

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

图书基本信息

书名：<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

13位ISBN编号：9787512702752

10位ISBN编号：7512702752

出版时间：2012-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：中国优生科学协会 编

页数：459

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>

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

### 内容概要

本书以时间为线索，根据胎宝宝和0-3岁宝宝不同阶段的发育特点，给准父母和新手父母提供关于胎教、早教的正确认识和科学方法，内容包括情商培养、智力开发、性格塑造、习惯养成等，全面开发宝宝的潜能，为宝宝多元智能和健康人格的培养打下良好的基础，让宝宝赢在起跑线上！

## 作者简介

中国优生科学协会是经卫生部核准、民政部批准登记的全国专业性社会团体。其宗旨是团结一切热心于遗传与优生、母婴保健以及优生、优教科学事业的专家、学者、专业人员和有识之士，进行学术交流，普及科学知识，提高出生人口素质，减少出生缺陷，推动母婴保健和优生优育科学事业的发展，协助政府为贯彻落实《中华人民共和国母婴保健法》、《中华人民共和国计划生育法》和有关方针政策，提高中华民族的健康水平和人口素质，促进社会主义现代化建设。

中国优生科学协会坚持面向社区、面向农村、面向家庭搞好服务、注重实效的工作方针，组织动员协会的理事、会员、团体会员单位、有关行业和社会一切积极力量，围绕母婴保健、基础优生、临床优生、环境优生、社会优生开展研究、协作、交流、服务、普及、推广等工作，为群众办实事，深受广大群众的欢迎。

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

### 书籍目录

#### 上篇 胎教让宝宝更聪明

##### 胎教预备课

胎教是一门古老而崭新的学问

中国古代的胎教智慧

日本的胎教研究成果

英美等国的胎教实践

直接胎教的主要方法

间接胎教的主要方法

胎教再好也要适度

胎教，准爸爸一起来

环境胎教：不要错过生宝宝的最佳年龄

环境胎教：选择最适宜的怀孕时机

营养胎教：有些食物不利于怀孕

环境胎教：进行一次孕前体检

环境胎教：孕前处理好牙齿问题

环境胎教：有些病会影响怀孕

##### 孕1月（第1~4周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

情绪胎教：做好要宝宝的心理准备

环境胎教：远离有毒有害物质

营养胎教：补充营养叶酸先行

营养胎教：营养关键在均衡

营养胎教：不要挑食、偏食

营养胎教：太胖或太瘦都不好

行为胎教：丢弃不良生活习惯

行为胎教：生活起居要有规律

环境胎教：经常开窗通风

行为胎教：避免不良生活追求

环境胎教：安排好家中的宠物

情绪胎教：夫妻恩爱宝宝聪明

环境胎教：远离电磁辐射

运动胎教：运动有利于成功受孕

##### 孕2月（第5~8周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

营养胎教：少食多餐，保证营养供给

营养胎教：注意增加蛋白质的摄入

营养胎教：孕早期就应补充钙和磷

营养胎教：适当增加维生素A的摄入

营养胎教：准妈妈挑食要不得

营养胎教：有些食物应少吃或不吃

营养胎教：喝水也要讲究方法

胎教常识：正确认识早孕反应

营养胎教：缓解孕吐有妙招

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

- 环境胎教：用药应事先咨询医生
- 环境胎教：家庭环境应整洁、安全
- 环境胎教：不要接受放射或CT检查
- 环境胎教：调离不适宜的工作岗位
- 行为胎教：第一次到医院接受产检
- 行为胎教：不要长时间用手机、看电视
- 情绪胎教：轻松应对5大负面情绪
- 情绪胎教：欣赏古筝名曲《渔舟唱晚》
- 抚摸胎教：胎宝宝对触觉已经有反应
- 运动胎教：到大自然中去走一走

