

# NOI E IL NOSTRO BAMBINO

*libri per mamme e papà*



**MARZO 2011**



# INDICE

## **AVREMO UN BAMBINO.**

La gravidanza: domande e risposte

**p. 4**

## **IL BAMBINO.**

Dalla nascita ai primi 5 anni

**p.6**

## **E' L'ORA DELLA PAPPÀ.**

Alimentazione da 0 a 6 anni

**p. 8**

## **IL BAMBINO E IL GIOCO.**

Tanti giochi per piccoli e grandi

**p. 10**

## **IL BAMBINO E LA MUSICA.**

Educare all'ascolto fin dai primi mesi di vita

**p. 12**

## **CRESCERE CON IL BAMBINO.**

Come i genitori si interrogano sulla crescita, esigenze, scelte e paure dei propri figli

**p. 14**

Questa breve bibliografia vuole essere uno strumento per tutte le mamme e i papà che si trovano ad affrontare l'esperienza dell'essere genitori e vorrebbero sapere tutto, o quasi tutto, su come prendersi cura del proprio bambino.

Dal concepimento alla gravidanza, dalla nascita alla crescita, i libri proposti sono stati selezionati avendo cura di scegliere testi attualmente in commercio e di recente pubblicazione.

Inoltre, tutti i volumi segnalati sono presenti nella nostra biblioteca.

## AVREMO UN BAMBINO

### La gravidanza: domande e risposte.

Laura De Laurentis, **Il grande libro italiano della gravidanza**, Rizzoli, 2010

618.2/DEL

Pre-concepimento, gravidanza, travaglio, parto, vita di coppia, alimentazione, benessere psicofisico, mamme con bisogni speciali, i primi 40 giorni del bebé in casa.

Janet Balaskas, **Avremo un bambino**, Red, 2009

618.2/BAL

Punto di riferimento per affrontare tutte le situazioni che possono presentarsi prima, durante e dopo il parto; una guida per imparare gli esercizi preparatori e la respirazione corretta, ma anche per risolvere i dubbi su controlli medici, alimentazione, aspetti fisiologici e vivere serenamente l'attesa di un nuovo bambino. Per il primo periodo dopo il parto vengono presentati gli esercizi per rimettersi in forma e tutte le indicazioni per le cure quotidiane del neonato, dall'allattamento all'igiene, dal sonno al massaggio. Alla fine, un utile dizionario.

Roberto Fraioli, **L'acqua e la nascita: gli esercizi in gravidanza e il parto in acqua**, Red, 2009

618.4/FRA

In questo libro vengo spiegati i vantaggi dell'immersione in acqua durante la gravidanza, il travaglio e il parto, alla luce dei più recenti studi clinici, e attraverso le testimonianze di chi ha vissuto in prima persona questa straordinaria esperienza. Riporta anche un elenco aggiornato degli ospedali italiani che offrono strutture idonee al parto in acqua.

Kaz Cooke, **Il bello del pancione: la guida più completa per l'apprendista mamma**, Piemme, 2006

618.2/COO

Tutto quello che c'è da sapere sulla gravidanza, il parto e i primi giorni con il neonato, settimana per settimana.

Laura Goetzi , **Concepimento e gravidanza dopo i 35**, Fabbri, 2006

618.2/GOE

Queste pagine offrono informazioni su ecografie, test e screening prenatali oltre a spiegazioni su tutte le fasi della gravidanza, su parto e nascita del bambino. L'autrice risponde alle domande che sorgono quando si decide di avere un figlio dopo i 35 anni.

Miriam Stoppard, **Sarò mamma : la guida completa per vivere con serenità il periodo dell'attesa e diventare genitori**, Mondadori, 2006

618.2/STO

Un volume completo e aggiornato per affrontare nel modo migliore la gravidanza e il parto: i trattamenti per la sterilità di coppia, le precauzioni da adottare durante la gestazione, gli aspetti fisici e psicologici, le analisi prenatali e le procedure mediche dal concepimento alla nascita del bambino.

