

年 轻 父 母 育 儿 完 全 指 导

✿《为了孩子》编辑部 编

寻找最佳 解决方案

给年轻父母的育儿指示



权威的育儿专家
实用的科学方法

上海科学技术文献出版社

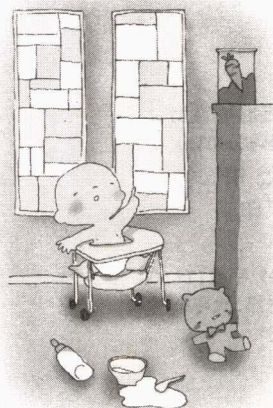
年轻父母育儿完全指导



《为了孩子》编辑部 编

寻找最佳解决方案

——给年轻父母的育儿指示



上海科学技术文献出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

寻找最佳解决方案: 给年轻父母的育儿指示 / 《为了孩子》编辑部编. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2004. 3

ISBN 7-5439-2270-3

I. 寻... II. 为... III. ①婴幼儿—哺育②婴幼儿—家庭教育 IV. TS976. 31

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第009006号

责任编辑: 张 树 陈云珍

封面设计: 华佳珺

寻找最佳解决方案

—— 给年轻父母的育儿指示

《为了孩子》编辑部 编

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路2号 邮政编码200031)

全国新华书店经销

江苏常熟人民印刷厂印刷

开本890×1240 1/32 印张8.625 字数177 000

2004年3月第1版 2004年3月第1次印刷

印数: 1—7 000

ISBN 7-5439-2270-3/R • 616

定价: 18.00元

目录

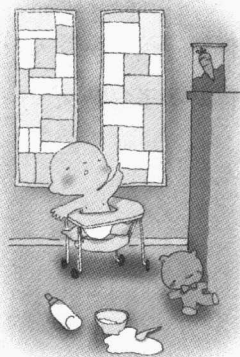
0~12个月宝宝照顾要点	1
13~15个月婴儿的发育和教养	5
16~18个月婴儿的发育和教养	9
19~21个月婴儿的发育和教养	13
22~24个月婴儿的发育和教养	17
提高2~3岁孩子语言能力的游戏	21
胎记有五色	26
婴儿的睡眠	28
宝宝的智力开发	30
创造条件让婴儿多爬	37
训练婴儿学走路	38
如何培养孩子的健全人格	44
如何培养孩子的创造力	50
如何培养孩子的毅力	56
如何培养孩子的协调能力	59
如何培养孩子的领导才能	63
如何培养孩子良好的行为习惯	67
如何培养孩子良好的心理状态	71
如何培养孩子的幽默感	75
如何培养孩子的思维灵活性	77



如何培养孩子的读书兴趣	80
教孩子识字的五种方法	84
“模式识别”与早期识字	90
如何向婴幼儿灌输数学概念	95
摇篮里的音乐启蒙教育	97
教孩子从小学会人生平衡艺术	100
让孩子按规矩行事	103
孩子不合作时的训导策略	105
对付孩子身上弱点的招数	108
怎样对孩子说“不”和“是”	112
了解孩子的 22 个问题	113
父母如何处理好与孩子的关系	115
孩子成长的 7 大需要	118
关于孩子的“坏习惯”	125
培养孩子最佳气质的完全指导	129
如何避免“出口”就伤儿	134
父母要学会理解孩子的感受	137
不要错过孩子给我们上的 6 堂课	140
不利于孩子成长的家庭因素	146
父母对子女期望过高的三个原因	149
怎样对待不听话的孩子	152
让孩子听话的 6 种方法	157



如何对待孩子不合理的购物要求	160
帮助孩子建立积极的自我形象	163
教会孩子从挫折中恢复自信	167
如何培养孩子的创造性思维	172
从生活点滴中培养自信的孩子	178
如何教孩子学会观察与思考	182
朗读是父母培养与孩子感情的秘诀	185
如何与不听话和爱哭的孩子交流	189
与孩子沟通的策略	195
培养一个有宽容心的孩子	197
一分钟教育法	200
从小做家务,长大快乐多	207
你的孩子性格是否坚强	210
如何让你的孩子免遭罪恶之手	212
在轻松愉快中培养孩子的责任感	214
这些做法将扭曲孩子的心灵	217
不要拒绝孩子的性疑问	220
准爸爸的 17 条须知	224
称职父亲应该做的 13 件事	227
父亲对孩子交际能力的影响	229
不能替代的父爱	232
游戏,父子交往的好方式	235



快乐的识字游戏	240
与孩子一起玩记忆游戏	243
未来的科学家在游戏中诞生	247
日常生活中母亲应该做的 10 个	
行动	250
每个孩子都能成为诗人	252
艺术教育与右脑开发	257
早期音乐训练能促进孩子大脑智能	
发展	260
怎样辅导孩子学琴	262
友伴对孩子的意义	265



