

# 《胎教每天一页》

## 图书基本信息

书名：《胎教每天一页》

13位ISBN编号：9787510105081

10位ISBN编号：7510105080

出版时间：2010-12-1

出版社：中国人口出版社

作者：优生优育专家组

页数：254

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)

# 《胎教每天一页》

## 内容概要

《胎教每天一页(畅销全彩版)》是一本科学实用的胎教读物，由经验丰富的妇幼保健专家编写，集实用性、科学性与趣味性于一体。《胎教每天一页(畅销全彩版)》包括两方面内容：胎教理论和胎教实施方法。最大特色是内容与孕期全程同步，针对孕期十个月的具体情况，每天一页，对胎教进行全面的安排和具体指导。内容极为丰富、有趣。

# 《胎教每天一页》

## 作者简介

王艳琴，副主任医师，清华大学附属医院妇产中心副主任，从事妇产科临床工作20余年，一线专家，妇产科工作领域的骨干中坚力量。北京医科大学妇产科临床硕士，长期从事妇产科临床工作，对妇产科常见病、多发病及疑难重症具有丰富的治疗经验。有全新的医疗服务观念，注重医学模式的改变和创新，积极倡导实施陪伴分娩，推行无痛技术在妇产科领域的应用，关注孕产妇保健和生殖健康领域的新进展。发表高水平的学术论文二十余篇；出版了多部妇幼保健科普书籍；《中国临床医生》第五届特约编委。

# 《胎教每天一页》

## 书籍目录

第1个月 大脑发育已经开始 第1天(1D) 孕1月胎教指南 第2天(2D) 孕1月妈妈宝宝 第3天(3D)  
孕1月营养与饮食 第4天(4D) 胎教的确切含义 第5天(5D) 胎教概念的三方面 第6-7天(1W) 古筝名曲《  
平湖秋月》赏析 第8天(1W+1D) 胎教可行性的依据 第9天(1W+2D) 胎教的原则 第10天(1W+3D) 胎教  
目的和作用 第11天(1W+4D) 胎教的历史 第12天(1W+5D) 古代胎教六要点 第13~14天(2W) 齐白石(  
《虾》画坛一绝 第15天(2W+1D) 胎教的十大基本方法(一) 第16天(2W+2D) 胎教的十大基本方法(二)  
第17天(2W+3D) 胎教的十大基本方法(三) 第18天(2W+4D) 营养胎教如何做 第19天(2W+5D) 情绪胎  
教如何做 第20~21天(3W) 益智小游戏(1月期) 第22天(3W+1D) 环境胎教怎样做(一) 第23天(3W+2D)  
环境胎教怎样做(二) 第24天(3W+3D) 环境胎教怎样做(三) 第25天(3W+4D) 语言胎教如何做(一) 第26  
天(3W+5D) 语言胎教如何做(二) 第27~28天(4W) 圆舞曲《春之声》赏析第2个月 小心脏在跳动第3个  
月 所有器官开始工作第4个月 神经元迅速增多第5个月 大脑有记忆力第6个月 大脑皮质发育完全第7  
个月 脑发育的又一高峰第8个月 开始感受妈妈的情绪第9个月 胎儿完全成熟第10个月 胎教毕业见妈  
妈

### 章节摘录

插图：为了做好营养胎教，首先应了解营养胎教。营养胎教至少包含两个方面：一方面是满足营养需求。根据孕期的特点与胎儿发育的进程，合理安排蛋白质、脂肪、碳水化合物、矿物质、维生素、水等六大营养素，以保证母胎双方对营养的需求，也就是胎教的物质基础。另一方面是传递好的饮食习惯。胎儿出生后的生活与饮食习惯往往带有浓浓的母亲的影子。由此可见，营养胎教不等于以往单纯的营养补给，局限于母胎双方吃好、长好就行了，而是涉及食物的选择与组合、进食模式与习惯的更新等方方面面，展示出整个家庭累积的饮食科学与文明的程度，将优生的概念从胎儿期延伸到孩子出生以后。正因为如此，优生学家将营养胎教列为孕期第一胎教，的确颇有见地。营养胎教的基本要求既然营养胎教如此重要，那营养胎教方法应该如何进行呢？

