

<<育儿启智一本就够>>

图书基本信息

书名：<<育儿启智一本就够>>

13位ISBN编号：9787542753274

10位ISBN编号：7542753274

出版时间：2012-8

出版时间：上海科学普及出版社

作者：钱梅英

页数：266

字数：250000

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>

## <<育儿启智一本就够>>

### 前言

随着宝宝呱呱坠地，每一对父母在欣喜若狂的同时，可能都会有这样的疑虑：如何让宝宝健康茁壮地成长？

如何让宝宝更聪明、活泼？

怎样让宝宝快速地认识自我？

也许你会认为，天下没有一样的宝宝，其养育方法似乎也各有不同，但实际上宝宝成长过程中许多典型的问题仍然是新手爸妈都需要考虑的。

例如，您需要参考大部分宝宝的发育指数来判断自己宝宝的发育情况；需要了解他们的行为特征来提前预防宝宝可能遇到的问题；需要分析他们的情感表达，来更好地与宝宝交流。

这些典型经验都会帮助您轻松自如地驾驭养儿育女这一难题。

本书从宝宝发育特征、喂养方法、全面护理、智力开发、疾病防治五个方面，分0~1岁、1~2岁、2~3岁三个年龄阶段，详细介绍了如何全面喂养、呵护宝宝，如何培养健康、可爱的宝宝。

发育特征主要为您详细提供了宝宝在各个阶段中身体的发育情况；喂养方法帮您全面了解母乳喂养，以及断奶后如何让宝宝吃出健康，吃出聪明来；全面护理则涵盖了宝宝生活中各方面的最基本知识，如适合宝宝衣服的材质、种类以及宝宝房间的环境特征、宝宝啼哭的原因分析、宝宝生活习惯的培养等；智力开发带领您探索宝宝的智力奥秘，教您如何和宝宝进行亲子交流，培养宝宝出众的智商、情商；疾病防治向您介绍了宝宝常见病的预防、治疗和护理的方法。

可以说，这本书事无巨细，想您所想，急您所急，将您可能面临的烦恼各个击破，是极具实用性、极具权威性的育儿科普读物。

当您不知宝宝为何啼哭时；当您想了解宝宝的兴趣爱好时；当您想要检测宝宝的听力时；当您不知怎样培养宝宝的记忆力时，您都可以打开此书，答案就会跃然纸上，轻松为您揭开谜底，解开围绕在您心中的谜团。

