

<<图说胎教40周同步课堂>>

图书基本信息

书名：<<图说胎教40周同步课堂>>

13位ISBN编号：9787510111907

10位ISBN编号：7510111900

出版时间：2012-12

出版时间：中国人口出版社

作者：王艳琴

页数：255

字数：150000

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>

## <<图说胎教40周同步课堂>>

### 内容概要

《图说胎教40周同步课堂（畅销全彩版）》分40周编写，与孕期全程同步，理论与实施方法相结合，按周进行学习和实施胎教内容，非常简便和实用，保证您能轻松愉快地培养出天才宝宝！

## <<图说胎教40周同步课堂>>

### 作者简介

王艳琴，清华大学玉泉医院妇产科副主任医师，一线医疗专家，从事妇产科临床工作二十余年。擅长围产医学、优生咨询、生殖健康、产前教育、产后修复。

在长期临床工作中，推行以家庭为中心的产科服务理念，注重个性化产科医疗服务，重视孕产期健康教育及孕产期保健。

关注并热爱妇产科领域的科普工作，愿意为孕产妇及其家庭提供更多可供参考的知识。

主编过《怀孕40周完美方案》、《胎教每天一页》、《孕产禁忌专家忠告》、《怎样坐好月子》等超级畅销书籍，发表过多篇高水平的学术论文。

## <<图说胎教40周同步课堂>>

### 书籍目录

#### 第1周 胎教约会

##### 一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝还不存在

本周胎教要点

##### 二 胎教理论课

胎教的含义

广义胎教和狭义胎教

有意胎教与无意胎教

胎教的目的

胎教的作用

##### 三 本周胎教课堂

环境胎教--美化孕妈妈居室

情绪胎教--好情绪就是好胎教

##### 四 准爸爸胎教指南

准爸爸是胎教主力军

准爸爸下厨--清炒芦笋虾仁

#### 第2周 把握最佳时机

##### 一 本周宝宝与胎教要点

精子与卵子相遇了

本周胎教要点

##### 二 胎教理论课

孕早期应补充叶酸

十大胎教方法(一)

##### 三 本周胎教课堂

音乐胎教--享受“音乐浴”

语言胎教--《新月集》诗选(一)

##### 四 准爸爸胎教指南

准爸爸应积极参与胎教

准爸爸下厨--韭菜虾仁炒鸡蛋

#### 第3周 了解胎教类别

##### 一 本周宝宝与胎教要点

精子与卵子亲吻了

本周胎教要点

##### 二 胎教理论课

十大胎教方法(二)

##### 三 本周胎教课堂

语言胎教--诗歌《你是人间四月天》

音乐胎教--不同心境听不同音乐

##### 四 准爸爸胎教指南

准爸爸怎样进行胎教

准爸爸下厨--素什锦

#### 第4周 好心情最重要

##### 一 本周宝宝与胎教要点

神经、循环系统已经出现

本周胎教要点

<<图说胎教40周同步课堂>>

二 胎教理论课

胎教的基础是健康怀孕

把握受孕瞬间的胎教

三 本周胎教课堂

音乐胎教--钢琴曲《爱之梦》

情绪胎教--给自己一个微笑

四 准爸爸胎教指南

一起制定孕期日程表

和妻子一起写孕期日记

准爸爸下厨--猪血豆腐煲

第5周 成功胎教守则

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝像小海马一样

本周胎教要点

二 胎教理论课

实施胎教的基本要求

成功胎教十守则

三 本周胎教课堂

意念胎教--有助胎儿发育的脑呼吸操

运动胎教--孕早期适宜散步

四 准爸爸胎教指南

做孕妈妈最坚实的依靠

帮助妻子稳定情绪

准爸爸下厨--苦瓜炖排骨

第6周 为了宝宝保重自己

一 本周宝宝与胎教要点

小松子仁一样的胎宝宝

本周胎教要点

二 胎教理论课

孕期营养至关重要

怎样做好营养胎教

三 本周胎教课堂

美学胎教--孕期美容(孕早期篇)

意念胎教--写妊娠日记

四 准爸爸胎教指南

学做孕期营养餐

烹调要符合孕妈妈口味

准爸爸下厨--虾仁豆腐

第7周 爱在体会中成长

一 本周宝宝与胎教要点

胚胎开始有心跳了

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎儿的五种感觉

胎儿“大学”

