|------|----|
| 健身园地 | 23 |
|------|----|

调整运动/学抬头/学迈步/动动小手/简易亲子按摩/婴儿游泳训练/新生儿反射

## 情感交流

|      |    |
|------|----|
| 情感交流 | 28 |
|------|----|

初生情绪/换尿布/哭/喂奶/母子情深/亲情接合/唱童谣/爸爸作陪/握手/第一朵微笑/抱一抱

## 言语训练

..... 31

悄悄话/模仿能力/视听移动/模仿说做/无声的语言交流/复习  
 胎教课

## 益智活动

..... 33

飘动的丝带/闪亮的小饰物/追视/铃铛/走动/传来传去

## 科学启蒙

..... 35

皮肤抚摸/看光亮/看颜色/哪种最香

## 艺术点滴

..... 37

音乐美,母乳香/妈妈和爸爸/宝宝笑了/《摇篮曲》里入梦乡/  
 寻找音乐盒

父母应知 ..... 40

第一个月婴儿发育测评 ..... 41

## 第2~3个月

一、身心发育 ..... 42

二、育儿要点 ..... 43

三、保健顾问 ..... 43

提高母乳质量/怎样给婴儿添加辅食/喂用果汁、菜汁/婴儿  
 湿疹/谈谈“斗鸡眼”/预防窒息/预防烫伤/防丝线缠绕和坠落

四、快乐时刻 ..... 49

## 健身园地

..... 49

练爬行/练抬头/翻身/蹬蹬腿/户外活动/伸展运动/日光浴

/飞鸟运动和侧卧被举/温水浴/拉着小手摇一摇/空中爬行/仰卧起坐和行走/婴儿操(第一套)/转体运动/转动运动

## 情感交流

..... 57

拉拉手/找朋友/看脸/妈妈的微笑/和宝宝对话

## 言语训练

..... 59

引逗发音/逗引笑出声音/打哇哇/学发声/咿咿呀呀学语  
/对声音的回应/听儿歌

## 益智活动

..... 62

找声源/看气球/躲猫猫/微型收音机/听表声

## 科学启蒙

..... 64

弹指头/抓核桃/认苹果/有线“遥控”/辨认父母/对着镜子说  
“你好”/驾驶员

## 艺术点滴

..... 67

观雨/美丽的小画册/滚动的毛线球/玩手摇玩具/美丽的家/  
蹬蹬小脚快乐多/好听的节奏

父母应知 ..... 69

第2~3个月婴儿发育测评 ..... 70

## 第4~6个月

一、身心发育 ..... 72

二、育儿要点 ..... 73

三、保健顾问 ..... 74

4~6月龄婴儿辅食要求及其制法/吃奶的婴儿要不要喝水/  
哺乳姿势不当可引起中耳炎/婴儿枕头的选择与使用/观察婴儿  
睡眠/婴儿腹泻的防治

怎样轻松愉快照顾宝宝 ..... 78

四、快乐时刻 ..... 79

**健身园地** ..... 79

翻身/坐/前臂支撑抬头/拉拉坐/转转小身体/滚啊滚、搓呀搓  
/爬行/翻身够物/跳跳、长长/追球球/小飞人/揭手帕/拉一拉、叮  
咚响/抓握/够取小物体/玩具倒手/扔掉再拿/拿出来/自然因素锻  
炼/抓和蹬/小鸟飞/摇啊摇,摇到外婆桥/婴儿操(第二套)

