

0~6 SUIYUER
ZHISHIBAIKE



0~6岁 育儿知识 百科

权威的专家组为您打造
最新、最全的育儿方案



金海豚婴幼儿早教
课题组 / 编著

中国人口出版社



0~6 SUIYUER
ZHISHIBAIKE

0~6岁
育儿知识
百科



金海豚婴幼儿早教
课题组 / 编著

中国人口出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

0~6 岁育儿知识百科/金海豚婴幼儿早教课题组编.
北京:中国人口出版社, 2005.6

ISBN 7-80202-134-0

I .0… II.金… III.①婴幼儿—哺育—基本知识
②小儿疾病—防治—基本知识 IV.①TS976.31②R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 026395 号

0~6 岁育儿知识百科

金海豚婴幼儿早教课题组 编

出版发行 中国人口出版社

印 刷 北京市朝阳区小红门印刷厂

开 本 880×1230 1/32

印 张 19

字 数 450 千字

版 次 2005 年 6 月第 1 版

印 次 2005 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-80202-134-0/R·443

定 价 29.90 元

社 长 陶庆军

电子信箱 chinapphouse@163.net

电 话 (010)83519390

传 真 (010)83519401

地 址 北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦

邮政编码 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

前言

孩子的出生无疑给家庭生活带来了新的支点与乐趣。父母在分享幸福的同时,也常常困惑于孩子各个时期不同的表现。虽然父母们都竭尽全力地做到完美,但在孩子成长过程中却难免有时无所适从。

孩子在学龄前对于父母来说是至关重要的,也是最为消耗耐力与精力的。面对刚刚来到世上的宝宝,父母们充满了迷惘,尤其在宝宝哭闹时,实在很难清楚他到底哪里不舒服?为什么不高兴?这时多数父母都会最大限度的满足他的各种需要,来使他熟悉和信任周围的环境。1岁~3岁时,父母或许多少开始习惯了与宝宝共同生活。孩子进入了独立意识自然萌芽的时期,他开始学会观察,对周围的事物主动接近和尝试,并开始热衷于游戏。三四岁乃至五六岁之后的孩子会表现出更神奇的创造性和自我能动性,愿意参与到更多的活动中来。如果这时父母给予良好的引导会使他们的自信心和处理问题的能力大为增强,并为今后的学习和生活奠定稳固的基础。

本书将尽可能完整的从现代科学的角度上帮助众多父母和儿童教育工作者们诠释育儿方面的疑问。针对各年龄层父母最为关心的问题提出建议。因此,特别组织了具有二十余年教育工作经验的金海豚婴幼儿早教课题组的权威专家和专业医师们编著了本书。

当然我们都知道家庭成员中日常的行为和态度会深入影响孩子的行为和人格成长。为人父母,更多需要的是付出爱心和耐心,只有这样才能更多了解自己孩子的气质和类型。书中所描述的是大多数孩子的共同成长,因此,在阅读本书时不要忘记结合孩子自身的特点,千万不要生搬硬套。我们希望通过对本书的阅读,父母和教育工作者们更有信心,并能做的轻松自如。

