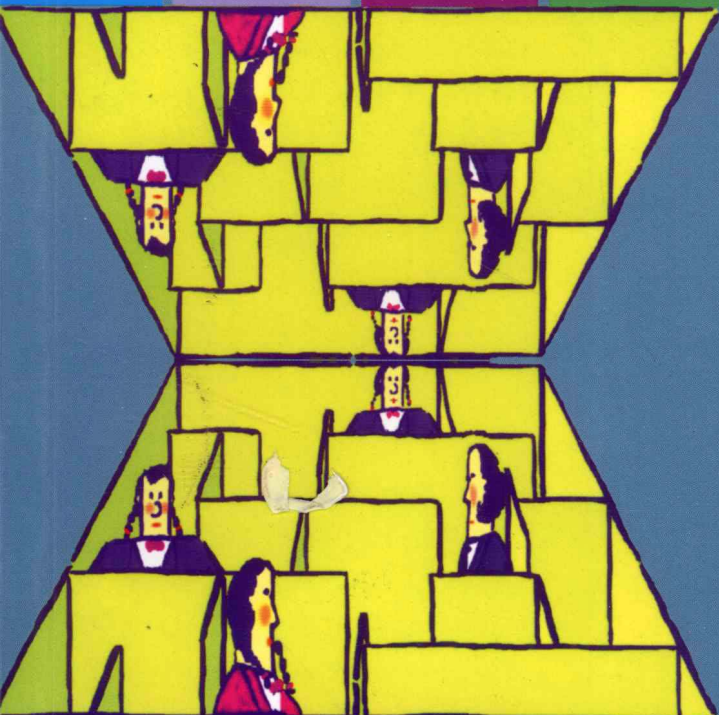


0-3岁婴幼儿教育系列教材



张文军 主编

# 0-3岁婴幼儿教育手册

广西人民出版社

# 0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册

张文军 主编

广西人民出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册/张文军主编. —南宁:  
广西人民出版社, 2008. 12

ISBN 978-7-219-06494-8

I. 0… II. 张… III. 婴幼儿—家庭教育—手册 IV.  
G78.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 021769 号

责任编辑 钟 莉

责任校对 张聘梅 黄 玮

出 版 广西人民出版社  
社 址 广西南宁市桂春路6号  
邮 编 530028  
网 址 <http://www.gxpph.cn>  
印 刷 南宁市开源彩色印刷有限公司  
开 本 850mm×1168mm 1/32  
印 张 7  
字 数 180千字  
版 次 2008年12月第1版  
印 次 2008年12月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-219-06494-8/G·1518  
定 价 14.50元

**版权所有 翻印必究**

## 《0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册》编委会

主 编：张文军

副主编：韦凌云 梁颂梅

编委会主任：崔燕军

编委会副主任：李艳荣 张文军

编 委（按姓氏笔画排序）：

韦凌云 李淑贤 张建明 范桂宁 范瑞玲

钟 清 唐 华 梁颂梅 韩幼伦

作 者（按姓氏笔画排序）：

韦凌云 韦 莹 应 艺 张文军 范瑞玲

钟 清 黄 婕 梁巧欧 梁颂梅 熊 静

蓝梅瑜

## 序

由于各种原因，我国3岁前婴幼儿绝大多数处于散居状态，主要由各自的家庭抚养，进入专业机构接受规范化养育的人数比例较小，因此，比起3岁～6岁幼儿阶段的教育，我们对3岁前婴幼儿进行早期教育时更应持“大教育观”，也就是说3岁前婴幼儿的教育不能只是学校、家庭或社会任何一方的孤立行为，必须由三方共同来承担教育责任。而目前绝大多数托幼机构往往把教育工作的重心放在3岁～6岁阶段，与3岁～6岁幼儿阶段相比，托幼机构在3岁前小托班中施加的教育元素其实颇为单薄；教育理论界对3岁前儿童教育的研究起步较晚，大多数地方政府管理部门对3岁前儿童科学养育的管理极其有限甚至匮乏，0岁～3岁家庭养育指导的实际工作力度有待加强。无论在理论上还是实践中，0岁～3岁的家庭养育指导至今仍处于摸索阶段，且各地的发展并不平衡。然而，由于时代的进步，家长和社会对0岁～3岁婴幼儿早期教育的要求在迅速地提高，迫切要求政府管理部门和学前教育专业人员必须深入研究0岁～3岁婴幼儿早期教育、广泛开展对婴幼儿家庭教养的指导工作，使0岁～3岁婴幼儿早期教育真正做到专业化、规范化和系统化。

