第一图书网, tushu007.com

<<0-3岁育儿方案>>

图书基本信息

书名：<<0-3岁育儿方案>>

13位ISBN编号：9787538536225

10位ISBN编号：7538536221

出版时间：2009-1

出版时间：曲莉莉 北方妇女儿童出版 (2009-01出版)

作者：曲莉莉

页数：269

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

宝宝的诞生是一个幸福、值得庆贺的时刻。
虽然宝宝看起来是那么娇小柔弱，但实际上宝宝已经具有惊人的能力，是一个复杂的个体。
宝宝还在母亲子宫内的时候，就能辨认出妈妈的声音。
此时来到这个世界上，她可爱地盯着妈妈的眼睛、侧耳倾听着妈妈的声音、偎依在妈妈的怀里……就从这一刻起，宝宝想让父母知道，他是多么需要呵护和关怀。
然而育儿的道路上也不尽是幸福，还时常伴随着烦恼与不安。
宝宝长了鹅口疮、得了皮肤病等诸多问题困扰着初为人母的女性朋友。
为了帮助女性朋友解决这些难题，我们邀请了多位儿科权威专家和儿童教育专家，总结了孩子生长发育、喂养方法、医疗保健等方面的经验，使初为人母的妈妈们免除焦虑，更好地培育自己的宝宝。
本书中还巧妙地设计了许多育儿游戏，为新妈妈们提供了“创造精彩”的源泉。
我们旨在通过“有目的的游戏”的新育儿理念，让父母明白“玩”是宝宝学习的最重要方式；通过积极互动的游戏，开发宝宝学习语言、解决问题的技能，提高社交能力。
母亲与宝宝之间的相互交流有助于宝宝生理、情感和认知的发展，有助于建立自己和宝宝之间的亲情。
当然，母亲也能从游戏中受益。
宝宝伸着小手扑向妈妈，伴随着喜欢的乐曲，又笑又跳，或是模仿着自己第一次拍手……每当此时，相信您所体验的喜悦是无法比拟的。
您会为宝宝的发现而欣喜不已，更会为宝宝每一天的变化和每一个显著的进步而欢欣鼓舞。
希望通过我们循序渐进的指引，您能为孩子的未来打下坚实的基础；希望通过您倍加精心的护理，孩子的明天会更加灿烂辉煌。
编者

内容概要

宝宝的诞生是一个幸福、值得庆贺的时刻。
虽然宝宝看起来是那么娇小柔弱。
但实际上宝宝已经具有了惊人的能力，是一个复杂的个体。
为了帮助年轻的妈妈们培育出更健康、聪明的宝宝，我们邀请多位儿科权威专家和儿童教育专家，总结了关于孩子生长发育、喂养方法、医疗保健、智力开发等方面的经验，巧妙设计了各类育儿游戏，通过家长和宝宝的互动，促进孩子的行为发育，开发宝宝学习语言、解决问题的技能，提高宝宝的社交能力，为“新妈妈”们提供科学育儿的新观念。

