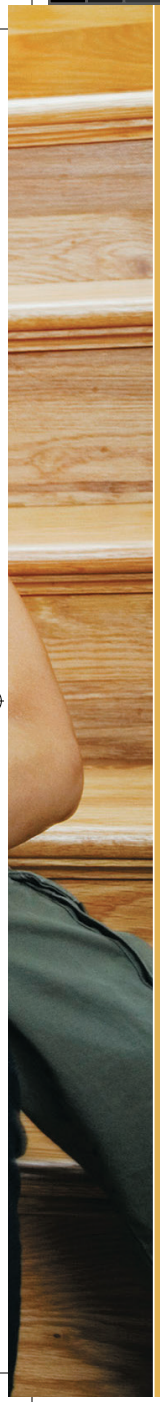
FAIRFAX FUTURES

做好投资，准备入学

帮助您的孩子热爱学习

帮助您的孩子热爱学习



您是自己孩子的第一位老师。

了解孩子在其人生最初五年如何成长及变化将能帮助您为自己的孩子开个好头。

Fairfax Futures（Fairfax 的未来）很乐意为您提供《帮助您的孩子热爱学习》这一项目。该项目是对 Fairfax 郡《儿童早期教育指南》办公室的补充。目前，幼儿教育工作者根据《指南》帮助孩子为在幼儿园取得成功做好准备。我们希望“帮助您的孩子热爱学习”能对您有所帮助，这是因为您将与专业人员合作，他们将与您一起照顾并教育您的孩子。

房地美基金会 (Freddie Mac Foundation) 为本手册的发行慷慨捐款。手册包含您每天在家里可以与孩子一起进行的一些简单日常活动。无论是外出办事在车上进行对话还是从烘干机里拿出袜子配对，您每天花时间与孩子沟通并进行互动将培养孩子的好奇心及毕生对学习的兴趣。这些日常经历将帮助孩子为在幼儿园以及更高的年级取得成功做好准备。

享受您的孩子的人生最初五年 — 与早期护理和教育专业人员携手合作，您将为您的孩子的美好未来奠定基础。

社交及情感的开发

自孩子一出生，我们可以通过孩子如何与他人互动以及如何表达他们的感受观察他们的社交及情感的发展。婴儿和学步儿童了解他们是谁，并学着信任家庭成员。学龄前儿童学习家庭成员和社区接受的价值观念及行为。在孩子们学着交朋友、配合并平衡自己的需求和他人需求的同时，他们开发着变得自信、学会技能和做成功人士的各种技能。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 把给予和接受的想法教给孩子；当孩子把摇铃掉在地上时，将它捡起来并还给您的孩子；
- 通过把孩子以及家庭人员的照片放在孩子容易看到的地方，帮助孩子辨认家庭人员的面孔；
- 通过让孩子吸吮手指或紧抱他/她最喜欢的毯子，让孩子学着如何自己平静下来；
- 把形容情感的词告诉孩子，并与孩子讨论高兴、悲伤或愤怒。

此类经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 开始辨认每天与他们在一起生活的人，并向他们微笑；
- 与成人在一起时有安全感；
- 有能力与他人交流互动，并很有自信。

当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 让孩子做出一些简单的选择，比如穿哪双鞋子；
- 让孩子自己做一些事，比如自己刷牙；
- 告诉孩子在他/她在婴儿时做的一些事；
- 通过看高兴的人或悲伤的人的照片，与孩子进行情感方面的交流；
- 让孩子有机会与其他孩子或兄弟姐妹一起玩，给每位孩子一项任务，比如滚球或扔球。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 制定并解释简单的家庭规定和日常活动，帮助孩子了解这些规定和活动；
- 写下孩子用于描述其所画的朋友或家庭图画的句子或词组；
- 让孩子帮您做一些简单的家务，比如把餐具从洗碗机里拿出来；
- 把玩具放在孩子可以拿到的地方，并让孩子自己把玩具放回去。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 开始谈论情感、最喜爱的事物以及能力；
- 表达对完成任务的自豪感；
- 开始了解某些行为对他人的影响。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 有良好的自我感觉；
- 学着如何正确表达感受，并显示自我控制；
- 与他人展开合作；
- 对家庭及社会产生归属感。

