



凤凰汉竹
出版传媒
科学生活
图书经典
品牌

用爱创作童话的新锐儿童文学作家 & 准爸爸 钟锐 倾情推荐

汉竹 / 编著

睡前胎教 10分钟

最美的胎教给最爱的宝贝。
领略大师指点，感受父母爱意，
让宝贝向往人生之美，
这才是最好的胎教。

附赠
《睡前胎教音乐
故事精选》CD

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位

汉竹编著 ● 亲亲乐读系列



睡前胎教 10分钟

汉竹 / 编著



汉竹图书微博
<http://weibo.com/hanzhutushu>



读者热线
400-010-8811

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

睡前胎教10分钟 / 汉竹编著. -- 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2014.7
(汉竹·亲亲乐读系列)
ISBN 978-7-5537-3252-7

I. ①睡… II. ①汉… III. ①胎教 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 110133 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

睡前胎教10分钟

编 著	汉 竹
责任编辑	刘玉锋 姚 远 张晓凤
特邀编辑	卢丛珊 虞 希 李 静
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 江苏凤凰科学技术出版社
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	15
字 数	50千字
版 次	2014年7月第1版
印 次	2014年7月第1次印刷

标准书号	ISBN 978-7-5537-3252-7
定 价	39.80元 (附赠《睡前胎教音乐故事精选》CD)

图书如有印装质量问题, 可向我社出版科调换。



凤凰汉竹
出版传媒
科学生活
图书经典
品牌

用爱创作童话的新锐儿童文学作家 & 准爸爸 钟锐 倾情推荐

汉竹 / 编著

睡前胎教 10分钟

最美的胎教给最爱的宝贝。
领略大师指点，感受父母爱意，
让宝贝向往人生之美，
这才是最好的胎教。

附赠
《睡前胎教音乐
故事精选》CD

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位

♥ 睡前是胎教的最佳时间。

中华医学会、北京医学会专家库成员
北京妇产医院主任医师、教授 王琪

♥ 可以随心情变化自主选择胎教方式，很适合80后、90后准爸妈。

北京大学第一医院著名儿童保健专家
中央电视台少儿频道特约主讲 南亚华

♥ 温暖的小诗，轻松的散文，清新的画，纯真的童谣，奶声奶气的
儿歌……原来胎教可以这么美。

儿童文学作家，“成长童话”提出者 刘宇听

权威育儿专家在线咨询

妈妈帮

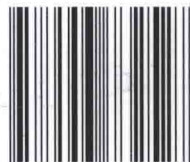


扫一扫，育儿专家带回家。

妈妈帮学堂，给您的育儿生活提供
最专业、最温暖的帮助。

上架建议：孕产育儿类

ISBN 978-7-5537-3252-7



9 787553 732527 >

定价：39.80元

(附赠《睡前胎教音乐故事精选》CD)



汉竹编著 ● 亲亲乐读系列



睡前胎教

10分钟

汉竹 / 编著



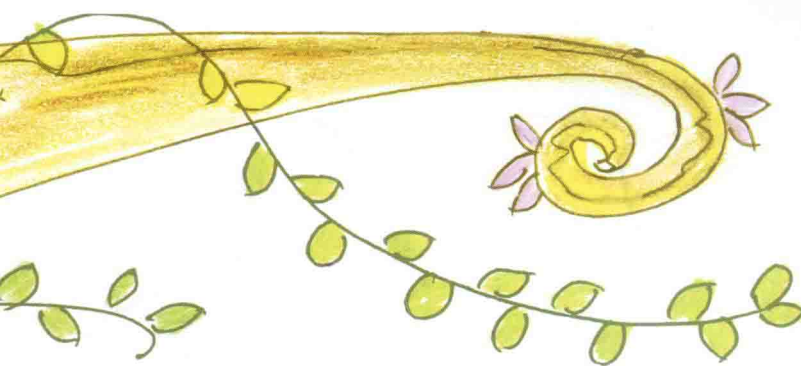
汉竹图书微博
<http://weibo.com/hanzhutushu>



读者热线
400-010-8811

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位





推荐序

一本美丽又温暖的书

世界上的书比人多得多。人有好坏，书也有好坏。

我们庆幸这个世界上好人比坏人多，好书比坏书多。所以，我们生活的这个世界才这样美丽和温暖。

《睡前胎教10分钟》就是这样一本美丽又温暖的好书。好的童话、好的音乐、好的童谣、好的散文、好的诗歌……一本书里竟然包含着这么多好的、美的东西。真是叫人欢喜！

现在，这本书是准爸爸孕妈妈读给胎宝宝听。等以后宝宝长大了，他可以自己读，甚至读给他的朋友们听。这本书就像一粒神奇的花种子，悄悄地种在宝宝的心里。等到开花的时候，身边的人都能闻到香味。

