

A close-up photograph of a young girl with dark hair in pigtails, smiling broadly. She is wearing a white ruffled collar. The background is white with pink hearts scattered around. In the top right corner, there is a green starburst shape containing text. At the bottom, there is a large pink banner with white and yellow text, and the publisher's name at the very bottom.

3岁前的800招
养育训练

主编 冯德全 副主编 黄明容 曹国兰

冯德全新编0岁方案 聪儿爷爷的博客

广西科学技术出版社

育儿网著名博客三年育孙日记

阅读点击量逾100万！百家媒体争相报道！

《0岁方案》学员辅助教材公开亮相！
两个生命一起养育，情商智商一起开发！
普通家庭早期教育的实用图书！

爷爷育聪儿，觉得很好！点评出版意义很大，如果千万爷爷奶奶都这样教育幼儿，这是对三代人的贡献，也能促进家庭和谐，普及真正的早教。

——冯德全

这个方案我赞成，关键是要坚持实施下去，让它走进千家万户。

——全国人大常委会原副委员长 程思远

如果你们这项试验可以取得好的成果，我认为它的意义决不比某一项大工程的意义小。

——中共中央原顾问委员会委员 于光远



中国科学家论坛

重点推荐图书

<http://www.kxjit.com>

策 划：梁式明
责任编辑：梁式明
装帧设计：李寒林
责任校对：谢源虹
责任审读：张桂宜
责任印制：韦文印

冯德全新编0岁方案 婴儿爷爷的博客

主编 冯德全

副主编 黄明容 曹国兰

广西科学技术出版社

创新的早期教育

让中国的父母和孩子们受益

冯德全

自“冯德全早教方案”获得“中国早教行业自主创新最具影响力品牌”以来，该方案在国内外影响越来越大，我们的“0岁方案”新老系列图书和光盘大受欢迎，使千万家庭和儿童受益，真可谓“撒下人间都是福”！同时，我们事业的扩大又正在崛起中国0岁开始早期教育的新文化！

用先进的教育理念养育下一代，是实践国家科学发展观的重要举措，也是最重要的教育创新。我们党提出要建设创新型国家，指明创新是民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，也是一个政党永葆生机的源泉。这高瞻远瞩的教诲，使早教事业深受其益。胡锦涛主席说：“要推动人才工作体制和机制的全面创新！”他在2006年1月9日全国第三次科学大会上还指出：“人才是关键”“人才资源是第一资源”“要培养世界一流的科学尖子，要培养世界一流的科学大师，要培养世界一流的科技领军人物，要培养一大批中青年专家”。江泽民同志说：“要鼓励原始性创新！”“要不断推进教育创新！”温家宝总理说：“最大的公平是教育公平。”我们0岁开始的早教方案是名副其实的原始性教育创新，并能做到最大的教育公平，这就需要早教行业继续努力和奋斗。

《0岁方案》出版以来，出现了大量的新经验和方法实例，广西科学技术出版社为此出版了新书《让孩子快乐成才——冯德全28年早教理念与方法精华》，出版后得到市场认可，在全国书市展出后印了数万册一销

而空。这是广大年轻父母对获取早教新理论和方法非常迫切的证明。该书获得成功的原因，在于选编了一批实施早教的亲子新论和方法、技巧的教育趣事。这些早教趣事的实录，是我们早教实践中最宝贵的财富，它生动、鲜活，可启发、仿效、再创造，是任何从理论到理论，从外国到中国的图书中看不到的。这对广大年轻父母、祖父母以及早教师、保姆们，有见到曙光和启明星般的清新感，远比单纯理论和方法的阐述要生动、直观、读得快乐而可操作。

广西科学技术出版社还决心参与中国早教新文化的建设，做了网站，设了博客，现在又与我们合作，在《让孩子快乐成才——冯德全 28 年早教理念与方法精华》修订的基础上出版一套“新编 0 岁方案”丛书。

