

每日7分钟

让绘本滋养 孩子的头脑 和心灵

简单有效的
绘本阅读法

附带绘本推荐

66本



〔日〕山本直美 著 林静 熊芝 译

7 MINUTES A DAY
USING PICTURE
BOOK TO NOURISH
CHILDREN'S
MIND & SOUL

每日7分钟

让绘本滋养 孩子的头脑 和心灵

简单有效的
绘本阅读法

附带绘本推荐

66 本

7 MINUTES A DAY
USING PICTURE
BOOK TO NOURISH
CHILDREN'S
MIND & SOUL

图书在版编目 (C I P) 数据

每日 7 分钟 : 让绘本滋养孩子的头脑和心灵 / (日)
山本直美著 ; 林静 , 熊芝译 . — 宁波 : 宁波出版社 ,
2016.6

ISBN 978-7-5526-2468-7

I . ① 每… II . ① 山… ② 林… ③ 熊… III . ① 阅读课
— 学期教育 — 教学参考资料 IV . ① G613.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 092068 号

KODOMO NO KOKORO TO ATAMA WO HAGUKUMU MAINICHI 7-FUN,
EHON LESSON

by Naomi Yamamoto

Copyright©Naomi Yamamoto, 2011

Original Japanese edition published by Nitto Shoin Honsha Co.,Ltd.

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with
Nitto Shoin Honsha Co.,Ltd., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency,Inc., Tokyo
through Bardor-Chinese Media Agency, Taipei
Simplified Chinese translation copyright ©2016 by Beijing Poplar Culture Project Co., Ltd.
All rights reserved.

本书中文简体字版由日本株式会社日东书院本社独家授权
版权合同登记号 : 11-2016-220 号

蒲蒲兰文库

每日 7 分钟 让绘本滋养孩子的头脑和心灵

〔 日 〕 山本直美 著 林静 熊芝 译

责任编辑 : 陈静 梁建建

特约编辑 : 李波 陈萌 焦东雨

责任校对 : 张爱妮

责任审读 : 李强

出版发行 : 宁波出版社

(宁波市甬江大道 1 号宁波书城 8 号楼 6 楼 315040)

经 销 : 全国新华书店

印 制 : 鸿博昊天科技有限公司

版 次 : 2016 年 6 月第 1 版 印次 : 2016 年 6 月第 1 次印刷

开 本 : 889mm X 1194mm 1/32

字 数 : 80 千

印 张 : 4

书 号 : ISBN 978-7-5526-2468-7

定 价 : 35.00 元

前言

不用担心自己家的孩子是不是不喜欢绘本！
只要参照本书的内容一步一步地前进，
每个孩子都会喜欢绘本，喜欢读书。

我经营着一家叫做“Little Pulse”的亲子教室，在这里，所有的孩子都非常喜欢绘本。上了小学之后，他们都成了喜欢读书的孩子，几乎每次回亲子教室玩的时候，书包里都放着几本童书。

我发现很多父母都有“孩子看绘本好”“孩子天生就喜欢绘本”的想法。但是，事实上怎么样呢？家长期待看到孩子开心的样子而去买了一堆绘本，可是孩子呢，不要说开心了，有时连翻也不愿意翻……想读给孩子听，可孩子别说听了，就连好好坐着都不行……面对这样的状况，很多家长可能会愕然：“难道我的孩子不喜欢绘本？”期待变成了不安。

我从担任幼儿园老师起，就一直希望孩子们能喜欢绘本。这其中，一方面的原因是我自己也喜欢绘本，还有一方面的原

因是长期从事幼儿教育工作的经验告诉我，能够享受绘本世界乐趣的孩子，将来一定会喜欢读书。我确信，在感受绘本世界的快乐，逐渐喜欢上读书的过程中，那些与天生的素质和能力无关、却对人生发展有益的技能，将得到发展。