<<0-3岁育儿方案>>

书籍目录

第一篇 生长发育第一章 0～1岁宝宝的生长发育一 孩子第1个月二 孩子第2个月三 孩子第3个月四 孩子第4个月五 孩子第5个月六 孩子第6个月七 孩子第7个月八 孩子第8个月九 孩子第9个月十 孩子第10个月十一 孩子第11个月十二 孩子第12个月第二章 1～2岁宝宝的生长发育一 孩子第13～14个月二 孩子第15～17个月三 孩子第18～21个月四 孩子第22～24个月第三章 2～3岁宝宝的生长发育一 孩子第25～27个月二 孩子第28～30个月二 孩子第31～33个月四 孩子第34～36个月第二篇 斜学喂养第一章 母乳喂养一 为何要母乳喂养二 一定要让新生儿吃到初乳三 如何得知宝宝是否获得了足够的奶水四 哺乳禁忌五 正确的哺喂姿势六 如何促进乳汁分泌第二章 人工喂养一 母乳不足的解决办法——人工喂养二 怎样给宝宝挑选奶粉三 怎样给新生儿喂牛奶四 新生儿不同阶段的牛奶喂养五 人工喂养婴儿的食品配制六 挤乳法七 婴儿对牛奶过敏怎么办八 注意宝宝的餐具第三章 混合喂养一 混合喂养二 混合喂养的注意事项第四章 添加辅食一 为婴儿添加辅食的规律和原则二 几种辅食的制作方法三 为什么不能只用米粉喂养婴儿四 婴幼儿吃鸡蛋四注意五 不要给婴儿吃嚼过的食物六 婴儿饭菜内不宜加味精第五章 幼儿饮食指导一 怎样才能帮助孩子学会自己吃饭二 引导孩子养成良好的进餐习惯三 强迫进餐害处多四 注意观察幼儿的饮食规律和食欲状况五 宝宝喝什么最好六 怎样走出小儿饮水的误区七 多喝酸奶的三大好处八 我国儿童营养六误区九 宝宝厌食怎么办十 怎样对待偏食的宝宝十一 小儿宜多吃食用菌十二 儿童不宜常吃果冻十三 儿童不宜常吃香肠十四 科学喂养宝宝四注意十五 给孩子选择零食的五个缺点十六 幼儿饮食七不宜十七 让钙多一点的十二法第三篇 照料护理第一章 日常护理一 要注意新生儿房间的环境卫生二 要注意给新生儿保暖三 怎样保护新生儿的视力四 婴儿必需的物品五 怎样给宝宝换衣服六 婴儿衣服的选购七 你会给孩子测体温吗八 如何抱宝宝九 宝宝多抱会“ 惯坏 ”吗十 怎样带着宝宝出游十一 破译宝宝多汗的秘密十二 宝宝打嗝十三 宝宝漾奶十四 宝宝的武器——哭十五 不能不管孩子的啼哭十六 孩子的啼哭何时停止十七 宝宝眼部的护理与保健十八 宝宝鼻部的护理与保健十九 宝宝耳部的护理与保健二十 宝宝口腔的护理与保健二十一 如何护理宝宝柔嫩的肌肤二十二 夏天，让宝宝皮肤不受伤害二十三 宝宝出行防晒六件事二十四 新生儿小屁股的护理二十五 宝宝睡姿优劣谈二十六 培养婴儿良好的睡眠习惯二十七 为婴儿洗澡二十八 牙齿萌出与保护二十九 婴儿学走莫贪早三十 宝宝学步时的安全措施第二章 常见问题与处理一 孩子为何总朝一侧睡二 囟门是否可以碰三 突脐要紧吗四 如何使生病的孩子保持安静五 新生儿为什么易呕吐六 如何预防臀红七 要不要将宝宝的手脚包起来八 宝宝哭的时候该不该抱他九 如何防止婴儿早期肥胖十 预防新生儿硬胖症十一 为什么不要给满月婴儿剃头十二 妈妈们再也不怕“ 夜啼 ”啦十三 宝宝看电视应注意什么十四 宝宝爱爬出小床怎么办十五 小儿服药时应注意些什么十六 小儿药箱内该准备哪几类药第三章 急救与护理一 小儿发生食物中毒如何急救二 小儿急腹痛如何急救三 小儿异物紧急救护法四 小儿烧伤、烫伤如何处理五 小儿哮喘发作时的家庭急救法六 孩子锻宠物咬伤怎么办七 小儿发生出盘现象如何急救八 小儿高温惊厥如何急救九 小儿发生煤气中毒如何急救十 发现孩子心脏有杂音怎么办十一 妈妈护理孩子要仔细第四篇 智力开发第一章 0～3个月婴儿教育参考一 母亲要经常抚触宝宝二 母亲要经常逗引宝宝发笑三 新生儿的听力训练四 让宝宝学会与成人交往五 与生俱来的神经行为能力六 如何发现婴儿的天赋七 智力开发越早越好第二章 0～3个月婴儿智力开发训练第三章 4～6个月婴儿教育参考一 教育孩子从改造母亲开始二 宝宝每天都在学习三 语言教育四 游戏是孩子的工作五 5个月宝宝的智力训练六 学认日常用品七 正确对待宝宝吃手八 分类——促进孩子思维的发展九 宝宝的第一本书第四章 4～6个月婴儿智力开发训练第五章 7～9个月婴儿教育参考一 怎样给7～9个月的孩子“ 上课 ”二 7～9个月宝宗的玩具选择三 吃玩具也是学习四 教孩子使用杯子五 宝宝学爬的益处六 准备家庭训练场七 教宝宝认识长短八 依恋与分离焦虑九 怎样养育“ 安静宝宝 ”十 宝宝为何感觉统合失调第六章 7～9个月婴儿智力开发训练第七章 10～12个月婴儿教育参考一 玩具与孩子性格的培养二 如何利用玩具提高宝宝智能三 为宝宝创设数学空间四 婴儿解决问题的方式——“ 尝试错误 ”五 父亲对孩子的影响不容忽视六 卡片游戏七 音乐教育，提升孩子智慧八 家庭气氛对孩子性格的影响九 色彩与孩子的身心健康第八章 10～12个月婴儿智力开发训练第九章 1～1.5岁幼儿教育参考一 鼓励孩子把话说出来二 宝宝耍脾气时家长要“ 冷处理 ”三 教孩子自己洗手四 通过运动来学习五 规范孩子对“ 下 ”的理耀六 引导孩子用恰当的方式吸引人七 关键时刻要“ 喊停 ”八 教孩子“ 一心两用 ”第十章 1～1.5岁幼儿智力开发训练第十一章 1.5～2岁幼儿教育参考一 面对面地教宝宝讲话