三 本周胎教课堂

美学胎教--欣赏美丽的图片

<<图说胎教40周同步课堂>>

语言胎教--儿歌（一）

四 准爸爸胎教指南

适应妻子的情爱转移

理解孕妈妈没有“性”趣

准爸爸下厨--豆苗烧银耳

第8周 聆听幼小的心脏

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝开始运动了

本周胎教要点

二 胎教理论课

托马斯·伯尼的胎儿心理学

母胎之间的信息传递

三 本周胎教课堂

运动胎教--孕早期普拉提

意念胎教--提高胎教效果的呼吸法

四 准爸爸胎教指南

陪孕妈妈定期做孕检

准爸爸下厨--三丁糖醋烧黄鱼

第9周 比想象中聪明

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝初具人形

本周胎教要点

二 胎教理论课

IQ与胎教

EQ与胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--《新月集》诗选（二）

音乐胎教--圆舞曲《蓝色多瑙河》

四 准爸爸胎教指南

陪孕妈妈一起学习

分享孕妈妈的感觉

准爸爸下厨--鸡肉鲜汤小白菜

第10周 让爱围绕着他

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝像个小豆芽

本周胎教要点

二 胎教理论课

斯瑟蒂克胎教法

斯瑟蒂克胎教要点

三 本周胎教课堂

运动胎教--孕期瑜伽（孕早期篇）

胎教活动--手指游戏

四 准爸爸胎教指南

积极主动承担家务

不宜过度保护孕妈妈

准爸爸下厨--什锦水果浇汁饭

第11周 保持祥和心态

<<图说胎教40周同步课堂>>

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝开始自由活动

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎教的心理基础

孕期心理与胎教的关系

三 本周胎教课堂

语言胎教--《夏洛特的网》赏析

意念胎教--构想宝宝的样子

四 准爸爸胎教指南

给孕妈妈创造温馨的家庭环境

准爸爸下厨--芹菜炒猪肝

第12周 你快乐我也快乐

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝跳“水上芭蕾舞”

本周胎教要点

二 胎教理论课

运动胎教

运动胎教的作用

运动胎教的要点

三 本周胎教课堂

语言胎教--童话《三只小猪》

美学胎教--名画欣赏·《蒙娜丽莎》

四 准爸爸胎教指南

陪孕妈妈做运动

准爸爸下厨--黄豆炖猪蹄

第13周 合理补充营养

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝开始感知外界声音

本周胎教要点

二 胎教理论课

音乐胎教对胎儿智力开发具有特殊功能

胎教音乐的选择--1/f波动理论

三 本周胎教课堂

语言胎教--给宝宝读唐诗（五言）

胎教活动--用“闪光卡片”教文字

四 准爸爸胎教指南

为孕妈妈选择音乐胎教曲目

准爸爸下厨--清蒸大虾

第14周 “品尝”妈妈的味道

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝会做鬼脸了

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎儿会继承妈妈的习惯

饮食偏好也会被继承

三 本周胎教课堂

<<图说胎教40周同步课堂>>

音乐胎教--古筝名曲《平湖秋月》

语言胎教--故事《渔王的儿子》

胎教活动--随手种一盆绿植

四 准爸爸胎教指南

帮助妻子生活规律化

监督孕妈妈饮食起居

准爸爸下厨--鸭块白菜

第15周 爱在每时每刻

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝会打嗝了

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎教与胎儿的性格

坏情绪影响胎儿性格

三 本周胎教课堂

语言胎教--儿歌(二)

美学胎教--孕期美容(孕中期篇)

胎教活动--画简笔画(一)

四 准爸爸胎教指南

营造干净温馨的居室环境

准爸爸下厨--香菇油菜

第16周 最美的旋律

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝变得很淘气

本周胎教要点

二 胎教理论课

音乐心理治疗师解密音乐胎教

音乐心理治疗师的“音乐处方”

三 本周胎教课堂

运动胎教--孕中期普拉提

胎教活动--用“闪光卡片”教英文

四 准爸爸胎教指南

学会倾听与赞美

准爸爸下厨--酸菜炒牛肉

第17周 生命在于运动

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝喜欢玩脐带

本周胎教要点

二 胎教理论课

每天定时用语言刺激胎宝宝

三 本周胎教课堂

情绪胎教--感受幸福的小妙招

胎教活动--用“闪光卡片”教数字

胎教活动--简笔画(二)