Christoph Lees, **La gravidanza: domande e risposte**, De Agostini, 2002

618.2/LEE

Questo libro tratta e cerca di dare spiegazione a molti dei quesiti che riguardano gravidanza, dal concepimento all'assistenza prenatale, dal parto alle prime settimane di vita del bambino.

## IL BAMBINO

### Dalla nascita ai primi 5 anni.

Gina Ford, **Il bambino soddisfatto. Dai 12 ai 36 mesi: come affrontare i terribili 2 anni giorno dopo giorno passo dopo passo**, Tea, 2011

649.12/FOR

Gina Ford insegna come gestire i capricci, la gelosia con i fratelli o i problemi legati all'alimentazione. Fornisce consigli per costruire l'autostima del bambino e trasmettergli una corretta educazione. Contiene anche suggerimenti pratici per insegnare al piccolo ad usare il vasino, a lavarsi i denti e a perdere abitudini come mettersi tutto in bocca, succhiarsi il pollice o il ciuccio.

Penelope Leach, **Il primo anno del tuo bambino**, Mondadori, 2010

649.122/LEA

Penelope Leach, offre ai genitori un valido strumento per prendersi cura del proprio figlio, il primo anno di vita, approfondendone i vari aspetti - dall'alimentazione al sonno, dal pianto ai primi passi - e avvalendosi dei risultati delle più recenti ricerche scientifiche sullo sviluppo intellettuale dei neonati. Offre consigli pratici su come gestire la vita familiare in caso di gemelli, riportando le testimonianze utili di altri genitori.

Giulia Settimo, **Il nostro bambino: dalla nascita ai 3 anni**, Red, 2010

649.122/SET

Guida pratica e completa che accompagna i primi 3 anni di vita del bambino: l'allattamento e lo svezzamento, lo sviluppo psicofisico, il linguaggio, le paure, le emozioni, il sonno, il pianto, il gioco, la sicurezza domestica, la salute, i problemi di ordine pratico.

All'interno, un ampio dizionario medico per riconoscere i sintomi dei principali disturbi dei bambini e come affrontarli ricorrendo a terapie convenzionali e naturali.

Susannah Mariot, **La guida verde del bambino**, Tecniche Nuove, 2009

649.1/MAR

Per i neo-genitori che vogliono provare a crescere il proprio bimbo nel rispetto suo e dell'ambiente che lo circonda.

Pannolini lavabili, fasce portabebè, vaccinazioni, svezzamento "verde", sono alcuni degli argomenti trattati nella guida.

Sara Letardi, **Il mio bambino non mi dorme: come risolvere i problemi di sonno dei propri figli**, Bonomi, 2007

618.2/COO

Le difficoltà ad addormentarsi e i risvegli notturni dei bambini mettono a dura prova i genitori. Ad essi è dedicato questo libro nel quale l'autrice, traendo spunto dal meglio dei vari "metodi" già esistenti e dalla propria esperienza personale, ha elaborato una nuova ed efficace via, valida per ogni bambino, per risolvere i problemi di sonno.

Miriam Stoppard, **Il mio bambino da 0 a 5 anni: il manuale indispensabile per educare e crescere bene i propri figli**, Mondadori, 2007

649.122/STO

Il libro prende in esame i numerosi aspetti che interessano la crescita del bambino: dall'alimentazione all'igiene, dalla gestione del pianto al ciclo sonno-veglia, dallo sviluppo cognitivo a quello motorio, dall'evoluzione del linguaggio alla sfera sociale.

Uno spazio viene dedicato ai "bambini speciali", ovvero quelli affetti da particolari patologie o ritardi nello sviluppo o, al contrario, particolarmente dotati. La parte finale affronta le malattie e i problemi di salute più comuni nell'infanzia e le norme di sicurezza da osservare con allegata una breve guida con le nozioni base di pronto soccorso.

