

<<2岁育儿方案>>

图书基本信息

书名：<<2岁育儿方案>>

13位ISBN编号：9787802034617

10位ISBN编号：7802034612

出版时间：2007-11

出版时间：中国妇女出版社

作者：秦瑞利

页数：322

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>

## <<2岁育儿方案>>

### 内容概要

本书介绍1~2岁幼儿生理发育、智力发展、饮食营养、疾病防治等方面知识，教给家长一些操作性强的方法和与时代同步的理念，是1~2岁幼儿父母的必备手册。

本书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。

## &lt;&lt;2岁育儿方案&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一章 1~2岁幼儿养育要点 成长刻度尺 1. 1~2岁宝宝的体外观和生长 2. 1~2岁宝宝的智力发育情况 宝宝呵护要点 1. 要培养幼儿五种重要品质 2. 怎样树立父母在宝宝心中的威信 3. 给宝宝一些挫折感 4. 让宝宝愉快服从的艺术 5. 宝宝的“坏行为”应该肯定 6. 宝宝如何才能听话 7. 需要孩子马上安静下来的技巧 8. 宝宝“发脾气”怎么办 9. 正确处理宝宝的抗拒行为 10. 宝宝开始偏爱父母中的一方怎么办 11. 不要对幼儿采取威胁或“贿赂”的方法 12. 隔代教养的利与弊 13. 怎样才能让宝宝不说谎 14. 如何矫正宝宝的“人来疯” 15. 怎样对待撒泼的宝宝 16. 宝宝有了恐惧心理应怎么处理 17. 正确看待宝宝的“乖” 18. 怎样让2岁的宝宝“聚精会神” 19. 正确对待宝宝的好奇心 20. 宝宝不合群的处理方法 21. 怎样纠正宝宝不能与别人分享玩具的毛病 22. 怎样带宝宝去踏青 23. 宝宝走路不稳要及时矫正 24. 教育宝宝学会细嚼慢咽 25. 宝宝的三种不良习惯必须纠正 26. 为宝宝护牙的七个要点 27. 宝宝的房间布置都讲究什么 28. 要收拾好可能造成危险的物品 29. 别让商场购物车伤着宝宝 30. 宝宝乘车的六大错误 饮食营养要点 1. 儿童早期营养决定智力 2. 2岁幼儿的营养餐须知 3. 2岁幼儿的饮食结构 4. 2岁幼儿的日参考食物 5. 2岁幼儿的一周营养食谱举例 6. 2岁幼儿的四季食谱 7. 体弱的幼儿吃水果有学问 智力开发课堂 1. 幼儿早期教育原则 2. 训练宝宝记忆力的规律 3. 宝宝巧手训练的好方法 4. 怎样培养幼儿的口语表达能力 5. 2岁的幼儿该玩什么 6. 独自游戏是幼儿自立的萌芽 7. 父母要格外注意宝宝有无儿童语言障碍 疾病防治攻略 1. 宝宝多病源于过分保护 2. 宝宝流鼻涕的五种可能 3. 对付腹泻, 控制并发症 4. 宝宝发烧为何手脚发凉 5. 家长是预防儿童铅中毒的保护神 6. 给孩子补钙和锌过量可能造成中毒 第二章 1~2岁幼儿养育方案

## &lt;&lt;2岁育儿方案&gt;&gt;

## 章节摘录

23宝宝走路不稳要及时矫正经常看见1岁多的孩子，老让妈妈抱着，有的学走路时晃着晃着就摔个跟头，还有的走起来像只小鸭子，这些现象都说明孩子走路姿势不对，妈妈们千万要注意。

孩子如果有以下三种情况，又没有及时发现和纠正，会对今后的成长发育造成很大影响。

X型腿的宝宝要夹着大腿走路，所以不爱走长路，老嚷着让妈妈抱；O型腿的宝宝走路像骑马，不过不用担心，慢慢地他自己就能调整过来。

这两种步态一般在2岁左右能逐渐恢复正常，但如果一直这样，就有缺钙和缺乏维生素的迹象，需要治疗。

平衡剪刀步和醉步，这两种步态的共同点是跌撞、不稳。

事实上，宝宝学步时的跌撞、摔跤都是正常的，在跌撞中能很好地控制脚步。

不过，如果到2岁以后还是这么跌撞着走路，那么就要带孩子去医院诊治。

跛行的孩子要查髋关节。

有的宝宝走起路来像小鸭子，两条腿移动很慢，如果不小心摔倒了，要用手撑地、弯腰，或用手撑膝关节才能站起来。

这种步态一开始学步就很明显，一种原因是因为孩子还是平足，走的过程中要慢慢练，不妨让他蹬蹬童车，一般到5岁前脚底就会自然出现弧度；另一种原因是由于两侧先天性髋关节脱位，要赶紧去医院就医。

