

# 《胎教40周细节指导方案》

## 图书基本信息

书名：《胎教40周细节指导方案》

13位ISBN编号：9787537534147

10位ISBN编号：7537534144

出版时间：2006-7

出版社：河北科学技术出版社

作者：叶高峰

页数：478

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《胎教40周细节指导方案》

## 内容概要

据国外神经学专家研究，胎儿从第5周开始形成神经细胞，因此父母亲希望宝宝有较高的智商，希望能够在有利的条件下增进胎儿大脑潜力的发展，这在一定程度上是可做到的，其方法很简单，那就是胎教。所谓胎教，是指孕妇在怀孕期间的一切心理、生理状态对胎儿将来的身心、智力发展上产生的一切影响。一般说来，父母身体健康、心情愉快而且营养充足并且有充分的智力刺激环境，所生出的婴儿身体较健康，智商较高。

生理方面：母亲的身体素质是优生的前提条件，要想生育一个健康聪明的宝宝，孕妇应尽量保持良好的健康状况，有病及早治疗，并使自己身体都能得到全方位的调养。

心理方面：孕妇在怀孕期间如果能保持愉快稳定的心情，所生的孩子也能较好地适应外界环境，情绪也会较稳定。

智力刺激：胎儿在母亲子宫里，与母亲血脉相通，母亲通过一些刺激手段，完全可以促进孩子各种潜力的发展。

建议：

1. 孕妇听音乐。每天听一些欢快、优美的音乐或活泼有趣的儿歌、童谣，并随着轻轻吟唱，能够为胎儿提供丰富的精神刺激，为提高孩子智商打下基础。

2. 给宝宝听音乐。怀孕中期，将一些优美的乐曲通过母亲的腹部源源不断地灌输给胎儿，培养胎儿的听力，也刺激胎儿大脑神经细胞的形成。

3. 阅读优美的散文、诗歌。

4. 经常欣赏名画、美好的事物与美丽的大自然等。

5. 每天和宝宝地说话，如早晚同胎儿打招呼，对胎儿讲讲话，把胎儿当作一个能听、能看、能理解父母的有生命、有思想、有感情的谈话对象。通过父母亲充满爱意的呼唤与谈话，给予胎儿良性的刺激，能够丰富胎儿的精神世界，开发他的智力。

著名科学家巴甫洛夫说过：“婴儿出生后再进行教育，就已经迟了3天。”可谓对胎教最精辟的论述和肯定了。

# 《胎教40周细节指导方案》

## 书籍目录

第一篇 孕早期胎教方案 第1周：胎教从孕期开始 第2周：遗传、优生与胎教 第3周：把握受孕的瞬间  
第4周：科学地认识胎教 第5周：健康的心理是实施胎教的根本 第6周：母亲是胎教的主体 第7周：正确对待早孕反应 第8周：早期检查的重要性 第9周：胎儿有受教的生理 第10周：脑细胞发育进入第一个高峰期 第11周：科学实施胎教第二篇 孕中期胎教方案 第12周：丈夫是胎教的好帮手 第13周：避免流产 第14周：优境胎教 第15周：抚摸胎教 第16周：胎儿记忆开始形成 第17周：呼唤胎教 第18周：视觉发育敏感期 第19周：光照胎教 第20周：可明显感觉到胎动 第21周：游戏胎教 第22周：运动胎教 第23周：美育胎教 第24周：丈夫参与胎教 第25周：胎儿听力完全形成 第26周：音乐胎教 第27周：语言胎教第三篇 孕晚期胎教方案 第28周：胎儿语言发育 第29周：对话胎教 第30周：联想胎教 第31周：通过胎教纠正胎位 第32周：孕期异常护理(一) 第33周：孕期异常护理(二) 第34周：塑造胎儿的性格 第35周：怡情胎教 第36周：分娩的技巧练习 第37周：分娩的动作技巧 第39周：为分娩做准备 第40周：喜迎宝宝的降生

