<<80后胎教早教成功必读>>

图书基本信息

书名：<<80后胎教早教成功必读>>

13位ISBN编号：9787512702776

10位ISBN编号：7512702779

出版时间：2011-12

出版时间：中国妇女出版社

作者：谢文英

页数：244

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>

<<80后胎教早教成功必读>>

内容概要

接受过胎教和早教的宝宝有如下明显优点：睡眠好，不爱哭；生活有规律，精神饱满；发育好，体格健壮；学说话的时间早，理解能力强；适应能力和创造能力强；智商高，社交能力强。

胎教是对胎儿进行有意识的教育。

科学的、正确的胎教可以促进胎儿大脑皮质的发育，沟回数量相应增多。

宝宝出生后大脑发育尚未成熟，需要进行适宜的信息刺激，才能进一步促进神经系统的发育，因此早期教育也十分重要。

<<80后胎教早教成功必读>>

作者简介

谢文英，女，河南中医学院教授。

从事中医妇产科教学、科研、临床工作二十余年，有丰富的临床工作经验，尤其擅长孕产期疾病的诊断与治疗。

<<80后胎教早教成功必读>>

书籍目录

第一篇 80后胎教优生方案

第一章 胎教让宝宝更聪明

胎教有利于家庭幸福、民族昌盛

胎教让宝宝更聪明

接受过胎教的宝宝有哪些特点

动物实验——不良环境的影响

胎教也是一门科学

现代胎教的内涵和理念是什么

什么是无意胎教

什么是有意胎教

80后应该知道的胎教理论基础

第二章 80后怎样胎教最有效

孕妈咪是胎教的主角

孕妈咪与胎儿血脉相连、心灵相通

孕妈咪感受美与善，胎儿会变得美

与善

孕妈咪的情绪对胎儿影响很大

家庭其他成员在胎教中的作用

让丈夫有参与感

80后夫妻感情对胎教的影响

胎教需要80后妻子的共同努力

第二篇 80后如何怀上最棒的一胎

第三篇 80后胎教方法指南

第四篇 80后胎教一点通

第五篇 0-1岁宝宝的早期教育

第六篇 1-3岁宝宝的早期教育

<<80后胎教早教成功必读>>

章节摘录

第一篇 80后胎教优生方案第一章 胎教让宝宝更聪明现代科学认为，胎儿的素质是可以随胎教而改变的。

接受过胎教和未接受过胎教的宝宝有很大区别。

接受过胎教的宝宝有如下明显优点：睡眠好，不爱哭；生活有规律，精神饱满；发育好，体格健壮；学说话的时间早，理解能力强，爱与人交往，乐感强，节奏感也好，喜欢听音乐；适应能力和创造力强；智商比没有受过胎教的宝宝高，成为“神童”的可能性较大。

胎教有利于家庭幸福、民族昌盛每对80后夫妻都希望能够有一个健康、漂亮、聪明的宝宝，社会的进步也需要各种各样的人才。

孩子是未来的主人，是父母的希望，也是国家未来的建设者。

而智力低下、身体弱的孩子会给家庭带来不幸，也会给社会造成负担。

因此，80后夫妻在孕育后代时一定要注重孩子的健康。

胎教的目的是通过调整母体的内外环境，避免不良因素对胎儿的影响，使胎儿良好地发育。

接受过胎教的宝宝，身心能得到健康发展，智力也能得到很好的开发，提高人口素质，进而提高民族的文化素质。

提高人口素质，归根结底就是提高人的身体素质、智力水平、道德品质等。

胎教正是促使后代继承人类优秀的一面，为社会提供优秀人才的一项措施。

80后夫妻在这方面担负着重要责任。

胎教让宝宝更聪明说到智力水平，就要从人的大脑组成说起。

人的大脑有140亿个神经细胞和1万亿个以上特殊“接头”——突触，被喻为“高度进化了的计算机”

