

中国孕期教育领先品牌 FORKISS 孕妈妈俱乐部倾情推荐



音乐、美文，
会听的宝宝最聪明

40周 同步胎教音乐

超值附赠

同步胎教音乐光盘

在线下载孕期瑜伽视频（见扉页）



汉竹·亲亲乐读系列

40周 同步胎教音乐



汉竹 编著

短信发送 229310 至 15811008811
获取在线下载孕期瑜伽视频



汉竹图书微博
<http://weibo.com/2165313492>



读者热线
400-010-8811

江苏科学技术出版社 | 凤凰 汉竹

图书在版编目 (CIP) 数据

40 周同步胎教音乐 / 汉竹编著. —南京: 江苏科学技术出版社,
2013.1

(汉竹·亲亲乐读系列)

ISBN 978-7-5537-0268-1

I. ①4… II. ①汉… III. ①胎教—音乐 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 267843 号



凤凰汉竹
阳光一样的生活书



凤凰汉竹
2011年度
中国民营书业实力品牌



2010年度
中国生活图书出版商

40 周同步胎教音乐

编 著 汉 竹
责任编辑 杜 辛 刘玉锋 姚 远
特邀编辑 张 瑜 马立改 张 欢
责任校对 郝慧华
责任监制 曹叶平 方 晨

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷 北京瑞禾彩色印刷有限公司

开 本 715mm × 868mm 1/12
印 张 16
字 数 120千字
版 次 2013年1月第1版
印 次 2013年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-0268-1
定 价 39.80元 (附赠同步胎教音乐光盘)

图书如有印装质量问题, 可向我社出版科调换。



越听越聪明的胎教音乐

“听”出最聪明的宝宝	20
一首音乐，快乐两个人	22
怎样欣赏胎教音乐	23
你不可不知的音乐胎教误区	24
不同性格选择不同的胎教音乐	26
胎教音乐随心情改变	27

孕早期(1~3个月)

孕早期胎教音乐推荐	30	第3周	38
选择最适合你的胎教音乐	30	了解你的胎宝宝	38
第1周	31	本周重点提醒	38
了解你的胎宝宝	31	CD05. 喜洋洋	39
本周重点提醒	31	笑一笑，心情好	39
CD01. 康定情歌	32	CD06. 春之歌	40
CD02. 听风听雨	33	胎教故事：《春天里的第一朵花》	41
手指游戏：手指敲出的雨声	33	第4周	42
第2周	34	了解你的胎宝宝	42
了解你的胎宝宝	34	本周重点提醒	42
本周重点提醒	34	CD07. 渔樵问答	43
CD03. 拉德斯基进行曲	35	CD08. 致爱丽丝	44
CD04. 糖果仙子	36	CD09. 春天在哪里	44
诗歌：《仙人世界》	37	名画欣赏：《艾米和她的孩子》	45

第 5 周.....	46	第 9 周.....	62
了解你的胎宝宝.....	46	了解你的胎宝宝.....	62
本周重点提醒.....	46	本周重点提醒.....	62
CD10. 蜗牛和黄鹌鸟.....	47	CD22. 紫竹调.....	63
简笔画: 小蜗牛.....	47	CD23. 五月的熏风.....	64
CD11. 数鸭子.....	48	CD24. 维也纳风光.....	64
CD12. 小老鼠上灯台.....	49	胎教故事:《风娃娃》.....	65
涂色游戏: 小老鼠偷玉米.....	49	第 10 周.....	66
第 6 周.....	50	了解你的胎宝宝.....	66
了解你的胎宝宝.....	50	本周重点提醒.....	66
本周重点提醒.....	50	CD25. 狩猎.....	67
CD13. 鳕鱼.....	51	CD26. 儿时情景·梦幻.....	68
CD14. 如歌的行板.....	51	快乐的童谣.....	69
CD15. 云雀四重奏.....	52	第 11 周.....	70
诗歌:《致云雀》节选.....	53	了解你的胎宝宝.....	70
第 7 周.....	54	本周重点提醒.....	70
了解你的胎宝宝.....	54	CD27. 威尼斯船歌.....	71
本周重点提醒.....	54	CD28. 少女的祈祷.....	72
CD16. 蓝色多瑙河.....	55	名画欣赏:《蓝色沙发上的小女孩》.....	73
CD17. 小鸟, 小鸟.....	56	第 12 周.....	74
CD18. 鸟店.....	56	了解你的胎宝宝.....	74
散文:《鸟与音乐》.....	57	本周重点提醒.....	74
第 8 周.....	58	CD29. The ABC Song.....	75
了解你的胎宝宝.....	58	CD30. 四小天鹅舞曲.....	76
本周重点提醒.....	58	运动胎教: 骨盆运动.....	77
CD19. 茉莉花.....	59		
CD20. 月光下的凤尾竹.....	60		
CD21. 月光.....	60		
名画欣赏:《黄昏·月亮》.....	61		

