

《《胎教知识百科》》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年12月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787512709256

编辑推荐

*全面的胎教知识百科，让读者正确认识胎教，合理制定胎教计划，培育*聪明的宝宝！

内容简介

本书共分为五章，包括“概述胎教”“优孕是胎教的第一步”“胎教的方法”“准妈妈胎教知识”“怀孕期每月的胎教方案”几个部分；四个附录，分别介绍了营养常识、食品安全、母婴健康素养、女职工劳动保护特别规定、女职工禁忌从事的劳动范围。本书全面介绍了胎教的知识 and 注意事项，胎教百科一本通，一网打尽读者群。

作者简介

王晓丽，女，妇产科医生，从事妇产科临床工作多年，具有丰富的妇产科、新生儿专业经验，多年来致力于医学科普知识的推广，尤其擅长妇科疾病防治和保健。

目录

第一篇

胎教，孕育最聪明的宝宝

- 一、正确认识胎教 2
- 二、拟定胎教方案 9
- 三、走出胎教误区 18
- 四、胎宝宝接受教育的能力 22
- 五、胎教为宝宝的未来加分 24

第二篇

优孕，胎教的第一步

- 一、胎教与优孕 34
 - 二、遗传与优孕 45
 - 三、受孕心理与优孕 57
 - 四、孕前健康与优孕 62
 - 五、孕前生活与优孕 76
- 第一篇胎教，孕育最聪明的宝宝
- 一、正确认识胎教 2
 - 二、拟定胎教方案 9
 - 三、走出胎教误区 18
 - 四、胎宝宝接受教育的能力 22
 - 五、胎教为宝宝的未来加分 24
- 第二篇优孕，胎教的第一步
- 一、胎教与优孕 34

二、遗传与优孕 45三、受孕心理与优孕 57四、孕前健康与优孕 62五、孕前生活与优孕 76
第三篇胎教方法细细数一、美味的营养胎教 82二、悦耳的音乐胎教 95
三、优美的语言胎教 100四、舒适的环境胎教 104五、和谐的美育胎教 109
六、轻松的运动胎教 116七、温暖的光照胎教 126八、神奇的意念胎教 128
九、科学的智力胎教 135十、高雅的艺术胎教 137十一、舒畅的情绪胎教 143
十二、柔和的抚摸胎教 149第四篇准爸爸也是胎教的主力军一、胎教，准爸爸不能缺席 156
二、准爸爸胎教方案 161三、准爸爸爱妻须知 169第五篇胎教月月有不同
一、孕1月胎教方案 176二、孕2月胎教方案 185三、孕3月胎教方案 197
四、孕4月胎教方案 209五、孕5月胎教方案 218六、孕6月胎教方案 232
七、孕7月胎教方案 244八、孕8月胎教方案 257九、孕9月胎教方案 269
十、孕10月胎教方案 283附录附录一、待产期注意事项 295附录二、分娩的准备与应对 314
附录三、营养常识 335附录四：食品安全 381附录五：《母婴健康素养——基本知识及技能（试行）》 393
附录六：《女职工劳动保护特别规定》 397附录七：女职工禁忌从事的劳动范围 400

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

第一篇

胎教，孕育最聪明的宝宝

现代胎教是随着科学文化的发展和优生优育知识的普及而产生的。为了孕育出健康的宝宝，准父母都应该学习现代胎教的科学知识，以培养孩子先天良好的身心素质，为孩子的成长奠定坚实的基础。在怀孕的时候，应该制订一个详细而周密的胎教计划，对腹中的宝宝进行有重点的胎教。准妈妈们一定要认真仔细学习这一篇的内容。

一、正确认识胎教

什么是胎教

随着社会的发展，胎教越来越引起人们的关注了。胎儿在长到6个月大的时候，其大脑细胞的数量就已接近成人了，各种感觉器官也日益趋于完善，对母体内外的刺激能作出一定的反应。这就给胎教的实施提供了有力的科学依据。

胎教主要指准妈妈为了宝宝的健康发育，保持身心健康与欢愉，为宝宝提供一个很好的内外环境，适当地刺激生长到一定时期的宝宝，从而促进宝宝的健康发育，改善宝宝素质的科学方法。

广义胎教指为了促进胎宝宝心理和生理的健康发育，为了保证准妈妈能够平安地生产所采取的饮食、精神、劳逸、环境等各方面的保健措施。只有准妈妈有了一个健康的身体才会生出强壮的宝宝。因此，广义胎教也称为“间接胎教”。