孕3月（第9~12周）胎教计划

- 胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育
- 胎教常识：这个月准妈妈的身体变化
- 营养胎教：早孕反应强烈应注意补锌
- 营养胎教：为胎宝宝的大脑提供营养
- 营养胎教：选择适合自己的奶制品
- 营养胎教：让家人做几道开胃美食
- 营养胎教：千万不要让胎宝宝缺碘
- 营养胎教：吃对水果，准妈妈更健康
- 环境胎教：腹痛和出血要警惕
- 环境胎教：远离霉菌，快乐怀孕
- 意念胎教：多看可爱宝宝的图片
- 美育胎教：欣赏王维的《鹿柴》
- 美育胎教：欣赏杜甫的《春夜喜雨》
- 情绪胎教：学会调整自己的情绪
- 情绪胎教：听听其他准妈妈怎么说
- 抚摸胎教：边抚摸边与胎宝宝说话

孕4月（第13~16周）胎教计划

- 胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育
- 胎教常识：这个月准妈妈的身体变化
- 营养胎教：适当增加能量的摄入
- 营养胎教：保证优质蛋白质的摄入
- 营养胎教：孕中期要特别注意补铁
- 营养胎教：补血益气食谱举例
- 营养胎教：继续补充钙和维生素D
- 营养胎教：合理安排每日饮食
- 营养胎教：小心调味品的副作用
- 营养胎教：每周吃一次排毒餐
- 营养胎教：体质不同，饮食不同
- 行为胎教：重拾性爱甜蜜
- 美育胎教：欣赏王维的《鸟鸣涧》
- 情绪胎教：分享其他准妈妈的感受
- 情绪胎教：远离负面情绪
- 运动胎教：适当增加运动量

孕5月（第17~20周）胎教计划

- 胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育
- 胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

