

<<胎教是件很有意思的事>>

图书基本信息

书名：<<胎教是件很有意思的事>>

13位ISBN编号：9787510429187

10位ISBN编号：7510429188

出版时间：2012-7

出版时间：新世界出版社

作者：蔡慧珍

页数：320

字数：550000

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>

## <<胎教是件很有意思的事>>

### 内容概要

《胎教是件很有意思的事》按孕期十月分为十个篇章，每章重点描述准妈妈的身体变化和胎宝宝的发育情况，制定详细的胎教指南，并根据胎教指南为准妈妈推荐相应的胎教方案，音乐胎教、情绪胎教、营养胎教、运动胎教、艺术胎教等深受准妈妈欢迎的胎教方法在这本书里都有详细的介绍。图文并茂，在为准妈妈提供知识指引的同时，也能带给准妈妈最佳的阅读感受。

## <<胎教是件很有意思的事>>

### 作者简介

蔡慧珍

北京妇产医院产科主任医师、教授

北京妇产医院准妈妈课堂的主讲人

中华医学会妇产科分会副主任委员

中国医师协会妇产科分会副会长

1982年毕业于西安医学院医疗系；1986年研究生毕业于同济医科大学妇产科；曾任北京医学院第一附属医院妇产科住院医师；2002任北京妇产医院产科主任医师、教授。

至今已完成剖宫产、产钳、臀位助产等手术上万例。

对孕期营养和胎教有专项研究。

曾出版《孕40周营养同步方案》《孕40周胎教同步方案》《怀孕百科每日一页》等。

从医格言

母子平安快乐是我永远的目标

宝宝健康聪明是我最大的心愿

## <<胎教是件很有意思的事>>

### 书籍目录

孕1月 小宝宝化作天使要降临  
第1周 准备工作提前做  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
做幸福准爸妈, 您准备好了吗  
胎教准备工作必不可少  
胎教计划提前制定  
本周胎教这样做  
谜语歌童谣: 五个兄弟  
世界风光欣赏: 塔什库尔干县  
名画欣赏: 倒牛奶的女人  
本周健康生活提示  
关爱胎宝宝从关爱自己开始  
准爸爸“精益求精”看这里.  
孕1周饮食小提醒.  
美味拼盘: 果蔬沙拉  
孕1周特别须知: 远离电磁污染  
第2周 神奇的精子和卵子的结合  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
情绪胎教, 母婴亲密交流的纽带  
胎教日记, 记录生活点滴  
胎教主角有准爸爸一份  
本周胎教这样做  
运动胎教: 散步也胎教  
名曲欣赏: 金蛇狂舞  
民间艺术欣赏: 柳编  
散文欣赏: 说几句爱海的孩子气的话  
本周健康生活提示  
准妈妈排卵期的计算  
不要佩戴隐形眼镜  
孕2周饮食小提醒  
营养可口的美食: 上汤菠菜  
孕2周特别须知: 切勿酒后受孕  
第3周 此刻, 受精卵已“安营扎寨”  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看

## <<胎教是件很有意思的事>>

本周胎教综述

运动胎教：和宝宝一起“舞动”

情绪胎教：把握受孕瞬间的关键时刻

本周胎教这样做

运动胎教：做冥想瑜伽

诗歌赏析：亲爱的三月，请进

名画欣赏：荷花图

安徒生童话：豌豆上的公主

本周健康生活提示

烟酒无益，莫靠近

不要吃不利于保胎的食物

孕3周饮食小提醒

补钙美食：什锦豆腐

孕3周特别须知：谨慎服药

第4周 胚泡开始分化了

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

学学四种音乐胎教

本周胎教这样做

运动胎教从做孕期体操开始

名曲欣赏：平湖秋月

散文欣赏：匆匆

本周健康生活提示

营造一个舒适温馨的居室环境

小猫小狗，此刻拜拜啦

孕期喝水有禁忌

孕4周饮食小提醒

补充叶酸小食谱：香蕉薯泥

孕4周特别须知：警惕阴道流血

孕2月 胎宝宝已经来了

第5周 胎宝宝的“砰砰”地开始跳动

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

情绪胎教也有准爸爸一份

准妈妈爱美也是情绪胎教

准妈妈的情绪胎教：保持心情愉悦

本周胎教这样做

名曲欣赏：爱之梦

书法欣赏：兰亭集序

电影欣赏：当幸福来敲门

诗歌欣赏：春风在哪里

## <<胎教是件很有意思的事>>

本周健康生活提示

规律的作息习惯对母婴都有益

准爸爸也可能出现“早孕反应”