四 准爸爸胎教指南

帮孕妈妈排遣不良情绪

让孕妈妈感受到你的爱



<<图说胎教40周同步课堂>>

准爸爸下厨--鸡汤煲松仁海带丝

第18周 轻轻地抚摸你

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝开始胎动了

本周胎教要点

二 胎教理论课

抚摸胎教

对胎儿进行游戏训练

三 本周胎教课堂

语言胎教--故事《阿凡提说谎》

抚触胎教--怎样和胎儿做游戏

四 准爸爸胎教指南

感觉宝宝的活动

给胎儿适度的刺激与锻炼

准爸爸下厨--核桃芝麻糯米粥

第19周 一切为了宝宝

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝开始吞咽羊水了

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎儿听觉的发育

用音乐训练胎儿听觉

三 本周胎教课堂

语言胎教--给宝宝唐诗(七言)

音乐胎教--圆舞曲《春之声》

四 准爸爸胎教指南

让宝宝听到你的声音

讲个声情并茂的故事

准爸爸下厨--虾片粥

第20周 无意识的顽皮

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝可以转动身体了

本周胎教要点

二 胎教理论课

对话胎教

每天适当增加对话次数

三 本周胎教课堂

语言胎教--童话《快乐的天使》

运动胎教--孕期瑜伽(孕中期篇)

胎教活动--简笔画(三)

四 准爸爸胎教指南

一起替宝宝取名字

准爸爸下厨--虾皮烧冬瓜

第21周 动来动去的幸福

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝变得滑溜溜的

本周胎教要点

<<图说胎教40周同步课堂>>

二 胎教理论课

胎动与胎宝宝安全

数胎动胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--读绕口令

意念胎教--将意念传导给胎儿

胎教活动--帮宝宝取个好名字

四 准爸爸胎教指南

与胎宝宝一起“看图说话”

准爸爸下厨--归参炖母鸡

第22周 自由自在舒展

一 本周宝宝与教要点

胎宝宝的牙胚开始发育了

本周胎教要点

二 胎教理论课

美术欣赏与胎教

绘画与胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--故事《没有朋友的老鼠》

美学胎教--名画欣赏·《向日葵》

胎教活动--书法赏析·《难得糊涂》

四 准爸爸胎教指南

向当爸爸的朋友吸取经验

准爸爸下厨--红枣莲藕章鱼汤

第23周 感受母子情

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝具备微弱的视觉了

本周胎教要点

二 胎教理论课

实施胎教忌懒惰

十字绣胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--儿童诗

胎教活动--绣十字绣

胎教活动--给孕妈妈拍漂亮的写真

四 准爸爸胎教指南

陪孕妈妈上产前培训班

丰富家庭业余生活

准爸爸下厨--蔬果沙拉

第24周 优化内外环境

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝对声音更敏感了

本周胎教要点

二 胎教理论课

环境色彩对胎教的影响

色彩搭配对情绪的作用

三 本周胎教课堂

<<图说胎教40周同步课堂>>

语言胎教--故事《孟母择邻》

胎教活动--插花

四 准爸爸胎教指南

学学测量宫高的方法

为孕妈妈测腹围

准爸爸下厨--银耳红枣冰糖汤

第25周 浅笑低语最温情

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝大脑发育高峰期

本周胎教要点

二 胎教理论课

语言胎教

实施的时间和方式

语言胎教的要领

语言胎教的题材

三 本周胎教课堂

语言胎教--纪伯伦散文诗选

抚摸胎教--推胎儿在宫内“散步”