营养胎教：DHA、EPA、ARA不可少

营养胎教：食盐摄入要适量

营养胎教：别让体重增长得太快

行为胎教：准妈妈要注意身体清洁

胎教常识：了解胎动的一般规律

胎教常识：不要害怕B超检查

行为胎教：了解和预防静脉曲张

美育胎教：欣赏孟浩然的《春晓》

美育胎教：欣赏《断臂的维纳斯》

情绪胎教：学会放松自己

情绪胎教：分享其他准妈妈的感受

孕6月（第21~24周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

营养胎教：食物中的激素和抗生素

环境胎教：35岁应进行产前筛查

环境胎教：预防妊娠高血压综合征

营养胎教：妊娠饮食原则

环境胎教：关注自己的血压变化

环境胎教：有些准妈妈需要进行产前诊断

环境胎教：羊水过多或过少都不好

语言胎教：告诉胎宝宝一天的生活

语言胎教：给胎宝宝起个可爱的名字

音乐胎教：欣赏《小夜曲》

胎教常识：不能把耳机放在腹部

美育胎教：欣赏白居易的《池上》

美育胎教：欣赏民间剪纸艺术

光照胎教：促进胎宝宝的视觉发育

抚摸胎教：和胎宝宝一起嬉戏

孕7月（第25~28周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

营养胎教：增加奶制品的摄入

行为胎教：开始数胎动

行为胎教：密切关注胎位的变化

行为胎教：小方法缓解腰酸背痛

行为胎教：积极预防和应对下肢浮肿

营养胎教：多吃纤维素缓解便秘

语言胎教：朗诵《荷塘月色》

音乐胎教：聆听《安睡吧，小宝贝》

美育胎教：欣赏林风眠的国画《鸟》

情绪胎教：做一做情绪养胎心灵操

孕8月（第29~32周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

营养胎教：孕晚期营养需求

营养胎教：孕晚期不要暴饮暴食

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

营养胎教：铁的需求量达到高峰

行为胎教：每日作息时要有规律

语言胎教：给胎宝宝读《丑小鸭》

音乐胎教：欣赏名曲《雪花飞舞》

美育胎教：欣赏名画《哺乳圣母》

### 孕9月（第33~36周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

环境胎教：阴道出血要及时就医

行为胎教：暂时和性爱说再见

胎教常识：假性宫缩别紧张

语言胎教：《小蝌蚪找妈妈》

音乐胎教：欣赏名曲《牧童短笛》

美育胎教：欣赏名画《草地上的圣母》

情绪胎教：做好分娩的心理准备

情绪胎教：树立自然分娩的信心

运动胎教：练习瑜伽，准备迎接分娩

### 孕10月（第37~40周）胎教计划

胎教常识：这个月胎宝宝的生长发育

胎教常识：这个月准妈妈的身体变化

营养胎教：准妈妈产前要注意营养

营养胎教：注意补充钙和维生素K

环境胎教：高危妊娠的准妈妈要做好自我监护

行为胎教：选择合适的住院时机

语言胎教：给胎宝宝讲《小猫钓鱼》

音乐胎教：欣赏名曲《献给爱丽丝》

## 下篇 早教从出生第一天开始

### 早教预备课

家庭和睦是成功早教的基础

早教是一种适时的刺激

孩子的气质是与生俱来的

### 新生儿早教计划

早教准备：适合的玩具和图书

早教观点：教育从出生第一天开始

早教观点：爱是最好的教育

早教常识：新生儿的体格特点

早教常识：新生儿的5种状态

早教常识：新生儿的先天反射

早教常识：新生儿的情绪反应

早教常识：不要错过新生儿筛查

情商培养：读懂新生儿的哭声

情商培养：与新生儿亲密接触

情商培养：与新生儿逗笑

早教观点：不要限制新生儿的活动

大动作训练：练习竖抱看物

大动作训练：练习俯卧抬眼

大动作训练：练习自己迈步

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

精细动作训练：锻炼握物能力  
感觉能力训练：给予触觉刺激  
感觉能力训练：为新生儿做抚触  
感觉能力训练：给予味觉刺激  
感觉能力训练：给予嗅觉刺激  
感觉能力训练：给予听觉刺激  
感觉能力训练：给予视觉刺激

### 1月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书  
早教常识：这个月宝宝的动作发育  
早教常识：这个月宝宝的感觉发育  
早教常识：这个月宝宝的语言发育  
早教常识：这个月宝宝的社会性发育  
情商培养：诱发宝宝的愉快情绪  
情商培养：让宝宝笑出声音  
大动作训练：学习俯卧抬头  
大动作训练：练习踢蹬彩球  
精细动作训练：帮助宝宝发现小手  
感觉能力训练：丰富宝宝的听觉体验  
感觉能力训练：丰富宝宝的触觉体验  
感觉能力训练：促进宝宝的视觉发育

### 2月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书  
早教常识：这个月宝宝的动作发育  
早教常识：这个月宝宝的感觉发育  
早教常识：这个月宝宝的社会性发育  
早教常识：这个月宝宝的认知发育  
早教常识：宝宝运动发育异常的信号  
情商培养：感受爸爸、妈妈不同的爱  
大动作训练：学习俯卧用肘撑起  
大动作训练：练习拍打吊起之物  
精细动作训练：手是宝宝最好的玩具  
感觉能力训练：提高感觉统合能力  
认知能力训练：激发宝宝的好奇心  
早教难题详解：宝宝爱咬东西怎么办

### 3月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书  
早教常识：这个月宝宝的动作发育  
早教常识：这个月宝宝的感觉发育  
早教常识：这个月宝宝的语言发育  
早教常识：这个月宝宝的社会性发育  
早教观点：多和宝宝一起游戏  
情商培养：培养宝宝的自我服务能力  
大动作训练：训练宝宝两臂的支撑力  
大动作训练：练习拉坐和靠坐  
大动作训练：练习够取悬吊的玩具  
精细动作训练：练习用手拨弄糖豆



## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

精细动作训练：和宝宝玩“虫虫飞”

感觉能力训练：提高连续追视的能力

语言能力训练：鼓励宝宝发辅音

早教难题详解：宝宝吃手怎么办

### 4月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：添加辅食促进智力发育

情商培养：发展宝宝的自我意识

大动作训练：练习向两侧翻身

精细动作训练：练习主动抓握

精细动作训练：练习大把抓

感觉能力训练：练习循声找物

感觉能力训练：促进宝宝的听觉发育

认知能力训练：学认第一种物品

### 5月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：婴儿的记忆特点和培养方法

情商培养：帮助宝宝适应新的照看者

情商培养：从躲避生人到接受生人

情商培养：让宝宝学会善解人意

大动作训练：练习翻身180°

大动作训练：由蛤蟆坐到坐稳

大动作训练：练习扶腋蹦跳

精细动作训练：发展拇指的能力

认知能力训练：手拍认识之物

认知能力训练：同妈妈玩藏猫猫

语言能力训练：引逗宝宝发音

早教难题详解：如何判断是否缺铁

### 6月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教观点：鼓励和赞扬是最好的教育

大动作训练：练习翻滚

大动作训练：练习扶物坐起

大动作训练：“拉大锯、扯大锯”