避免错误的饮食习惯

换掉高跟鞋或不合脚的鞋

孕5周饮食小提醒

缓解孕吐食谱：冰糖银耳汤

孕5周特别须知：避免剧烈运动和外出旅行

第6周 胎宝宝外观很像“小海马”

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

运动胎教：腿部和坐的练习

环境胎教：享受大自然的魅力

本周胎教这样做

名曲欣赏：杜鹃圆舞曲

儿歌欣赏：月亮的故事

玉雕艺术欣赏：大禹治水图玉山

京剧艺术欣赏：玉堂春

本周健康生活提示

早孕反应：孕吐

应对孕吐的小方法

当心混淆感冒与妊娠反应

尽量避免染发烫发

孕6周饮食小提醒

孕期美食：糖醋黄花鱼

孕6周特别须知：唇腭裂高发期要注意营养

第7周 “小橄榄”宝宝五官开始发育

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

不容忽视的营养胎教

本周胎教这样做

意念胎教：做做脑呼吸

智力胎教：有趣的语文题

名画欣赏：田野

建筑艺术欣赏：凯旋门

本周健康生活提示

意外流产需注意

预防先兆流产

孕早期夫妻生活要节制

孕7周饮食小提醒

孕期美食：蔬菜玉米麦片粥

## <<胎教是件很有意思的事>>

孕7周特别须知：保持口腔清洁，远离宠物

第8周 胎宝宝越来越活泼

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

唱儿歌也是音乐胎教

切莫进入音乐胎教的误区

本周胎教这样做

名曲欣赏：高山流水

趣闻知识胎教：不愿喝妈妈奶水的女婴

诗歌欣赏：金色花

童谣胎教：连念七遍就聪明

童谣胎教：小小动物

雕塑欣赏：鱼尾狮

世界风光欣赏：荷兰

建筑艺术欣赏：凡尔赛宫

本周健康生活提示

关于建卡那些事

产检项目表提前知晓

产检项目表

办公室的安全小守则

采取正确的睡眠姿势

最好不要吃罐头食品

孕8周饮食小提醒

准妈妈清口凉菜：拌茄泥

孕8周特别须知：第一次产检

孕3月 危险期就要安全度过

第9周 “胎宝宝”已经名副其实

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

季节会影响准妈妈的情绪

情绪胎教：调整不稳定情绪

本周胎教这样做

名曲欣赏：雨滴

抚摸胎教：帮胎宝宝做体操

名画欣赏：荷花翠鸟

名画欣赏：天上的爱与人间的爱

环境胎教：美化居室环境

趣闻知识胎教：胎宝宝也上大学

本周健康生活提示

选购防辐射服有方法

新内衣选购需注意

## <<胎教是件很有意思的事>>

在挑选适合自己的胸罩时的注意事项

内裤选择随孕期各阶段变化而变化

这样喝水不可取

孕9周饮食小提醒

健脑食品：琥珀桃仁

孕9周特别须知：保证充足的睡眠，预防浮肿

第10周 男孩or女孩，傻傻分不清楚

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

手工胎教：画画简笔画

本周胎教这样做

名曲欣赏：维纳斯森林的故事

名曲欣赏：寂静的森林

散文欣赏：绿的歌

唐诗欣赏：望洞庭

本周健康生活提示

应对孕期牙龈炎

轻松应对孕期胀气

不宜常在厨房里久留

孕10周饮食小提醒

补铁美食：小炒猪肝

孕10周特别须知：忌吃有害食品

第11周 胎宝宝是个“小人儿”

