

全方位妊娠分娩系列丛书

胎儿 脑力开发 必读

罗红娟◎编

培育聪明孩子的胎教守则

天才取决于胎儿时期



如何对胎儿进行游戏训练

广州出版社



胎儿脑力开发必读

罗红娟 编

广州出版社

图书在版编目(CIP)数据

全方位妊娠分娩系列丛书/罗红娟编. —广州:广州出版社, 2001. 10

ISBN 7-80655-342-8

I. 全… II. 罗… III. ①妊娠-基本知识②分娩-基本知识 IV. R714

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 076784 号

全方位妊娠分娩系列丛书

广州出版社出版发行

(地址:广州市人民中路同乐路 10 号 邮政编码:510121)

广东省佛山市新粤中印刷公司印刷

(地址:佛山市普澜公路石头乡 邮政编码:528041)

开本:850×1168 1/32 字数:92 万 印张:60

印数:1-3000 册

2001 年 11 月第 1 版 2001 年 11 月第 1 次印刷

发行人:黎小江

责任编辑:廖红霞 戴晓莉

发行专线:020-83793214 020-83781097

ISBN 7-80655-342-8/R·56

定价:100.00 元(全十册)

目 录

天才取决于胎儿时期

怎样才能算聪明孩子·····	3
聪明并非仅由 IQ 来决定 ·····	3
动物性感性是真正聪明的孩子所必备的·····	4
填鸭式的教育无助于培育孩子·····	7
五感教育的体验·····	8
脑部在胎儿时就已构筑完毕·····	9
0 岁儿的脑部重量以极惊人的速度成长 ·····	12
神经细胞数量未增加，脑部重量何以增加 ·····	14
头脑的好坏取决于脑细胞的突触数量 ·····	14
脑部变重主要因脑内的神经线路网完成所致 ···	16
脑部的动物性本能若不发达就无法发挥智能作用 ·····	17
形成智能基础的动物性感觉，在怀孕 3~5 个月开始发展 ·····	18
脑部的运动机能线路、皮肤感觉线路、记忆线路亦在胎内时开始发达 ·····	19

头脑也有性别之分吗	20
压力会使胎儿的脑趋近女性化	21
烟、酒严重影响胎儿的脑部发育	22
期待拥有聪明孩子请重视胎教	26
医学证明胎教的重要性	26
解除胎儿的压力即是胎教的重点	27
胎教的第一步是与腹中胎儿的心灵联系	28
重视胎教是人类自古以来的传承	30
母亲有形无形的压力会直接冲击胎儿	32
自然生产是胎教与0岁幼儿教育间的重要桥梁	34
重视0岁儿童教育	35
人类的婴儿出生时，脑部的发育未臻成熟	35
重视子宫内胎儿与子宫外胎儿的连续性	36
婴儿未成熟的脑靠快感的经验而发育	37

胎儿看得见、听得到、也感觉得到

舒服的感觉与胎儿脑部发育	41
胎儿在母腹中时五感已开始发育	41
怀孕4个月左右，胎儿的心灵即开始形成	42
母亲的心与胎儿的心紧紧的联系着	43
怀孕4个月左右，胎儿的记忆开始形成	45

目 录

给胎儿脑子里输入美好的信息	46
皮肤刺激与脑部发育	47
怀孕 4 个月左右, 胎儿即会吸吮手指	47
皮肤是第二个脑——愈刺激, 脑部愈发达	48
子宫规律收缩有助于胎儿脑部发育	49
剧烈的温差对胎儿造成不良影响	51
胎儿懂得静静聆听	52
怀孕 5 个月的胎儿能记忆母亲的声音	52
怀孕 8 个月的胎儿可以分辨出声音的强弱及高低	53
腹中的胎儿可以听到哪种声音呢	54
愉悦的声音可以促进胎儿脑部发育	55
音乐能促使胎儿脑部快速成长	56
孕育胎儿脑部、富节奏且温柔的音乐	57
胎儿在母腹中能感觉明暗	60
眼睛虽然看不见, 但能感受明暗	60
胎儿虽然还看不见东西, 却可以感觉明暗	61
母亲熬夜阻碍胎儿脑部的发育	61
母亲如果空腹的话, 腹中的胎儿会吸吮手指	62
腹中的胎儿也可以分辨甜味和辣味	63
嗅觉则自出生后迅速完成发育	64