孕中期(4~7个月)

孕中期胎教音乐推荐	80	诗歌:《采莲曲》.....	95
选择最适合胎宝宝的胎教音乐	80	第 17 周	96
第 13 周	81	了解你的胎宝宝	96
了解你的胎宝宝	81	本周重点提醒	96
本周重点提醒	81	CD42. Teddy Bear	97
CD31. 野玫瑰	82	可爱布艺: 小熊	97
诗歌:《野玫瑰》节选	82	CD43. 拔萝卜	98
CD32. 钟表店	83	开心彩泥: 胡萝卜	98
手工折纸: 手表	83	CD44. 乘着歌声的翅膀	99
第 14 周	84	第 18 周	100
了解你的胎宝宝	84	了解你的胎宝宝	100
本周重点提醒	84	本周重点提醒	100
CD33. 黄莺亮翅	85	CD45. 音乐瞬间	101
CD34. 良宵	86	CD46. 大海	102
CD35. 梁祝	86	胎教故事:《海的女儿》节选	103
自制玩具: 美丽的蝴蝶	87	第 19 周	104
第 15 周	88	了解你的胎宝宝	104
了解你的胎宝宝	88	本周重点提醒	104
本周重点提醒	88	CD47. 幽默曲	105
CD36. 第二十一号钢琴协奏曲	89	宝宝幽默语录	105
CD37. G 大调弦乐小夜曲	90	CD48. 雪绒花	106
CD38. 降 E 大调夜曲	91	手指游戏: 白雪公主	107
胎教故事:《森林里的夜晚》	91	第 20 周	108
第 16 周	92	了解你的胎宝宝	108
了解你的胎宝宝	92	本周重点提醒	108
本周重点提醒	92	CD49. 棕发女郎	109
CD39. 二月里来	93	CD50. 圣母颂	110
CD40. 渔舟唱晚	94	CD51. 杜鹃圆舞曲	111
CD41. 翠湖春晓	94	树叶贴画: 小鸟	111

第 21 周	112
了解你的胎宝宝	112
本周重点提醒	112
CD52. 小狗圆舞曲	113
指印画: 小狗	113
CD53. 牧童短笛	114
CD54. 魔笛	114
胎教故事:《小牧童和喷泉》	115
第 22 周	116
了解你的胎宝宝	116
本周重点提醒	116
CD55. 彼得与狼	117
手影: 小狼	117
CD56. 小毛驴	118
CD57. 我是一个粉刷匠	118
胎教故事:《小木匠成长记》	119
第 23 周	120
了解你的胎宝宝	120
本周重点提醒	120
CD58. 小燕子	121
CD59. 森林水车	122
CD60. 伏尔塔瓦河	122
名画欣赏:《泛舟》	123
第 24 周	124
了解你的胎宝宝	124
本周重点提醒	124
CD61. 上学歌	125
开心彩泥: 太阳花	125
CD62. 雪橇	126
水粉画: 七彩的雪花	126
散文:《雪》节选	127

第 25 周	128
了解你的胎宝宝	128
本周重点提醒	128
CD63. 卡门间奏曲	129
CD64. 报花名	130
CD65. 梅花三弄	131
手指操: 开花歌	131
第 26 周	132
了解你的胎宝宝	132
本周重点提醒	132
CD66. 月儿明, 风儿静	133
涂色游戏: 猴子捞月亮	133
CD67. 舒伯特《摇篮曲》	134
CD68. 勃拉姆斯《摇篮曲》	134
名画欣赏:《摇篮》	135
第 27 周	136
了解你的胎宝宝	136
本周重点提醒	136
CD69. 小兔子乖乖	137
简笔画: 小白兔	137
CD70. 两只老虎	138
手工折纸: 老虎头	139
第 28 周	140
了解你的胎宝宝	140
本周重点提醒	140
CD71. Row Row Row Your Boat	141
手工折纸: 小船	141
CD72. 动物狂欢节·水族馆	142
撕纸: 快乐的小鱼	142
CD73. 自新大陆	143
名画欣赏:《柳树和小溪》	143

