

早教讲堂

# 亲子阅读：请适当添加小玩具

亲子阅读的好处，爸爸妈妈都知道。如何开展亲子阅读？要先了解宝宝的性格特点。好奇——最大的特点，不管拿到什么都要啃一啃、摸一摸，甚至摔打几下。好动与注意力集中时间非常短，总是按捺不住，爱闹腾，不会好好配合你做某件事情，随时可能开小差，走神，扭头自顾自干自己喜欢的事情。

当宝宝在亲子阅读时出现撕书、咬书等“蹂躏”行为，别太心疼，这是他在用他的方式探索世界，父母要做的就是及时做好书本的清洁消毒工作；孩子听故事时爱闹腾，注意力不怎么集中，也不要大发雷霆，耐心地把故事讲完就是了。

就内容而言，可以挑一些精致的识图卡片，画面精美、色

彩亮丽、情节简单易懂的绘本和生动活泼的儿歌。亲子阅读最好在安静、人少的环境下进行，移开宝宝身边的玩具，关上电视等容易吸引宝宝注意力的电子产品。可以宝宝睡觉前或洗澡前，他的情绪比较好的时候进行亲子阅读，效果会很不错的。

### 亲子阅读小技巧

其实，宝宝的语言能力不强，这个阶段的亲子阅读，从严格意义上说不算阅读，而是给宝宝讲故事、读书本、看图片。

#### 阅读前先热身

孩子刚接触亲子阅读时，对它还很陌生，可以在亲子阅读前，先和他做些热身小游戏，把他的注意力集中到你身上来。这个环节非常必要，其实也很简

单，就是先和孩子玩一通拍手、唱歌、手指谣之类的小把戏，让他稍稍有点兴奋就可以了。游戏后再给他讲故事，他的专注程度会提高不少。

#### 把讲故事变成演故事

宝宝对文字的理解能力有限，单纯地照本宣科容易使他们对阅读这件事失去兴趣。在给宝宝讲故事时，可以增加一些脸部表情与肢体动作，这样既可以帮助他理解故事内容，也可以增强他对阅读的兴趣与欲望。

#### 添加些小玩具作为辅助

宝宝的专注力有限，稍不留神就会开小差。可以借助一些小玩具吸引他的注意力。比如在讲小熊宝宝的故事时，可以用小熊手偶来表演故事；讲龟兔赛跑的故事，可以找来小兔子玩偶、小乌龟玩偶当道具，效果会甚佳。



**注意：**亲子阅读不能心血来潮地“三天打鱼、两天晒网”，重在循序渐进，贵在持之以恒。不能因为宝宝调皮、闹腾、不配合，

就放弃亲子阅读。只要坚持不懈，过一段时间再回顾亲子阅读的效果，那时你会蓦然发现宝宝进步的确不小。

## 宝宝爱涂鸦 整洁父母别着急



宝宝在幼儿阶段都喜欢拿着彩色笔乱涂乱画，妈妈会发现在本子上、报纸上、台历上甚至墙上，都会有宝宝的“杰作”。其实，宝宝爱涂鸦正是想象力丰富、有艺术潜能的表现！涂鸦和语言一样传递着他的情绪与感觉。那么，父母该怎么引导宝宝涂鸦呢？

#### 正确对待宝宝这种兴趣

对孩子来说，涂鸦更多的是一种游戏，而不是一种学习的方式。正因为是游戏，所以宝宝才会乐此不疲。因此，尽管让宝宝按照他自己的想法去涂涂画画好了，没有必要一定要教给他正确的画法，或者非要他遵照爸妈的意愿来布局、着色、表达某些情节或者故事。

#### 尽量满足创作需求

或许宝宝需要一支铅笔，或许是24色彩色笔，或许是水彩。妈妈可以多观察先看看宝宝对什么样的绘画材料感兴趣，提供多元化的材料让宝宝自由选择，尽情涂画。家长还能在纸张上花点小