金海豚婴幼儿早教课题组



前 言 ·

· · · 第一篇 0~28 天新生儿

的成长 · · · 1

一、生长发育 · · · · 1

1. 生理发育 · · · 1

2. 心理发育 · · · 1

二、具备的本领 · · · 1

1. 在沉睡中成长 · · · 1

2. 用反射动作应付外来刺激 · · · 2

三、无尽的爱 · · · 2

1. 目光的交流 · · · 2

2. 轻柔的呼唤 · · · 3

3. 爱的抚摸 · · · 3

4. 防止事故 · · · 3

四、能力培养 · · · 4

欣赏音乐 · · · 4

五、宝宝游乐园 · · · 5

1. 锻炼 · · · 5

2. 体育游戏 · · · 6

3. 感官刺激游戏 · · · 6

· · · 第二篇 1~3 个月宝宝

的成长 · · · 8



一、生长发育 ··· 8

1. 生理发育 ··· 8

2. 心理发育 ··· 9

二、具备的本领 ··· 9

1. 身体方面的本领 ··· 9

2. 看东西和听声音的本领 ··· 9

3. 心智方面的本领 ··· 10

4. 吸吮手指是心灵成长的象征 ··· 10

三、无尽的爱 ··· 11

1. 与宝宝亲密相处 ··· 11

2. 让宝宝生活有规律 ··· 11

3. 防止事故 ··· 12

4. 春夏秋冬注意事项 ··· 13

5. 宝宝外出 ··· 14

四、能力培养 ··· 15

1. 天真快乐反应 ··· 15

2. 与宝宝亲切交谈 ··· 15

3. 观察大千世界 ··· 16

4. 分辨声音 ··· 16

五、宝宝游乐园 ··· 16

1. 锻炼 ··· 16

2. 体育游戏 ··· 28

3. 感官刺激游戏 ··· 31

· · · 第三篇 4~6个月宝宝的成长 ··· 34



一、生长发育 ··· 34

1. 生理发育 ··· 34

2. 心理发育 ··· 35

二、具备的本领 ··· 35

1. 身体方面的本领 ··· 35

2. 听声音的本领 ··· 36

3. 心智方面的本领 ··· 36

三、无尽的爱 ··· 36

1. 春夏秋冬注意事项 ··· 36

2. 防止事故 ··· 38

3. 宝宝旅行 ··· 40

4. 玩具 ··· 41

5. 创造丰富多彩的空间 ··· 43

四、能力培养 ··· 43

1. 培养良好性格 ··· 43

2. 音乐记忆力训练 ··· 44

3. 拆装玩具 ··· 44

4. 给宝宝唱儿歌 ··· 44

5. 教宝宝认识日常物品 ··· 46

6. 语言训练 ··· 46

五、宝宝游乐园 ··· 47

1. 锻炼 ··· 47

2. 体育游戏 ··· 48

3. 感官刺激游戏 ··· 52

· · · 第四篇 7~9个月宝宝的成长 ··· 53



一、生长发育 ··· 53

1. 生理发育 ··· 53

2. 心理发育 ··· 53

二、具备的本领 ··· 54

1. 身体方面的本领 ··· 54

2. 积极地用手拿东西 ··· 54

3. 心智方面的本领 ··· 54

4. 感情发展, 开始怕生 ··· 55

三、无尽的爱 ··· 55

1. 饮食变化 ··· 55

2. 预防传染疾病 ··· 56

3. 克服怕生心理 ··· 56

4. 春夏秋冬注意事项 ··· 57

5. 防止事故 ··· 57

6. 玩具 ··· 59

7. 多给宝宝鼓励和表扬 ··· 60

四、能力培养 ··· 61

1. 探索事物 ··· 61

2. 怯生与现代素质培养 ··· 62

3. 给宝宝开辟一个“运动场” ··· 63

4. 培养宝宝自理能力 ··· 64

5. 培养良好的饮食习惯 ··· 64

6. 语言训练 ··· 65

五、宝宝游乐园 ··· 65

1. 体育游戏 ··· 65



2. 语言游戏 . . . 67

3. 智力游戏 . . . 68

· · · 第五篇 10~12 个月宝宝的成长 . . . 70

一、生长发育 . . . 70

1. 生理发育 . . . 70

2. 心理发育 . . . 71

二、具备的本领 . . . 72

1. 身体方面的本领 . . . 72

2. 指尖愈来愈灵活 . . . 72

3. 心智方面的本领 . . . 73

4. 好奇心旺盛, 热衷探索 . . . 74

5. 一周岁宝宝的发展水平评估 . . . 74

三、无尽的爱 . . . 75

1. 生日万岁 . . . 76

2. 禁止做不应该做的事 . . . 76

3. 防止事故 . . . 78

4. 春夏秋冬注意事项 . . . 79

5. 玩具 . . . 81

6. 走进大自然 . . . 81

四、能力培养 . . . 82

1. 培养小艺术家 . . . 82

2. 给宝宝一个“游戏乐园” . . . 82



- 3. 语言训练 ··· 83
- 4. 教宝宝识字 ··· 84
- 5. 认颜色 ··· 85
- 6. 认识“1” ··· 85

五、宝宝游乐园 ··· 85

- 1. 体育游戏 ··· 86
- 2. 智力游戏 ··· 87
- 3. 语言游戏 ··· 88
- 4. 娱乐游戏 ··· 88

· · · 第六篇 1岁至1岁半宝宝的成长 ··· 90

一、生长发育 ··· 90

- 1. 生理发育 ··· 90
- 2. 心理发育 ··· 90

二、具备的本领 ··· 91

- 1. 身体方面的本领 ··· 91
- 2. 个人发展情况会逐渐显出差异 ··· 92
- 3. 手愈来愈灵巧,已经可以使用工具了 ··· 92
- 4. 心智方面的本领 ··· 92
- 5. 不喜欢被勉强,开始学会说“不”了 ··· 93
- 6. 逐渐有社交能力 ··· 94
- 7. 宝宝1岁半和2岁平均发展水平 ··· 94