孩子一旦能享受绘本世界的乐趣，喜欢读书，一些不是很明显但又不可或缺的能力就会得到发展，这使他在未来的社会生活中更加游刃有余。这些“不是很明显但又不可或缺的能力”大致有以下几点：

- 愿意倾听他人，并且能够表达自己的意见和想法；
- 独立地思考和行动；
- 能够感知他人的心情和状态，为他人着想；
- 做一件事情能够坚持到底；
- 知识面比较广；
- 不管做什么事情都充满自信，有进取心。

不仅如此，通过绘本，亲子交流也有了共同的话题。把绘本的世界观有意识地带入日常生活，亲子游戏、亲子开心对话的机会也会变得更多。最终我要特别强调的是，通过绘本能够

加深亲子间的情感联系。

对于促进儿童的成长，绘本是不可取代的工具之一。但是，并不是只要你给孩子买了绘本，他就会自然而然地喜欢绘本、掌握相应的能力。如前所述，显而易见很多家长在这一点上大受挫折。另外，孩子喜欢绘本，但并不一定会发展为喜欢读书。我们在第一章中会讲到，让孩子从喜欢绘本发展为喜欢读书，需要一些小小的技巧。

本书所介绍的，是我在“Little Pulse”亲子教室里实施的“与书相伴体系”（With Book Program）的精华。这是一本育儿指导用书，旨在让孩子享受到绘本世界的乐趣，最终喜欢上读书，并借此培养和发展孩子的生存能力。为了能让孩子对绘本自然而然地产生兴趣，逐渐进入绘本的世界，继而在绘本阅读“毕业”后又能享受阅读儿童文学书的快乐，本书根据孩子对绘本感兴趣的程度（我称之为“绘本年龄”）介绍了绘本的选择方法、讲读方法以及使用绘本开展亲子游戏的方法。该课程的特点是，你可以不用考虑自己孩子的实际年龄，根据绘本年龄就可以随时开始实施。课程以“每日7分钟”为基准，即便是很忙的家长，也可以较为轻松地实践。

养育一个生在绘本时代的孩子，家长难免会为读不读绘本、怎么读绘本而烦恼。这本书中还汇集了大量能帮家长们消除烦恼的技巧和方法。希望大家能在育儿以及亲子交流中灵活使用这本书。

孩子一旦“喜欢绘本”“喜欢读书”， 就能具备的 10 种能力

1. 沟通能力

愿意倾听他人，并清晰地表达自己的想法。

2. 想象力

能够思考并发现自己想要什么，自己可以做什么。

3. 主动性

自己能够思考如何实现自己的目标，并付诸实践。

4. 道德心

有明确的是非判断能力。

5. 亲和力

能够体谅对方的立场和状况，并愿意为对方付出。

6. 专注力

可以安心地把事情做到最后。

7. 好奇心

对于新鲜的事物以及未知的世界充满兴趣。

8. 探究力

对感兴趣的事情，能够深入地挖掘并享受其中。

9. 价值观

有自己的想法，同时也懂得尊重对方的想法。

10. 自尊心

接受真实的自我（自我认同），相信自己，勇于挑战。

山本直美 (Naomi Yamamoto)

ISC 株式会社法人代表、儿童·家庭教育咨询师。1967 年出生。日本女子大学研究生院家政学研究专业结业。从事过幼儿园教师的工作，参与策划过大型早教机构的建设。1995 年，设立 ISC 株式会社，为了实践自己的教育理念，创办了为孩子和父母提供帮助的“Little Pulse”亲子教室，主要教育对象是 1 岁至小学低年级的孩子。经常以“亲子交流与自立”为主题在企业进行“父母讲座”，并在各地巡回讲演。主要著作有《语言纪念册》《能干的爸爸有助于孩子成长——马上就可以做的 13 步》等。

