

方素珍、姬焰华、李一慢、王志庚、张冬诚推荐

美好的教育是陪伴 美好的陪伴是阅读

几十万
年轻父母信赖的
亲子阅读
公开课

最好的绘本 给孩子

0~3岁亲子阅读指南

陶小艾 著

- + 如何给孩子选绘本
- + 如何给孩子讲绘本
- + 如何让孩子爱上阅读
- + 如何用绘本培养孩子各项能力

这本书还可以

随时读 扫描书中二维码阅读作者最新文章
随时听 收听作者讲读绘本和阅读方法的音频
随时问 亲子阅读问题可以随时向作者提问



中国妇女出版社

最好的绘本给孩子

0~3岁亲子阅读指南

陶小艾 著



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

最好的绘本给孩子: 0~3岁亲子阅读指南 / 陶小艾
著. --北京: 中国妇女出版社, 2017.7
ISBN 978-7-5127-1382-6

I. ①最… II. ①陶… III. ①学前教育—教学参考资料
IV. ①G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第013721号

最好的绘本给孩子——0~3岁亲子阅读指南

作者: 陶小艾 著

责任编辑: 肖玲玲

封面设计: 尚世视觉

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地址: 北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电话: (010) 65133160(发行部) 65133161(邮购)

网址: www.womenbooks.cn

法律顾问: 北京天达共和律师事务所

经销: 各地新华书店

印刷: 北京中科印刷有限公司

开本: 185×235 1/16

印张: 15

字数: 178千字

版次: 2017年7月第1版

印次: 2017年7月第1次

书号: ISBN 978-7-5127-1382-6

定价: 49.80元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

序 Preface

当你轻轻翻开这本书时，你我的连接就此开始了。我很高兴能与大家在文字中相遇，并期待着有更深入的交流。

在写这本0~3岁的亲子阅读指南时，尽管我的孩子早已过了0~3岁这个阶段，但我仍旧会查阅大量的资料，并和此阶段的很多爸爸妈妈们交流，在看似随意的沟通和聊天中，我其实是在进行着工作。

我是一个会把工作生活化的人，这里的生活化不是指随意，而是说把工作变得有趣。在节假日里我更会把工作和生活进行巧妙转化。每当这时候，先生总会笑我。尤其是在我天天背着电脑利用一切碎片时间工作和学习时，先生总笑我太拼了，而我则说，人是要有梦想的，而且一定要为梦想付出全部的努力。这时先生仍旧是笑，他有时会觉得我有些天真，有时又觉得我执拗。我没有说什么，只是把我看到的一段话分享给先生，在这里也分享给大家：

我们普通人的愿力和我们的人生是一种什么样的关系，稻盛和夫有精彩的论述，他说：“我坚定一个信念，那就是‘内心不渴望的东西，它就不可能

靠近自己，亦即，你能实现的，只能是你自己内心渴望的东西，如果内心没有渴望，即使能实现的梦想也实现不了。’我希望人们能铭记这个宇宙法则，那就是：人生与心念一致，强烈的意愿将以一定的现象表现出来。”

是的，这也是我坚信的。我相信，只要内心有足够的渴求，就一定会实现。其实这段话，用更简单的一句话概括就是：“只要你足够努力，全世界都会帮你。”此刻，我的愿望是要努力做好自己的事业，并且努力做一个可以和孩子共同成长的好妈妈。你是不是也有这样的愿望？如果有，那我们一起努力吧。

而我为之努力的事业又是什么呢？我的人生意义是什么？在做亲子阅读推广这么多年，我早已一次次地告诉自己，我将把毕生的精力都投入亲子阅读和家庭教育的实践中，我也许做得慢，但是我不会停止。2015年，我出版了自己的第一本书《让孩子爱上阅读的幸福密码》后，今年又出版了第二本书，也就是你手中捧着的这本书。我知道我不会停止，接下来，还会有第三本、第四本……

但是我把这本书定义为一本写不完的书，为什么是一本写不完的书呢？只因为我想与你们有更深入的连接。

在和编辑肖老师就这本书的内容进行沟通时，我说我想做一本纸质的书开启我和读者朋友的连接，但更为深层次的沟通其实是在线上，也就是我们可以随时在线上进行沟通，不仅仅是沟通书中的内容，还可以沟通大家在亲子阅读中遇到的问题。于是，有了这本你我可以随时连接的书。比如，你扫描书中的二维码，就可以与我连接了。你可以听到我的声音，听我读绘本，听我解读