本书是中国学前教育研究会“十一五”课题“0岁～3岁婴幼儿家庭教养策略探究”、广西教育科学“十五”规划课题“欠发达地区0岁～3岁婴幼儿潜能发展与早期教育研究”的工作内容之一，作为广西幼儿教师继续教育教材面向幼儿园亲子园教师和广大家长发行，目的是让更多的人来关注和思考0岁～3岁婴幼儿的科学养育，向广大家长和幼儿教师提供0岁～3岁婴幼儿养育的科学观念和方法，介绍本课题组成员对0岁～3岁婴幼儿亲子教育活动指导模式的探索、理解和实践中的经验体会，提供婴幼儿早期

## 0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册

教养的理论指导和操作建议。编写者是这两个课题组的成员，包括了儿童保健工作者、学前教育理论工作者和0岁~3岁亲子教育管理和实践工作者。

本书的内容包括了0岁~3岁婴幼儿生长发育与保育、0岁~3岁婴幼儿的心理发展与教育和3岁前亲子教育活动等三个部分，对婴幼儿阶段的教养要点进行了阐述，介绍了本课题组成员对早教课程模式的探索，利用生活中的材料作为婴幼儿玩教具的尝试以及早期教养研究与经验的总结，并且通过大量的案例来阐释婴幼儿的心理特点与教育方法，希望能为0岁~3岁婴幼儿早期教育的专业化、规范化和系统化添砖加瓦。

本书第一篇由南宁市妇幼保健院梁颂梅医生编写，第二篇由广西幼儿师范学校韦凌云老师编写，第三篇由广西幼儿师范学校张文军老师编写。由于时间仓促及水平有限，还存在着许多不足与缺憾，请专家学者及广大读者朋友们不吝指教，在此提前感谢！

本书的问世得到了广西幼儿师范学校领导、老师，广西教科所老专家学者，课题组实验基地所在园园长、保教主任，亲子园老师和家长们的组织、指导和积极参与，在此对他们致以诚挚的谢意！参与本课题组研究的实验园有：广西区直第二幼儿园、广西军区幼儿园、广西教育厅幼儿园、南宁地区机关保育院，感谢这些单位的大力支持。

张文军

2008年10月

# 目 录 Contents

## 第一篇 婴幼儿生长发育与养育

- 第一章 婴幼儿生长发育 ..... (3)
  - 第一节 婴幼儿生长发育的概述 ..... (3)
  - 第二节 婴幼儿大脑的发育 ..... (5)
  - 第三节 婴幼儿体格的发育 ..... (13)
  - 第四节 婴幼儿生长发育的检测及评估 ..... (17)
- 第二章 婴幼儿的养育 ..... (29)
  - 第一节 影响婴幼儿生长发育的因素 ..... (29)
  - 第二节 婴幼儿营养 ..... (31)
  - 第三节 婴幼儿发育训练与行为培养 ..... (56)

## 第二篇 婴幼儿心理发展与教育

- 第一章 0~3个月婴幼儿心理发展与教育指导 ..... (69)
  - 第一节 0~3个月婴幼儿心理发展概述 ..... (69)
  - 第二节 0~3个月婴幼儿教育指导 ..... (70)
- 第二章 4~5个月婴幼儿心理发展 ..... (76)
  - 第一节 4~5个月婴幼儿心理发展概述 ..... (76)
  - 第二节 4~5个月婴幼儿教育指导要点 ..... (77)
- 第三章 6~9个月婴幼儿心理发展与教育指导 ..... (83)
  - 第一节 6~9个月婴幼儿心理发展概述 ..... (83)

