

之宝贝书系94 知名孕产、育儿专家团队权威打造

胎教 早教 不可不知的 1001个常识

◇ TAIJIAOZAOJIAO
◇ BUKEBUZHIDE
◇ 1001GECHANGSHI

- ◆ 专家贴心指导。
- ◆ 孕育最棒的一胎。
- ◆ 激发宝宝的潜能。
- ◆ 让宝宝轻松赢在起跑线。

金海豚婴幼儿早教课题组 \ 主编
徐文 \ 审订



中国纺织出版社

主要内容

胎教早教 不可不知的 1001个常识



金海豚婴幼儿早教课题组◎主编

徐文◎审订



中国纺织出版社

内 容 提 要

让宝宝聪明,是每个爸爸妈妈的希望,胎教和早教可以实现这一点。这本书汇集了胎教和早教两个方面的内容,以问答的形式,提出爸爸妈妈所关心的每一个问题,并给予专业解答,帮助爸爸妈妈培养出聪明的宝宝。

图书在版编目(CIP)数据

胎教早教不可不知的1001个常识 / 金海豚婴幼儿早教课题组主编. —北京:中国纺织出版社, 2011.5
(之宝贝书系; 94)

ISBN 978-7-5064-7391-0

I. ①胎… II. ①金… III. ①胎教—基本知识②早期教育—基本知识 IV. ①G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第064273号

策划编辑: 尚 响 安茂华 责任编辑: 安茂华 责任印制: 刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

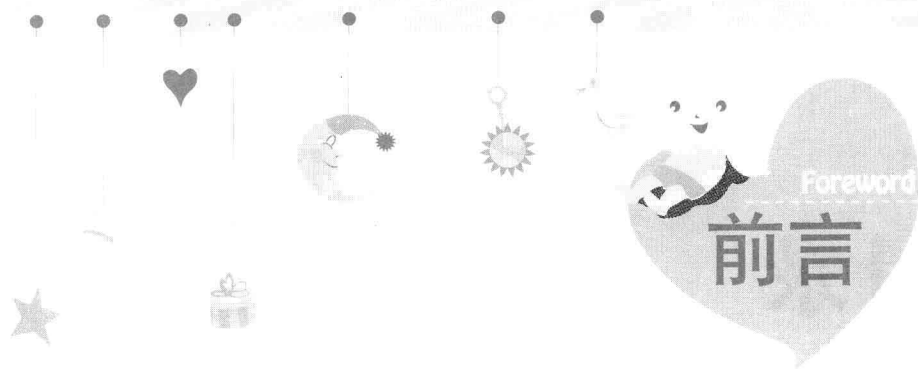
北京盛兰兄弟印刷装订有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年5月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 26

字数: 300千字 定价: 29.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换



如今，说起胎教和早教，相信每一位希望宝宝聪明健康的爸爸妈妈都不会陌生。胎教和早教已经成为其养育宝宝的重点课程。

胎教是指孕期里，在胎儿大脑发育过程中给胎儿良好的营养和环境；而早教则是通过宝宝出生后的后天培养，激发宝宝的潜力。二者结合在一起，将使养育聪明宝宝这个大工程事半功倍。

但是，胎教、早教并非任意实施，而是大有讲究的。比如说，胎教不仅是关注整个孕期，还要从怀孕前就开始准备；早教不仅是让宝宝学知识，更是为了培养宝宝良好的性格，不仅是智力开发，而是要全方面对宝宝进行素质培养。爸爸妈妈必须具备基本的胎教、早教常识，尊重规律、用科学的方法让胎教、早教对宝宝的成长起到良好的促进作用，保证在孕育聪明宝宝的过程中，不走弯路，对宝宝的教育产生积极影响。

当然，这其中，不能少了“爱”，爸爸妈妈正是出于对宝宝的爱，才会耐心地从怀孕之前，就开始为宝宝的健康和聪明铺路，在宝宝出生后的点滴日常里，悉心呵护宝宝的同时，开发宝宝的智力。

我们也是一样，我们用对宝宝的爱，对天下父母的体恤，精心编写了这本结合胎教、早教于一体的书，以问答的形式，提出爸爸妈妈所关心的每一个问题，并给予专业解答，帮助爸爸妈妈从怀孕直到宝宝出生，及6岁之前，用正确的胎教、早教常识和方法，孕育聪明、健康的宝宝。

目录

第一篇

胎教，打造聪明宝宝第一步

胎教知识早知道 24

什么是胎教·····	24
为什么说胎教很重要·····	24
实施胎教后的宝宝常具有哪些特点·····	25
智商与胎教有关系吗·····	25
如何正确地认识胎教·····	26
胎教成功的因素有哪些·····	26
如何养成正确的胎教心理·····	27
胎教涉及哪些内容·····	27
为什么说胎教的过程，也是孕妈妈修身养性的过程·····	28
准爸爸在胎教过程中应怎样做·····	28

怀孕之前开始准备做胎教 29

怀孕之前就应该准备做胎教吗·····	29
准爸爸也要为胎教做准备吗·····	29
夫妻二人应为胎教做哪些准备·····	29
夫妻共度美好时光有什么益处·····	30
压力会对精子与卵子产生什么影响·····	30

