

<<宝宝健身操>>

图书基本信息

书名：<<宝宝健身操>>

13位ISBN编号：9787512703445

10位ISBN编号：7512703449

出版时间：2012-2

出版时间：中国妇女出版社

作者：芭芭拉·丛夫特-胡贝尔

页数：166

译者：张丽欧

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>

## <<宝宝健身操>>

### 内容概要

中国的大部分父母以为只要给孩子吃好、穿好就行了，运动则是孩子长大后的事。而目前，国外在孩子出生后的几天里，医生和父母就会帮助宝宝做辅助按摩以及简单的运动。其实，婴幼儿期是孩子生长发育最关键、最重要的时期，适时地帮助宝宝运动，能充分挖掘他的潜能，促进快速成长，并为其以后的成长打下良好的基础。

1982年，德国的芭芭拉博士开发了一套新的婴儿健身操，一经推广备受欢迎。随着时间的推移，她不断加以改进，使这套婴儿健身操更加科学实用，效果更加明显，从医生到父母无不推崇备至。此书更成为德国的超级畅销书，捷克、印尼、俄罗斯、土耳其、西班牙、芬兰、日本等国都先后引进了此书的版权，并大力推荐给父母，深受读者喜爱。

## <<宝宝健身操>>

### 作者简介

芭芭拉·丛夫特-胡贝尔曾经在慕尼黑、因斯布鲁克和柏林的专业诊所中接受过理疗医师的培训。她熟练掌握婴儿的早期运动理疗方法(波巴斯手法, 鲍伊他手法和卡斯蒂约手法);她能熟练运用布伦科技巧和电子辅助方法;除此之外,她对脑部医疗和蒙台梭利的教育思想也有着非常深的体会。自从1977年开始,芭芭拉就在柏林独立从事理疗医师的工作。

1982年芭芭拉开发了一套新的婴儿健身操,这套基于波巴斯方法发展而来的健身操在本书中有详细的介绍。这是一本在德国获得巨大成功的婴儿健康指南,成为了德国的超级畅销书,捷克、印尼、俄罗斯、土耳其、西班牙、芬兰、日本等国都先后引进了此书的版权,并大受欢迎。

## <<宝宝健身操>>

### 书籍目录

作者简介

关于这本书

前言

引言

照顾宝宝时

要根据不同的年龄阶段调整基本的动作

抱宝宝

搂抱宝宝

托住宝宝的腹部

宝宝俯卧在父母的腿部

单侧手臂抱宝宝

把宝宝抱在胸前

把宝宝抱在肚子前

.....

宝宝正常运动发育过程中的里程碑

关于婴儿器械您都知道些什么

宝宝健身操

## <<宝宝健身操>>

### 章节摘录

版权页：插图：托住宝宝的腹部托住宝宝腹部这种抱宝宝的方法从他出生起到7个月大左右的时候都是可以运用的（如图2）。

之前有不少宝宝因为被压到腹部而猝死，所以引起父母们对这种姿势的恐惧，他们不敢以托宝宝腹部这种方式抱他们。

其实持有这种观点是完全没有必要的，因为只有当宝宝睡觉的时候压到腹部才有可能引发危险。

此外，当用这种姿势抱宝宝的时候，父母还可以观察到宝宝的头可以用他自己的力量很好地抬起来。由此可见，通过这种姿势，宝宝可以更容易地抬起头。

而且这种姿势也加强了宝宝背部肌肉的发育，并且前段的手臂也可以自由运动。

宝宝的胳膊通过肘部和上臂的作用被带向前方，而腹部和前臂则支撑着他身体的重量，这时宝宝的腿部可以自由地活动。

一定要注意的是，宝宝的肘部要处于肩部的前方，双手向前。

托住腹部这个姿势可以让宝宝俯卧在地板上时变得轻松，而且这个姿势也可以加强宝宝背部肌肉的锻炼。

## <<宝宝健身操>>

### 编辑推荐

《宝宝健身操》编辑推荐：告诉父母如何正确地帮助1~24个月的婴幼儿进行身体锻炼。

这是一本获得巨大成功的婴儿健康指南。

愿所有的家长和芭芭拉博士一起为孩子的未来打下一个坚实的基础。

德国超级畅销书，权威专家力作！

已售出捷克、印尼、俄罗斯、土耳其、西班牙、芬兰、日本等国版权！

把风靡发达国家，最先进、最科学的婴儿健身操推荐给国内妈妈，为孩子的未来打下一个良好的基础。

国内巨资引进重磅推出！

<<宝宝健身操>>

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>