大动作训练：练习手部的灵活性

感觉能力训练：训练听觉的灵敏性

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

认知能力训练：和玩具娃娃玩藏猫猫

认知能力训练：学认第一个身体部位

认知能力训练：培养宝宝的观察能力

### 7月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教观点：宝宝学爬益处多

早教观点：不要过早学走路

早教常识：确保宝宝的爬行安全

情商培养：教宝宝学会保护自己

情商培养：学会控制自己的欲望

大动作训练：练习连续翻滚

大动作训练：从匍行到爬行

精细动作训练：增强握力和灵活性

精细动作训练：练习对敲、摇动

语言能力训练：学习用姿势表示语言

### 8月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教观点：甜食可影响视觉发育

早教观点：甜食容易造成性格问题

情商培养：让宝宝自己玩

大动作训练：练习手脚爬行

大动作训练：练习拉物站起、坐下

精细动作训练：学习有准备地松手

精细动作训练：学习伸直食指

精细动作训练：练习捏取小东西

语言能力训练：模仿发音，称呼大人

语言能力训练：给宝宝讲故事

认知能力训练：强化物体永存概念

认知能力训练：学习辨别物体差别

认知能力训练：促进记忆力的发展

自理能力训练：学会主动配合穿衣

自理能力训练：学会自己拿勺子

自理能力训练：学习用杯子喝水

### 9月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

情商培养：限制宝宝的过分要求

情商培养：减少分离焦虑

情商培养：不要过度保护

大动作训练：学会单手扶物

大动作训练：扶物横跨迈步

精细动作训练：训练食指的灵活性

精细动作训练：学习打开瓶盖

精细动作训练：练习放入和取出

感觉能力训练：提高辨色能力

语言能力训练：练习发音和回应

自理能力训练：继续练习捧杯喝水

10月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

早教常识：不要依赖学步车

情商培养：学会与人分享

大动作训练：练习自己站稳

大动作训练：牵手练走步

精细动作训练：练习配瓶盖

精细动作训练：提高对捏能力

认知能力训练：学认图卡

认知能力训练：学会用食指表示“1”

自理能力训练：让宝宝学习自己吃饭

自理能力训练：学习配合穿衣服

11月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：学会与人交往

大动作训练：练习自己走

精细动作训练：学搭积木

语言能力训练：模仿动物叫

语言能力训练：用动作表演儿歌

认知能力训练：学认身体部位

认知能力训练：学认红色

认知能力训练：学认圆形

认知能力训练：学认字卡

1周岁早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的感觉发育

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

早教常识：这个月宝宝的语言发育  
早教常识：这个月宝宝的社会性发育  
早教常识：这个月宝宝的认知发育  
情商培养：理解宝宝的偏激行为  
情商培养：鼓励宝宝称呼生人  
大动作训练：练习抱着玩具走  
大动作训练：拖拉玩具退后走  
精细动作训练：练习翻书和看书  
精细动作训练：练习倒豆捡豆  
语言能力训练：让宝宝多说单音句  
认知能力训练：学会分清大小  
自理能力训练：鼓励宝宝自己吃饭

### 1岁1月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书  
早教常识：这个月宝宝的动作发育  
早教常识：这个月宝宝的语言发育  
早教常识：这个月宝宝的认知发育  
情商培养：快乐的家庭氛围最重要  
大动作训练：练习上楼梯  
大动作训练：练习滚球和扔球  
精细动作训练：鼓励宝宝涂鸦  
认知能力训练：认识黑色  
认知能力训练：学会玩套塔

### 1岁2月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书  
早教常识：这个月宝宝的动作发育  
早教常识：这个月宝宝的语言发育  
早教常识：这个月宝宝的社会性发育  
早教常识：这个月宝宝的认知发育  
情商培养：生活是一本无字书  
大动作训练：学习下楼梯  
大动作训练：开始学跑  
精细动作训练：练习用钥匙开锁  
语言能力训练：学说家人的名字  
语言能力训练：模仿打电话  
语言能力训练：用语言回答问题  
认知能力训练：学会区分大小和方圆  
认知能力训练：学摆棋子  
认知能力训练：用图卡练习配对

