第一图书网, tushu007.com

<<胎教优生指导>>

图书基本信息

书名：<<胎教优生指导>>

13位ISBN编号：9787548401285

10位ISBN编号：7548401280

出版时间：2010-7

出版时间：哈尔滨出版社

作者：崔钟雷 编

页数：208

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

第一图书网, tushu007.com

前言

在物质生活越来越丰富的今天，人们在追求物质基础的同时，更加向往获得身体的健康和内心的安宁。
的确，让自己拥有健康，让自己保持健康，是一件幸福的事。
而让自己和家人生活得快乐、健康，则是每个人送给自己和家人最好的礼物。
怀着这样美好的愿望，我们特地编写了这套《家藏天下》丛书。
她像是一位益友，在你身体不舒服的时候，只要牢记她的叮嘱，必定可以使你重新绽放笑颜；她像是一位智者，将她所知道的养生知识倾囊相授，让你为自己的健康负起责任来，树立起“关爱生命，远离疾病”的观念，并且在追求长寿的道路上获益良多；她更像是一位常住家中的私人医生，随时随地为你的健康出谋划策，保证健康常伴左右。
因为有了她的存在，家庭主妇再也不必劳苦于厨房之中，学会书中的妙招就能轻松搞定；因为有了她的存在，读者朋友可以通过自我按摩，从此远离亚健康；因为有了她的存在，新手妈妈不再无助，书中的喂养知识和智力开发方法可以让宝宝茁壮成长；因为有了她的存在，中年人可以健康常在，老年人可以笑口常开。
罗丹曾说，生活中不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛。
生活的美千姿百态，绚丽缤纷，只要你细心观察，用心体验，平淡繁杂的生活就能变得井井有条、情趣丰富。
我们衷心地希望读者能在《家藏天下》中感受到生活的一种从容之美。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《胎教优生指导》用详细浅显的语言解释了胎教的科学性及可行性，并为孕妈妈讲述关于胎教和优生的知识，提供孕期各个月龄的胎教实施方法和孕期保健细节，为孕妈妈提供贴心的呵护及照顾，提供全面的分娩准备方案，为迎接健康宝宝作好充分准备。
《胎教优生指导》内容丰富，语言平实，是各位孕妈妈的理想参考书。

第一图书网, tushu007.com

<<胎教优生指导>>

书籍目录

第一章 全面了解胎教知识一、眙教基础知i只1．正确理解胎教概念2．胎教的目的3．胎教的作用4．轻松愉快地进行胎教二、了解各种胎教方法1．环境胎教2．营养胎教3．音乐胎教4．光照胎教5、抚摩胎教6．运动胎教7、性格胎教8．语言胎教9．情绪胎教10．美学胎教11．呼唤胎教12．意想胎教13．智慧胎教14．生活胎教15．胎教训练第二章 完美的优生准备一、优生知识课堂1．慎重地选择伴侣2．遗传与胎教3．避免伴性遗传病4．决定宝宝智力的因素二、准父母心理巧过关1．拒绝生育不利于身体健康2．女性工作压力大不利于受孕3．丢掉不必要的担心4．健康的受孕心理5．正确的生育态度6．准爸爸的心理调适三，优孕的前期准备1．计划受孕2．避免孕育的缺陷3．重要的孕前检查4．孕前各种体检项目5．注意孕前的免疫6．怀孕计划倒计时7．适合做妈妈的最佳年龄8．30岁后的孕妈妈注意9．准爸妈的财政参考四、优生的本钱——健康的身体1．孕前的清洁卫生2．孕前的健身3．孕前的全面准备工作4．孕妈妈适合食用的食物5．准爸爸的营养补充6．从孕前开始补充叶酸7．孕妈妈药品的“黑名单8．帮宠物提前搬家9．绝对远离烟酒五、选择最佳时机受孕1．生物钟影响优生2．最佳受孕时间的身体3．选择最佳受孕季节4．选择最佳受孕环境5．选择最佳受孕时机6．把握受孕瞬间的胎教六、准爸爸的胎教课堂1．配合妻子做好胎教2．稳定妻子的情绪3．可为胎宝宝做的事4．提高自己的文化修养5．培养亲子关系6．丈夫在胎教中的职责第三章 十月胎教全程指南一．孕一月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3．受孕当月的胎教要点4．本月胎教实务5．音乐胎教6．情绪胎教7．环境胎教二、孕二月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3．怀孕第二个月的胎教要点4．音乐胎教5．情绪胎教6．联想胎教三、孕三月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3．怀孕第三个月的胎教要点4．呼唤胎教5．联想胎教6．情绪胎教7．音乐胎教8、上班族孕妈妈的胎教四、孕四月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3．怀孕第四个月的胎教要点4．环境胎教5．抚摩胎教6．情绪胎教7．音乐胎教8．语言胎教五、孕五月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3。
怀孕第五个月的胎教要点4．语言胎教5．音乐胎教6．情绪胎教7．抚摩胎教8．环境胎教六、孕六月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3．怀孕第六个月的胎教要点4．情绪胎教5．抚摩胎教6．语言胎教7．音乐胎教七．孕七月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3、怀孕第七个月的胎教要点4．语言胎教5．环境胎教6．运动胎教7．情绪胎教8．情感沟通的胎教法9．音乐胎教10．故事胎教11．编织也是胎教八、孕八月1．孕妈妈的身体变化2．胎宝宝的成长3．怀孕第八个月的胎教要点4．性格胎教……第四章 孕妈妈日常保健第五章 奏响分娩进行曲

章节摘录

插图：胎教的目的在于激发胎宝宝内部的潜力。
所谓“胎宝宝都是天才”，并不是说胎宝宝都可以成为天才，而是指处在这个时期的胎宝宝都存在可以激发的潜能，已经能够接受教育。
我们说5个月的胎宝宝就已经有能力接受教育了，但这里所说的“教育”不同于出生后的教育，它主要是指“六感”的训练，即皮肤的触觉、鼻子的嗅觉、耳的听觉、眼的视觉、舌的味觉和躯体的运动。
要进行胎教首先应该了解胎宝宝的正常生理发育和胎宝宝的能力。
胎宝宝医学研究发现，从2个月起胎宝宝就可以在子宫里运动了，3个月的胎宝宝皮肤已经有压觉和触觉了，4个月的胎宝宝有了冷觉和听觉，5个月的胎宝宝有了温热感觉和味觉，6个月的胎宝宝听力几乎与成人相等，7个月的胎宝宝对痛觉已十分敏感，8个月的胎宝宝能够凝视光源……胎宝宝的能力是惊人的，胎宝宝有习惯也有情绪，更惊人的是胎宝宝还有记忆力，他会对反复的信息刺激产生固定的条件反射。
这些都为胎教的实施提供了有力的科学依据。
我们提倡胎教，并不是因为胎教可以培养神童，而是胎教可以使个体的素质潜能得到更早地发掘，让每一个胎宝宝的先天遗传因素获得最大的发挥。
因此，经过胎教的宝宝只是有可能成为小天才而已。
但有一点可以肯定，胎教有利于胎宝宝在智慧、个性、感情、能力等方面的发育，有利于胎宝宝出生后在人生道路上的发展。

编辑推荐

《胎教优生指导》：关爱全家人的身心健康，缔造新生命的快乐成长，引领优质生活的时尚指南，开创完美的阅读空间，做您身边的健康顾问，为您答疑解惑常伴身边。

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