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

胎教音乐要精心选择

抚摸胎教传递爱意

本周胎教这样做

名曲欣赏：春江花月夜

名曲欣赏：十面埋伏

手语胎教：爸爸爱你，妈妈爱你

语言胎教：风娃娃

名画欣赏：圣母子

本周健康生活提示

小小桂圆，要少吃

不宜过量补充维生素

轻轻柔柔护乳房

谨防铅污染造成伤害

孕11周饮食小提醒

孕期补钙套餐

孕11周特别须知：孕早期要避免性生活

## <<胎教是件很有意思的事>>

第12周 胎宝宝，表情也可爱  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
和胎宝宝一起感受环境美  
胎教离不开家庭中的每一个人  
帮助准妈妈做好情绪胎教  
本周胎教这样做  
动手智力胎教：手影游戏  
名画欣赏：奔马图  
名画欣赏：美丽的女园丁  
童谣语言胎教：小蝌蚪  
本周健康生活提示  
孕早期擅自进补不可取  
准妈妈要安全出行  
准妈妈忌久坐不动  
不宜长期吃素食  
孕12周饮食小提醒  
清凉饮品：草莓绿豆粥  
孕12周特别须知：警惕下腹疼痛  
孕4月 享受快乐孕期生活  
第13周 胎宝宝可以听见您的声音了  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
准妈妈的美文语言胎教  
语言胎教：小小故事会  
想象胎教：宝宝的样子  
本周胎教这样做  
名曲欣赏：牧羊曲  
视觉胎教：欣赏幼儿画册  
趣闻知识胎教：育婴父亲  
语言胎教：月亮花  
本周健康生活提示  
产检时间到：第一次产检  
什么是绒毛活检  
孕期流鼻血怎么办  
准妈妈预防尿频有方法  
孕13周饮食小提醒  
营养素食：香菇冬笋卤肉饭  
孕13周特别须知：警惕孕期腹泻  
第14周 开始活动的胎宝宝  
准妈妈和胎宝宝新变化

## <<胎教是件很有意思的事>>

胎宝宝的本周新变化  
准妈妈们的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
胎教音乐随孕周有变化  
呼唤胎教进行时  
做做运动胎教  
本周胎教这样做  
散文欣赏：飞不走的蝴蝶  
名曲欣赏：梦幻曲  
趣闻知识胎教：3岁的小神童  
名画欣赏：竹  
本周健康生活提示  
不可忽视补充“脑黄金”  
慎防孕期过敏  
怎样赶走妊娠斑  
孕14周饮食小提醒  
补铁美食：蛋黄南瓜  
孕14周特别须知：合理补钙  
第15周 听听准妈妈的心跳  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈们的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
旅游胎教：去郊游吧  
神奇的色彩胎教  
赏心悦目的美学胎教  
本周胎教这样做  
名曲欣赏：雪绒花  
名曲胎教：小树苗  
名画欣赏：受胎告知  
民间艺术欣赏：扭秧歌  
本周健康生活提示  
胎宝宝骨骼发育要补钙  
市售饮料要留意  
不同孕期准妈妈们的口腔护理  
预防静脉曲张的方法  
准妈妈们的头发如何护理  
孕15周饮食小提醒  
爽口美食：芹菜炒香干  
孕15周特别须知：进行唐氏综合征筛查  
第16周 胎宝宝已经分出性别啦  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈们的幸福新模样  
胎教指南周周看