孕晚期(8~10个月)

孕晚期胎教音乐推荐	146	第 32 周	156
选择最适合你和胎宝宝的胎教音乐	146	了解你的胎宝宝	156
第 29 周	147	本周重点提醒	156
了解你的胎宝宝	147	CD78. 王老先生有块地	157
本周重点提醒	147	指印画: 热闹的田地	157
CD74. 可爱的家	148	CD79. 田园	158
名画欣赏:《家庭》	149	诗歌:《归田园居》	158
第 30 周	150	CD80. 快乐的农夫	159
了解你的胎宝宝	150	名画欣赏:《拾穗》	159
本周重点提醒	150	第 33 周	160
CD75. 凤求凰	151	了解你的胎宝宝	160
绕口令: 画凤凰	151	本周重点提醒	160
CD76. 春江花月夜	152	CD81. 幸福拍手歌	161
唐诗:《春江花月夜》	153	CD82. 小星星变奏曲	162
第 31 周	154	指印画: 海星	162
了解你的胎宝宝	154	胎教故事:《萤火虫和小星星》	163
本周重点提醒	154	第 34 周	164
CD77. 热情奏鸣曲	155	了解你的胎宝宝	164
画笔画出的好心情	155	本周重点提醒	164
		CD83. 弦乐奏鸣曲	165
		CD84. G大调小步舞曲	166
		CD85. 莫扎特《小步舞曲》	166
		运动胎教: 分娩热身操	167



第 35 周.....	168
了解你的胎宝宝.....	168
本周重点提醒.....	168
CD86. 打电话.....	169
开心彩泥：手机.....	169
CD87. 睡美人圆舞曲.....	170
胎教故事：《林中睡美人》.....	171
第 36 周.....	172
了解你的胎宝宝.....	172
本周重点提醒.....	172
CD88. Happy New Year.....	173
CD89. 爱之梦.....	174
名画欣赏：《母爱》.....	175
第 37 周.....	176
了解你的胎宝宝.....	176
本周重点提醒.....	176
CD90. 鸬鹚飞.....	177
诗歌：鸬鹚诗两首.....	177
CD91. 出水莲.....	178
散文：《荷塘月色》节选.....	179
第 38 周.....	180
了解你的胎宝宝.....	180
本周重点提醒.....	180
CD92. 雨滴.....	181

第 39 周.....	182
了解你的胎宝宝.....	182
本周重点提醒.....	182
CD93. 欢乐颂.....	183
CD94. 四季·春.....	183
CD95. 古琴曲《高山流水》.....	184
CD96. 古筝曲《高山流水》.....	184
胎教故事：《高山流水遇知音》.....	185
第 40 周.....	186
了解你的胎宝宝.....	186
本周重点提醒.....	186
CD97. 四季·秋.....	187
教胎宝宝认识四季.....	187
CD98. Happy Birthday.....	188
自制玩具：纸袋娃娃.....	189

