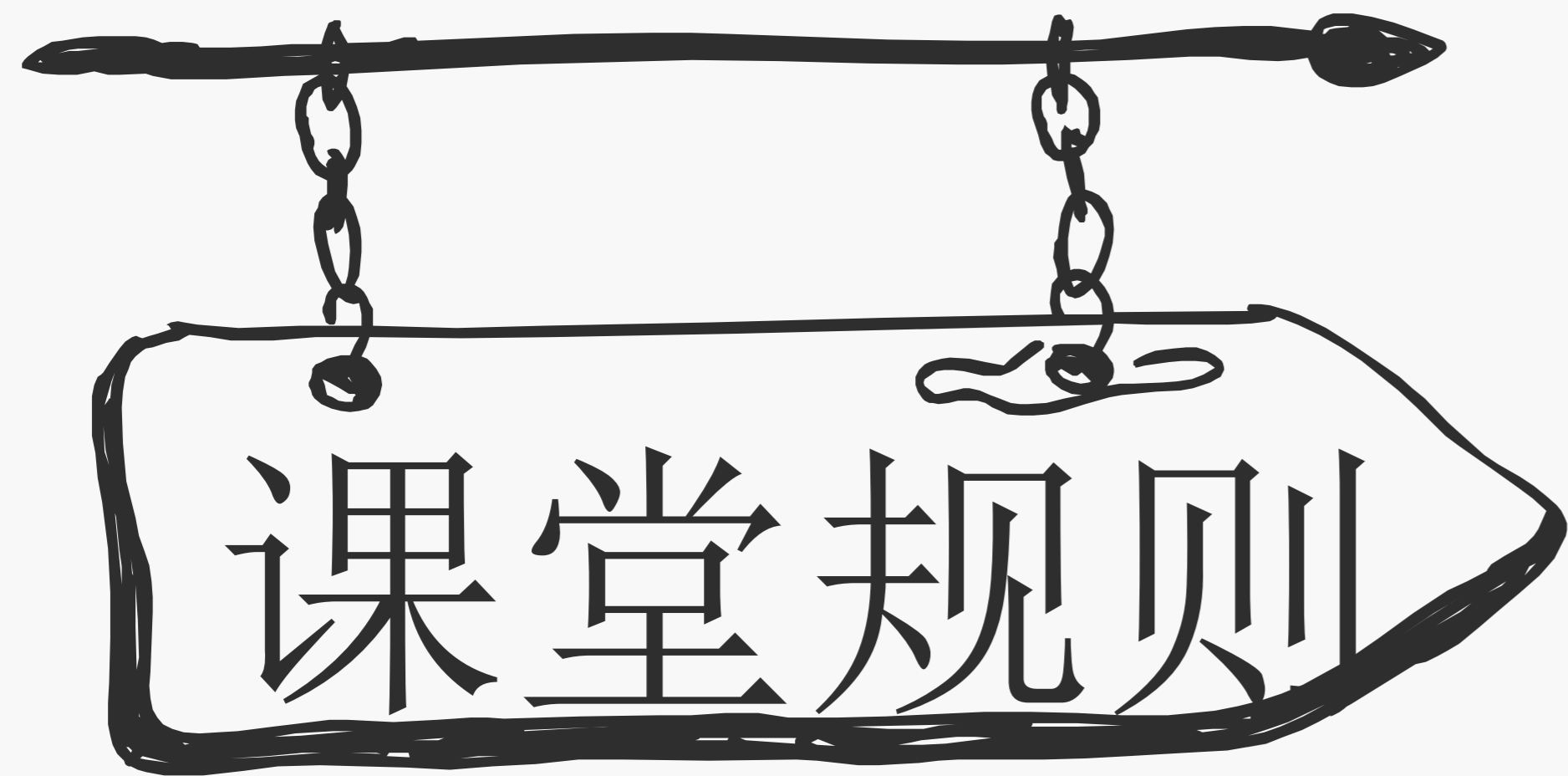




实操技能规范

主讲人：梁巧莉




课堂规则



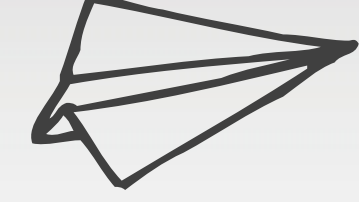
1. 请关闭移动电话
或设定静音状态

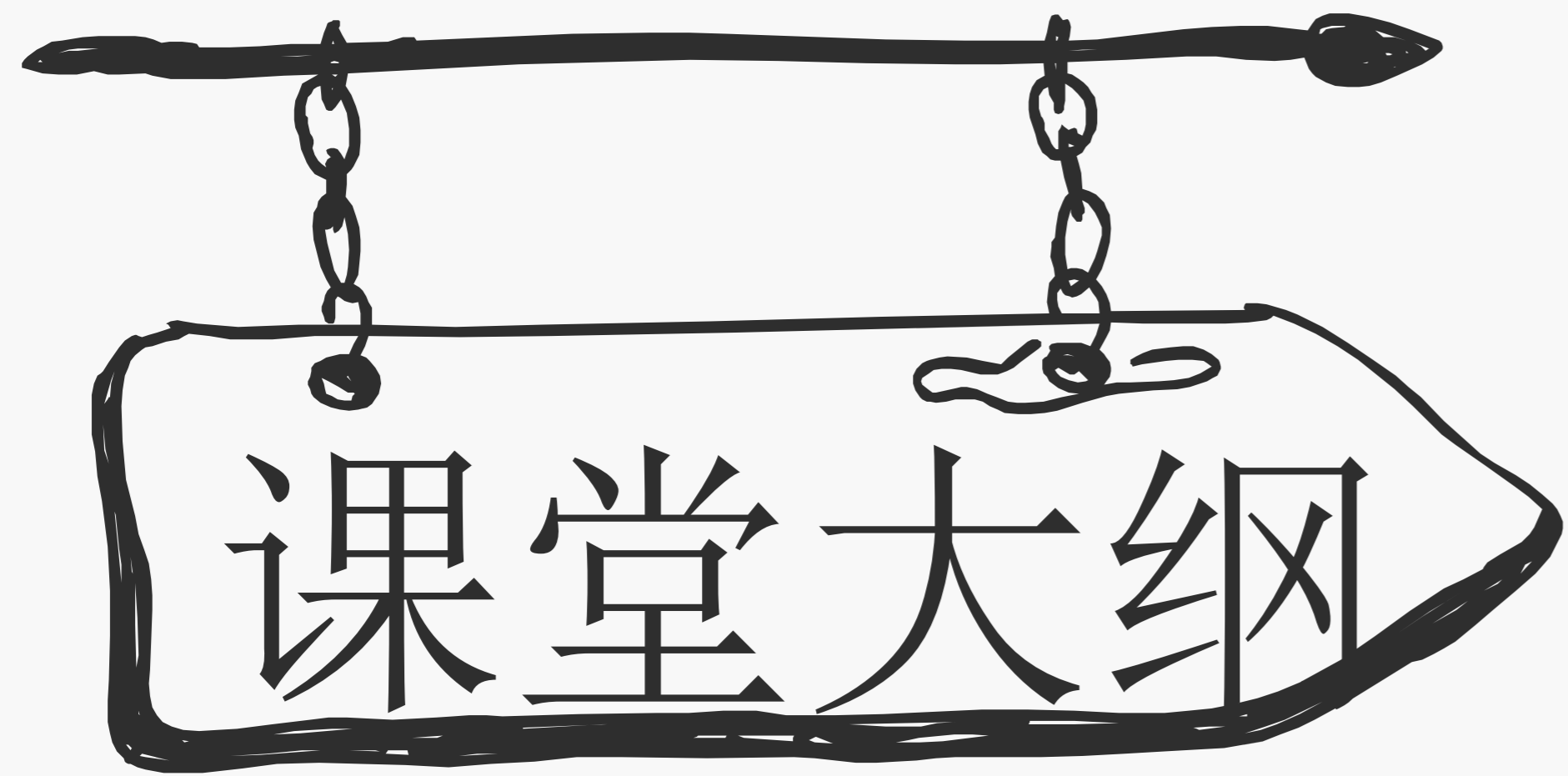
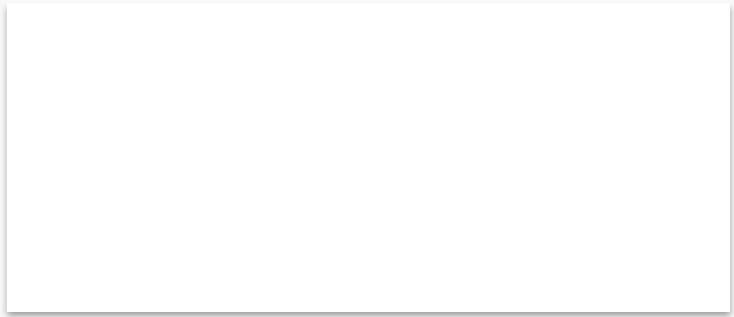


2. 上课中请勿走动、
交谈、接听电话



3. 多互动，多交流，
多提问题





课堂大纲



一 . 被 动 操 



二 . 主 被 动 操 



三 . 婴 儿 沐 浴 



四 . 婴 儿 抚 触 



一、被动操



1. 被动操注意事项



2. 被动操的好处



3. 被动操操作方法



4. 要点回顾



1.1 注意事项



- ✔ 适宜的室温（ $26^{\circ}\text{C}\pm$ ），安全平台（床上或铺有毛毯、地垫的地板上）。
- ✔ 最好着宽松轻便的单衣。
- ✔ 餐后1小时或在日光浴时，大小便之后进行。
- ✔ 每日1-2次，每次15分钟左右。
- ✔ 随时注意婴儿的表情反应，进行交流包括说话和微笑。
- ✔ 做操之前先给宝宝四肢和关节按摩热身。
- ✔ 被动操的动作要轻柔，不能生拉硬扯，遇到疾病或情绪不好时可暂停做操。
- ✔ 最好在轻松、活泼的儿童音乐配合下进行。
- ✔ 被动操适宜2~6个月婴儿。



1.2 好处

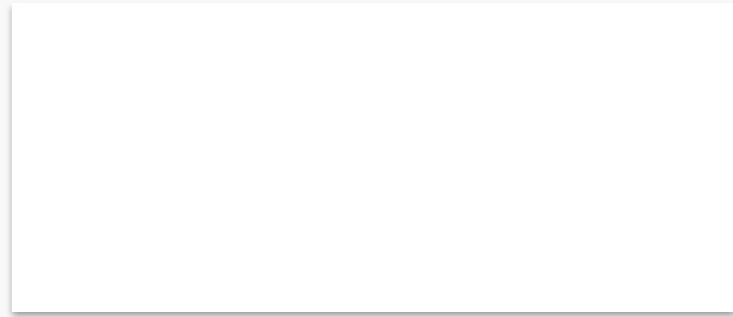
婴儿满月后就可以做被动操。如果可以长期地坚持每天做操，可以增强孩子的生理功能发展：



