

每天5分钟 故事胎教


阳光育儿编辑部 主编

书中有拼音，等宝宝大了，就可以自己重读曾听过的故事



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位



每天5分钟
故事胎教

阳光育儿编辑部 编著

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

每天5分钟 故事胎教 / 阳光育儿编辑部编著. --
北京: 中国轻工业出版社, 2014.7

ISBN 978-7-5019-9724-4

I. ①每… II. ①阳… III. ①儿童故事—作品集—世界 IV. ①118

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 070194 号

责任编辑: 龙志丹 张 弘
责任终审: 张乃柬 责任监印: 马金路
封面设计: 唐 心 版式设计: 唐 心

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2014年7月第1版第1次印刷

开 本: 889×1194 1/20 印张: 9

字 数: 200千字

书 号: ISBN 978-7-5019-9724-4 定价: 39.80元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

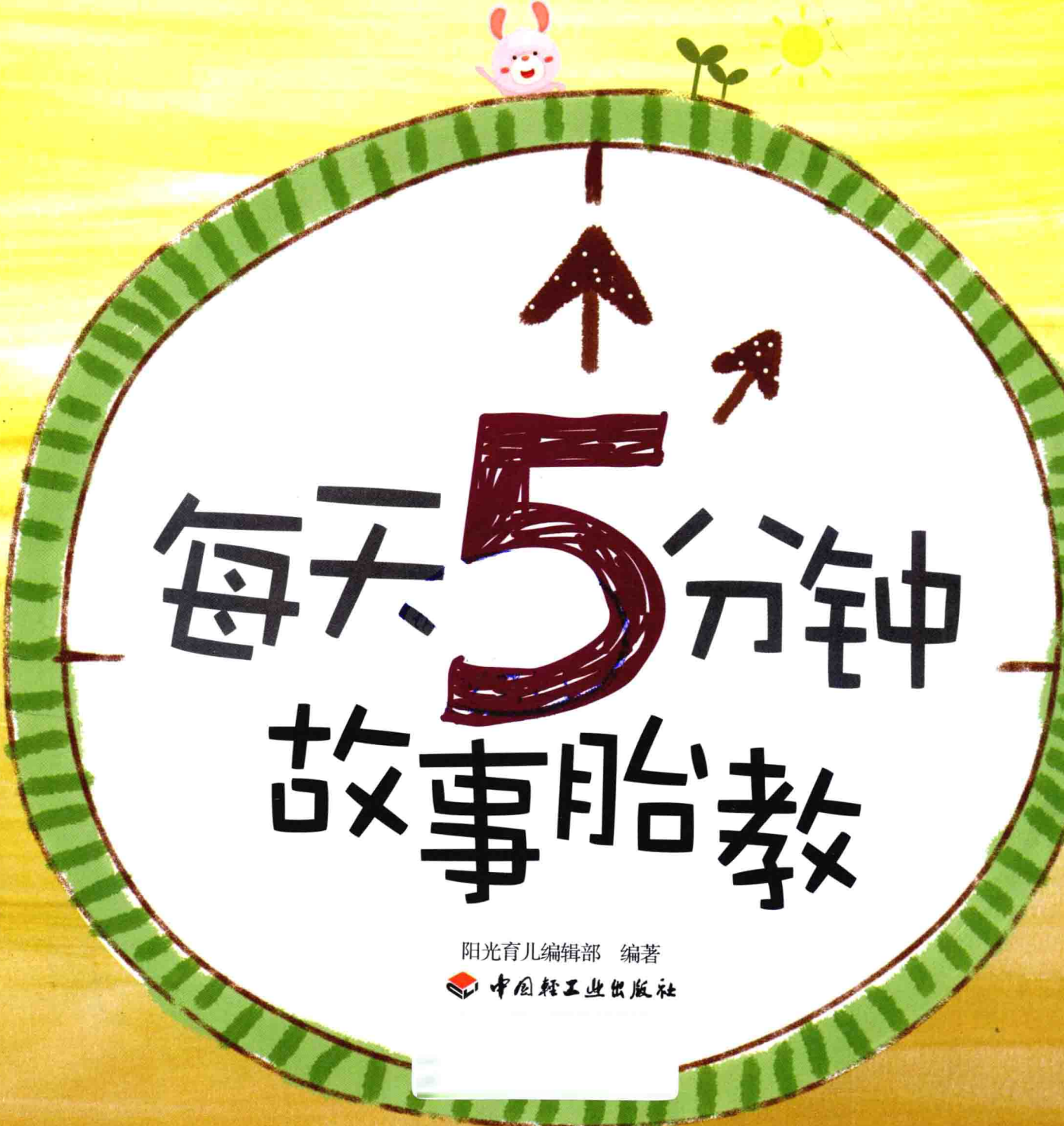
发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