二 鼓励宝宝开口说话三 正确引导宝宝的嫉妒心理四 要帮助孩子化解羞耻感五 保护孩子的好奇心，认真回答提问六 孩子性格内向怎么办七 孩子喜欢别人多注意自己八 宝宝健康心态的培养要诀九 异性装扮有害无益十 切勿和宝宝过多唇唇相印十一 正确引导幼儿看卡通第十二章 1.5～2岁幼儿智力开发训练第十三章 2～2.5岁幼儿教育参考一 引导孩子关心和理解人二 指导孩子向成人求助三 指导孩子向别人表示友好四 和宝宝一起读书的技巧五 自理能力培养的最佳时期六 学习必须趁年幼七 如何为幼儿选择合适的图书八 孩子为何起床后不高兴九 对孩子早加管教十 父母要注意培养孩子的想象力十一 帮助孩子度过父母离异关十二 教孩子学会整洁十三 2岁孩子人格的发育一第十四章 2～2.5岁幼儿智力开发训练第十五章 2.5～3岁幼儿教育参考一 要发自内心地尊藿孩子二 孩子脾气大怎么办三 孩子说粗话、脏话怎么办四 优良个性的养成五 鼓励孩子表现自己的本领六 培养幼儿的幽默感七 2～3岁孩子的行为准则八 幼儿礼仪培养须知九 孩子要和父母同床睡觉怎么办十 巧教宝宝学汉字的四个窍门十一 正确刘待孩子的独占行为十二 培养宝宝的联想能力十三 逆反心理也有正效应十四 如何提升孩子的创造力第十六章 2.5岁～3岁幼儿智力开发训练

