

成长发育过程中的重要里程碑

在健康发育的过程中，婴幼儿所需要的远远不止食物和水。除了其它的成长发育条件，他们还需要关爱、理解、指引和安全保障。他们需要在您的帮助下熟悉周围的环境事物、培养技能，并适应不断变化的各种自身需求。

在宝宝的成长发育过程中发挥积极的作用，会使您感到兴奋、充实和满意。您几乎每天都会观察到宝宝在体貌、行为和语言方面发生变化；而且您不久就会意识到，宝宝的顺利成长主要依靠您在宝宝发育期间对他的关心照料。

在您观察宝宝的成长发育时，请记住，每一个儿童的成长发育过程都具有独特性。尽管有某些“典型的”成长发育阶段，您的宝宝发育速度快慢可能会与其它儿童不同。另外，您的宝宝在某个方面可能发育较快，但在另一个方面也许没有这样快。

如果您认为您的宝宝在某个特定的方面发育有问题，不必惊慌。许多妨碍发育的问题都可通过早期干预得到解决。早期干预是一种服务体系，用于帮助儿童在学龄前阶段得到充分的成长和发育。

这份小册子的目的不在于提供囊括一切的详尽信息，但可以用它作为一般的指南，帮助您了解您的宝宝在某个特定年龄应学会做些什么。

为了方便您随时取用参考，请妥善保存这份小册子。您可以把它放在剪贴簿或宝宝记事簿中，或者您存放家庭档案文件的地方。如果您有不清楚的问题，请打电话向您当地的婴幼儿服务计划询问。

出生至2个月

体能发展

- 勉强将头完全抬起来
- 双手攥紧成拳

语言能力发展

- 发出咕咕声和呼噜声
- 牙牙学语

社会交往能力发展

- 睡眠时间多
- 好哭
- 睡眠和饮食习惯可能会出现不规则的现象
- 面对父母或听到父母的声音时会安静下来

2个月

体能发育

- 俯卧时能抬起头
- 身体动作平稳
- 不再攥拳，手指伸展开
- 仰卧时挥动双手并踢脚

语言能力发展

- 发出更多的咕咕声和呼噜声，与宝宝说话时更是如此
- 发出不同的哭声来表示不同的需求

社会交往能力发展

- 开始微笑，表示高兴和苦恼
- 听到熟悉的声音时会转过头
- 将宝宝抱起时，他会很安静
- 喜欢让人挠痒逗他
- 喂宝宝吃东西时，他会短暂地注视您
- 会吮吸拇指或手指，让自己安静下来

4个月

体能发育

- 能看到房间的另一端
- 在别人撑扶下能坐立
- 能自己翻身，从俯卧到仰卧
- 伸手去拿玩具
- 持握东西
- 伸手去抱双脚，并将脚抱拢到嘴的附近
- 朝发出声音的方向掉转头
- 用眼睛跟随别人的移动

语言能力发展

- 笑、尖声啼哭，并牙牙学语
- 发出高兴的咕咕声和呼噜声
- 发出“喔喔”和“啊啊”声

社会交往能力发展

- 喜欢玩自己的脚
- 更喜欢注视有颜色的东西，而不太注意黑白色的东西
- 想让人抱起或抱着的时候，便会手忙脚乱一番
- 能识别出不同的家人
- 伸出双手或双臂玩耍
- 微笑

7个月

体能发育

- 在短时间内能自己坐立
- 持握玩具，并自己吃小块的食物
- 在别人撑扶下能站立，并能用双腿支撑身体的一部份重量
- 伸手去拿东西，并能把东西从一只手换到另一只手
- 开始长牙齿，这可能会使宝宝睡眠不安

语言能力发展

- 发出组合元音
- 模仿声音
- 对表示禁止的词语“不”和自己的名字做出反应
- 运用肢体语言向他人示意

社会交往能力发展

- 能自己玩耍
- 与他人玩耍或玩玩具的时间更长一些
- 喜欢与其它儿童在一起
- 对各种声音做出更多的反应
- 见到陌生人会退缩，并紧紧搂住自己熟悉的照顾者

10个月

体能发育

- 以不同的姿势爬行
- 从物体上爬过去
- 能贴靠着物体站立
- 能用拇指和手指捡起小物品

语言能力发展

- 能说“不”、“再见”和“妈妈”
- 能用声音让他人注意自己

社会交往能力发展

- 开始变得更加独立，可能更喜欢自己一个人玩耍，而不要人抱
- 模仿他人的手势和面部表情
- 到处爬行去寻找父母
- 叫宝宝的名字时，他会爬到您面前
- 喜欢玩“藏猫猫”的游戏
- 能一次数页地翻书页或杂志页
- 喜欢做声音游戏
- 挥手“再见”
- 能听懂简单的指令

12个月

体能发育

- 开始从爬行转为两腿岔开摇摇晃晃地行走
- 自己用手吃小块食物
- 也许能开始用羹匙吃东西
- 能蹲下

语言能力发展

- 用“爸爸”和“妈妈”去称呼某些特定的人
- 可能已掌握3至10个“真正的”词语
- 使用肢体语言的姿势有所增加

社会交往能力发展

- 喜欢有人注意他
- 用蜡笔涂写
- 玩耍的方式增多
- 表示喜欢和不喜欢时，态度更加明显
- 对着镜子自我逗笑并亲吻自己
- 开始玩娃娃和布制的动物玩具
- 用手点指书中所画的物品，并辨认这些物品
- 能听懂简单的词汇和短语，例如“到爸爸这儿来”。