狭义胎教是根据胎宝宝各感觉器官生长发育的实际情况，有针对性、积极主动地给予适当、合理的信息刺激，使胎宝宝建立起条件反射，从而促进其大脑机能、躯体运动机能、感觉机能及神经系统机能的发育。换言之，狭义胎教就是在胎宝宝发育成长期间，科学地提供视觉、听觉、触觉等方面的教育，如音乐、对话、拍打、抚摸、光照等，使胎

宝宝大脑神经细胞不断增殖，神经系统和各个器官的功能得到合理的开发和训练，充分发掘胎宝宝的智力潜能，从而提高全人类的整体素质。从这方面讲，狭义胎教也可被称为“直接胎教”。胎教是临床优生学与环境优生学相结合的具体措施。

有些人不相信胎教，认为胎宝宝根本就不可能接受什么教育。这是因为他们还不了解胎宝宝的发育情况，不了解胎宝宝所具有的能力，其实，胎宝宝有奇异的潜在能力。从怀孕第5周开始，胎宝宝就有较复杂的生理反射机能了；到了第10周时已形成感觉、触觉功能；在第20周左右，开始对音响有反应；第30周时有听觉、味觉、嗅觉和视觉功能，胎宝宝能够听到妈妈的心跳和外界的声音。这时，准妈妈要注意对胎宝宝进行胎教，因为准妈妈的一举一动都可能影响到胎宝宝。第一篇胎教，孕育最聪明的宝宝

现代胎教是随着科学文化的发展和优生优育知识的普及而产生的。为了孕育出健康的宝宝，准父母都应该学习现代胎教的科学知识，以培养孩子先天良好的身心素质，为孩子的成长奠定坚实的基础。在怀孕的时候，应该制订一个详细而周密的胎教计划，对腹中的宝宝进行有重点的胎教。准妈妈一定要认真仔细学习这一篇的内容。

一、正确认识胎教 什么是胎教

随着社会的发展，胎教越来越引起人们的关注了。胎儿在长到6个月大的时候，其大脑神经细胞的数量就已接近成人了，各种感觉器官也日益趋于完善，对母体内外的刺激能作出一定的反应。这就给胎教的实施提供了有力的科学依据。

胎教主要指准妈妈为了宝宝的健康发育，保持身心健康与欢愉，为宝宝提供一个很好的内外环境，适当地刺激生长到一定时期的宝宝，从而促进宝宝的健康发育，改善宝宝素质的科学方法。

广义胎教指为了促进胎宝宝心理和生理的健康发育，为了保证准妈妈能够平安地生产所采取的饮食、精神、劳逸、环境等各方面的保健措施。只有准妈妈有了一个健康的身体才会生出强壮的宝宝。因此，广义胎教也称为“间接胎教”。

狭义胎教是根据胎宝宝各感觉器官生长发育的实际情况，有针对性、积极主动地给予适当、合理的信息刺激，使胎宝宝建立起条件反射，从而促进其大脑机能、躯体运动机能、感觉机能及神经系统机能的发育。换言之，狭义胎教就是在胎宝宝发育成长期间，科学地提供视觉、听觉、触觉等方面的教育，如音乐、对话、拍打、抚摸、光照等，使胎宝宝大脑神经细胞不断增殖，神经系统和各个器官的功能得到合理的开发和训练，充分发掘胎宝宝的智力潜能，从而提高全人类的整体素质。从这方面讲，狭义胎教也可被称为“直接胎教”。胎教是临床优生学与环境优生学相结合的具体措施。

有些人不相信胎教，认为胎宝宝根本就不可能接受什么教育。这是因为他们还不了解胎宝宝的发育情况，不了解胎宝宝所具有的能力，其实，胎宝宝有奇异的潜在能力。从怀孕第5周开始，胎宝宝就有较复杂的生理反射机能了；到了第10周时已形成感觉、触觉功能；在第20周左右，开始对音响有反应；第30周时有听觉、味觉、嗅觉和视觉功能，胎宝宝能够听到妈妈的心跳和外界的声音。这时，准妈妈要注意对胎宝宝进行胎教，因为准妈妈的一举一动都可能影响到胎宝宝。

需要指出的是，胎教不同于出生后的教育，这里所说的教育主要是对胎宝宝6种感觉功能的训练，即皮肤的感觉、鼻子的嗅觉、耳朵的听觉、眼睛的视觉、舌头的味觉以及躯体的运动觉。胎教是通过各种适当的、合理的信息刺激，促进胎宝宝各种感觉功能的发育和发展，为其出生后的早期教育打下一个良好的基础。

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)