附录.....	190
预产期推算表.....	190
婴儿音乐助长体操.....	191

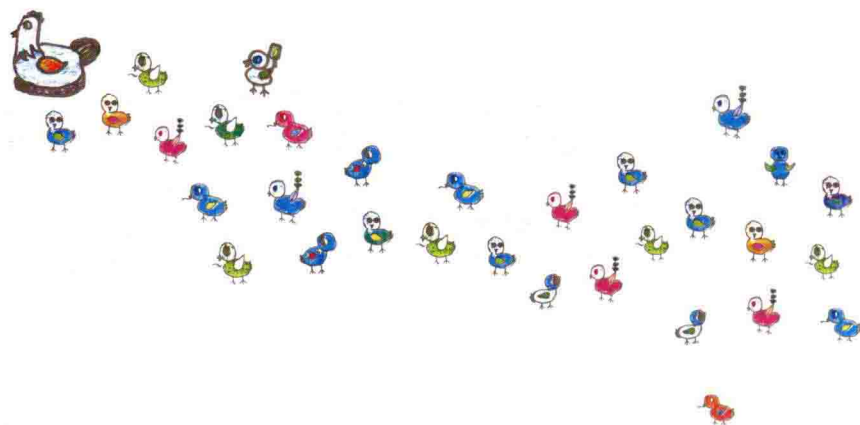


曲目与好玩的胎教内容索引



外国名曲

03. 拉德斯基进行曲.....	35	38. 降E大调夜曲.....	91
04. 糖果仙子.....	36	44. 乘着歌声的翅膀.....	99
06. 春之歌.....	40	45. 音乐瞬间.....	101
08. 致爱丽丝.....	44	46. 大海.....	102
13. 鳟鱼.....	51	47. 幽默曲.....	105
14. 如歌的行板.....	51	48. 雪绒花.....	106
15. 云雀四重奏.....	52	49. 棕发女郎.....	109
16. 蓝色多瑙河.....	55	50. 圣母颂.....	110
18. 鸟店.....	56	51. 杜鹃圆舞曲.....	111
21. 月光.....	60	52. 小狗圆舞曲.....	113
23. 五月的熏风.....	64	54. 魔笛.....	114
24. 维也纳风光.....	64	55. 彼得与狼.....	117
25. 狩猎.....	67	59. 森林水车.....	122
26. 儿时情景·梦幻.....	68	60. 伏尔塔瓦河.....	122
27. 威尼斯船歌.....	71	62. 雪橇.....	126
28. 少女的祈祷.....	72	63. 卡门间奏曲.....	129
30. 四小天鹅舞曲.....	76	67. 舒伯特《摇篮曲》.....	134
31. 野玫瑰.....	82	68. 勃拉姆斯《摇篮曲》.....	134
32. 钟表店.....	83	72. 动物狂欢节·水族馆.....	142
36. 第二十一号钢琴协奏曲.....	89	73. 自新大陆.....	143
37. G大调弦乐小夜曲.....	90	74. 可爱的家.....	148
		77. 热情奏鸣曲.....	155
		79. 田园.....	158



80. 快乐的农夫.....	159	35. 梁祝.....	86
82. 小星星变奏曲.....	162	39. 二月里来.....	93
83. 弦乐奏鸣曲.....	165	40. 渔舟唱晚.....	94
84. G 大调小步舞曲.....	166	41. 翠湖春晓.....	94
85. 莫扎特《小步舞曲》.....	166	53. 牧童短笛.....	114
87. 睡美人圆舞曲.....	170	64. 报花名.....	130
89. 爱之梦.....	174	65. 梅花三弄.....	131
92. 雨滴.....	181	66. 月儿明, 风儿静.....	133
93. 欢乐颂.....	183	75. 凤求凰.....	151
94. 四季·春.....	183	76. 春江花月夜.....	152
97. 四季·秋.....	187	90. 鹧鸪飞.....	177

中国名曲

01. 康定情歌.....	32	95. 古琴曲《高山流水》.....	184
02. 听风听雨.....	33	96. 古筝曲《高山流水》.....	184
05. 喜洋洋.....	39		
06. 春之歌.....	40		
07. 渔樵问答.....	43		
19. 茉莉花.....	59		
20. 月光下的凤尾竹.....	60		
22. 紫竹调.....	63		
33. 黄莺亮翅.....	85		
34. 良宵.....	86		

中、英文儿歌

09. 春天在哪里.....	44
10. 蜗牛和黄鹌鸟.....	47
11. 数鸭子.....	48
12. 小老鼠上灯台.....	49
17. 小鸟, 小鸟.....	56
29. The ABC Song.....	75
42. Teddy Bear.....	97



43. 拔萝卜	98
56. 小毛驴	118
57. 我是一个粉刷匠	118
58. 小燕子	121
61. 上学歌	125
69. 小兔子乖乖	137
70. 两只老虎	138
71. Row Row Row Your Boat	141
78. 王老先生有块地	157
81. 幸福拍手歌	161
86. 打电话	169
88. Happy New Year	173
98. Happy Birthday	188

胎教故事

胎教故事:《春天里的第一朵花》	41
胎教故事:《风娃娃》	65
胎教故事:《森林里的夜晚》	91
胎教故事:《海的女儿》节选	103
胎教故事:《小牧童和喷泉》	115
胎教故事:《小木匠成长记》	119