。但人脑的记忆信息量则远远超过计算机，是现代计算机的100万倍。

人脑的发育分为两大时期：第一时期是胎儿期脑细胞分裂直至婴儿出生，此时产生决定人一生的脑细胞数量；第二时期是由出生至3岁，此时传导路线有了发展。

脑细胞不同于身体的其他细胞，没有增殖能力。

人的脑细胞只有出生时的那个数目，如果在胎儿期脑发育过程受到损害、营养失调或缺乏胎教等，使脑细胞发育受阻，那么日后便没有任何手段使其恢复和再生。

由此看来，胎儿期是脑发育的最重要时期之一。

大家都知道，胎儿的生长发育需要依赖母体的营养供给。

80后孕妈咪如果营养不良，就会使胎儿发育受阻，特别是对中枢神经系统的发育有较大影响。

因为脑细胞的形成、细胞增殖的数目、髓鞘的形成及神经突触的数量都是在妊娠的最后3个月即32~40周直至出生完成的。

这个时期被认为是大脑发育的关键时期。

人的大脑依靠神经细胞、神经纤维和突触传导的生物电完成复杂的信息处理任务。

大脑的神经纤维越多、越复杂，突触越多，神经细胞间的信息交换就越频繁，联系越紧密，人也就越聪明，即联想力、创造力越强。

人的神经细胞、神经纤维和突触的基本形态结构即“基本设计图”，是从父母那里遗传的。

但是，在这个“基本设计图”上增加新神经纤维和突触则会受周围环境影响。

事实证明，小儿大脑的神经纤维和突触的数量因所受良好环境的刺激而增加。

儿科神经解剖学和神经心理学家研究表明，人的正常神经——精神发育，不但需要营养，还需要经常有某些感觉性刺激，而且是多样性的。

人的神经——精神发育的连续过程开始于胎儿时期，多种无条件反射是在胎儿时期出现的，适当的声刺激会提高胎儿听觉及其他感觉的灵敏性，有利于巩固和发展胎儿原始的无条件反射，并有利于其出生后在此基础上形成新的条件反射。

所以，在胎儿时期给予良好的教育和环境条件，能够使大脑神经纤维和突触更多、更好地发育增生，从而使大脑规格和复杂程度更高一筹。

<<80后胎教早教成功必读>>

这也就是进行各种各样胎教会有利于宝宝智力发育的缘故。

80后青年夫妻在孕育宝宝时，一定要重视胎儿这个敏感期，做好胎教，使宝宝更加聪明有智慧。

科学研究表明，大脑细胞分裂增殖主要是在胎儿期完成的。

它的发展有两个高峰期：第一个高峰期是怀孕的2~3个月，第二个高峰期是怀孕的7~8个月。

如果在脑细胞分裂增殖的高峰期，适当地供给胎儿丰富的物质和精神营养，脑细胞的分裂便可达到顶峰，为日后宝宝具有高智商奠定基础。

调查表明，接受过胎教(包括音乐胎教及运动胎教等)的宝宝比没有受过胎教的宝宝，智商有明显的优势。

接受过胎教的宝宝有哪些特点胎教是对胎儿进行有意识的教育，在大脑形成期给予其适当的信息诱导和充分的营养。

科学、正确的胎教可以促进大脑皮质的发育，使大脑皮质的沟回数量相应增多，出生后的宝宝会越来越聪明；相反，则宝宝出生后会表现出智力低下、发育迟缓等明显症状。

现代科学认为，胎儿的素质是可以随胎教而改变的。

接受过胎教和未接受过胎教的宝宝有很大区别。

接受过胎教的宝宝有如下明显的优点：(1) 睡眠好、不爱哭：接受过胎教的宝宝身体健康，营养充足，很少有不舒适感，自然睡眠良好。

虽然宝宝在饥饿、尿湿和身体不适时也会啼哭，但得到满足之后啼哭便会停止。

同时由于受过胎教的宝宝感音能力较好，每当听到母亲的脚步声、说话声时，就会停止啼哭。

(2) 生活规律：由于胎教多在白天进行，夜间胎儿也在静静地休息或睡眠，所以在出生后比较容易养成正常的生活规律，如在睡前播放胎教音乐或母亲哼唱催眠曲时，宝宝就能很快入睡，满月后能够养成白天醒、晚上睡的习惯。

