

<<实用胎教百科小全书>>

图书基本信息

书名：<<实用胎教百科小全书>>

13位ISBN编号：9787508071442

10位ISBN编号：7508071441

出版时间：2012-11

出版时间：华夏出版社

作者：于松 主编

页数：242

字数：120000

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>

前言

科学胎教，孕育聪明宝宝 很多人说孩子的性格和智商在娘肚子里的时候，就已经定下来了。其实这话不无道理。

经过多年的研究观察，专家们发现：与没有受过胎教的孩子相比，受过胎教的孩子不爱哭，学发音较早，也能较早地理解语言；他们对音乐更敏感，大脑发育更好，运动能力也发展得更好。

可见，胎教是有必要的。

据研究发现，孕4周，胎儿的视网膜开始形成；孕6周，胎儿的听觉开始发育；孕8周，胎儿的皮肤感觉开始出现；孕11~12周，胎儿的味觉发育完成；孕20周，胎儿形成了向大脑传达味觉的器官；孕32周左右，胎儿能分辨出羊水的味道；孕37周，胎儿几乎能感知任何光线……而且，胎儿能够感知母亲的情绪，分辨母亲和父亲的声音，并能对子宫内的生活保留一定的记忆。

“如何进行胎教呢？”

”门诊中，很多人都这样问我。

这个问题不是一两句话就可以说清楚的，这本书就是我的回答。

胎教是通过刺激胎儿得以实施的，而胎儿住在妈妈的子宫里。

所以胎教中，准妈妈的言行举止，情绪心理尤其重要。

胎教的效果如何，准妈妈是一个甚为重要的影响因素。

胎教的施行，必须考虑胎儿的成长情况。

所以本书以时间为序，从孕1月到孕10月给出了不同的有针对性的胎教方案；同样，每章开篇我都会用一定的篇幅来介绍胎儿的成长情况和母亲为适应胎儿成长产生的生理变化。

另外，我特别强调一点，胎教不是神童教育。

实施胎教是为了让孩子的大脑、神经系统及各种感觉机能、运动机能发展更健全完善，为出生后接受各种刺激、训练打好基础，使孩子对未来的自然与社会环境具有更强的适应能力。

希望我的这本小书能帮到各位准父母。

<<实用胎教百科小全书>>

内容概要

科学的胎教可以塑造孩子的性格，让孩子身体更健康，大脑发育更好，利于孩子健全人格的培养。

根据宝宝的生长发育情况和孕妈妈的身体心理变化，北京妇产医院孕产专家倾情为您奉献国内外最科学、最权威的胎教知识，设计了最适合中国宝宝、切实可行的胎教方案。

另外，针对胎教中准父母可能遇到的问题，都有详尽细致的解答，是北京妇产医院孕产专家献给准父母们的科学胎教同步指导方案。

作者简介

于松

首都医科大学副教授、硕士生导师，毕业于原白求恩医科大学临床医学专业，曾赴日本留学。

现任北京妇产医院产科副主任、主任医师，从事妇产科临床和教研工作20多年，主要研究方向是妇产科高危妊娠管理、各种孕期复杂合并症和并发症的处理、优生优育咨询，以及妇产科急危重症诊治。曾被好医生网站评选为“北京市十大受欢迎好医生”。

曾在国内核心期刊、杂志发表论文20多篇。

主编有多部孕育类畅销书，深受读者好评。

书籍目录

第一章 孕1月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 受过胎教的孩子更聪明
3. 什么时候开始胎教
4. 准妈妈是胎教的主角
5. 准爸爸是胎教的必要配角
6. 如何进行科学胎教
7. 胎教中常见的心理误区

第二章 孕2月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 夫妻感情对胎教有直接影响
3. 胎宝宝感觉胎教法
4. 情绪胎教：快乐是最好的胎教
5. 运动胎教：孕早期适宜的运动方式
6. 营养胎教：抓住胎儿脑发育的最佳时间
7. 语言胎教：与胎宝宝对话的六种方法

第三章 孕3月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 全孕期准爸爸的两大重任
3. 孕期化妆与穿衣宜忌
4. 运动胎教：准妈妈的行为是无声的胎教
5. 想象胎教：宝宝模样的“哥德巴赫猜想”

第四章 孕4月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 胎宝宝苏醒时的胎教最有效
3. 胎教中，准爸爸的六大禁忌
4. 音乐胎教：五种音乐胎教形式
5. 运动胎教：正确的呼吸法提高胎教效果
6. 艺术胎教：让宝宝感受特别的美
7. 抚摸胎教：触觉从胎宝宝时期开始

第五章 孕5月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 环境胎教：令胎宝宝快乐的七件事
3. 音乐胎教：关注“莫扎特效应”
4. 营养胎教：让宝宝生来爱蔬菜
5. 想象胎教：确保准妈妈的平和心境

第六章 孕6月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 环境胎教：母体环境可改变宝宝性格
3. 情绪胎教：准妈妈改善情绪五建议
4. 艺术胎教：让胎宝宝感受美的魅力
5. 抚摸胎教：爱抚肚皮胎教法

第七章 孕7月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 音乐胎教：准妈妈的哼唱胎教法

<<实用胎教百科小全书>>

3. 运动胎教：孕7月的腹式呼吸法
4. 语言胎教：给胎宝宝读童谣与儿歌
5. 光照胎教：通过光照调整胎宝宝作息

第八章 孕8月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 语言胎教：孕期一分钟交流法
3. 阅读胎教：胎宝宝喜欢的胎教方式
4. 营养胎教：养神菜缓解孕期失眠

第九章 孕9月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 环境胎教：孕妇体内环境对胎宝宝影响很大
3. 营养胎教：准妈妈如何吃传统滋补佳品
4. 七招轻松解决腹胀问题
5. 怀孕晚期应就医的五种情况

第十章 孕10月胎教

1. 孕妈妈与胎宝宝的变化
2. 情绪胎教：四个方法缓解准妈妈产前焦虑
3. 准妈妈即将分娩的三个迹象
4. 准妈妈的生产行李单
5. 五种对分娩有帮助的运动
6. 分娩时的助产运动

附录：准爸妈读美文给宝宝听

<<实用胎教百科小全书>>

编辑推荐

北京妇产医院孕产专家献给准父母们的，科学胎教同步指导方案，“怀孕了，胎教怎么做？”“胎教管用吗？”

相信很多准妈妈都会有这样的疑惑。

北京妇产医院主任医师于松，针对胎教中准父母可能遇到的问题，为您详细解答适合中国宝宝的每月胎教方案，汇集国内外最科学、最权威的胎教知识，通俗易懂，可操作性强，是准爸准妈必备的科学胎教同步指导手册。

书中涵盖以下胎教形式：音乐胎教，开始优雅的人生之旅；运动胎教，打造健康的体格基础；语言胎教，开启智慧的思维模式；抚摸胎教，实现温馨的亲子互动；营养胎教，培养良好的饮食习惯；艺术胎教，感受艺术的淡雅芬芳。

并且，胎教是很有必要的，经研究发现，受过胎教的孩子，其智商和情商都有明显的优势：语言发展快，有音乐天赋；情绪稳定，很少哭闹，心理行为健康；运动能力发展优秀，抬头、翻身、坐、爬、行走等动作发育比较快；手的精细运动能力发展良好，手抓握、拿、取、拍、打，以及摇、捏、扣、套、绘画等能力强；学习兴趣高，喜欢看书、看字，喜欢听儿歌、故事，甚至还不会说话，就拿书要妈妈讲，学习汉字的能力惊人，智商高。

<<实用胎教百科小全书>>

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>