培育聪明孩子的胎教守则

进行胎教前一定要知道的事情	69
以喜悦的心情迎接新生命的到来	69
如果没有真爱胎教的作用亦无法实现	70
孕妇对食物的摄取谨防过量	71
胎教从希望拥有孩子时开始	73
发现可能怀孕时, 请避免药品和 X 光照射	73
胎教第一步从怀孕前的禁烟、禁酒开始	74
来自胎儿的秘密 (怀孕 2 个月)	75
虽仅 2~3 厘米的生命, 也要让他知道自己的存在	75
害喜时的心情影响胎儿脑部成长	76
迎接怀孕的心足以愉快地刺激胎儿的脑	78
营造胎儿舒适的温床 (怀孕 3 个月)	79
胎盘开始形成, 胎儿长出指甲, 也会尿尿	79
胎儿的动作让母亲感动	81
摆脱焦虑是帮助胎儿成长的关键	82
即使少量的烟、酒也会令胎儿不适	82
帮助胎儿脑部迅速发展 (怀孕 4 个月)	83
胎儿的皮肤感觉、记忆线路和心灵形成	83
通过胎盘将养分送抵胎儿的脑部	84

目 录

母亲的生活方式有助胎儿的脑部发育	85
胎儿听觉发育完成（怀孕5个月）	87
胎儿可以记忆母亲的声音	87
系腹带并开始向胎儿说话	88
孕妇游泳对胎教极有帮助	89
胎儿脑部开始出现皱褶（怀孕6个月）	90
胎儿的脑开始产生皱褶，趋近成人的脑	90
如果尚未养成散步的习惯，就从今天开始吧！	91
利用旅行时将新鲜的氧气送抵胎儿的脑部	92
尝试自己做些简单的婴儿衣物	93
着手母乳喂养儿的准备吧	95
胎儿感觉愉悦的声音（怀孕7个月）	96
胎儿的感情开始萌芽，能听出喜欢的声音或讨厌的 声音	96
让胎儿听愉悦的声音和话语会促进脑部的发育	97
母亲的熟睡有助胎儿的身体及脑部成长	98
愉快地刺激胎儿的五感（怀孕8个月）	100
怀孕8个月时的胎儿与新生儿几乎相同	100
将愉快的感觉送抵胎儿的计划安排	101
别忘了勤快地动作，保持家庭环境的舒适	102
母亲的不愉快会对胎儿造成压力，抑制胎儿成长	102

母亲的心与腹中胎儿的心紧紧相连	104
让胎儿参与家人的谈话（怀孕9个月）	105
情绪发育完成的胎儿能反应外来的刺激	105
胎儿也会以动作参与夫妻的谈话	106
避免跌倒或破水	107
乳房的护理是否准备妥当	108
生产影响胎教成果（怀孕10个月）	109
自然生产是产出聪明孩子的关键	109
优质的生产究竟是怎样的情况呢	110
胎儿会自己决定出世的时间	110
借着缓慢通过产道的刺激促进婴儿脑部的成长	111
生产时的姿势	113

培育聪明孩子的胎教食谱

怀孕第1个月时的胎教食谱	117
清蒸鲤鱼	117
花生仁猪蹄汤	117
番茄烧豆腐	118
怀孕第2个月时的胎教食谱	119
白菜奶汁汤	119
萝卜炖羊肉	120

目 录

猪肝凉拌瓜片	120
豆腐馅饼	121
砂仁鲫鱼汤	122
雪里蕻烧豆腐	122
豆腐皮粥	123
怀孕第3个月时的胎教食谱	124
咖喱牛肉土豆丝	124
软烧仔鸡	124
怀孕第4个月时的胎教食谱	125
核桃仁炒韭菜	126
牡蛎粥	127
菠菜煎豆腐	127
怀孕第5个月时的胎教食谱	128
小烧什锦	128
炒素蟹粉	129
怀孕第6个月时的胎教食谱	130
橘味海带丝	130
鱼香肝片	131
果银耳	131
怀孕第7个月时的胎教食谱	132
鱼吐司	132
红烧兔肉	133
春笋烧兔	134