章节摘录

一、孩子第1个月1 体格发育2 感知觉发育视觉新生儿一出生就有视觉能力，34周早产儿与足月儿有相同的视力。
父母的目光和孩子相对视是表达爱的重要方式。
眼睛看东西的过程能刺激大脑的发育，人类学习的知识百分之八十五以上是通过视觉得来的。
新生儿出生以后，大多数时间都在睡觉，每2～3小时会醒来一会儿。
当孩子睁开眼时，你可以试着让孩子看你的脸，因为孩子的视焦距调节能力差，最佳距离是19厘米。
还可以在20厘米处放一红色圆形玩具，以引起孩子的注意，然后移动玩具使其上下、左右摆动，孩子会慢慢移动头和眼睛追随玩具。
健康的孩子在睡醒时一般都有注视、不同程度转动眼睛和追随移动物体的能力。
听觉新生儿听觉是很敏感的。
如果你用一个小塑料盒装一些黄豆，在新生儿睡醒状态下，距小儿耳边约10厘米处轻轻摇动，新生儿的头会转向小盒的方向，有的新生儿还能用眼睛寻找声源，直到看见盒子为止。
如果用温柔的呼唤作为刺激，在孩子的耳边轻轻地说一些话，孩子就会转向说话的一侧。
假如换到另一侧呼唤，也会产生相同的效果。
新生儿喜欢听妈妈的声音，妈妈的声音会使孩子感到亲切。
新生儿不喜欢听过响的声音和噪声。
如果在耳边听到过响的声音或噪声，婴儿的头会转到相反的方向，甚至用哭声来反抗这种干扰。
味觉和嗅觉新生儿有良好的味觉，从出生后就能精细地辨别食物的味道。
给出生后仅1天的新生儿喝不同浓度的糖水，发现他们对比较甜的糖水吸吮力强，吸吮快，喝得多：而对于比较淡的糖水喝得少。
对成的、酸的或苦的液体有不愉快的表情，如喝酸橘子水时会皱起眉头。
新生儿还能认识和区别不同的气味。
当他开始闻到一种气味时，有心率加快、活动量改变的反应，并能转过头面向气味发出的方向，这是新生儿对这种气味感兴趣的表现。
触觉婴儿从生命的一开始就已有触觉，习惯于被包裹在子宫内的婴儿，出生后自然喜欢紧贴着身体的温暖环境。
当你抱起新生儿时，他喜欢紧贴着你的身体，依偎着你。
当孩子哭的时候，妈妈用温暖的手抚摸他的面部、腹部或背部，并且轻轻拍拍他，这一过程充分满足了新生儿触觉安慰的需要，大多数孩子能够马上安静下来，停止哭泣。
新生儿对不同的温度、湿度、物体的质地和疼痛都有触觉感受能力，就是说他们有冷热和疼痛的感觉，喜欢接触质地柔软的物体。
嘴唇和手是触觉最灵敏的部位，触觉是婴儿安慰自己、认识世界和与外界交流的主要方式。
3语言发育语言是一种密码，它通过特定的交流信号系统来表达外界的各种思想。
语言发育的过程主要包括语言感知、语言理解和语言表达三个基本过程，它们是语言能力必不可少的三个重要组成部分，同时也是所有言语交流活动所必须经过的三个基本阶段。
语言发育除受中枢神经系统语言中枢管理外，还需要正常的听觉和发音器官，因此，语言障碍除了反映神经系统的功能外，还要注意有无听觉及发音器官功能的异常。
4动作发育孩子一出生就具备了一定的运动能力。
当父母温柔地和孩子说话时，他会随着声音有节律地运动。
开始头会转动，手上举，腿伸直。
当继续谈话时，新生儿可表演一些舞蹈样动作，还会出现抬眉、伸足、举臂等动作，同时有面部表情(如凝视和微笑)。
5社会行为发育新生儿是用哭声和大人们交往的。
哭是一种生命的呼唤，提醒你不要忽视他的存在。
如果你能仔细观察新生儿的哭，就会发现其中有很多学问。