140341S7X101ZBW



每天5分钟
故事胎教

阳光育儿编辑部 编著

 中国轻工业出版社

胎教故事怎么读



为什么要给胎宝宝讲故事

越来越多的证据表明,胎宝宝在孕妈妈肚子里已经会看、会听、会用肌肤感觉很多事物。而“子宫对话”就是“母亲与胎宝宝的沟通方法”,也就是将孕妈妈的情绪、思考等传递给胎宝宝。

故事胎教有助于胎宝宝成长

除了对胎宝宝说话、唱歌之外,给胎宝宝讲故事是一项不可缺少的胎教内容。不要觉得隔着肚皮与胎宝宝“沟通”是件难以操作的事,只要你用“爱”来看待腹中的胎宝宝,经常对他(她)说话、讲故事,就可以刺激胎宝宝脑部发育,有助于他的成长。

虽然胎宝宝从第5个月才开始能听到外界的声音,但故事胎教应该从怀孕那一刻就开始,并一直坚持到宝宝出生。孕妈妈和准爸爸应该每天至少给胎宝宝讲一个故事,让他习惯妈妈和爸爸的声音,等到胎宝宝熟悉了爸爸妈妈的声音之后,每当你们发出声音,胎宝宝就能听到并做出愉悦的反应。

故事胎教,母子受益

对于胎宝宝而言,孕妈妈的说话声和情绪变化对他的影响最大。孕妈妈在孕期坚持为胎宝宝讲故事,对母子双方都是十分有益的。

讲故事时,孕妈妈应把腹内的宝宝当成一个大孩子,用温柔的声音和亲切的语言娓娓道来,通过语言神经传递给胎宝宝,使胎宝宝不断接受客观环境的影响,在父母营造的文化氛围中发育成长。这也有利于孕妈妈增加肺活量,还可以帮助孕妈妈更好地调整情绪,进入休息状态,更有利于胎宝宝熟悉妈妈的声音。

胎教故事也可以由准爸爸读给孕妈妈听,这会安定孕妈妈的情绪,同时又能增进夫妻感情。



胎教故事有哪些

内容丰富多彩，能带给人无限遐想的胎教故事，有利于激发胎宝宝的潜力，也利于胎宝宝智慧、个性、感情、能力等方面的发展。胎教故事带给孕妈妈的那种幸福和满足感，也会愉悦母婴的情感，带给人积极向上的思想。

童话故事

童话故事能超越时间和空间的限制，让想象力在亦虚亦实、如幻似真的奇境中自由自在地驰骋。童话故事能带领孕妈妈在童话的世界里上天入地，一日千里，时而徜徉在云端，时而流连于海底，还可以和虫鱼鸟兽对话。童话故事的主旨是教人勇敢、热情、善良、乐观、慈爱，打开童话故事这扇窗，迷人的风景映入眼帘，清新的空气沁入心脾。在这样的氛围里，孩子可以健康、茁壮地成长。

成语故事

成语是历史的积淀，通过阅读成语故事，可以使孕妈妈了解历史、通达事理、学习知识、积累美德。成语故事还具有中华传统文化的独特魅力，使宝宝从胎宝宝期开始便接受历史文化的熏陶。

