

<<妈妈的第一本教子书>>

图书基本信息

书名：<<妈妈的第一本教子书>>

13位ISBN编号：9787807531333

10位ISBN编号：7807531339

出版时间：2008-5

出版时间：李浩、王擎天 哈尔滨出版社

作者：李浩，王擎天 编

页数：311

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>

<<妈妈的第一本教子书>>

前言

家庭，是一个成员组合的概念，是由与社会生活有紧密联系的人组成的集体。若用人性化的语言来为家庭定义，就可说家庭是若干特定个体遮风避雨的港湾。这些若干个体之间本是平等的，各尽所能，各负其责，但是若有一个娇嫩弱小的新生命呱呱落地，那么一切便显出不同了。

面对娇嫩的婴儿，全部的家庭成员都会进入紧张的备战状态，为他的一生铺就平坦的大道。当然，孩子的一生不可能永远有家人的陪伴，若干年之后，他便要一个人生活。作为家庭中的主要成员或主导者，父母如何让孩子在以后的生命过程中独立支撑自己，做身心健康的社会个体，这是个值得深思的问题。

父母都是爱孩子的，这点毋庸置疑，关键在于在爱的情感下，父母如何选用正确的教养方式。爱得适当，家庭便是孩子成长的原动力，父母便是孩子汲取养分的源泉；爱得不适当，家庭便是束缚孩子的镣铐，父母便是温室中的揠苗助长者，或者是因恨铁不成钢而将铁付之一炬的人。

上述观点绝无危言耸听之嫌，在生命的最初10年里，如何为孩子营造一个健康的成长环境，这不是一件简单的事情，而是一个艰难又充满挑战的学习过程，当然，也是一个温馨又充满爱意的过程。身为父母，如何才能爱得适当，如何给自己生命中最有成就的创造——自己的孩子，提供一个自由、健康的成长平台，为他今后的航程鼓足风帆，就要借助科学合理的教养方法，把教养的过程看做是完善自己的一个契机，和孩子一同成长。

本书囊括了0-4岁孩子发展的全景，从饮食调理、疾病预防、学识教育、游戏培养、成长环境等诸多方面，为新手父母们进行了丰富生动的教养讲授。

尽管此书事无巨细，从微观的养育细节到宏观的教养方式都作了介绍，但是此书并不是所谓的教子百科或者育儿圣经，而只是提供了一些切实有效的教养建议。

正如世界上没有纹理相同的两片树叶一样，世界上每个家庭的孩子也都是各有特色的人间精灵，所以父母们可以仅以此书为范本，再用各自的爱心浇灌，让每个不同的人间精灵可以自由快意地尽情舞动！

父母对于婴儿的主要任务就是养育，初生的娇嫩身体如何健康地成长是父母在这个时期面临的首要问题。

从易发疾病到衣着的质地，从喂养的注意事项到如何帮助宝宝锻炼身体机能，本书都为初为父母的年轻爸爸妈妈们作了一一的介绍。

尽管从婴儿向幼儿的过渡时期，一直到4岁，都是儿童时期，但其间的跨度是非常大的，无论是成长的特点、养育的方式、教育的原则，还是与父母的沟通方式，都有着诸多的不同之处。

所以新手父母们自然要随着孩子年龄的不断增长而采取不同的方法和态度。

每个宝宝都是独特的，所以父母的育儿方法并不局限于某一种。

针对目前多数儿童所表现出的独立性比较差、意志力薄弱等现象，本文着重论述了在家庭和幼儿园中父母和教师应该如何培养幼儿自主独立性，以及家庭和幼儿园共育、保持教育的一致性。

培养幼儿自理能力，独立思考问题、解决问题的能力 and 自我服务的能力等独立能力。

在培养的过程中，应积极鼓励孩子的每一点进步，帮助他们树立自信，使他们具有较强的社会适应能力和心理承受能力，能勇敢地面对问题、解决问题。

幼儿一般从2岁开始，大部分时间都在幼儿园和学校中度过，因此，这个时期的教养重担就不能单单由父母来承担。

在《幼儿园教育指导纲要》中明确指出：“要尊重和满足他们不断增长的独立要求，避免过度保护和包办代替，鼓励并指导幼儿自立、自理的尝试。”