0~12个月宝宝照顾要点

0~1个月婴儿特征。除了吃奶之外，一整天睡觉；听到巨响，身体会颤抖；当他人手指触及其颊部，嘴巴就开始吮吸起来。

专家建议：不要让婴儿着凉。



1~2个月婴儿特征。活动时间增长；开始发出各种叫声；眼睛能够看清物体的形状。

专家建议：开始让婴儿习惯于户外空气。



2~3个月婴儿特征。当婴儿被抱到户外时，婴儿会不时移动眼睛，眨动双眼；将他俯卧时，他会抬起头来看事物。

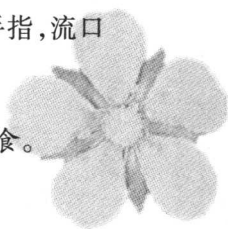
专家建议：不要见到婴儿喜欢就一直将他抱在怀中，这会影响他活动及发育。





3~4个月婴儿特征。当有人逗他时,会微笑作响。开始吮吸手指,流口水;手抬得越来越高。

专家建议:停止夜间喂食。



4~5个月婴儿特征。开始抓食东西;开始认识自己的母亲;开始起坐。

专家建议:为婴儿断奶,当婴儿经常吮吸手指时,请备以橡皮奶头。



5~6个月婴儿特征。想将各种东西放进嘴里,喜欢跳动,可以自己更换睡觉姿势,开始认识别人。

专家建议:把危险物体远离婴儿。

6~7个月婴儿特征。可坐着,能将玩具从一只手传至另一只手;逗笑时,反应非常愉快。

专家建议:此阶段的婴儿,从母亲身上得到的天然免疫力将越来越弱,要特别注意小儿生病。



7~8个月婴儿特征。开始长出牙齿,当他的名字被呼唤时即有反应;可以两手握住玩具。



专家建议:准备一天两次的断奶食品。



8~9个月婴儿特征。有些婴儿已经能够爬行,能够辨明人的表情,开始模仿他人。

专家建议:当婴儿开始爬行时,要特别小心保护,以免婴儿在厨房、楼梯或爬下床时遇到危险。

9~10个月婴儿特征。爬行越来越稳定;有些婴儿开始抓住物体而站着;可以拿着饼干之类的食品进食。

专家建议:此时是训练用便盆大小便的良好时机。



10~11个月婴儿特征。可以抓住物体站立,还有的开始抓住物体步行……

专家建议:注意婴儿可能跌倒或被火烧伤。

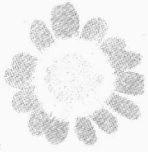
11~12个月婴儿特征。开始喜欢到户外去,有些婴儿开始模仿成人的行为。

专家建议:开始每日定时喂食三餐,设法使婴儿自己吃东西。

(杉 界 编译)



13~15个月婴儿的发育和教养



1岁前后是婴儿成长为幼儿的转型期。他们的身心将发生巨大的变化。了解孩子的变化和发育特征,及时调整自己的教养重点和方法,是这个时期爸爸妈妈必须时时提醒自己注意的一桩大事。

孩子身心发育特征

体格发育的速度较1岁前减慢,但体重、身高、头围、胸围仍以较快的速度增长。囟门在12~18个月之间闭合。13个月时牙齿只有8颗,以后每3个月出牙2颗,15个月时有10颗。



大脑皮层活动增强,神经系统机能进一步发展,由于感知事物增多,促进了注意和记忆的活动,并在学语的基础上,思维活动逐步发展。

动作的发展从被动趋向主动,逐步学会走路,但走不稳,易摔跤;喜欢爬来爬去,蹲下拾物。手眼及手脚的动作还不十分协调,手指动作发展较差。

语言正处在理解阶段,只会讲单词句,其特点是听得多、说得少;以词代句,一词多义;重叠发音,以音代词,伴以动作或表



情来补充词汇的不足。

认识能力日益增强,由于开始独立行走,扩大了认识范围。接触人增多,交往扩大,逐步从单一依恋父母转移到被玩具、玩伴及周围新鲜事物所吸引。

感情不稳定,很容易变化,容易受外界环境及周围人们的情绪影响。

孩子应该会做

自觉入睡;

经提醒会坐盆大便;

独立行走,跌跤后会自己爬起;

会下蹲拾物、扶手站起;

双手捧杯喝水,学用小勺进食;

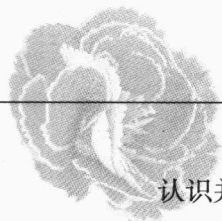
会爬楼梯、爬沙发;

