



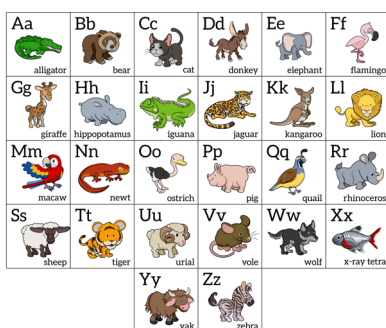
辨认 单词和字母 锻炼脑力

字母和单词在生活中随处可见！指认字母和单词，
让脑力锻炼也融入日常生活！



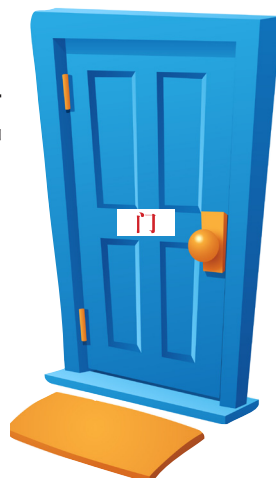
墙上贴一张字母挂图。

可以提高字母的可辨识性，并且在辨认
字母和练习发音时有参照物。



建立对单词的视识。

把“桌子”、“椅子”或“门”这样的单
词贴在物品上，在完整单词与熟悉的物品
之间建立联系。



一起玩找字母游戏

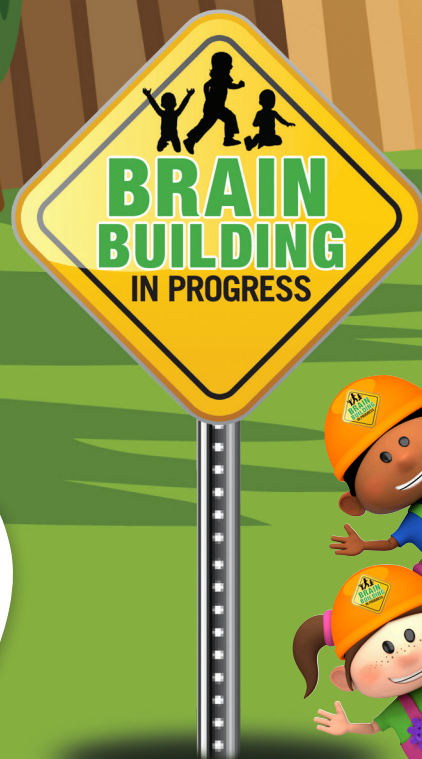
字母和单词在生活中随处可见。买东西、散步、
出去吃饭或开车出行、乘坐公共汽车或地铁时，
与孩子一起找字母。

A 找出三个字母。

B 数一数每个字母能找到几个。

C 哪个字母找到得最多？

D 哪个字母找到得最少？



欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：
/BrainBuildingInProgress

BrainBuildingInProgress.org



Department of
Early Education and Care





动手书写

锻炼脑力

当小孩看到大人写字时，就会知道写字是重要的技能。
现在介绍一些方法，也让脑力锻炼融入日常生活！



言传身教

- 在发电子邮件或填写表格的时候，将内容念出来。
- 与孩子一起列购物清单、填写行事日历或写信给朋友。

鼓励写字

- 置办纸张、铅笔、蜡笔或记号笔，放在能方便地拿得到的地方。
- 外出时，随身携带书写工具。



自己做书

- 内容可以是小孩自己用绘画方式编写的故事，
- 或者，也可以用照片来记述家人、朋友、宠物或某次活动。与小孩一起，制作一本可留作纪念的书，同时增加小孩对书籍、书籍的组成部分和阅读过程的理解。

开心最重要！

- 1 在烤盘里垫一张烤盘纸，涂满剃须膏或沙子，然后用手指在上面 **描** 英文字母。
- 2 一起用手指在有水气的镜子或窗户上 **写** 单词。
- 3 与小孩 **聊一聊**，这跟铅笔或蜡笔的书写感觉有什么不同。



 欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：
[/BrainBuildingInProgress](https://www.facebook.com/BrainBuildingInProgress)

[BrainBuildingInProgress.org](https://www.BrainBuildingInProgress.org)



