第一图书网, tushu007.com

<<图解40周胎教大百科>>

图书基本信息

书名：<<图解40周胎教大百科>>

13位ISBN编号：9787534141126

10位ISBN编号：7534141125

出版时间：2011-7

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：范秀华

页数：353

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

内容概要

《图解40周胎教大百科》以图解的方式进行同步胎教指导，详细地介绍了孕期如何进行胎教、胎教的具体方法，具有语言简明、可操作性强的特点。

第一图书网, tushu007.com

<<图解40周胎教大百科>>

书籍目录

怀孕第一个月——轻轻地我来了
第一讲：逐月变化早知道
胎儿讲给妈妈的话
准妈妈孕期体形“大曝光”
探知准妈妈的心理
第二讲：胎教理论讲座
为什么要实施胎教
什么是胎教
胎教的基本内容有哪些
胎教的理论依据
胎教的基本原则
受过胎教的孩子有哪些特点
胎教应从什么时候开始
如何正确看待胎教
第三讲：注意营养是胎教成功的第一步
营养对胎教的影响
本月饮食营养总纲领
孕前夫妻需要做好营养调整
孕期所需的维生素
孕期所需的矿物质
可以提高受孕概率的食物
叶酸，补之有道
给上班族准妈妈的营养建议
钙和铁是准妈妈健康的守护神
准妈妈要科学地补充蛋白质
注意怀孕早期的饮食禁忌
第四讲：生活中的点滴胎教
孕前要调整作息规律
调适生理机能
做好怀孕的心理准备
选择最佳的妊娠时机
把握受孕瞬间的胎教
养成散步的好习惯
为了宝宝，准妈妈要远离宠物
注意防范日常生活中的电磁辐射
给胎儿一个温馨的家
了解怀孕后的初次检查
第五讲：魔法胎教课堂
从受孕开始到怀孕第16周应进行的胎教
适宜讲给胎儿的故事
适宜唱绘胎儿的歌谣
适宜读给胎儿的诗词
适宜准妈妈的胎教音乐
能稳定情绪的呼吸法
第六讲：写给准爸爸的忠告

准爸爸是胎教的得力助手
改掉自己生活中的那些恶习
要给准妈妈创造良好的家庭气氛
第七讲：本月胎教小结
本月孕中宜与忌
认识怀孕后有哪些明显的征兆
正确地使用早孕试纸
准妈妈应知道的数字
怀孕第二个月——我找到了属于我的家
第一讲：逐月变化早知道
胎儿讲给妈妈的话
准妈妈孕期体形“大曝光”
探知准妈妈的心理
第二讲：胎教理论讲座
胎教对胎宝宝究竟有何意义
胎教成功的要素有哪些
一定要选择合适的胎教方法
怎样提高胎教效果
音乐对胎教的作用
情绪与脍教的关系
……
怀孕第三个月——我已知道我是男孩还是女孩
怀孕第四个月——开始玩耍的我
怀孕第五个月——胎动，我平安的晴雨表
怀孕第六个月——妈妈，你给我起名字了吗
怀孕第七个月——你梦到我了吗
怀孕第八个月——我不再是“小老头”
怀孕第九个月——我在等待冲刺
怀孕第十个月——妈妈，我来了

章节摘录

版权页：插图：胎教，顾名思义，一方面是胎，另一方面是教，是胎与教相结合的学问。
当然，这只是字义上的浅表认识，并不是胎教的真正含义。
今天我们谈胎教，不能局限于人类本能的传宗接代，而应从更深层次去认识包含在现代科学技术体系之内的人体科学中的一个最基本的问题——优生，亦即是广义的“胎教”。
胎教是集优生、优养、优教于一身的学问。
它包括优身受孕、优境养胎和胎儿教育3个方面。
优身受孕是指健康的父母在最佳的年龄段和最佳的身心状态下使精子和卵子结合成受精卵的过程。
优境养胎是指为胎儿创造一个良好的生活环境，使胎儿受到更好的调养调教。
胎儿通过母体中化学物质的变化来感知准妈妈的情感意图，准妈妈的情绪会直接影响胎儿神经系统的发育和性格的形成。
胎儿教育分为直接教育和间接教育。
直接教育是指直接作用于胎儿，使胎儿受到良好影响的教育，如给胎儿听音乐，把播放音乐的听筒放在准妈妈的腹部，让胎儿直接听。
间接教育是指通过对准妈妈的作用来影响胎儿，如孕期保健操，通过准妈妈做操来达到母胎同受锻炼的目的；准妈妈读一篇优秀的文章，这既是准妈妈的学习过程，同时也是对胎儿的熏陶过程。
怀孕后，准妈妈与胎儿结为一体，其言行举止时刻在影响着胎儿。
随着科学的发展、社会的进步，人们对胎教的重要性有了越来越深的理解，迫切需要了解胎教的内容和方法，以便为处于萌芽状态的生命发育提供最佳环境、创造最好的条件。
通过控制母体内外环境，给胎儿以良性刺激，使其各方面的潜在能力得到最大限度的发挥，为出生后的全面发展奠定良好的基础，从而达到优生的目的。
总的来说，胎教是指妊娠期间准妈妈本身的情绪及外在的环境对胎儿生长发育所产生的影响，并试图利用这两方面的因素，促进胎儿身体与智力方面的良好发育。

编辑推荐

《图解40周胎教大百科(最新双色版)》：营养是胎教成功的第一步，给胎宝宝穿上“思想衣裳。
汇集孕育精华，特别推荐，妇产专家精心打造，优生优育的最佳指导。

第一图书网, tushu007.com

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