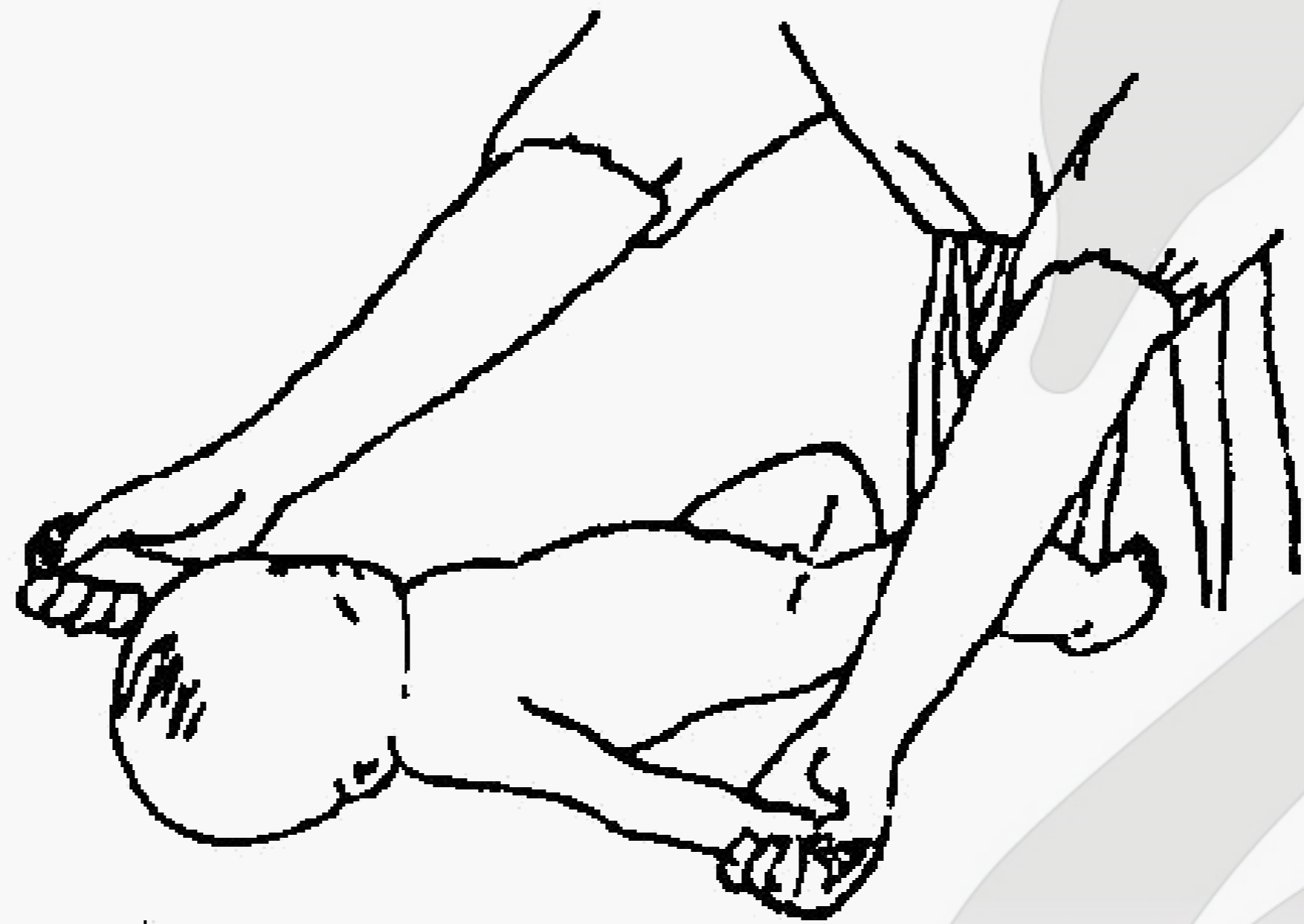
- ☑ 提高孩子对环境的适应能力。促进动作、肌肉、神经的发展，并帮助动作变得更加灵敏。
- ☑ 可以使小孩初步的、无意的、无秩序的动作，逐步形成和发展分化为有目的协调动作，为思维能力打下基础。
- ☑ 做操时伴着音乐，可以促进左右脑的平衡发展。



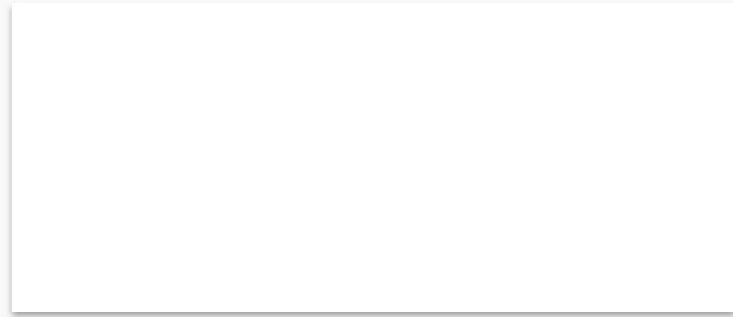
1.3操作方法



- ①、扩胸运动
- ②、曲肘运动
- ③、肩关节运动
- ④、上肢运动



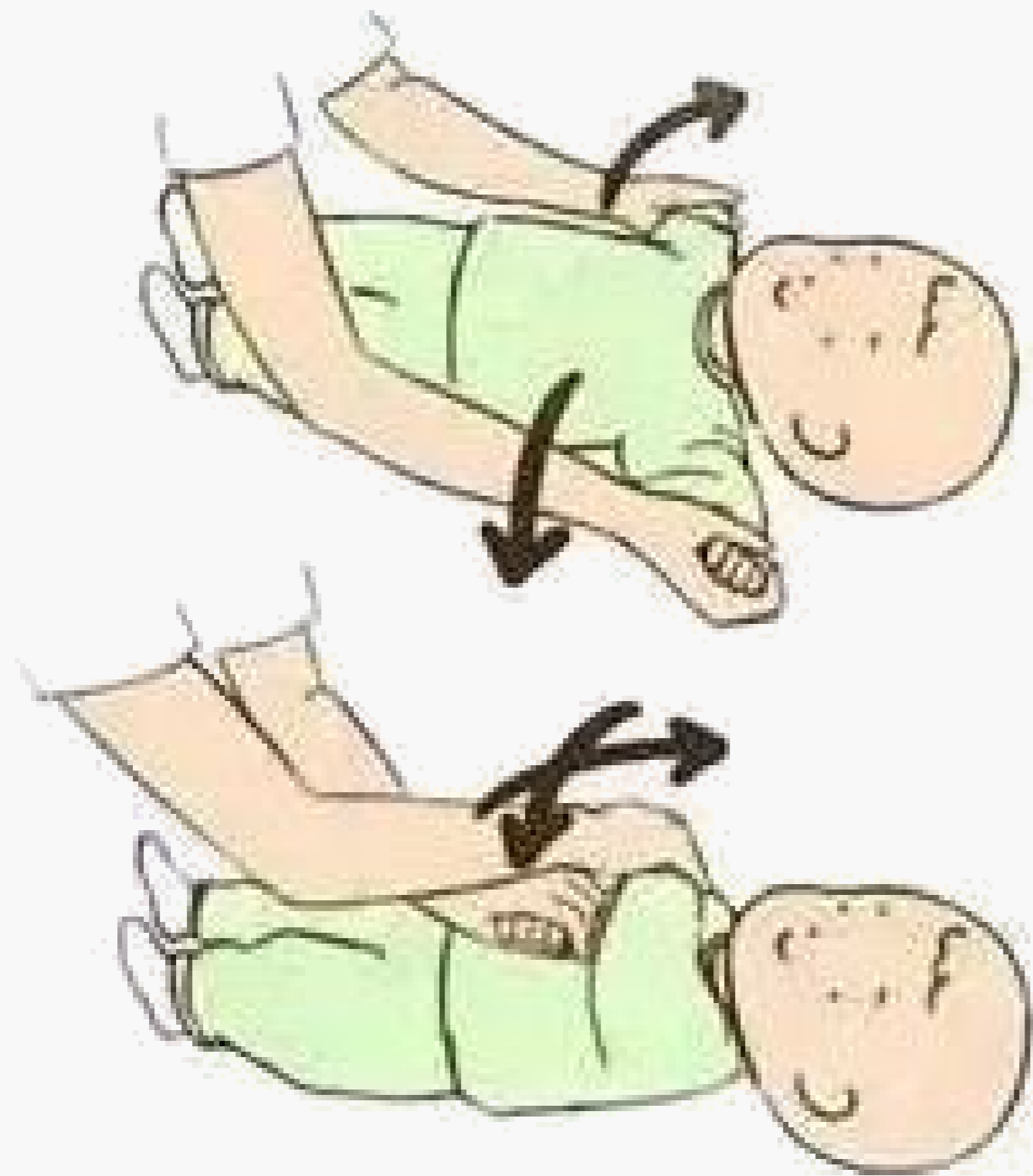
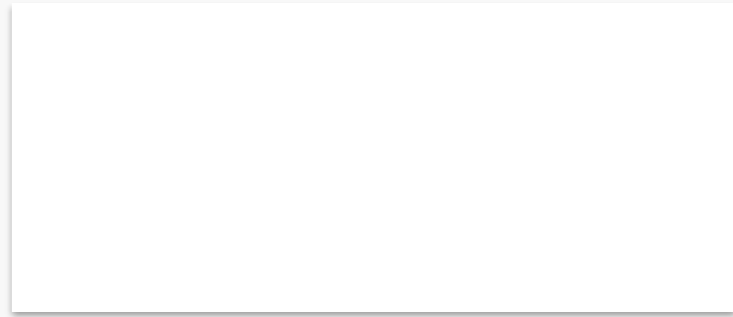
- ⑤、踝关节运动
- ⑥、下肢屈伸运动
- ⑦、举腿运动
- ⑧、翻身运动



