

10岁孩子参与创作的家教书
首部亲子共读的家教书

李一诺 赵白杨 李晓辉

编著

李一慢 新阅读研究所研究员
蔡伟忠 著名美籍教育专家

联袂推荐

- 10岁孩子参与创作的家教书，从孩子的角度反观家长的教育
 - 首部亲子共读的家教书，家长与孩子双方心路历程倾情对话
 - 小屁孩家庭音乐会，孩子的烹饪比赛，魔术比赛……
- 12个有趣的家庭活动，告诉你活动背后的育儿智慧



The pivot for children

12 family activities to enhance fun and growth

让孩子快乐成长的 12 个家庭活动



给孩子一个

支点

广东出版集团

广东教育出版社

全国优秀出版社

全国百佳图书出版单位

给孩子一个支点

● 让孩子快乐成长的十二个家庭活动

李一诺 赵白杨 李晓辉◎编著



广东出版集团

全国优秀出版社

全国百佳图书出版单位



广东教育出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

给孩子一个支点：让孩子快乐成长的十二个家庭活动 / 李一诺，赵白杨，李晓辉编著. —广州：广东教育出版社，2014. 6

ISBN 978-7-5548-0034-8

I. ①给… II. ①李… ②赵… ③李… III. ①活动性游戏 IV. ①G898. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第121225号

责任编辑：戴 森 林检妹

装帧设计：范 霓

责任技编：杨启承

封面设计：做书工坊

GEI HAI ZI YI GE ZHI DIAN RANG HAI ZI KUAI LE CHENG ZHANG DE SHI ER GE JIA TING HUO DONG

给孩子一个支点：让孩子快乐成长的十二个家庭活动

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路472号12-15楼)

邮政编码：510075

网址：<http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

(佛山市南海区狮山科技工业园A区)

889毫米×1194毫米 24开本 8.75印张 175 000字

2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

印数1-5 000册

ISBN 978-7-5548-0034-8

定价：29.80元

质量监督电话：020-87613102 邮箱：gjs-quality@gdpg.com.cn

购书咨询电话：020-87615809

目录
contents

序言（一） 愿家家有本好念的育儿经 / 1

序言（二） 寻找孩子成长的支点 / 6

小屁孩家庭音乐会——让胆小的孩子自信起来 / 1

“谁是厨王”争霸赛——会做饭的孩子走到哪都能活下去 / 24

小小魔术师的秘密——让孩子成为一个受欢迎的人 / 43

写给耐克总裁的一封信——每棵大树都是从一粒种子开始 / 71

藏宝图中的幸福——爱是一种能力 / 85

书香寒假征文比赛——孩子写作文其实很容易 / 98

我和“牛仔”有个约会——孩子和宠物的相处守则 / 113

我的对手是老爸——父亲是孩子的好玩伴 / 124

舞文弄墨写春联——让传统文化的学习更有趣 / 133

别出心裁的“自荐”表——自己的事情自己做 / 148

“纸尿裤”篮球队——对孩子的健康负责 / 160

赛车总动员——把游戏的权利还给孩子 / 173

后记 童年是无价的财富 / 191



●小屁孩家庭音乐会

——让胆小的孩子自信起来

每到假期，孩子们会举办各种主题不一的音乐会。他们分工合作：筹划节目，制作海报、门票，准备演出服装……踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫，孩子胆小、不乐意表现自己的问题，在家庭这个小小的舞台迎刃而解。



问题聚焦

经常听到一些家长抱怨自己的孩子害羞、怕生、不爱讲话，做什么事情都缩手缩脚……诸如此类的问题，归结起来，与孩子不自信有着必然联系。因为不自信，这些孩子在公众场合不敢讲话，在面对陌生人或陌生环境时会害羞、不安，在学习和生活上缺乏主动性和勇气，因此错过了很多学习和表现的机会。一诺小时候正是这一类型，虽然多才多艺，可是很不愿意在人前表现自己，关键时候总是退缩、掉链子。可以说，胆小是孩子成长道路上的绊脚石。孩子为什么会形成胆小的性格？如何才能帮助孩子克服胆小的弱点？心理学家分析，孩子之所以胆小，除了先天的因素，家庭氛围、后天教养方式是一个重要的原因。

每到寒暑假，老家大大小小的孩子都会来我家度假，漫长的假期里孩子们除了旅游、运动、阅读，似乎还有大量的空余时间。有一次，妈妈看到孩子们兴致极高地弹着琴唱着歌，手舞足蹈，自娱自乐，不禁灵光一闪，萌发出让孩子们举行家庭音乐会的念头，也许可以给孩子们一些锻炼，让他们的胆量、自信心得到增强。于