网址 <http://isc-ac.jp>

目录 Contents

前言

不用担心自己家的孩子是不是不喜欢绘本！
只要参照本书的内容一步一步地前进，
每一个孩子都会喜欢绘本，喜欢读书。

第一章

孩子需要的东西绘本里都有

- 2 希望孩子喜欢绘本、喜欢读书
- 4 主动思考并付诸行动的孩子大多喜欢绘本
- 6 唯有读书才能培养的诸多能力
- 7 绘本对于幼儿期发展不可或缺的理由
- 9 只有在幼儿期才能尽情享受绘本的世界
- 10 从喜欢绘本跨越到喜欢读书并不容易
- 14 同时培养语言能力和想象力的“与书相伴体系”（With Book Program）
- 15 亲子共读，只需每日7分钟！

第二章

让孩子 喜欢绘本的 5 个步骤



用绘本提高孩子的认知

21 目的

以促进认知人和物品的名称为目标。

绘本有助于记忆名称。

23 开始的信号

孩子能够注意看东西，便可以开始了。

要把握孩子的身心发展水平。

24 阅读方法·实施方法

不是给孩子读绘本，而是看着图和孩子说话。

只需要对图集中注意力几秒钟就可以了！

28 选择什么样的绘本？

选择绘本的关键是：以图为主，主题贴近生活。

31 这种时候该怎么办？

“吃书”“撕书”都是对书感兴趣的表现，不必紧张。

34 addition·补充 1

促进婴幼儿对表情的认知



享受“反复”的乐趣， 培养“快动”