好身体迎接高质量胎教 31

为什么说孕妈妈的身体状况是胎教的重要基础·····	31
什么时候应停止避孕·····	31
需要做孕前检查吗·····	31
为什么应该戒烟戒酒·····	31
维持标准体重有什么好处·····	32
为什么要有计划地怀孕·····	32
可以服营养药物吗·····	32
营养膳食该怎样把握·····	32
什么时候开始服用叶酸·····	32
为什么说生活作息要有规律·····	33
怎样让周边环境变得舒适·····	33
大自然与胎教有关系吗·····	33
孕妈妈晒太阳对宝宝有什么益处·····	34
什么是TORCH·····	34
为什么要进行血型检查·····	34
梅毒对宝宝有什么影响·····	34
为什么说艾滋病患者不宜怀孕·····	35

为什么要进行贫血检查·····	35
孕妈妈怎样应对妊娠期合并贫血·····	35
孕妈妈怎样应对妊娠期合并症·····	36
为什么要进行肝炎检查·····	36
为什么要进行尿常规检查·····	36
为什么要进行弓形虫检查·····	36
为什么要进行衣原体检查·····	37
为何说有计划地怀孕是胎教的基础·····	37
什么样的时机适宜受孕·····	37
最佳受孕季节是什么时候·····	38
什么样的环境对精子有利·····	38
什么样的环境对卵子有利·····	38
如何孕育出一个小生命·····	38
女性什么时候可以产生卵子·····	38
怎样通过基础体温确定排卵期·····	39
怎样通过疼痛确定排卵期·····	39
到医院检查可以确定排卵期吗·····	39
男性什么时候可以产生精子·····	40
精子与卵子怎样结合·····	40
受精卵是怎样形成的·····	40
怀孕都有哪些征兆·····	40
怎样通过月经周期推算预产期·····	41

怎样通过B超推算预产期·····	41
其他推算预产期的方法还有哪些·····	41

胎教方法大汇集 42

学习胎教方法有什么好处·····	42
胎教的方法有哪些·····	42
什么是斯瑟蒂克胎教法·····	42
怎样确立怀孕计划·····	43
孩子在出生前就开始学习了吗·····	43
为什么说每一个胎儿都是天才·····	44
为什么说胎教源自心底无限的爱·····	44
怎样为胎教做准备·····	45
怎样进行子宫对话·····	45
让胎儿听准爸爸的声音有什么作用·····	46
准爸爸怎样与胎儿做交流·····	46
阅读有图画的书籍有什么作用·····	46
欣赏音乐或哼唱歌谣有什么作用·····	47
怎样用卡片向胎儿传授数字知识·····	47
怎样用文字卡片教胎儿学习文字·····	48
怎样通过散步让胎儿接触这个世界·····	48
怎样向胎儿描述图书上的内容·····	48

第二篇

怀孕40周的完美胎教

怀孕1~4周的胎教 50

怀孕1~4周时“三口人”各自在做什么·····	50
怀孕1~4周的饮食胎教应注意什么·····	50
孕1~2周孕妈妈发生了哪些变化·····	51

孕3周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	51
孕4周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	52
怎样摄取优质蛋白和钙质·····	52
哪些食物可以预防便秘和贫血·····	53
可以服用鱼肝油吗·····	53

怎样看待孕吐·····	53
怀孕1~4周的运动胎教应注意什么·····	54
怎样做舒展背部运动·····	54
怎样做转动颈部运动·····	54
怎样做深呼吸·····	55
怎样做拉伸肋部运动·····	55
怎样做拉伸腿部肌肉运动·····	55
按摩胎教法有什么作用·····	55
怎样做针对白带增多的按摩胎教·····	56
怎样做针对尿频的按摩胎教·····	56
日记胎教法有什么益处·····	56
怎样写胎教日记·····	57
如何将胎教日记写得有趣·····	57
不会写胎教日记怎么办·····	58
什么是心理胎教的清静法·····	58
清静法都包括哪些内容·····	58
学习清静法有什么好处·····	58
怎样消除怀孕和分娩时的恐惧·····	59
怎样用清静法促进与胎儿的交流·····	59
怎样用清静法提高顺产的概率·····	59
怎样做清静体操·····	59
夫妻感情不和会影响胎教吗·····	61
怀孕初期性生活要注意什么·····	61

怀孕5~8周的胎教 62

怀孕5~8周时胎教要注意什么·····	62
孕5周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	63
孕6周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	63
孕7周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	64
孕8周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	64
什么是胚芽期·····	65
什么是胎儿期·····	65
沐浴时为何水温不能过高·····	65
怀孕5~8周的饮食胎教应注意什么·····	66
孕妈妈在哪些情况下会恶心·····	67
怎样通过饮食缓解孕吐·····	67