是，从那时候起，每到假期，孩子们就会举办各种主题不一的音乐会。他们分工合作：筹划节目，制作海报、门票，准备演出服装……音乐会上各尽所能，吹拉弹唱各显神通，宛若一场真正的晚会。

踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫。看似复杂的问题，居然在家庭这个小小的舞台迎刃而解。在家庭这个舞台上，每个孩子都是主角，孩子们可以尽情地表现自己的艺术天赋，尽情享受艺术活动带来的欢喜和愉悦。因为是在自己家里举行的活动，没有太多的约束，孩子们可以随心所欲按自己的意愿表现自己，形式更多样，内容更丰富。这样的活动孩子更加乐于参加，也更能激发他们的创造力、想象力。每次活动后，孩子们都意犹未尽，大人们也暂时忘却了工作的劳累，尽情地享受这一欢乐时刻。

不知不觉中，孩子们就这么自信地成长起来了！



给孩子一个支点——让孩子快乐成长的十二个家庭活动



时 间：2011年7月31日

主 题：以器乐演奏为主，主要表现孩子们“吹拉弹唱”的功夫

策划及参与人员：赵梓桐 赵子豪 李一诺 赵子奇



孩子的想法总是很多，作为父母千万不要觉得这些想法无足轻重，一笑置之。当孩子有好的想法时，称职的父母能够第一时间捕捉到这些灵感，及时地给予支持和鼓励，并引导孩子去实现自己的想法。

（一）灵光一闪

说到暑假，我就脑袋疼。为什么？因为暑假里真是无聊透了。玩，够玩；吃，够吃……总之，什么都有，真想给自己找点乐子！

一天，我的脑子里突如其来地冒出一个想法：为什么不搞一个晚会呢？那该多有意思啊！

我的点子得到妈妈的大力支持。经过我们一番商量后，决定举行一场音乐会。因为我们这“活宝四人组”个个都是精通艺术的小音乐家。从小练琴，终于有机会在美轮美奂的舞台上大显身手啦！

“舞台？你指的是？”姐姐一脸疑惑。

“至于舞台嘛……”我一时语塞，接不上来了。



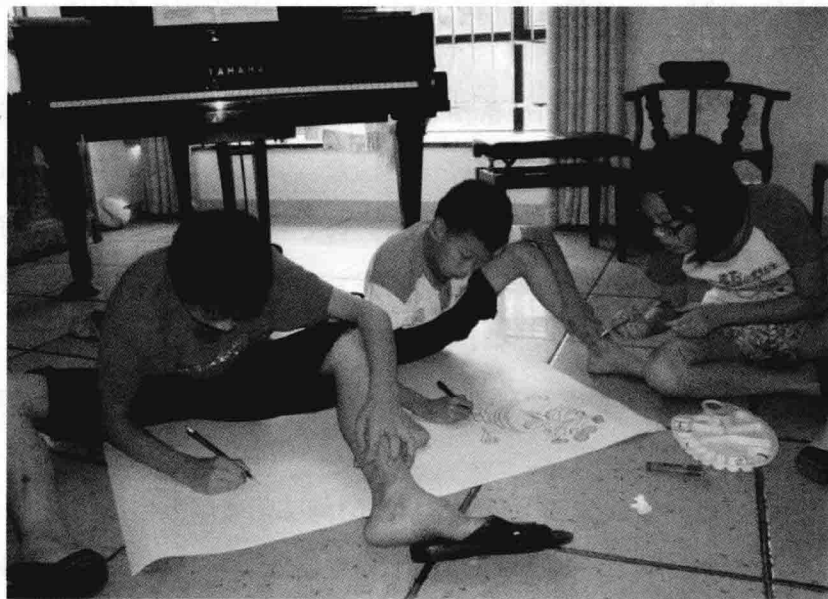
“或许我们可以搞一个家庭音乐会！”妈妈满肚子的主意，“嗯，这个建议不错！”我竖起大拇指。

就这样，家庭音乐会的工作，开始喽！

（二）制作海报

首先，我们需要一张海报。我与哥哥姐姐画了一张超大的海报，工作中总是要跑上跑下的，可是没有服务员，这可怎么办呐？

在制作海报和节目单的时候，为了让节目单更加吸引人，妈妈提醒孩子们写上一些有关音乐的话语，于是，四个小孩子俨然成了小诗人，“音乐是徐志摩的再别康桥，音乐是周杰伦的青花瓷……”那些既有童趣又充满着诗意的话语像泉水一样汩汩而出。





