## <<40周胎教经典方案>>

#### 图书基本信息

书名: <<40周胎教经典方案>>

13位ISBN编号: 9787534586033

10位ISBN编号: 7534586038

出版时间:2011-12

出版时间:江苏科技

作者:汉竹

页数:201

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

## <<40周胎教经典方案>>

#### 内容概要

胎教分广义与狭义胎教两大类,在广义胎教中将饮食、音乐、语言、美学等与孕期生活相关的行 为都包括在内,属于百科性质的大胎教。

针对准妈妈们敏感的孕40周,特策划以周为时间功能的胎教,周周有不同,周周有重点。

## <<40周胎教经典方案>>

#### 作者简介

凤凰汉竹,是中国最大的媒体出版集团凤凰出版传媒集团(上交所代码:601928)旗下生活健康图书品牌。

汉竹品牌创立于2005年10月,专业出版高端健康生活图书。

做为凤凰出版传媒集团重点支持的生活健康图书品牌,凤凰汉竹正大规模投入于高端生活健康内容出版。

现在,凤凰汉竹的健康生活出版计划已全面覆盖日常生活领域。

每年,全球有数百万家庭在这些高品质图书中获得帮助。

凤凰汉竹正致力于将健康生活出版提高到新的标准,让人们有机会享受越来越舒适、越来越实用的健康生活图书。

凤凰汉竹,阳光一样的生活书。

### <<40周胎教经典方案>>

#### 书籍目录

第一个月 生命悄然而至

第1周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:周全的考虑和计划

情绪胎教:一起回忆小时候

营养胎教:牛奶洋葱汤

运动胎教:大步走

语言胎教:宝宝,爸爸妈妈在等你

知识胎教:星星离我们有多远

音乐胎教:幸福在哪里 美学胎教:欣赏画展 第2周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:观赏美,留意美

情绪胎教:美好的清晨 营养胎教:凉拌莴笋丝 运动胎教:呼吸练习 语言胎教:童谣小蝌蚪 知识胎教:小蝌蚪变青蛙

音乐胎教:莫扎特G小调第四十交响曲

美学胎教:盛开的鲜花 第3周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:放松心态,调养身体

情绪胎教:爱的语言 营养胎教:木耳炒黄瓜 运动胎教:手指健脑操 语言胎教:可爱的小金鱼

知识胎教:认识鱼

音乐胎教:《儿时情景》 美学胎教:舒适的小家 第4周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:心情愉快,规律生活

情绪胎教:笑一笑,心情好 营养胎教:菠菜炒鸡蛋 运动胎教:饭后散步 语言胎教:说说有趣的事

知识胎教:认识花花草草 音乐胎教:《欢乐颂》 美学胎教:齐白石《虾》

第二个月 我要好好呵护你 第5周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点: 欣然接受所有的不适

情绪胎教:做体贴的准爸爸 营养胎教:菠菜鱼片汤

运动胎教:适当的家务劳动

语言胎教:小猫钓鱼 知识胎教:天空的云朵

### <<40周胎教经典方案>>

音乐胎教:胎教音乐会 美学胎教:十字绣 第6周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:克服孕吐补营养,多听音乐情好

情绪胎教:胎宝宝的第一张画像

营养胎教:鲜柠檬汁 运动胎教:颈部小运动 语言胎教:下雨啦 知识胎教:春夏秋冬

音乐胎教:《蓝色多瑙河》 美学胎教:《母与子》的亲情

第7周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:少食多餐,不烦不燥

情绪胎教:书写心情 营养胎教:蘸酱菜

运动胎教:工作间小运动 语言胎教:聪明的小白兔 知识胎教:鸡宝宝的小屋子 音乐胎教:《彼得和狼》 美学胎教:可爱的泥宝宝 第8周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:和胎宝宝一起活动活动

情绪胎教:户外游,换心情

营养胎教:糖醋莲藕 运动胎教:锻炼腹部 语言胎教:向日葵

知识胎教:一片一片的小雪花

音乐胎教:《泥娃娃》 美学胎教:春姑娘的梦 第三个月 真正意义上的胎宝宝 第9周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:聪明茁壮的小宝贝

