第一图书网, tushu007.com

<<春芽工程系列>>

图书基本信息

书名：<<春芽工程系列>>

13位ISBN编号：9787122111913

10位ISBN编号：7122111911

出版时间：2011-8

出版时间：化学工业

作者：中国关心下一代工作委员会专家委员会 编

页数：178

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

每小时我国有2000名新生儿诞生。
过去，一直以为新生儿是无所作为的，父母只要尽心喂养即可，而教育对这一年龄的孩子并没有什么重要意义。
但这一观点已被近二十年来的科学研究成果所否定。
其实，喂养、教育等各种教养方式，对于孩子来说是一段综合性历程，它承载着传授知识、培训技能、发现潜能及促进身心全面发展的重任。
研究证明，在生命的最初阶段，感知觉系统正在迅速发展，并在比运动系统更发达的层次上发挥其机能。
婴儿正是通过运动模式和感觉经验，在与特定的环境事件的联系中进行辨认学习，表现出他们特有的感觉运动智能，而且早期的经验对其一生的发展将产生重要影响。
近年来，婴幼儿早期教养的重要性越来越被国家、社会和家庭所重视。
我国政府制定了2020年教育发展规划，号召全社会为造就高素质人才而努力。
随着国民经济的提高，社会和家庭对婴幼儿教养的需求也与日俱增。
尤其是孩子的营养、喂养得到极大提高，还有越来越多的家长认识到了早教对孩子发展的重要性，全国掀起了一股早教热潮。
从1998年开始掀起的早教热潮，在这几年尤为兴盛。
婴幼儿期是身心健康发展、形成良好个性、培养行为习惯的关键期，将决定日后成长的众多重要方面，也决定了中国下一代的素质。
因而教育在早期即向0～3岁婴幼儿延伸具有重要的战略意义。
遗憾的是，我们发现两类家长大量存在。
一类是不懂也不管孩子教养的家长，他们主要是来自农村的年轻父母，没有早期教养的意识。
他们的父辈用传统的方法教养他们，现在时代发展了，他们却依然用最传统的方式养育自己的下一代。
另一类是过分重视孩子教养的家长，他们多半是在城市生活和工作的父母，一心想让孩子赢在起跑线上，拔苗助长、过度教养造成孩子超负荷所带来的各种隐患。
在中国，城市与农村存在着一定的经济差别，但是人们并不希望看到在教养上也存在着这种差距。
应该做到让农村与城市的孩子有着公平的机遇。
要做到这点，新的任务正摆在我们面前：0～3岁婴幼儿教养实践亟须科学理论的支持，又亟须合理实证的支撑，还需要积极在城乡推广。
一句话，需要适合中国国情的婴幼儿教养方法。
究竟应该如何合理教育、科学喂养0～3岁的孩子？
从生理、心理发展来看，从出生到3岁的婴幼儿正处于大脑重量的快速增长时段，大脑的构型与身体各部分功能的有机联系正在缜密增强和完善，尤其是功能方面向高层次及更深空间发展。
在此阶段儿童在感觉、运动以及与此有关的技能掌握和进展方面都有明显的提高。
在此基础上所反映出来的大脑综合功能的有序性发展已有相应的、可快速测查的客观标志。
这些都为婴幼儿体能及心理的良好发展创建了必要的条件。
而且，这个阶段脑和中枢神经系统的增长及功能的实现远较身体其他部位更快和更完善,从而为创建以中枢神经-内分泌系统为中心导向的生理代谢模式提供必要条件。
因而为满足婴幼儿身心全面健康发展的需要，必须为其提供和创建必要的环境条件，科学合理喂养及适龄保健就是其中的重要基础。
胎儿自出生直至幼儿期经历从流食到固体食物喂养等阶段，这段自然发展时段有其内在的因素和规律，如唾液腺及胃肠道腺体的发育，出牙，肝、胆、胰腺功能的成熟，肠道良性微生态的建立和机体内环境的稳定等。
遵循这个规律创建条件结合儿童具体情况进行合理喂养及保健就可取得事半功倍的实效。
为大脑及中枢神经系统的发展及功能成熟，协调和处理好这段时期的喂养、膳食调理工作以及维护能