预备姿势：婴儿仰卧，操作者双手握住婴儿手腕，把拇指放在婴儿手掌内，让婴儿握拳，两手放在婴儿二侧。



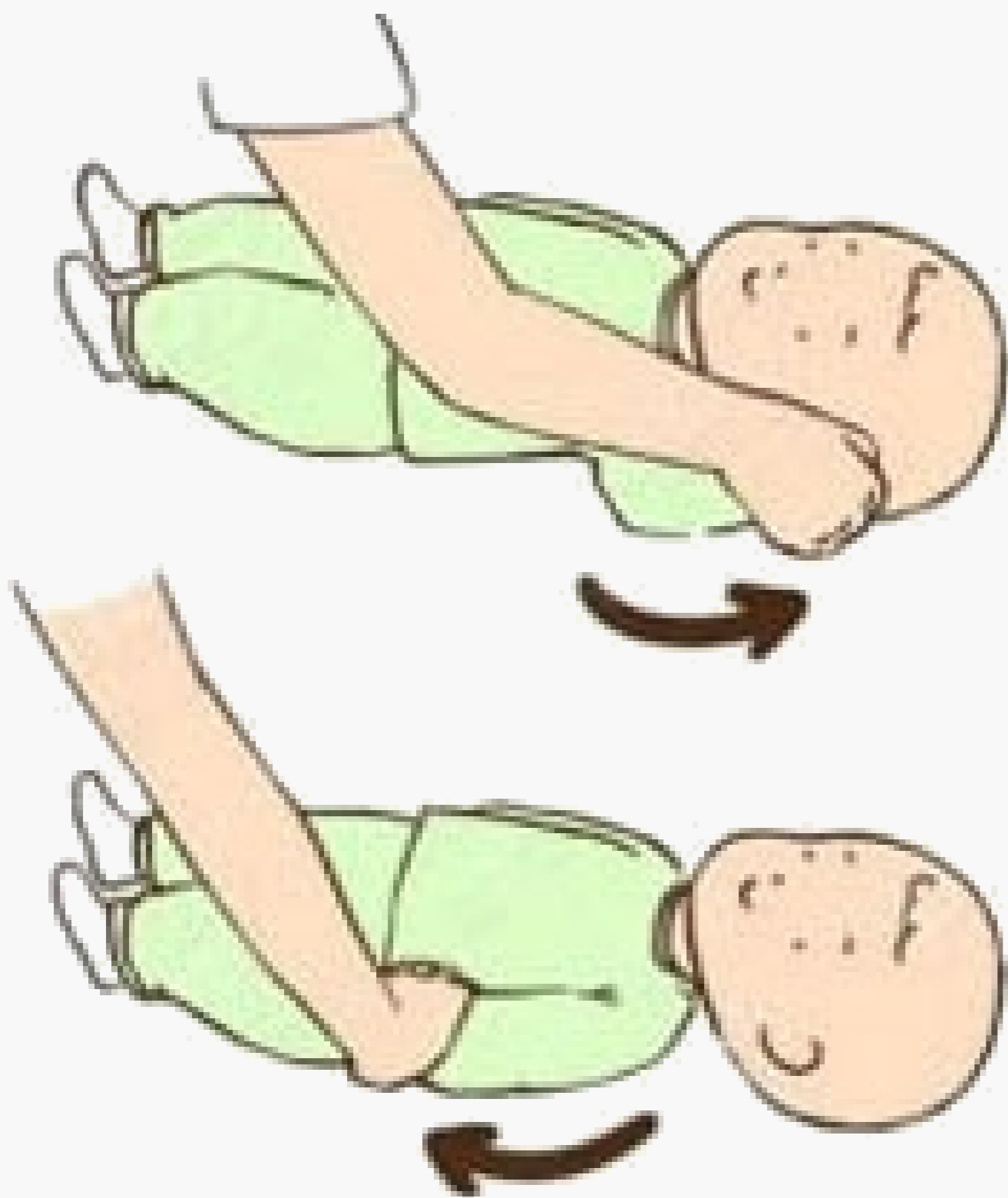
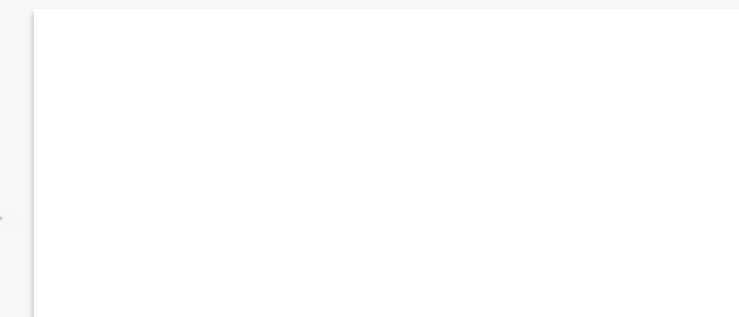
1.3.1 扩胸运动



- ①、两手左右分开，向外平展，与身体成90度角，掌心向上；
- ②、两手胸前交叉
- ③、同①动作；
- ④、还原，重复二个八拍。



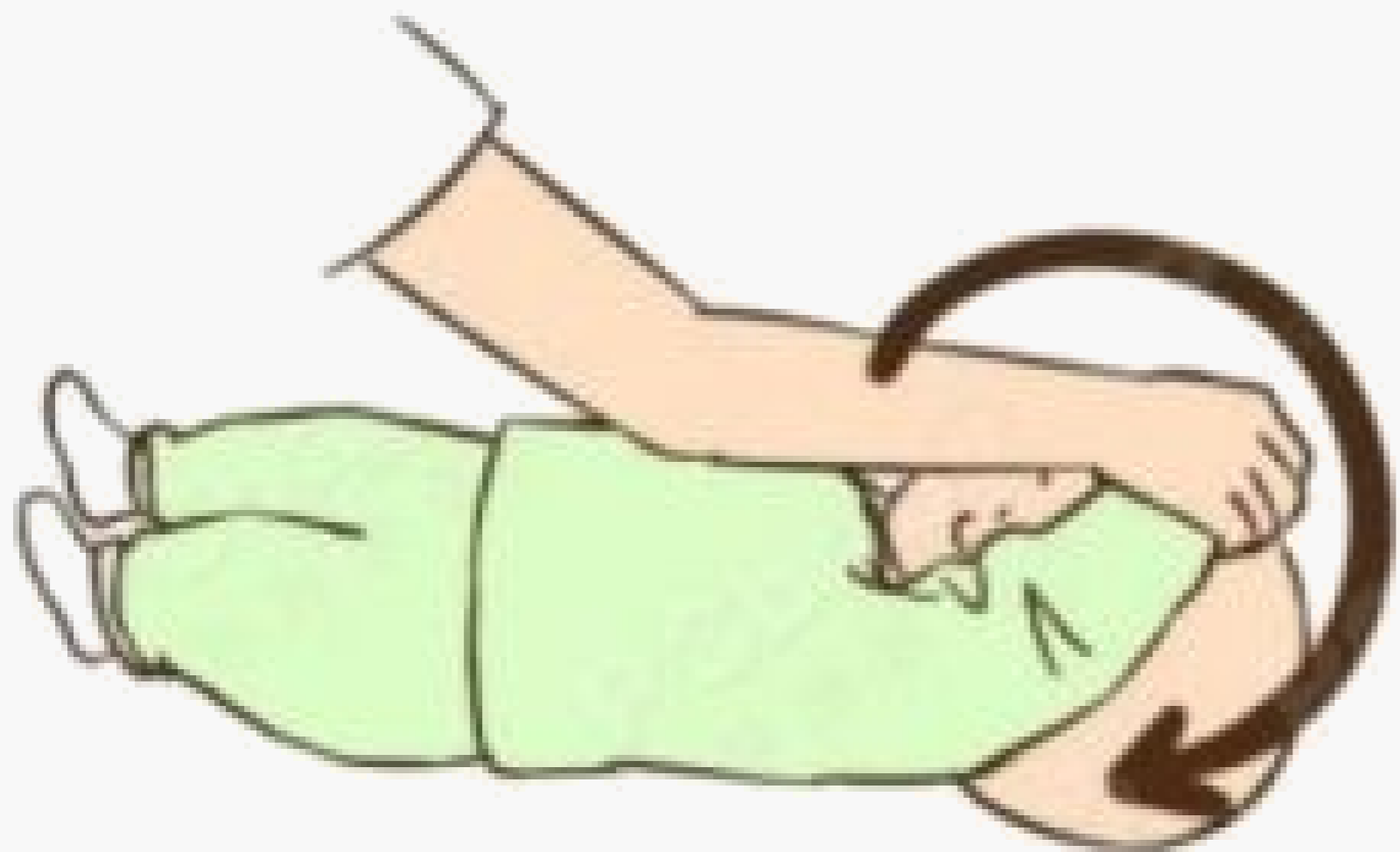
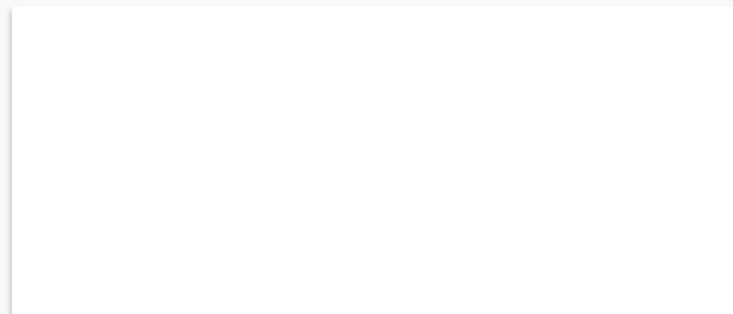
1.3.2 曲肘运动



