

<<图说育儿百科>>

图书基本信息

书名：<<图说育儿百科>>

13位ISBN编号：9787807334576

10位ISBN编号：7807334576

出版时间：2010-3

出版时间：幼儿素质教育编写组 古吴轩出版社 (2010-03出版)

作者：幼儿素质教育编写组

页数：447

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>

<<图说育儿百科>>

内容概要

《图说育儿百科（0-6岁）》将近年来世界育儿领域最前沿的研究成果与国内外权威育儿专家的临床经验有机地结合在一起，是一部针对0-6岁婴幼儿的实际问题的育儿百科全书。

内容包括智能教育、科学饮食、亲子游戏、保健知识等各个方面。

此外，书中还有200多幅图片，形象生动，直观明了地传授育儿知识。

无论文字还是图片，都注重从细节入手，针对性、实用性强，语言简洁，图文并茂，是值得准爸爸、准妈妈们及年轻父母一读的好书。

书籍目录

第一篇 孕期胎儿培育第一章 孕前准备第二章 孕期饮食第三章 孕期环境第四章 科学起居第五章 孕期禁忌第六章 应对孕期不适第七章 重视胎教第二篇 0-1岁婴儿培育第一章 最初启蒙第二章 均衡营养第三章 新生儿保健第四章 亲子游戏第五章 智力培育第三篇 1-2岁幼儿培育第一章 幼儿教育第二章 健康饮食第三章 卫生保健第四章 游戏乐园第五章 智能开发第四篇 2-3岁幼儿培育第一章 幼儿教育第二章 健康饮食第三章 卫生保健第四章 亲子游戏第五章 智能培育第五篇 3-4岁幼儿培育第一章 幼儿教育第二章 健康饮食第三章 卫生保健第四章 快乐游戏第五章 智能培育第六篇 4-5岁幼儿培育第一章 成长教育第二章 健康饮食第三章 卫生保健第四章 快乐游戏第五章 智能培育第七篇 5-6岁幼儿培育第一章 涉世教育第二章 健康饮食第三章 卫生保健第四章 学前游戏第五章 智能训练

章节摘录

插图：第一篇 孕期胎儿培育第二章 孕期饮食要给胎儿提供充足均衡的营养怀了孕的妇女身体会发生特殊的变化，如子宫、乳房增大，体重增加以及其他器官的变化，需要额外增加营养；而肚子里的胎儿不断生长发育，也需要从母体中摄取大量的营养。

如果这时孕妇缺乏营养，就会造成两种情况：一是胎儿为了自身生长发育的需要，会不断夺取母体中的营养，使孕妇的身体健康受到影响，容易发生疾病；二是母体营养不足，也会直接影响胎儿的生长和发育，会让小宝贝出生后先天不足、弱小，容易感染各种疾病。

为了保证母亲和胎儿的健康，孕妇的饮食需要做到：食品营养价值高，要有足够的蛋白质、维生素和矿物质，同时，在食品加工上要做到味美、易消化。

孕妇饮食原则 1. 在怀孕期间，随着所需营养的增加，应尽量多吃些蛋白质含量高的食品，如家禽肉、瘦肉、鱼、虾、奶、蛋、坚果、大豆及豆制品等。

家禽肉含脂量低，在去皮后效果会更好。

每天蛋白质的摄入量宜保持在80-100克之间。

2. 保证摄入充分的碳水化合物，如五谷类、土豆、白薯、玉米等。

媒体关注与评论

我不知道有什么职责是比培养一个孩子更神圣的了…… ——贝多芬早期教育与其说教给孩子许多东西，倒不如说是不让孩子失去许多东西。

——威特让孩子感到家庭是世界上最幸福的地方，这是大人们明智的做法。

这种美妙的家庭情感，在我看来，同父母送给孩子们的那些最精致的礼物一样珍贵。

——欧文儿童对活动的需要比对食物的需要更为强烈。

——蒙泰梭利

编辑推荐

《图说育儿百科(0-6岁)》将近年来世界育儿领域最前沿的研究成果与国内外权威育儿专家的临床经验有机地结合在一起，是一部针对0-6岁婴幼儿的实际问题的育儿百科全书。

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>