铁元素与孕吐有什么关系·····	68
怀孕5~8周的运动胎教应注意什么·····	68
运动胎教能提高顺产率吗·····	68
运动胎教对胎儿有什么好处·····	68
运动胎教对孕妈妈有什么好处·····	68
出现什么状况应停止运动·····	69
怎样做肩部放松运动胎教·····	69
怎样做提拉上身运动胎教·····	69
怎样做臀部运动胎教·····	69
怎样做针对孕吐的按摩胎教·····	69
怎样做针对疲劳的按摩胎教·····	70
怎样做预防流产的按摩胎教·····	70
做游泳胎教有哪些好处·····	70
游泳胎教可以缓解疼痛吗·····	71
游泳胎教可以提高顺产率吗·····	71
游泳之前要注意什么·····	71
什么时间做游泳胎教比较合适·····	71
在游泳之前应做哪些检查·····	72
怎样做游泳胎教·····	72
胎儿也懂得听音乐吗·····	72
音乐胎教对胎儿有什么益处·····	73
音乐胎教能够促进胎儿脑部发育吗·····	74
音乐胎教能够促进亲子关系吗·····	74
怎样选择胎教音乐·····	74
音乐胎教的主要方法有哪些·····	75
对胎教有益的音乐有哪些·····	76
怎样听胎教音乐最有效·····	77
孕妈妈感到厌倦时怎么办·····	77
怎样丰富音乐胎教·····	77
不同时间段的胎教音乐都有哪些·····	77
音量对胎教有什么影响·····	78
自然的声音也能起到胎教的作用吗·····	78

怀孕9~12周的胎教 79

怀孕9~12周时胎教要注意什么·····	79
孕9周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	79

孕10周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	80
孕11周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	81
孕12周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	81
怎样做有利于胎盘的调节和保护	81
孕妈妈怎样为自己减轻压力	82
怀孕9~12周的饮食胎教应注意什么	82
什么营养有助于胎儿脑部的发育	83
怎样面对孕吐	83
怀孕9~12周的运动胎教应注意什么	83
怎样缓解骨盆及臀部的疼痛	83
怎样做转动肩部运动胎教	83
怎样做肋部运动胎教	84
怎样做推动骨盆运动胎教	84
怎样做骨盆运动胎教	84
怎样做保持平衡运动胎教	84
怎样做针对贫血的按摩胎教	84
怎样做针对消化不良的按摩胎教	84
怎样做防止便秘的按摩胎教	85
怎样开展胎谈胎教	85
胎谈时应注意什么	85
胎谈时可以说些什么	86
胎谈时听音乐有什么好处	87
对胎儿唱歌有什么益处	87
胎谈可以读童话吗	87
怎样寻找胎谈对象	87
怎样向胎儿传达爱意	88

怀孕13~16周的胎教 89

怀孕13~16周时胎教要注意什么	89
孕13周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	89
孕14周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	90
孕15周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	91
孕16周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	91
宫内环境对胎儿有什么影响	91
压力对胎儿大脑有什么影响	92
怎样为孕妈妈减轻压力	93

怀孕中期性生活要注意什么	93
怀孕13~16周的饮食胎教是什么	93
胎儿怎样吸收营养	94
怎样均衡摄取营养	94
怎样用食物预防流产	94
怀孕13~16周运动胎教应注意什么	94
怎样做拉伸背部运动胎教	95
怎样做伸展背部运动胎教	95
怎样做转动脊椎运动胎教	95
怎样做左右推动盆骨运动胎教	95
怎样做前后推动盆骨运动胎教	95
怎样做针对牙龈炎和牙龈出血的按摩胎教	95
怎样做针对痔疮的按摩胎教	96
怎样做针对乳房疼痛的按摩胎教	96
怎样做针对下腹不适的按摩胎教	96
童话胎教有什么益处	96
怎样做培养胎儿潜力的童话胎教	97
怎样把童话胎教做得更加有趣	97
氧气胎教有什么益处	98
散步胎教对孕妈妈有什么益处	99
散步胎教对胎儿有什么益处	99
散步时应注意什么	99
散步之后怎样做足底按摩	100

怀孕17~20周的胎教 101

怀孕17~20周时胎教要注意什么	101
怀孕17~20周之后胎儿有什么变化	101
孕17周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	102
孕18周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	102
孕19周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	103
孕20周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	103
嘈杂的环境对胎儿有什么危害	104
怀孕17~20周饮食胎教应注意什么	104
有益胎儿成长的营养素有哪些	105
怀孕17~20周运动胎教应注意什么	105

怎样做扭动背部运动胎教·····	106
怎样做抬起双脚画圈运动胎教·····	106
怎样做转动脚后跟运动胎教·····	106
怎样做胸部运动胎教·····	106
怎样做转动手臂运动胎教·····	106
怎样做前后分脚半跪运动胎教·····	106
怎样做针对肩背疼痛的按摩胎教·····	106
怎样做针对腰部疼痛的按摩胎教·····	107
怎样做针对头痛的按摩胎教·····	107
什么是旅行胎教·····	107
旅行胎教有哪些益处·····	107
孕期旅行应注意什么·····	108
哪些情况不适宜旅行·····	109
孕期旅行的必备物品有哪些·····	109
自驾车旅行的孕妈妈要注意什么·····	110
乘坐飞机应注意什么·····	110