Grazia Honegger Fresco, **Facciamo la nanna : quel che conviene sapere sui metodi per far dormire il vostro bambino**, Il leone verde, 2006

649.123/HON

Questo libro intende aiutare a prevenire i conflitti con il bambino riferiti al sonno, seguendo le sue esigenze profonde con i necessari limiti, ma senza ricorrere a modalità rigide.

## **E' L'ORA DELLA PAPPA** **Alimentazione da 0 a 6 anni.**

Paola Negri, **W la pappa: dall'introduzione dei cibi solidi all'alimentazione adulta**, Apogeo, 2010

641.56222/NEG

Il libro passa in rassegna i temi e le problematiche più importanti e frequenti che determinano un rapporto sano ed equilibrato dei bimbi con il cibo, sia da un punto di vista affettivo sia nutrizionale. Affronta le implicazioni delle nostre scelte alimentari e i problemi concreti legati all'educazione alimentare, fornendo un ricettario con tante ricette golose e nutrienti.

Michela Trevisan, **Svezzamento secondo natura: come e quando introdurre alimenti sani e biologici nella dieta del tuo bambino, evitando il cibo industriale e preconfezionato**, Terra Nuova, 2009

649.3/TRE

Una guida, ricca di ricette facili e appetitose per preparare gustose pappe e aiutare i genitori a coniugare salute, ambiente e... bilancio familiare.

Carlos Gonzales, **Un dono per tutta la vita: guida all'allattamento materno**, Il leone verde, 2008

649.33/GON

Informazioni pratiche per aiutare le madri che desiderano allattare a farlo senza stress e con soddisfazione.

Sara Honegger, **Un mondo di pappe: i saperi delle mamme nell'alimentazione del bambino da 0 a 6 anni**, Il Leone verde, 2008

641.56222/HON

Un viaggio nel mondo dell'alimentazione infantile: dal latte di mamma alla tavola di famiglia, dalle prime pappe alla cucina vissuta come entusiasmante laboratorio. Il libro fornisce ricette, consigli e ricordi di donne provenienti da differenti parti del mondo.



Antonio Amodei, **Naturalmente bimbo : manuale pratico per la salute e il benessere del bambino da 0 a 3 anni, con i menu e le ricette settimanali per lo svezzamento naturale**, Terra nuova, 2005

649.122/NAT

Manuale pratico per la salute e il benessere del bambino da 0 a 3 anni con i menu e oltre 50 ricette settimanali per lo svezzamento naturale.

All'interno anche le indicazioni pratiche per la casa a misura di bambino, l'uso corretto dei pannolini, l'impiego dei detersivi e dei tessuti ecologici, nonché una documentata sezione dedicata al problema delle vaccinazioni obbligatorie.

## IL BAMBINO E IL GIOCO

### Tanti giochi per piccoli e grandi.

Rahel Rehm-Schwepe, **Il massaggio del bebè: un programma facile per un trattamento di grande efficacia**, Red, 2010

615.8220832/REH

Come praticare i diversi tipi di massaggio e l'importanza del massaggio dal punto di vista affettivo, sul sistema immunitario e cognitivo. Vengono date indicazioni su quali sono gli oli da massaggio ideali per la pelle del bebè, su come prepararli e utilizzarli.

Anne Knecht-Boyer, **Giocare con il bambino**, 2009

649.122/KNE

Proposte di giochi per bambini da 0 a 12 mesi per aiutarlo a esprimere sè stesso, esplorare il proprio corpo, sviluppare la propria autonomia interagendo con mamma e papà.

Angela Dunemann-Gulde, **Benessere yoga per bambini: esercizi di respirazione, rilassamento e relazione con gli altri**, Erikson, 2009

613.7046/DUN

Strumento ideale per genitori e educatori che vogliono intraprendere un percorso alla scoperta dello yoga insieme ai loro bambini.