15个月

体能发育

- 能独自站立和行走
- 能用羹匙喂自己吃东西
- 能用行走的姿势捡起物品

语言能力发展

- 能运用简单的词汇和短语
- 能说出父母说的一些词语

社会交往能力发展

- 喜欢听音乐并随音乐节奏舞蹈
- 会说“不”，并拒绝食物
- 对周围的环境事物有更强的意识
- 独立性更强
- 非常活跃好动

18个月

体能发育

- 能快速跑动
- 玩球的时候，会使用整条手臂
- 会自己吃饭、用羹匙吃东西，并学着用餐叉吃东西
- 会脱鞋、帽子和手套
- 爱用力拖、使劲拉、抛扔、用手推和拉拽
- 上下楼梯时不需要他人帮助

语言能力发展

- 知道物品的名称
- 会使用人称代词

社会交往能力发展

- 喜欢探索
- 常常拒绝食物

24个月

体能发育

- 会自己脱衣服（大一些的衣物，例如睡衣和睡裤等）
- 开始有踢的动作
- 能顺利用杯子喝水
- 能把东西拆开，然后再把它们装在一起

语言能力发展

- 讲话更清楚
- 开始用短句子代替“儿语”
- 喜欢自言自语
- 重复他人说的词语
- 语言和动作结合使用

社会交往能力发展

- 开始辨别环境
- 喜欢帮助妈妈和爸爸做事
- 玩耍后可能愿意把东西收拾好
- 非常活跃好动
- 可能会时而发脾气
- 当别人说出身体部位的名称时，可能会用手指点这些身体部位

36个月

体能发育

- 荡秋千和攀爬
- 原地蹦跳
- 向后倒行
- 骑三轮儿童车

语言能力发展

- 讲话时会使用短句子，并使用复数名词
- 唱短的歌曲
- 除了父母以外，其他人也能听懂宝宝讲的话
- 能说出自己名字
- 说“不”的次数增多
- 在感到害怕或者不喜欢时，会讲出来

社会交往能力发展

- 能自己用羹匙和餐叉吃饭
- 会用吸管喝饮料
- 会把大珠子穿成一串
- 能很顺利地自己穿衣服
- 开始区分不同性别
- 开始探索户外的环境

为家长提供几点建议

- 宝宝在听到别人讲话的过程中学习说话。对您的宝宝说话，并给他唱歌和朗读。
- 小宝宝喜欢身体接触。抚摸您的宝宝，抱起宝宝并轻轻摇他。
- 气氛紧张时，小宝宝会有所察觉。宝宝啼哭时，应及时做出反应并且态度要温柔。在与宝宝讲话或在宝宝面前与他人讲话时，要注意态度。
- 大自然会激发宝宝对外界环境的兴趣。常带宝宝到户外去散步。新鲜空气对宝宝也颇有益处。
- 您为宝宝准备的玩具应适合他的年龄和发育程度。活动玩具、彩色盒子、推拉玩具、大一些的积木、大一些的球以及乐器，对您的宝宝都适合。
- 照看宝宝时要加小心。绝不可摇晃婴幼儿！

马里兰州教育局
特殊教育处/
早期教育服务部
马里兰州婴幼儿教育计划
200 West Baltimore Street, 9th Floor
Baltimore, MD 21201
电话：410-767-0261
免费电话：1-800-535-0182
传真：410-333-2661
聋哑人士专线：410-333-0731

Robert L. Ehrlich, Jr.
州长

马里兰州教育局
Edward L. Root, 局长
Jo Ann T. Bell, 副局长
Philip S. Benzil
Dunbar Brooks
Calvin D. Disney
Clarence A. Hawkins
Walter S. Levin
Karabelle Pizzigati
Maria C. Torres-Queral
John L. Wisthoff
Christopher J. Caniglia

Nancy S. Grasmick
州教育总监

Carol Ann Baglin
州教育副总监，特殊教育处/早期教育服务部

马里兰州教育局禁止借种族、肤色、性别、年龄、原国籍、宗教信仰或身体残疾为由，而在就业或提供服务计划机会方面进行歧视。如需询问有关州教育局各项政策的问题，请与平等机会保障与监督执行办公室(Equity Assurance and Compliance Branch)联系：电话留言410-767-0246，传真410-333-8165，聋哑人士专线410-333-6442。
◆ 此文件由特殊教育处/早期教育服务部依据残疾人教育法案(IDEA)，第C部份，经费拨款计划#H181A020124，编撰和印制，并由美国教育部特殊教育及康复服务署资助。本文中所阐述的观点未必能反映美国教育部或任何其它联邦机构的观点，因而不宜作此推断。所提供的信息不受版权限制。欢迎读者复制并向其他人传送本文的内容，但请注明原作者是马里兰州教育局特殊教育处/早期教育服务部。◆ 为符合美国残疾人法案(ADA)的要求，本文件有不同版本格式，可依您的需求提供。请与马里兰州教育局特殊教育处/早期教育服务部联系：电话留言410-767-0249，传真410-333-8165，聋哑人士TDD专线410-333-6442。

成长发育 的重要 里程碑



婴幼儿
成长发育指南
出生至三岁