### 1岁3月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书  
早教常识：这个月宝宝的动作发育  
早教常识：这个月宝宝的语言发育  
早教常识：这个月宝宝的认知发育  
大动作训练：学习双脚跳  
精细动作训练：学搭2~3层高塔  
精细动作训练：学会用套碗造塔

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

语言能力训练：说出儿歌中押韵的字

认知能力训练：学认白色

认知能力训练：背数1~5

认知能力训练：认识长方形和半圆形

认知能力训练：记住事物的特点

自理能力训练：自己脱衣服、穿衣服

自理能力训练：让宝宝自己收拾玩具

1岁4月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：保护宝宝的好奇心

精细动作训练：学穿大珠子

语言能力训练：学背儿歌

语言能力训练：丰富宝宝的听觉感受

认知能力训练：学拼图形

认知能力训练：理解“一样多”

认知能力训练：学认“1”和“8”

认知能力训练：练习分类

1岁5月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

情商培养：培养劳动的技能和热情

精细动作训练：提高双手协调能力

语言能力训练：指字听念书

认知能力训练：了解前后等空间关系

1岁6月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

早教观点：看电视也是一种学习

情商培养：正确看待宝宝的逆反心理

精细动作训练：学穿扣子

语言能力训练：学习使用代词

语言能力训练：“我的”“你的”“他的”

语言能力训练：学说形容词

认知能力训练：区分黄色和白色

认知能力训练：引起对汉字的兴趣

认知能力训练：学数10以上的数

认知能力训练：找相同

1岁7月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：给宝宝立规矩

大动作训练：学走木板

语言能力训练：多听中英文儿歌

认知能力训练：认带图的字卡

认知能力训练：提高宝宝的观察能力

自理能力训练：练习自己穿衣服

### 1岁8月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

大动作训练：学走砖排

大动作训练：练习套圈

语言能力训练：听词模仿动作

语言能力训练：学会用字块拼句子

认知能力训练：学会区分轻和重

认知能力训练：学习拍手数数

自理能力训练：学会自己洗漱

自理能力训练：让宝宝学会自觉入睡

自理能力训练：学习做事巧安排

### 1岁9月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：对宝宝进行道德启蒙

情商培养：变发脾气为讲道理

精细动作训练：练习手的画写技巧

精细动作训练：练习倒水入瓶

语言能力训练：鼓励宝宝开口讲话

认知能力训练：说出物品用途

认知能力训练：学习蔬菜名称和颜色

认知能力训练：区别形状相似的汉字

认知能力训练：按一定次序安装玩具

自理能力训练：学穿鞋袜

### 1岁10月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的社会性发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：培养宝宝的办事能力

情商培养：让宝宝拥有自己的小天地

大动作训练：双脚交替上下楼梯

精细动作训练：学穿小珠子



<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

- 精细动作训练：学拿筷子
- 语言能力训练：学说反义词
- 认知能力训练：玩套碗比赛
- 认知能力训练：按不同性质分类
- 自理能力训练：自己的东西自己整

1岁11月龄早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的动作发育
- 早教常识：这个月宝宝的语言发育
- 早教常识：这个月宝宝的社会性发育
- 早教常识：这个月宝宝的认知发育
- 早教常识：让宝宝玩得安全又开心
- 大动作训练：和宝宝一起玩球
- 大动作训练：练习跑与停
- 精细动作训练：画图和摸图形
- 精细动作训练：拧开和上紧螺旋
- 精细动作训练：砌积木，搭门楼
- 语言能力训练：丰富宝宝的词汇量
- 语言能力训练：让宝宝讲出有趣的事
- 认知能力训练：鼓励宝宝识数

2周岁早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的动作发育
- 早教常识：这个月宝宝的语言发育
- 早教常识：这个月宝宝的社会性发育
- 早教常识：这个月宝宝的感觉发育
- 早教常识：这个月宝宝的认知发育
- 早教常识：偶尔口吃别紧张
- 早教常识：说话晚可能与听力有关
- 早教常识：宝宝最好不用油画棒
- 情商培养：学会自我介绍
- 情商培养：让宝宝自己解决问题
- 大动作训练：练习奔跑
- 精细动作训练：用积木搭金字塔
- 语言能力训练：用字卡拼长句子
- 认知能力训练：认字配对
- 认知能力训练：学会比较多少
- 认知能力训练：获得第一个时间概念
- 自理能力训练：培养吃饭干净的习惯