寓言故事

寓言具有悠久的历史 and 独特的风格，它是文学百花园中绚丽的花朵。生动有趣的寓言中闪烁着智慧的光芒，蕴涵着人生的哲理。寓言故事有对与错、好与坏的判断，有十分丰富的内涵，浅显易懂的道理还有利于培养善恶美丑的观念。除了可以作为胎教素材，还可以作为早教启蒙。

神话故事

神话是人类最早的幻想性口头散文作品，是文学的先河。神话故事熔铸着热烈的情感，并塑造了一个个鲜明的形象，表现出丰富的想象力。神话中的英雄人物还具有榜样的力量，孕妈妈和胎宝宝能从中学到坚韧、友爱、勤劳、团结的美德。

名人故事

每一位孕妈妈对腹中的宝宝都充满了希望，希望宝宝像司马光一样聪明、机智，像孔融一样懂得谦让，像爱迪生、牛顿一样爱科学。读一读名人故事，追寻榜样的足迹，胎宝宝会受到良好的教育。



这样讲故事，胎宝宝更爱听

给胎宝宝讲故事不同于给那些已出生的孩子讲故事，并不是简单地读一读，或者念一念。孕妈妈要掌握给胎宝宝讲故事的要领，让胎教故事达到真正的效果，让有趣的故事陪伴他成长。

心情平静，精神集中

孕妈妈在读故事时，要让自己心情放松、平静，并集中注意力，将故事中的内容完完全全地传达给胎宝宝。

先自己默读一遍

在给胎宝宝读故事前，孕妈妈先自己默读一遍，把故事中一个个生动的形象映入脑海中，如嫩绿的小草、可爱的小蝌蚪、快乐的农夫……把故事中艳丽的色彩、诱人的气味、新鲜的感触、丰富的味道也一一记下。

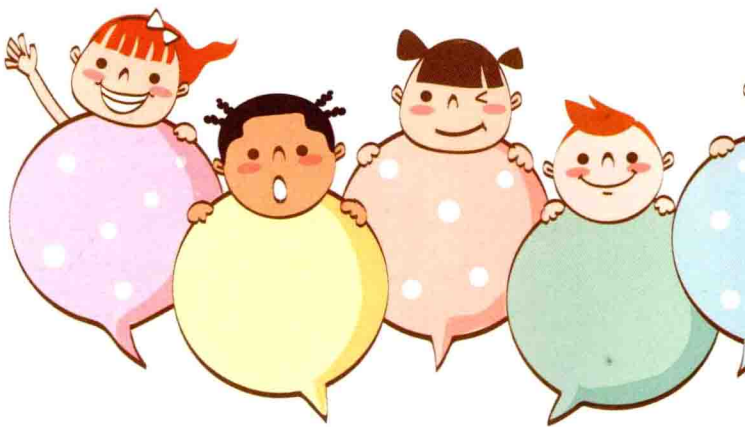
读故事要声情并茂

胎宝宝也是有感觉的，给他讲故事时，要吐字清楚、声音和缓，要充满慈爱，还要根据故事情节的变化变换语调。孕妈妈读故事时要灵活利用拟声词，将故事讲得绘声绘色，这样胎宝宝才爱听。讲故事的时候要避免高声尖叫，又要防止平淡乏味地读书。较易引起恐惧和伤感，以及使人感到压抑的故事，如《灰姑娘》《白雪公主》等就不宜选用。

要将故事“视觉化”

“视觉化”就是将鲜明的图画、动人的文字转换成有趣的动态影像印在脑海中。这就要求孕妈妈对故事的语言要通过自己的感官来使其形象化，以便更具体地传递给胎宝宝。因为胎宝宝对母亲的语言不是用耳而是用脑来接受的，对胎宝宝讲话时不能单凭声音，而要在头脑中先把所讲内容形象化或是抓住某种感觉再讲，把语言用一种画面或立体形象传授给胎宝宝。