学习方法

当孩子来到这个世界时就已经做好了学习准备。您与孩子每天做的一些简单的事将有助于培养孩子的好奇心、对学习新事物的兴趣以及解决问题的意愿。这些将培养孩子学习的爱好兴趣，有利于他们在学校取得成功。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 把玩具放在孩子容易找到并够得着的地方；
- 让孩子玩不同的东西；
- 给孩子一些会发声或发生变化的玩具；
- 玩简单的藏东西游戏，比如躲猫猫；
- 问孩子一些简单的问题，并提供简单的答案。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 找到有趣且有激励意义的活动；
- 独立进行游戏；
- 与他人交流互动。

当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 让孩子独立做一些事，比如脱鞋或用蜡笔画画；
- 问孩子一些问题，并让孩子用一些话回答，并不只回答“是”或“不是”；
- 帮孩子创造性地使用一些事物，比如与一条围巾共舞或把它当帽子用；
- 让孩子完成一些任务，比如把简单的拼图拼在一起；
- 通过“发生了什么事”、“我们该怎么做”之类的语句，鼓励孩子解决诸如清理打翻的牛奶之类的简单问题。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 允许孩子做出一些选择，并让孩子解释为什么做出这项选择；
- 应该懂得，孩子安排活动的能力正逐渐提高；
- 让孩子通过拆卸或组装一些东西了解这些东西；
- 帮孩子学着如何创造性地解决问题，比如如何搭积木才能不倒；
- 当您与孩子一起探索新事物时，用“为什么”或者“什么”之类的词语问孩子一些问题。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 的孩子：

- 参与各种任务及经历；
- 独立做出选择；
- 展示专注于一项任务直到任务完成的能力。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 对于事情如何发生、为什么发生变得好奇；
- 享受完成任务的乐趣；
- 学着如何解决问题；
- 热爱学习。

语言

当孩子来到这个世界时就已做好了沟通交流的准备。一开始，他们用声音、面部表情以及动作告诉我们他们需要什么。他们学着对我们的语句做出反应，并开始使用他们自己的词汇。孩子的听力、语言能力、阅读能力以及书写能力是连在一起的，无论他们听到的是哪种语言。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 当您在梳头、穿衣、做饭、打扫屋子或进行其它活动时，用语言告诉孩子您在做什么；
- 唱一些简单的歌给孩子听；
- 让孩子看人物、动物以及物品图片；
- 模仿孩子发出的声音，观察孩子的反应。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 通过听和说开始学习语言；
- 说出事物的名字，并说一些带两个字或三个字的句子；
- 在每天的交谈中开始对请求及问题做出反应。

当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 玩一些游戏，鼓励孩子说话，比如玩具电话；
- 为孩子读书，并解释新的词汇；
- 倾听孩子介绍新奇的事，比如参观动物园或参加生日聚会；
- 带孩子去拜访他们认识并喜爱的人。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 在开车或做家务时向您的孩子介绍新的词汇；
- 与孩子一起编故事，或通过使用玩具、布偶以及填充动物表演故事；
- 提议写下孩子告诉您的事，然后读出来给孩子听；
- 让孩子与家人及朋友通话。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 展示逐渐提高的、参与对话的能力；
- 了解简单的指示，并遵循指示；
- 使用越来越复杂的句子以及大量的词汇。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 倾听对话，并做出反应；
- 询问新词汇或不熟悉词汇的意思；
- 享受倾听口头语或书面语的乐趣，并做出反应；
- 与一小群人交谈时感到自在。

识 字

在孩子人生的最初五年，他们学到的技能将有助于他们成为成功的读者及作者。这些识字能力随着阅历而提高，比如看图片、唱一些带韵的歌、读书、涂写以及绘画。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 对孩子发生的声音做出反应，并重复这些声音；
- 对着孩子唱一些押韵的歌；
- 与孩子分享不同类型的书籍以及阅读材料；
- 与孩子一起写购物清单，并解释清单上的东西；
- 帮孩子学着使用粗大的蜡笔和粉笔。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 开始欣赏并学会如何使用书籍；
- 模仿您使用书写工具，并开始用蜡笔或标笔书写一些简单的标记；
- 开始认识到字母的发音。