情绪胎教:丰富生活烦恼无 营养胎教:鱼头木耳汤 运动胎教:盘腿坐

语言胎教:我变成"我们"

知识胎教:种子是怎么长大的呀

音乐胎教:《小狗圆舞曲》

美学胎教:一位母亲的画作《摇篮》

第10周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:悉心的呵护很重要

情绪胎教:学会主动放松 营养胎教:凉拌素什锦 运动胎教:锻炼下肢

语言胎教:亲爱的三月,请进!

知识胎教:一元钱去哪里啦

### <<40周胎教经典方案>>

音乐胎教:《春野》

美学胎教:生活中的点滴美

第11周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:适应后的专心致志

情绪胎教:坚果壳贴画 营养胎教:孜然鱿鱼 运动胎教:扭转骨盆

语言胎教:《小矮人的大布袋》 知识胎教:小宝宝在哪里游泳呀 音乐胎教:《小提琴协奏曲》 美学胎教:《开花的杏树》

第12周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:自己的美丽健康也都是宝宝的

情绪胎教:自信的应对小烦恼

营养胎教:鸭肉冬瓜汤 运动胎教:舒服的按摩 语言胎教:准爸爸的好听话

知识胎教:好香的花 音乐胎教:《萤火虫》

美学胎教:丁香树下的温馨

第四个月 感觉到你好幸福 第13周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:系统胎教开始啦

情绪胎教:一抹微笑 营养胎教:大蒜生蚝 运动胎教:治疗尾骨疼痛 语言胎教:《小马过河》 知识胎教:伟大的企鹅爸爸 音乐胎教:《小星星变奏曲》 美学胎教:多看可爱的小宝贝

第14周 妈妈与宝宝的变化.

本周胎教重点:快乐的每一天情绪胎教:你是人间的四月天

营养胎教:海参豆腐煲 运动胎教:去除妊娠纹 语言胎教:《拔萝卜》

知识胎教:小动物为什么要冬眠呢

音乐胎教:《妈妈的眼睛》

美学胎教:《洗澡》 第15周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:跟坏心情说拜拜

情绪胎教:亲近大自然 营养胎教:无花果粥

运动胎教:和宝宝一起慢舞

语言胎教:《开始》

知识胎教:小胎盘的大作用音乐胎教:《小兔子乖乖》

### <<40周胎教经典方案>>

美学胎教:《摩特枫丹的回忆》

第16周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:让小宝贝感受到你的疼爱

情绪胎教:平"心"静"气"

营养胎教:荸荠红糖饮 运动胎教:肩关节操 语言胎教:《孩童之道》 知识胎教:猜猜是什么(1)

音乐胎教:《爱之梦》 美学胎教:学剪纸

第五个月 我们一起好好学习 第17周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:做一个爱学习的好宝宝

情绪胎教:开阔心情 营养胎教:猪血菠菜汤 运动胎教:去晒太阳 语言胎教:看画册讲故事 知识胎教:认识数字1和2 音乐胎教:《摇篮曲》 美学胎教:精美的瓷器

第18周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:让宝宝多听 情绪胎教:数胎动,好高兴

营养胎教:京酱西葫芦

运动胎教:保健助产操(1)

语言胎教:司马光砸缸 知识胎教:星星的颜色 音乐胎教:《新年好》

美学胎教:《维特雨尔花园》

第19周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:让宝宝动起来 情绪胎教:快乐的三口之家

营养胎教:百合粥

运动胎教:保健助产操(2) 语言胎教:说说家庭成员 知识胎教:认识数字3和4

音乐胎教:《让我们荡起双桨》 美学胎教:孕妈妈的随笔画

第20周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:培养宝宝的饮食好习惯

情绪胎教:手绢变小老鼠 营养胎教:山药牛奶燕麦粥 运动胎教:舒展肌肉操 语言胎教:小孔融让梨 知识胎教:聪明的海豹妈妈 音乐胎教:《水上音乐》 美学胎教:年画《新春到》