Department of
Early Education and Care





锻炼小手 锻炼脑力

小手要很有劲，才能握住书写工具，写出清楚的英文字母。现在介绍手部力量的训练方法，让脑力锻炼也融入日常生活！



通过“锻炼”来增强书写肌肉群的力量。

- 挤捏橡皮泥球。
- 数数你们能挤捏多少“下”。

啪！哗！砰！

锻炼肌肉时，弄出一些声音。

- 小孩喜欢掰豆角或剥豌豆。
- 撕揉各种各样的纸。
- 捏破气泡包装膜上的气泡。
- 讨论你们弄出的各种声音，以及手能弄出多大声音。



享受刀锋的乐趣。

用剪刀剪纸、橡皮泥、泡沫板、织物或其他材料（使用大小适合小孩的安全剪刀），可以增强手部肌肉的力量，提高手眼协调能力。

- 先练习剪刀的开合。
- 问孩子用剪刀剪纸是什么感觉。
- 与剪橡皮泥或泡沫板相比，感觉是否不一样？



跟着剪子走！

先在纸上画直线、曲线或折线，然后用剪刀顺着剪。逐渐增加线条或图案的复杂性，或改用购物袋或麦片包装盒等较厚的纸。



欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：

/BrainBuildingInProgress

BrainBuildingInProgress.org



Department of
Early Education and Care





数数 锻炼脑力

幼儿在学习重要的初步数学技能。帮助孩子对身边世界中的数字建立意识。现在介绍一些方法，让脑力锻炼也融入日常生活！



让孩子知道数字是日常生活中的一部分。

- 在日常活动或做杂事的时候，数数、写数字、演算数学问题。
- 看到数字的时候，指出来——门牌地址、商店里的物品价格、电脑键盘或电话上的数字。
- 问孩子这样的问题，“我有两个苹果，别人有六个苹果，我的苹果比别人多吗？”



跟孩子一起大声数数。

- 墙上贴一张类似字母挂图的数字挂图。
- 说到数字的时候，就在挂图上指出来。按挂图里的数字顺序，挨个念出数字。

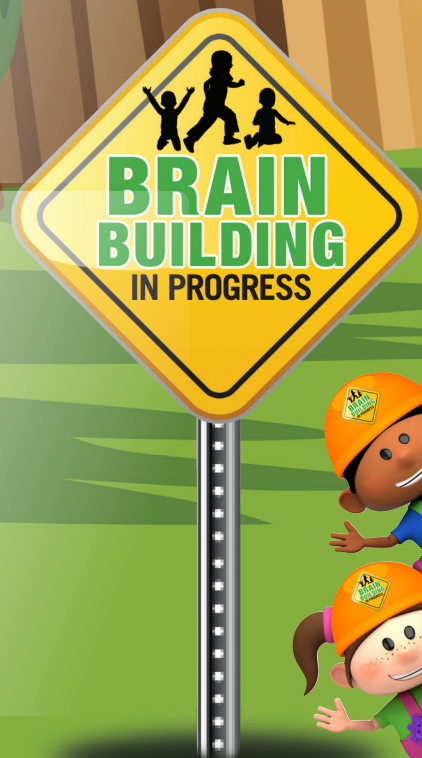
用数字锻炼脑力！

在车里：数一下看到多少个标志牌或特殊物体。车进入隧道后开始数数，看出隧道时能数到几。大声读出标志牌上的数字。

在杂货店：把水果放入购物袋时，数一数买了多少个水果。让您的“小帮手”从购物车上卸货，数一数你们买了多少件东西。

在游戏场：数推秋千的次数。在沙坑的沙子上写数字。问孩子这样的问题，“有几个小朋友在玩滑梯？”

步行时：从这里到那里，要走多少步？找房子外墙上的数字，或者数一数看到了多少辆车或多少棵树。



 欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：
[/BrainBuildingInProgress](https://www.facebook.com/BrainBuildingInProgress)

BrainBuildingInProgress.org



Department of
Early Education and Care





谈谈自己的心情

锻炼脑力

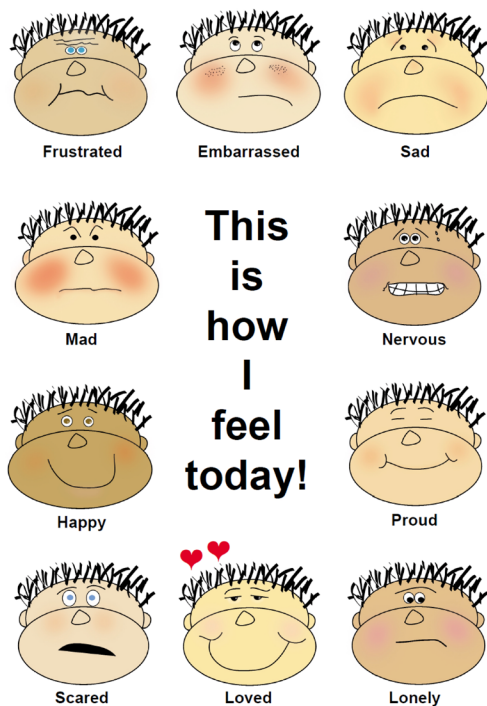
对话能促进幼儿的大脑发育。跟孩子谈谈心情，对小孩社交情感技能的发展有帮助。小孩如果能识别和表达自己的心情，能更好地适应幼儿园的生活。现在介绍一些方法，让脑力锻炼也融入日常生活！