在本书中，育儿专家将他们多年的理论研究和实践经验进行总结，然后将育儿的点点滴滴全部倾囊传授给父母，希望能对父母养育聪明、健康的宝宝尽一份绵薄之力。

书中内容深入浅出，语言生动活泼、通俗易懂，让您在闲暇之余就可以快速地了解宝宝，何乐而不为呢？

编者 2012.4

## <<育儿启智一本就够>>

### 内容概要

每个宝宝都是降落在人间的小精灵，他们美丽、可爱，给父母带来无限的欣喜。

可0~3岁的小精灵是那么的稚嫩，他们无法很快地适应新环境，需要来自父母的精心呵护。

面对宝宝的依赖，作为父母的你是否有些忧虑和担心？

是否不知怎样将宝宝照顾得更好？

不用着急，钱梅英编写的这本《育儿启智一本就够》就是为父母量身打造的育养宝宝的贴身指南。

《育儿启智一本就够》从新生儿的照料到婴儿的营养再到幼儿的教养，将你可能所需的育儿知识娓娓道来，对你可能遇到的问题一一解答。

可以说，有了这本《育儿启智一本就够》，所有的育儿难题都将迎刃而解。

## <<育儿启智一本就够>>

### 书籍目录

#### 第一章 宝宝的成长历程

##### 第一节 1岁宝宝发育快

可爱的满月宝宝

开始“挑食”的2个月宝宝

笨拙的3个月宝宝

渐渐灵活的4个月宝宝

越长越漂亮的5个月宝宝

吃“手抓饭”的半岁宝宝

自己玩耍的7个月宝宝

不满足于爬行的8个月宝宝

能用简单语言表达想法的9个月宝宝

开始记事的10个月宝宝

不再喜爱被抱的11个月宝宝

不让父母省心的1周岁宝宝

##### 第二节 2岁宝宝变化大

宝宝的发育情况

宝宝大脑发育进入快速期

培养宝宝手部灵活性

骨骼发育, 预防小儿缺钙

提高宝宝的交流能力

认知能力逐渐提高

##### 第三节 3岁宝宝渐渐长大

宝宝的身体发育

关注宝宝的眼睛健康

宝宝的听力

宝宝的消化系统

宝宝的心理健康

宝宝的记忆力和兴趣

用语言表达自己的感情

发展中的宝宝语言

宝宝也有自尊心

培养宝宝的自制力和忍耐力

宝宝的思维发展

#### 第二章 喂养宝宝要营养搭配

##### 第一节 营养丰富的母乳喂养

珍贵的初乳

别让宝宝吃太多

新生儿睡觉时不要吃奶

宝宝吃甜食应适量

母乳喂养的方法

了解人工喂养

什么是母乳替代品

奶制品与配方奶粉的优劣

宝宝喂养方案

##### 第二节 宝宝断奶期的喂养

## <<育儿启智一本就够>>

如何帮宝宝断奶

断奶后宝宝的饮食方案

断奶宝宝不宜吃的食物

断奶宝宝宜吃的水果

宝宝辅食如何添加

常吃细软食物易致宝宝牙齿畸形

为什么宝宝长不胖

如何帮宝宝补钙和明目

宝宝对脂肪的需求

夏季更要给宝宝补充营养

### 第三节 吃出来的聪明宝宝

补充营养能让宝宝获得智慧

宝宝易缺的营养素

营养补充不可过度

精细食物与宝宝健康

宝宝的不良饮食行为

过敏宝宝不宜吃的食物

## 第三章 和宝宝一起用心生活

### 第一节 培养宝宝良好的生活习惯

宝宝穿衣有讲究

设计适宜宝宝居住的房间

喜爱睡觉的宝宝

爱上洗澡, 爱上健康

宝宝也喜欢新鲜空气

宝宝为什么会哭

训练宝宝排便

### 第二节 呵护宝宝的衣食住行

电视、空调影响宝宝健康

从生活的点滴中呵护宝宝

2岁宝宝的好习惯

好宝宝要自己睡觉

宝宝擦腿毛病的纠正

让宝宝远离易误食的异物

远离危害宝宝的常见物质

宝宝适宜哪种凉席

如何保护宝宝的视力

油漆的选择

如何为宝宝选择衣物

### 第三节 让宝宝学会热爱生活

热爱生活从饮食开始

如何让宝宝爱上刷牙

宝宝不爱回家怎么办

让宝宝乖乖地打针吃药的方法

如何让宝宝自己穿衣

宝宝走路爱摔跤怎么办

让宝宝学会用筷子

怎样才能让宝宝逛街时不哭闹

## <<育儿启智一本就够>>

改变搞破坏的“坏”宝宝

宝宝出现异物意外的解决之道

怎样让宝宝玩得开心

谨防宝宝常见的意外伤害

### 第四章 体贴爸妈“炼”出聪明宝宝

#### 第一节 重要的早期智力开发

宝宝智力发展的评价标准

宝宝大脑发育的关键时期

是什么影响了宝宝的智商

爬行也可提高宝宝智力

游泳提高宝宝智力水平

让宝宝玩出智慧来

如何教宝宝认识自己

#### 第二节 聪明宝宝在玩耍中成长

独占玩具是因为宝宝自私吗

小宝宝也有反抗期

爱玩玩具的宝宝更聪明

教宝宝玩拼图玩具

通过游戏学数学

从画线条开始教宝宝画画

日常物品也可当玩具

训练宝宝记忆力的方法

让宝宝远离具有危害的玩具

小游戏锻炼宝宝手部灵活性

#### 第三节 智慧是可以培养的

宝宝喜欢什么样的玩具

宝宝都爱玩沙子

3—6岁是进行音乐启蒙的最佳时期

关注宝宝的心理健康

教宝宝如何战胜挫折

坚强宝宝的品质培养

让宝宝学会与人交往

