

# 幼儿活动节目单

亲爱的家长们

对于您的孩子来说，大量的日常活动，并从生活中观察理解是具体而真实的学习。课外活动对孩子是没有坏处的，即使他做错了，再尝试，再训练，这就是我们学习的方式和走向成功的办法。

您孩子的生活需要有规律和节奏。

试着让他每天按时起床睡午觉和睡觉。

试着让他每天同样的时间进行某些同样的活动。例如：早上画图画，下午下棋或游戏，上床睡觉前给他读故事。

如果您不会说法语，请使用您自己的语言做这个表中的活动。

## 数学练习：

- 在日常生活中学习数数：例如，如果您要做一个西红柿炒鸡蛋，请孩子去拿 4 个西红柿和两个鸡蛋来，帮忙准备 4 个人的餐具，数数桌上有几个苹果，几个梨。数数有几块积木，几辆玩具汽车，
- 与他做分类练习：例如：把玩具汽车从最小到最大排列，把东西按照颜色分类，把几个盒子按照大小顺序装在一起等等。
- 通过询问您的孩子来学时间的概念：今天是几号？我们几月几号，星期几？
- 和孩子一起做拼图游戏。
- 利用房屋里的摆设，家具和空间，学习这些东西的名称以及“旁边”，“上面”，“下面”等词汇的用法。例如：车在车库里，鞋在床下面，书在桌子上面等等，问他的可爱的玩具藏在哪里。
- 和他一起玩棋盘游戏：纸牌游戏，多米诺骨牌，小鹅，小马游戏等。年龄小的孩子很容易精神不集中，这是正常现象，也是学习的过程。

## 语言训练：

- 给您的孩子讲或一起听一个故事，并要求他再讲一遍那个故事，如果他做不到，可以用提问的方式帮助他。
- 请孩子讲解书中的一张图画。
- 请他讲刚刚看过的动画片（要慢慢来，最好每天半个小时，避免在早晨醒着或睡觉前晚上去做）。请孩子讲述在学校或在他身边发生的事情。
- 如果他讲述的时候有困难，请帮助他换另一种方式来讲。如果有的词他说不出来，请孩子停下，教他怎样说，并让他重复。
- 给孩子讲一个棋盘游戏的规则，直到他听懂了，就和他一起玩。

### 生活实践：

- 让他帮忙做家务事：摆桌子，收拾，整理东西等等。
- 和他一起做饭，教他认原材料的名称并重复做饭所用的材料及步骤。
- 让孩子自己穿衣服，说出每件的名称，并按顺序穿戴。例如：内裤，背心，棉毛衫，袜子帽子等等。
- 小一点的，可以让他把鞋带穿入鞋眼中，大一点的就教他系鞋带了。
- 如果家里有，就和孩子一起照料小动物，浇灌植物花草。
- 使用衣夹和您一起晾衣服。
- 和孩子一起按照大小和颜色的不同给家里人分袜子。

### 艺术与手工：

- 请他画想要画的东西，或一天中的某个时刻观察到的东西。
- 和他一起听音乐，问他是否喜欢它，为什么？
- 和孩子一起玩橡皮泥或咸面团。做面球，面棍，动物等等不同形状的东西。
- 和孩子一起伴随喜欢的音乐跳舞。
- 让孩子模仿动物的行走，像青蛙一样跳跃，像蛇一样爬行等等。
- 和孩子一起用不同的工具参与做饭，如铲子，勺子，漏斗，锅，杆面棍，比如让水穿过漏斗后流进盆中等等，做完后和您一起打扫整理。
- 教他并和他一起唱童谣。
- 让孩子注意听室外的声音，并让他猜猜是什么？
- 让孩子画个东西让别人猜。
- 和孩子一起玩有建筑性的，可堆叠或内置的游戏如：乐高积木(lego), kapla，这些也可以用高脚杯，酸奶罐等代替。

### 体育活动：

- 与家人一起进行全面的热身活动和进行体育锻炼，平衡，跳跃，掷骰，或不需要很多空间的跳舞及伸展运动。
- 让孩子在垫子上走而不摔倒。
- 让孩子走直线并保持平衡。
- 让孩子在椅子下爬行。
- 和孩子一起将袜子扔进地上或桌上的篮子里。

### 科学实践：

- 和他在土里或棉花上种下豆类，南瓜，向日葵等等，然后把它们画下来，观察并每周画一次种下的植物的生长过程。
- 让他品尝食品，并分清甜的，咸的。大一点的可以问问他吃的是什么。
- 蒙上眼睛后触摸物体并说出它们的质感，如软的，硬的，圆的，尖的，毛绒绒的，冷冰冰的。
- 气候允许的情况下到室外，公园，大自然去，出不去时，可以隔着窗户观察感受天气的冷暖，潮湿，干燥，感受风雨，观看云朵和花草。