## 0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册

第二节	6~9个月婴幼儿教育指导要点	(84)
第四章	10~12个月婴幼儿心理发展与教育指导	(91)
第一节	10~12个月婴幼儿心理发展简述	(91)
第二节	10~12个月婴幼儿教育指导	(92)
第五章	13~15个月婴幼儿心理发展与教育指导	(97)
第一节	13~15个月婴幼儿心理发展概述	(97)
第二节	13~15个月婴幼儿教育要点	(98)
第六章	16~18个月婴幼儿心理发展与教育指导	(104)
第一节	16~18个月婴幼儿心理发展概述	(104)
第二节	16~18个月婴幼儿教育指导	(105)
第七章	1岁半~2岁婴幼儿心理发展与教育指导	(112)
第一节	1岁半~2岁婴幼儿心理发展概述	(112)
第二节	1岁半~2岁婴幼儿教育指导要点	(114)
第八章	2岁~2岁半婴幼儿心理发展与教育指导	(119)
第一节	2岁~2岁半婴幼儿心理发展概述	(119)
第二节	2岁~2岁半婴幼儿教育指导	(120)
第九章	2岁半~3岁婴幼儿心理发展与教育指导	(125)
第一节	2岁半~3岁婴幼儿心理发展概述	(125)
第二节	2岁半~3岁婴幼儿教育指导	(126)
<b>第三篇</b>	<b>0岁~3岁婴幼儿亲子教育</b>	
第一章	亲子教育概述	(133)
第一节	亲子关系	(133)
第二节	0岁~3岁亲子教育	(134)
第二章	0岁~3岁婴幼儿亲子园的教育活动	(138)
第一节	亲子园的性质	(138)
第二节	0岁~3岁婴幼儿亲子园教育活动的 设计与组织	(146)
第三节	亲子园课例与评析	(154)
第四节	3岁前亲子园教育活动创编选	(167)
第三章	亲子园环境的设置	(186)
第一节	亲子园物质和精神环境的创设	(186)
第二节	教玩具的创新利用选编	(190)
第四章	研究论文	(200)

# 第一篇

## 婴幼儿生长发育与养育



# 第一章 婴幼儿生长发育

## 第一节 婴幼儿生长发育的概述

儿童生长是指儿童身体细胞繁殖、增大和细胞间质的增加，表现为身体组织、器官，身体各部，全身的大小、长短、重量以及身体化学组成成分的变化。发育是指功能的分化和不断完善，心理、智力和体力的发展等。显然，生长和发育是密不可分的，故通常称为生长发育，或用发育一词代替生长发育，有时也代替生长。但在心理学上，发育常称为发展。

成熟是指机体的整体或局部、系统或器官在形态上、功能上已达正常成人水平。成熟程度或发育程度，可视为同义词。在生长发育时期，新陈代谢旺盛，同化作用占优势，这种优势的保持是生长发育的基本条件。

人的生长发育受遗传因素影响，也受环境因素的影响。遗传决定生长发育的可能性，环境决定生长发育的现实性，在环境因素中，除自然环境外，社会因素（包括家庭环境）也有一定的作用，特别是对人类所特有的心理行为的影响。

### 一、生长发育的一般规律

小儿的机体处在不断的发育过程中，其组织器官的形态不但时刻有变化，而且与此有关的功能也处于不断的变化中。

#### 1. 发育是一个有阶段性的连续过程。

生长发育是一个连续的过程，由于这一过程的质和量的变化，因而形成了不同的发育阶段。医学临床上根据解剖、生理功能及心理发育等特点，可将小儿的生长发育过程分为以下几个年龄阶段。

