

在家学习： 为父母和看护人提供的有关早期 阶段学习的理念



当您的孩子在上早教中心、幼儿园或小学一年级时，我们说他们处于早期学习阶段。对某些孩子来说，这一阶段的学习有可能更迟。每个孩子学习的一部分是关于家庭和友谊，关于每个孩子的独特性，关于他们的身体、感受和做选择，以及对生命体的照顾。这是我们的健康和福祉学习的一部分，叫做人际关系、性健康及父母预备教育。

您是孩子的第一位老师，也是最重要的一位。您的孩子在就读早教中心、幼儿园或学校的同时，父母/看护人也有机会与教职工一起合作来帮助孩子学习。在接下来的几页中，我们将探索您可能如何来支持孩子的学习，这里还引用了一些其他父母被问及他们做了哪些来支持孩子学习时的回答。

当孩子们处于早期学习阶段时，我们会考虑“可教学时刻（teachable moments）”。这是指有些时候我们并未刻意计划学习活动，而某些刚刚发生的事情却为我们提供了帮助孩子学习的机会。谈到学习健康与福祉，这是我们思考如何可以支持孩子在家学习的一个好方法。在此提供了一些想法——这其中有些内容是显而易见的，您每天都会在做这些事情，在此提及只是因为这些确实能支持我们在学校里的学习。

了解家庭和友谊

- **谈论家庭。**

孩子们喜欢听到您在他们这个年纪时发生的事和您成长的故事，以及各地亲戚的事。您可以画出家族画像、家族树或开始一个家庭/自拍照画廊。您可以谈一谈我们整个大家族有何不同。总是有可能提醒孩子们，谁爱护他们、关心他们，谁无时无刻地支持他们。

- **谈论友谊。**

在家里和在社区里，父母可以帮助孩子接触其他孩子并与他们玩耍，从家庭成员到邻居，再到当地的游戏组或社团。有玩耍的空间并解决与他人相处的挑战，对孩子们是有益的——如分享物品或是有个孩子对他们不友好。父母们还可以表达出他们对看到友善、分享和合作时感到有多么高兴。

下面提到的这些书，我们学校里有一些，其他的书您也可以从当地图书馆借阅——如果图书馆里没有，那么他们有可能会为您订购。总是先自己阅读一下，然后再决定这些书是否适合在家使用。好好享受阅读的乐趣吧！

The Family Book by Todd Parr (《我爱我家》，作者：Todd Parr)

《我爱我家》赞美了我们对家的爱以及各种各样不同的家庭。

Families, Families, Families! by Suzanne Lang (《家庭，家庭，家庭!》，作者：Suzanne Lang)

如果彼此相爱，就是一个家庭。发现一大群傻傻的动物家庭，赞美大小家庭之中的爱。

We belong together: a book about adoption and families by Todd Parr

(《我们属于彼此：一本关于收养和家庭的书》，作者：Todd Parr)
这里有许多组成家庭的不同方式。只需要有爱。

Do you sing twinkle? A story about remarriage and new family by Sandra Levins

(《你唱“小星星”吗？一个关于再婚和新家庭的故事》，作者：Sandra Levins)
这本书处理了孩子在父母离婚后适应再婚和重组家庭时可能会有的诸多感受和问题。

Mommy, Mama and Me by Leslea Newman (《妈咪、妈妈和我》，作者：Leslea Newman)

从捉迷藏到化妆游戏，再到洗澡时间和晚安吻，相亲相爱的一家人没有什么不能一起做的。

Do you want to be my friend? By Eric Carle (《你想做我的朋友吗?》，作者：Eric Carle)

在这个经典故事中，小老鼠问道，你想做我的朋友吗？

The boy who built a wall around himself by Ali Redford (《男孩为自己建了一堵墙》，作者：Ali Redford)