2岁1月龄早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的动作发育
- 早教常识：这个月宝宝的语言发育
- 早教常识：这个月宝宝的社会性发育
- 早教常识：这个月宝宝的认知发育
- 情商培养：让宝宝学会等待
- 情商培养：听宝宝讲话要耐心

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

大动作训练：练习接球

精细动作训练：给玩具娃娃穿脱衣服

认知能力训练：掌握上、下等反义词

认知能力训练：学习联系记忆法

认知能力训练：学会拿取最大数

自理能力训练：练习提早如厕

2岁2月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教观点：不要讥笑宝宝的自言自语

情商培养：育儿方式影响宝宝性格

精细动作训练：比赛用筷子夹枣

精细动作训练：学捏面人

语言能力训练：背诵儿歌和古诗

认知能力训练：教宝宝认识时间

认知能力训练：学会分清左右

认知能力训练：拼上分成两块的图

认知能力训练：练习记8位数

自理能力训练：让宝宝学会自己洗手

2岁3月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

情商培养：帮助宝宝克服害怕的心理

大动作训练：练习用脚尖走路

精细动作训练：练习涂颜色

语言能力训练：坚持亲子阅读

认知能力训练：按大小顺序排数字

认知能力训练：知道哪一瓶最重

自理能力训练：让宝宝练习自己洗脚

2岁4月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

情商培养：让宝宝养成讲礼貌的习惯

大动作训练：练习牵手单脚站稳

精细动作训练：学画方形

精细动作训练：玩穿线玩具

认知能力训练：收集新字

认知能力训练：一样多

认知能力训练：学拼3~4块拼图

自理能力训练：让宝宝学会清洗玩具

2岁5月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：宽容对待突变期的宝宝

大动作训练：学骑三轮车

精细动作训练：用圈、线、点组合画画



<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

- 精细动作训练：用10块积木搭高塔
- 认知能力训练：认字接龙
- 认知能力训练：通过游戏理解1、2、3
- 自理能力训练：教宝宝解、系扣子

2岁6月龄早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的动作发育
- 早教常识：这个月宝宝的社会性发育
- 早教常识：这个月宝宝的认知发育
- 大动作能力训练：宝宝的平衡能力
- 大动作能力训练：钻洞
- 认知能力训练：记忆配对
- 认知能力训练：学会分辨深浅颜色
- 认知能力训练：学取4个
- 自理能力训练：让宝宝帮助摆餐桌
- 自理能力训练：学习穿脱外衣
- 早教难题详解：受小朋友欺负怎么办

2岁7月龄早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的动作发育
- 大动作训练：练习上攀登架
- 大动作训练：双脚离地连续跳
- 精细动作训练：继续练习搭高塔
- 精细动作训练：练习撕图形
- 认知能力训练：锻炼宝宝的方位感觉
- 认知能力训练：排数字
- 自理能力训练：教宝宝学用手纸
- 自理能力训练：教宝宝爱护图书

2岁8月龄早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的动作发育
- 早教常识：这个月宝宝的语言发育
- 早教常识：这个月宝宝的社会性发育
- 早教常识：这个月宝宝的认知发育
- 大动作训练：练习单脚站立
- 认知能力训练：练习配反义词
- 认知能力训练：找出缺图和错图
- 认知能力训练：拼上6~8块拼图
- 认知能力训练：分清谁比谁大
- 自理能力训练：教宝宝分清左右穿鞋

2岁9月龄早教计划

- 早教准备：适合宝宝的玩具和图书
- 早教常识：这个月宝宝的认知发育
- 情商培养：留给宝宝20分钟
- 情商培养：学会与人合作
- 大动作训练：练习单脚跳跃
- 精细动作训练：学用刀