宝宝的语言能力如何提高

培养宝宝丰富的想象力

高情商的宝宝是如何培养出来的

### 第五章 在生活中呵护宝宝健康

#### 第一节 新生宝宝的疾病防治

重视预防接种

如何进行疫苗接种

新生儿发热的处理

宝宝伤风感冒怎么办

宝宝的凶门

宝宝呕吐要紧吗

宝宝爱出痱子怎么办

宝宝常咳嗽怎么办

如何处理宝宝荨麻疹

宝宝患上鹅口疮怎么办

<<育儿启智一本就够>>

宝宝患上蛲虫病怎么办

第二节 婴儿期宝宝的常见病防治

宝宝患上“红眼病”了

避免宝宝夜惊的方法

如何应对宝宝梦游、梦魇和哭闹

宝宝猩红热的处理方法

保护宝宝牙齿健康

如何应对麻疹

宝宝贫血怎么办

第三节 让宝宝远离疾病伤害

小儿得了急性喉炎怎么办

赶走哮喘

别让急性中耳炎损伤宝宝听力

让宝宝远离“流脑”的伤害

宝宝出水痘的处理方法

让宝宝远离腺病毒肺炎的伤害

## &lt;&lt;育儿启智一本就够&gt;&gt;

## 章节摘录

进入第六个月时，宝宝的体重增长仍在500克左右。

男宝宝的体重达到了8.6千克左右，身高在68.9厘米左右，头围在44.5厘米左右，胸围在44.0厘米左右，坐高在44.5厘米左右。

女宝宝的体重为7.8千克左右，身高在67.1厘米左右，头围在42.2厘米左右，胸围在42.8厘米左右，坐高在42.5厘米左右。

从出生至今的这半年来，宝宝的变化很大，这样一个活泼、可爱、一天一变样的宝宝，渐渐成为父母的骄傲、家里关注的中心了。

在这个月里，大多数宝宝都会开始长乳牙了。

一般来说，最先长出的是两颗下中切牙(下门牙)，然后是上中切牙(上门牙)，以及上侧的切牙。

**站得稳稳当当** 这个月的宝宝不但能自己自如地翻身，还能经常在自己的小床上翻滚。

当他坐着的时候，还会用手撑着东西，以防止自己歪倒。

他还喜欢没事就尝试着自己站起来，在父母的帮助下，他可以站得稳稳当当的。

当站起来时，他会乐呵呵的，还手舞足蹈地表示自己愉快的心情。

当宝宝趴在床上时，他能用胳膊支撑着将自己的前胸抬起并四处观察，而且比前几个月抬起的幅度更大，但是，他的腹部还是贴着床面，不能抬起来。

当宝宝躺着的时候，还会把自己的小腿举起来摇晃着自己玩耍。

**宝宝变成小淘气** 这个月的宝宝已经能更有力地控制手中的玩具，他会经常将自己心爱的玩具抓得紧紧的，抱在眼前仔细观察，或者上下挥舞着向大人表现自己的力量，也经常将玩具扔在地上，观察它的样子。

这种“破坏东西”的情形常常会引得家长不由自主地说上两句“宝宝不要扔啊”之类的话，其实这是宝宝在用自己的方式探索身处的这个世界，而扔玩具只是他还没有“应该不应该”概念的一种反应，他只会用这样的熟悉动作研究自己感兴趣的东西。

**学会发音** 这个时期宝宝能分辨出更细微的声音，也能在父母的帮助下学会“i”、“a”、“e”等元音和m、n、b、sh、f、d、l等辅音了。

这时，他会常常变化自己的音量、音调、语速等，以不成熟的“语言”来表达自己的兴奋、厌恶等情绪。

同时，他还能学着父母等身边人的表情、语言等做出同样的样子，把大人们逗乐，在大人高兴的同时，宝宝也从中得到乐趣，甚至高兴地大笑大叫。

**让妈妈睡个“囫囵觉”** 在半岁左右的时候，宝宝已经能在晚上睡一个完整的觉了。

只要有良好的作息规律，宝宝就会在晚上规定的时间睡觉，一觉睡到天亮，一般一个晚上宝宝能睡9~10个小时。

在白天，宝宝还会在中午睡2个小时的午觉或者在上、下午各睡上一个小时的觉。

宝宝的睡觉规律根据不同情况而有所区别。

**喜爱成人饭菜** 在这个月，宝宝会对成人吃的饭菜感兴趣，常常在父母吃饭的时候，伸出自己的小手抓盘子里的菜或其他人手中的馒头、饭碗等，抓住什么就会往自己的嘴里塞什么。

这时，如果为宝宝特意准备的饭菜在营养丰富的基础上色香味俱全，宝宝就会对吃饭大感兴趣，但是宝宝会不管不顾地抓起来就吃，这就需要父母从旁照顾了，并且在吃饭前还要注意清洗宝宝的双手和脸蛋。

P15-17



## <<育儿启智一本就够>>

### 编辑推荐

钱梅英编写的《育儿启智一本就够》从宝宝发育特征、喂养方法、全面护理、智力开发、疾病防治五个方面，分0~1岁、1~2岁、2~3岁三个年龄阶段，详细介绍了如何全面喂养、呵护宝宝，如何培养健康、可爱的宝宝。

可以说，这本书事无巨细，想您所想，急您所急，将您可能面临的烦恼各个击破，是极具实用性、极具权威性的育儿科普读物。

当您不知宝宝为何啼哭时；当您想了解宝宝的兴趣爱好时；当您想要检测宝宝的听力时；当您不知怎样培养宝宝的记忆力时，您都可以打开此书，答案就会跃然纸上，轻松为您揭开谜底，解开围绕在您心中的谜团。

<<育儿启智一本就够>>

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>