怀孕21~24周的胎教 111

怀孕21~24周时胎教要注意什么·····	111
孕21周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	111
孕22周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	112
孕23周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	112
孕24周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	113
胎儿可以感觉到光线吗·····	113
阳光下散步对胎儿有什么益处·····	114
怎样选择对胎儿筋骨有帮助的食物·····	114
海藻有什么益处·····	114
为什么要减少盐分的摄取量·····	114
怎样通过饮食促进胎儿的大脑发育·····	115
怀孕21~24周运动胎教应注意什么·····	115
怎样做向前俯下轻摇腹部运动胎教·····	115
怎样做两腿分开半站运动胎教·····	115
怎样做半坐式运动胎教·····	116
怎样做转动手腕运动胎教·····	116
怎样做转动脚腕运动胎教·····	116
怎样做针对皮肤瘙痒的按摩胎教·····	116

怎样做针对忧郁症的按摩胎教·····	116
怎样做针对鼻塞、流鼻血和过敏性鼻炎的按摩胎教·····	117
森林浴胎教有哪些好处·····	117
怎样更好地进行森林浴·····	117
森林浴后怎样做按摩放松·····	118
孕妈妈怎样安排自己做家务·····	118
长辈在胎教中要注意什么·····	119

怀孕25~28周的胎教 120

怀孕25~28周时胎教要注意什么·····	120
孕25周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	121
孕26周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	121
孕27周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	121
孕28周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化·····	122
胎儿有味觉吗·····	122
胎儿可以参与制订孕妈妈的食谱吗·····	123
胎儿有记忆吗·····	123
怀孕后期性生活要注意什么·····	123
怀孕25~28周饮食胎教应注意什么·····	123
怎样通过饮食消除浮肿·····	124
浮肿严重有什么危害·····	124
怀孕25~28周运动胎教应注意什么·····	124
怎样做抬头呼吸运动胎教·····	124
怎样做拉伸肩部运动胎教·····	124
怎样做舒展背部运动胎教·····	125
怎样做转动身躯运动胎教·····	125
怎样做针对失眠的按摩胎教·····	125
怎样做针对呼吸困难和胸部疼痛的按摩胎教·····	126
怎样做针对静脉曲张的按摩胎教·····	126
什么是视觉胎教法·····	126
视觉刺激对胎儿有什么影响·····	126
看电视有胎教作用吗·····	127
长期看电视对孕妇有什么危害·····	127
刺激五感有什么益处·····	128

怎样做视觉胎教·····	128
视觉胎教的素材有哪些·····	128
欣赏名画有什么益处·····	129
不懂美术, 怎样做视觉胎教·····	129
孕妈妈适宜欣赏什么样的名画·····	129
职业女性怎样进行视觉胎教·····	130

怀孕29~32周的胎教 131

怀孕29~32周时胎教要注意什么·····	131
孕29周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	131
孕30周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	132
孕31周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	132
孕32周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	133
胎儿能够记住羊水的味道吗·····	133
可以和胎儿进行皮肤接触吗·····	133
什么是抚摸胎教·····	133
子宫变大, 是胎儿努力的结果吗·····	134
怀孕29~32周饮食胎教应注意什么·····	134
孕妈妈在饮食上应怎样把握·····	134
芹菜能缓解妊娠期高血压综合征吗·····	134
怀孕29~32周运动胎教应注意什么·····	135
怎样缓解身体不适·····	135
怎样做手臂运动胎教·····	135
怎样做推掌运动胎教·····	135
怎样做拉伸肋部运动胎教·····	135
怎样做肩部运动胎教·····	136
怎样做抖动双手运动胎教·····	136
怎样做预防早产的按摩胎教·····	136
怎样做针对妊娠性水肿的按摩胎教·····	136
怎样做针对早期阵痛的按摩胎教·····	136
怎样做针对手脚麻木的按摩胎教·····	137
自己做画有什么益处·····	137
怎样进行视觉胎教效果更佳·····	137
做十字绣对孕妈妈有什么益处·····	138
做十字绣应注意什么·····	139
什么是装饰胎教·····	139

怀孕33~36周的胎教 140

怀孕33~36周时胎教要注意什么·····	140
孕33周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	141
孕34周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	141
孕35周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	141
孕36周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	142
胎儿会做梦吗·····	142
社会胎教有什么作用·····	143
怎样缓解孕妈妈的忧郁症·····	143
什么食物可以安胎·····	144
什么食物可以强化肾脏机能·····	144
什么食物可以预防流产·····	144
怀孕33~36周运动胎教应注意什么·····	144
怎样做紧缩阴道运动胎教·····	145
怎样做分腿运动胎教·····	145
怎样做找平衡运动胎教·····	145
怎样做脚腕运动胎教·····	145
怎样做腿部运动胎教·····	145
怎样做妊娠期糖尿病的按摩胎教·····	146
怎样做针对记忆力和思考能力降低的按摩胎教·····	146
怎样做针对压力过大的按摩胎教·····	146
什么是瑜伽胎教·····	146
瑜伽胎教对整个孕期有什么益处·····	147
瑜伽胎教对胎儿的发育有什么益处·····	147
瑜伽胎教对生产后的康复有帮助吗·····	147

怀孕37~40周的胎教 148

怀孕37~40周时胎教要注意什么·····	148
孕37周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	148
孕38周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	149
孕39周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	149
孕40周胎儿与孕妈妈发生了哪些变化	150
为什么说自然分娩是孕妈妈的首选·····	151
准爸爸陪产有什么好处·····	151