(3) 成长迅速：接受过胎教的宝宝明显较未接受过胎教的宝宝精力充足、更活泼、身体健康、生长迅速。

一般新生儿出生后3~5天会出现体重下降3%~9%的现象，但接受过胎教的宝宝可以不出现体重下降的现象，有利于新生儿迅速成长。

(4) 能早与人交往：接受过胎教的宝宝出生2~3天就会用小嘴张合与大人“对话”，20天左右会逗笑，2个多月能认识父母，3个多月就能听懂自己的名字。

(5) 较早学会发音：接受过胎教的宝宝2个月时会发几个元音，4个月后会发几个辅音，5~6个月后可发出声音并能表达一定的意思(6) 能较早地理解语言：接受过胎教的宝宝4个半月时能认出第一件东西

，6~7个月时能辨认手、嘴、水果、奶瓶等。

这样的宝宝能较早地理解“不”的意思，早期学会服从的宝宝更懂事、更听话，可以比较早地学会用姿势表示语言，会做“欢迎”“再见”“谢谢”等动作，也能较早地理解别人的表情，所以显得特别聪明可爱。

(7) 较早学会说话：接受过胎教和早期教育的宝宝在9~10个月时，就会有目的地叫“爸爸”“妈妈”，但如果出生后不继续给予发音和认物训练，胎教的影响(收获)在生后6~7个月时就会消失。

接受过胎教和早期教育的宝宝在20个月左右便能背诵整首儿歌，并且能数数。

胎教与早期教育结合更有益。

(8) 乐感强、智商高：接受过音乐胎教训练的宝宝乐感都普遍强，并且喜欢音乐。

音乐是启发智慧的一把金钥匙，易于激发大脑潜能，开发智力，提高智商。

(9) 品质优良：良好的胎教能够给宝宝真、善、美的启发，所以他们多能够讲文明、懂礼貌、谦让、尊重别人、对人有爱心、对事物有热心，具有积极的生活态度。

日后这样的孩子有较强的正义感，心胸也宽广，极少任性。

(10) 适应能力和创造力强：接受过胎教的宝宝有很强的独立生活能力，自己的事情能够自己去完成，而且适应能力强，在任何环境中都能生活得很好。

接受过胎教的宝宝想象力丰富，具有创造精神，对自己、他人以及社会表现出较强的责任心和义务感，遇事通情达理。

(11) 意志坚强：接受过胎教的宝宝经受挫折和打击的能力较强，有一种不屈不挠的精神，失败了也会

<<80后胎教早教成功必读>>

总结经验教训，有一股韧性，勇于克服困难。

(12) 成绩优秀：接受过胎教的宝宝由于胎教的刺激，大脑发达，加之出生后的早期教育，所以求知欲强、记忆力强、理解力强，当他们入学后学习成绩会比较优秀。

动物实验——不良环境的影响1950年，美国心理学家汤普森曾做了一个非常有趣的实验。

实验场所是一个大箱子，中间用一道门隔开，实验对象是5只雌性白鼠。

第一步：把5只白鼠放在一个隔间里，敲响蜂鸣器并通上电流，同时打开隔门，让母鼠们到无电击的另一隔间内躲避……如此反复训练多次，母鼠们争相躲避；第二步：实验交配，使5只母鼠妊娠；第三步：将受孕母鼠放入受电击的隔间中，关闭通向安全隔间的门，以后每5天敲响蜂鸣器，但不电击，使5只孕鼠在孕期开始时处于惊恐不安的情境之中，一直持续到产下小鼠。

汤普森对上述实验组母鼠所生的30只小鼠与对照组(正常怀孕)母鼠所产下的30只小鼠做了比较测验。测验分为两次：第一次是在小鼠出生后30~40天，将以上两组小鼠同时放在空地上，按移动距离来计算小鼠们同一时间的活动量，结果发现实验组小鼠呆板、不活泼，活动量也比对照组的少得多；第二次测验是在出生后130~140天，把以上两组小鼠放在一条巷道的一端，在另一端放上食物，记录小鼠沿巷道取食的时间，结果实验组的小鼠走走停停、左顾右盼，时间比对照组的长得多。