- ①、向上弯曲左臂肘关节；
- ②、还原；
- ③、向上弯曲右臂肘关节；
- ④、还原，重复二个八拍

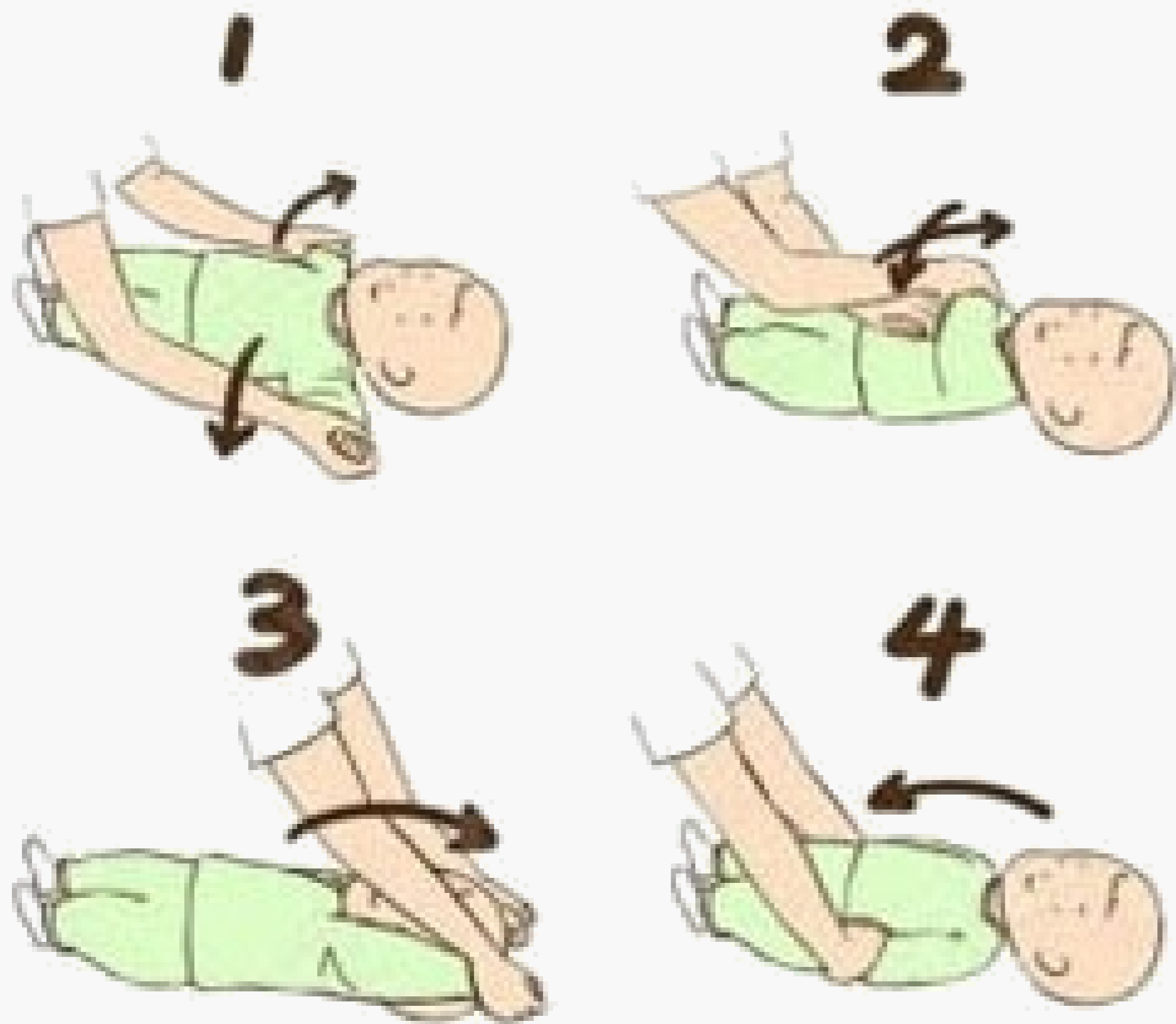


1.3.3 肩关节运动



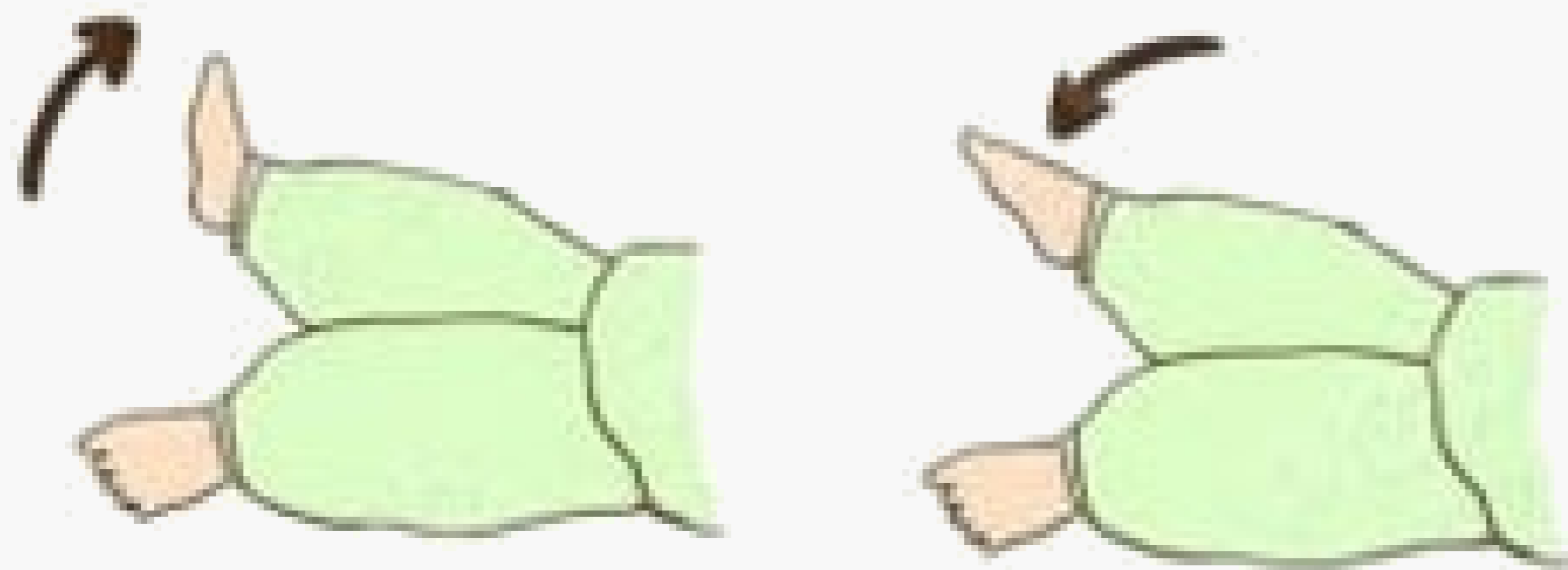
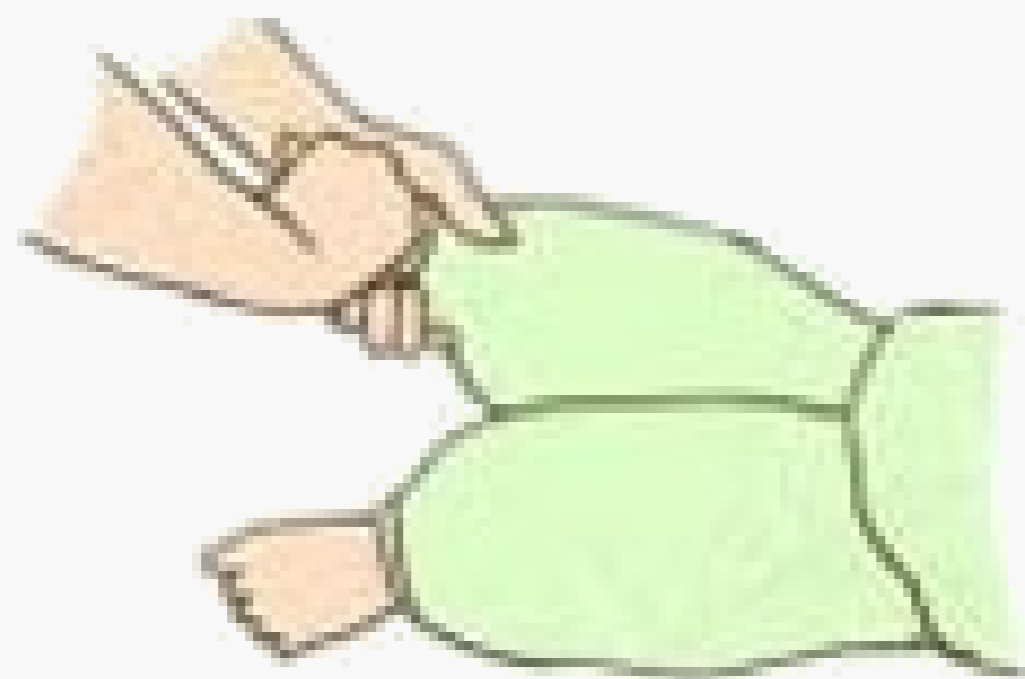
- ①、握住婴儿左手由内向外作圆形的旋转肩关节动作，重复四拍；
- ②、握住婴儿右手做同样的动作，重复四拍。

1.3.4 上肢运动



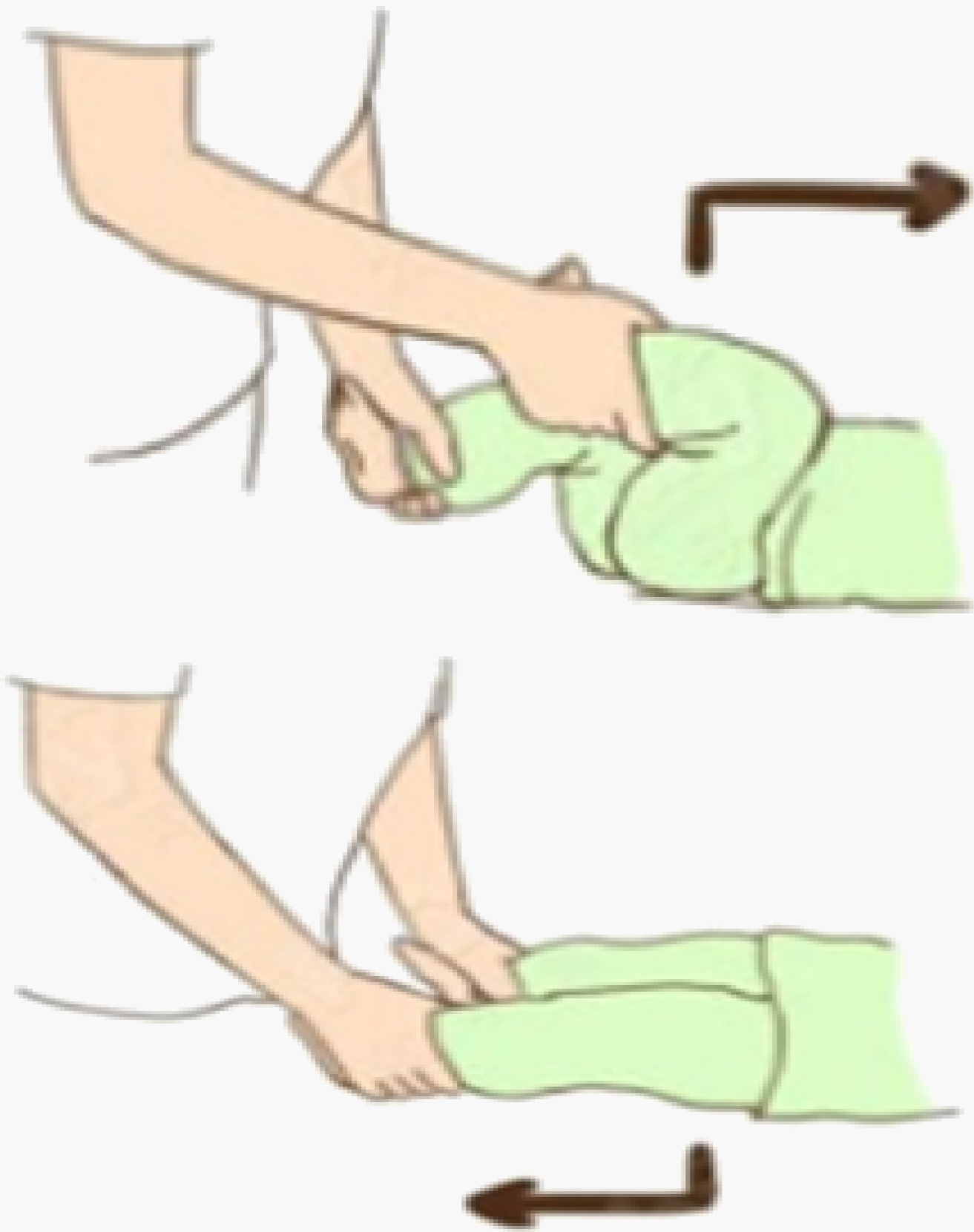
- ①、两手左右分开，向外平展与身体成90度角；
- ②、两手向前平举，两掌心相对，距离与肩同宽；
- ③、两手胸前交叉；
- ④、两手向上举过头，掌心向上，动作轻柔；
- ⑤、还原，重复二个八拍。

1.3.5 踝关节运动



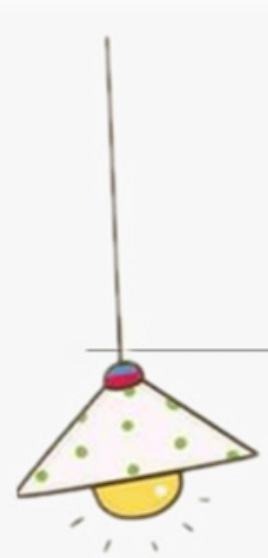
- ①、预备姿势：婴儿仰卧，操作者左手握住婴儿的左踝部，右手握住婴儿左足前掌；
- ②、将婴儿足尖向上屈曲踝关节；
- ③、足尖向下，伸展踝关节；
- ④、换右足做相同动作，重复二个八拍。