怎样通过食物强化膀胱功能·····	152
什么食物可以促进乳汁分泌·····	152
怎样为分娩之后的身体补充营养·····	153
怎样做曲膝观顶运动胎教·····	153
怎样做骨盆运动胎教·····	153

怎样做侧分双腿运动胎教·····	153
怎样做针对产后抑郁症的按摩胎教···	154
怎样做针对肥胖和妊娠期高血压综合征 的按摩胎教·····	154
怎样做促进乳汁分泌的按摩胎教·····	154

第三篇

早教，让宝宝聪明一生的法宝

早教知识早知道 156

什么是早期教育·····	156
早教对婴幼儿智力发育有影响吗·····	156
早教对婴幼儿心理发展有什么影响···	156
早教对婴幼儿口语能力有什么影响···	157
早教对婴幼儿思维能力有什么影响···	157

机不可失的敏感期 158

何为敏感期·····	158
为什么说敏感期机不可失·····	158
什么是亲子依恋敏感期·····	158
什么是感观敏感期·····	159
什么是动作敏感期·····	159
什么是语言敏感期·····	160
什么是对细微事物感兴趣的敏感期···	160
什么是阅读敏感期·····	160

多元智能 161

什么是多元智能·····	161
什么是运动能力·····	161
什么是语言表达能力·····	161
什么是认知能力·····	162
什么是生活交往能力·····	162
情商比智商更重要吗·····	162
婴幼儿智力发育有哪些规律·····	163

了解早教机构 164

早教机构是什么·····	164
如何选择早教机构·····	164

家长在早教中的作用 166

为什么说家长是最好的老师·····	166
和睦温馨的家庭对宝宝有什么益处···	166

第四篇

0~1岁宝宝的早教

0~1个月宝宝的早教 168

新生儿的成长速度是怎样的·····	168
新生儿长什么样·····	168
何为新生儿的囟门·····	169
新生儿的视物距离有多少·····	169
怎样用对视法锻炼宝宝的视觉能力·····	169
怎样用迷你手电筒法锻炼宝宝视力·····	169
怎样用静态玩具法锻炼宝宝视力·····	170
怎样用动态玩具法锻炼宝宝视力·····	170
新生儿的听力如何·····	170
同宝宝说悄悄话有什么益处·····	171
怎样用音箱玩具法锻炼宝宝听觉能力·····	171
怎样用音乐欣赏法锻炼宝宝听觉能力·····	171
新生儿有自己的心智反应吗·····	172
新生儿懂事吗·····	172
怎样在对宝宝的护理中加强沟通·····	172
逗宝宝笑有什么益处·····	173
为什么要在婴儿期建立亲子关系·····	173
如何建立亲密的亲子关系·····	174
宝宝有反射活动吗·····	174
怎样刺激宝宝的手心·····	175
伸手抓转动的玩具有什么益处·····	175
宝宝的乱蹬乱踹为哪般·····	175
怎样训练宝宝做伸展运动·····	175
宝宝可以做爬行训练吗·····	176
做爬行训练应注意什么·····	176
怎样教宝宝做迈步运动·····	176
做迈步运动训练时应注意什么·····	176
宝宝的睡眠姿势有什么讲究·····	176
同宝宝一起睡时要注意什么·····	177
宝宝智能发展测试·····	177

1~2个月宝宝的早教 178

宝宝的成长速度是怎样的·····	178
宝宝的头围及评价标准是怎样的·····	178
宝宝的视力如何·····	178
宝宝视觉的训练方法有哪些·····	179
宝宝的听力如何·····	179
宝宝听觉的训练方法有哪些·····	179
怎样做嗅觉的训练和培养·····	180
宝宝感官灵敏的训练方法有哪些·····	180
常逗宝宝笑有什么益处·····	180
宝宝有了最初的语言吗·····	181
怎样与宝宝进行语言“交流”·····	181
宝宝的手脚是否灵活·····	181
宝宝的手能抓握吗·····	181
手指的活动对大脑发育有什么帮助·····	182
宝宝玩手有什么好处·····	182
什么是手的被动抓握·····	182
宝宝的身体有劲了吗·····	182
怎样锻炼宝宝颈部的支撑力·····	182
怎样做婴儿操·····	183
怎样为宝宝的体能发展创造机会·····	183
户外活动对宝宝有什么益处·····	184
洗澡有什么好处·····	184
需要培养有规律的生活习惯吗·····	185
宝宝的睡眠时间有多少·····	185
怎样克服宝宝“睡倒觉”·····	185
宝宝智能发展测试·····	186