能双手协作玩弄物体和玩具,如滚球、推动小汽车、将物放入倒出、搭2块积木等;



理解简单的语言并执行指示,如躺下睡觉、不吃地上的东西;

会使用最常用的日常单词,如爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、娃娃、球球;会模仿动物叫声,如“呶呶”、“喵喵”等;



认识并正确指出经常接触的人、动物、玩具、餐具和用具；

认识并指出自己的五官、四肢及身体某几个部位，如头、头发等；

经提醒会以动作或表情与人交往，如拍手欢迎、点头谢谢、挥手再见等。

孩子可能会做

躺下睡觉不随意爬起，安静入睡；

自己学用小勺进食，在大人的帮助下吃完定量的饮食；

饭前便后配合洗手；

携物从一处走到另一处；

弯腰拾物，不用扶自己能站起；

会爬到椅上并翻身坐下；

手指能协作配合活动，如剥糖纸、取糖丸、插空心积木、握笔画线条；

会用单词、伴以动作和表情来表示自己的要求；

懂得按命令停止自己的行动，如不撕书、不扔食物等；

表示孩子身心发育正常，这个年龄的孩子应该达到的发育指标他都达到了；

表示孩子身心发育良好，这个年龄的孩子可能会达到的发育指标他也达到了。



父母的教养重点

培养良好的生活习惯。良好的生活习惯是其他良好习惯和行为的开端,也是引导婴儿适应社会生活的重要手段。

睡眠习惯:睡眠对神经系统起到保护作用,要培养小儿独睡,按时睡觉,安静入睡,按时起床。

饮食习惯:饮食可以供给各种营养素以保证生长发育及活动的需要,良好的饮食习惯能保证孩子摄入足够的营养。应培养婴儿爱吃各种食物,定时定量进食,不吃零食,多喝水。

大小便习惯:大小便的通畅,有利于身体健康。培养孩子每日大便,在固定的时间和地点坐便盆。经提醒会以动作或语言表示大小便。

清洁卫生习惯:从小培养爱清洁、讲卫生的习惯,可以使孩子减少得病的机会。可以教孩子会配合成人为他洗手、洗脸、洗脚、洗臀部、洗头、洗澡;按时理发,剪指甲不吵闹。

有规律的生活习惯:根据婴儿的生理和心理特点,安排合理的生活制度,保证充足的睡眠时间(每昼夜 13~14 小时,夜间 10 小时,白天两次,每次 1.5~2 小时),定时进餐,要有充分的室内外活动与游戏时间,使他们生活有规律,情绪愉快,精神饱满。

16~18 个月婴儿的发育和教养

孩子身心发育特征

体格继续发育,胸围增长比头围快,18 个月时胸围已与头围相差不多,甚至超过头围;卤门闭合;有乳牙 12 只。

大脑逐渐形成事物的形象,通过眼看、耳听和双手的触摸了解物体外部的特征,如颜色、大小、软硬、光滑、粗糙等。

无意注意进一步发展,有意注意开始萌芽,注意力集中时间较前长。容易记住印象强烈或带有情感的事物。思维在动作中进行,随着语言的发展而出现初级的思维活动。游戏时想象开始萌芽。

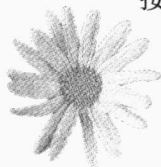
能稳步行走,手指动作较以前灵活,能翻书、搭积木、握笔乱画。

能听懂不少单词,会运用单词与人交谈,喜欢自言自语。

积极、愉快的情感增多,偶尔会考虑到集体中去玩,开始控制自己的某些行为,如等待进餐不吵闹、睡觉不爬起等。

孩子应该会做

按时睡,按时醒,醒后不吵闹;





在固定位置上进餐,会用一手拿小勺、一手扶碗;

自己走到固定地点要求坐盆;

饭前便后在成人帮助下学洗手;

走稳,走快,会学跑几步;

扶栏杆上小滑梯,扶手上下台阶;

会运用手并进行手指协调活动,会
扔球、翻书、握笔自由涂鸦,搭 3~4 块
积木等;

能听懂近 50 个常用词,如车、船、房子、花、鸟、树等;

能说出 20 个左右的单词,多为名词和动词,如灯、帽、球、
抱、喝、吃等;

能注意看 5 套简单的图片,讲出其中的某些人和物;

能模仿拍手、踏脚、学鸟飞等动作,学唱歌和儿歌,只能像接
尾巴似的唱或讲最后 1 个词;

帮助成人做一些小事情,如拾树叶、拿报纸等。

孩子可能会做

进食时学习用牙细嚼慢咽;

配合成人穿脱衣服、洗脸、洗澡;

会自己脱帽、脱鞋袜;

能用语言或动作表示大小便,不穿开裆裤;