胎儿期：从卵子和精子结合到小儿出生，在母体子宫内约经过 280 天（40 周）。

## 0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册

新生儿期：小儿自出生后脐带结扎时起至出生后未足 28 天的这段时间。

乳儿期：从出生后 28 天到满 1 周岁的小儿。（也有人把 2 岁以内的小儿称为婴儿期）

幼儿期：1 岁~3 岁的小儿。

各年龄阶段按顺序衔接是一个连续的过程，前一个年龄期的发育为后一个年龄期的发育奠定基础。任何一期的发育都不能跳跃，任何一期的发育受到阻碍，都会影响后一个阶段的发育。

### 2. 生长发育有一定的程序。

生长发育一般遵循由上到下，由近到远，由粗到细，由低级到高级，由简单到复杂的规律。例如：胎儿时期的形态发育是头部领先，其次为躯干，最后为四肢。婴儿期的动作发育也按这种程序进行：首先会抬头、转头，然后能转身、直坐，最后才会直立、行走。这些现象 Gesell 称为“头尾发展律”（Cephalocandal pattern）。从上肢的动作发育又可看出：出生时只会无意识地乱动，手几乎不起任何作用；4~5 个月时可用手有意识地取物；到 10 个月才会用拇指、食指对指取物。这说明粗大动作先发育，精细动作后发育；近端先发育，远端后发育。

### 3. 各系统器官发育不平衡但统一、协调。

各系统器官的发育有先有后、快慢不一。如神经系统发育较早；生殖系统发育较晚；淋巴系统（具有免疫功能的器官、组织、细胞的统称）则先快发育而后回缩；皮下脂肪发育先快后慢，以后再度加快；肌肉系统到学龄期才发育迅速。在同一系统中各个器官的发育也不平衡，有先后之分，例如在神经系统中大脑优先发育。

### 4. 生长发育具有个体差异性且一般符合正态分布。

由于遗传及环境的不同，小儿在形态、功能及心理发育等诸方面都存在个体差异性。在同性别、同年龄的群体中，每个儿童的发育水平、发育速度、体形特点、达到成熟的时间等方面，都不相同，即使在一对同卵双生儿之间也存有微小的差别。生长发育的这种变异一般符合生物学上的正态分布。

## 二、生长发育的长期趋势

自 19 世纪后期，欧美学者即已观察到儿童的身高一代比一代高，他们把这种现象称为发育的长期趋势（Seculargrowth trend）。这种现象不限于发达

国家，近二十多年来也在许多发展中国家普遍见到。

生长发育的长期趋势主要体现在身高和体重的增长，如西欧国家 20 世纪前半期新生儿的平均身长从 50 厘米增加到 53 厘米，体重从 3150 克增加到 3300 克。我国儿童的发育状况正处于长期加速阶段。

儿童生长发育的长期趋势的原因仍不清楚。可能与营养和生活环境条件的改善、各种疾病的控制以及卫生知识的普及有关，也有学者认为遗传也是导致发育长期趋势的原因之一。

在环境因素中，营养是促进发育的主要原因。近百年来发育上的长期增长趋势首先出现在生活条件优越的阶层中，不同社会经济阶层间的差异极为明显，战争时期由于生活水平的降低，增长趋势也随之减慢。从遗传角度出发，有人对这种增长趋势提出如下解释：亲缘关系越远的人群，婚配后所生的后代似能把双亲的有利等位基因组织到子代的基因型中。在现代交通高度发达的今天，人群间交往繁多，远亲婚配机会明显增多，于是导致了高个子基因的传播与扩散，结果使身高普遍增长。

但是发育上的长期增长趋势是有一定限度的，达到最大限度的时间与营养、经济、卫生以及教育文化水平等有密切联系，如果这些因素改善不理想，增长的过程就会延长，到达最大限度的时间就会推迟。目前在经济发达国家的部分人群中，身高增长已呈现停滞状态。这说明，这些人群的身高已达到遗传所赋予的生长潜力的最大值，因而其平均身高逐渐趋向稳定。