孕妈妈读故事时将故事“视觉化”，不仅让胎宝宝听得更生动，孕妈妈讲故事的能力也会逐渐提高。



准爸爸也要讲故事

日常生活中我们经常看到这样的现象，一些婴儿，即使不熟悉的女性逗宝宝，宝宝也会微笑，而父亲逗宝宝反而会哭，更别说其他男性了。这正是胎宝宝时期到出生后的一段时间里，胎宝宝对男性的声音不熟悉造成的。所以为了加强与胎宝宝的互动，准爸爸也要参与到讲故事中来。

准爸爸的声音益于胎宝宝情绪稳定

声学研究表明：胎宝宝在子宫内最适宜听中、低频调的声音，而男性的说话声音正是以中、低频调为主。因此，准爸爸坚持每天对子宫内的胎宝宝讲话，让胎宝宝熟悉你的声音，能够唤起他最积极的反应，有益于胎宝宝情绪稳定，也益于其智力的发育。

准爸爸的开场白和结束语

大多数准爸爸的言谈举止比较粗犷，但是与胎宝宝交流互动时，就要注意一些方式方法了。比如讲故事前，应该常规地用抚慰及能够促使胎宝宝形成自我意识的语言对其讲话。开场白的语言可参照如下：

“宝宝(或者叫乳名)，我是你的爸爸，今天咱们讲一个《小猫钓鱼》的故事吧！”

对话结束时，要对胎宝宝给予鼓励：“宝宝真聪明，听故事也很认真，爸爸爱你，咱们休息一会儿吧！”

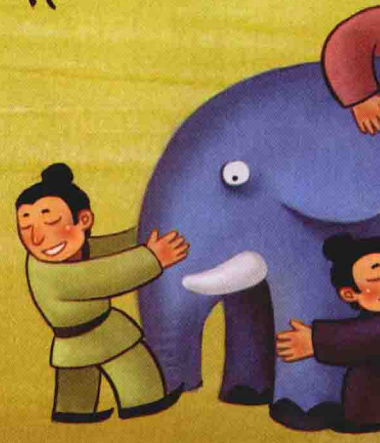
日常生活中，准爸爸也要抓住与胎宝宝互动的机会，增进交流，这样才能加深感情。

准爸爸讲故事的方法

准爸爸让妻子坐在宽大舒适的椅子上，然后由妻子对胎宝宝说：“乖孩子，爸爸就在旁边，爸爸要给你讲故事了，快来听一听吧！”这时，准爸爸应该坐在距离妻子 50 厘米的位置，用和缓的语调开始与胎宝宝对话，然后开始讲故事，并随着故事的展开再逐渐提高声音，不能一下子发出高音而惊吓了胎宝宝。

准爸爸讲故事时，不仅是面对孕妈妈，还要把腹内的胎宝宝当成一个懂事的孩子，娓娓动听地向他讲述。孕妈妈也能通过语言神经将感受传递给胎宝宝，这样，胎宝宝就会不断地接受文化氛围的影响。





前言



这是一本多功能的胎教故事书。怀孕时，根据胎宝宝每天的发育情况，按顺序读故事，更有规划性和针对性。宝宝出生后，继续读本书中的故事，熟悉的小动物、人物令宝宝更喜欢。宝宝开始识字时，也可以按故事书中的拼音实现无障碍阅读。