非常可喜，《聪儿爷爷的博客》和《赢在早教》随之相继走进了丛书。《聪儿爷爷的博客》以祖孙三代同步成长的实例，展现了中国特色早期教育的旺盛生命力，为“两个生命同时养育”提供了完美、有效的实施案例；《赢在早教》以《0 岁方案》研发 30 年的理想和实践故事，展示出中国特色早教的优势，回答了大众关心的 100 多个育儿难题。

这样一来，以《让孩子快乐成才》为首的“新编 0 岁方案”丰满起来了：怎样落实 16 个心理营养区，给予孩子 100 多种心理营养素；怎样培养六大优良性格和气概，建立良好的亲子关系；怎样施以适当的磨炼和挫折教育，纠正孩子的各种缺点和弱点；怎样培养各种兴趣爱好，发展各种特长趋向；如何让孩子学会生活、学会学习、学会关爱等做父母的基本功，都得到了有系统、有条理的逐一介绍。

“新编 0 岁方案”的另一个亮点，是编写了与众不同的两本早期教育工具书——《儿童“视语开发”一本通识字卡》和《儿童“视语开发”一本通诵读本》，解决了帮助孩子发展视觉语言，轻轻松松进入阅读的工具书需求。随着新一波生育高峰期的到来，以及家庭早教市场的发育，我们会继续编写和出版科学实用的早期教育工具书。

在“新编0岁方案”不断地配套出版之际，我们欣喜地重温了中共中央、国务院关于要“大力普及婴幼儿抚养和家庭教育的科学知识，开展婴幼儿早期教育”的决定，回顾了国家人口和计划生育委员会关于在全国创建300个早期教育暨独生子女培养示范区的决定。这些我国育儿史上划时代的思维和创举，对提高全民族人口素质具有十分深远的意义。

我们一定要继续为创建中国早期教育新文化，为开发儿童潜能的创新大业而努力，为“变沉重的人口负担为无穷的人才资源，变艰辛的养儿育女为无限甜蜜的天伦之乐”而奋斗！

出版前言

为了宣传早教新文化，了解网友的育儿需求信息，我们在育儿网上开通了博客，与网友交流起育儿经来。育儿日记“聪儿爷爷的博客”也从此走进了我们的视野。它像一个慈祥的母亲，更像一个负责任的父亲，从聪儿出生第一天起，就充分关注着聪儿生命的点点滴滴，无微不至；它又像一位不知疲倦的良师益友，三年来与不知名的新手爸妈们交换着育儿的心得，甚至解答一些问题，始终不渝；它更像一方尚待深耕的普通家庭早期教育的处女地，等待着播种和丰收的季节……

当我们向“中国当代早教之父”冯德全先生推荐聪儿爷爷的博客时，得到他高度的重视和赏识。他说：“爷爷育聪儿，觉得很好！点评出版意义很大，如果千万爷爷奶奶都这样教育幼儿，这是对三代人的贡献，也能促进家庭和谐，普及真正的早教。”并且同意担任这本书的主编，立即组织专家进行点评和给予建议。“聪儿爷爷”黄明容知道这个消息也很高兴，忙着对博客润色去了。

于是《聪儿爷爷的博客》正式成为“冯德全新编0岁方案”丛书的一员，开始了自己的探索之路。根据育儿日记时间连续的特点，我们确立了“保持博文特点，分时段点评建议，两个生命同时养育相结合”的编写宗旨，并按出生至满月、满月至半岁、半岁至周岁、1岁至1岁半、1岁半至2岁、2岁至3岁的六大时段，对0~3岁婴幼儿的生活、喂养、保健、早教诸方面，做了详尽的随访式介绍和点评，把本书做成了生理心理同时养育，情商智商同步开发，趣味性和可操作性兼顾的科学早教实用型