男孩建起了一堵墙以保证自己的安全。躲在墙后，他感到强大，更受保护。然后，来了个友善的人……

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“我们有一个大家庭，所以我们经常会过一遍家里人的名字，确保他知道祖父母是谁，叔叔阿姨是谁，堂/表兄弟姐妹又是谁。”

“我爸爸（他爷爷）找出了一些我小时候的照片，那时的父亲和我就如同现在的我和儿子。这让我们三个人都感到有趣：我儿子了解了他的传承，我爸爸和我也能对八十年代的时尚潮流开个玩笑！”

了解每一个孩子都是独一无二的、特别的。

- **我们都是独一无二的！**

当您与孩子聊天，跟孩子一起玩的时候，提醒您的孩子，他们有多么重要、多么特别。您可以说一说他们擅长做的所有事情，他们独有的特质，以及您爱他们的哪些方面。您也可以让他们思考一下，是什么让他们的兄弟姐妹、

堂/表兄弟姐妹或朋友独一无二而又特别。

- **作为一个男孩或一个女孩。**

在上早教和小学一年级时，孩子们会得到鼓励对自己是谁感到满意，对于他们想要成为什么样的女孩或男孩感到满意。许多孩子符合人们通常对男孩或女孩喜好的预期——但有些孩子却不符合。在学校，我们将竭尽所能公平地对待所有孩子。在家里，您可以鼓励孩子去成为自己想成为的人，玩各种不同的玩具，装扮，做自己喜欢做的事，分担家里的各项任务，并帮助他们学习尊重其他孩子（不管是谁）。另外，鼓励男孩和女孩自愿交朋友，而不去把他们说成男女朋友的关系，这才是真正有帮助的。

这些书籍将有助于在家学习。您可以在当地图书馆里询问这些书籍：

All about Me by Debbie MacKinnon and Anthea Sieveking (《关于我的一切》，作者：Debbie MacKinnon和Anthea Sieveking)

孩子们通过取名字、数数、发现和对比来了解他们的身体和他们自己。

Colin and Lee, Carrot and Pea by Morag Hood (《科林和李、胡萝卜和小豌豆》，作者：Morag Hood)

帮助孩子们赞美个性化、友谊……和蔬菜！

I love you just the way you are by Tammi Salzano (《我就喜欢你本来的样子》，作者：Tammi Salzano)

妈妈和儿子按照日常惯例进行着各项家庭活动，比如角色扮演、阅读、画画和洗澡时间。

It's okay to be different by Todd Parr (《和别人不同也没关系》，作者：Todd Parr)

大胆鲜艳的色彩加上傻傻的场景，都是关于接纳、理解和自信。

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“我想要她成为一个有主见的女孩——成为她想成为的人。”

“从5岁以下到小学低年级，男孩女孩之间的友谊是很常见的。他们只是最好的朋友。”

“我儿子经常会指出那些与他生命中所见过的看起来不同的人。他最近说：‘妈妈看，那个女士只有一个手臂’。我就保持随意，对他说——是的，我们每个人生下来都不一样，有些人就只有一个手臂。妈咪的头发是棕色的，而爸爸没有头发，就像那样。”

了解他们的身体

- **我们的用词。**在早教和小学一年级时，我们会使用这些词：阴茎、外阴、臀部和乳头。我们这么做是因为如果孩子们掌握了正确的词语，就意味着我们都能够彼此理解。这会让他们更好地保护自己。而且认识到这些只是身体的各个部分，他们不应对此感到局促不安。您在需要跟他们谈论隐私部位的时候，可以

使用这些词。（说明一下，我们使用“外阴”一词是因为这是女孩能看到的生殖器部分的正确用词——而“阴道”是在里面一点的部分）。

- **我的身体属于我！**这是我们想要传达给孩子们的重要信息。孩子们能学到被触碰是他们的选择。在家里，您应确保不要告诉孩子，他们得亲吻某人说再见，或是得坐在某人的膝上——让孩子自己决定！您还应给孩子一个清晰的讯息，如果有人触摸了或试图触摸他/她的隐私部位，他/她可以告诉你，而且永远不会因此而遭罚。
- **在浴室里。**当您的孩子去上厕所或洗澡时，可以借此机鼓励他们去思考哪些是隐私部位。您也许已经听说了“内裤”定律，这是一种向孩子们说明内裤所覆盖的部分是隐私部位的方法。而且，除非您不得不去帮忙，孩子们可以开始独立地去做更多的事情。他们可以关上浴室的门，自己洗手，穿上衣服。

