

<<0-3岁完美育儿大全书>>

图书基本信息

书名：<<0-3岁完美育儿大全书>>

13位ISBN编号：9787538873412

10位ISBN编号：7538873414

出版时间：2013-1

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：（韩）韩国首尔文化社编辑部 主编，（韩）时毓民 合著，崔冬梅 译

页数：399

字数：300000

译者：崔冬梅

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>

## <<0-3岁完美育儿大全书>>

### 内容概要

新手父母必备的0~3岁婴幼儿育儿经！  
全面图解育儿技巧，更实用、更贴心！

科学养育孩子不是照本宣科，养育孩子是实实在在的过程。

《0-3岁完美育儿大全书》是一本从宝宝出生到3岁一共整整三年的养育全书。

由中韩两国17名育儿专家合力编写，根据婴幼儿的生长发育特点和国际最新婴幼儿养护经验，详细讲述了新手父母将会遇到的各种各样的养育问题。

本书内容全面包含了新手父母一定要学的各种育儿要点、各阶段宝宝的发育情况和养育要点、让孩子受益终生的好习惯培养方法、读懂孩子的情绪的方法、开发宝宝左右脑的亲子游戏、婴幼儿常见疾病的护理、选做离乳食品的窍门……

《0-3岁完美育儿大全书》全步骤图解，让育儿细节一目了然。

孩子是一本百读不厌的书，请细细品读孩子成长的每一个日日夜夜。

给孩子最贴心、最健康的呵护。

本书由韩国首尔文化社编辑部主编。

<<0-3岁完美育儿大全书>>

作者简介

作者：(韩国)时毓民 译者：崔冬梅

## <<0-3岁完美育儿大全书>>

### 书籍目录

#### 前言

用爱教育宝宝的七种方法

父母最关心的热点问题

我的宝宝也能成为英才！

英才妈妈的育儿故事1

英才妈妈的育儿故事2

#### PART 1

第一个宝宝的照顾方法

一目了然的育儿重点1

年轻妈妈也像育儿专家

1~12个月的育儿日记

帮宝宝沐浴的方法

沐浴用品/清理手指甲、耳朵、鼻子的方法/为宝宝沐浴的要领/沐浴后的照顾方法

新妈妈授母乳的方法

为什么要喂母乳/充分按摩和清洁的重要性/喂奶的正确方法

给宝宝喂奶粉的方法

冲泡奶粉的注意事项/清洗奶瓶的方法/喂奶粉的要领/奶瓶消毒的方法

换尿布的方法

布质尿布/纸尿布/换布质尿布的方法

检查宝宝的大小便

大便/小便

抱宝宝和背宝宝的方法

会抬头前轻轻托住宝宝的头/会抬头就可使用包巾或背带/酷夏抱宝宝和背宝宝的方法/爸爸也能使用的背篓/包巾的种类

和宝宝一起散步进行日光浴

宝宝出生2个月就可以散步/健康宝宝的日光浴/日光浴时最好做按摩/宝宝进行日光浴的步骤

让宝宝健康地度过第一个夏天

和冬天的要点

夏季的照顾方法/冬季的照顾方法

帮宝宝按摩做体操

不同部位的宝宝按摩法/不同月份宝宝的体操

让宝宝停止哭泣

开心一笑的秘诀

宝宝也有自己的感情和想法/要从宝宝的角度考虑问题/爱笑的宝宝具有更强

<<0-3岁完美育儿大全书>>

的免疫力/宝宝不停哭闹的解决方法/

让宝宝开心的秘诀

刺激宝宝五官的方法

0~3个月的训练方法/4~6个月的训

练方法/7~9个月的训练方法/10~12个月的训练方法

PART 2

宝宝发育与照顾方法

一目了然的育儿重点

呱呱落地的新生儿了日成长日记

一目了然的育儿重点

凹凸不平、皱皱巴巴——神奇

的新生儿身体

0~1个月

成天睡觉是宝宝唯一的生活

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

1~2个月

“妈妈，给我挂床边挂饰吧！

”