### 第二节 婴幼儿大脑的发育

我们都知道，人的身体可以通过运动与训练变得更加强健。那么我们的大脑，特别是婴幼儿的大脑，有没有可能也像躯体一样，通过有意设计的专门训练，得到更好的发展，变得更加聪明，更加具有创造力，更能适应当今竞争越来越激烈的社会呢？答案是肯定的。儿童的大脑完全可以通过科学的训练促进其发展。下面我们首先了解人脑的组成结构及其相互联系。

人脑是由脑细胞组成的，构成人脑的细胞分两大类。一类是建构我们的大脑并使其产生神奇作用的功能性细胞，负责信息处理，如当我们看见苹果时，这类功能细胞就能把它传入大脑中，这个苹果的形状、颜色、气味等特点（即信息）迅速与过去储存在大脑中对苹果的认识联系起来，作出判断，确认这是一个苹果。这种作用就是由这类细胞进行的，我们称它为神经

细胞，也称神经元。另一类是维系神经细胞的活动，并且为它们提供营养和支持作用的细胞，我们称它为胶质细胞。神经元是人脑信息处理的基本功能单位。人的大脑由大约1000亿个神经细胞（神经元）组成。神经元是由神经细胞的胞体和长在它上面的突起构成的（见图1-1）。这些突起分为两种。

突起数量比较多、体积小的，称为树突；比较长、比较粗大的称为轴突。这些突起与信息传导密切相关，树突负责接收信息，轴突则是负责传出信息的。神经元与神经元之间是相互联系着的，但是它们之间的联系方式却很有特色，它们并不是实实在在地互相接触在一起，而是以一种电化学的方式通过一个极细微的空隙相互联结到一起的。对于神经元之间的这种特殊的联系方式我们称为突触。一个神经细胞可以从别的细胞接受多达成千个突触的输入。而这些输入到达神经细胞的部位在树突、胞体和轴突的分布又各不相同，从而对该神经细胞产生的影响也不相同。对于一个神经元输入的神经信息在时间和空间上呈现一种复杂多变的形式，这也正是人类脑功能活动的多样性的基础。神经元对输入的信息具有在时间和空间上进行整合的机能，它每时每刻对位于细胞不同部位的突触输入进行加工处理，从而决定其输出的强弱，这个过程也称为整合作用。

每个神经细胞都与大约1万个其他神经细胞相连，每个神经细胞每秒能向相邻的细胞发送100个信息。由此可见，大脑神经细胞之间的信息交流次数之多是无法计算的。

其实，神经细胞是人体细胞的一种，同其他细胞一样，它也经历一个从小到大，生、老、病、死的过程。但是它有一个与其他细胞不一样的地方，就是它的细胞体不能再生。它不像其他细胞，死一个可以再补一个，细胞的总数保持不变。神经细胞没有这种填补的机能。我们人类的大脑大约有1000亿个神经元，这个数量在我们出生时就已经基本达到了，并在出生后的个把月内基本固定下来，以后也不再增长了。需要提醒的是，我们这里所