1.3.6 下肢屈伸运动



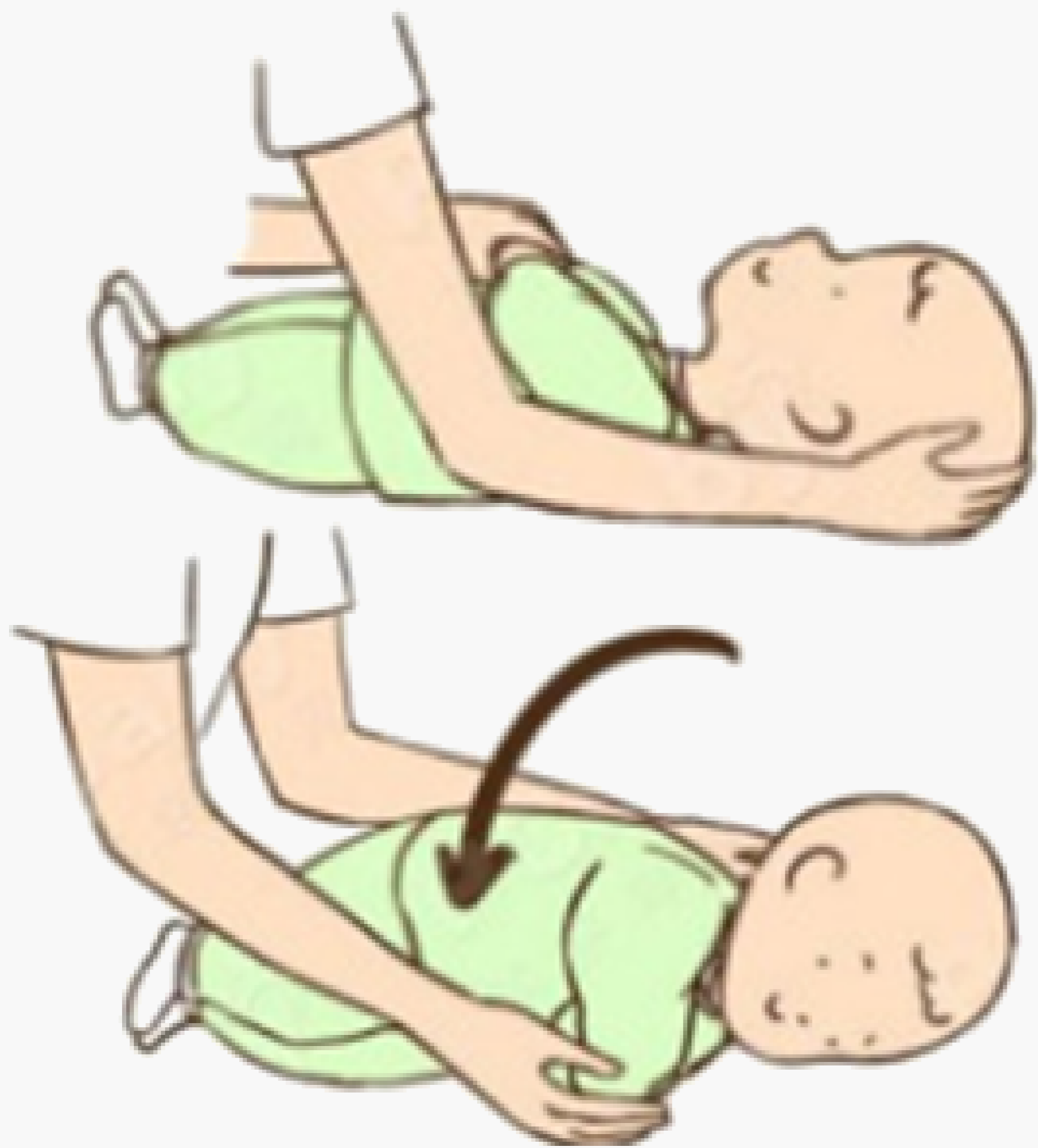
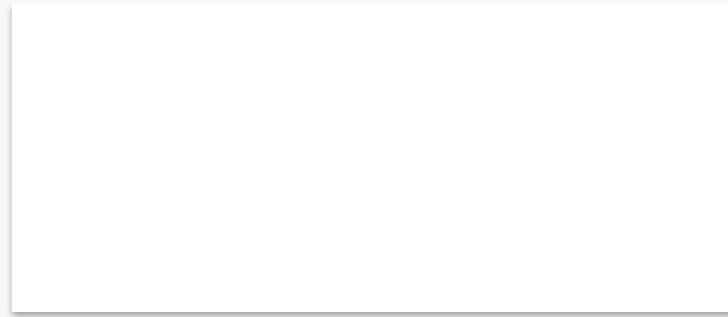
- ①、预备姿势：婴儿仰卧，两腿伸直，用双手握住婴儿两小腿，交替伸展膝关节，做踏车样动作；
- ②、左腿屈缩到腹部；
- ③、伸直；
- ④、右腿屈缩到腹部、伸直，重复二个八拍。

1.3.7 举腿运动



- ①、预备姿势：两下肢伸直放平，操作者两手掌向下，握住婴儿两膝关节；
- ②、将两下肢伸直上举90度；
- ③、还原，重复二个八拍。

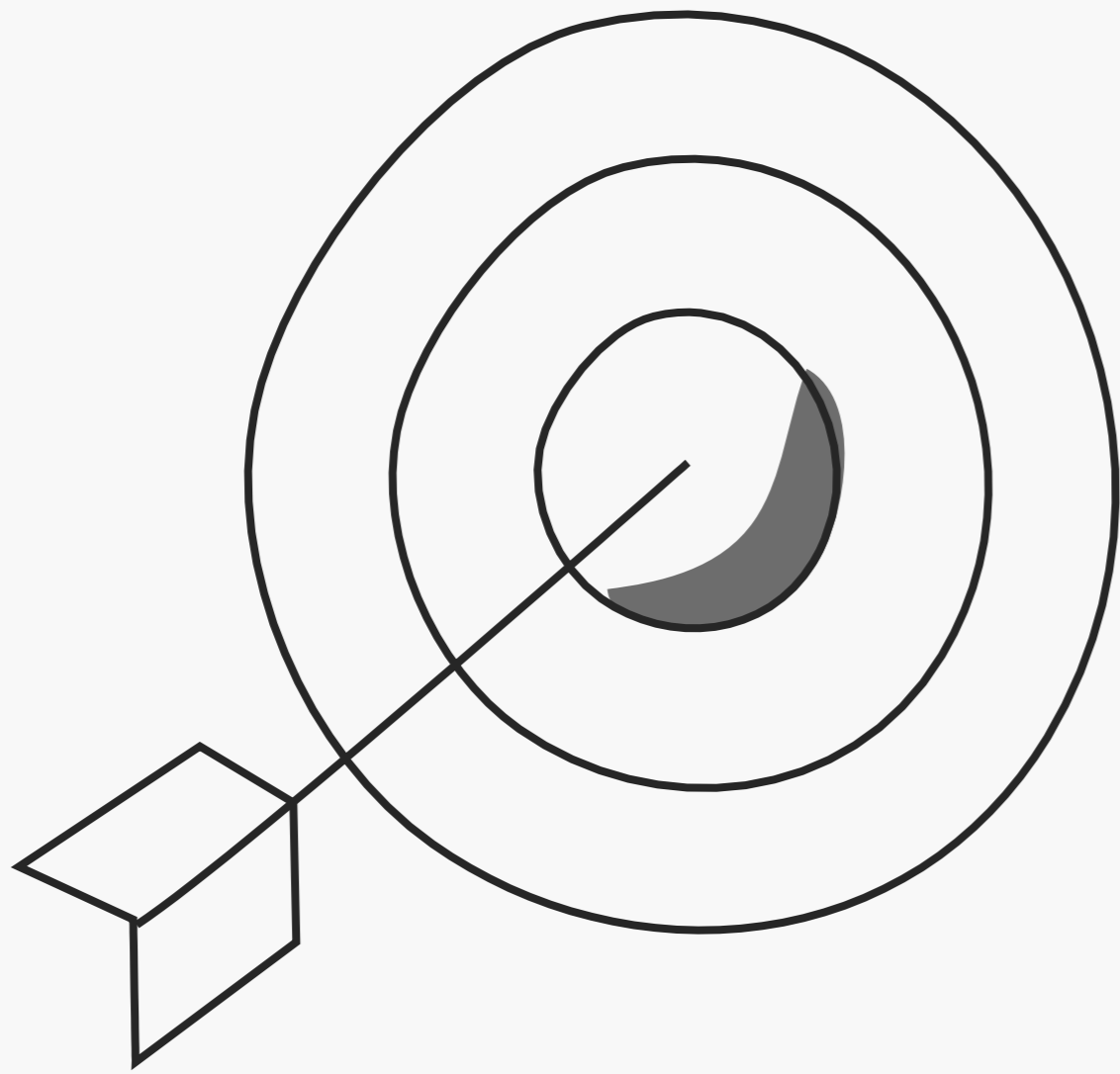
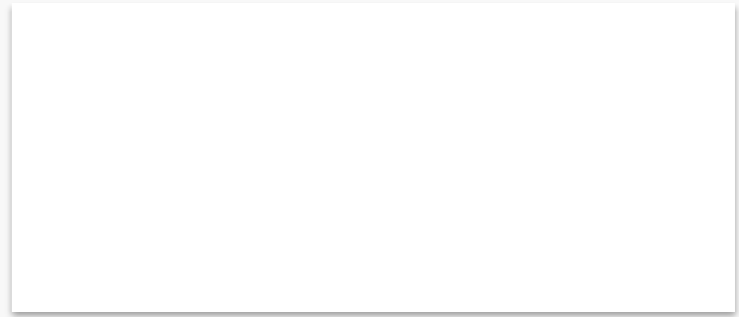
1.3.8翻身运动