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

2~3个月

看着妈妈“喔、啊”地叫

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

3~4个月

给宝宝抓玩具吧

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

4~5个月

任何东西都用嘴舔

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

5~6个月

学会翻身，开始观察世界

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

6~7个月

牙龈开始痒痛，开始长乳牙

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

7~8个月

终于长出了漂亮的牙齿

身体发育与特点/认知与情绪发育/照

顾宝宝的要点/如何保证营养

8~9个月

所有的东西都是宝宝的玩具

<<0-3岁完美育儿大全书>>

身体发育与特点/认知与情绪发育/照顾宝宝的要点/如何保证营养

9~10个月

抓住身边的东西,可以站起身

身体发育与特点/认知与情绪发育/照顾宝宝的要点/如何保证营养

10~11个月

宝宝有太多太多想说的话

身体发育与特点/认知与情绪发育/照顾宝宝的要点/如何保证营养

11~12个月

抓住身边的东西,可以站起来

身体发育与特点/认知与情绪发育/照顾宝宝的要点/如何保证营养

12~24个月

讨厌“不行”之类的话

身体发育与特点/认知与情绪发育/照顾宝宝的要点/如何保证营养

24~36个月

对太多太多的东西感兴趣

身体发育与特点/认知与情绪发育/照顾宝宝的要点/如何保证营养

PART 3

培养宝宝的好习惯

一目了然的育儿重点

让宝宝每个月培养一种习惯

自理大小便

撤掉尿布的15日日记/分阶段的排便训练

睡觉的习惯

纠正不良的睡眠习惯/让宝宝入睡的

秘诀/分阶段培养睡觉的习惯

饮食习惯

让宝宝独自吃饭并喜欢吃饭/培养正

确的饮食习惯/分阶段培养饮食习惯

生活习惯

按不同主题培养生活习惯/分阶段培

养生活习惯

PART 4

聪明妈妈的育儿方法

一目了然的育儿重点5

笑、说话、走路……我们的宝

宝是否在正常成长

培养聪明、高智商的宝宝

不同的教育方法和生活环境,造就不同

的宝宝/3周岁以前大脑会快速发育/让

左右大脑均衡发育/不同年龄层的大

脑开发方法

## <<0-3岁完美育儿大全书>>

培养高情商(EQ)的宝宝

宝宝也能体验喜悦、悲伤、愤怒等丰富的情感/分阶段促进情绪发育/提高EQ的对话法

培养灵商高的孩子

灵商(SQ)发育越来越重要/培养自信心/必须纠正父母的态度

培养有创造力的孩子

宝宝潜在的创造力需要充分挖掘/营造出刺激创造力的环境/有创造力的宝宝好奇心强/有创造力的父母能培养出有创造力的宝宝

培养性格好的孩子

家庭环境对宝宝的性格起着举足轻重的作用/纠正性格缺陷

对宝宝的性教育

“性教育是人类的基本教育”。

在生活

中,必须自然地对宝宝进行性教育/妈妈和爸爸是幼儿性教育的最佳老师/宝宝对性的好奇心非常强烈/让宝宝自然地接受性教育/应该如何对待宝宝的异常行为

PART 5

不同月份—不同年龄的玩

具与游戏

一目了然的育儿重点

培养思考和感觉的0~3岁玩具

0~4个月

有助于听觉、视觉、全身运动的游戏

身体游戏/语言游戏

4~8个月

刺激全身发育的游戏

身体游戏/探索游戏/音律游戏

8~12个月

通过各种游戏满足宝宝的探索欲望

身体游戏/语言游戏/造型游戏/探索游戏/动手游戏

1~2周岁

帮助宝宝学说话的游戏

身体游戏/制作贴图游戏/语言游戏/塑形游戏/探索游戏/音律游戏

2~3周岁

通过锻炼想象力的游戏,可以促进认知能力的发育

## <<0-3岁完美育儿大全书>>

身体游戏/语言游戏/塑形游戏/探索  
游戏/动手游戏/想象游戏/音律游戏

### PART 6

宝宝常见的疾病

一目了然的育儿重点

事先应该做好准备——了解按

时打预防针的日期

一目了然的育儿重点

妈妈是宝宝的守护神——安全事

故与应急要领

幼儿疾病的症状

经常呕吐/如果肚子痛也会哭闹不停/

发高烧/出现红疹/经常咳嗽/痉挛症

状/不停地拉肚子

宝宝常见的疾病

呼吸道疾病/眼睛-鼻子-口腔-耳朵