量及营养素供求间的稳定、平衡关系，是婴幼儿才智运用、健康发展及拓展潜能的关键所在。
胎儿出生后即通过自身感觉器官感受所获得的信息，在经过脑-中枢神经相应部位接收、整理、分析、投射至相关功能区并经过网络统合后，在已经取得的生活经验基础上，对所获得的信息进行搜寻、对比，以找出过去环境中是否有同样的人或物体（或类似主体）的信息（刺激）记录，做出或不做出是否熟悉这一信息的相应反应。
这种反应和应答也是在形体发育及运动发展过程中所获得经验的基础上作出的。
所有这一切都与这一时期大脑的快速增长和功能进一步成熟有密切关系,这种与环境交往、互动并借此增进认知、累积经验的过程被广义地理解为教育过程，根据婴幼儿生理特点而设计并开展的教育也就是早期教育。
接受教育是新生儿与生俱来的本能，科学合理的早期教育则是充实智慧、开启儿童潜能的重要途径。
这也是中国关心下一代工作委员会专家委员会编写“ 春芽工程系列 ”丛书的期望。
我们希望通过本丛书，为社会公众建立一套可依循的跨学科的、全面的、客观的婴幼儿教养理论，建立一套易于操作实践的科学方法。
在全社会的关心下，让婴幼儿健康快乐地成长，成为身心全面发展有益于社会、为国家创立功勋的人才。
本丛书具备如下特点。
1. 让父母在实践中体会教养理论及其运用。
关于0～3岁婴幼儿早期教养理论与实践的研究国家早已列入日程，它迫切需要解决的问题是将科学成果通过教育和实践转化为城乡居民自己的行为。
为此，我们在书中提供了较多的实践操作指导，如婴儿的抚触、婴幼儿早期发展的自我评价等。
2. 严谨科学的态度让家长有据可依。
我们在本丛书中引用了大量的数据和图表，严谨的数据及图表便于家长很好地操作和比对应用。
这些数据都是我们在多种标准的数据中精心选择的，为了这些数据，专家委员会经过严谨的专题会议研讨。
例如，为读者提供不同喂养方式下（母乳喂养及不确定喂养）婴幼儿各自参照应用的标准，以及为便于家长对营养失衡婴幼儿的营养健康状态做出一次性直接判读，借以区分及评价体重低下、发育迟缓、肥胖及消瘦等状况的相应数值。
尤其是关于婴幼儿心理发展的评价，按照月龄结合中国婴幼儿特点详尽地做出判断的依据，为家庭自我评价提供适合我国儿童的可靠参数。
3. 跨学科的科学教养指导手册。
中国关心下一代工作委员会专家委员会和儿童发展研究中心组织了来自保健、医疗、心理、营养、法律等各行各业的从事并关注下一代健康发展的优秀资深专家，专家们就各自的专业所长，以月龄为基础就婴幼儿整体发展态势，在形体增长、智能发展、营养保健等多方面讲述该月龄的特点及应注意事项，使读者获得该婴幼儿作为一个完整个体的全面综合的知识信息。
本书在编写过程中得到中国关心下一代工作委员会组织指导。
参加本书编写工作的除编委会的各位专家外，还有：车廷菲、张静、牟龙、楼晓悦、强燕平、李微、何丹、丰怡欣、刘玲玲、赵献荣等老师，借此机会，谨致以诚挚谢意。
中国关心下一代工作委员会专家委员会2011年夏

内容概要

中国婴幼儿身心成长指南(13-36个月篇)》为“春芽工程系列”图书中的一册，为中国婴幼儿身心成长指南：13～36个月篇。
《春芽工程系列:中国婴幼儿身心成长指南(13-36个月篇)》丰富翔实的内容为新手父母和即将成为父母的读者提供关于13～36个月宝宝养育的各种问题的最权威、最全面的解决方案，《春芽工程系列:中国婴幼儿身心成长指南(13-36个月篇)》所介绍的宝宝发育特点和养护方式都是从中国宝宝的实际情况出发的。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

中国关心下一代工作委员会（简称：中国关工委），于1990年2月经党中央国务院批准成立。
中国关工委是以组织老同志，来进行关心、教育下一代的工作为目的的群众性工作组织，中国关工委主任由党中央任命，全国各省市县区及相关行政管理部门都设立了关工委组织，目前、全国各级各类工作组织70余万个，人员900多万人。