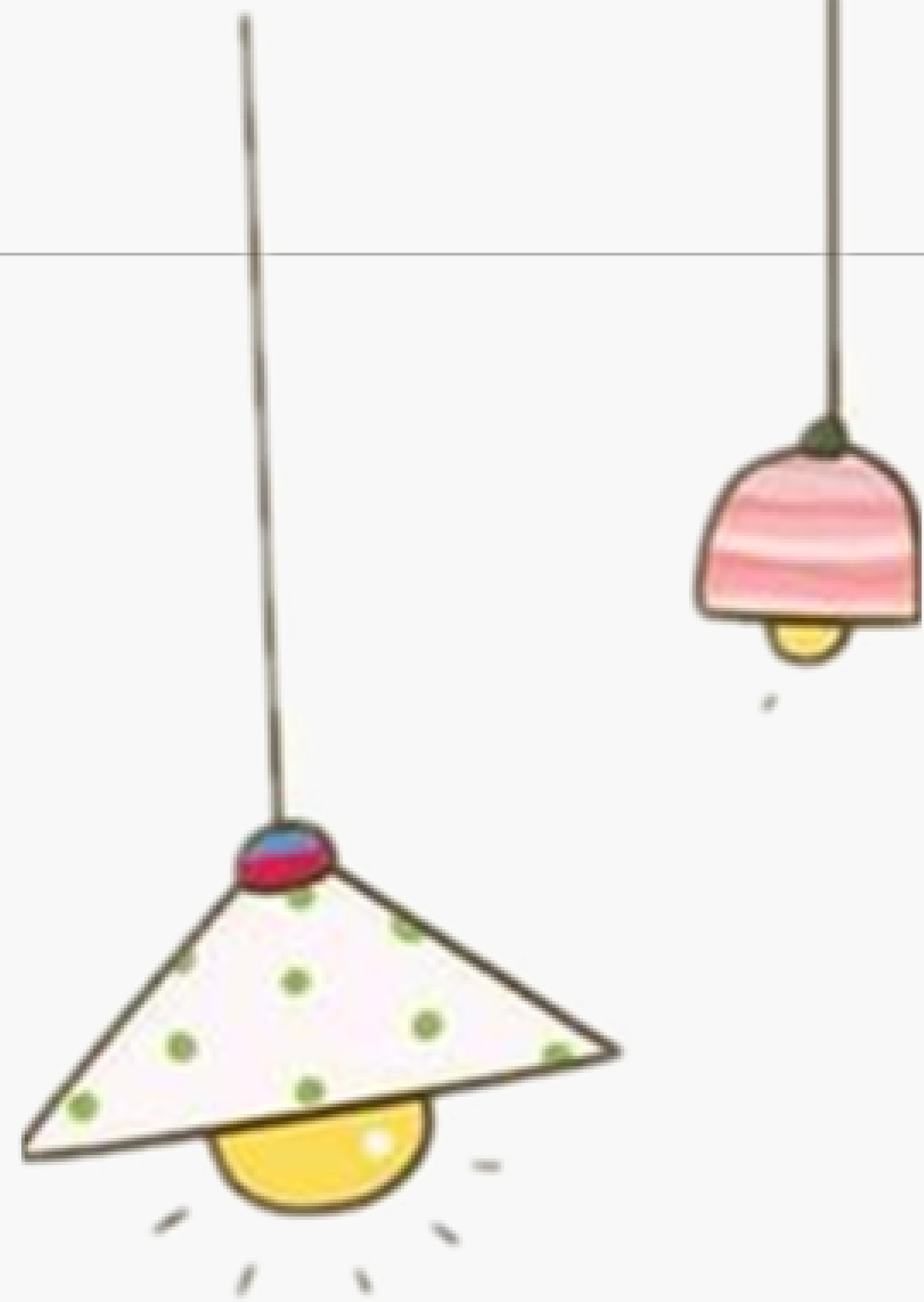
- ①、预备姿势：婴儿仰卧，操作者一手扶婴儿胸腹部，一手垫于婴儿背部；
- ②、帮助从仰卧转体为侧卧；
- ③、从侧卧转体到俯卧；
- ④、从俯卧再转体到仰卧，重复二个八拍。



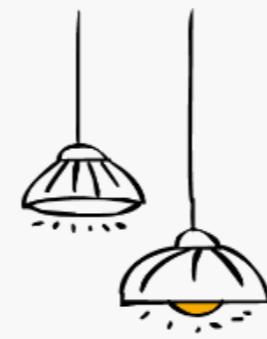
1.4要点回顾



- ①、被动操注意事项有哪些？
- ②、被动操一共有几节？
- ③、具体操作方法？
- ④、被动操什么时候做合适？



二、主被动操



1. 主被动操注意事项



2. 主被动操的好处



3. 主被动操操作方法



4. 要点回顾

2.1 主被动操注意事项



- ✓ 适宜的室温（ $26^{\circ}\text{C}\pm$ ），安全平台（床上或铺有毛毯、地垫的地板上）。
- ✓ 最好着宽松轻便的单衣。
- ✓ 餐后1小时或在日光浴时，大小便之后进行。
- ✓ 每日1-2次，每次15分钟左右。
- ✓ 随时注意婴儿的表情反应，进行交流包括说话和微笑。
- ✓ 做操之前先给宝宝四肢和关节按摩热身。
- ✓ 被动操的动作要轻柔，不能生拉硬扯，遇到疾病或情绪不好时可暂停做操。
- ✓ 最好在轻松、活泼的儿童音乐配合下进行。
- ✓ 被动操适宜2~6个月婴儿。

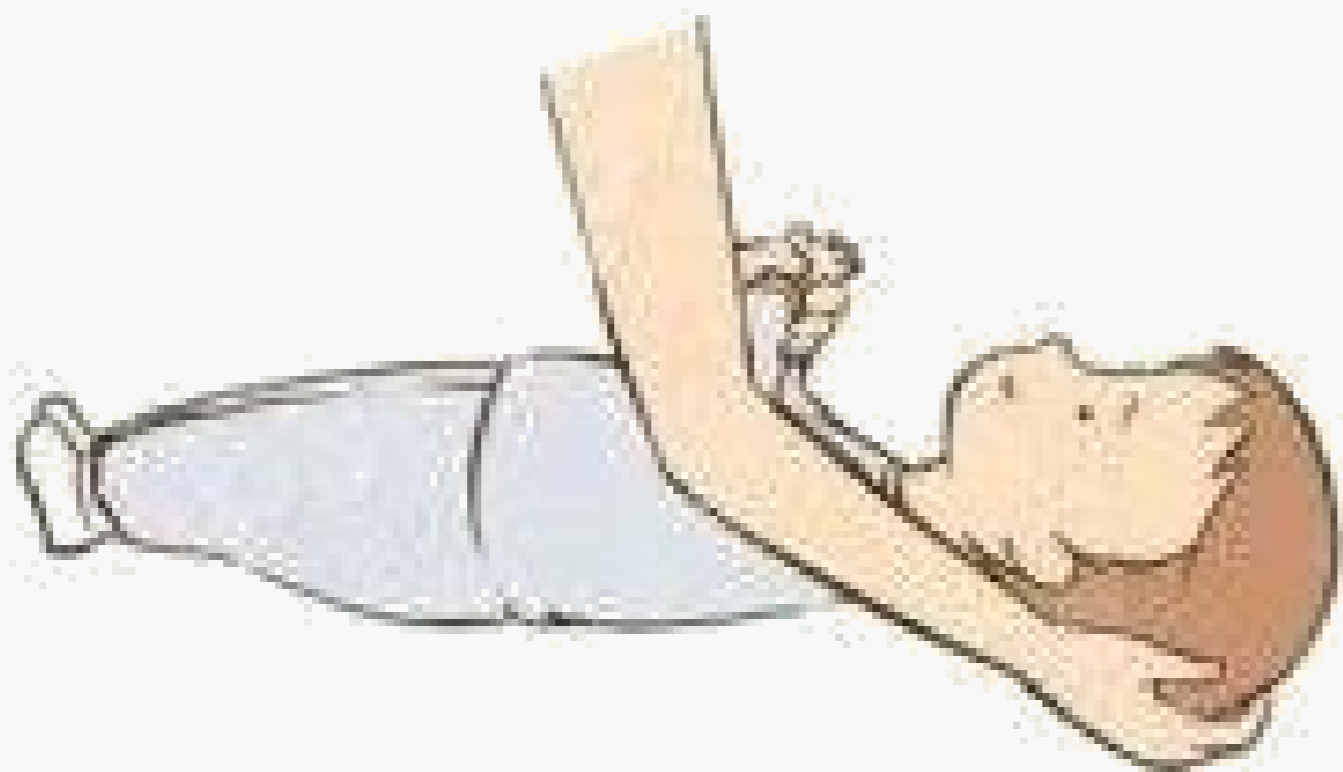
2.2 主被动操的好处



- ✔ 宝宝主被动操是适用于6-12个月的宝宝。
- ✔ 每天坚持做宝宝主被动操可以使宝宝的动作更灵敏，肌肉更发达，提高宝宝对自然环境的适应能力。
- ✔ 做操时伴有音乐，让宝宝接触多维空间，可促进左右脑平衡发展，从而促进宝宝的智力发育。