# 《胎教40周细节指导方案》

## 章节摘录

书摘第15周：抚摸胎教 孕妇本人或丈夫用手在孕妇的腹壁轻轻地抚摸胎儿，给胎儿触觉上的刺激，以促进胎儿感觉神经及大脑的发育，称为抚摸胎教。抚摸胎教法是父母通过抚摸来与胎儿沟通的方法，它也是父母早期与胎儿沟通的重要途径之一。相对视觉而言，胎儿的触觉发育要早一些。怀孕早期，胎儿就能在羊膜内滑动，如果胎儿的手触及嘴，胎儿的头就会歪向一侧，张开口。长大一些，胎儿会把手伸到嘴里去吸吮，还会把脐带往嘴里送，隔着母体触摸胎儿的头部、臀部和身体的其他部位，胎儿还会作出相应的反应。科学家用内镜观察，如果用一根小棒触动胎儿的手心，胎儿的手指会立即紧握起来，再去触他的脚底，他的脚趾会动弹，同时，膝部还会弯曲，甚至还能反射性地张大嘴。抚摸胎教正是在胎儿具有触觉的基础上实行的，通过抚摸训练，能使胎儿感知到父母的存在，增强胎儿肢体的反应能力。亲子抚摸可以带给父母无穷的乐趣。父母在抚摸胎儿时，一边和胎儿轻轻地说话，一边相互谈谈心，交流交流感情，好似一家三口围坐在一起，充满温馨、亲密的气氛。抚摸胎教法实施时有些注意事项。首先，抚摸及按压时动作要轻柔，以免用力过度引起意外。其次，有的孕妇在孕中期、孕晚期经常会有一阵阵的腹壁变硬，可能是不规则的子宫收缩，此时千万不可进行抚摸胎教，以免引起早产。最后要提醒的是，如果孕妇有不良产史，如流产、早产、产前出血等，则不宜使用抚摸胎教，可用其他胎教方法替代。爱抚胎儿胎教法 在胎儿发脾气胎动剧烈时，或在各种胎教方法之前可应用，以达到抚慰胎儿的作用。此法在妊娠3个月就可以开始进行。孕妇可仰卧在床上，头不要垫得过高，全身放松，呼吸匀称，心平气和，面部微笑，双手轻放在胎儿位上，也可将上身垫高，采用半仰姿势。每次2~5分钟。双手从上至下，从左至右，轻柔缓慢地抚摸胎儿，同时可想像你双手真的在爱抚可爱的小宝宝，有一种喜悦感和幸福感，深情地默想或轻轻说：“小宝宝，妈妈真爱你！”“小宝宝快快长，长成一个聪明可爱的小宝贝！”以自身感觉舒适为宜。经常抚摸胎儿的积极作用 在妊娠期间，孕妇经常抚摸一下腹内的胎儿，可以激发胎儿运动的积极性，并且可以感觉到胎儿在腹内活动而发回给母亲的信号。这是一种简便有效的胎教运动，值得每一位孕妇积极采用。通过对胎儿的抚摸，母子之间沟通了信息，交流了感情，从而激发了胎儿的运动积极性，可以促进出生后动作的发展。翻身、抓、握、爬、坐、立、走等动作，都可能比没有经过这项的婴儿要出现得早一些。在动作发育的同时，也促进了大脑的发育，会使孩子更聪明。本周胎教日记要点 记录下母亲身体反应的起始、征状及异常，用药等。记录下孕妇产前第2次检查的情况。记录下第1次胎动情况(一般孕16周左右出现)和腹围、血压、体重等。记录下胎教过程及胎儿反应。记录下父母的感想及下阶段对胎儿的期望。 P226-228

# 《胎教40周细节指导方案》

## 编辑推荐

生一个健康、聪明、活泼的孩子是每一个家庭的美好愿望。而胎教做得好宝宝才能健康又聪明，所谓胎教是指胎儿教育，是要为体内的胎儿和母亲提供一个完备优良的环境，所以要注重方方面面的细节才能做好胎教。本书详细地介绍了从怀孕开始，如何进行40周的孕期营养、如何做孕期的异常护理、如做做好每周的胎教日记、如何进行日常保健与安胎养胎、40周的胎教应注意些什么等内容。我们相信，通过本书对你怀孕40周胎教的细节指导，您一定会拥有一个聪明、健康、活泼、可爱的天才宝宝!

# 《胎教40周细节指导方案》

## 精彩短评

1、虽然我看的不多。但是经常是可以让人放松下来。比如很多你觉得恐怖的事情，看过以后书中的解释让人释怀。很不错的一本书，平时翻看下绝对有用的。

# 《胎教40周细节指导方案》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)