### <<40周胎教经典方案>>

#### 第六个月 快乐的互动

第21周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:徜徉在音乐的海洋中

情绪胎教:学做小风铃 营养胎教:酸奶布丁 运动胎教:轻拍小游戏

语言胎教:儿歌《睡在哪儿》 知识胎教:认识字母A和B 音乐胎教:音乐海洋里的沐浴

美学胎教:画青蛙 第22周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:宝宝性格父母做主

情绪胎教:看看动画片

营养胎教:西红柿圆白菜炖牛肉

运动胎教:互动体操 语言胎教:《快乐晚会》 知识胎教:认识汉字"大" 音乐胎教:《快乐的农夫》 美学胎教:《果篮荔枝》 第23周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:宝宝的小变化是胎教指南针

情绪胎教:准爸爸送花

营养胎教:豆泥饭

运动胎教:胎宝宝也"散步"语言胎教:《要下雨了》 知识胎教:会唱歌的知了 音乐胎教:儿歌《小燕子》

美学胎教:编织艺术 第24周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:做健康饮食的好榜样

情绪胎教:有趣的小谜语 营养胎教:菠菜萝卜汁 运动胎教:脊柱操

语言胎教:《达芬奇学画》 知识胎教:认识苹果和香蕉 音乐胎教:《动物狂欢节》 美学胎教:书法《上阳台帖》

第七个月 快速成长中

第25周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:照一照,视力好情绪胎教:偶尔沐浴的好心情

营养胎教:韭菜鲜虾 运动胎教:腹式呼吸操 语言胎教:小阿凡提的故事 知识胎教:圆圆的图形 音乐胎教:《数鸭子》

美学胎教:动动手,轻松创造美

### <<40周胎教经典方案>>

第26周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:让胎宝宝认识自己

情绪胎教:一起来"找茬"

营养胎教:鳗鱼饭

运动胎教:坚持适当的运动 语言胎教:多和胎宝宝说说话 知识胎教:为什么会长指甲呢 音乐胎教:《让世界充满爱》

美学胎教:插花

第27周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:补补宝宝的小脑瓜

情绪胎教:睡午觉心情好 营养胎教:芝麻核桃粥 运动胎教:放松练习 语言胎教:说出幸福 知识胎教:算算术 音乐胎教:《小毛驴》 美学胎教:《牧场圣母》 第28周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:持续与胎宝宝的交流

情绪胎教:准爸爸帮洗头 营养胎教:红烧鳝鱼

运动胎教:和妈妈一起去游泳 语言胎教:《请回答我,七月》

知识胎教:认识大象 音乐胎教:《打电话》 美学胎教:蜡笔画

第八个月 幸福生活早参

第29周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点: 互动交流多起来 情绪胎教: 画笔画出的好心情

营养胎教:西瓜冻 运动胎教:"扎马步"

语言胎教:随时给胎宝宝"做汇报"

知识胎教:方方的图形 音乐胎教:《小夜曲》 美学胎教:《划船》 第30周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:"老实"的宝宝越来越灵敏

情绪胎教:放阳光进屋来 营养胎教:蛋黄紫菜饼

运动胎教:时不时地做"游戏"

语言胎教:听童谣 猜谜语 知识胎教:坚强的动物宝宝

音乐胎教:《小白船》

美学胎教:《快乐的泡泡》

第31周 妈妈与宝宝的变化

### <<40周胎教经典方案>>

本周胎教重点:胎宝宝也要好心情

情绪胎教:准爸爸讲笑话 营养胎教:凉拌海蜇 运动胎教:转转魔方 语言胎教:《再别康桥》 知识胎教:认识红色 音乐胎教:《秋日私语》 美学胎教:温馨的小改造

第32周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:关照小小"监督者"

情绪胎教:百变的手影好神奇

营养胎教:莴笋粥. 运动胎教:抬腿运动

语言胎教:《清凉的水罐》 知识胎教:认识汉字"心" 音乐胎教:《蜗牛与黄鹂鸟》

美学胎教:齐白石《秋艳(蝴蝶)》

第九个月 累着快乐着

第33周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:成长和胎教都快乐进行

情绪胎教:宁静的练习 营养胎教:猕猴桃酸奶 运动胎教:盘坐伸展运动 语言胎教:《狐假虎威》 知识胎教:认认字母C和D 音乐胎教:《雪的梦幻》 美学胎教:《婴孩的爱抚》

第34周 妈妈与宝宝的变化.