这些书籍将有助于在家学习。您可以在当地图书馆里询问这些书籍：

My body: Usborne Very First Words (Board Book) by Felicity Books (《Usborne最初词汇系列：我的身体》(硬纸板书)，作者：Felicity Books)

这本书包含了身体各部分的名称、感觉、衣服、我们可以做的事，以及我们的身体需要哪些来保持健康。

Lift the flap Questions and Answers about my body by Katie Daynes (《翻翻书——关于我的身体的问题和解答》，作者：Katie Daynes)

这本书充满了趣味性和知识性的绘图，帮助解答幼童提出的各种有关身体的问题。

It's My Body by Lory Freeman (《这是我的身体》，作者：Lory Freeman)

一本教导幼童如何抵抗不舒服的触摸的书。

Your body belongs to you by Cornelia Spelman (《你的身体属于你》，作者：Cornelia Spelman)

作者以简单而令人安心的语言，解释了孩子们可以拒绝一个友好的拥抱或亲吻（即使是来自他们所爱的某个人），但仍然是朋友。

My Body Belongs to Me from My Head to My Toes by Dagmar Geisler (《我的身体属于我——从头到脚趾头》，作者：Dagmar Geisler)

为孩子们提供自信去接受或拒绝他人的身体接触，有助于在不安的情形下给予孩子们一个声音。

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“我们经常谈到身体的各部分以及哪些部位是隐私的。从洗澡时他们都光着身子的时候开始谈。”

“我会去使用教给他们的词。”

了解感受和做选择

- **你感觉如何？** 在家里，您可以询问并谈论感受——不仅是在您的孩子兴奋或高兴时，而且还是在孩子有些忧虑或缺乏信心时。孩子可能还没有足够的词汇来解释为什么会有某些感受，但是您可以帮助他们认识到在不同的情形下他们的身体（或肚子里）如何感受。认识感受并鼓励交谈将会真正有助于现在和将来。
- **了解可以信赖的成年人。** 在早教和小学一年级时，我们会帮助孩子们了解能够帮助和支持他们的各种不同的成年人，以及什么人能够在他们感到忧虑或担心某事的时候提供帮助。您可以在家里谈论，您总是会守护着孩子，并帮助他们认识到在其生命中爱护并关心着他们的其他成年人。

这些书籍将有助于在家学习。您可以在当地图书馆里询问这些书籍：

I feel angry/I feel frightened/I feel sad/I'm worried（《我感到气愤》/《我感到害怕》/《我感到伤心》/《我感到担心》，作者：Brian Moses）
这几本书以一种有趣而令人安心的方式，集中描述了这些感受。

Little Meerkat's Big Panic: A story about learning new ways to feel calm by Jane Evans
（《小猫鼬的大恐慌：一个学习如何平心静气的故事》，作者：Jane Evans）
这本幽默的彩色故事书向2-6岁的儿童展示了如何在他们感到焦虑时让自己的身体和大脑平静下来的简单方法。

The Huge Bag of Worries by Virginia Ironside（《一大袋的烦恼》，作者：Virginia Ironside）
无论珍妮走到哪里，烦恼总是跟着她——在一个大大的蓝色袋子里！不过，外祖母可以帮助她。这个故事会对所有偶尔有自己烦恼的孩子们具有吸引力。

My many coloured days by Dr Seuss（《我的许多色彩缤纷的日子》，作者：Dr Seuss）
“我在不同颜色的日子里有多少变化方式，一定会让你感到吃惊”。Dr Seuss带着读者走向一个通往许多不同心情的旅程。