2.3 主被动操操作方法

第一节 起坐运动



①、预备姿势：婴儿仰卧，两臂放在双曲的两侧，育婴师握住婴儿手腕，拇指放在婴儿手心里，让婴儿握拳。每个动作两个节拍，共两个八拍；



②、动作一：把婴儿双臂拉向育婴师胸前，两手距与肩同宽，育婴师握住婴儿的手腕，慢慢拉引婴儿向上向前，不要过于用力，让婴儿自己使劲做起来；

③、动作二：还原成仰卧姿势。

2.3 主被动操操作方法

第二节 起立运动

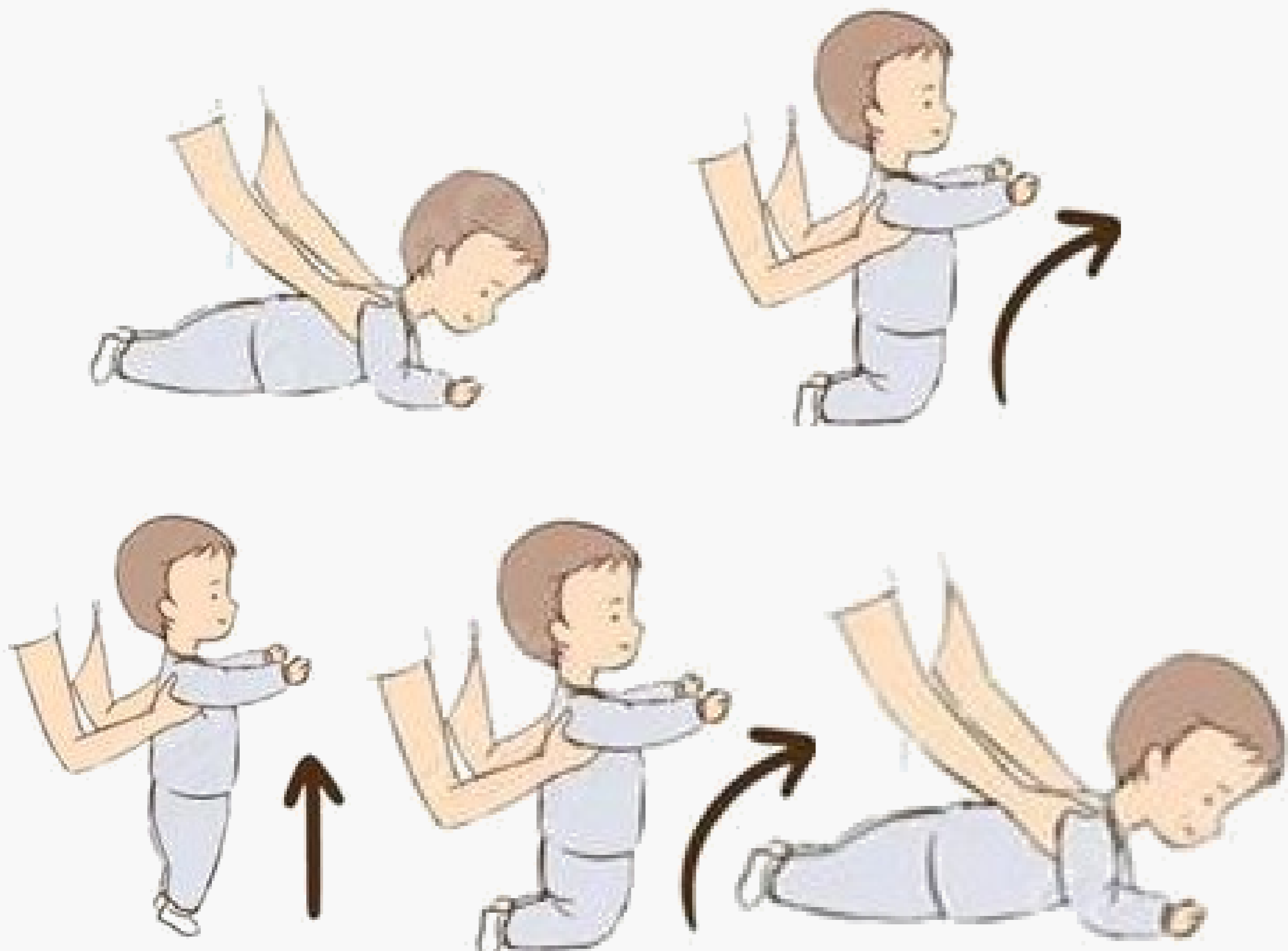
①、预备姿势：婴儿俯卧，双手支撑在胸前，育婴师双手握住婴儿肘部；

②、握婴儿肘部，让婴儿慢慢从俯卧位变成双膝跪地；

③、扶婴儿站起；

④、双膝在跪地；

⑤、还原至俯卧位。



2.3 主被动操操作方法

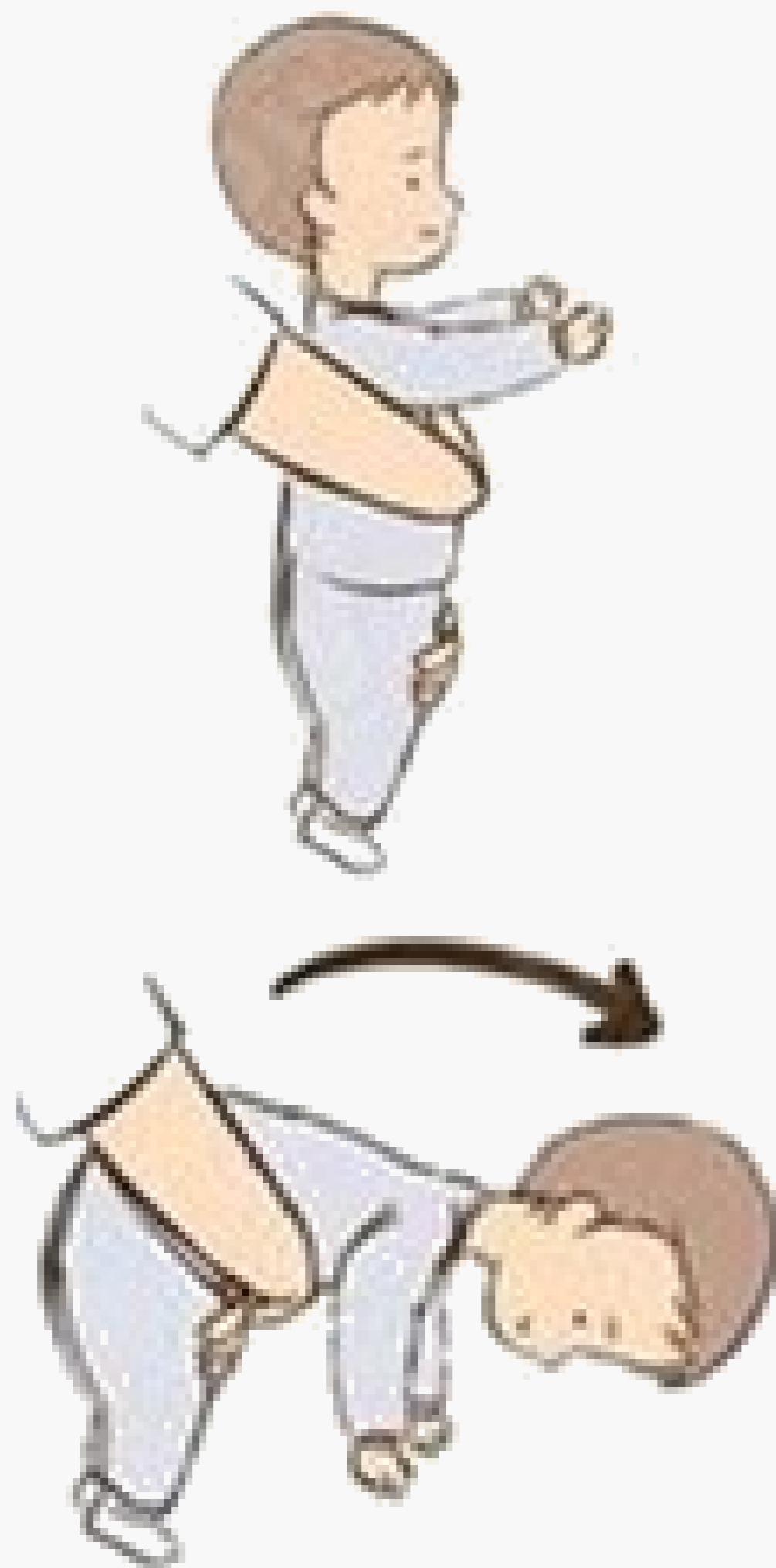
第三节 抬腿运动



- ①、预备姿势：婴儿俯卧，两肘支撑身体，两手向前平放，育婴师握住婴儿的两小腿；
- ②、育婴师轻轻向上抬起婴儿双腿，只抬高婴儿的下肢，胸部不得离开床面；
- ③、还原成预备姿势；
- ④、双膝在跪地；
- ⑤、还原至俯卧位。

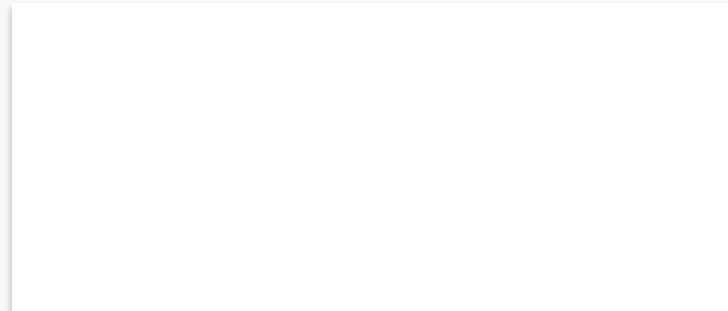
2.3 主被动操操作方法

第四节 弯腰运动



- ①、预备姿势：让婴儿背向育婴师站在前面，育婴师一手握住婴儿双膝，另一手握住婴儿腹部，在婴儿前方，放一玩具；
- ②、让孩子弯腰前倾；
- ③、鼓励孩子拾取玩具；
- ④、拾取玩具慢慢还原；
- ⑤、成直立状态。

2.3 主被动操操作方法



第五节 挺胸运动



①、预备姿势：婴儿俯卧位，双手向前伸出，育婴师双手拖住婴儿肩臂部；



②、轻轻的使婴儿的上体抬起并挺胸，注意下腹部不离开床面；

③、还原到预备姿势。

2.3 主被动操操作方法

第六节 转体翻身运动



①、预备姿势：让婴儿仰卧，育婴师左手握住婴儿双手，右手扶住婴儿背部；

②、育婴师帮助婴儿向左翻身，再转体，到俯卧状；

③、还原至仰卧姿势；

④、向右翻身、转体运动；

⑤、还原。

2.3 主被动操操作方法

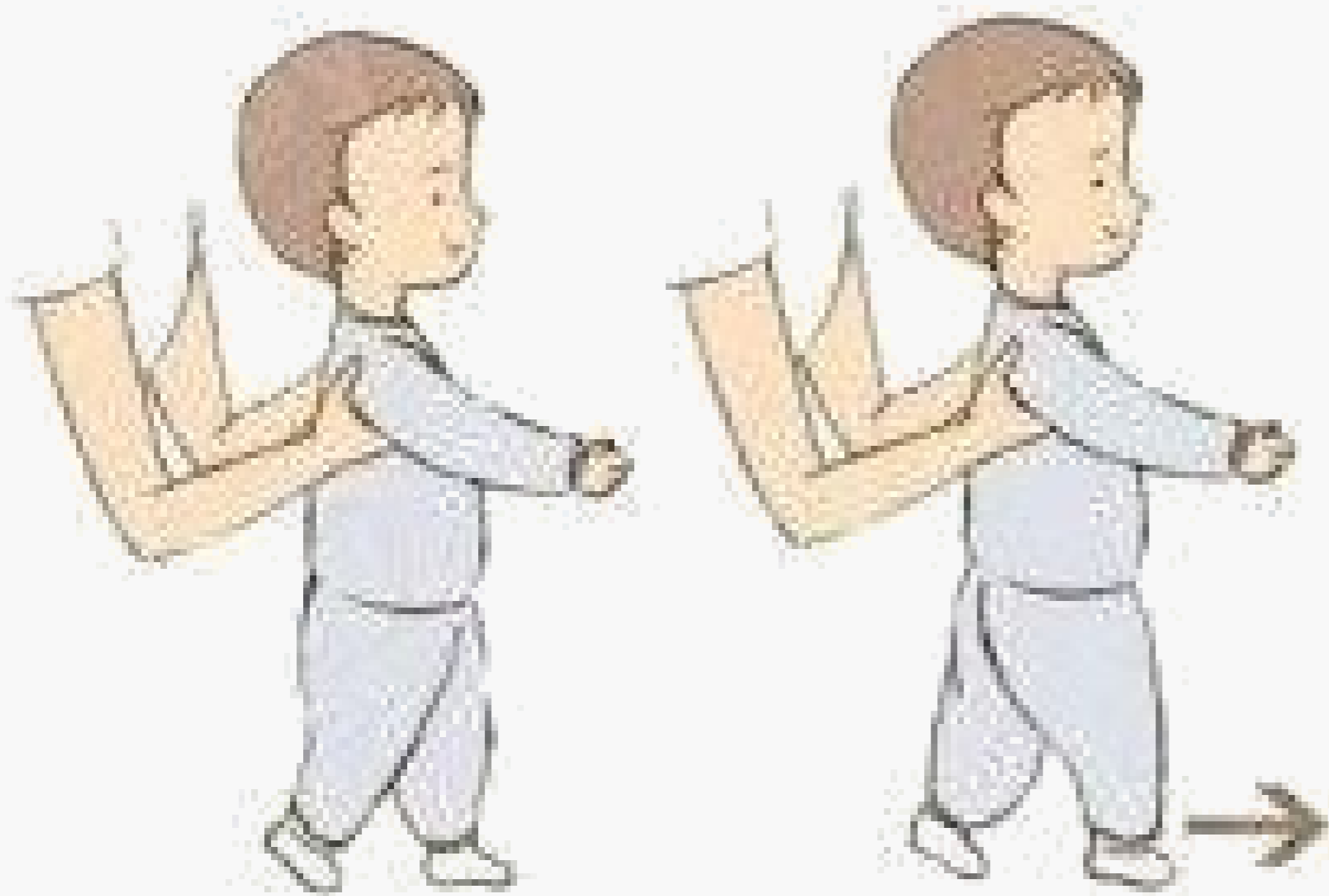
第七节 跳跃运动



- ①、预备姿势：让婴儿面对面站在育婴师面前，让育婴师用双手扶住婴儿腋下；
- ②、育婴师稍用力将婴儿托起离开床面，让小儿足尖着地，轻轻在床上做跳跃动作；
- ③、还原至站立动作。