因此，幼儿园教师及其他照护者要深入贯彻《幼儿园教育指导纲要》精神，培养幼儿的独立性，促进幼儿的健康发展。

世界著名的幼儿教育家蒙台梭利也十分重视对幼儿独立性的培养，她认为，儿童自身有巨大的发展潜力，应尊重幼儿的自主性、独立性。

放手让他们在活动中发展。

<<妈妈的第一本教子书>>

儿童心理学家研究表明：幼儿期心理活动的主动性明显增加，喜欢自己去尝试和体验。家长和教师们可以因势利导，把握孩子这个时期的心理特点，在保证孩子安全的前提下，放手让孩子去做力所能及的事情，鼓励他们通过多方面的努力解决问题，不轻易放弃克服困难的尝试，放飞每个孩子心中独特又绮丽的梦想。

<<妈妈的第一本教子书>>

内容概要

《妈妈的第一本教子书》将为您提供全面可靠的科学育儿建议：如何为孩子提供健康丰富的饮食；正确开发孩子的早期智力；关注孩子的情感世界；如何锻炼孩子的语言表达能力；为孩子提供一个健康的成长环境。

<<妈妈的第一本教子书>>

书籍目录

第一章 宝宝的成长生命之初个性化的0岁宝宝了解宝宝具备的能力抚养0岁宝宝备忘从婴儿到幼儿1岁是个过渡期感官世界、行动世界的扩展生活就是恶作剧闹别扭的2岁宝宝2岁宝宝的成长特征2岁宝宝成长的间隔性宝宝需要相对独立而固定的空间自我意识的确立情绪及肢体的不稳定性3岁孩子学会自立3岁孩子成长面面观走向自立的第一步走出家庭的“小圈子”4岁孩子本领多4岁孩子能够自己用餐了4岁孩子能够自己穿脱衣服了4岁孩子能够自己如厕了第二章 正确的饮食营养0岁宝宝，母乳喂养母乳：给宝宝最好的礼物0岁宝宝的喂养常识1岁宝宝的断奶期特殊的进食期：断奶期如何顺利地断奶断奶期的饮食注意事项2岁宝宝的饮食习惯2岁宝宝的营养与饮食培养健康的饮食习惯3岁孩子的健康饮食让孩子吃得好牙齿生长和口腔健康4岁孩子的营养需求为孩子挑选健康食品合理的营养搭配零食不是饮食禁区孩子常见的饮食问题第三章 孩子的成长脚步0岁宝宝的喜人成长宝宝的外观变化宝宝的生理变化初生宝宝的协调能力宝宝的运动请让孩子随意地爬为蹒跚学步的宝宝喝彩1岁宝宝的改变惊喜的一年身体的发育与成长饮食机能的发育1岁宝宝的运动2岁宝宝爱运动外观的成长2岁宝宝的运动模仿能力的提高3岁孩子的发育3岁孩子变化知多少正常发育中的3岁孩子满足孩子对成长的渴望4岁孩子的成长4岁孩子的生理特征肢体运动能力的发展第四章 早期智力开发决定一生0岁：充满未知的年龄天才资质从0岁培养0岁宝宝的游戏和玩具宝宝的智力发育1岁：智力转变的关键智育方面的培养智力的发展关于幼儿智力的问答时间、空间感的建立和想象力的发挥帮助孩子提升智力水平2岁：对世界的印象2岁宝宝的智力特征对时间观念的理解因果关系概念的扩展对形状、大小的关心3岁：培养思考的习惯以自我为中心勤思考、收获多4岁：激发创造力激发4岁孩子的创造力观察力、想象力和创造力一个都不能少第五章 