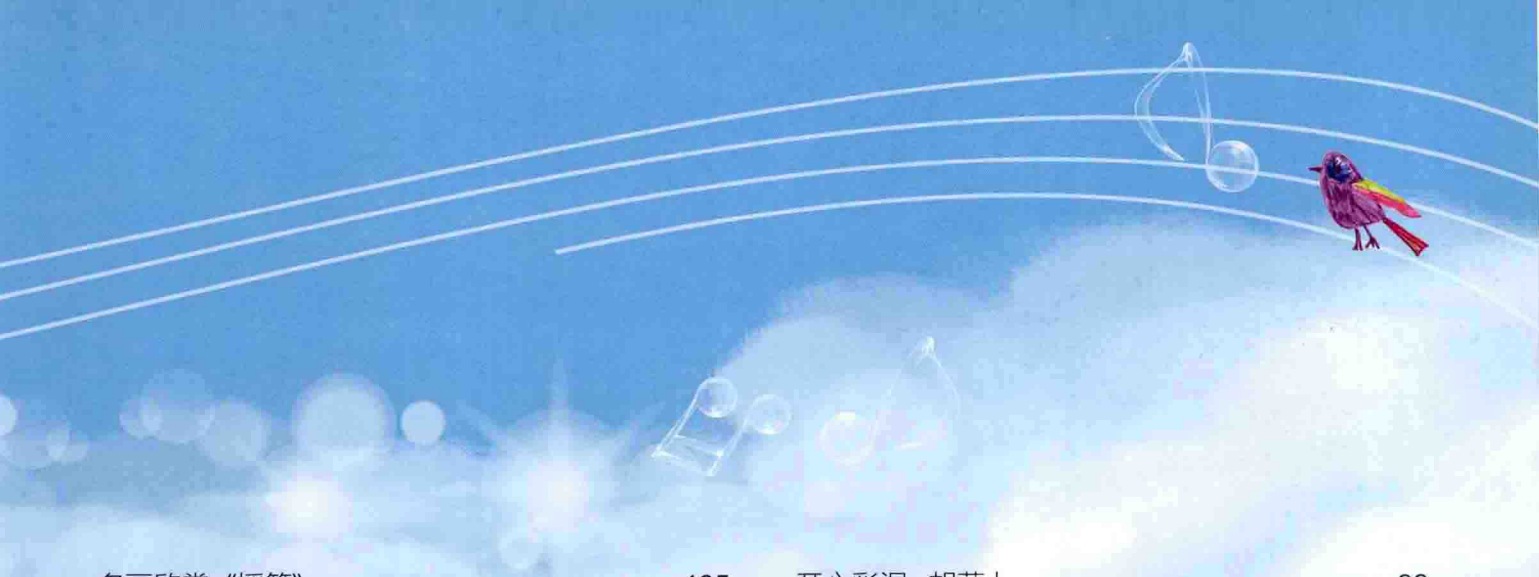
胎教故事:《萤火虫和小星星》	163
胎教故事:《林中睡美人》	171
胎教故事:《高山流水遇知音》	185

诗歌和散文

诗歌:《仙人世界》	37
诗歌:《致云雀》节选	53
散文:《鸟与音乐》	57
诗歌:《野玫瑰》节选	82
诗歌:《采莲曲》	95
散文:《雪》节选	127
唐诗:《春江花月夜》	153
诗歌:《归田园居》	158
诗歌: 鹧鸪诗两首	177
散文:《荷塘月色》节选	179

名画欣赏

名画欣赏:《艾米和她的孩子》	45
名画欣赏:《黄昏·月亮》	61
名画欣赏:《蓝色沙发上的小女孩》	73
名画欣赏:《泛舟》	123



名画欣赏:《摇篮》.....	135
名画欣赏:《柳树和小溪》.....	143
名画欣赏:《家庭》.....	149
名画欣赏:《拾穗》.....	159
名画欣赏:《母爱》.....	175

简笔画、指印画

简笔画:小蜗牛	47
涂色游戏:小老鼠偷玉米.....	49
树叶贴画:小鸟	111
指印画:小狗	113
水粉画:七彩的雪花	126
涂色游戏:猴子捞月亮	133
简笔画:小白兔	137
画笔画出的好心情.....	155
指印画:热闹的田地	157
指印画:海星	162

折纸、彩泥、自制玩具

手工折纸:手表	83
自制玩具:美丽的蝴蝶	87
可爱布艺:小熊	97

开心彩泥:胡萝卜.....	98
开心彩泥:太阳花.....	125
手工折纸:老虎头.....	139
手工折纸:小船	141
撕纸:快乐的小鱼.....	142
开心彩泥:手机	169
自制玩具:纸袋娃娃	189