这是一本内容丰富的胎教故事书。本书囊括成语故事、寓言故事、名人故事、神话故事、童话故事，孕妈妈喜欢读什么，宝宝喜欢听什么，可以任意选择。

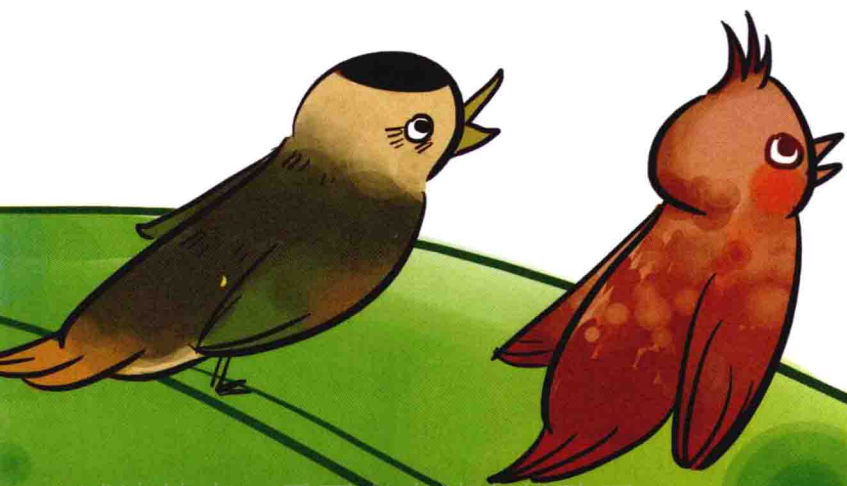
书中短小精悍的故事，5分钟之内就能读完，短暂的时间，能使准爸爸、孕妈妈、胎宝宝轻松地交流互动。





孕 1 月 (0~4 周)

第 1~3 天	童话故事《神奇的西瓜》..... 15	第 17~18 天	神话故事《十二生肖的故事 2》... 23
第 4~5 天	童话故事《聪明的鸡妈妈》..... 16	第 19 天	寓言故事《小山羊和小灰兔》..... 24
第 6~7 天	成语故事《世外桃源》..... 17	第 20~21 天	童话故事《种子的故事》..... 25
第 8 天	寓言故事《乌鸦喝水》..... 18	第 22~23 天	童话故事《雨中的小蘑菇》..... 26
第 9~10 天	神话故事《女娲造人》..... 19	第 24~25 天	成语故事《点石成金》..... 27
第 11~12 天	成语故事《开卷有益》..... 20	第 26~27 天	名人故事《爱迪生智救火车》..... 28
第 13~14 天	名人故事《阿基米德与金冠之谜》... 21	第 28 天	寓言故事《萝卜和小牛》..... 29
第 15~16 天	神话故事《十二生肖的故事 1》... 22		



孕2月 (5~8周)

- 第29~31天 神话故事《瓷器的美丽传说》.....31
- 第32~33天 成语故事《乐不思蜀》.....32
- 第34~35天 童话故事《拔萝卜》.....33
- 第36天 寓言故事《地主种田》.....34
- 第37~38天 名人故事《铁棒磨成针》.....35
- 第39~40天 童话故事《蜂蜜公主》.....36
- 第41~42天 成语故事《夜郎自大》.....37
- 第43天 寓言故事《虎妈妈和猪妈妈》.....38
- 第44~45天 神话故事《盘古开天地》.....39
- 第46~47天 名人故事《李时珍与〈本草纲目〉》40
- 第48~49天 童话故事《星星树》.....41
- 第50~51天 童话故事《两个神秘的小鞋匠》..42
- 第52~53天 成语故事《凿壁偷光》.....43
- 第54~55天 神话故事《鲤鱼跳龙门》.....44
- 第56天 寓言故事《骄傲的小水珠》.....45

孕3月 (9~12周)

- 第57天 名人故事《小时了了》.....47
- 第58~59天 寓言故事《鸡妈妈的新房子》.....48
- 第60~61天 成语故事《闻鸡起舞》.....49
- 第62~63天 童话故事《猴子捞月亮》.....50
- 第64~65天 童话故事《小兔子乖乖》.....51
- 第66~67天 神话故事《九色鹿》.....52
- 第68天 名人故事《孟母三迁》.....53
- 第69~70天 成语故事《南辕北辙》.....54
- 第71天 寓言故事《想飞的癞蛤蟆》.....55
- 第72~73天 寓言故事《猴子摘玉米》.....56
- 第74~75天 童话故事《小熊和甜风铃》.....57
- 第76~77天 神话故事《女娲补天》.....58
- 第78~79天 成语故事《画饼充饥》.....59
- 第80~81天 童话故事《三只小猪1》.....60
- 第82~84天 童话故事《三只小猪2》.....61



孕4月 (13~16周)

