图书基本信息

书名:《专家胎教百事通》

13位ISBN编号:9787536950122

10位ISBN编号:7536950128

出版时间:2012-11

出版社:陕西科技

作者: 范秀华

页数:388

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

内容概要

为了能让你更清楚地了解胎教,更有效地实施胎教,尽快走出胎教的困惑,范秀华特组织有关专家精心编写了这本书。《专家胎教百事通(修订版)》以通俗的语言,详细地介绍了胎教实施的范围,从准妈妈营养到日常活动,乃至所接触的生理、心理环境,我们都给予了科学地指导。只要年轻的准爸妈认真学习,准确掌握正确的方法,在实施过程中,严格按照胎教的方法去做,那么您未来的孩子一定会与众不同。

书籍目录

第一篇 胎教序曲——奏好妊娠乐章的前奏第一章 胎教阳光教程——好"孕"到,欢欢喜喜谈胎教第二章 健康的身体——优生优育的本钱第三章 胎教全家福——全家一起来做胎教第二篇 胎教协奏曲——演奏人生最华美的乐章第一章 音乐哆来咪——胎教知识一点通第二章 幸福五线谱——十月胎教贴心方案细细读第三章 轻快的胎教A小调——勾兑宝宝成长的最优营养"配方"第四章 清新的胎教B小调——细节呵护从现在开始第五章 柔和的胎教C小调——让和谐的音符渗透胎教的每个细节第六章激昂的调教D大调——构建胎教健康"防火线"第七章 悠扬的胎教休止符——打开分娩知识的天窗第三篇 动人的乐章——揭开幸福生活的新篇章第一章 新妈妈护理——让幸福的阳光洒满心田第二章 新生宝宝护理——让幸福和快乐编织出宝宝的健康

章节摘录

版权页:插图:寓教于乐好"孕"来孕妈妈通常会步入胎教的误区,如去书店买回各种版本的胎教知 识、孕妈妈必读,身体力行书中所阐述的各种理论和方法;去俱乐部学习孕妈妈健美操,让腹中的胎 宝宝感受韵律和节奏;或是去美术馆,看美好的东西以陶)台性情:或是进行大量的知识性阅读,耗 费了大量时间和精力。在这里,专家提醒这些盲目进行胎教的孕妈妈:不要让胎教成为自己的负担。 胎教要在科学的指导下进行,一般来说,要在孕妈妈保证正常的休息和充足的营养的前提下,从怀 孕4~5个月时开始。对胎宝宝进行定时定量的触摸、声音等刺激。孕妈妈的情绪变化会直接影响胎宝 宝,这就需要孕妈妈保持身体健康,心情愉悦。这里要澄清胎教的三个误区:一是胎教不等于学习知 识,不用给胎宝宝传授知识或教授他们某项技能;二是胎教不宜过早,比如音乐胎教通常在6个月之 后进行;三是胎教要适度,不要日复一日进行大量的项目,使得孕妈妈身心疲倦,胎宝宝也无法得到 充分的休息。爱,才是胎教的基础人们常说,孩子是爱情的结晶。因此,胎教首先源于爱。爱是胎教 的基础,首先表现为,受孕的那一刻正是男女感情达到高峰的瞬间。我国传统医学认为,男女交合时 , 必须心情良好, 才能为孕育优生儿打下良好的基础。《景岳全书》指出, "男女交合应在时合气爽 ,情思清宁,精神闲裕"下进行,这样"得子非惟少疾,且聪慧贤明"。因此,我们建议准备怀孕的 夫妇在选择好了最佳受孕的日子里,尽量培育夫妻期间浓浓的爱意,制造温馨的氛围,培养甜蜜的感 觉,让双方在情感、心理和行为等方面都达到高度和谐时同房。在同房的过程中,夫妇双方还要充满 强烈的爱意和美好的意念,带着爱和美好的意愿充满激情地进入"角色",使受孕瞬间尽可能争取双 方同时达到爱的极致和美妙的极限——性高潮,为孕育一个健康优秀的宝宝打下基础。爱是胎教的基 础,其次表现为在妻子怀孕期间夫妇和美浓厚的爱意,能为胎儿成长提供一个优教的环境。

编辑推荐

《专家胎教百事通(最新双色版)》:妇幼专家倾情奉献,最实用的优生优育方案。父母的精心准备,可影响宝宝的一生。科学胎教的原则,十月胎教大跟踪,实施胎教的基础,做好胎教的衔接。

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