2~3个月宝宝的早教 187

宝宝的体态有哪些变化·····	187
宝宝的后囟门有何变化·····	187

宝宝能发出怎样的音调·····	187
怎样培养宝宝的发音和语言能力·····	188
宝宝是怎样表达感情的·····	188
宝宝是否认识了亲人·····	189
视线转移能力怎么训练·····	189
怎样培养宝宝的观察能力·····	189
怎样培养宝宝的音响感受能力·····	189
什么是快乐反应·····	189
怎样培养宝宝的快乐反应·····	190
宝宝手的控制能力如何·····	190
宝宝为什么喜欢吸吮手指·····	190
怎样训练手的握力·····	190
怎样用抓手指法训练宝宝的握力·····	191
怎样用拉线法训练宝宝的握力·····	191
怎样用抓悬挂物法训练宝宝的握力·····	191
怎样用抓球法训练宝宝的握力·····	191
宝宝能抬起头胸部了吗·····	191
宝宝的头能竖立稳当了吗·····	192
怎样训练宝宝俯卧抬头·····	192
训练宝宝俯卧抬头时应注意什么·····	192
宝宝的身体支撑力如何·····	192
怎样用转身法训练宝宝翻身·····	193
怎样用摇晃法训练宝宝翻身·····	193
怎样用转脚法训练宝宝翻身·····	193
怎样培养宝宝的社会行为能力·····	194
怎样让宝宝的生活有规律·····	194
怎样调整夜间喂奶的时间·····	195
怎样养成有规律的睡眠习惯·····	195
什么是安全感·····	196
怎样使宝宝建立安全感·····	196
安全感对孩子有哪些益处·····	197
宝宝智能发展测试·····	197

3~4个月宝宝的早教 198

宝宝的身体有了哪些变化·····	198
宝宝的头部转动情况如何·····	198

宝宝的语音有何进步·····	198
怎样训练宝宝的语言能力·····	199
宝宝的视觉能力怎样·····	199
什么是视线转移法·····	200
宝宝的听力有何进步·····	200
怎样和宝宝做声感游戏·····	200
什么是声响感知法·····	200
怎样训练宝宝对音乐的感受能力·····	201
训练音乐感受能力时应注意什么·····	201
宝宝如何尝试“社交”·····	201
宝宝情感的表达方式怎样·····	201
宝宝有情绪反应吗·····	202
游戏对宝宝有什么益处·····	202
怎样和宝宝做动感游戏·····	202
怎样和宝宝做智能游戏·····	202
宝宝手的活动能力怎样·····	202
怎样做够取玩具训练·····	203
够取玩具对宝宝有什么益处·····	203
抓握玩具有什么益处·····	203
宝宝的身体协调能力怎样·····	204
宝宝的体能训练要点是什么·····	204
俯卧支撑训练有什么益处·····	204
宝宝何时会翻身·····	204
怎样用背部刺激法训练宝宝翻身·····	205
怎样用玩具逗引法训练宝宝翻身·····	205
什么是翻身被动操·····	205
怎样训练宝宝坐的能力·····	205
进行拉坐训练的意义是什么·····	205
怎样教宝宝做拉坐被动操·····	206
怎样做蹬脚训练·····	206
宝宝睡眠有哪些规律·····	206
怎样训练宝宝定时大便·····	207
宝宝智能发展测试·····	207

4~5个月宝宝的早教 208

宝宝的成长速度是怎样的·····	208
------------------	-----

5~6个月宝宝的早教 219

宝宝是否开始学着说话了·····	208
怎样做模仿发音训练·····	209
呼名训练有什么作用·····	209
做呼名训练时应注意什么·····	209
宝宝的视线有何新变化·····	209
怎样做视觉感知训练·····	210
怎样做听觉感知训练·····	210
宝宝对音乐的注意力如何·····	210
进行音乐记忆力训练的方法有哪些·····	210
宝宝的记忆力如何·····	211
教宝宝认识外界事物要注意什么·····	211
怎样做识物训练·····	211
怎样做寻找玩具训练·····	212
怎样做拆装玩具训练·····	212
怎样做触摸感知训练·····	212
宝宝的手眼协调能力如何·····	212
怎样做手部肌肉训练·····	213
怎样练习够取玩具·····	213
宝宝的腿部力量如何·····	214
怎样做脚部训练·····	214
怎样做大小肌肉运动能力的训练·····	214
怎样做翻身训练·····	215
怎样做匍行训练·····	215
怎样做靠坐训练·····	215
怎样做平衡游戏·····	215
怎样做球类游戏·····	216
怎样做“藏猫猫”游戏·····	216
举高对宝宝有哪些益处·····	216
照镜子对宝宝有哪些益处·····	216
怎样教会宝宝分清昼夜·····	217
宝宝白天的睡眠时间有什么差异·····	217
要继续进行排便训练吗·····	217
宝宝尽早学会使用杯子有什么好处·····	218
宝宝智能发展测试·····	218