图书。

本书“专家建议”栏的部分内容，还参考了湖北冯德全儿童潜能开发研究所研发的《0岁方案》学员的辅助教材，在此特对该成果的研究者金新华老师表示衷心的感谢。

在本书付梓之际，我们还要感谢黄明容爷爷和他的家人，在网络时代开创了三年来平均两天一篇育儿日记的博文纪录，为科学育儿和早教知识的传播提供了机会。我们还要感谢育儿网，它为千千万万育儿家庭共享网络育儿文化提供了快速、宽阔和功能齐全的博客平台；感谢几年来与聪儿爷爷保持沟通、共商育儿大计的广大网友，你们的许多育儿经验和方法，一直都是我们创作早教方案的力量和源泉。

新一代独生子女的婚育高峰期正在到来。中华民族振兴的历史呼唤正赋予现在的三代人更高的期待和要求，但老经验或高学历都不能代替高能力，特别是在科学育儿和科学早教的“考试”上，很容易交白卷。值得欣喜的是，渴求科学育儿和科学早教知识的父母们越来越多了。

在此，我们真诚地希望《聪儿爷爷的博客》成为父母乃至祖父母、外祖父母们的育儿参考书，也欢迎大家提出宝贵的意见和建议。

祝愿你们的孩子健康成长，快乐成才！

聪儿爷爷黄明容自述

我退休之前一直从事中学教育工作，历时四十年，前十年是青少年德育工作，后三十年是教学工作。退休后，曾到大学讲学，近距离接触了现代大学生，了解了他们的思想、学习和生活。我在工作中耳闻目睹了许多青少年心理不健康的事例，究其原因大多是不正确的家庭教育所致，于是，我决定更新观念，把毕生积累的知识和经验，用在孙辈的早期教育上。

我在退休之前的两年通过自学扫除了“电脑盲”，2004年初开始在網上查询、搜集有关婴幼儿的养育资料，并办起了静态网站，积累了不少有关婴幼儿的养育知识。聪儿出生的第一天起我就开始为聪儿写成长日记，一直在《聪聪乐园》上连载。当时这样做是想给聪儿留下成长的脚印，也好让各地的亲朋好友能够看到。2005年6月，一次偶然的机会，我闯进了“丫丫家庭网”，看了一些年轻父母的日记，觉着很有意思，在那里，也留下了160篇日记，开始了与年轻父母的交流。

我始终认为，教育孩子的主力军应该是父母，长辈只是一个补充。聪儿常常辗转于外公外婆、爷爷奶奶和爸爸妈妈三个家庭之中，保持育儿思想的统一与协调是极其重要的。幸好关于聪儿的教育，我们基本达成共识，外婆、奶奶着重于照顾聪儿的生活，教育问题则以爸爸、爷爷和外公为主。我觉得，在教育第三代的问题上，祖辈应经常和儿女沟通，积极转变观念，做好配合工作。

2006年3月，我开始在“育儿网”写博客。我的博客，虽无深奥理

论，皆是孙女平常的生活细节及我的个人感悟，但字字透露出“教育爱”的真谛及良苦用心。我的博客很快就受到了年轻父母们的青睐，不少人还常来讨教经验呢。

我的博客不仅在网上产生了一定影响，还受到了新闻媒体的关注。

2006年5月18日，《新闻晚报》采访“聪儿爷爷的博客”，发表了题为《育儿博客走俏网络 时尚爷爷热衷当博客掌门》的报导，报道中写道：“继名人博客、高考博客火爆网络后，育儿博客也开始走俏网络。”“记者点击进入聪儿爷爷的博客，页面时尚，粉嫩清新，还透着浓浓的童趣……每篇日志除了叙述之外，还加入小孙女不同表情、动作的照片，把这些照片串联起来，就构成了一个完整的小故事。”2007年2月28日，《新闻午报》采访我，行文《更新“孙子兵法” 隔代教育乐无穷》，对我倍加赞赏。2007年6月19日，《老年日报》报道了《“聪儿爷爷”的网络生活》，文中说：“在丫丫家庭网和育儿博客里，他的朋友近千，博客的点击率也非常高。”