弟弟自告奋勇当我们的服务员，看他那认真的样子，争着做每一件事情，不喊一声累，我们是打心眼里满意。

我们几个齐心协力，花了一上午才安排好节目。噢！忘了制作节目单。我们急忙把节目单打到电脑上，再想方设法地把它设计得漂亮一点。下午，我们一起制作了一份超级吸引人的水粉海报，海报上标明了音乐会的地点和时间：地点就在我家，时间是2011年7月31日晚上7:30分。关于门票问题，这可是秘密，我可以透露一点点给你哦！主办方绞尽脑汁密谋了一晚上，门票最终被定为10元人民币，保密哦！

一切准备妥当，我们带着精心准备的海报、剪刀、透明胶，骑着自行车去找张贴的地方。经过一番侦查，我们决定将海报贴在16栋“维也纳”（在我们居住的小区里，每一幢楼房都以一座城市命名）的一根“擎天大柱”上。为什么呢？不说你们也知道，维也纳是世界上最有名的音乐之都嘛！

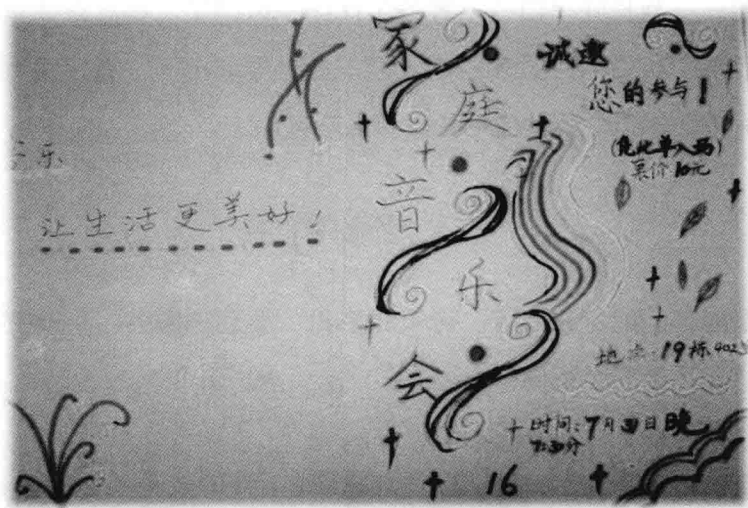
哥哥花了九牛二虎之力才将海报贴好，看来贴海报也挺费劲的。

离音乐会只剩仅仅三天了，得抓紧时间练习表演节目！

贴完海报的第二天，我们几个小鬼趁着还没吃早餐，鬼鬼祟祟

地来到“维也纳”，知道我们来做什么吗？当然是想看看音乐会“人气”增长了多少，我们故意装作路人的样子。

“哎，这里在搞什么名堂啊？”我觉得我的演技不错。



毕竟是小孩的活动，虽然贴了宣传海报，但是不一定会有人来参加，所以我们事先特别邀请一些朋友来“捧场”，想方设法拉点人气，不然很可能因为参与者寥寥无几，活动草草收场，打击了孩子们的积极性。

“噢，是一场音乐会！”姐姐“惊讶”地说（完全入戏）。

“肯定是场超酷的音乐会！”哥哥假惺惺地说道。

我们一边演戏，一边留意着围观者的表情。

许多老老少少都在关注我们的音乐会。哈哈！这次收获肯定不是一般的大！当然，我们也不是完全为了金钱嘛，其实这次音乐会



主要是想锻炼我们的胆量与勇气，丰富一下我们的假期生活！既能得到更多的锻炼，又能获得一点点经济效益，一举两得，何乐而不为呢？

啊——我长吁一口气，筹备工作终于做完了，看起来效果好像还不错呢！但这并不代表结束，两天后就要演出了，真正的考验还在后头呢。不过忙碌的生活总是那么充实！

（三）紧张的彩排

最痛苦的时刻来临了，今天是彩排，要翻来覆去，一遍又一遍地排练音乐会的全程啊！

彩排开始了，准备——

气势宏大的音乐响起，我们四大天王大摇大摆地走下了台阶。

“早上好，女士们，先生们”我和弟弟必须故意把声音放得低沉点。

“欢迎来到我们的家庭音乐会”姐姐显得很有气势。

“……”（台上一阵寂静）

哥哥竟然忘词了，我们用锐利的眼光使劲儿盯着他。

“大家安静！我们或许得讨论一下，为什么会出现这种错误，



怎样才能解决这个问题，避免下次再犯？”