发现孩子的情感世界0岁宝宝的依恋0岁宝宝的情感0岁宝宝产生依恋1岁宝宝认识了自己与家人间的羁绊自我意识的萌芽共感的萌芽2岁宝宝想独立了支持宝宝的自我意识克服不安的情绪培养自信和勇气教孩子学会分享3岁孩子情感丰富孩子的心思很难猜孩子的个人世界千差万别别让4岁孩子太孤单与孩子交心了解孩子内心的想法要保护孩子的自尊心第六章 锻炼孩子的语言能力最初的语言0岁宝宝的“初语”0岁宝宝各阶段语言发展水平参照法0岁宝宝语言发展的阶段训练爬行与语言学习迟缓的关系牙牙学语的1岁宝宝宝宝的第一句话1岁宝宝之间的语言交流表达能力的培养能说会道的2岁孩子2岁宝宝的语言扩展反抗期的语言问题正视宝宝的语言障碍让宝宝的语言更生动3岁孩子爱说话孩子的语言特征以自我为中心的语言锻炼孩子的语言能力了帮孩子克服语言障碍4岁孩子的多功能语言安静了一些令人惊讶的造句能力先天的语言接收装置第七章 给孩子一个健康的成长环境为0岁宝宝布置舒适的家新生宝宝的卧室布置优质的家庭育儿环境1岁宝宝的“安乐窝”育儿用品的安全性家庭、家人与孩子2岁宝宝需要自由给宝宝展现自我的空间给予适当合理的约束容许不同的相处方式让宝宝玩儿得更开心给3岁孩子一个个性的小天地孩子房间的布置为孩子创造交友的环境给孩子必要的安全保障幼儿园——孩子的第二个家为孩子选择幼儿园帮助宝宝适应幼儿园孩子入托应该注意什么第八章 教育孩子越早越好早期教育早开始婴儿的第一个老师：母亲教育孩子越早越好天才的早期征候成长的双翅：智商与情商了解孩子的智商让你的孩子更聪明情商决定命运培养良好的生活习惯生活习惯教育的第一步1岁宝宝的生活习惯2岁宝宝更加独立耐心教授生活常识如何养成好习惯珍视孩子的好奇心赏识您的孩子孩子渴望您的赏识妈妈的激励成就了他的梦第九章 孩子的常见疾病上呼吸道疾病感冒淋巴结肿大扁桃体和腺样体感染咽喉疼痛白喉鼻子出血头、颈部和神经系统疾病头痛腮腺炎耳病抽搐、惊厥和癫痫鼻窦炎斜颈胸、肺部疾病流行性感 冒咳嗽气喘病(哮喘病)肺炎百日咳肺结核消化系统疾病胃痛便秘腹泻呕吐肝炎皮肤疾病荨麻疹湿疹麻疹风疹水痘如何照顾生病的孩子经常与医生交流定期带孩子去检查身体对生病孩子的护理预防和处理意外事故常见的意外事故如何防止宝宝发生意外第十一章 父母的注意事项新手妈妈第一课尽量亲自养育自己的宝宝不宜总与宝宝睡在一起对母亲的特别忠告新手爸爸第一课初为人父不简单向父亲的角色过渡做孩子的游戏伙伴对父亲的特别忠告职业女性面临的问题女性的新生活方式上班族母亲的时间安排培养正确的育儿观孩子的异常行为异常行为面面观孩子应该怎么做