普森的实验结果表明，母鼠怀孕后持续的情绪不安会使后代胆小脆弱、情绪不稳定、行动呆板、举止畏缩。

这说明，母体情绪的紧张将导致其血液中化学成分、激素水平以及细胞的新陈代谢发生相应的变化，这些伴随着母体情绪状态而出现的生理反应，必然对胎儿造成影响。

胎教也是一门科学胎儿每时每刻都依靠胎盘从母亲血液中获得营养和氧气，母亲血液里的激素和其他化学物质成分的变化也势必影响胎儿的生理活动。

一般来说，在胎儿神经系统的发育过程中，感觉神经特别是前庭神经发育较早，这是因为胎儿在子宫内经常受到体位改变的刺激所致。

胎儿听到母亲的声音，则会产生安全感，处于祥和、安稳的状态。

胎教是通过外界环境、母亲精神情绪等对胎儿生长发育产生影响，或者说是企图通过这些因素促进胎儿体智的良好发育。

人们处在恐惧、愤怒、烦躁、悲哀等情绪之下，身体的机能包括各种激素的分泌都有很大变化。

这些变化有很大一部分体现为食物中所含的化学物质、激素通过母体的血液来影响胎儿，大量分泌的肾上腺皮质激素可明显阻碍胚胎的分化与发育，从而引起唇裂、腭裂等畸形。

孕妈咪有悲哀、恐惧、愤怒、不安等精神方面的压力，会引起体内循环、消化系统的功能改变，降低对营养物质的吸收，母体健康受到损害，胎儿的营养及发育也会受到影响，甚至可导致流产和早产。

孕妈咪血管功能失调可能导致子宫出血、胎盘早期剥离等，从而影响胎儿生长，甚至造成胎儿死亡。

有人发现孕妈咪情绪不佳时，胎动的频率、强度以及持续的时间都会延长，说明胎儿窘迫不安。

现代科学的发展证明在女性妊娠期间对胎儿反复实施良性刺激，可以促进胎儿大脑的良好发育。

世界卫生组织的调查资料表明，在两次世界大战中出生的胎儿，精神病、胃肠道疾病、心脑血管病、畸形儿发病率明显升高，原因即是孕妈咪的高度紧张情绪、生活动荡不安和营养不良等因素所致。

因此，80后女性在怀孕之后一定要注重外界不良因素对自己的干扰。

现代胎教的内涵和理念是什么尽管我国古代的胎教术从心理和生理上对孕胎进行了较为系统的探索和尝试，但“重胎养而轻胎教”却是它的明显不足和不完善之处。

随着社会进步和科学发展，人们对胎教的认识越来越深。

现代胎教把控制和调查母体的内外环境当成实施胎教的最重要内容，提出了更为全面和科学的胎教内涵和理念。

现代医学把胎教的内涵扩展为：保持孕妈咪心情愉快，生活规律，饮食均衡，环境卫生、安静，创造最优良的条件以保证胎儿正常发育，并采用适宜的方法对胎儿进行感觉教育。

这种教育是通过母体对胎儿的综合影响来实施的，也就是说，胎教是一项系统工程，它包括两个方面的内容，一是科学地“养胎”，二是科学地“教胎”。

根据现代胎教的理论，人们在提倡更科学地养胎基础之上进行胎教，着力加强了孕妈咪和胎儿的沟通，强调孕妈咪对胎儿的刺激以及孕妈咪对胎儿的影响，开发了音乐胎教法、对话胎教法、游戏胎教法

<<80后胎教早教成功必读>>

、抚摸胎教法等。

这些具体而可行的胎教法在继承传统胎教术精髓的基础上，不仅充实和完善了现代胎教的理论，更为现代胎教理论进行了可贵的实践，使得胎教真正成为一门系统科学。

什么是无意胎教无意胎教是指没有特意采取某些方法、创造某些条件，而是在日常生活中无意识地使孕妈咪和胎儿的身心得到调养。

比如，孕妈咪吃一些有营养的食物或注意劳逸结合等，便在无意中产生了一些胎教效果。

事实上，无意胎教在日常生活中的比例较大。

有一些孕妈咪虽然文化水平不高，甚至对胎教一无所知，未曾有意地去创造某些条件，而是随心所欲、毫无胎教目的地去实现自己的某种有利于胎儿生长发育的愿望与嗜好，在尽情、随意的生活中却意外地收到胎教的效果，所生宝宝与经过精心胎教者所生宝宝相比，在体质、智力等方面基本或完全一样，或者更优于有意进行胎教者所生的子女。