心思，选择一些有颜色的彩纸或者不同尺寸、不同形状的纸张，来增加孩子的绘画兴趣。除了纸张，也可使用黑板、薄画板或魔术画板，这样既能让宝宝尽情挥洒，又很环保！

除了任由孩子自由创作，家长也可以买一些涂色本，或者沙画材料，让孩子在填涂颜色的游戏中学会颜色的搭配，提高审美的意识。同时这些原画对于孩子来说也有学习临摹的作用，家长可以鼓励孩子参考一下小金鱼还能这样画，或许孩子能从这些涂色本中提高绘画水平的同时还能激发创作的灵感！

#### 多带宝宝到大自然中去

任何创作的灵感都来自生活的体验。宝宝涂鸦往往是把脑海中的想法、记忆中的事物通过画笔呈现出来。既然生活是画画素材的最好来源，那么家长可以多带孩子外出体验青山绿水！大自然的美好风光：蓝天白云、江河湖泊、树林里的小动物、草丛林的小昆虫，这些都是宝宝画画最原始的素材！

家长陪伴孩子体验大自然的时候，不妨说几个有趣的小故事来丰富孩子的想象，加深孩子对眼前美景的记忆力。家长学会用孩子的眼光来欣赏，多花时间与孩子交流，顺势启发他去联想去思考，孩子会因为你的陪伴而变得更加的亲近。

## 儿童看电视需注意

今年4周岁的萌萌每天一大早起来就吵吵着要看动画片，每次看电视时刚开始还是坐着，一会不是躺着就是歪着，家长很着急。儿童看电视应避免以下现象：

#### 时间过长

儿童每天长时间地看电视，容易使孩子神经系统与机体产生疲劳，影响身心健康发展，影响学习等其它活动的正常进行。

#### 距离过近

儿童看电视总喜欢往前面坐。这样，孩子的眼睛在屏幕发出的强光的长时间刺激下，不仅容易使视觉的敏锐度与适应性降低，而且容易造成眼睫状肌调节功能的降低，晶状体逐渐变凸，导致近视。

#### 音量过高

儿童看电视时，长时间在较高音量的刺激下，不仅容易使听觉的感受性降低，形成不良的听觉习惯，而且容易导致视觉等感受性下降。

#### 光线过暗

看电视时，室内光线过暗，影响孩子视觉功能发育，也容易导致近视。晚上看电视时，不要把照明灯都关闭，在电视机后方安置小红灯，可起到保护视力的作用。

#### 坐姿不正

孩子看电视时，歪歪斜斜地就坐，如靠在被子上，躺在父母怀里，都容易使孩子未定型的脊柱发生变形与弯曲等，养成不良的坐姿习惯。

#### 饭后即看

饭后即看电视，容易使孩子的大脑兴奋中心转移，注意力高度集中于电视内容，形成消化液分泌的停滞与食物的沉积现象，影响肠胃的消化。

#### 边吃边看

孩子边看电视边吃饭，嘴里的食物往往咀嚼不够，容易加重孩子的消化负担，影响消化功能。

儿童每日看电视应有时间限制。3岁至7岁：30分钟至1小时；7岁至12岁：1小时；12岁至15岁：30分钟；16岁以上青少年：2小时。

## 如何帮孩子找合适的朋友

在孩子的成长道路上，朋友是不可或缺的一环。作为家长，怎样帮孩子找到合适的朋友呢？

#### 就近找的朋友

什么年龄最好：5岁以前  
到哪里找：观察邻居的孩子，如果妈妈面貌可亲，孩子通常也不错。

这个朋友的作用：这第一个伴儿可以教孩子懂得——有朋友是件很有意思的事。

对于这种玩伴，只要年龄相仿，不需要硬让他们一起做游戏，只给两个孩子提供一个安全的环境，让他们自己玩就可以了。即使互相不搭理也没关系，因为他们一定能熟悉起来。给他们立个简单的规矩，比如不准打架，要一起分享玩具；控制孩子的游戏时间，因为小孩子一玩起来就没有时间观念了。