真好哇，这就是一本好书的作用。又美丽又温暖，就像爸爸的怀抱和妈妈的吻一样！

儿童文学作家 钟锐

目录

Contents

● 胎教让宝宝变得与众不同

- 胎宝宝天生具备学习能力 14
- 睡前是胎教的最佳时刻 16
- 愉悦的心情让胎教事半功倍 16
- 神奇的准爸爸胎教 16
- 诗歌：你来了 17

● 童话，给宝宝一个甜甜的梦

- 猴子捞月 20
- 蜗牛与玫瑰树 21
- 拇指姑娘 22
- 乌鸦喝水 24
- 龟兔赛跑 25
- 睡美人 26
- 青蛙王子 28
- 大拇指 29
- 一个豆荚里的五粒豆 30
- 丑小鸭 32
- 三只蝴蝶 33
- 小兔子乖乖 34
- 莴苣姑娘 36
- 有九十九个发卡的公主 37
- 小象的星星树 38



小意达的花	40
豌豆公主	41
可大可小的熊	42
狐狸和乌鸦	43
夜莺	44
王子与公主	45
金丝雀王子	46



梦幻曲	65
少女的祈祷	66
维也纳森林的故事	67
月光下的凤尾竹	68
鸟店	69

音乐，会听的宝宝最聪明

摇篮曲	50
糖果仙子之舞	51
快乐的农夫	52
致爱丽丝	53
小星星变奏曲	54
爱之梦	55
小狗圆舞曲	56
蓝色多瑙河	57
云雀	58
四小天鹅舞曲	59
田园	60
森林水车	61
杜鹃圆舞曲	62
魔笛	63
小步舞曲	64

儿歌，爸爸妈妈一起唱

我是一个粉刷匠	72
洋娃娃和小熊跳舞	73
小毛驴	74
The ABC Song	75
小兔子乖乖	76
种太阳	77
Jingle Bells	78
数鸭子	79



● 诗歌，唤起最真的情感

你是人间四月天	82
别踩了这朵花	83
教我如何不想她	84
我沿着初雪漫步	85
笑	86
爱	87
给爱恩丝	88
在天晴了的时候	89
爱抚	90
对星星的诺言	91
邮吻	92
我的歌	93
再别康桥	94
牧歌	95

● 去看，去听，去感受大自然之美

清晨的第一缕曙光——日出	98
望天上云卷云舒	100
风的低语	102
温柔的雨滴	104



● 散文，每一句都是妈妈的爱

开始	108
爱是一棵月亮树	109
你不必完美	110
小大人	111
微小的幸福	112
飞不走的蝴蝶	114
秋天踏着车来了	115
最美好的时刻	116
要生活得惬意	118
阳光下的时光	119
小女孩玛莎	120