## <<胎教是件很有意思的事>>

本周胎教综述

晒晒太阳也是胎教

一起做抚摸胎教

本周胎教这样做

童话故事胎教：小兔学长跑

手工胎教：做温暖的小衣服

名曲欣赏：四季

建筑艺术欣赏：海德堡

诗歌欣赏：你是人间的四月天

电影欣赏：好事成双

本周健康生活提示

拒绝做超重妈妈

不可忽视补充维生素D

孕16周饮食小提醒

胎宝宝益智食谱：核桃糖

孕16周特别须知：记录第一次胎动

孕5月 胎宝宝在翩翩起舞

第17周 感觉到胎动了么

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

艺术胎教：名著欣赏

本周胎教这样做

散文欣赏：荷塘月色

环境胎教：大自然的的味道

民间艺术欣赏：中国漆器

语言胎教：与胎宝宝对话

名画欣赏：蒙娜丽莎的微笑

名画欣赏：日落时阿尔附近的麦地

本周健康生活提示

正确的睡眠姿势很重要

外出就餐要格外注意

胎宝宝也需要补充蛋白质

孕17周饮食小提醒

安胎食谱：松仁海带

孕17周特别须知：慎防尿路感染

第18周 活跃、好动的胎宝宝

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

智力胎教：和胎宝宝猜猜猜

情绪胎教：和胎宝宝一起乐开花

动手胎教：送给宝宝一幅画像

## <<胎教是件很有意思的事>>

本周胎教这样做

瓷器艺术欣赏：青花折枝花果纹六方瓶

瓷器艺术欣赏：元青花鬼谷子下山图罐

手工胎教：插一朵漂亮的花

语言胎教：不怕雨的家

智力胎教：脑筋急转弯

唐诗欣赏：乌衣巷

本周健康生活提示

给自己一个愉悦的心情

体会令人激动的胎动

孕程过半了，值得庆祝

胎宝宝的大脑发育离不开脂肪

孕18周饮食小提醒

准妈妈美食：菠菜煎豆腐

孕18周特别须知：骨盆底肌肉练习

第19周 慢慢开始蠕动的肠胃

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎综述

抚摸胎教：踢肚子游戏

开始阅读胎教吧

阅读胎教书籍的选择

本周胎教这样做

知识卡片胎教法

童谣胎教：采蘑菇的小姑娘

名曲欣赏：月光下的凤尾竹

童话故事胎教：小蝌蚪

民间艺术欣赏：刺绣

电影欣赏：追火车日记

本周健康生活提示

如何缓解腰酸背痛

腹部皮肤干痒怎么办

补充铁质帮助准妈妈拒绝贫血

孕19周饮食小提醒

补充维生素食谱：炒胡萝卜酱

孕19周特别须知：注意听胎心

第20周 可以分辨清妈妈的声音了

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

旅行胎教：和宝宝一起旅行

旅行胎教的好处

呼唤胎教法：和宝宝谈天说地

## <<胎教是件很有意思的事>>

本周胎教这样做

唐诗欣赏：江畔独步寻花

诗歌欣赏：经柳园而下

名画欣赏：枫叶寒蝉

名画欣赏：摩特枫丹的回忆

百科知识胎教：种子传播的奥秘

本周健康生活提示

胎动时而不明显是什么情况

科学补充DHA 让宝宝更聪明

维生素A，视力和皮肤的保护神

孕20周饮食小提醒

补肝美食：羊肝菠菜汤

孕20周特别须知：警惕妊娠高血压综合征

孕6月 终于变成大肚婆

第21周 小小味蕾已形成

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

英语胎教从现在开始启蒙

性格胎教：给宝宝一个良好的性格

本周胎教这样做

童谣胎教：手指歌

名曲欣赏：胡桃夹子