媒体报导后，在不到一年的时间里，我的博客迅速成为育儿博客圈的“名博”，阅读点击量迅速飙升，至今已突破100万。截至今天，我上传了三年多来写的近900篇育儿日记，差不多每两天一篇呢，每篇帖子都能引来众多父母的点评，彼此互通有无，共同学习。可以说我的博客在记载聪儿成长过程的同时，也记载了与人们探讨育儿方法的交流过程。

2007年9月17日，广西科学技术出版社的“早教文化博客”给我发信息：“把你的博客介绍给冯德全教授后，他想与你取得联系，共同做好早期育儿这一工作，并向你问候，希望拿到你的联系电话。我们也有意出版你与冯教授合作的书稿，归入‘新编0岁方案’。”

我的博客受到“中国当代早教之父”冯德全先生高度的重视和赏识。他说：“爷爷育聪儿，觉得很好！点评出版意义很大，如果千万爷爷奶奶都这样教育幼儿，这是对三代人的贡献，也能促进家庭和谐，普及真正的

早教。”我听到这个消息，高兴异常，于是动员聪儿外公及聪儿父母，积极投入这一项极有意义的工作中来。

我写博决心很大，只要手指头能够打字，一定会坚持下去，为了孙女聪儿、贝儿，为了所有的可爱的孩子们，我会倾有生之余力，为婴幼儿教育，贡献出自己的一点微薄的力量。

目录

创新的早期教育让中国的父母和孩子们受益

出版前言

聪儿爷爷自述



第一章 出生至满月新生儿的养育

掌上明珠 /1

爷爷办网站写博客值得推广 / 胎教要点

不给聪儿“打包” /4

陋习与偏见/两个生命同时养育

第一次生理测量 /9

生理测量有好处/新生儿的生理喂养

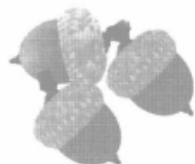
每天洗一洗 /12

新生儿的感知及智能发展/新生儿的心理训练



第二章 满月至半岁乳儿的养育

聪儿要拉屎撒尿 /19



婴儿排便有规律可循/半岁婴儿的生理喂养

撇嘴表示不乐意 /22

婴儿情绪及两个月智能发展/两个月婴儿的心理训练

聪儿妈妈产后上班第一天 /27

母乳喂养及三个月婴儿的智能发展/三个月婴儿的心理训练

给聪儿添加辅食 /33

母乳不足及四个月婴儿的智能发展/四个月婴儿的心理训练

聪儿怎么认生了 /40

婴儿心理呵护及五个月婴儿的智能发展/五个月婴儿的心理训练

“学”数数 /46

本能模仿及六个月婴儿的智能发展/六个月婴儿的心理训练

走进婴儿的世界 /52

人类要重新认识婴儿/半岁婴儿的训练要点

第三章 半岁至周岁乳儿的养育

“贱养”聪儿 /61

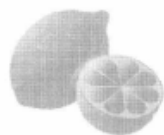
对半岁后的婴儿要“爱而少露”/周岁婴儿的生理喂养

半岁学会叫“妈妈” /65

七八个月婴儿的智能发展/七八个月婴儿的语言训练

聪儿懂事多了 /67

睡眠习惯的培养/七八个月婴儿的动作训练



用表情、声音表示她的要求 /70

婴儿对表情的理解/七八个月婴儿的认知训练

学步车 /72

九至十个月婴儿的智能发展/九至十个月婴儿的语言
训练

婴儿的记忆能力在加强 /75

两种语言同步发展理论/九至十个月婴儿的动作训练

隔代亲 /79

隔代亲的利与弊/九至十个月婴儿认知交往的训练

和婴儿一起玩耍好处多 /83

十一二个月婴儿的智能发展/十一二个月婴儿的语言
训练和识字

婴儿防摔着 /87

婴儿安全意识的培养/十一二个月婴儿的动作训练