解决问题。

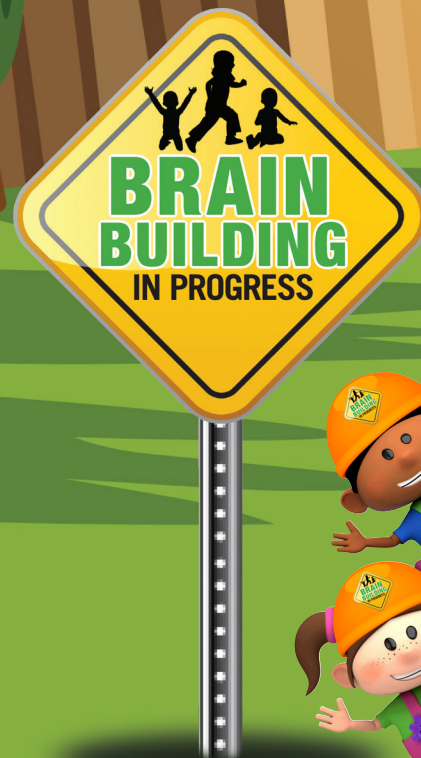
帮助生气或沮丧的孩子解决问题。提出一些策略，例如下一轮再来、找别的玩具或作出不同的选择。通过角色扮演来练习解决问题的技能。这有助于小孩在学校交朋友并融入集体生活。

谈谈心情。

用下面的面部表情图来描述和理解自己和其他人的心情。把面部表情图贴在镜子旁边，让孩子对着面部表情图看看镜子里自己的表情。另外，也可以让孩子根据面部表情图，说出书中人物的心情。



图片引自“早期教育社交与情感基础中心”
<http://csefel.vanderbilt.edu/modules/2006/feelingchart.pdf>



欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：
[/BrainBuildingInProgress](https://www.facebook.com/BrainBuildingInProgress)

BrainBuildingInProgress.org



Department of
Early Education and Care





阅读

锻炼脑力



与小孩一起读书，其间的反复对话和互动能促进小孩的大脑发育。现在介绍一些方法，让脑力锻炼也融入日常生活！

大声念之前，先大概翻一翻。



- A 看看封面。
- B 谈谈自己觉得书里会说些什么。

注意插图。

在学习阅读的时候，幼儿利用图片提供的信息来帮助自己理解、处理、记忆和复述故事。依次浏览书中的插图，讨论每页上的插图。让小孩根据插图，说一说自己认为书里说的是什么。

带感情参与！

大人说话声音里的兴奋感，会带动小孩投入进去。

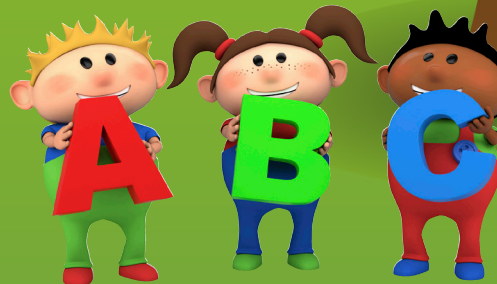
- A 不断跟孩子互动交流，讨论书中的故事情节。
- B 针对书中的故事情节，提出和回答问题。
- C 指出页面上的事物，鼓励孩子多观察。
- D 把书里发生的事跟小孩的生活结合在一起。

开心最重要！

- ★ **选择小孩感兴趣的书** —— 无论主题是恐龙、卡车、小狗还是公主，小孩都会更投入。
- ★ **放松！** 如果孩子动来动去或坐立不安，并不是说孩子不专心。有些孩子就是靠身体动来动去才能集中注意力。孩子没有看完一个故事的定力，是完全正常的。
- ★ **要有反复看同一本书的心理准备。** 把故事背下来往往是小孩走向独立阅读的第一步。

 欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：
[/BrainBuildingInProgress](https://www.facebook.com/BrainBuildingInProgress)

请从以下网站得到更多信息、找到其他活动、事项和资源：
BrainBuildingInProgress.org



Department of
Early Education and Care





讨论

书中的情节

这里介绍一些方法，在读书的同时锻炼脑力！



让读书成为有来有往的互动活动。

- A** 互动交流。不要念给孩子听，跟孩子一起读。
向孩子提问，让孩子自己翻书。
- B** 跟孩子讨论，可以提高孩子的语言和文字能力，
让小孩正在发育的大脑建立联想能力。



将书与真实的生活和外面的世界联系起来。

大人说话声音里的兴奋感，会带动小孩投入进去。

- A** 书里的人物跟小孩认识的人是不是相像？
- B** 书里的事情是否曾在小孩身上发生过？
- C** 跟孩子说一说，自己对书中故事的发生地点知道哪些事情，
或结合书中的故事情节，说一些小孩感兴趣的东西。

介绍新概念。

- A** 告诉小孩，读书要从前向后读或从左向右读。
- B** 指出每个句子的开头都是大写字母，结尾都是一个标点符号。
- C** 在书中找感叹号。感叹号意味着，那里是故事的精彩情节！

问这样的问题：

- ★ 从这张图可以看出，接下来会发生什么？
- ★ 你遇到过这样的事情吗？
- ★ 接下来可能会发生什么？
- ★ 他去哪里了？她为什么要那么做？
- ★ 你认为，这会让她有什么想法？
- ★ 你最喜欢哪个部分？为什么喜欢？
- ★ 我想知道……？
- ★ 这个问题问得好。还有问题吗？



 欢迎介绍这些脑力锻炼方法的使用经验或分享自创的脑力锻炼方法：
[/BrainBuildingInProgress](https://www.facebook.com/BrainBuildingInProgress)

[BrainBuildingInProgress.org](https://www.BrainBuildingInProgress.org)



Department of
Early Education and Care