趣闻知识胎教：令人惊讶的儿子

名画欣赏：感受身边的美

名画欣赏：画家的女儿追扑蝴蝶

雕塑艺术欣赏：米洛斯的阿芙洛蒂忒

本周健康生活提示

有益大脑的磷脂和胆固醇

控制体重的小方法

继续补充维生素A

孕21周饮食小提醒

防贫血食谱：川冬菜炒蚕豆

孕21周特别须知：预防孕期糖尿病

第22周 胎宝宝的大脑快速成长

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

胎宝宝对胎教内容有响应吗

本周胎教这样做

古文欣赏：诗经?小雅?鹿鸣

舞蹈欣赏：雀之灵

名曲欣赏：百鸟朝凤

## <<胎教是件很有意思的事>>

名曲欣赏：时钟  
名画欣赏：向日葵  
电影欣赏：何处是我朋友的家  
本周健康生活提示  
准妈妈产检穿什么衣服方便  
正确的站行坐卧更有益  
孕22周饮食小提醒  
护牙美食：香脆三丝  
孕22周特别须知：给宝宝起名字  
第23周 有模有样的胎宝宝  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
阅读胎教时应注意什么  
阅读胎教的每日时间安排  
本周胎教这样做  
散文欣赏：夜雨  
手工胎教：学画国画  
名曲欣赏：月光  
世界风光欣赏：普罗旺斯  
电影欣赏：小鞋子  
本周健康生活提示  
准妈妈的睡床过软好不好  
甜食要适量食用  
孕23周饮食小提醒  
粗粮食谱：蚕豆炒韭菜  
孕23周特别须知：警惕产前抑郁症  
第24周 胎宝宝开始吞吐羊水  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
做抚摸胎教的不同方法  
抚摸胎教传递更多的爱  
本周胎教这样做  
艺术胎教：拼布艺术  
趣闻百科胎教：特殊的孩子  
电影欣赏：欢乐满人间  
建筑艺术欣赏：米兰主教大教堂  
本周健康生活提示  
别忘了适当补充碳水化合物  
职场孕妈出行安全须知  
孕24周饮食小提醒  
预防便秘食谱：蜜烧红薯

<<胎教是件很有意思的事>>

孕24周特别须知：注意早产征兆  
孕7月 你的情感他知道  
第25周 胎宝宝已经握紧拳头  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
现在开始光照胎教  
本周胎教这样做  
名曲欣赏：动物狂欢节组曲  
名曲欣赏：数星星  
黄梅戏胎教：天仙配  
童话故事胎教：打碗碗花  
名画欣赏：日出印象  
本周健康生活提示  
营养补充要适量  
准妈妈沐浴须知  
鱼肝油和钙不宜过多补充  
孕25周饮食小提醒  
补血益气美食：羊肉炖萝卜  
孕25周特别须知：避免孕期下肢水肿  
第26周 现在听听胎宝宝的心跳  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
告诉胎宝宝生活的快乐  
百科知识胎教随时进行  
本周胎教这样做  
诗歌欣赏：一棵开花的树  
建筑艺术欣赏：帕特农神庙  
世界风光欣赏：马尔代夫  
唐诗欣赏：咏柳  
园艺作品欣赏：花蔬交织的家居  
本周健康生活提示  
远离含酞酸酯化妆品  
准妈妈的化妆品要有所选择  
准妈妈切忌擅自减肥  
孕26周饮食小提醒  
高维生素C 美食：菊花黄鱼羹  
孕26周特别须知：保证良好的睡眠  
第27周 胎宝宝开始吮手指  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样