Edo Zocca, **Motricità e gioco : forme naturali e culturali del movimento e del gioco**, Hoepli, 2009

370.155/ZOC

Il libro presenta i concetti fondamentali dell'educazione motoria e del giocare e una selezione di giochi rivolti ai bambini del secondo ciclo della scuola primaria (età 8-10 anni).

Rae Crook, **Rilassamento per i bambini: giochi di tranquillità per piccoli e grandi**, Red, 2004

613.7046/DUN

Anche a scuola, o all'asilo, se usata bene, una pausa può rendere tutto più facile, per i bambini e per gli educatori. Questo libro propone semplici esercizi antistress che aiutano i bambini (e i grandi) a essere più sani, più felici e più creativi.

Fulvia Pietrapertosa, **Coccole: giochi per nutrire i sensi e le emozioni**, La Meridiana, 2010

370.155/PIE

Giochi per stimolare i sensi, attivare la mente e far star bene il proprio bambino.

## IL BAMBINO E LA MUSICA

### Educare all'ascolto fin dai primi mesi di vita.

Elita Maule, **Suoni e musiche per i piccoli: educazione sonora integrata per la scuola d'infanzia**, Erikson, 2009 + cd audio

372.87/MAU

Nella prima parte del libro viene affrontato il ruolo storico che suoni e musiche hanno avuto nella scuola d'infanzia. Nella seconda parte vengono presentate le pratiche educative musicali attraverso l'uso della voce, del corpo, dell'ascolto.

Nella terza parte, invece, viene fornita un'esemplificazione pratica di possibili esperienze didattiche come la costruzione e manipolazione di strumenti e oggetti sonori.

François Delalande, **La nascita della musica : esplorazioni sonore nella prima infanzia**, Angeli, 2009 + 2 DVD

372.87/NAS

Il libro parte dall'osservazione di 86 bambini dei nidi d'infanzia e propone registrazioni video che spiegano come i bambini fin da piccoli provino piacere nel produrre rumori con gli oggetti che capitano loro tra le mani: sfregano, battono, scuotono. Viene dimostrato anche come le esplorazioni senso-motorie del bambino siano il germe dell'invenzione musicale.

Johannella Tafuri , **Nascere musicali : percorsi per educatori e genitori**, Edt, 2007 + CD

372.87/TAF

A che età i bambini cominciano a cantare? E a suonare? Si nasce già musicalmente dotati (o non dotati), oppure con una predisposizione di base che potrà svilupparsi o meno, a seconda delle sollecitazioni della famiglia, dell'educazione e dell'ambiente? Che ruolo riveste il personale interesse dei bambini?

Destinato a genitori, educatori, pediatri, questo libro, oltre a presentare i risultati raggiunti da una ricerca durata 6 anni, propone una serie di attività che sono risultate efficaci per sollecitare, accompagnare e soddisfare la predisposizione di tutti i bambini nei confronti della musica.

Andrea Apostoli, **Ascolta con lui, canta per lui : guida pratica allo sviluppo della musicalità del bambino (da 0 a 5 anni) secondo la Music Learning Theory di E. E. Gordon : per genitori, educatori di asili nido ed insegnanti di scuola dell'infanzia**, Curci, 2005 +cd

781.17/APO

Guida introduttiva alla Music Learning Theory, rivolta a genitori, educatori e insegnanti che non siano in possesso di specifiche competenze in ambito musicale. In particolare, il volume si propone come guida pratica per lo sviluppo della musicalità del bambino da 0 a 5 anni.

Aldo Bova, **Giocare con la musica: 95 giochi musicali per insegnanti, educatori, genitori e per divertirsi con gli amici**, Erikson, 2003

372.87/BOV

Giochi per ascoltare, giochi per fare, giochi per inventare. Proposte di giochi con la musica per bambini della scuola primaria e secondaria di primo grado.