当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 给孩子读一些押韵或带发音类似词语的诗及童话；
- 为生日或特殊活动制作卡片，让孩子添加插图或签名；
- 带孩子去图书馆借书；
- 帮孩子制作一些简单的、带家庭照片的书籍，并在照片下面写下家庭成员的名字；
- 为孩子指出街道指示以及组成字母，比如 S-T-O-P。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 在与孩子一起读书时，问孩子一些问题，比如：“接下来会发生什么呢？”；
- 跟孩子讨论一些押韵的字；
- 指出家里事物上的字，比如食品罐或衣服上的字；
- 帮孩子写下需要到杂货店购买的东西；
- 收集相关图片，这些图片以相同的字母或发音开头。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 提高孩子对词汇开始音以及结尾音的认识；
- 开始拥有一系列喜爱的读书；
- 展示对社区标示或食品标签上的字越来越强烈的认识。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 通过组诗或韵律认识到词语的发音规律；
- 重述带开头、中间部分以及结尾的故事；
- 对印出的字以及数字产生兴趣；
- 学着如何使用书面用语，并能够书写一些字母，特别是他们名字中的字母。

数学

在其人生最初的几个月里，孩子们展示出对数学概念的兴趣。通过一些简单的日常活动，您可以帮助孩子学习数字和数数、空间和尺寸、图形和图案。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 通过排列大小不同的物体，帮助孩子识别物体的尺寸；
- 帮孩子穿衣服时数纽扣或在给小吃时数饼干；
- 通过相关玩具，帮助孩子了解形状；
- 向孩子展示如何辨认图案 — 安排玩具或食物，问孩子它们是否相同。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 认识到物体是否相同，是多还是少。
- 使用一些数字，比如“一”或“二”。

当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 将数数设为日常活动。在散步时数步数或将食物放在盘子上时数食品数目；
- 让孩子把汤匙放在每位就餐人员前的餐巾纸上；
- 把大珠串成串，通过使用不同颜色或形状的珠子形成不同的图案；
- 让孩子帮您整理不同颜色和尺寸的袜子。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 让孩子帮您按照食谱使用不同的测量杯以及计量勺；
- 与孩子讨论时间。比如，“较长的时间”、“较短的时间”、“去学校前”或“晚餐后”；
- 帮孩子观察家里物品的形状，并画在纸上；
- 让孩子猜猜填满一个杯子需要多少颗葡萄，然后用葡萄干之类的较小的东西填充杯子，看看数字之间的差别。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 识别普通的形状，比如圆形、正方形以及三角形；
- 享受把类似的物品放在一起的乐趣；
- 根据尺寸（大或小）或位置（下面或上面）做出对比。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 通过不同的方式寻找模式以及测量物品；
- 学习如何数数；
- 了解如何对比尺寸和数量；
- 命名并描述形状特征。

科学

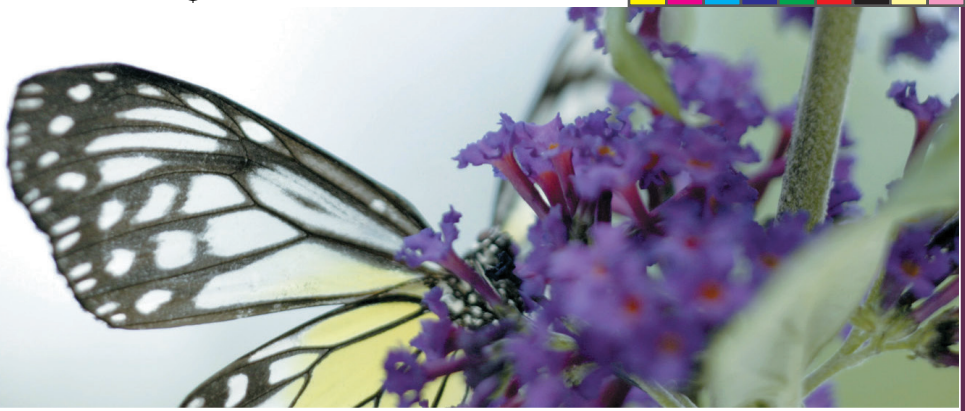
孩子们天生对周围的世界产生兴趣，他们对所看到的事物提出问题，调查事物，并试图预测有可能发生的事。通过家里的一些简单活动，您可以帮助孩子为在学校里喜欢学习科学的乐趣做好准备。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 给孩子各种各样安全的物品，探索不同的材质和气味；
- 把孩子带到一些有趣的、可以触摸或闻到气味的事物前，比如树上的叶子；
- 在社区里散步，向孩子介绍新的植物、动物和人；
- 让孩子玩一些对孩子行动作出反应的玩具，比如在孩子推拉时能够移动或发出声音的玩具；
- 每天带孩子出门，这样孩子可以感受不同的天气。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 使用感官探索事物；
- 识别并命名他们在书上或动物园里看到的动物；
- 预料行为的影响或玩具有可能作出的反应。