孕5月 (17~20周)

第85天	神话故事《精卫填海》..... 63	第113~114天	名人故事《诚实的列宁》..... 79
第86~87天	童话故事《飘香的梦》..... 64	第115~116天	寓言故事《猴子种芋头》..... 80
第88~89天	寓言故事《龟兔赛跑》..... 65	第117天	成语故事《刮目相看》..... 81
第90~91天	名人故事《反复推敲的故事》... 66	第118~119天	神话故事《八仙过海》..... 82
第92~93天	名人故事《王冕学画》..... 67	第120~122天	寓言故事《郑人买履》..... 83
第94~95天	成语故事《熟能生巧》..... 68	第123~124天	名人故事《大禹治水》..... 84
第96~97天	童话故事《外婆的棉花会唱歌》.. 69	第125~126天	童话故事《聪明的小牧童》..... 85
第98天	寓言故事《喜欢炫耀的小河蚌》.. 70	第127~128天	童话故事《咕咚来了》..... 86
第99~100天	寓言故事《鸭子学游泳》..... 71	第129~130天	成语故事《守株待兔》..... 87
第101~102天	童话故事《葡萄架下葡萄香》... 72	第131~132天	神话故事《沉香救母1》..... 88
第103~104天	神话故事《凤凰的传说》..... 73	第133天	神话故事《沉香救母2》..... 89
第105天	成语故事《专心致志》..... 74	第134~135天	童话故事《美人鱼》..... 90
第106~107天	童话故事《小矮人的大布袋》.. 75	第136~137天	寓言故事《披松鼠皮的大老鼠》... 91
第108~109天	名人故事《居里夫人》..... 76	第138~139天	成语故事《完璧归赵》..... 92
第110~112天	童话故事《聪明的小鸭子》..... 77	第140天	名人故事《爱迪生孵小鸡》..... 93



孕 6 月 (21~24 周)

- 第 141 天 寓言故事《猴子改新房》..... 95
- 第 142~143 天 成语故事《掩耳盗铃》..... 96
- 第 144~145 天 名人故事《对星星好奇的小欧拉》..97
- 第 146~147 天 童话故事《拇指姑娘 1》..... 98
- 第 148~149 天 童话故事《拇指姑娘 2》..... 99
- 第 150~151 天 成语故事《笨鸟先飞》..... 100
- 第 152~154 天 神话故事《嫦娥奔月》..... 101
- 第 155~156 天 寓言故事《狐狸的牢骚》..... 102
- 第 157 天 名人故事《司马光砸缸》..... 103
- 第 158~159 天 童话故事《送个冬天给青蛙》... 104
- 第 160~161 天 名人故事《热爱钢琴的贝多芬》...105
- 第 162~163 天 童话故事《婆婆的枣又回来了》...106
- 第 164~165 天 寓言故事《缺乏恒心的小熊》... 107
- 第 166~167 天 成语故事《千里送鹅毛》..... 108
- 第 168 天 名人故事《郑板桥教子》..... 109

孕 7 月 (25~28 周)

- 第 169~170 天 名人故事《毕昇发明活字印刷术》...111
- 第 171~172 天 成语故事《老马识途》.....112
- 第 173~174 天 名人故事《岳飞沙坛学写字》...113
- 第 175 天 神话故事《年的故事 1》.....114
- 第 176~177 天 神话故事《年的故事 2》.....115
- 第 178~180 天 成语故事《太公钓鱼》.....116
- 第 181~182 天 寓言故事《最棒的玉米》.....117
- 第 183 天 神话故事《田螺姑娘》.....118
- 第 184~185 天 童话故事《鲫鱼妹妹量体温》.....119
- 第 186~187 天 成语故事《井底之蛙》.....120
- 第 188~189 天 童话故事《十二个跳舞的公主》...121
- 第 190~191 天 名人故事《孔子学琴》.....122
- 第 192 天 寓言故事《愚公移山》.....123
- 第 193~194 天 童话故事《小星星洗澡》.....124
- 第 195~196 天 寓言故事《小马过河》.....125