这可能与遗传因素有关，但也与无心胎教有关，收到了“无心插柳柳成荫”的效果。

实际上，女性在孕前的精神、意向、品德、习惯、嗜好等方面，在成年以后已基本定型，并不一定都适合于有意胎教的条件要求，即使是无意的也较难在孕期内强行加以改变。

这就需要80后女性在孕前多读一些有关胎教的书籍，增加文化知识，提高个人修养，力争使无意胎教转变为有意胎教。

虽然有的孕妈咪收到了无意胎教的效果，但这毕竟带有盲目性，不能和有意胎教相提并论，更不能代替有意胎教。

什么是有意胎教有意胎教是指有心思、自觉地、有意识、有目的并有计划地在怀孕期间采取某些方法，创造某些条件，施行胎教，并注意追求胎教的质量，让孕妈咪和胎儿的身心得到调养。

比如，音乐胎教就是通过音乐声波的和谐振动，培养胎儿敏感的听音能力，并使胎儿形成“外界环境是美的”的感觉。

又如语言胎教，通过父母对胎儿谈话、讲故事，培养亲子感情，并在胎儿脑中贮存语言信息，有利于胎儿发展语言功能。

学习胎教则是通过“宫内学习”使胎儿形成良好的条件反射能力，并在胎儿脑中积累一些知识信息，同时重视周围环境的影响，努力培养积极的心理状态和情绪体验，以便让胎儿在宫内环境中受到良好的感应，使其出生后健壮而聪明。

可以说，有意胎教就是给孕妈咪创造优美的环境，通过母亲与胎儿正常的信息交换，使胎儿受到良好的宫内教育，促使胎儿的身心得到健康的生长发育。

有意胎教的内容包括孕期保健、外界环境对孕妈咪的影响和孕妈咪情绪波动等，其中孕妈咪良好的精神生活尤为重要。

80后应该知道的胎教理论基础胎教理论来源于胎教实践，反过来又从更高的层次上指导胎教活动，并在胎教的实践过程中得到检验和发展。

胎教的理论依据有以下几点：(1)教育学理论：胎教的教育学理论认为，胎教实质上是对胎儿开展的超早期教育，是人一生中所接受的全部教育中最基础的部分。

因此，这种理论重视孕妈咪在胎教过程中的主导作用。

胎教必须从孕妈咪自身做起，从而加强孕妈咪的知识、道德修养，培养孕妈咪良好的行为习惯和审美情趣乃是胎教的关键。

(2)心理学理论：这种理论强调暗示、期望、焦虑、应激等心理现象对胎儿生长发育的影响，注重用心理学的有关原理去分析、研究孕妈咪的心理变化和胎儿心理的发生、发展规律。

所以，孕妈咪应掌握和了解必要的心理科学常识，以能够把握自己的心理活动，以愉快的情绪和积极的心态去对待胎教。

(3)生理学理论：一切来自母体外部的社会心理因素都会首先引起母体内部的生理变化，进而影响胎儿的身心发育。

因此，胎教的主要任务就是为胎儿创造一个良好的生物化学环境和生物物理环境，以保证孕妈咪血液循环、正常的内分泌及子宫内温度、压力等的恒定。

胎教实质上就是对制约和影响胎儿优生因素进行人为的控制，以消除不良刺激对胎儿的影响，使之得

<<80后胎教早教成功必读>>

到更顺利、更完善的发展。

比如合理营养、环境和个人卫生、预防疾病、谨慎用药、忌烟戒酒、节制性交、保持心情愉快、避免强烈震动、远离射线和毒物等均属于胎教范围。

胎教的优生学理论实际上是运用教育学、心理学、生理学、医学、卫生学等多种学科知识，对胎教进行综合研究，代表了胎教理论发展的方向。

<<80后胎教早教成功必读>>

编辑推荐

《80后胎教早教成功必读》编辑推荐：80后孕妈咪人手一册的孕育宝典！

<<80后胎教早教成功必读>>

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>