当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 向孩子展示事物和活动是如何联系在一起的，比如为什么蚂蚁聚在地上的一小块食物上；
- 阅读有关花朵或植物的书籍或目录册；
- 帮孩子照顾宠物，看它成长；
- 让孩子帮您使用果汁制作果冰，并解释冷藏库是如何将混合物变成固体。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 鼓励孩子收集石头之类的物品，并对比它们的尺寸、形状和颜色；
- 给孩子读书，并描述季节、植物以及蝴蝶之类的昆虫的变化；
- 将种子种在玻璃瓶里，这样孩子可以描述根、茎以及叶子生长的过程；
- 让孩子猜猜当阴云聚在一起或听到雷声时有可能会发生什么；
- 与孩子讨论天气，并说说天气对穿衣的影响。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 跟您谈谈正在发生的事以及在日常活动中观察到的东西；
- 向您提问，问您“为什么”某些事会发生；
- 培养对动植物之类的生物的欣赏能力。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 开始制定观察世界的流程；
- 试图弄清楚一些简单问题的答案；
- 识别并描述自然与各种事件的模式。

创造性艺术

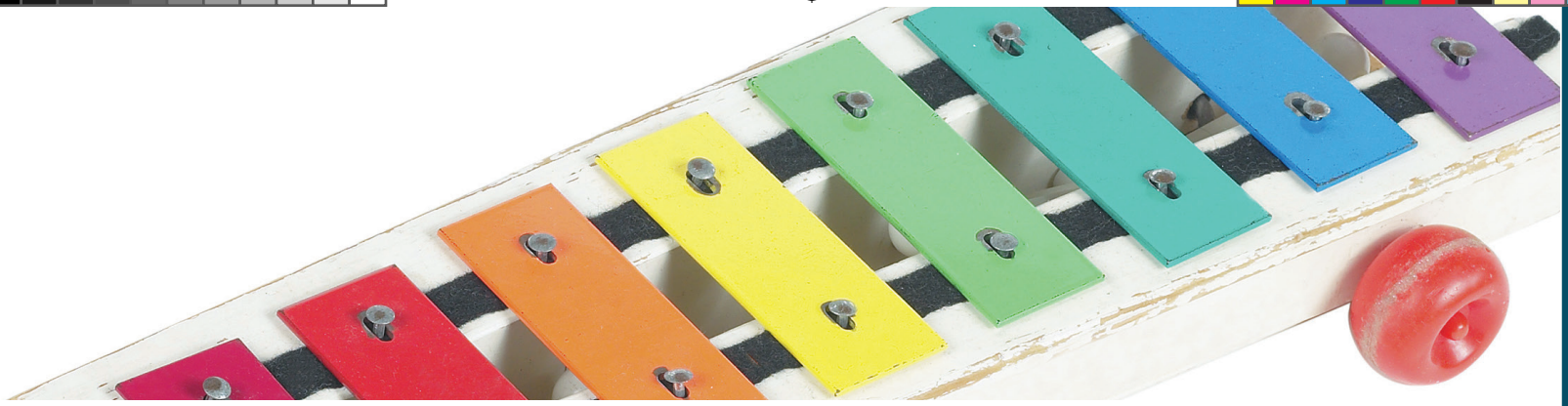
孩子们能够学习使用音乐、艺术以及装扮游戏来表达他们的想法和感受。当您鼓励孩子表达其想法并培养想象力时，您的孩子将发现新的兴趣，并培养进行交流的能力和方式。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 为孩子播放不同类型的音乐 — 节奏较快或较慢的音乐、大声或柔和的音乐等；
- 在听音乐时轻轻地移动孩子的身体；
- 通过提供类似的材料鼓励孩子模仿您的行动，比如在做菜时把材料混在一起；
- 在用手指或手在沙子或雪地上画图时，向孩子介绍什么是乐趣或制作标记。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 开始通过发音以及身体动作对声音以及音乐做出反应；
- 制造简单的标记和涂写；
- 模仿他人在日常活动中的动作。