疾病/消化器官疾病/心脏·贫血疾病/

传染性疾病/皮肤疾病/肾脏·泌尿器官

疾病/过敏性疾病

用中药保证体弱多病的宝宝的健康

经常感冒/晚上睡不好/经常拉肚子/

经常生小病/宝宝浑身无力/比同龄孩

子矮/不喜欢吃饭/经常流汗/体重超重/我

要聪明的宝宝/手脚特别冰凉/便秘症状

### PART 7

宝宝一生健康的

保证·一离乳食品

一目了然的育儿重点

只要循序渐进地学习,一切都简

单——阶段式离乳食品月历

准备期2~4个月

制作营养果汁与蔬菜营养粥

初期5~6个月

离乳初期的时间表/离乳初期的食品/只要

宝宝喜欢吃,可以喂柔软的乳状食品

中期7~8个月

离乳中期的时间表/中期离乳食品/把粗大

的颗粒捣成又小又软的颗粒

后期9~10个月

离乳后期的时间表/后期离乳食品/通过各

种食品均匀摄取营养

结束期12~18个月

结束期离乳食品的时间表/结束期的离乳食

品/必须按时吃三餐



## &lt;&lt;0-3岁完美育儿大全书&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：身体发育与特点 宝宝已经度过了抓椅子站起身的阶段，开始学习走路了。学习得较快的宝宝还能放开双手走一两步。

每个宝宝学会走路的时期各不相同。

一般情况下，宝宝10个月到1岁零4个月就能学会走路。

在这个时期，宝宝的头部比较重，因此不能保持身体的平衡，很容易摔倒，但苗条的身材已经逐渐成型了。

认知与情绪发育 很多时候，宝宝会说出父母都听不懂的话，偶尔会说出“妈妈、爸爸”等简单的话。

此时宝宝能听懂自己的名字，而且也能叫出自己的名字。

如果对宝宝说“给我”，宝宝就会把手中的玩具递给妈妈。

另外，如果喊“眼睛、鼻子、头”，宝宝能指出正确的部位。

在这个时期，宝宝不愿意跟陌生人玩，也不愿意离开妈妈，有些宝宝甚至会觉得害羞。

很多时候，宝宝会通过生气、哭闹等方式来表达自己的主张，如果愿望得不到满足，就会固执地纠缠。

即使宝宝到了11个月还不说话，也不用过于担心。

只要宝宝能够理解、听懂别人的话，早晚都会说话，只是起步晚一点而已。

这时较晚学会说话的宝宝也能按照妈妈的指示行动，能用各种肢体语言回答妈妈的话。

为了刺激宝宝说话的欲望，应该经常跟宝宝说话，并仔细观察宝宝的状态。

但是，如果叫名字宝宝也不回头，或不喜欢玩能够发出声音的玩具，可能宝宝的耳朵或口腔存在异常症状，因此必须细心观察。

若宝宝不能坐稳，或不能保持身体平衡，就应该到医院接受检查。

只要是健康的宝宝，都会有一定的排便时间，而且妈妈也能看出宝宝需要排便的迹象，因此必须记录宝宝的排便节奏，并检查排便节奏是否正常。

这个时期，只需要掌握宝宝的排便节奏，在宝宝今后练习独自排便时，可以作为参考。

通常宝宝每天会排便一两次，而且每隔3个小时小便一次。

有些妈妈过早让宝宝独自排便，这样反而会让宝宝反感，必须根据宝宝的成长状况，选择适当的时机让宝宝独自排便。

一般在宝宝出生18个月后可以练习独自排便了。

宝宝出生6~18个月，最常见的疾病就是痢疾。

导致痢疾的原因很多，例如感冒、消化不良、假性霍乱等。

宝宝患有痢疾时，很容易出现脱水症状，因此必须经常喝水，充分补充水分，而且只能吃不刺激肠胃的食品。

平时可把塑料杯、空化妆品盒子、香皂盒子、旧炒锅等比较安全的物品放在亲手制作的玩具箱内。

宝宝会通过翻箱子、扔玩具、将玩具互相碰撞等过程，逐渐学会活动手部和肌肉。

除了市面上贩卖的玩具外，生活用品、厨房用具也可以成为满足宝宝探索欲望的玩具。

此时宝宝对运动的物体表现出浓厚的兴趣，对宝宝来说，外面的世界是非常精彩的。

在天气晴朗时，上午和下午都可外出散步。

一般情况下，宝宝想在上午散步的兴趣会高于下午，因此冬天最好在早晨10点散步，夏天最好在清晨散步。

即使宝宝不会走路，也可以坐在公园的草坪上独自玩耍。

如果经常到室外活动，会刺激宝宝的食欲，而且晚上也能熟睡。

## <<0-3岁完美育儿大全书>>

### 编辑推荐

中韩两国17名育儿专家联合打造育儿经，为您呈现第一手的育儿“情报”！  
新手父母必须掌握的育儿技巧完全图解！  
科学育儿，看这一本就足够了！  
育儿要点全包括，养育细节一本全；发育情况全记录，养育要点全图解；亲子  
游戏一起来，疾病护理早知道；天赋培养早开始，离乳食品轻松学。

<<0-3岁完美育儿大全书>>

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>