# 小学生活动节目单

亲爱的家长们

对于您的孩子来说，大量的日常活动，并从生活中观察理解是具体而真实的学习。课外活动对孩子是没有坏处的，即使他做错了，再尝试，再训练，这就是我们学习的方式和走向成功的办法。

您孩子的生活需要有规律和节奏。

- 尝试让他每天按时起床，睡觉。
- 尝试让他每天按时进行某些活动。例如：早上画画，下午玩棋盘游戏，上床睡觉前看书或听讲故事。

**如果您不会说法语，请使用您自己的语言进行此表中的活动。**

## 数学练习：

- 在日常生活学习数数：例如做饭，请孩子和您一起准备从原来一个人的用料增加到给两个，四个人的。更难一点，从给 6 个人的提高到 8 个人的用料。
- 和他一起称重量，测量家里的东西，比如将他的体重，身高与别人进行比较。例如：几个酸奶摞在一起与酱油瓶一样高？高了多少，低了多少。
- 认识时光倒流的方式：每天询问您的孩子今天是几号？昨天呢。现在几点？你要在半小时内完成某件事，告诉我那将是几点。计算该活动持续了多长时间。
- 和他一起玩棋盘游戏，纸牌游戏，国际象棋，西洋跳棋等等。让他说谁赢了，怎么赢的。
- 画他自己房间的平面图，也可以画家里的，邻居的，小区街道的图。
- 教他认识东（太阳升起）南，西（太阳落山），北。
- 每天和他一起观察太阳升起和落山的时间。
- 每天要他在日历上写下一个单词/词组，一项活动，一个挑战，一个记忆，一个人名，一个玩笑，一种情感等。

## 语言练习：

- 给您的孩子读一个故事，并要求他再讲一遍故事。如果他遇到困难，可用提问的方法帮助他。
- 请您的孩子讲一个他刚刚看过的动画片，避免早上起床时或晚上睡觉前。请他试着画这个动画片并加以对话，甚至可以改变故事的结尾。
- 请孩子讲讲一天里发生的事情，例如，在学校或在街上。当他讲不好时，要求他以另一种方式来表达同样的内容。
- 给他提供阅读的乐趣：杂志，漫画，小说，连环画等。
- 写他想到东西，叙述一本书，一个动画片，一本画册的摘要，他白天的所作所为，给他的朋友写一句话等。
- 给家人写信或电子邮件。
- 给家庭成员大声朗读，并可以与他们更换角色，改变声音来分享这个对话。
- 和他一起玩棋盘游戏，玩后，请他在讲解游戏规则。

- 画画并让别人猜猜画的是什么。画一个表情一个单词及它的反义词 如：高兴生气等。

### 生活实践：

- 让他参加家务劳动，摆桌子，收碗筷，叠衣服等等。
- 和他一起做饭，要求他说出配料的名称。对于年龄大一点的孩子，请他按照原配料的重量及步骤自己做一次。
- 如果家里有，请他一起照顾花草和小动物。
- 画家里的植物或动物。

### 艺术与手工：

- 让他画想画的事物，比如，白天看见什么，夜里梦见什么？
- 让他边听音乐边画。
- 可以用彩色纸或彩色画报剪成碎片，拼贴有型，无形的图。
- 让他用橡皮泥，面团，碎木块，铁丝，纸板，包装材料等可利用的材料做个立体东西。
- 和他一起听段音乐或歌曲，问他是否喜欢，为什么。
- 随着一首曲子，从头到尾按节奏拍打。
- 和他一起唱歌
- 模仿动物，如像青蛙一样跳跃，像蛇一样爬行等等。
- 画个东西叫别人猜。
- 和他一起玩搭积木等有建筑趣味的游戏，试着往难里做，比如积木堆到最高而不倒塌。
- 让他给家人读或朗诵他喜欢的诗，并采用不同的方式，比如悄悄的，愤怒的，兴奋的表达。
- 试着在本子上给喜欢的书，诗歌，歌曲等画插图。
- 给自己化妆，目的是让人猜不出他是谁，并照下来
- 用家里可用的东西堆起一个高塔，越高越好，并量出它的高度。

### 体育活动

- 和家人一起做体操，舞蹈，伸展运动前的热身活动。
- 做平衡，跳滚等不需要很大空间的活动。
- 和他一起伴着喜欢的音乐跳舞。

### 科学实践

- 让他种豆类，蔬菜等植物，然后把它们画下来，观察并每周画一次种下的植物的生长过程。
- 如果家里有小动物，请仔细观察，提出问题，并试着找出答案。
- 到大自然或公园里去观察不同的植物，花草，动物。
- 用回收物做个降落伞。可以和同学比一比谁做的好。哪个人的降落伞最后落地，他的降落伞就是最好的。

**大哥哥姐姐们可以帮助弟弟妹妹做这些有意的活动**