## <<胎教是件很有意思的事>>

胎教指南周周看

本周胎教综述

艺术胎教：欣赏书

手工胎教，开发宝宝的动手能力

本周胎教这样做

手工胎教：可爱的小裤子

童话故事胎教：冬天的风

民间艺术欣赏：桃花坞年画

语言胎教：绕口令

百科知识胎教：极光

童谣音乐胎教：羊羊羊

本周健康生活提示

拍一组幸福的孕味写真

准爸妈一起做夫妻操

补充B 组维生素，有益神经系统运作

孕27 周饮食小提醒

谷类食谱：红薯粳米枣粥

孕27 周特别须知：做一次血液检查

第28 周 好动的胎宝宝正和妈妈互动呢

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

职场孕妈胎教也有方

准爸爸和胎宝宝的对话胎

本周胎教这样做

名画欣赏：入睡的维纳斯

唐诗欣赏：相思

名曲欣赏：小舵手

建筑艺术欣赏：流水别墅

本周健康生活提示

攻破睡眠障碍，睡一个好觉

来布置温馨可爱的婴儿房

补充卵磷脂，给宝宝一个聪明的大脑

孕28 周饮食小提醒

健脑食谱：烩滑鱼

孕28 周特别须知：做做乳房按摩

孕8 月 宝宝健康成长，胎教继续进行

第29 周 胎宝宝仍然热爱活动

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

胎宝宝仍然热爱活动

本周胎教这样做

## <<胎教是件很有意思的事>>

宋词欣赏：点绛唇  
唐诗欣赏：江雪  
智力胎教：脑筋急转弯  
民歌欣赏：在那遥远的地方  
建筑艺术欣赏：毕尔巴鄂古根海姆美术馆  
本周健康生活提示  
如何应对孕期血糖高  
准妈妈不宜喝浓茶  
准妈妈勿让听诊器惹恐慌  
孕29周饮食小提醒  
清凉美食：西瓜冻  
孕29周特别须知：预防衣原体感染  
第30周 胎宝宝已经喜欢头朝下的姿势  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
情绪胎教：宝宝不喜欢您的坏习惯  
准妈妈做胎教不可过度  
本周胎教这样做  
民间艺术欣赏：麦草画  
民间艺术欣赏：织锦  
古典名曲欣赏：渔舟唱晚  
准爸爸的语言胎教：躲在树上的雨  
童话语言胎教：榛树枝  
名画欣赏：缠毛线  
本周健康生活提示  
量小作用大的神奇营养素  
善吃水果能孕育聪明水灵宝宝  
有助胎宝宝发脑发育的食物  
适量补充 - 亚麻酸  
孕30周饮食小提醒  
高钙食谱：海带肉丝蛋汤  
孕30周特别须知：定期进行产检  
第31周 胎宝宝的眼睛时开时闭  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
艺术胎教：名画欣赏  
手工胎教：继续来画简笔画  
本周胎教这样做  
名画欣赏：罗浮觅句图  
名曲欣赏：致爱丽丝  
名曲欣赏：土耳其进行曲

<<胎教是件很有意思的事>>

散文欣赏：笑  
建筑艺术欣赏：悉尼歌剧院  
童话胎教：月亮看见了——第十四夜  
本周健康生活提示  
羊水过多或过少怎么办  
准妈妈如何应对产前焦虑  
正确认识脐带意外  
孕31周饮食小提醒  
健脾开胃食谱：枸杞白菜奶汁汤  
孕31周特别须知：注意假性宫缩  
第32周 胎宝宝长了一手漂亮的指甲  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
呼唤胎教：增强宝宝记忆力  
游戏胎教：和宝宝打扑克牌  
本周胎教这样做  
准爸爸的语言胎教：小狼不吃肉  
民歌欣赏：茉莉花  
童谣胎教：拍手歌  
豫剧欣赏：花木兰  
宋词欣赏：水调歌头  
世界风光欣赏：贝加尔湖  
给胎宝宝画个像吧  
民间艺术欣赏：十二木卡姆  
本周健康生活提示  
不可忽视的孕晚期胸痛  
服用人参要谨慎  
拒绝热性香料和食物添加剂  
孕32周饮食小提醒  
滋补五脏食谱：美味鸡丝粥  
孕32周特别须知：时刻注意身体状况  
孕9月 现在开始进入分娩倒计时  
第33周 胎宝宝的皮肤很粉嫩  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
光照胎教再进行  
本周胎教这样做  
宋词欣赏：蝶恋花?花褪残红青杏小  
名曲欣赏：摇篮曲  
阅读胎教：海鸥姑娘  
智力胎教：做图形游戏

