

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

## 图书基本信息

书名：《斯瑟蒂克天才胎教法》

13位ISBN编号：9787553736384

出版时间：2014-10-1

作者：王琪,汉竹

页数：288

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)

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

## 内容概要

这是一本斯瑟蒂克胎教真实案例+成功胎教方法的书。

讲述斯瑟蒂克夫妇通过胎教培养出4个“天才儿童”的真实案例：大女儿5岁时，从幼儿园一下子升到高一，10岁时成为全美最年轻的大学生；二女儿12岁进入大学；三女儿11岁已经上高三；小女儿4岁已经开始学习小学高年级课程。斯瑟蒂克夫妇看来，这都是胎教的结果。

40周每周都有不同的胎教主题方案：情绪、童谣、故事、名画、智力、国学、音乐、营养、诗歌、散文、英语、运动、自然……你想要的胎教素材，这里全能找到。从健康备孕到制定胎教计划、从创造良好的胎教环境到生活中处处以胎儿为中心，从调节准妈妈的情绪到准爸爸也参与……本书将四色蒂克的这些具体的胎教经验付诸实践，结合精挑细选的胎教素材，只给宝宝最美、最适合的学习内容！随书附赠“胎教音乐故事儿歌集锦”网络在线下载MP3，让你的胎教书不仅好看，更好听！

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

## 作者简介

作者简介：

王琪  
国家“十五”科研攻关项目负责人  
中华医学会、北京医学会专家库成员  
北京妇产医院主任医师、教授  
北京市孕产期保健技术专家指导组成员  
她是一位拥有30多年临床实践的著名孕产专家，也是一位喜爱宝宝的外婆。在她的职业生涯里，以特有的亲和力，让几十万孕妇得到最细心的指导，迎来一个个健康的小生命。  
她还是北京电视台、人民网健康论坛等媒体的特邀嘉宾，积极参与各种形式的大众普及健康教育工作，并且出版了多本孕产育儿畅销书。  
她在微博上说：“看见一个个女性成为母亲是我生命中的幸福源泉，我爱母性的伟大。”期待准妈妈们在她的指导下，每天抽出几分钟读一页，安心度过280天。  
微博<http://weibo.com/u/2293458141>

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

## 书籍目录

### PART 1 斯瑟蒂克：胎教让我们家出了4个天才儿童

斯瑟蒂克: 我们并不是为了要生一个“天才儿童”才进行胎教的，而是想让孩子今后的人生过得更加幸福和有意义。为此，在孩子未出世时，我们让她对各种事情感兴趣，并培养她们理解这些事情的能力，是结果恰好和“天才”这个称号联系在一起罢了。

#### 一对普通夫妇用胎教养出4个天才儿童

斯瑟蒂克: 我是日本人，丈夫约瑟夫是美国人，我们祖辈中不曾出现过伟人，我们夫妇俩也是很平凡的人。我们都是在普通的家庭里成长起来的，受的是一般教育，过的极平常的生活。

出生2周就能讲单词

1个月时能一口气数到3

1岁的孩子念书给大人听

5岁上高中，10岁上大学

斯瑟蒂克的孩子都在玩中学习

### PART 2 斯瑟蒂克胎教理念

斯瑟蒂克：我曾听祖母讲过这样一件事情，斯拉妇女在怀孕时会坐在摇椅上，把手放在腹部给胎宝宝唱祖先传下来的歌曲。也许这是微不足道的事情，但当我得知自己怀孕的时候，我决心学他们的样子，把尽可能多的时间花在孩子身上，把大千世界的美好情景告诉我们的孩子。

#### 优生是胎教的开始

斯瑟蒂克: 想要顺利实施胎教，首要的一步就是健康怀孕。为了弄清这个问题，我和约瑟夫给医生打电话咨询。虽然当时还没有怀孕，还有些不好意思，但是为了能顺利进行胎教，约瑟夫还是给大夫打了电话。

孕前检查是优生的前提

把握怀孕的最佳年龄

夏末秋初是受孕的最佳季节

不宜受孕的3种情况

孕前3个月或是半年戒烟戒酒

做好思想准备，怀上最棒的一胎

制定整个孕期胎教计划

.....