## CRESCERE CON IL BAMBINO

**Come i genitori si interrogano sulla crescita, esigenze, scelte e paure dei propri figli.**

Vasudevi Reddy, **Cosa passa per la testa di un bambino: emozioni e scoperta della mente**, Cortina, 2010

155.42/RED

Vasudevi Reddy, facendo riferimento agli studi che mostrano come i bambini molto piccoli sappiano scherzare, fingere, prendere in giro, mette in luce come già nel corso del primo anno di vita si sviluppi nel bambino la consapevolezza di differenti aspetti che riguardano la mente delle altre persone: l'attenzione, le intenzioni, le aspettative.

Alison Gopnik, **Il bambino filosofo: come i bambini ci insegnano a dire la verità, amare e capire il senso della vita**, Bollati, 2010

155.413/GOP

Alison Gopnik si muove in una terra di confine tra scienza, filosofia e i sentimenti di una madre, per mostrarci che i nostri bambini sono tutt'altro che esseri irrazionali o limitati nelle loro capacità intellettuali. Anzi, ci sono buone ragioni per credere che siano molto più intelligenti, perspicaci e consapevoli degli adulti.

Elisabetta Ruspini, **Nuovi genitori**, Carocci, 2010. 306.874/RUS  
306.874/RUS

Scopo del libro è mettere a fuoco alcune dimensioni dei rapporti tra generazioni alla luce delle profonde trasformazioni subite dalle modalità di fare famiglia e dei crescenti interscambi tra identità di genere e orientamento sessuale.

William Voors, **Il libro per i genitori sul bullismo**, Feltrinelli, 2009

649.64/VOO

Voors, in questo libro mostra le conseguenze sul piano psicologico e sociale del bullismo, allo scopo di chiarire cause ed effetti del fenomeno e offrire così utili consigli a genitori ed educatori.

Marco Tuggia, **Non di solo mamma e papà vivono i figli: lettera ad un genitore della psychology generation**, Armando, 2009  
649.7/TUG

Questo libro affronta la problematica dei genitori moderni, della necessità di liberarsi dal senso di colpa e di inadeguatezza che spesso li affligge e di riscoprire la quotidianità come il luogo principale in cui accompagnare la crescita dei figli, nell'umile consapevolezza che non solo di mamma e papà essi vivono.

Alba Marcoli, **E le mamme chi le aiuta? Come la psicologia può venire in soccorso dei genitori (e dei loro figli)**, Mondadori, 2009  
155.646/MAR

Alba Marcoli, psicoterapeuta, attraverso l'analisi di storie vere, mostra così come vengono affrontati dai terapeuti i momenti di crisi più comuni - la depressione post partum, i primi distacchi, la scolarizzazione, le paure per l'età adolescenziale e i conflitti con il corpo - e le difficoltà legate invece a condizioni specifiche, come l'adozione, la disabilità, la migrazione, la separazione dei genitori.

Elvi Crotti, **Chi è mio figlio? Una guida per conoscerlo e orientarlo nella scuola e nella vita**, Mondadori, 2007  
155.4/CRO

Una guida per tutti i genitori per scegliere la scuola giusta per i propri figli, indirizzandone lo sviluppo e consentendo loro di realizzare al meglio il loro innato potenziale.

Spiega come infondere sicurezza e favorire l'autostima, come affrontare le paure e gestire atteggiamenti potenzialmente patologici, come riconoscere i disagi emotivi o stimolare la creatività, utilizzando anche l'analisi dei disegni e della grafia per comprendere meglio emozioni, personalità, inclinazioni.

Evi Crotti, **Colori: come l'uso del colore rivela i sentimenti, i desideri, le paure dei bambini**, Red, 2003  
155.4/CRO

Spunti per interpretare i colori, che esprimono lo stato d'animo dei bambini, i loro desideri inconsci e le loro paure nascoste. Dal colore scelto o utilizzato più frequentemente si possono trarre indicazioni sulla personalità in divenire.





[www.bibliotecamontebelluna.it](http://www.bibliotecamontebelluna.it)