四 准爸爸胎教指南

准爸爸爱抚胎宝宝

准爸爸下厨--虾仁草菇菠萝饭

第26周 进行心灵对话

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝可以睁开眼睛了

本周胎教要点

二 胎教理论课

用经典诵读进行胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--伊索寓言（一）

运动胎教--做孕妈妈减压操

胎教活动--书法《吃亏是福》及其故事

四 准爸爸胎教指南

给孕妈妈按摩的注意事项

准爸爸下厨--山药瘦肉煲乳鸽

第27周 我的性格我做主

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝爱吸吮大拇指

本周胎教要点

二 胎教理论课

绘画、剪纸与胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--《新月集》诗选（三）

胎教活动--折纸两例（一）

胎教活动--剪纸四例（服装）

四 准爸爸胎教指南

为孕妈妈准备衣服、鞋子

为爱妻穿衣系鞋带

<<图说胎教40周同步课堂>>

准爸爸下厨--番茄荸荠鸡片

第28周 对光明的渴望

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝活动更频繁了

本周胎教要点

二 胎教理论课

光照胎教

光照胎教的要点

光照胎教的注意事项

三 本周胎教课堂

语言胎教--故事《蜂蜜的酿造过程》

光照胎教--对胎宝宝进行光敏感训练

美学胎教--名作欣赏·《马踏飞燕》

四 准爸爸胎教指南

协助孕妈妈做自我监护

准爸爸下厨--红枣黑豆炖鲤鱼

第29周 最深的关怀

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝大脑发育迅速

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎教提升宝宝智力

三 本周胎教课堂

语言胎教--读《三字经》

美学胎教--孕期美容(孕晚期篇)

四 准爸爸胎教指南

准爸爸应经常跟胎宝宝说话

准爸爸下厨--海带燕窝豆腐汤

第30周 塑造良好品格

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝眼睛可以自由开闭了

本周胎教要点

二 胎教理论课

音乐有利于开发胎宝宝右脑

胎教新工具BabyPlus

三 本周胎教课堂

语言胎教--故事《美丽的小路》

音乐胎教--古筝名曲《春江花月夜》

四 准爸爸胎教指南

和孕妈妈一起布置婴儿房

准爸爸下厨--腐竹豆芽炒木耳

第31周 多交流多沟通

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝更像个小婴儿了

本周胎教要点

二 胎教理论课

性格训练法

<<图说胎教40周同步课堂>>

记忆训练法

三 本周胎教课堂

运动胎教--孕晚期普拉提

语言胎教--诗歌《再别康桥》

四 准爸爸胎教指南

陪孕妈妈参加社交活动

准爸爸下厨--生姜羊肉汤

第32周 别让宝宝太肥胖

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝变得安静很多

本周胎教要点

二 胎教理论课

帮胎宝宝寻找平衡的感觉

和胎宝宝玩“藏猫猫”

三 本周胎教课堂

情绪胎教--向家人或朋友倾诉

语言胎教--故事《说话要看对象》

胎教活动--做简单的宝宝装

四 准爸爸胎教指南

随时随地搀扶爱妻

帮助孕妈妈翻身

准爸爸下厨--粳米鸡丝粥

第33周 难以施展拳脚

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝的皮肤更有光泽了

本周胎教要点

二 胎教理论课

综合胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--《新月集》诗选（四）

胎教活动--折纸两例（二）

胎教活动--剪纸四例（花木鱼蟹）

四 准爸爸胎教指南

学习孕产育儿知识

准爸爸下厨--口蘑鸡片

第34周 在等待中做胎教

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝头朝下了

本周胎教要点

二 胎教理论课

孕期焦虑易使孩子出现情绪问题

孕妇情绪紧张可致使胎儿血压升高

放下不必要的担心

三 本周胎教课堂

运动胎教--孕期瑜伽（孕晚期篇）

语言胎教--故事《小象的鼻子》

四 准爸爸胎教指南

<<图说胎教40周同步课堂>>

入院前准备好分娩必需品

随时与妻子保持联系

准爸爸下厨--绿豆银耳羹

第35周 一切都在期待中

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝生存能力增强

本周胎教要点

二 胎教理论课

分娩对胎教有何意义

三 本周胎教课堂

语言胎教--伊索寓言(二)

胎教活动--趣味手影

胎教活动--玩手影编故事

四 准爸爸胎教指南

为孕妈妈准备入院待产的物品清单

准爸爸下厨--冬笋烧牛肉

第36周 生命在走向完善

一 本周宝宝与胎教要点

圆圆胖胖的胎宝宝

本周胎教要点

二 胎教理论课

自然生产是最好的胎教刺激

剖宫产与胎教

三 本周胎教课堂

语言胎教--故事《盐和棉花》

胎教活动--缝个可爱的袜子娃娃

四 准爸爸胎教指南

做好准备,随时待命

准爸爸下厨--葱香鱼片

第37周 胜利就在眼前

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝是足月儿了

本周胎教要点

二 胎教理论课

临产胎教--将胎教进行到底

克服分娩恐惧感

三 本周胎教课堂

语言胎教--诵读《诗经》

美学胎教--名画欣赏·郑板桥的画与传说

情绪胎教--有趣的童言

四 准爸爸胎教指南

帮助妻子适应生产环境

准爸爸下厨--萝卜炒虾皮

第38周 宝宝,加油哦!