书籍目录

第一章　13～36个月
13～36个月幼儿生理发育特点
形体增长速度减慢
营养供需矛盾凸显
喂养模式更替的重要时段
预防疾病
培养良好进食习惯及锻炼生活自理能力
幼儿平衡膳食
已经具备实施儿童平衡膳食的基础
平衡膳食
日常蔬菜、瓜类食物
增强婴幼儿体质的基石-平衡膳食与体育锻炼
第二章　13～15个月
身体生长发育
体重
13～15个月幼儿体重、身长、头围、体质指数（Kaup指数）的参考值
喂养知识
13个月宝宝喂养要点
14个月宝宝喂养要点
15个月宝宝喂养要点
护理宝宝须知
宝宝不宜久用学步车
要早发现宝宝生病了
1岁以上宝宝注意培养进餐习惯
1岁半以上的宝宝最好不要穿开裆裤
要注意排便卫生
智能体能发展
1岁以上幼儿早期教育
智能、体能发育
语言发展
大动作发展
精细运动发展
认知发展
社会性发展
婴幼儿保健专家提示
宝宝1岁多还不会走路怎么办
宝宝半夜不睡，喜欢起来玩怎么办
宝宝哮喘的原因是什么
宝宝得了哮喘怎么办
本年龄段宝宝有哪些预防接种
第三章　16～18个月
身体生长发育
体重
16～18个月幼儿体重、身长、头围、体质指数（Kaup指数）的参考值
喂养知识

16个月宝宝喂养要点
17个月宝宝喂养要点
18个月宝宝喂养要点
护理宝宝须知
孩子会走路后防止意外伤害
防止宝宝上呼吸道感染
宝宝上呼吸道感染的护理
智能体能发展
智能、体能发育
语言发展
大动作发展
精细运动发展
认知发展
社会性发展
婴幼儿保健专家提示
及时发现宝宝营养不良
宝宝患遗尿症怎么办
本年龄段宝宝有什么预防接种
接种过麻疹、水痘疫苗还会患麻疹或水痘吗
第四章　19～21个月
身体生长发育
体重
19～21个月幼儿体重、身长、头围、体质指数（Kaup指数）的参考值
喂养知识
19个月宝宝喂养要点
20个月宝宝喂养要点
21个月宝宝喂养要点
护理宝宝须知
患传染病的父母或养育者，护理宝宝时有讲究
父母或养护人为乙肝表面抗原阳性或艾滋病
毒携带者，在护理婴幼儿时的注意事项
智能体能发展
1.5～2岁幼儿早期教育
智能、体能发育
语言发展
大动作发展
精细运动发展规律
认知能力发展
社会性发展
婴幼儿保健专家提示
异物进入宝宝眼睛怎么办
异物进入宝宝外耳道怎么办
异物进入宝宝鼻孔怎么办
第五章　22～24个月
身体生长发育
体重
22～24个月幼儿体重、身长、头围、体质指数（Kaup指数）的参考值

喂养知识
22个月宝宝喂养要点
23个月宝宝喂养要点
24个月宝宝喂养要点
护理宝宝须知
防治宝宝被昆虫叮咬
预防宝宝出现意外伤害
智能体能发展
智能、体能发育
语言发展
大动作发展
精细运动
认知能力发展
社会性发展
婴幼儿保健专家提示
本年龄段宝宝预防接种有哪几种
接种疫苗后可能出现的问题和注意事项
第六章　2岁1个月～2岁6个月
身体生长发育
体重
2岁1个月～2岁6个月幼儿体重、身高、头围、
体质指数（Kaup指数）的参考值
喂养知识
2～3岁幼儿的生理与喂养特点
2～3岁幼儿的膳食
2～3岁幼儿用餐心理
2岁1个月～2岁6个月幼儿喂养要点
护理宝宝须知
2岁的宝宝要开始刷牙
牙膏和牙刷的选择
教会宝宝刷牙
带宝宝外出时需要做的准备
智能体能发展
2～3岁幼儿早期教育
智能、体能发育
语言发展
大动作发展
精细运动发展规律
认知能力发展
社会性发展
婴幼儿保健专家提示
宝宝尿频尿急是怎么回事
宝宝过敏怎么办
宝宝溺水怎么办
怎样改变宝宝的晕车体质
本年龄段有哪些预防接种
第七章　2岁7个月～3岁