<<妈妈的第一本教子书>>

章节摘录

生命之初个性化的0岁宝宝美国的小儿科学家布鲁塞尔顿博士在《婴儿的个性与育儿》一书中经过科学研究表明，每个宝宝都有属于自己的个性。

活泼的、老实的孩子因个性上的不同，哭法与喝奶方式也各有所差异。

这些都受到出生前各项因素的很大影响。

因此，每个宝宝的发育，是由宝宝个性与父母及保育者个性之间的配合以及相互作用形成的。

如果没有“对个性的理解”，就无法顺利地进行保育和教育。

最近，“从0岁开始进行幼儿教育”这个观念颇受人们推崇，“不要让孩子输在起跑线上”成了许多父母的口头禅。

但是若从大脑生理学的角度来考量，太早给大脑过多的刺激，就会造成神经的髓鞘化(神经回路的复杂联系)。

并非任何事物都是刺激越多就越好。

如果不是适合小孩相应时期发育的刺激，或不是与个性相互适应的刺激，就会适得其反，对小孩的发育反而是一种障碍。

目前，书市上有很多给母亲和保育员作为参考的育儿书和保育手册，但是真正在照顾自己的宝宝时，很多妈妈们并不会完全依照书本上的方法；在自己与宝宝的接触中，他们会总结出“自己育儿的独特方法”，同时这也是照顾宝宝的真正乐趣所在。

这就意味着，在个性不同的宝宝和个性不同的大人形成的组合中，人们会创造出自己的相处之道。

也就是说，在育儿和保育的过程中，母亲和保育员培养观察小孩的直觉和接收小孩所发出信息的感受性是最重要的。

了解宝宝具备的能力以往，父母总认为宝宝只是被动地反应，在还不能通过语言来表达之前，简直是毫无能力可言。

但研究显示，宝宝绝非被动的个体，反而具备许多父母想象以外的能力。

例如，宝宝面对父母的微笑时会回以笑脸，父母会非常惊讶：“啊！

这孩子懂我的意思！

”当宝宝们使用“哭”、“笑”、“盯着看”等丰富的应答来回应父母时，他们自己也非常有成就感，这种能力被称为“感受性”。

巧妙地引导宝宝发挥应答能力，对于这个时期宝宝能力的发育有很大的影响。

要引导出宝宝的应答能力，关键在于如何建立起相互沟通的关系。

例如，在玩儿躲猫猫等游戏时，父母可适时掌握幼儿的情绪，加以引导，这样便能进一步提高幼儿的应答情绪。

通过深刻地理解宝宝的这种应答能力，父母便能逐渐建立起育儿的自信心，培养出健康聪明的宝宝。

另一方面，宝宝不能用语言表达心情，但他能够通过各种生理性的信号使自己在父母或保姆的帮助下随时处于安定、愉快的状态。

这是宝宝表达能力的特殊体现。

大人要理解哭、闹宝宝的信号的意义，就必须与宝宝进行亲密的接触。

宝宝的哭声是表示他是否适应新环境的一种信号，所以我们要根据哭声判断宝宝的意图。

宝宝能够不断地学习与大人一样的表达方法，这也是宝宝表达能力增长的表现。

新生的孩子多数时间在熟睡。

细心的父母会发现：孩子熟睡的时候似乎在做梦，一会儿皱皱眉心，一会儿嘴角微微上翘，一会儿收紧拳头，一会儿动动小脚。

观察的时间长了，你就会总结出这样的经验：孩子皱着眉头，扭动身体，可能是尿湿了；他感到不适时，会用痛苦的表情表达；嘴角上翘，类似微笑的表情常常出现在孩子刚换完干爽的尿片或吃饱了奶之后；饿了他会哭；喂药时，他会紧皱双眉，闭紧小嘴。

用表情表达自己舒服或不舒服的感受，表明自己的需要，是一种本能，在孩子还没有学会语言之前，丰富的表情就是信号，好像是在提醒身旁的人：“别忘了我已经来到了这个世界！”

<<妈妈的第一本教子书>>

”孩子天生就懂得表情的含意，他不仅会运用表情，还能看懂别人的表情。不过父母在通过表情表达自己的情感时，一定要贴近孩子的脸，因为新生的孩子视力很差，出生后3周内仅能看清1米以内的物体。

<<妈妈的第一本教子书>>

编辑推荐

《妈妈的第一本教子书(0-4岁)》由哈尔滨出版社出版。

<<妈妈的第一本教子书>>

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>