情绪胎教和运动胎教

手指游戏:手指敲出的雨声	33
笑一笑,心情好	39
快乐的童谣.....	69
运动胎教:骨盆运动	77
宝宝幽默语录	105
手指游戏:白雪公主	107
手影:小狼	117
手指操:开花歌	131
绕口令:画凤凰	151
运动胎教:分娩热身操	167
教胎宝宝认识四季.....	187

汉竹·亲亲乐读系列

40周 同步胎教音乐

汉竹 编著

短信发送 229310 至 15811008811
获取在线下载孕期瑜伽视频



汉竹图书微博

<http://weibo.com/2165313492>



读者热线

400-010-8811

江苏科学技术出版社 | 凤凰 汉竹





生命的孕育是一个奇妙而美好的过程，孕期生活过得多姿多彩，保持身心愉快，给胎宝宝传达最快乐的情绪，胎宝宝也会跟着快乐、愉悦起来，这就是最好的胎教。而音乐，正是用跳动的精灵音符，给孕妈妈和胎宝宝传递着快乐的感觉。

如今，胎教音乐对胎宝宝发育的作用越来越受到孕妈妈的重视，几乎每个孕妈妈都会在怀孕期间进行音乐胎教。但是，很多孕妈妈陷入了音乐胎教的误区，要么认为音乐胎教就是单纯地听音乐，要么盲目地信奉莫扎特音乐的神话……在不知不觉中给胎宝宝带来了伤害。

鉴于此，本书为孕妈妈提供了科学、专业的 40 周胎教音乐方案，与胎宝宝的发育紧密结合，并用灵动、清澈的美文告诉孕妈妈何时听和怎样听，宝宝才能更聪明，让孕妈妈真正做有意义的音乐胎教，也让胎宝宝每天都聆听到源于母爱的声音。同时，在解读音乐的基础上，给孕妈妈更多聆听的方法，如更适合什么心情、什么性格的孕妈妈欣赏。此外，与每周胎教音乐相关联的胎教故事、诗歌鉴赏、名画欣赏、开心彩泥等胎教素材，让音乐胎教时光更富情趣。

本书像一位贴心、智慧的“心灵导游”，用音乐的神奇力量，让孕妈妈和胎宝宝进行心灵深处的对话和交流，这才是送给胎宝宝最珍贵、最美好的礼物。

第1周

怀孕，准备好了吗？聆听从现在开始就要开始了。

适合听的乐曲：康定情歌（见32页），听风听雨（见33页）

第2周

珍贵的卵子诞生了，欣赏愉悦的音乐能大大提高受孕概率。

适合听的乐曲：拉德斯基进行曲（见35页），糖果仙子（见36页）

第3周

精子和卵子相爱了，用欢快的音乐呵护它们吧。

适合听的乐曲：喜洋洋（见39页），春之歌（见40页）

第4周

受精卵着床了，一个小生命开始与你息息相关，不要再患得患失啦，听音乐吧。

适合听的乐曲：渔樵问答（见43页），致爱丽丝（见44页）

第5周

得知怀孕的消息啦，用一首快乐的歌庆祝新生命的到来。

适合听的乐曲：蜗牛和黄鹂鸟（见47页），数鸭子（见48页）

第6周

胎宝宝的心脏开始跳动了，孕妈妈听些欢快的乐曲表示祝贺吧。

适合听的乐曲：鳟鱼（见51页），云雀四重奏（见52页）

第7周

胎宝宝有可爱的小下巴了，孕妈妈边听边唱，将爱和幸福传递给胎宝宝。

适合听的乐曲：蓝色多瑙河（见55页），小鸟，小鸟（见56页）

第8周

胎宝宝像菊花花瓣一样大了，用轻柔的音乐赞美他（她），还能缓解孕妈妈的妊娠反应。

适合听的乐曲：茉莉花（见59页），月光（见60页）

第9周

胎宝宝小尾巴完全消失了，让优美、清纯的音乐始终陪伴在你们身边。

适合听的乐曲：紫竹调（见63页），五月的熏风（见64页）

第10周

胎宝宝已经像个小孩了，轻快的歌声会把欢乐的种子埋在胎宝宝的记忆深处。

适合听的乐曲：狩猎（见67页），儿时情景·梦幻（见68页）