- 1.三餐定时：最理想的吃饭时间为早餐7~8点、午餐12点、晚餐6~7点，不论多忙碌，都应该按时吃饭。
- 2.三餐定量：三餐都不宜囫囵或合并，且分量要足够，注意热量摄取与营养的均衡，平分在各餐之中。
- 3.三餐定点：一边吃饭一边做别的事，例如开会或看电视都是不好的习惯。如果您希望将来宝宝能专心在餐桌旁吃饭，那么您就应该在吃饭的时候固定在一个地点。进食过程从容不迫，保持心情愉快，且不被干扰而影响或打断用餐。
- 4.以天然的食物为主：准妈妈应尽量多吃天然原始的食物，如五谷、青菜、新鲜水果等，烹调时也以保留食物原味为主，少用调味料。另外，少吃所谓的“垃圾食品”，让宝宝在母亲肚里就习惯此种饮食模式，加上日后的用心培养，相信母亲能减少为孩子饮食习惯的担心。以上是营养胎教的基本要求。具体在整个孕期如何进行营养胎教。除另有相关论述外，每月开头都有的当月“营养与饮食”的详细介绍。

# 《胎教每天一页》

## 编辑推荐

《胎教每天一页(畅销全彩版)》：全国知名妇幼保健专家权威奉献，赢在起跑线胎教改变孩子的一生。我们的一切努力，都是为了宝宝的聪明和健康！接受过科学胎教的孩子。其智商和情商具有明显优势：（1.心理行为健康：情绪稳定、不爱哭闹、睡眠安稳。容易养成正常的生活规律；能较早回应大人的哄逗，较早听懂自己的名字，善于与人交往.....（2.语言能力发展快：较早学会发音；较早理解语言；较早学会说话.....（3.大动作和精细动作发育优良：立、坐、爬、走较早，动作协调、敏捷；抓取、投掷、摇打能力强.....（4.学习兴趣浓厚：喜欢听故事、听儿歌、看画、看书.接受能力和记忆能力很强6

## 精彩短评

- 1、看了书的质量不错，编排的也很好。
- 2、质量可以。便宜。好书
- 3、这个书还行吧，内容非常浅显。。呵呵
- 4、妈妈的胎教好书
- 5、胎教每天一页这本书很好，每天看一页。
- 6、第一次在当当网买东西，感觉很好，而且快递速度非常快一天就送到了，书是买来送给别人的，质量很好，里面内容没有看呢，希望会有帮助。
- 7、帮同事买的，他满意！
- 8、适合孕期看 很好 宝宝出生后里面的故事儿歌 诗都可以再用上
- 9、好书，每天学习一点！
- 10、买给老婆的，她每天看。不错
- 11、书很好，很实用、每天都在学习，呵呵呵。
- 12、很开心胎教的过程，爱人孩子感情加深了，真的很不错。
- 13、书好，内容更好
- 14、非常精致！内容非常好！
- 15、希望生个乖宝宝！乖乖爸爸抱抱！
- 16、知道每天做什么，很不错的书
- 17、书本还不错，适合初为人母的人看哦
- 18、喜欢这本书，很详细的讲解胎教，还有很多小故事，可以念给小宝宝听！
- 19、5号下单，6号就到了，书的质量也很好，仔细研读中
- 20、书很满意，物流超级的烂，移仓已经到货我就不知道为什么就不赶紧送货呢？？？非要打电话催呀催几次才送，服了，效率很差劲。反正是对快递很是失望，希望当当能够改善下，听朋友说当当的货比较快才来的，结果。。。
- 21、质量很好，下次还会再买的
- 22、比较有趣的胎教书。有益智游戏
- 23、一本很实用的胎教书，可以念里面的故事和儿歌，也可以学习一些胎教的基本方法。
- 24、好书！值得一看！不懂的知识快速掌握，每天晚上在床头上都看。
- 25、每天都有教怎么做，可操作性强些
- 26、帮别人带的书还是不错的
- 27、科学又实用的胎教读物，买了送朋友~准妈妈很喜欢
- 28、每天都会给肚子里的宝宝读，觉得很不错
- 29、我老婆大人说：物超所值。。。哈哈。。。
- 30、还可以，每天看几页，调节心情，胎教还是贵在坚持
- 31、不错，现在经常看，每阶段胎宝宝图片很形象
- 32、书质量不错，发货速度快，喜欢
- 33、内容丰富，很实用，彩页也好看！极力推荐！
- 34、书里的内容有些凌乱哈，但是其间的小故事，小儿歌很有意思，好像找着了童年的趣味哈
- 35、适合孕妈妈看的一本书,内容丰富
- 36、纸张质量很好，书的内容也比较丰富。
- 37、给老婆买的！非常好！！
- 38、还没看，得花点时间看看了
- 39、彩板质量好
- 40、这本书去年姐姐怀孕的时候给她买了一本，里面有针对宝宝的故事，不过更多的还是教妈妈怎么胎教等等。我觉得非常好，这次是买给弟媳妇的，嘿嘿，希望他生个健康的宝宝！
- 41、内容丰富，很好，但是感觉设计有点乱，不是原来想象中故事是故事，其他是其他，而是按天穿插
- 42、这本书，每天看一点点，不累。是孕期值得推荐的一本书。