孕 8 月 (29~32 周)

- 第 197~198 天 成语故事《一鸣惊人》..... 127
- 第 199~200 天 名人故事《曹冲称象》..... 128
- 第 201~202 天 寓言故事《老鼠的“宝贝”》.... 129
- 第 203 天 童话故事《小猪照镜子》..... 130
- 第 204~205 天 神话故事《白蛇传》..... 131
- 第 206~207 天 童话故事《小龙虾的新衣服》.. 132
- 第 208 天 名人故事《高山流水遇知音》.. 133
- 第 209~210 天 名人故事《贝多芬与月光曲》... 134
- 第 211~212 天 寓言故事《小猴学本领》..... 135
- 第 213~214 天 成语故事《滥竽充数》..... 136
- 第 215~217 天 童话故事《给法官染布》..... 137
- 第 218~219 天 神话故事《猪八戒吃西瓜 1》... 138
- 第 220 天 神话故事《猪八戒吃西瓜 2》... 139
- 第 221~222 天 童话故事《公主的发卡》..... 140
- 第 223~224 天 成语故事《伯乐相马》..... 141

孕 9 月 (33~36 周)

- 第 225~226 天 名人故事《牛顿与苹果的故事》... 143
- 第 227 天 成语故事《揠苗助长》..... 144
- 第 228~229 天 寓言故事《掉在井里的狐狸和山羊》.. 145
- 第 230~231 天 童话故事《豌豆公主 1》..... 146
- 第 232~233 天 童话故事《豌豆公主 2》..... 147
- 第 234~235 天 神话故事《龙女拜观音 1》..... 148
- 第 236 天 神话故事《龙女拜观音 2》..... 149
- 第 237~238 天 成语故事《对牛弹琴》..... 150
- 第 239 天 名人故事《罗斯福的小树》..... 151
- 第 240~241 天 寓言故事《聪明的羊宝宝》..... 152
- 第 242 天 名人故事《文彦博洞中取球》.. 153
- 第 243~244 天 童话故事《香喷喷的蛋糕》..... 154
- 第 245 天 寓言故事《城里老鼠和乡下老鼠》.. 155
- 第 246~247 天 童话故事《爬高楼的蜗牛》..... 156
- 第 248~249 天 童话故事《火鸡先生和鹅太太》.. 157
- 第 250~251 天 童话故事《聪明的小白兔》..... 158
- 第 252 天 名人故事《爱因斯坦的小板凳》.. 159

孕 10 月 (37~40 周)

- 第 253~254 天 寓言故事《大象和猴子》..... 161
- 第 255~256 天 寓言故事《小树林与火苗》.... 162
- 第 257~258 天 神话故事《孙悟空三借芭蕉扇》.... 163
- 第 259 天 成语故事《破釜沉舟》..... 164
- 第 260~261 天 童话故事《迷路的小花猫》.... 165
- 第 262 天 名人故事《曹雪芹与红楼梦》... 166
- 第 263~264 天 寓言故事《热情的杰米扬》.... 167
- 第 265~266 天 童话故事《春天里的对话》.... 168
- 第 267~268 天 成语故事《望梅止渴》..... 169
- 第 269~270 天 童话故事《三个和尚》..... 170
- 第 271~273 天 神话故事《明珠》..... 171
- 第 274 天 名人故事《王羲之父子练字》.. 172
- 第 275 天 童话故事《蓝色种子》..... 173
- 第 276~277 天 成语故事《杞人忧天》..... 174
- 第 278 天 寓言故事《狼来了》..... 175
- 第 279 天 神话故事《桂冠的由来》..... 176
- 第 280 天 童话故事《小青虫变蝴蝶》..... 177

附录：越听越聪明的胎教音乐 178





孕 1 月 (0~4 周)

恭喜你，一个小天使出现在你的生命里，他已生根发芽，并等待着你的滋养和呵护。还在等什么？用天真、烂漫、温馨的故事陪伴宝宝成长吧！宝宝会从中汲取到阳光和养分。