首先是哭声，正常新生儿有响亮婉转的哭声，使人听了悦耳。
有病的新生儿的哭声常常是高尖、短促、沙哑或微弱的，如遇到这些情况应尽快找医生。
正常新生儿的哭有很多原因，如饥饿、口渴或尿布湿等，在入睡前或刚醒时可以出现不同原因的哭闹，但一般在哭后都能安静入瞬或进入觉醒状态。
孩子会用不同的哭声表达不同的需要。
大多数新生儿哭时，如果把他提起竖靠在肩上，他不仅可以停止哭闹，而且会睁开眼睛。
如果父母在后面逗引他，他会注视你，用眼神和你交流。
6其他生理发育大便新生儿一般在生后12小时开始排便。
胎便呈深绿色、黑绿色或黑色黏稠糊状，这是胎儿在母体子宫内吞入羊水中的胎毛、胎脂、肠道分泌物而形成的大便，3～4天胎便可排尽。
吃奶之后，大便逐渐转成黄色。
一般情况下，喂牛奶的婴儿大便呈淡黄色或土灰色，且多为成形便，常常有便秘现象，而母乳喂养儿多是金黄色的糊状便。
排便次数多少不一，每天1～4次或5～6次，甚至更多些。
有的婴儿则与之相反，经常2～3天或4～5天才排便1次，但粪便并不干结，仍呈软便或糊状便，排便时会用力屏气，脸涨得红红的，好似排便困难，这也是母乳喂养儿常有的现象，俗称“攒肚”。
排尿新生儿第一天的尿量很少，约10毫升～30毫升。
在生后36小时之内排尿都属正常随着哺乳，摄入水分，孩子的尿量逐渐增加，每天可达10次以上，日总量可达100毫升～300毫升，满月前后每日可达250毫升～450毫升。
孩子尿的次数多，这是正常现象，不要因为孩子尿多，就减少给水量。
尤其是夏季，如果喂水少，室温又高，孩子会出现脱水热。
体温新生儿的正常体温在36度～37度之间，但新生儿的体温中枢功能尚不完善，体温不易稳定，受外界温度环境的影响，体温变化较大。
新生儿的皮下脂肪较薄，体表面积相对较大，容易散热。
因此，要注意给新生儿保暖。
尤其在冬季，室内温度应保持在18度～22度，如果室温过低就容易引起硬肿症。
睡眠新生儿期是人一生中睡眠时间最多的时期，每天要睡16～17个小时，约占一天的70%。
其睡眠周期约为45分钟。
睡眠周期随小儿成长会逐渐延长，成人为90～120分钟。
睡眠状态包括浅睡和深睡，在新生儿期浅睡占1／2，以后浅睡逐渐减少，到成年仅占总睡眠量的20%左右。
深唾时新生儿很少活动，眼球不转动，呼吸规则。
而浅睡时新生儿有吸吮动作，面部有很多表情，有时似乎在做鬼脸，有时微笑，有时撅嘴，眼睛虽然闭合，但眼球在眼睑下转动，四肢有时有舞蹈样动作，有时伸伸懒腰或突然活动一下。
父母要了解孩子在浅睡时有很多表现，不要把这些表现当做婴儿不适，用过多的喂食或护理去打扰他们。
新生儿出生后，睡眠节律未养成，夜间尽量少打扰，喂奶间隔时间应由2～3小时逐渐延长至4～5小时，以便他们晚上多睡而白天少睡，尽快和成人生活节律同步。
父母精神好了，便能更好地抚育自己的孩子成长。
心率新生儿心率很快，每分钟140次左右，代谢旺盛，心脏每分钟流出的血量较成人多2～3倍，因此新生儿心脏每分钟跳动的次数较多。
当呼吸较快时，心跳次数也增加：呼吸节律减慢时，心跳也随之减慢。
新生儿的心脏有时会出现杂音，这是由于新生儿心脏瓣膜尚未发育完全所致，随着年龄的增长其杂音会逐渐消失。

编辑推荐

《0-3岁育儿方案》为即将或已经为人父母的您提供了孩子0-3岁的生长发育、科学喂养、照料护理及智力开发等多方面的实用内容，细致周到，简明生动，力争将最新的医学科学理论和与之相匹配的育儿方案完美结合，使您在育儿路上，既可把握总体方向，又有具体实施方案可供参考。
并且，编者所选的智力开发方案都易于操作，富有趣味性，有助于开发宝宝的潜能，全方位多角度提升宝宝的能力。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com