当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 给孩子画画的机会，即使是用水在石头或人行道上画画；
- 在听音乐时行进或做出简单的动作；用上面、下面、快速以及慢速之类的词描述动作；
- 在随着音乐舞动时给孩子围巾或一小块布料；
- 把毯子放在桌子上，这样孩子可以建造一个假设的房子；
- 通过穿一件大衣衫或戴一顶帽子，让孩子在镜子前玩装扮游戏。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 在社区内散步，收集孩子可以使用的事物来创造艺术，比如五颜六色的树叶；
- 带孩子去学校、图书馆、公园或社区中心看不同类型的舞蹈表演；
- 通过假设在餐馆或在医生办公室让孩子玩“装扮”游戏；
- 让孩子用容器、勺子以及其它厨房用品创造音乐；
- 跟孩子谈谈所在建筑物和房子的形状、颜色以及设计。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 带着不断提高的兴趣参加音乐和舞蹈活动；
- 随便制作简单的图画；
- 通过假设玩具是真的或假扮某人培养想象力。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 通过艺术表达想法以及感受；
- 改善手眼协调；
- 解释真实与假扮之类的区别；
- 跟随音乐的拍子和旋律。

健康和生理发展

家长可以帮助孩子增强肌肉、控制他们的身体以及学习如何进行更为复杂的的动作。许多日常活动还可以帮助孩子了解健康生活的意义 — 从食用健康食品到刷牙。

当您的孩子是婴儿或学步儿童时：

- 给孩子翻滚、爬行、站立并走路的空间；
- 用玩具和物品向孩子展示如何用手，包括单独用手或将两只手合用；
- 帮助孩子学习如何让眼睛跟着物品移动，并试图拿到这些物品；
- 通过提供手拿食品，支持孩子对食用物品的兴趣；
- 设定固定的时间刷牙。

这些经历将帮助您的婴儿或学步儿童：

- 逐渐培养翻滚、坐、站立以及跑步的能力；
- 更容易抓物品，并将物品从一只手递到另一只手上；
- 开始参与日常个人护理活动，比如洗手、刷牙及吃东西。

当您的孩子长到 2 岁或 3 岁时：

- 把枕头和箱子放在地板上，让孩子四处爬；
- 玩一些简单的游戏，比如把球滚来滚去或踢来踢去；
- 鼓励孩子上下楼；
- 通过让孩子完成一些简单的任务让孩子帮您做菜，比如把面粉放在碗里；
- 通过向孩子解释为什么我们在公交车上坐下来、使用儿童座椅、过马路时看两边或食用健康食品教孩子安全和健康事宜。

当您的孩子长到 4 岁或 5 岁时：

- 通过某些活动帮助孩子改善平衡和协调，比如把绳子放在地上以便沿着绳子走，把一只脚放在另一只脚前；
- 带孩子去公园或学校的游乐场；
- 让孩子在吃饭时帮您上菜，并倒上饮料；
- 把铅笔、纸以及其它写字材料给孩子；
- 指出与健康和安全有关的场所和人员，比如医院和消防员，并和孩子讨论他们的工作。

这些经历将帮助您 2 岁或 3 岁的孩子：

- 展示逐渐提高的平衡、跳跃、踢球以及扔球的能力和控制力；
- 通过使用蜡笔或剪刀之类的工具提高能力以及敏捷度；
- 通过造物或拼图改善手眼协调；
- 了解保持安全和健康的重要性。

这些经历将帮助您 4 岁或 5 岁的孩子：

- 控制并增强大肌肉运动；
- 使用手部动作完成复杂任务；
- 了解食用健康食品的重要性；
- 完成日常任务，比如独立穿衣和去洗手间；
- 了解基本的健康和安全规则。

Fairfax Futures | 12011 Government Center Pkwy | Suite 920 | Fairfax, Virginia 22035 | www.fairfax-futures.org

欲获额外信息，请查看：

National Association for the Education of Young Children
www.naeyc.org

ZERO TO THREE
www.zerotothree.org

Family Communications, Inc. Mister Rogers Neighborhood
www.fci.org

PBS
www.pbs.org/wholechild/

Reading is Fundamental
www.rif.org/

Reach Out and Read
www.reachoutandread.org

Fairfax County Department of Family Services
www.fairfaxcounty.gov/dfs/childrenyouth/healthyfamilies-fairfax.htm

Fairfax County Office for Children
www.fairfaxcounty.gov/ofc

Fairfax County Public Schools
www.fcps.edu/is/earlychildhood/index.shtml

January 2015

Chinese Simplified