<<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

精细动作训练：编辫子

精细动作训练：学写数字1和7

语言能力训练：背儿歌倒数数

生活自理能力训练：教宝宝洗手绢

2岁10月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

情商培养：乐于接受父母的要求

情商培养：给宝宝一些选择的自由

大动作训练：练习踢球入门

大动作训练：练习原地跳跃

语言能力训练：练习看图说话

认知能力训练：添上未画完的部位

自理能力训练：养成良好的生活习惯

早教难题详解：宝宝脾气大怎么办

2岁11月龄早教计划

早教准备：适合宝宝的玩具和图书

早教常识：这个月宝宝的动作发育

早教常识：这个月宝宝的语言发育

早教常识：这个月宝宝的认知发育

情商培养：带宝宝参观幼儿园

大动作训练：练习跳远

精细动作训练：手印作画

精细动作训练：练习自己画人

精细动作训练：练习折纸

认知能力训练：认识冬天和夏天

自理能力训练：学习自己收拾书包

章节摘录

版权页：插图：研究者发现，在胎宝宝视力发展的过程中不时对胎宝宝进行光照刺激，胎宝宝会转头寻找光源或转头避开光源，认为这样做有助于胎宝宝对刺激作出反应，提高胎宝宝机体的活动能力和大脑与机体的反应能力。

专家们认为，胎宝宝视力发育较晚，在母亲子宫内一直处于闭着眼睛生活的状态。

一般4个月时胎宝宝的视功能开始出现，7个月时视力才发展到较成熟的水平，也就是具有了视网膜开始反应外界光线，并将光的信号传送到大脑的完全功能。

所以，光照胎教最好在胎宝宝7个月时开始。

对7个月前的胎宝宝，孕妇可进行自然光照的胎教，即经常到阳光下坐一坐，晒晒太阳，这对孕妇自己的健康和心情很有好处，对胎宝宝也同样极有好处。

此时的胎宝宝虽不会直接观看太阳光，但对太阳光带来的明亮、暖融融的感觉还是能感受到的，也会觉得舒服。

何况太阳光还有激发身体产生维生素D、使身体更多地吸收食物中的钙质等好处。

抚摸胎教准妈妈本人或者丈夫用手在准妈妈的腹壁轻轻地抚摸胎宝宝，引起胎宝宝触觉上的刺激，以促进胎宝宝感觉神经及大脑的发育，称为抚摸胎教。

医学研究表明，胎宝宝体内绝大部分细胞已具有接收信息的能力，并且已能通过触觉神经来感受体外的刺激，而且反应渐渐灵敏。

父母可以通过抚摸的动作配合声音，与子宫中的胎宝宝沟通信息。

这样做可以使胎宝宝有一种安全感，使孩子感到舒服和愉快，有利于胎宝宝的睡眠和良好心态的形成。

专家们根据对胎宝宝出生后的跟踪调查发现，经过抚摸和轻拍等胎教训练的胎宝宝，出生后会比一般宝宝动作灵活，感受力强，对环境的反应能力也较强，身体也会更健康。

实行抚摸胎教，准妈妈往往处在很好的心情之中，对胎宝宝充满了关爱，首先气血就处于很顺畅的状态，胎宝宝的气血也会随之变得更顺畅，这对胎宝宝的机体运行很有好处，对胎宝宝大脑的平衡发育也很有利。

## <<聪明宝宝胎教早教百科大全>>

### 编辑推荐

《聪明宝宝胎教早教百科大全》：快乐胎教，孕育天才宝宝，——胎宝宝的大脑发育规律，不同孕月的胎教方法，宝宝聪明从孕期开始，亲子早教，开启智慧人生，——0-3岁不同月龄心智发育标准，智力启蒙方法，情商培养计划，培养，智商、情商双A宝宝。

中国优生科学协会科普倡导读物最适合中国家庭的成功养育权威指导。

权威专家团队贴心指导从准备怀孕到宝宝3岁帮助新手父母成功培养天才宝宝。

区慕洁，中国早教之母，著名婴幼儿早教专家，中国优生科学协会理事。

戴淑凤，著名儿科专家，北京大学第一临床医学院主任医师、教授，中国优生科学协会和中国优生优育协会理事。

吴光驰，首都儿科研究所儿童营养研究室研究员，中国优生科学协会小儿营养专业委员会副主任。

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>