三、无尽的爱 ··· 95



1. 给宝宝一个自由安全的空间 ··· 95

2. 春夏秋冬注意事项 ··· 95

3. 创造游玩场所 ··· 96

4. 保护宝宝的眼睛 ··· 98

5. 给宝宝一个好情绪 ··· 98

6. 宝宝撒娇不听话怎么办 ··· 99

7. 如何斥责宝宝 ··· 100

8. 不要吓唬宝宝 ··· 101

四、能力培养 ··· 102

1. 运动中发挥宝宝的创造性 ··· 102

2. 培养宝宝独立生活能力 ··· 103

3. 让宝宝当助手 ··· 106

4. 教给宝宝人与人的关系 ··· 106

5. 识字 ··· 107

6. 认识动物 ··· 108

五、宝宝游乐园 ··· 109

1. 锻炼 ··· 109

2. 体育游戏 ··· 109

3. 智力游戏 ··· 112

4. 感官游戏 ··· 113

5. 美术游戏 ··· 113

6. 语言游戏 ··· 114

7. 娱乐游戏 ··· 114



· · · 第七篇 1岁半至2岁宝宝的成长 · · · 116

一、生长发育 · · · 116

1. 生理发育 · · · 116

2. 心理发育 · · · 117

二、具备的本领 · · · 117

1. 运动方面的本领 · · · 117

2. 智慧方面的本领 · · · 118

3. 语言方面的本领 · · · 119

4. 社交方面的本领 · · · 119

5. 两周岁宝宝的发展水平评估 · · · 120

三、无尽的爱 · · · 122

1. 了解宝宝的能力 · · · 122

2. 玩具与宝宝 · · · 123

3. 防止事故 · · · 124

4. 春夏秋冬注意事项 · · · 126

5. 鼓励宝宝模仿 · · · 127

6. 培养爱劳动的好习惯 · · · 127

7. 抓住宝宝的语言契机 · · · 128

8. 宝宝应有小伙伴 · · · 129

9. 让宝宝心情舒畅 · · · 131

10. 创造游戏场所 · · · 131

四、能力的培养 · · · 132



1. 培养良好的饮食习惯 ··· 132
2. 看图书讲故事 ··· 133
3. 问答 ··· 134
4. 学数数 ··· 134
5. 理解对应关系 ··· 136
6. 复述句子 ··· 137
7. 看图教育宝宝改掉坏习惯 ··· 137
8. 让宝宝学会自理 ··· 140
9. 发挥宝宝的创造性 ··· 140
10. 培养人与人的关系 ··· 141

五、宝宝游乐园 ··· 143

1. 锻炼 ··· 143
2. 体育游戏 ··· 144
3. 语言游戏 ··· 146
4. 智力游戏 ··· 148
5. 感官游戏 ··· 149
6. 美术游戏 ··· 149
7. 娱乐游戏 ··· 149

· · · 第八篇 2~3 岁宝宝的成长 ··· 151

一、生长发育 ··· 151

1. 生理发育 ··· 151
2. 心理发育 ··· 152



-
- 二、具备的本领 ··· 153
1. 运动方面的本领 ··· 153
 2. 智慧方面的本领 ··· 153
 3. 语言方面的本领 ··· 154
 4. 社交方面的本领 ··· 154
 5. 两岁半宝宝成长评估 ··· 155
 6. 三周岁宝宝的发展水平评估 ··· 157
- 三、无尽的爱 ··· 159
1. 正确对待宝宝的“反抗期” ··· 159
 2. 防止事故 ··· 161
 3. 重视宝宝的个性发展 ··· 162
 4. 为宝宝提供游戏场地 ··· 163
 5. 给宝宝适合的画册 ··· 165
 6. 让宝宝天真活泼 ··· 166
 7. 哄骗要不得 ··· 167
- 四、能力培养 ··· 168
1. 让宝宝自理 ··· 168
 2. 培养宝宝的创造力 ··· 170
 3. 培养宝宝的语言能力 ··· 172
 4. 数学学习 ··· 174
 5. 学习反义词 ··· 175
 6. 认识日常用品的用途 ··· 175
 7. 认识大自然 ··· 176
 8. 培养宝宝安静片刻 ··· 177
 9. 认字 ··· 178



- 10. 培养良好的次序 . . . 178
- 11. 培养初步的时间概念 . . . 179
- 12. 补画面 . . . 180
- 13. 自我介绍 . . . 180
- 14. 学习礼貌语言 . . . 181
- 15. 画方形、写汉字 . . . 181
- 16. 学习等待 . . . 182
- 17. 收拾衣服 . . . 183
- 18. 认识冬天和夏天 . . . 183
- 19. 记住父母单位及家庭住址 . . . 184
- 20. 知道不同职业的称呼 . . . 184
- 21. 认地图 . . . 186
- 22. 学当助手 . . . 187
- 23. 学习分清属性 . . . 187

五、宝宝游乐园 . . . 188

- 1. 锻炼 . . . 188
- 2. 体育游戏 . . . 190
- 3. 智力游戏 . . . 191
- 4. 娱乐游戏 . . . 198
- 5. 数学游戏 . . . 200
- 6. 美术游戏 . . . 202
- 7. 语言游戏 . . . 205
- 8. 认字游戏 . . . 208
- 9. 角色游戏 . . . 211



· · · 第九篇 了解儿童的

身体结构 · · · 212

一、器官、系统和腺体 · · · 212

1. 器官、腺体分布 · · · 213
2. 神经系统 · · · 214
3. 心血管系统 · · · 214
4. 呼吸系统 · · · 215
5. 淋巴系统 · · · 215
6. 消化系统 · · · 216
7. 骨骼系统 · · · 216
8. 肌肉系统 · · · 217
9. 内分泌系统 · · · 217
10. 男孩的泌尿生殖系统 · · · 218
11. 女孩的泌尿生殖系统 · · · 218
12. 会肿胀的腺体 · · · 219

二、骨骼 · · · 219

1. 人体骨骼的基本情况 · · · 219
2. 骨骼的发育 · · · 219

三、肌肉 · · · 224

1. 肌肉概况 · · · 224
2. 肌肉的生长 · · · 224
3. 肌肉的功能 · · · 225

四、脑 · · · 226