2.3 主被动操操作方法

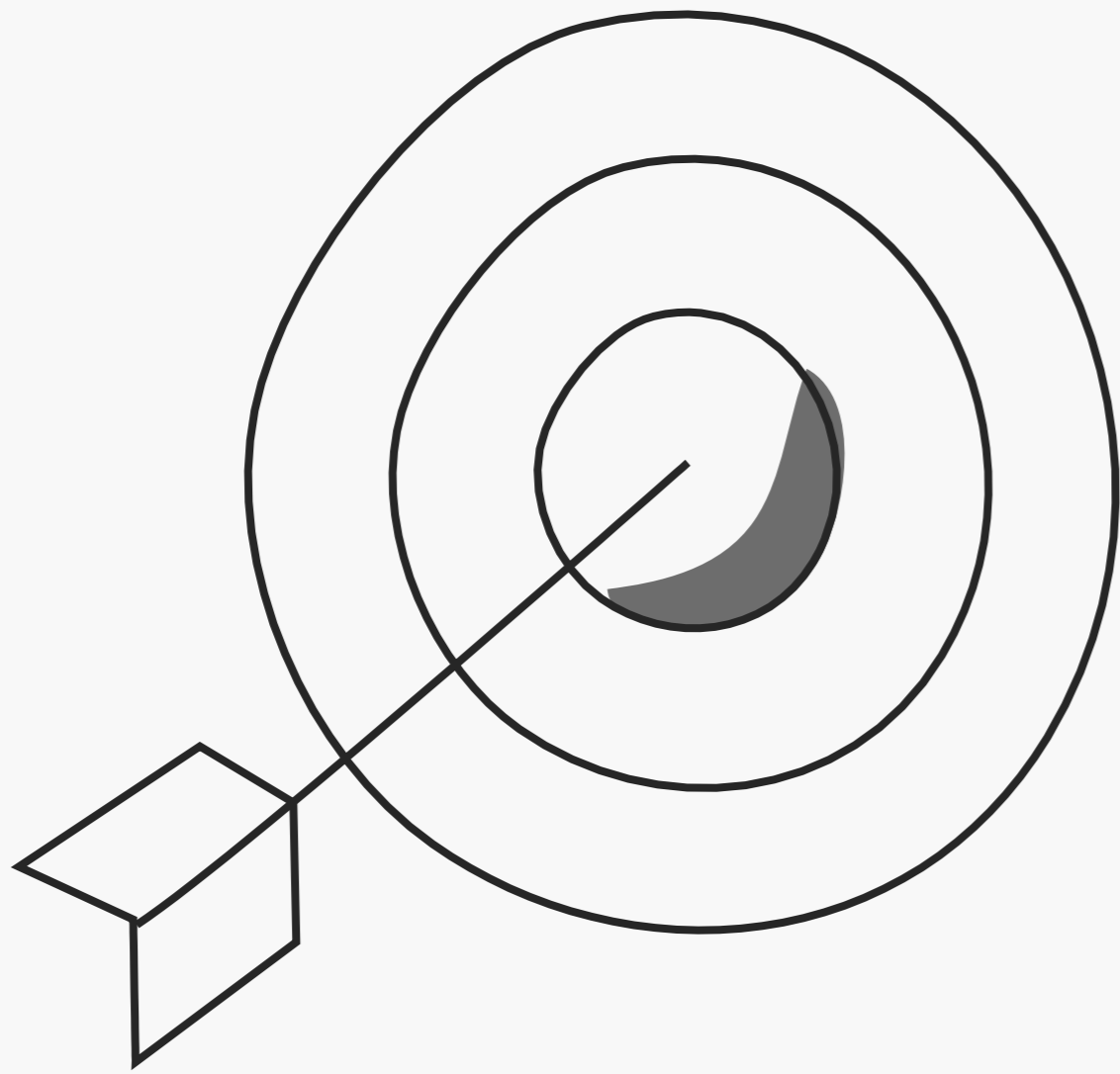
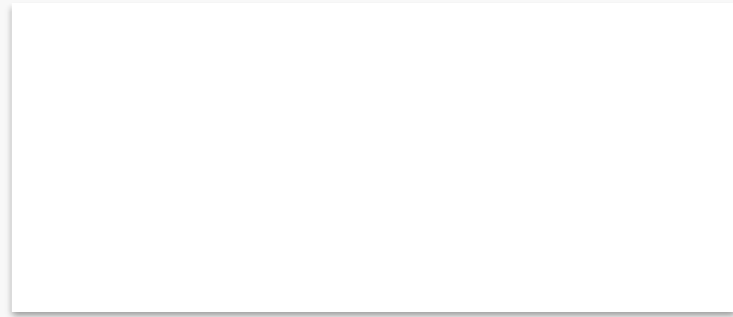
第八节 扶走运动



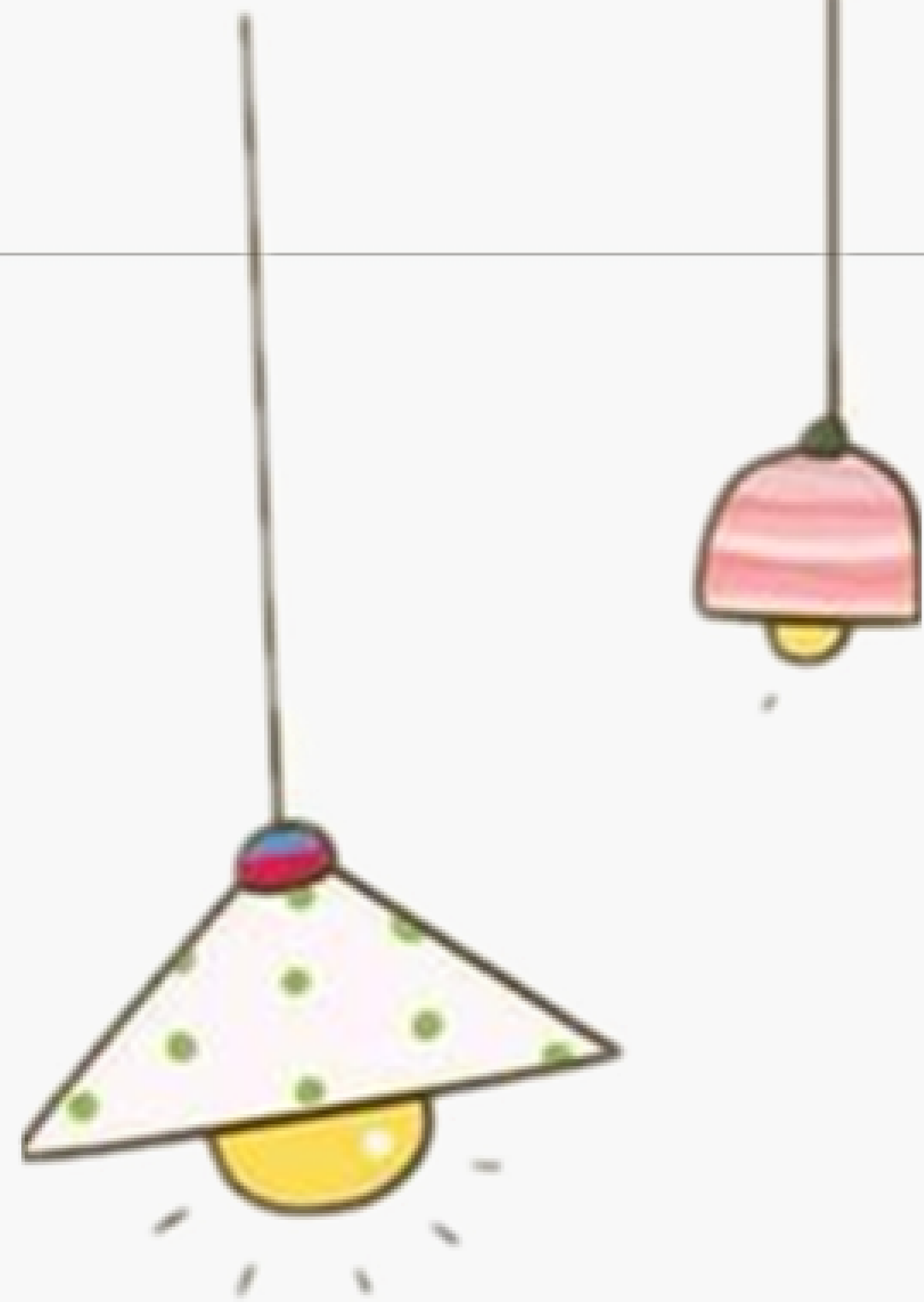
- ①、预备姿势：让婴儿站立，育婴师站在婴儿背后，或前面，扶婴儿腋下或前臂；
- ②、育婴师扶着婴儿，让他向前迈步走，四步，一步一个节拍；
- ③、育婴师扶着婴儿，让他向后退步走，退四步。



2.4要点回顾



- ①、主被动操注意事项有哪些？
- ②、主被动操的基本流程是怎样的？
- ③、主被动操什么时候做合适？



三、婴儿沐浴



1. 操作前准备



2. 沐浴操作方法



3. 注意事项



4. 要点回顾

3.1 操作前准备



环境准备：

- ☑ 关门窗、避免对流风。
- ☑ 室温宜为26~28摄氏度。
- ☑ 如室温不够，可用电暖器增加温度。
- ☑ 地板防止湿滑，可以放置一块耐水的踏垫。
- ☑ 灯光不要太亮，光线要柔和。
- ☑ 放柔和的音乐增加愉悦的洗澡气氛。

3.1 操作前准备



用品准备：

- ☑ 专用浴盆一个，小脸盆二个：（洗脸、洗臀部用）。
- ☑ 宝宝浴巾一条，大纱巾一条、小毛巾三条(洗脸、洗澡、洗臀部)。
- ☑ 婴儿专用的洗头液、免冲洗沐浴露、润肤油（乳液适宜夏天）护臀膏。
- ☑ 水温表1个、适量温水(水温38到40度)干、湿纸巾。
- ☑ 换洗衣服、纸尿裤。

3.1 操作前准备



操作者准备：

- ✓ 摘掉饰品
- ✓ 剪指甲
- ✓ 束头发
- ✓ 洗手

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/018054107116006067>