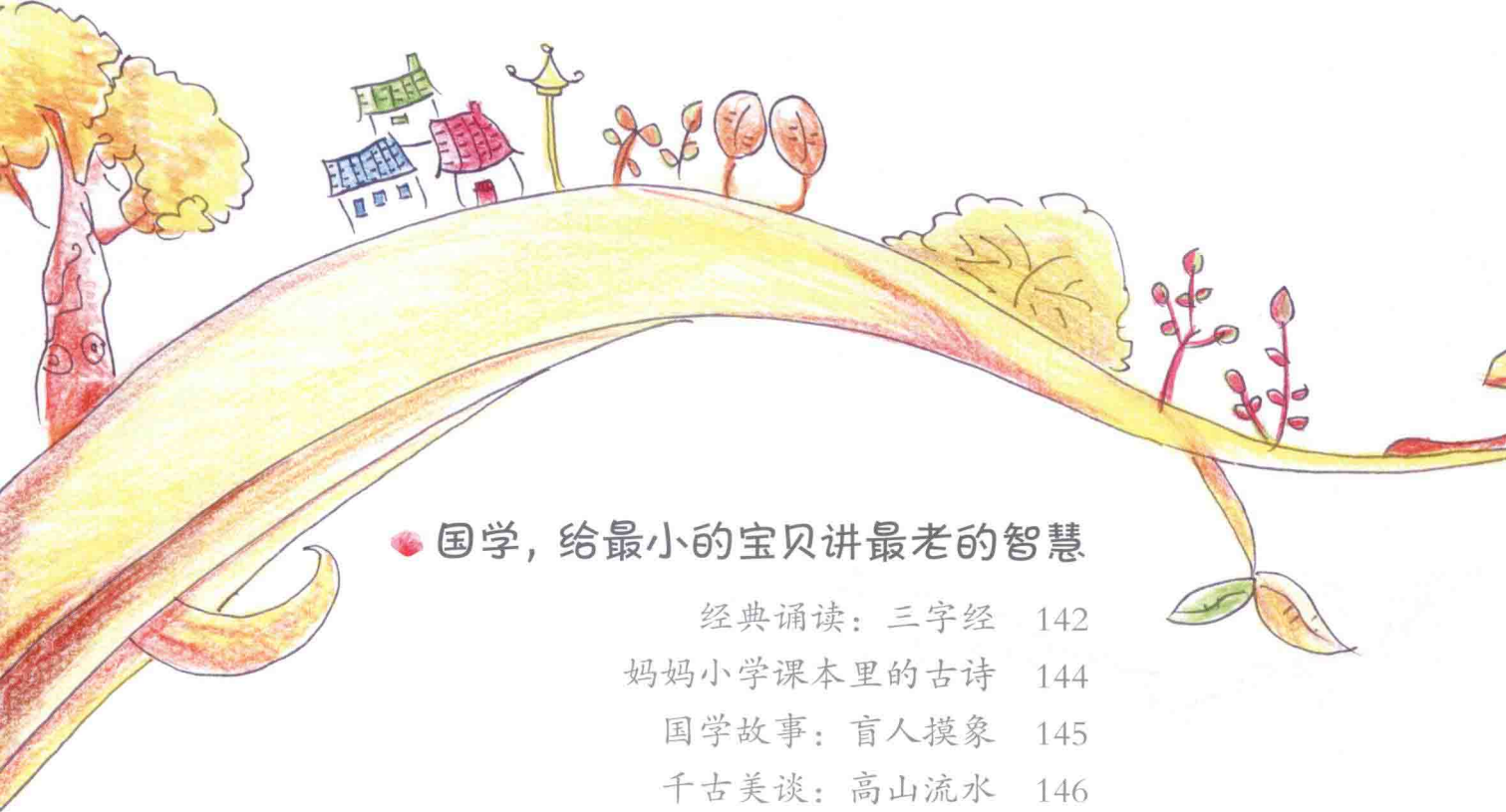


● 读个笑话，妈妈轻松，宝宝乐观

- 童言无忌 124
- 小朋友的爆笑造句 126
- 鹦鹉的笑话 127

● 最美的画，最好的美学胎教

- | | | | |
|---------|-----|-------|-----|
| 母爱 | 130 | 睡着了 | 135 |
| 蓝发带小女孩 | 131 | 小小鉴赏家 | 136 |
| 捉迷藏 | 132 | 柔情 | 137 |
| 海滩上的小姐妹 | 133 | 摇篮 | 138 |
| 小爱人 | 134 | 母女情 | 139 |



● 国学，给最小的宝贝讲最老的智慧

- 经典诵读：三字经 142
- 妈妈小学课本里的古诗 144
- 国学故事：盲人摸象 145
- 千古美谈：高山流水 146
- 经典传承：弟子规 148
- 励志故事：铁杵磨成针 150
- 《诗经》选读：蒹葭 151

● 童谣，与宝宝一起回到童年

- 大自然里的妈妈 154
- 泥娃娃 155
- 外婆哼过的童谣 156
- 看看小动物们在干嘛 157
- 谜语童谣 158
- 早操歌 159
- 我来唱，你来对 160
- 认识四季 161



准爸爸教百科, 从第一天开始陪伴宝宝

- 为什么星星有不同的颜色 164
- 花儿为什么会有香味 165
- 植物的种子 166
- 为什么冬天会下雪 167
- 鱼儿为什么离不开水 168
- 袋鼠妈妈的育儿袋 169
- 为什么月亮总在不停地变化 170
- 舌头为什么能尝出味道 171

智力游戏,妈妈动脑,宝宝更聪明



- 巧挪火柴棒 174
- 妈妈宝宝来找茬 175
- 走迷宫 176
- 空间图形推理 177

附录:胎宝宝器官系统发育与所需营养素 178





胎教让宝宝
变得与众不同

● 胎宝宝天生具备学习能力 ●

有很长一段时间，人们一直认为胎宝宝在子宫中处于沉睡状态，对外部世界一无所知，但众多研究和实验否定了这一认识。近年来，胎宝宝具有的惊人学习能力越来越受到人们的关注。美国医学专家的研究结果表明，胎宝宝6个月时大脑细胞的数目已接近成人，各种感觉器官趋于完善，对母体内外的刺激能做出一定的反应。

★ 胎宝宝能分辨声音

科学研究表明，胎宝宝会对外界的声音做出心跳加速、伸手、踢腿等反应。孕30~34周，约有80%的胎宝宝会有这类反应；孕40周左右，几乎所有的胎宝宝都会有这类反应。这就说明，胎宝宝可以听到声音。因而，当孕妈妈对胎宝宝做出适当的声音刺激时，胎宝宝就会在腹中活动。即使胎宝宝听不懂妈妈说话的含意，他也能感觉到音调、音量的高低强弱。

★ 胎宝宝的语言能力

美国“胎儿大学”的一个宝宝在妈妈肚子里经过语言学习之后，出生后仅仅9周竟能对录像机播放的节目说“Hello”。可见，胎宝宝已经具备了一定的语言学习能力，孕妈妈应抓住时机对胎宝宝进行适度的语言训练，充分挖掘胎宝宝的潜能。