No Means No! by Jayneen Sanders and Cherie Zamazing（《不行就是不行！作者：Jayneen Sanders和Cherie Zamazing》）
“不行就是不行！”是一本儿童绘本，讲述了一个有主见的小女孩，她在所有事情上都有一个非常强大而清楚的声音。

Oliver who was small but mighty by Mara Bergman and Nick Maland（《奥利弗人虽小但内心强大》，作者：Mara Bergman和Nick Maland）
奥利弗人虽小，但他希望自己又高又强大。这个故事是关于克服你的恐惧。

“他不对重大的事情做决定，但是会做出自己的决定，然后看看事情的结果会如何”。

“在帮助孩子做选择和决定的时候，我总是向儿子解释，他的身体是私有的，只有他能决定谁可以触碰他。比如，如果他不想与一位亲戚或朋友在告别时拥抱或亲吻，那没有关系。我不会逼他去做，我也不允许任何人试图改变他的心意。我想要让他明白，他总是可以说‘不’，可以对一个大人说‘不’，因为大人们不总是都对。”

了解照顾生命体

- **照顾生命体。** 在家里，您可以种植并照管植物或蔬菜，也可以让孩子们承担一些照顾宠物的责任。
- **怀孕。** 在学校里，我们将会使用一些下面列出的书籍来谈论怀孕是如何开始的以及婴儿如何在妈咪的子宫里长大。在家里或在大家庭中或与朋友在一起时，都会有机会让孩子们遇到孕妇并与其交谈；孩子们会很好奇并为此着迷，想要知道更多！家里如果有孕妇，有刚出生的弟弟妹妹或表/堂弟妹，都是了解整个孕期发展的好机会。
- **婴儿需要什么？** 尽管孩子们还很年幼，但是我们想要他们了解一个婴儿要健康、快乐并且安全所需要的一切。此外，您可以用个人经历来帮助孩子学习。您可以聊一聊他们曾经是什么样的婴儿，什么有助于安抚他们，什么保证了他们健康、快乐并且安全。如果家里有小弟弟、小妹妹或表/堂弟妹，那么让您的孩子参与进来，帮助他们认识婴儿的需要并对此做出反应。

这些书籍将有助于在家学习。您可以在当地图书馆里询问这些书籍：

I want a pet by Lauren Child (《我想要一个宠物》，作者：Lauren Child)
年幼的讲述者越渴望拥有一个宠物，她的建议就越发离奇古怪！

What Did I look Like When I Was a Baby? by Jeanne Willis and Tony Ross
(《当我还是一个婴儿时，我长什么样子？》，作者：Jeanne Willis 和 Tony Ross)
这本书以一种诙谐有趣、通俗易懂的风格，探索了家庭的性格和基因。

How did I Begin? by Mick Manning and Brita Granstrom (《我是怎么来的？》，作者：Mick Manning 和 Brita Granstrom)
这本书用温暖而亲切的语气为年幼儿童介绍了生命的事实，讲述了一个新生命从怀孕时刻到婴儿出生的故事。

Before you were born by Jennifer Davis (《在你出生以前》，作者：Jennifer Davis)
这本书以喜庆而创新的方式讲述了怀孕。

How are babies made? by Alastair Smith (《婴儿是怎么来的？》，作者：Alastair Smith)
用翻翻书，看到婴儿在成长中的变化。

Now We Have a Baby by (《现在我们有了一个宝宝》，作者：Lois Rock)
为新生儿可能对年幼儿童的生活和家庭产生的影响做好准备。

“我女儿今年3岁，我正怀有第二个宝宝，她开始问一些关于身体部位的问题，一般是在她洗澡的时候，或是在看见爸爸妈妈洗澡换衣服的时候。这是她的一个最新发展，我们会对一切问题给予正确的用词，而不是用绰号。”