37 目的

巧妙利用“反复”充分培养孩子的“快动”。

39 开始的信号

孩子专注于绘本的时间超过 10 秒钟，就可以进入读“车轱辘故事”绘本的阶段了。

40 阅读方法·实施方法

关键的不是故事情节，而是有

节奏地重复同一句话。

41 目的

选择什么样的绘本？
选择情节不可思议、结局明确的绘本。

43 目的

这种时候该怎么办？
孩子开始要求读他自己喜欢的绘本，该怎么办？

46 addition · 补充 2

关于卡通形象和打仗等的绘本

3rd. step

第3步

慢慢地习惯有故事情节的绘本

49 目的

通过讲读绘本让孩子体验故事的乐趣。

50 开始的信号

孩子能从头到尾专注地听完“车轱辘故事”，便可以给他“讲故事”了。

52 阅读方法 · 实施方法

有意识地创设环境以明确“绘本时间”。

53 目的

选择什么样的绘本？
选择从古至今流传下来的故事和童话。

55 目的

这种时候该怎么办？
讲故事的时候，发现孩子注意力不太集中。

56 addition · 补充 3

选择绘本的陷阱
是否曾经用这种方法选择绘本？

4th step

第4步

用黑白绘本锻炼语言理解力

59 目的

培养不需要画面提示就能理解语言的能力。

61 开始的信号

能够把故事绘本从头读到尾的时候，就是转而读黑白绘本的好时机。

62 ● 阅读方法 · 实施方法

注意观察孩子的表情，确认注意力是否集中。

63 ● 选择什么样的绘本？

灵活使用单色或黑白绘本。

65 ● 这种时候该怎么办？

孩子最近注意力好像不太集中……
原因有可能来自于生活环境。

68 ● addition · 补充 4

和孩子胸背相依的作用



终于到了绘本课程的最后阶段！

71 ● 目的

把握孩子的语言理解水平，做好读儿童文学书的准备。

72 ● 开始的信号

孩子开始编故事的时候，就准备好听“纯故事”了。

73 ● 阅读方法 · 实施方法

亲子对话促进孩子的“倾听力”和“表达力”。

75 ● 选择什么样的绘本？

开始讲“纯故事”时，要利用“车轱辘故事”绘本。

76 ● 试试看吧！

自己创造故事角色，自己编故事，挑战故事创作！

78 ● addition · 补充 5

5个要点：创设让孩子爱上绘本的环境

第三章

绘本能给孩子的生活带来惊喜和欢乐！

灵活使用绘本的方法

86 ● 灵活使用绘本的方法 1

巧用绘本培养孩子的外出礼仪
出门时，带上绘本吧！

87 ● 灵活使用绘本的方法 2

让出门变得更精彩

出门玩得不尽兴，借助绘本让心情更愉悦吧！

91 ●灵活使用绘本的方法 3

帮助孩子挑战未知的世界

把发生在绘本中的事变成现实！

巧妙激发孩子沉睡的潜能。

94 ●灵活使用绘本的方法 4

体验节日的快乐

女儿节、端午节、七夕赏月……让

节日变得多姿多彩！

96 ●灵活使用绘本的方法 5

爱上绘画和手工！

只要给孩子提供画纸和蜡笔，他就自然会画画？这只是幻想。

98 ●灵活使用绘本的方法 6

借助绘本培养孩子的饮食习惯

灵活使用绘本有助于孩子养成不挑食的习惯。

100 ●灵活使用绘本的方法 7

刺激孩子对知识的好奇心

要了解孩子的兴趣，先给他们看各种各样的绘本。

102 ●灵活使用绘本的方法 8

感知季节，培养感受力

利用绘本尽情体会季节感，丰富内心世界吧！

第四章

按阶段严格筛选并推荐！

好绘本 66 本

110 第1步 以图为主的绘本

112 第2步 “车轱辘故事” 绘本

114 第3步 故事性强的绘本

117 第4步 黑白绘本

118 “阶段 × 目的” 绘本目录

120 后记

第一章

孩子 需要的东西 绘本里 都有

孩子为什么需要绘本？

从多年教育实践中摸索出的
幼儿期绘本不可或缺的理由。

连接孩子和绘本的纽带是
“快动”和“想象力”。

希望孩子喜欢绘本、喜欢读书

希望孩子们喜欢绘本、喜欢读书。

希望能帮助家长培养从心底里喜欢读绘本、读书的孩子。

这是我从创立“Little Pulse”亲子教室之初就一直秉承的宗旨。给孩子们提供帮助，使他们身心健康地成长，充满活力地走出自己的人生之路，便是我的使命。我认为，书籍是促进孩子健康成长的最有效的工具。

我开始关注绘本和阅读，要追溯到我在幼儿园当老师的时候。我原本就喜欢绘本、喜欢读书，“书”是我生活中不可或缺的一部分。所以，我很自然地产生了“把读绘本、读书的快乐传递给孩子们”的想法。当时，我完全没想过这样做对孩子们的成长有什么好处，只是希望孩子们能和我一样享受到阅读的快乐。抱着这样单纯的想法，我尽自己所能地读绘本给孩子们听。

“希望孩子们喜欢读书”这一不经意的想法，后来演变为我“毕生的事业”，契机是我担任大班老师期间的一件事。

那是一节美工课。我提议说：“今天我们来做机器人吧！”“今天我们画画吧！”课程进行过程中，班里的孩子像往常一样很明显地分成了两组。一组会主动思考并付诸行动；另一组则不会主动思考，只会按照我说的做。这些孩子明明是在同一所幼儿园里接受同样的教育，为什么反应会如此不同？带着这一疑问，我开始了思考和探索。

我决定从仔细观察园里的孩子入手。我随身带着纸和笔，看到什么特别的事就马上记下来。很快，我发现了一些不同。

首先，能够主动思考并付诸行动的孩子通常情绪稳定，而且更加爱惜物品，懂得关心和体贴身边的人。更重要的是，他们往往拥有与年龄对应，甚至超越年龄的专注力。

例如，手工课上我让孩子们按照自己的想法做机器人。主动思考并付诸行动的孩子做的机器人往往不敢恭维，但是他们自己却很珍惜，虽然那些机器人看上去不怎么样。不少孩子即使下了课还在研究“如果那样做是不是更好”。

而另一组孩子，自己不动脑筋，一味让老师教，甚至撒