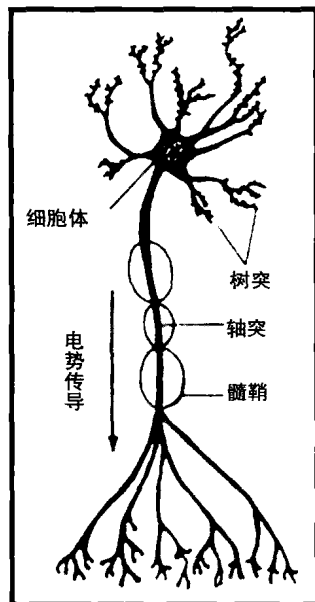


图 1-1 单一神经元

说的是神经细胞，而不是指大脑内的所有细胞，即不包括那些负责支持神经元细胞功能活动的胶质细胞，与神经元不同，胶质细胞是可以再生的。

以上是人脑的组成，下面谈谈人脑的结构。

下面按它的功能进行分区。我们的大脑分为左右两半球，每个半球又分为四个主要的脑叶(见图 1-2)，即位于前部的额叶，位于后部的枕叶，位

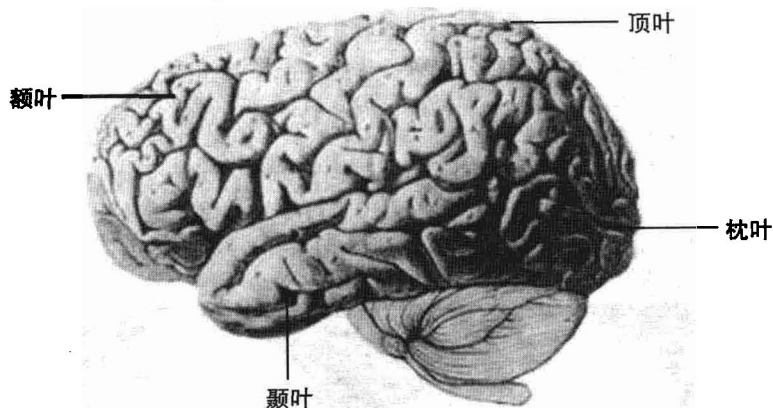


图 1-2 大脑外侧面和各个脑叶

于中上部的顶叶和位于中下部的颞叶。枕叶负责的是视觉信息的处理，我们眼睛所接受到的各种视觉信息都是在这里进行加工处理的。颞叶负责处理和听觉有关的各种信息，但听和说的部位不在一起，负责说话的部位在额叶上。顶叶与躯体感觉相关联，同时还负责各种感觉之间的联系活动，比如，听觉和视觉的联合活动，躯体感觉、听觉和视觉的联系活动等。额叶与躯体运动功能相关，当我们让肢体按照我们的想法运动，这个发出指令的功能区就在额叶上。

人脑分为三个基本功能区。第一基本功能区位于大脑的中心部位，这个部位掌管着人的觉醒状态，它提供了认知和心理活动的操作背景，它调动着人的注意力。第二基本功能区指的是人类大脑皮层上在中央沟和外侧裂之后的部位，包括顶叶、颞叶和枕叶。我们知道，顶叶负责人的躯体感觉和触觉，枕叶负责接受来自视觉的信息，颞叶负责掌管听觉活动，该功能区接受到各种信息后将它们联系起来，是形成我们的感觉、知觉的场所。第三基本

## 0岁~3岁婴幼儿亲子教育手册

功能区位于中央沟和外侧裂之前的部位，即额叶，它负责人的反应活动，并对脑的各部分活动进行统合，它依据第二基本功能区的信息处理结果，进行规划和组织，完成人对于各种事物的反应活动。对于额叶的机能，我们可以来看以下历史上的一个著名的病案。

1848年9月13日，新苏格兰的一名地铁工人菲里尼斯大·盖奇，25岁，当他正在用一根一米长的铁锹工作时，突然炸药提前爆炸，巨大的冲力将他手中的铁锹从他的左颞骨下方穿入头部，然后又从头顶飞出。然而令人惊奇的是，在医师的治疗下，10个星期以后，盖奇就治愈出院了。但是奇怪的事情发生了，人们发现他变了一个人。虽然他仍然可以与人说话，走路和运动也没有什么异常，但性格和行为却让人几乎认不出来了。