身体生长发育
体重
2岁7个月～3岁幼儿体重、身高、头围、体质指数（Kaup指数）的参考值
喂养知识
2岁7个月宝宝喂养要点
2岁8个月宝宝喂养要点
2岁9个月宝宝喂养要点
2岁10个月宝宝喂养要点
2岁11个月宝宝喂养要点
3岁0月宝宝喂养要点
护理宝宝须知
家中养宠物时要防止宝宝被感染罹患传染病
2～3岁宝宝要预防的意外伤害
要避免玩具伤害宝宝
注意保护宝宝的眼睛
培养宝宝良好的坐姿
智能体能发育
体能、智能发育
语言发展
大动作发展
精细运动发展规律
认知能力发展
社会性发展
婴幼儿保健专家提示
宝宝龋齿是怎么回事
如何早期发现宝宝弱视和斜视
宝宝弱视和斜视怎么办
宝宝疝气是怎么回事
宝宝被狗咬伤怎么办
本年龄段宝宝预防接种有哪些

章节摘录

版权页：插图：熟吃蔬菜时，过长时间的烹调不利于营养素的保存，高温煎炸更可能产生促癌物质。
快速烹炒、短时间烹煮、烫熟或蒸熟之后再加调味品凉拌，都是不错的方法。
对于富含胡萝卜素的绿叶蔬菜和橙黄色蔬菜来说，如果没有一点油脂，也会妨碍其中营养素的吸收。
只要在蔬菜烹调中使用肉汤、少量烹调油、香油和色拉酱等，即可保证胡萝卜素的吸收，无需使用大量油脂。
蔬菜本身脂肪含量极低，富含膳食纤维，是一类热能极低、口味清淡的食物。
在烹调的时候，应当注意发挥蔬菜这个优势，培养孩子清淡健康的口味，而不是用大量油脂将它变成高脂肪高能量食物。
有些孩子胃肠娇嫩，对粗纤维和生冷食物比较敏感，那么应当尽量采用熟食，质地可以烹调得略微软一些。
对于纤维过多的蔬菜来说，此时用炖煮方式更为合适。
特别需要注意的是，豆角类菜肴必须彻底烹熟，否则可能发生食物中毒。
（3）分着吃还是合着吃有些家庭喜欢把蔬菜单独烹调，也有的喜欢和肉类一起烹调。
实际上，两种烹调方式各有优势。
单独烹调时往往能更好地掌握火候，而且口味清爽，脂肪含量较低；和肉类一起烹调可以增加原料的多样性，调味更为浓郁，也可增进蛋白质吸收；但是烹调程序较为复杂，而且往往会失去蔬菜的清爽感，脂肪含量较高。

编辑推荐

《春芽工程系列:中国婴幼儿身心成长指南(13-36个月篇)》：我们希望通过本丛书，为社会公众建立一套可依循的、跨学科的、全面的、客观的婴幼儿教养理论，建立一套易于学习、易于操作实践的科学方法。
在全社会的关心下，让婴幼儿健康快乐地成长，成为身心全面发展有益于社、会、为国家创立功勋的人才。
——中国关心下一代工作委员会专家委员会《中国婴幼儿身心成长指南》的三个特点：让父母在实践中体会教养理论及其运用，关于0-3岁婴幼儿早期教养理论与实践的研究.国家早已列入日程，它迫切需要解决的问题是将科学成果通过教育和实践转化为城乡居民自己的行为。
为此，我们在书中提供了较多的实践操作指导，如婴儿的抚触、婴幼儿早期发展的自我评价等。
严谨科学的态度让家长有据可依，我们在本丛书中引用了大量的数据和图表。
严谨的数据及图表便于家长很好地操作和比对应用。
这些数据都是我们在多种标准的数据中精心选择的，为了这些数据，专家委员会经过严谨的专题会议研讨。
例如，为读者提供不同喂养方式下（母乳喂养及不确定喂养）婴幼儿各自参照应用的标准，以及为便于家长对营养失衡婴幼儿的营养健康状态做出一次性直接判读，借以区分及评价体重低下、发育迟缓、肥胖及消瘦等状况的相应数值。
尤其是关于婴幼儿心理发展的评价，按照月龄结合中国婴幼儿特点详尽地做出判断的依据，为家庭自我评价提供在实践结果上产生的符合我国儿童的可靠参数。
跨学科的科学教养指导手册，中国关心下一代工作委员会专家委员会和儿童发展研究中心组织了来自保健、医疗、心理、营养、法律等各行各业的从事并关注下一代健康发展的优秀资深专家，专家们就各自的专业所长，以月龄为基础就婴幼儿整体发展态势，在形体增长、智能发展、营养保健等多方面讲述该月龄的特点及应注意事项，使读者获得该儿童作为一个完整个体的全面综合的知识信息。
——中国关心下一代工作委员会专家委员会

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