## 《胎教每天一页》

- 43、很详实的介绍，书的质量也好。慢慢学习把
- 44、给别人买的，听说很好哦
- 45、希望我的宝宝聪明
- 46、还没仔细看，但纸质不错
- 47、书的质量不错，内容还没有来的及看呢
- 48、这本书很不错吖，对准妈妈帮助很大奥。
- 49、清晰图解，书美。教教BB更聪明
- 50、非常全面，里面每天记录宝宝的成长，学习了不少。
- 51、写的很实用，哈，娃娃从胎教抓起
- 52、这书买回家很值。每天都看
- 53、很有意思的一本书，很实用
- 54、内容不错。多买几本总是对的。
- 55、送人的，希望表妹喜欢。书很详细。
- 56、书的外包不错，内容还没看
- 57、这本书我看完了，这次是帮朋友买的，很不错，每天做一次胎教，宝宝也很喜欢，每次给他讲故事或说儿歌都会很兴奋。
- 58、这个内容蛮简单的，好像没有看到和学到什么，我买了几本胎教的书对比了一下，感觉这本一般般。
- 59、感觉很有用尼，虽然孕期已过了一半，俗话说：“只要开始就不嫌晚”。呵。正式开始胎教！
- 60、给妹妹订的书，很快就到手了，看到书很不错。
- 61、愿此书陪伴着我等待着宝宝的来临！
- 62、买来准备怀孕时看的，内容还可以，每天看一点。
- 63、很喜欢这本书，有各类知识，还有介绍胎教音乐的，很全面
- 64、值得一读，内容和质量都还不错
- 65、给朋友买的，据听说不错
- 66、我觉得很好，买了送人的
- 67、给朋友代买的，觉得还不错，书的内容挺丰富的。
- 68、做妈妈需要看的书，还是不错的
- 69、这破书，净是错别字，可次了。胎教就教错别字，什么居心哪这是="=
- 70、孕期必备
- 71、很值得准妈妈读。
- 72、内容挺实用的，很好。
- 73、这本书很好，看了这本书后就能有规划的进行胎教，不会那么迷茫了，只是买晚了，再早买点就好了。
- 74、正在阅读当中，挺不错，希望带来帮助
- 75、内容不错，可以及时了解各个阶段的情况
- 76、不要输在娘胎里
- 77、挺好的，一天看一点。还是挺有用的
- 78、每天按进程看，马上看完了
- 79、哦，原来胎教就是这样，让我恍然开悟，不错，很实惠很方便的枕边书！
- 80、很好的一本书，有故事，有游戏，还有歌曲推荐
- 81、没怎么看 要是能坚持的天天看还行
- 82、很不错的一本书，准妈妈值得看
- 83、天天给宝宝读很不错。
- 84、实用，现在每天都在看。
- 85、非常好的一本书 很详细 很全面
- 86、彩色图书，内容很丰富，有故事，唐诗，还有禁忌什么的，很适合孕妇！
- 87、孕期、产后必备..
- 88、同事推荐的一本书，内容很实用

## 《胎教每天一页》

- 89、我现在是怀孕期，每天看一页，让我无所事事的生活有了很多乐趣。
- 90、适合调节心情和胎教用，色彩也喜欢，值得买，推荐朋友买的
- 91、内容全面，很丰富
- 92、培养健康聪明的宝宝，从胎教开始。父母是宝宝人生的第一位老师，所以要先和宝宝一起学习学习啦~！
- 93、虽然还没有宝宝，但是提前了解一下也是不错的。
- 94、这本书里面的故事还不错
- 95、想要胎教就选择本书，孕妇的好老师！
- 96、给孕妇带来很多相关的知识
- 97、看着书上有趣的故事和图画，心里很开心，希望小宝宝能感觉到。。。呵呵
- 98、书的质量不错，是正品吧，内容还没怎么看，但纸张挺不错的
- 99、很实用的一本书，内容涵盖很全面，买给弟媳用的，她说很多都能用得上，都照着做了，我是在她生后才来评价的，生了个健康的小宝宝，男宝宝哈。五星级
- 100、昨天买的书，今天就收到了，很有效率，还没看具体内容，看着书不错
- 101、看看了

# 《胎教每天一页》

## 精彩书评

1、这本书对我的最大价值就是书中的一些胎教歌曲和推荐的babyplus胎教器、斯迪克胎教法。书中按照每天一页的方式讲述胎教其实很牵强，内容上更根本不匹配，很多内容可能是借鉴而来，缺少自己的临床经验和亲身体会。当做一本胎教启蒙读物，先来翻翻不无益处。

# 《胎教每天一页》

## 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)