24教育宝宝学会细嚼慢咽有的孩子饿了或者急着要去玩，吃起来狼吞虎咽，囫囵吞枣，把未经充分咀嚼磨碎的食物吞入胃内，这对孩子的身体是十分有害的。

细嚼慢咽对促进颌骨发育、预防牙齿疾病有着重要的作用。

咀嚼能刺激面部颌骨的发育，增加颌骨的宽度，增强咀嚼功能。

如孩子颌骨生长发育不好，可发生颌面畸形、牙齿排列不齐、咬合错位等。

咀嚼增加食物对牙齿、牙龈的摩擦，达到清洁牙齿和按摩牙龈的目的，从而增加了牙齿、牙周组织的新陈代谢，提高抗病能力，减少牙病的发生。

咀嚼时牙齿把食物嚼碎，唾液充分地将食物湿润并混合成食团，便于吞咽。

同时唾液中含有淀粉酶，能将食物中的淀粉分解为麦芽糖。

所以人们吃馒头时，咀嚼的时间越长，越觉得食物有甜味，这就是淀粉酶的作用。

食物在嘴里咀嚼时通过条件反射引起胃液分泌增加，有助于食物消化吸收。

有人做过试验，两个人同吃一种食物，一个人细嚼，另一个人粗嚼，化验结果发现，细咀嚼的人比粗咀嚼的人能多吸收蛋白质13%、脂肪12%、纤维素43%，由此可见，细嚼慢咽是大有好处的。

狼吞虎咽地进食，增加了胃肠道的负担，易引起胃肠疾病，而且还浪费了很多营养物质。

总之，养成良好的进食习惯，对于保护孩子的牙齿和牙周组织的健康、促进颌骨的发育以及帮助消化吸收、增进身体健康大有益处。

有狼吞虎咽进食习惯的孩子，家长一定要帮助他纠正。

25宝宝的三种不良习惯必须纠正1.托腮宝宝在听故事时，常用手托腮。

长此下去，腮部会受到压力，影响牙床骨和牙齿的正常发育，使牙齿长得歪斜不齐。

同时，托腮视线常偏向一边，往往会影响脊椎的正常发育，形成畸形。

2.咬唇有的宝宝爱用上牙齿磨或咬下嘴唇。

时间久了，会使嘴唇黏膜下面的涎腺排泄管发生阻塞，黏液排不出去，下嘴唇长出黄豆般的小泡，膨胀到一定程度就溃烂，严重时会引起感染，给孩子带来很多痛苦。

3.吸吮玩具有有的宝宝在玩玩具时，爱把玩具放在嘴里吸吮。

这样，带菌有毒的东西吃进肚子里，易引起疾病。

宝宝的不良习惯，会对他们的身体发育产生不良的影响。

父母应注意并加以纠正。

26为宝宝护牙的七个要点2岁之前，保护孩子牙齿的关键是什么？

专家建议：良好的清洁习惯+适宜的食物。

## <<2岁育儿方案>>

- 1.清洁牙齿，从第一颗乳牙萌出时开始当宝宝开始长牙时，妈妈不妨每天晚上都用干净纱布，蘸着淡盐水给他的牙齿做一下清洁。  
等到孩子稍大一点，牙齿长多了，可以用为婴儿特别设计的柔软牙刷给他刷牙，但不要使用成人牙膏，可选用婴儿用的可吞牙膏。  
刷牙的时间最好放在宝宝入睡之前换尿布的时候。  
这样，宝宝很容易就会将身体和口腔清洁结合起来。  
清洁牙齿的习惯培养得越早，孩子越易接受。  
同时，清洁牙齿时间也是妈妈和宝宝交流、亲热的好时机。  
当然，最好让爸爸也一起参与进来。
- 2.保护宝宝的牙齿，父母先改坏习惯口水是细菌传递的途径之一，因此，父母必须改掉一些不良的喂养习惯。  
比如，在喂宝宝食物之前，先把勺子放在自己嘴里尝尝，或把宝宝的手放在自己的嘴里逗他玩。

## <<2岁育儿方案>>

### 编辑推荐

《2岁育儿方案》由中国妇女出版社出版。

<<2岁育儿方案>>

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>