怀孕第8个月时的胎教食谱	134
糖醋排骨	135
荷包鲫鱼	135
莲子鸡头粥	136
麻雀粥	136
蜜汁甜藕	137
怀孕第9个月时的胎教食谱	138
紫菜卷	138
鱼肉馄饨	139
醋溜白菜	140
黄鱼羹	140
怀孕第10个月时的胎教食谱	141
清汤慈笋	142
虾子海参	143
海参烧占肉	144

培育聪明孩子的胎教实务

为了搞好胎教，孕妇要提高自身修养	147
读一些优美的文学著作	147
欣赏一些著名的美术作品	148
感受大自然的美	148
孕妇应保持良好的心境	149

目 录

与胎儿玩耍	150
准爸爸如何跟胎儿搭话	152
让胎儿“听”音乐	153
要经常给胎儿唱欢快的歌曲	155
创造一个优美的音乐环境，让生活中充满动人的乐 声	155
要选择合适的胎教音乐	155
与胎儿“对话”	156
告诉胎儿一天的生活	157
给胎儿讲故事、读画册	157
抚摩胎儿	158
教胎儿学习	159
利用彩色卡片学习语言和文字	159
使用彩色卡片学习数字	160
生活常识和自然知识的学习	160
孕妇读童话，小蝌蚪找妈妈	161
如何对胎儿进行运动训练	163
如何对胎儿进行游戏训练	164
孕妇吟诵散文诗·孩子的世界	165
孕妇诵诗·绝句	166
孕妇诵诗·登鹳雀楼	167
孕妇吟诵散文诗·我的歌	168
如何培养胎儿的习惯	169
如何采用“意识诱导”法进行胎教	170

胎儿脑力开发必读

孕妇吟诵散文诗·赠品	171
孕妇读童话·小溪流的歌	172
通过大自然的陶冶来进行胎教	175
助产音乐	176

天才取决于胎儿时期

怎样才能算聪明孩子

聪明并非仅由 IQ 来决定

《让您的孩子变成天才儿童》、《0岁教育百科》、《母亲可以做到的才能教育》等等，现代各种有关婴儿才能教育的书籍真是琳琅满目。将自己的孩子培养成聪明的孩子，对双亲而言是理所当然的事。然而，市场上这么多的才能教育书籍，何者才是切实可行的，实在令为人父母者难以分辨。

才能究竟是什么呢？母亲们所认为的聪明究竟又是什么呢？这点在为孩子实施才能教育之前，要多想一想。

IQ（智能指数）通常被用来作为代表聪明与否的指数。IQ的数字高则表示聪明，不过，近来IQ已开始受到教育界的质疑。

以前“IQ永生不变”的想法比较普遍。而且由于有“IQ永生不变”的想法，使IQ在教育界受到重视，导致父母对孩子的IQ值感到忧心。IQ成为人类标注优劣的道具。

但是实际情况却是原本应该是永生不变的IQ值，有的人却随着成长而提升20或30；或者有的人在幼儿园时代的IQ高达160，甚至被誉为未来之天才的孩子，

长大成人之后也不过是平凡的人。种种事实证明，IQ 数值不是绝对的。

美国曾经对受过天才儿童教育的孩子们（IQ 约 200 ~ 220）进行过问卷调查，结果竟然发现 80% 的孩子曾经想过自杀。IQ 值虽然很高，生存却很痛苦，人们究竟为何要实施天才儿童教育呢？

IQ 不过是测量人类拥有的多种能力中的一小部分而已。而且，IQ 和性格、意志等毫无关系。

那么，到底该把出生的婴儿培育成什么样的人呢？

本书我们将重点从大脑生理学的角度来研究如何开发胎儿脑力。从这个角度说，兼具动物性感性和智慧性感性的人类，不论在何种情况下，都能靠自己的力量探索出生存之道。

然而，为了培育聪明的人类，为何必须具备动物性感性呢？

动物性感性是真正聪明的孩子所具备的

有一个人从小便接受母亲安排的才能教育，1.5 岁的时候就会认汉字和数字，能看懂小学 2 ~ 3 年级的文字，令一旁的大人吓一跳。

双亲乐于计划未来，将小孩送往幼儿启蒙教室，长大后，进入有名的小学、中学，顺利地培育小孩。母亲不让孩子为读书以外的事情分心，一概不准孩子碰家事，连到外面跑个腿买个东西的事都不曾发生。从 3 岁的时候开始让小孩学小提琴、上幼儿教室、拼音班、学