### PART 3 斯瑟蒂克40周胎教法

斯瑟蒂克: 当我得知脑的发育这么早就开始了，并且以如此快的速度，进行着这样一个进化发育的过程以后，我被胎宝宝所具备的伟大生命力所感动，同时也认识到胎宝宝的能力充满着神秘莫测的巨大可能性。

#### 第1周 情绪胎教：好心情是胎教的第1步

斯瑟蒂克: 我在怀孕的时候总对自己说，如果母亲常持有一种平静的、开朗的心情，那么胎宝宝就会受此影响，身心发育良好。所以在此期间我不曾生过气，不曾和丈夫吵过架，不曾使自己心神不安。

要记住，你是一个幸福的准妈妈

多多练习静心呼吸法

准爸爸要对妻子的好心情负责

准备一张可爱的宝宝图

散文：来吧，孩子

#### 第2周 营养胎教：孕期健康的基础

斯瑟蒂克: 我本人怀孕时，在饮食方面是十分注意的。丈夫常看一些有关营养的书，看到一本书上说妊娠初期所需要的营养有“钙、磷、铁、维生素A、B族维生素、维生素C、维生素D、维生素E”，于是就常劝我吃牛奶、猪肝、菠菜。

1~4周胎宝宝营养需求

1~4周准妈妈饮食宜忌

胎教营养餐

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

## 第3周 运动胎教：从现在开始爱上散步

斯瑟蒂克: 为了使腹中的胎宝宝能茁壮成长、身心健康，我们用去了每天的大部分时间，每天下午都出去散步。散步

的目的是将沿途看到的种种事物通过我的视觉、听觉输入宝宝的“记忆银行”。

准爸爸陪着去散步

边走边哼唱一首快乐的歌

冥想：让心灵也散散步

## 第4周 音乐胎教：乘着歌声的翅膀

斯瑟蒂克: 不应只给胎宝宝听妈妈自己喜欢的歌曲、乐曲，要选择感觉明快、曲调平稳、柔和的歌曲和乐曲。

莫扎特：小星星变奏曲/小夜曲

贝多芬：致爱丽丝/田园

柴可夫斯基：糖果仙子之舞/四小天鹅舞曲

## 第5周 故事胎教：准爸爸读故事

斯瑟蒂克: 出生后不久的婴儿，常会有这种情况，即使不认识的女性，一逗他，他也会笑，而父亲一逗他，他就会哭。这

正是从其胎宝宝时代到出生后的一段时间里不熟悉男性的声音所造成的。为了消除孩子对男性，包括对父亲的不信任感，妊娠前期的父子对话是很重要的。

鸭爸爸的“百宝箱”

三只小猪

乌鸦喝水

猴子捞月亮

青蛙王子

## 第6周 营养胎教：与孕吐过过招

斯瑟蒂克: 有时仍会很想吃甜食，但对应该吃的东西却因妊娠反应而没有食欲，连拿叉子都不愿意。

但为了孩子，每当我想吃甜食时，都会用蜂蜜来代替；没有食欲的早上就吃放了小麦胚芽及核桃、葵花子的麦片粥，并加入很多牛奶。

5~8 周胎宝宝营养需求

5~8 周准妈妈饮食宜忌

胎教营养餐

.....

第7周

.....

第8周

.....

第9周

.....

第10周

.....

第11周

.....

第12周

.....

第13周

.....

第14周

.....

第15周

.....

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

第16周

.....

第17周

.....

第18周

.....

第19周

.....

第20周

.....

第21周

.....

第22周

.....

第23周

.....

第24周

.....

第25周

.....

第26周

.....

第27周

.....

第28周

.....

第29周

.....

第30周

.....

第31周

.....

第32周

.....

第33周

.....

第34周

.....

第35周

.....

第36周

.....

第37周

.....

第38周

.....

第39周

.....

第40周 快乐胎教：准备迎接宝宝

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

.....  
附录：认识新生宝宝

# 《斯瑟蒂克天才胎教法》

## 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)