## <<胎教是件很有意思的事>>

名画欣赏：文森特在阿尔的房子

本周健康生活提示

准妈妈外出出行要谨记

提前物色称职月嫂

职场孕妈产假怎么请

孕33周饮食小提醒

美味海鲜：鱿鱼汤

孕33周特别须知：预防腿抽筋

第34周 爱睡觉的胎宝宝，脑部飞速发育

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

不要为了胎教而胎教

创意胎教：肚皮彩绘

阅读胎教，和宝宝一起学习

本周胎教这样做

童谣胎教：虫儿飞

英文胎教：一闪一闪小星星

颠倒歌童谣：啃牛奶

名画欣赏：泉

名画欣赏：春

建筑艺术欣赏：比萨斜塔

世界风光欣赏：巴厘岛

本周健康生活提示

密切留意胎宝宝五大红灯信号

孕晚期要禁欲

孕34周饮食小提醒

补虚养身美食：青菜虾仁面条

孕34周特别须知：适当活动不能间断

第35周 胎宝宝变得更加丰满

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

做一做心理胎教

语言胎教：听听广播

临产前的意想胎教

本周胎教这样做

唐诗欣赏：枫桥夜泊

唐诗欣赏：春夜喜雨

散文欣赏：此刻的富士的黎明

芭蕾舞剧：天鹅湖

名曲欣赏：牧童短笛

民间艺术欣赏：玉雕

## <<胎教是件很有意思的事>>

童话故事胎教：萤火虫和小星星

本周健康生活提示

呵护乳房，避免过多刺激

准妈妈少食冷饮

宫缩时该注意什么

应对分娩的小招数

孕35周饮食小提醒

健脾胃美食：西红柿牛舌

孕35周特别须知：了解分娩知识

第36周 胎宝宝随时可能出生

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

抚摸胎教：和胎宝宝一起做操

音乐胎教对胎宝宝的效果很显著

本周胎教这样做

胎教音乐：四小天鹅舞曲

手工胎教：树叶贴画

童话故事胎教：逃走的雪人

名画欣赏：洛神赋图

世界风光欣赏：塞纳河

艺术胎教：京剧脸谱

本周健康生活提示

溢乳了怎么办

如何预防胎宝宝过大

孕晚期感冒巧应对

孕36周饮食小提醒

催乳美食：鲫鱼炖蛋

孕36周特别须知：试着练习助分娩运动

孕10月 宝宝在等着你呢

第37周 胎宝宝已经足月了

准妈妈和胎宝宝新变化

胎宝宝的本周新变化

准妈妈的幸福新模样

胎教指南周周看

本周胎教综述

准爸爸也要多多进行对话胎教

宝宝爱听准爸爸的声音

准爸爸要多进行呼唤胎教

学文识字胎教

准妈妈爱美也胎教

本周胎教这样做

准爸爸童谣胎教：小兔子乖乖

童谣胎教：字头歌

名曲欣赏：G大调小步舞曲

## <<胎教是件很有意思的事>>

名画欣赏：巫峡清秋  
名画欣赏：富春山居图  
本周健康生活提示  
不同皮肤瘙痒要区分对待  
小心羊水浑浊  
孕37周饮食小提醒  
助消化美食：奇异果橙凤元葱汤  
孕37周特别须知：留心分娩的征兆  
第38周 已经胖起来的胎宝宝  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
产前呼吸运动胎教，有利分娩  
运动胎教，日常活动不能停  
助产运动要适量  
产前运动慢慢做  
本周胎教这样做  
名曲欣赏：寂静山林  
智力胎教：数独游戏  
德国童话胎教：夏天的雪人（1）  
德国童话胎教：夏天的雪人（2）  
名画欣赏：西斯廷圣母  
本周健康生活提示  
临产饮食原则  
吃什么对分娩有利  
临产前最不可缺少的食物  
孕38周饮食小提醒  
消肿通乳美食：黑豆鲫鱼汤  
孕38周特别须知：去拍一个孕妇照吧  
第39周 胎宝宝已经没有胎毛了  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
临产准备也是胎教  
散步胎教正当时  
本周胎教这样做  
唐诗欣赏：钱塘湖春行  
诗歌欣赏：再别康桥  
名曲欣赏：蓝色多瑙河  
智力胎教：猜谜语  
民间艺术欣赏：湘绣  
名画欣赏：星月夜  
本周健康生活提示

## <<胎教是件很有意思的事>>

真假宫缩辨认方法  
准爸爸在产房不宜做的事  
孕39周饮食小提醒  
清凉美食：椰汁奶糊  
孕39周特别须知：做好去医院分娩的准备  
第40周 小天使即将降临人间  
准妈妈和胎宝宝新变化  
胎宝宝的本周新变化  
准妈妈的幸福新模样  
胎教指南周周看  
本周胎教综述  
情绪胎教：准妈妈要学会放松  
手工胎教：涂色游戏  
本周胎教这样做  
元曲欣赏：天净沙·秋  
名曲欣赏：自新大陆  
名曲欣赏：月光下的凤尾竹  
准爸爸的语言胎教：井底之蛙  
名画欣赏：春潮  
建筑艺术欣赏：白金汉宫  
民间艺术欣赏：狮子舞  
本周健康生活提示  
准备一个临产包  
过了预产期莫太过着急  
孕40周饮食小提醒  
养血催乳美食：红枣莲藕猪蹄汤  
孕40周特别须知：产前最后一次检查