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝继续生长

<<图说胎教40周同步课堂>>

本周胎教要点

二 胎教理论课

面对分娩充满信心

预防产前忧郁

三 本周胎教课堂

情绪胎教--摆脱不良情绪的方法

语言胎教--故事《树叶娃娃》

音乐胎教--舒伯特《小夜曲》

四 准爸爸胎教指南

准爸爸陪产效果更好

准爸爸下厨--莲藕炖排骨

第39周 对自由的向往

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝还在长肉呢

本周胎教要点

二 胎教理论课

分娩是胎教的最后一课

胎教与早教的衔接

婴儿脑靠快感的经验而发育

三 本周胎教课堂

语言胎教--读美丽的散文

运动胎教--有利分娩的深呼吸操

四 准爸爸胎教指南

给孕妈妈准备临产食物

准爸爸下厨--豆腐皮鹌鹑蛋汤

第40周 胎教的最后一课

一 本周宝宝与胎教要点

胎宝宝即将出生了

本周胎教要点

二 胎教理论课

胎教与早教的衔接

了解新生儿因材施教

三 本周胎教课堂

语言胎教--故事《小公鸡学本领》

胎教活动--留下宝宝的第一次

四 准爸爸胎教指南

为爱妻按摩缓解临产阵痛

准爸爸下厨--莲藕红枣章鱼猪手汤

## 章节摘录

版权页：插图：国外有关专家曾做过一个试验，他把参加试验的孕妈妈分成晚睡和早起两组，然后对这两组孕妈妈进行跟踪调查，结果发现，晚睡组孕妈妈所生的宝宝同他（她）们的孕妈妈一样都喜欢晚睡，而早起组孕妈妈所生的宝宝也同他（她）们的妈妈一样具有早起的习惯。

这个试验表明，新生儿的睡眠习惯是受到孕妈妈的睡眠习惯影响的。

这种现象如果用生理方面的知识解释的话，是否可以得出这样一个结论：胎儿在母体中发育成长的几个月内，可能和孕妈妈在某些方面有着共同的节律，从而使孕妈妈的习惯直接影响到胎儿的习惯。

美国科学家们在实验中发现，胎宝宝能通过子宫“品尝”到食物的味道。

孕妈妈偏爱某种食物，那么胎儿可能通过子宫“品尝”到该食物的味道，这种首次的味觉体验会对孩子将来的饮食喜好产生直接的影响。

不仅如此，科学家们还发现，胎宝宝除了能“品尝”到食物的味道外，还有超强的记忆力。

为此，科学家们做了一个有趣的实验，他们让一些孕妇在妊娠的最后3个月，定时服用胡萝卜汁；另外一些孕妇分娩后服用。

结果发现：那些在出生前就“接触”过胡萝卜汁的宝宝，不仅能顺利接受这种食物，并且表现出喜欢的倾向；但对于那些出生前没有“接触”过胡萝卜汁的婴儿来说，显然他们对这种食物不太喜欢。

从实验当中科学家们推出这样一个结论：宝宝熟悉母亲曾吃过的食物味道，宝宝由此获得了这样的信息什么食物是安全的，什么食物是可食用的。

看来，这是一个非常奇妙的体系。

婴儿在出生前首先在羊水中“认识”这种味道，然后在母乳中得到，最后在餐桌前首次食用。

在羊水或母乳中对食物味道的体验，可能有助于孩子断奶后对这种食品在接受程度。

科学家们的发现，对偏食的孩子有了新的解释，当然，也不可忽视遗传在其中所起到的作用。

这个发现同时也带给我们新的启示：最为本质的胎教，不是语言，不是音乐，或许就是孕妈妈日常生活的习惯，这种习惯对胎儿有着潜移默化的影响。

良好的生活习惯对胎儿的发展很重要，因此，孕妈妈要以身作则，在生活中严格要求自己，提升品位，为将来的胎宝宝树立好的榜样。



## <<图说胎教40周同步课堂>>

### 编辑推荐

《图说胎教40周同步课堂》是我见过的最好的胎教书之一，这是一部更全面、更实用的胎教同步读本。书中精彩的胎教课，让胎教更简单、更有趣、更高效。孕期必备书！

<<图说胎教40周同步课堂>>

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>