讨论之后，我们定了个规矩：凡是台词都要用心记牢，如果万一在台上忘记了，就按照自己的思路去说。

我们不记得排练了多少遍，已经筋疲力尽了，但想起即将开始的音乐会，在妈妈的鼓励下，我们咬牙坚持彩排了一遍又一遍，终于达到了最佳的效果。我想摆脱这“困境”，于是我随便找了个借口：

“对了！妈妈，我们还没有准备音乐会的点心呢！”

“哦，那你们赶紧去吧！”

哈哈！成功了！

在花园外面兜了几圈，买了一些零食，顿时觉得心旷神怡，精神多了！我们还准备了一份神秘礼物作为抽奖环节的奖品呢。（高级机密，不能公布哦！）

都安排好了，但愿今晚做个好梦……

（四）音乐响起

正式表演的一天终于到了。早上七点我急忙叫醒几个“懒虫音乐家”以及“现场服务员”妈妈和“摄影师”爸爸。

成长观测站

千万别拿自己当局外人或旁观者，需要爸爸妈妈做的事情多着呢。后勤保障工作到位了，孩子们才能全力以赴投入到节目表演中去，活动质量才有保障。更何况爸爸妈妈的加入会让孩子感受到来自父母的关注，也让孩子更加有信心。





我们又临时彩排了一下，没有任何问题。

一小时、两小时、三小时……总算熬到了晚上。我们几个开始分工合作：妈妈把客厅布置成音乐厅，我做点心，弟弟在门外候着，哥哥姐姐整理台词……

7点钟售票，7:30分音乐会正式开始。我与哥哥姐姐跑出门外，看一下弟弟的“收获成果”，结果让我们很吃惊：一张票也没售出去！“再等等吧，也许就会有人来的！”

我们盯着夜空，以此来消磨时间。正当我们发愁之时，“叮咚！叮咚！”门外忽然传来几声清脆的铃声，这可是天籁之音啊！

弟弟一个箭步冲出门外，是一位小区的保安。

“您好！请问是来听音乐会的吗？”弟弟彬彬有礼地说。

“是的。”

保安叔叔付了钱，便拿了一张票进去了。

接着，一拨又一拨的客人陆续来到了我们的音乐会，甭提有多高兴了，但是高兴之余又夹杂着一丝紧张的心情。

“八点了，早就超时了。”哥哥抬起手腕，看了看表。

音乐会终于正式开始了，我此时根本压抑不住激动的心情。

“晚上好，女士们和先生们。”



“欢迎来到家庭音乐会”

“一首竹笛独奏《北京喜讯到边疆》将拉开我们音乐会的序幕！”

姐姐走上舞台，向观众鞠了个躬，优雅地吹起了笛子。

现场气氛很欢乐，因为这是一首节奏欢快的曲子。

接下来是哥哥的英文歌曲*Take a bow*（《鞠躬谢幕》）。啊，吓死俺了，哥哥因为太投入了，没注意舞台后面，差点摔了个跟头！

到我的钢琴独奏了，我的手掌心出了汗。

姐姐走上台：“下面有请钢琴小王子——李一诺，为我们带来钢琴独奏*Summer*（《夏天》）！”

我看着“高大威猛”的三角钢琴，我必须“制服”它。因为*Summer*是久石让的一首欢快曲子，所以我故意摇摆着身子，表现出很陶醉的样子。（很假的，呵呵！）

此时，房间里的姐姐正口干的不行，今天为了彩排，她连一口水也没喝。下一个节目就是她的独唱了，看来她这次是有麻烦了！

弟弟：“下面赵梓桐给我们带来歌曲《我就要大声唱歌》，大家掌声有请！”

姐姐走上台，喉咙已经快要冒烟了。她急中生智，对观众说：



成长观礼站

合作表演对孩子们的音乐素养有一定的挑战，如孩子们合作演出《龙的传人》，子奇吹葫芦丝，一诺钢琴伴奏，梓桐则在音乐的中间加入唱歌，子豪负责B-box。整体感觉不仅和谐，而且美妙动听，也许这种自发生长的灵感才能真正让孩子们感受到音乐的魅力吧！

“请允许我先喝一杯水！”

哦，天啊！我还差点忘了一件事：播放音乐。我鬼鬼祟祟地跑上台（结果所有观众的目光都转移到了我身上），帮姐姐放了音乐，便一溜烟似的“消失”在舞台后。

到我们的组合表演《龙的传人》了，我们各司其职，弟弟是主旋律，吹葫芦丝，我弹钢琴伴奏，姐姐是主唱，哥哥则负责B-box（用嘴打节奏）。听起来很酷吧！

我们配合得很好，我松了口气！

