

社区儿童早期发展

(3岁以下)

中华人民共和国卫生部基层卫生与妇幼保健司

中华人民共和国卫生部国外贷款办公室

主 编 王临虹

副主编 王惠珊 郝 波

编 委 (按姓氏笔画为序)

卫焕章 王临虹 王惠珊 杜 清

张 彤 郝 波 徐 萍 潘建平

赵更力

审 定 Mary Young

北京医科大学出版社

SHEQU ERTONG ZAOQI FAZHAN

图书在版编目(CIP)数据

社区儿童早期发展. 3岁以下/中华人民共和国卫生部基层卫生与妇幼保健司编. —北京: 北京医科大学出版社, 2001.6
ISBN 7-81071-205-5

I.社... II.中... III.社区—儿童教育: 早期教育—图集
IV. G61-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第034452号

北京医科大学出版社出版发行

(100083 北京市海淀区学院路38号 北京大学医学部院内)

责任编辑: 赵 蔚

责任校对: 王怀玲

责任印制: 郭桂兰

山东省莱芜市圣龙印务书刊有限责任公司印刷 新华书店经销

开本: 787mm×1092mm 印张: 1.75 字数: 38千字

2001年6月第1版 2001年6月第1次 印数: 1-52000册

定价: 6.00元

版权所有 不得翻印

前 言

作为父母都希望自己的孩子健康、聪明，但往往不知道应该如何科学地养育孩子。其实最简单易行及有效的方法就是悉心照顾孩子、及时了解和满足他们的需要并经常与孩子一起玩耍。最新研究证明玩耍可促进孩子大脑各部位的发育，帮助孩子充分开发他们的潜能。玩耍有利于孩子学习解决问题方法、建立自信及发展健康的人际关系，促进儿童全面的发育。通过与孩子一起玩，还可以增进父母与孩子间的感情，并使他们有机会了解孩子的成长和发育过程。

本书以图文并茂的形式介绍了如何在日常活动中与3岁以下孩子进行交流及玩耍，内容新颖，方法简便易行，适合3岁以下孩子的父母和儿童保健人员使用。

编者



使用指南



● 本书描述了 3 岁以下儿童 8 个重要发展阶段。每页边上的标题说明了该阶段孩子的重要发育活动——

1. 胎儿阶段 (孕期)
2. 抬头—看阶段 (0—2月)
3. 观察阶段 (2—6月)
4. 爬—站阶段 (6—12月)
5. 到处走阶段 (12—18月)
6. 模仿成人阶段 (18—24月)
7. 试着独立做事情阶段 (2—2.5岁)
8. 尝试阶段 (2.5—3岁)



每个阶段本身都很重要，应有适当的活动内容。但某个阶段的活动不一定仅限于此阶段，也可继续到下一个阶段。

- 在每个阶段，孩子的发育分为5个领域，每个领域既相对独立又相互结合、相互依靠……
 1. 自我意识 是描述孩子个性和如何认识自己的一种方法。
 2. 动作发育 指的是在不同年龄段孩子能做什么动作，如：坐、爬、站和走。
 3. 社会交往 指的是孩子怎样学习与人相处。
 4. 开启智力 指的是开发智力和对世界的认识。
 5. 与人沟通 指的是孩子如何表达自己的想法和感觉。
- 每个阶段有一个提示，强调该年龄阶段孩子营养、健康及防病的注意事项。



◆ 孕妇要注意个人和饮食卫生，勤洗澡、勤换衣，不吃不洁净的食品。

◆ 孕妇要注意环境卫生，居室应经常通风换气，并避免停留在烟尘多的地方。

孕妇要勤洗澡、勤换衣

◆ 孕妇的情绪直接影响胎儿的身心发育。尽量避免愤怒、焦虑、烦躁不安等不良心境。

◆ 孕妇要经常听优美的音乐、对胎儿讲话、唱歌、轻轻抚摸腹部，这样有利于胎儿大脑发育。



孕妇要经常听歌曲、音乐、对胎儿说话

◆不要接触猫、狗等小动物。避免接触农药及其他有毒物质，更要远离毒品。有病应去找医生，不要随便吃药、打针或照射X光。



孕妇不要密切接触动物及有害有毒物



◆孕妇应多吃新鲜食品，少吃罐头食品。

◆孕妇每天的饭量应比怀孕前增多。每天要吃9两—1斤粮食，蔬菜、水果不少于1斤，蛋、奶、豆腐、瘦肉、鱼、肝、豆制品每天至少吃其中两样。适量吃些油、糖及花生、核桃、葵花籽。

孕妇应每天吃鱼或肉及新鲜水果、蔬菜

提示

1. 定期做产前检查，及早发现孕妇或胎儿问题并及时处理。

2. 有条件的孕妇或有高危因素的孕妇最好选择住院分娩，确保母婴安全。

3. 怀孕4个月以后的孕妇可以通过数胎动次数来了解胎儿的情况。胎动比平时过多或过少，应及时找医生咨询。

- ◆ 母乳是小婴儿最好的营养食品。母乳喂养能增进母子感情，利于小儿大脑的发育。如无母乳，母亲喂其他奶时也要像喂母乳一样抱着婴儿。
- ◆ 婴儿哭闹时，母亲应及时照顾，减少他的紧张，建立母子信任。



应喂婴儿母乳并常抱抱婴儿

- ◆ 不要将婴儿捆绑得太紧，让他手脚能自由活动。
- ◆ 让婴儿趴着，用玩具逗引，让他努力抬头。



不要把婴儿捆得太紧，让他手脚能自由活动



◆在给婴儿洗澡、换尿布或喂奶时，都应轻轻抚摸婴儿及对他说话，婴儿会感到安慰、舒服和安全。

◆除母亲外，其他家庭成员都应积极参与照顾婴儿，这样有利于婴儿社会交往能力的发育。

轻柔地抚摸会使婴儿感到舒服和安全

● 婴儿能看到1尺左右的物体。经常给婴儿看鲜艳的、不同形状的物品和听柔和的声音，婴儿会将眼睛转向物品或声音。



婴儿喜欢看鲜艳的、不同形状的物品



- ◆ 当与婴儿说话时，要看着婴儿的眼睛。
- ◆ 父母或其他家庭成员要温柔地对婴儿说话，逗他微笑和发音。

常与婴儿说话并看着他的眼睛

提示

1. 母乳足够满足4个月内婴儿营养需要。如果婴儿满月体重增长不足1斤或有其他问题，应找医生咨询。

2. 出生后几天内应注射卡介苗。婴儿满2个月时应服小儿麻痹糖丸。

3. 经常抱婴儿晒太阳（阳光强烈时应在树阴下晒太阳）。



★ 婴儿开始依恋父母。
在此阶段，
父母应及时了解并满足婴儿的需要。
经常搂抱他、
叫他的名字、
和他说话，
使他感到快乐和安全。

常搂抱婴儿会使他感到快乐和安全