婴儿的出色表现 /90

婴儿的能力不错/十一二个月婴儿认知交往的训练

婴儿断奶 /95

婴儿断奶的注意事项/周岁婴儿的情商、 智商发展

第四章 一岁至一岁半幼儿的养育

婴儿学步 /101

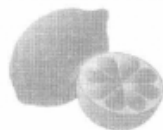
幼儿学步注意事项/一岁至一岁半幼儿的生理喂养

教育幼儿认识自我 /104

幼儿的认知特点/一岁至一岁半幼儿的早教原则

和幼儿玩“躲猫”真好 /109

幼儿游戏的意义/一岁至一岁半幼儿的亲子游戏举例



实施“危险教育”的体会 /112

幼儿安全意识的领悟/幼儿的情景领悟

背书包的“小女孩”/114

一岁半幼儿的智能发展/一岁零四个月至六个月幼儿的
语言训练

爱“劳动”的聪儿 /116

早期劳动教育的意义和内容/一岁零四个月至六个月
幼儿的大动作训练

让幼儿学会自己吃饭 /118

教育无小事，吃饭也能影响一生/怎样培养孩子吃饭
的良好习惯

她这是怎么啦 /122

幼儿的情绪特点/怎样使孩子保持快乐的情绪

亲情，是潜移默化的教育 /124

家庭教育成员应协助一致/一岁零四个月至六个月幼
儿的精细动作训练

一句话的启发 /127

“视语”比“听语”更重要/怎样发展“视觉语言”

看聪儿同幼儿交往 /130

不懂分享是正常的/怎样培养孩子的分享行为

“姐姐”走啦 /132

关爱之心要从小培养/一岁零四个月至六个月幼儿的
认知训练

聪儿学“买菜”/136

早教要随生活而教/怎样使日常生活放出教育的异彩



看她胆子有多大 /138

独立性要从小培养/怎样培养孩子的独立性

爸爸拥抱一次 /141

特别要养育好“第二生命”/怎样养育孩子的第二生命

“笼养”与“放养” /145

早教要给孩子开放的环境/怎样培养孩子的交往能力

莫让幼儿情感缺失 /148

父母要多多关注孩子/怎样让孩子感受更多的父母亲情

这个爷爷“不近情理” /151

冬季户外活动有益健康/冬季户外活动宜与忌

第五章 一岁半至两岁幼儿的养育

沟通 /155

亲子关系应定位于朋友/怎样培养小儿的生活能力

后怕 /160

一岁九个月幼儿的智能发展/一岁七个月至九个月幼儿的语言训练

运动防感冒 /165

幼儿体育活动的意义/一岁七个月至九个月幼儿的大肌肉运动训练

小儿惊梦与夜哭 /168

科学育儿的态度及睡眠知识/一岁七个月至九个月幼儿的精细动作训练



要改那跺脚的脾气 /171

跺脚的原因及对策/一岁七个月至九个月幼儿的认知
训练

我们同聪儿的“语言交流” /176

识字教育的重要性/怎样教孩子识字

欢快的聪儿 /180

两岁幼儿的智能发展/一岁十个月到两岁幼儿的动作
训练

体验——幼儿成长的权利 /184

鼓励孩子独立尝试/一岁十个月到两岁幼儿的认知
训练

许诺就得兑现 /188

诚信品质的重要及其培养/一岁半至两岁幼儿的音乐
和美工训练

鞋子里的沙子 /192

聪儿的自理能力/一岁半至两岁幼儿的形和数

最美的孩子 /196

人之初性本善/一岁十个月到两岁幼儿的语言训练

第六章 两岁至三岁幼儿的养育

你能行! /201

积极暗示与三岁幼儿的生活要求/两岁至三岁幼儿生
活习惯与独立能力的培养

摔与不摔 /205

放手锻炼与三岁幼儿的动作能力/两岁至两岁半幼儿
的大动作训练