作为一个典型，盖奇的病例清楚地表明了大脑额叶与人的性格、行为等人格特点的关系。（见图1-3）

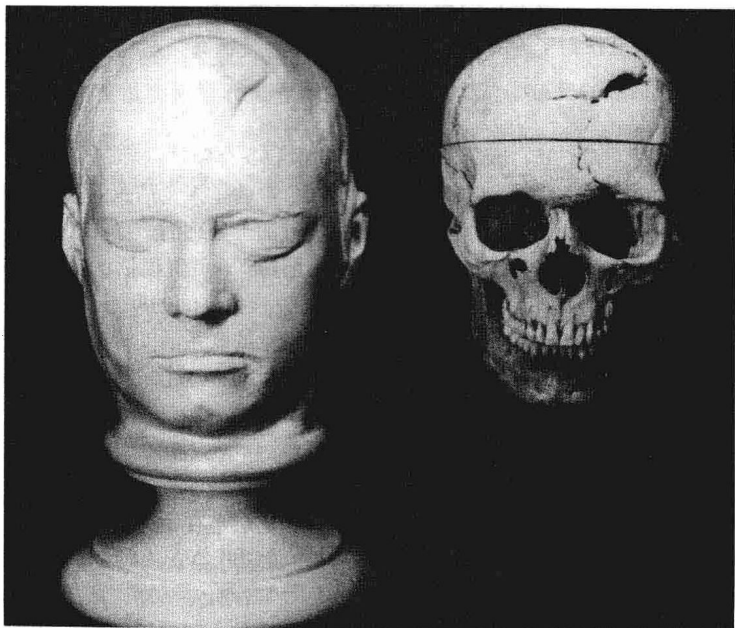


图1-3 盖奇的头骨

这里我们还要清楚一个事情，就是我们的大脑的四大脑叶（额叶、顶叶、颞叶、枕叶）在发育的时间上并不是同步的，最先成熟的是枕叶，接下来是顶叶，然后是颞叶，最后是额叶。额叶的成熟包括两部分。一部分是运动皮质，主要支配和协调肢体运动的机能，这部分的发育比较早；另一部分是额叶皮层，它涉及人的计划、组织和自我控制等较为复杂的机能，这部分的成熟较晚，它的主要发展阶段是在孩子长到十几岁以后。

在人脑的结构方面，科学家还提出了一个人脑的三位一体学说，即我们的大脑有三个部分：古脑，称爬行脑；旧脑，称哺乳脑；新脑，就是我们现在总爱谈的智能的核心——大脑的新皮层。这三个脑一个套着一个，在进化的阶梯上一个比一个晚分化出来，在形态上，后者把前者包盖起来，并且更为重要的是，一个管着一个，即后来的管着前面的。

**爬行脑** 位于最底部的是一个形状类似爬行动物的结构，学者称它为R-复合体。爬行脑的主要部分是脑干，它主要负责人类的非随意性行为。所谓非随意性行为，指那些不受我们思想制约的自动化的生理性的活动，比如调节心跳和呼吸等维持生命活动的基本功能，以及朋友见面时下意识的微笑等人类的本能性的身体反应。

**哺乳脑** 在爬行脑的上面，趴伏着另一群虽然没有爬行脑古老，但同样也不年轻的脑组织，这部分脑是哺乳动物所共有，所以称哺乳脑。它的功能较复杂，它也控制着那些不受我们思想的随意控制的功能。如它是繁殖的控制器，同时掌管着吃喝的节律；另外，它更是情绪的发起中心和操纵平台，控制着人类复杂的情绪和情感活动。

**新脑皮层** 位于哺乳脑的上面，从进化上看，人类的大脑皮层包含了几种不同的成分，在人类种的进化上，最早出现的皮质是嗅觉性的，主要的功能是调节内脏的活动，这种皮层在鱼类时即已出现，称为古皮质。从爬行类开始，非嗅觉性的新皮质出现，在以后的进化过程中，新皮层的面积不断增加，发展十分迅速。到哺乳类，特别是高等哺乳类，新皮质占了全部皮质的主导地位。在人类的大脑上，新皮质已占据全部皮质的96%。而古皮质则只占很小的部分，并被挤到脑的底部或卷入脑的内面。但是许多行为问题的根源就是因为不了解和没控制好这个古皮质。新皮质是人类进行思维的部分，它负责人类的各种高级认知机能，语言、记忆、判断、推理、计划、组织以及各种有意行为都是主要由这个新皮层来掌管。它通过分析和综合各种信息，作出符合社会规范的行为指令。另外，新皮质还掌管着在它下面的爬