## <<胎教是件很有意思的事>>

### 章节摘录

版权页：插图：比如说在比较偏远的农村，可能会有许多人对世界名曲不太感兴趣，可是她们肯定有喜欢听或喜欢唱的山歌、民歌或地方戏曲。

这些曲子欢快自如，有很强的感染力，听起来给人以十分亲切的感觉，胎宝宝听过以后同样可以感受到音乐胎教的效果。

所以，施以音乐胎教时不一定拘于一种形式。

可供准妈妈采用的音乐胎教方法有如下几种：母唱胎听法：准妈妈可以低声哼唱自己所喜爱的有益于自己及胎宝宝身心健康的歌曲以感染胎宝宝。

在哼唱时要凝神于腹内的胎宝宝，其目的是唱给胎宝宝听，使自己在抒发情感与寄托内心的同时，让胎宝宝能享受到美妙的音乐。

这是不可忽视的一种良好的音乐胎教方式，适宜于每一个准妈妈采用。

母教胎唱法当准妈妈选好了一支曲子后，自己唱一句，随即想象胎宝宝在自己的腹内学唱。

尽管胎宝宝不具备歌唱的能力，这种方法只是通过充分发挥准妈妈的想象力，使胎宝宝得到早期教育。

本方法充分利用了母胎之间的“感通”途径，其教育效果是比较好的。

器物灌输法利用器物灌输法进行音乐胎教，需要准备一架微型扩音器，将扬声器放置于准妈妈的腹部，当乐声响起时不断轻轻地移动扬声器，将优美的乐曲通过腹部，源源不断地灌输给胎宝宝。

在使用当中准妈妈需要注意，扬声器在腹部移动时要轻柔缓、缓慢，并不宜播放时间过长，以免胎宝宝过于疲乏，一般每次以5~10分钟为宜。

在音乐伴奏与歌曲伴唱的同时，朗读诗或词以抒发感情，也是一种很好的胎教音乐形式。

现代的胎教音乐也正是朝着这个方向发展。

在一套胎教音乐当中，器乐、歌曲与朗读三者前后呼应，优美流畅，娓娓动听、有条不紊、和谐统一，具有很好的抒发感情的作用，能给准妈妈与胎宝宝带来美的享受。

适宜准妈妈采用的音乐胎教方法还有许多，每一位准妈妈可以根据自我的具体情况而采取相应的音乐胎教方法。

## <<胎教是件很有意思的事>>

### 媒体关注与评论

这是一本有趣的胎教书，指导性很强，从胎教指南到胎教方案推荐让孕妈妈的胎教生活生动起来。  
——孕产专家王静读了这本书之后真的发现胎教挺有意思的，书里的内容很丰富，名画呀，散文呀，胎教名曲，不同种类的艺术形式你都可以在这本书李找到。

这本书很有趣，它着实丰富了我的孕期生活。

——准妈妈小米这本书的名字就很吸引人，《胎教是件很有意思的事》就会勾起读者强烈的好奇心，想要看一看胎教到底怎么有意思了？

从内容上看，本书囊括了孕期生活的方方面面，母婴变化，胎教计划、胎教方案，健康生活须知，每一个版块的内容都是很吸引人的。

——母婴杂志主编刘岩

## <<胎教是件很有意思的事>>

### 编辑推荐

《胎教是件很有意思的事》是一座连接准妈妈和胎宝宝情感的七彩桥，桥上有优美的文字、悦动的音符和精美的图画，您和宝宝在美丽的七彩桥相遇，不仅为您的孕期生活增添乐趣，也能促进宝宝的智力和情感发育。

<<胎教是件很有意思的事>>

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>