本周胎教重点:快乐胎教 快乐生产情绪胎教:写下满心的期待吧营养胎教:冰糖五彩玉米羹

运动胎教:驼峰下垂运动

语言胎教:《春》

知识胎教:认识小蝴蝶

音乐胎教:《宝宝的异想世界》 美学胎教:郑板桥《兰石图》

第35周 妈妈与宝宝的变化 本周胎教重点:因材施教

情绪胎教:准爸爸要耐心+细心

营养胎教:牛肉饼 运动胎教:胸部练习 语言胎教:民间小儿歌 知识胎教:认识数字5和6 音乐胎教:各种音乐各种听 美学胎教:《荷花鸳鸯图》

第36周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:美好的事物都给宝宝

## <<40周胎教经典方案>>

情绪胎教:分娩—幸福的疼痛

营养胎教:木瓜鲜鱼汤 运动胎教:分娩准备运动 语言胎教:《狼来了》

知识胎教:宝宝的最爱--乳汁

音乐胎教:幸福拍手歌 美学胎教:《蝴蝶寿桃》

第十个月 我们一起努力

第37周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:紧张不安中有淡定

情绪胎教:分娩必备清单 营养胎教:猪肉焖扁豆 运动胎教:按摩乳房操(1) 语言胎教:《精卫填海》 知识胎教:认识绿色

音乐胎教:《四小天鹅舞曲》 美学胎教:轻松愉快地感受美

第38周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:传递妈妈的勇敢

情绪胎教:贴心的准爸爸 营养胎教:鸡脯扒小白菜 运动胎教:按摩乳房操(2) 语言胎教:《满山的玫瑰花》

知识胎教:为什么下雪后特别安静

音乐胎教:《两只老虎》 美学胎教:《豪家佚乐图》 第39周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:放轻松最重要

情绪胎教:制作小相框 营养胎教:黄姜饭 运动胎教:宝宝爱做操

语言胎教:《聪明的小牧童》 知识胎教:猜猜是什么(2) 音乐胎教:《夏日华尔兹》 美学胎教:留下美丽的瞬间 第40周 妈妈与宝宝的变化

本周胎教重点:继续胎教,衔接早教

情绪胎教:提前了解小家伙 营养胎教:莲藕猪蹄汤 运动胎教:直立扩胸运动 语言胎教:无话不谈

知识胎教:人之初,性本善音乐胎教:《音乐之声》 美学胎教:《四时果实图》

### <<40周胎教经典方案>>

#### 编辑推荐

针对准妈妈们敏感的孕40周,特策划以周为时间功能的胎教,周周有不同,周周有重点。 胎教到底是什么?

应该怎样做胎教?

汉竹编著的《40周胎教经典方案》就是帮孕妈妈打开胎教神秘的外壳,将有营养的果仁呈现出来, 让孕妈妈领略到胎教的美妙。

本书将7种经典胎教的方法,孕40周全程每周全部呈现出来,并都上到目录,每周的胎教有节奏、有规律。

让人打开目录就想继续翻下去。

情绪胎教怎么做,营养胎教注意什么,音乐胎教的最佳方案有哪些,这些都能在书中找到答案。 这本书,就是为解决孕妈妈的困惑而精编细作。

附赠经典胎教音乐CD,在阅读本书时,可以更好的理解和享受胎教音乐,将理论与实际紧紧联系在一起。

# <<40周胎教经典方案>>

#### 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