**情感交流** ..... 86

悄悄话/捉迷藏/镜子里的宝宝/认识自己/抓玩具/碰碰头/逗  
逗孩子/骑大马/让孩子自己玩

爱抚宝宝的正确方法 ..... 91

**言语训练** ..... 91

转头听话/寻找目标/叫名回头/找铃铛/听音指物和听音拿物  
/模仿发音/与宝宝交谈/这是什么/收录机响了/模仿面部动作/指  
认灯/听儿歌

**益智活动** ..... 97

滚圆筒/眼镜/敲打/看不见/小手摸物/手指的运动/选择玩具

**科学启蒙** ..... 99

藏猫猫/看滚球,追手电光/看世界/寻找掉下的东西/抓手帕

/选玩具/认识香蕉/变魔术/指物

### 艺术点滴

..... 101

家庭课堂/莺啼鸟鸣唤宝宝/玩具不见了/晒晒长得壮/彩色的小泡泡/镜中花儿美/雪白的世界/看图认物/开花落落/妈妈怀里的舞步/躲猫游戏/撕纸花/彩色气球

父母应知 ..... 106

第4~6个月婴儿发育测评 ..... 108

### 第7~9个月

一、身心发育 ..... 111

二、育儿要点 ..... 112

三、保健顾问 ..... 113

7~9个月龄婴儿辅食要求及制法/贫血的早期发现和防治/宝宝的牙齿/让宝宝爬/预防肥胖/手足搐搦症的症状及预防/宝宝生病时如何喂养/怎样给宝宝喂药

四、快乐时刻 ..... 117

### 健身园地

..... 117

独坐/学小狗/爬来爬去/学步/滚球/自由活动/跨骑/迈步/蹬圆筒/摇小船/小小运动场/扶坐/弯腰拾物/站立运动/抓握/玩具倒手/放下/扔到篮子里/抱奶瓶/取饼干/拍拍手/敲敲打/装扣子/放盒子/找娃娃/自然因素锻炼/指拨玩具/摇摇晃晃/玩滑梯/爬行游戏/婴儿操(第三套)

### 情感交流

..... 128

摸鼻子/五个好娃娃/摔不碎/看小朋友玩/“谢谢”、“再见”/荡秋千/和小朋友一起玩/摸摸妈妈的脸/让宝宝笑

|                                                                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 陌生人焦虑 .....                                                                                                  | 131 |
| <b>言语训练</b> .....                                                                                            | 132 |
| 吹喇叭/模仿发音/学发重叠音/会动的动物玩具/吃东西识字/爸爸、妈妈和宝宝/认识五官/读布书/自制画册/趣味识字/听儿歌/听故事                                             |     |
| 多给宝宝模仿的机会 .....                                                                                              | 140 |
| <b>益智活动</b> .....                                                                                            | 140 |
| 喝粥识味/吃水果/拉磨推磨/拉拍玩具/拍气球/玩拖拉玩具/抓豆豆/藏猫儿/手指碰碰头/玩滚筒/到哪里去了/摘桃/小鸭戏水/学动物叫/眼睛在哪儿/物品的质地/洗澡认知/敲鼓/插入/里面有什么/抛气球/边说边丢/筒中装球 |     |
| <b>科学启蒙</b> .....                                                                                            | 146 |
| 洗澡玩水/观察机动玩具/叠罗汉/绳子拉玩具/认帽子/放玩具/开汽车/拉布取物                                                                       |     |
| <b>艺术点滴</b> .....                                                                                            | 148 |
| 碰碰铃/悠扬笛声中沐浴/调皮的小老鼠/小猫喵喵/可爱的小动物/看朋友欣赏《看朋友》/美丽的星空/用身体感受节奏/大自然的歌/《火车》声中学爬行/小小鱼儿游呀游/滚筒跑了/敲敲打打真热闹/锅碗瓢盆交响曲         |     |
| 父母应知 .....                                                                                                   | 154 |
| 第7~9个月婴儿发育测评 .....                                                                                           | 156 |

## 第 10~12 个月

|              |     |
|--------------|-----|
| 一、身心发育 ..... | 159 |
| 二、育儿要点 ..... | 160 |
| 三、保健顾问 ..... | 160 |

10~12 月龄婴儿辅食要求及其制法/断奶后,怎样保证宝宝的营养需要/婴儿不宜食用的食物/婴儿生病哪些症状应送医院/营养套餐

|              |     |
|--------------|-----|
| 四、快乐时刻 ..... | 165 |
|--------------|-----|

## 健身园地

从扶走到独走/贴贴、站站/扶妈妈手走/扶物走/扶栏跳动/蹲蹲,壮壮/踢球/爬坡/滚皮球/蹲下站起/站立坐下/撕纸玩/拿和放/玩水/推大球走/搭积木/玩沙/大拇哥/爬台阶/摇摆舞/婴儿操(第四套)

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 婴幼儿漂浮自救训练 ..... | 174 |
|-----------------|-----|

## 情感交流

刷牙、洗脸表演/让宝宝自己动手吃饭/讲故事/和妈妈一起看电视/跟小朋友一起玩/生日里听唱《生日歌》/听儿歌/听故事

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 给宝宝布置一个游戏乐园 ..... | 179 |
|-------------------|-----|

## 言语训练

趣味识字/学诗歌/听故事

|             |     |
|-------------|-----|
| 小百灵学句 ..... | 187 |
|-------------|-----|

|                  |     |
|------------------|-----|
| 教婴儿识字应注意什么 ..... | 188 |
|------------------|-----|

|                  |     |
|------------------|-----|
| 中外名人早期识字举例 ..... | 189 |
|------------------|-----|