宝宝的成长速度是怎样的·····	219
宝宝何时萌出牙齿·····	219
宝宝如何表现语言能力·····	219
怎样训练宝宝的语言能力·····	220
户外的语言训练对宝宝有什么好处·····	220
听觉的感官刺激对宝宝有什么好处·····	220
宝宝的感觉、智力发育如何·····	221
怎样训练宝宝感官的综合性和协调性·····	221
宝宝手、眼、口的协调能力如何·····	221
够取较小的物体对宝宝有什么好处·····	222
扔掉再拿对宝宝有什么好处·····	222
玩具倒手对宝宝有什么好处·····	222
怎样发展宝宝指头及拳头的机敏度·····	223
怎样做拍手儿歌游戏·····	223
撕纸游戏对宝宝有什么好处·····	223
翻身训练对宝宝有哪些益处·····	224
独坐训练对宝宝有哪些益处·····	224
匍行训练对宝宝有哪些益处·····	224
跳跃训练对宝宝有哪些益处·····	224
锻炼整体运动技能有哪些好处·····	225
怎样教宝宝认识自己·····	225
怎样做“逗逗飞”游戏·····	225
宝宝的感情有何变化·····	226
宝宝有了理解力和爱心了吗·····	226
为什么不要冷落了宝宝·····	226
为什么说宝宝与他人交往很重要·····	227
怎样培养宝宝的爱心·····	227
怎样通过游戏和玩具培养宝宝的爱心·····	228
怎样用玩具法让宝宝展现力量·····	228
怎样用形体游戏让宝宝展现力量·····	228
咀嚼、吞咽训练对宝宝有什么好处·····	228
怎样锻炼宝宝独自玩耍的能力·····	229
宝宝智能发展测试·····	229

6~7个月宝宝的早教 230

宝宝的成长速度是怎样的·····	230
宝宝的视觉发展应注意什么·····	230
给宝宝听音乐有什么益处·····	230
宝宝是否有了观察力的萌芽·····	231
宝宝是否有了模仿能力·····	231
怎样培养宝宝的观察力和判断力·····	231
怎样教宝宝认识自己的五官·····	232
宝宝能理解语言了吗·····	232
怎样教宝宝理解词义·····	233
讲故事能促进宝宝的智力开发吗·····	233
怎样教宝宝懂得“不”的意思·····	233
宝宝手的操作能力如何·····	234
怎样做捡豆游戏·····	234
怎样做传递游戏·····	234
对击玩具有什么益处·····	234
宝宝是否会坐了·····	234
怎样做坐起和躺下的游戏·····	235
怎样做“拉大锯”游戏·····	235
训练宝宝爬行有什么益处·····	235
怎样做爬行训练·····	236
怎样训练宝宝连续翻滚·····	236
宝宝是否有了求抱反应·····	236
宝宝什么都想尝一尝吗·····	236
宝宝想要去户外吗·····	236
怕生是宝宝这一时期的特点吗·····	237
室外活动时要注意什么·····	237
可以让宝宝感受室外大型儿童锻炼器 械吗·····	238
室内裸体空气浴有什么益处·····	238
为什么不要长时间让宝宝自己玩·····	238
可以让宝宝学习自己喝水吗·····	238
怎样培养宝宝自己穿衣服的意识·····	239
宝宝的抓咬拍打都有哪些表现·····	239
宝宝抓咬拍打的原因是什么·····	239
怎样面对和解决宝宝的抓咬拍打·····	240

宝宝智能发展测试·····	240
---------------	-----

7~8个月宝宝的早教 241

宝宝的成长速度是怎样的·····	241
宝宝是否有了学说话的迹象·····	241
教宝宝进行发音训练的方法有哪些·····	241
宝宝是否有了自己的意愿和想法·····	242
宝宝是否有了小聪明·····	242
宝宝是否有了理解力·····	242
怎样教宝宝学会表达“要”·····	243
怎样教宝宝认识身体部位·····	243
怎样培养宝宝的模仿技能·····	243
怎样教宝宝听懂命令·····	243
怎样锻炼宝宝的手部动作·····	243
宝宝手眼的协调能力有何进步·····	244
怎样锻炼宝宝手眼协调性·····	244
怎样做手指游戏·····	245
怎样让手指游戏更有趣·····	245
宝宝能否自己坐着玩·····	245
爬取玩具法对宝宝有什么益处·····	245
爬楼梯训练对宝宝有什么益处·····	246
怎样锻炼宝宝腿部的力量·····	246
怎样让宝宝迈出艰难的第一步·····	246
宝宝是否更加依恋爸爸妈妈了·····	247
寻找玩具游戏怎么做·····	247
拉绳取物游戏怎么做·····	247
什么是告诫体验法·····	247
什么是视听联想法·····	248
怎样开阔宝宝的眼界·····	248
直接经验对宝宝有什么益处·····	248
为什么不能扼杀宝宝的好奇心·····	249
鼓励宝宝有什么益处·····	249
怎样在游戏中进行自理能力训练·····	250
教宝宝拿勺子有什么益处·····	250
怎样用勺子做游戏·····	250
带宝宝到户外活动应注意什么·····	250

宝宝智能发展测试	251
----------	-----

8~9个月宝宝的早教 252

宝宝的体形有何变化	252
宝宝会说“爸爸”和“妈妈”了吗	252
怎样做语言游戏	252
怎样做语言和动作相配合的游戏	253
宝宝是否喜欢表扬	253
宝宝是否喜欢音乐	253
给宝宝听欢快的音乐有什么益处	254
宝宝能记住玩具的名称吗	254
宝宝可以看图认物了吗	254
宝宝是否能够模仿简单动作	254
怎样培养宝宝的模仿能力	255
让宝宝练习放下手中的东西有什么益处	255
怎样做投掷东西练习	256
滚动圆柱物体对宝宝有什么好处	256
宝宝何时会爬	256
宝宝还不会爬怎么办	256
怎样做轮流追逐的爬行游戏	257
怎样做爬行比赛游戏	257
仰卧起坐训练有什么益处	257
宝宝能否试着站起来	257
怎样做站立、坐下训练	257
怎样做弹跳站立训练	258
怎样做弯腰拾物训练	258
怎样做军训游戏	258
可以用学步车练习迈步吗	258
宝宝被(互)动操怎么做	259
怎样在游戏中让宝宝感知生活常识	261
怎样训练宝宝识别不同的态度	261
鼓励宝宝的小成就有什么益处	262
宝宝如何表现出喜欢与人交往	262
怎样让宝宝接近生人	262
宝宝可以坐便盆大小便吗	262