#### 爱好运动的朋友

什么年龄最好：从3岁开始

到哪里找：操场、游泳班，甚至只是在你门前玩球的，在路上跑步的孩子。

这个朋友的作用：可以避免孩子总窝在家里看电视。

邀请这个爱运动的孩子与家人一起散步或骑自行车，他旺盛的精力会感染每一个人；别把体育活动这件事描述得天花乱坠，因为孩子对大人说得特别好的东西都有些逆

反心理；即使他的朋友精通各种运动，也别指望你的孩子同样变得如此，只要他能坚持运动，多出出汗，就是成功；要适时介入他们的关系，确认孩子们在做有益的运动，让他们懂得对朋友吹牛是会伤感情的。

#### 他自己选择的朋友

什么年龄最好：4岁以后  
到哪里找：用不着你帮忙。

这个朋友的作用：这是他向独立迈进的一大步。

从现在开始，孩子将会结交的新朋友有些你喜欢，有些不一定，别为此焦虑，这是每个孩子的必经之路。去认识孩子新朋友的父母，与他们交流，一起规范孩子们的不当行为，比如他们看暴力电视时要

及时制止。让他们呆在一起的时间不要太长，尽量在公共场合见面，这样也方便双方家长交流。如果孩子对你的干涉感到不快，那么要让步。让孩子自己去体会，处理不同意见，去面对朋友之间的冲突，甚至去亲手结束一段友情，都是他必须学习的功课。如果孩子和朋友的关系日益亲近，应当鼓励。

儿童心理学专家莫伦欧布拉博士指出，从两三岁起，孩子就开始考虑如何与朋友交往了。如果他能从觉得“我们在一起很好玩”，发展到思考“为什么我就是喜欢这个人”，就说明他已经开始享受大人们可以享受的美好友情了。



## 表扬方式适当让宝宝更聪明

适当的表扬可以让宝宝更加聪明，所以在生活中，适当的表扬宝宝还是有好处的。接下来看看这几种表扬方式可让宝宝更加聪明。

#### 更具体的表扬

仔细考虑一下你想让表扬传递出什么信息？通常表扬是为了鼓励更多的好行为，所以表扬也要具体问题具体分析：“你一直都在帮妈妈搬东西，很辛苦哦！”“你自己穿上了鞋！”“这幅画你很认真地画了一个上午！”而不是全部笼统地说：“你干得好！”“你真棒！”

#### 强调努力的表扬

最有效的表扬注重事情的过程和为之付出的努力，而不仅仅是结果，对结果进行表扬没有太大价值。有效

的表扬将鼓励孩子向前进，他能够学会自我激励，而不是为了你的肯定去做什么事，这样的表扬是对孩子真正的鼓舞，如：“哇！你把房子修得好高！你可以把这么多石块儿垒得这么整齐！”

#### 以“你”开始的表扬

这样说可以帮助孩子审视自己，为自己的成绩感到骄傲。对孩子来说，成就感和自豪感能促使孩子不断努力，以获得成功。

#### 强调效果的表扬

如果孩子帮助了别人，表扬的重点可以放在那些事情产生的效果上，比如“你把卡车给果果玩，你看，他看上去开心极了。”

#### 有预期的表扬

“我一叫你，你就来我这边，这能帮我节省很多时间。”这样说，孩子就不好意思听见你叫而没有反应了。

#### 不添加主观判断的表扬

“你画的鸟像是要从纸上飞出来了”比“我喜欢你画的鸟”更好。孩子需要通过表扬，对自己做的事情感觉良好，而不是对妈妈的称赞感觉良好。

#### 问句式的表扬

有时候，你体贴的问话比任何表扬都能透露出你对孩子喜欢、对他做的事情的尊重。这种问话体现出来的关心，对孩子来说是最大的奖赏：“这座城堡的哪个部分是最难修建的？”或者“你的画里面，你最喜欢的颜色是什么？”