怎样让宝宝配合穿衣	263
为什么说不要忽视孩子的情感	263
宝宝智能发展测试	264

9~10个月宝宝的早教 265

宝宝的成长速度是怎样的	265
怎样训练宝宝的语言能力	265
宝宝的指尖灵活度如何	265
放进、拿出训练对宝宝有什么益处	266
开合杯子盖对宝宝有什么益处	266
怎样做击球游戏	266
怎样用玩具训练宝宝认识事物	266
怎样用图片画册训练宝宝认识事物	267
怎样培养宝宝对音乐的兴趣	267
怎样培养宝宝对画画的兴趣	267
怎样培养宝宝模仿的兴趣	268
怎样培养宝宝对空间的兴趣	268
宝宝的运动发育有所差异吗	269
宝宝的爬行能力是否平衡	269
怎样增加爬行训练的难度	269
怎样训练宝宝学会独自站立	269
怎样做踢球游戏	270
怎样做站起、坐下训练	270
训练宝宝学走的方法有哪些	270
什么是扶走法	270
推纸箱可以学走路吗	271
可以用木棒引导宝宝走路吗	271
宝宝的个性如何初步显露	271
宝宝对感兴趣的事有何表现	272
宝宝是否有了主见	272
宝宝是否会想办法做到想做的事	273
宝宝的好奇心与探求心如何	273
宝宝可以自己用杯子喝水吗	273
穿、脱衣服时应注意什么	274
宝宝智能发展测试	274

10~11个月宝宝的早教 275

宝宝的出牙情况怎样·····	275
宝宝是否能够理解语言·····	275
宝宝是否能模仿说出一些词音·····	275
锻炼语言能力的方法有哪些·····	276
怎样增强宝宝语言领悟力·····	276
吹喇叭对宝宝有什么益处·····	277
怎样做生活中的手部锻炼·····	277
怎样做搭积木训练·····	277
怎样做物体滚动训练·····	277
宝宝的运动能力如何·····	278
站起来的宝宝有什么新动作·····	278
怎样做爬行训练·····	279
怎样做站立训练·····	279
解决宝宝不能站立的方法有哪些·····	279
怎样做行走训练·····	279
怎样做跳摇摆舞训练·····	279
怎样做踢球训练·····	280
为什么要和宝宝一同看书·····	280
看图画书指认有哪些技巧·····	281
怎样培养宝宝的数量化意识·····	281
怎样培养宝宝的大小意识·····	281
怎样教宝宝认识颜色·····	282
盖盖子游戏对宝宝有什么益处·····	282
怎样教宝宝认识热与冷的概念·····	282
怎样教宝宝理解里外、上下、大小的 概念·····	283
怎样做移纸取物游戏·····	283
怎样感受大自然·····	283
怎样教宝宝随音乐或儿歌做动作·····	283
宝宝是否能明显地表现出好恶·····	284
与小伙伴玩耍对宝宝有什么益处·····	284
怎样鼓励宝宝进行探索·····	284

怎样培养宝宝的亲和力和爱心·····	285
固定宝宝的用餐座位有什么好处·····	285
怎样教宝宝学会用勺子·····	285
宝宝智能发展测试·····	286

11个月~1岁宝宝的早教 287

宝宝的牙齿情况如何·····	287
宝宝腰部脊柱有何变化·····	287
宝宝能否用语言做简单的交流·····	287
怎样引导宝宝发字音·····	287
宝宝的操作能力有何变化·····	288
宝宝会走了吗·····	288
怎样训练宝宝站稳·····	289
怎样让宝宝迈出人生第一步·····	289
怎样训练宝宝的投掷技术·····	289
怎样做放球入瓶游戏·····	290
用蜡笔画画对宝宝有什么益处·····	290
怎样做配大小瓶盖或盒盖法·····	290
怎样教宝宝剥开纸包·····	291
怎样做拆宝塔游戏·····	291
宝宝是否比以前懂事了·····	291
经常逗笑对宝宝有什么好处·····	292
宝宝的记忆力有何进步·····	292
宝宝是否有了反义词的概念·····	292
宝宝是否有了联想的意识·····	292
宝宝如何体现自我意识的觉醒·····	293
宝宝愿意跟其他小朋友玩耍吗·····	293
怎样培养宝宝和小伙伴一起玩·····	293
做电话游戏对宝宝有什么益处·····	294
需要控制宝宝的进餐时间吗·····	294
宝宝可以自己刷牙吗·····	295
怎样让宝宝养成独立睡觉的习惯·····	295
宝宝智能发展测试·····	296