这本书的内容，听我说自己的故事，听我回答你的问题……

在这本书里，让我们一起交流0~3岁阶段亲子阅读中的经验、方法，以及困惑。就这样，开始我们的连接吧，让这本没有写完的书因为我们的连接而更加丰厚，更加与众不同。

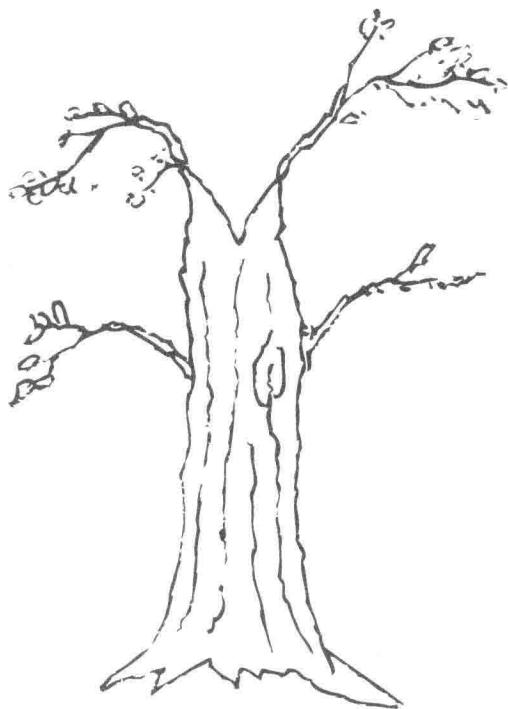
最后特别感谢本书编辑肖老师，是她一次又一次地和我讨论书中的内容，一次又一次的碰撞让本书变得丰富，立体化，还要感谢中国妇女出版社姜社长和社里每一位同仁对于本书的支持。同时，感谢我的先生和儿子以及我的家人们，是他们让我时时感受到爱的滋养，让我可以按照自己的想法去努力实现梦想。所以，我一直心存感恩，感恩他们走进我的生命里。我还要感谢一路与我同行的工作伙伴们和朋友们，她们见证了我的成长，并在我需要时给予我不遗余力的支持，她们的一句“相信你”，让我不断地超越自己。最后，感谢所有的读者朋友们，是你们，让我在学习的路上可以走得更远，谢谢我们的连接，愿这样的连接在我生命中永远也不会断……

陶小艾

写于2017年4月30日 caffe bene



这是一本没有写完的
书，扫码听我讲写这
本书的故事



目录 Contents

第一章 阅读是父母的力量之源

从孕期开始共享阅读的美好	002
绘本阅读为父母注入力量	008
一念之间，缓解焦虑	008
滋养心灵，让生命更丰盈	012
接纳自己，当父母哪是那么容易的事	017
向绘本学习做父母	022
向绘本学习，平和养育孩子	022
学习接纳独一无二的宝贝	024
在绘本中找到管理情绪的方法	027
做一个积极的养育者	031
和孩子建立亲密关系	031
上好夫妻关系这一课	037
坚持从出生开始亲子阅读	041
不断学习，做更好的自己	043

第二章 0~3岁，开启阅读之旅

新生儿期：从听绘本开始	049
新生宝宝的特点	049
亲子阅读指导	050
阅读方式	051
1~6个月：陪宝宝“看”绘本	053
1~6个月宝宝的特点	053
亲子阅读指导	055
阅读方式	056
7~12个月：书是最好的玩具	058
7~12个月宝宝的特点	058
亲子阅读指导	059
阅读方式	060
1~2岁：阅读是最好的游戏	062
1~2岁宝宝的特点	062
亲子阅读指导	064
阅读方式	066
2~3岁：阅读能力在增强	067
2~3岁宝宝的特点	067
亲子阅读指导	069
最好的绘本给孩子	072
依据绘本所获奖项来选择	072
依据八大智能的原则选择	076
依据节日主题、特别活动/特殊时期选择	079
依据名家作者选择	083
让孩子根据自己的兴趣和内心真实想法选择	091

第三章 小绘本里的大世界

阅读基础课：认识绘本	096
绘本的结构	096
绘本的装帧	097
绘本阅读从封面开始	100
封面图片精心选择	100
绘本封面如何读	102
封面装帧设计的特别之处	106
探索环衬里的秘密	108
留意没有图画和文字的环衬	108
有些故事开始于环衬	109
前后环衬遥相呼应	110
考验眼力和想象力的环衬	112
读懂扉页里的趣味	114
交代故事背景	115
引发读者无尽的想象	116
引发读者重读的乐趣	117
封底不是只用来保护书	118
封面和封底是同一张图，加深对故事的印象	118
封底是内文中精彩一页，引领孩子一起赏析	119
别出心裁、单独创作的封底图画	119
适合和封面连起来阅读的封底	120
故事的内容延续到了封底	121
有时是故事总结，有时是给家长的话或绘本介绍	122
阅读是一项技术活：原文朗读	124
语气：气随情转	125

语调：抑扬顿挫	126
表情：活灵活现	127
特别留意动物们的声音	128
共读中的适时提问和有效互动	129
动态阅读的魅力	132
用生活实践去演绎阅读	132
一边阅读一边表演绘本	133
阅读后的手工DIY	134
自由涂鸦、自由创作	135
走进厨房玩转绘本	136

第四章 阅读是孩子成长的滋养

读绘本促进孩子认知发展	140
读绘本促进语言能力的发展	143
语言简单重复，贴近生活	144
语言有韵律，读来朗朗上口	146
词汇丰富，帮助孩子掌握词汇	148
帮助孩子语言表达更流畅	148
让孩子在阅读中放飞想象	149
选择好绘本，尤其是激发想象力的绘本	150
阅读前和孩子聊天，引出要读的绘本	151
和孩子讨论书中的画面，引导孩子观察细节	151
将绘本和生活进行关联，让孩子去想象	152
和孩子讨论故事情节	152
鼓励孩子自己编故事	153

绘本里的美学艺术	155
绘本中世界文化的多元性	155
绘本中创作风格多样性	157
绘本中绘画技巧的丰富性	158
绘本里有数不尽的名画	158
贴近儿童的绘画形式及角色设计	159
绘画技术的呈现	159
在绘本里感知色调的变化以及色彩情绪的传递	160
绘本里的美育启示	160
绘本里的游戏时光	163
将绘本和手偶结合起来玩游戏	163
幻想游戏	166
角色扮演及其他游戏	168
绘本里的真善美	170
善意对待这个世界	170
理解生命，感知真善美	173
在孩子心中播撒一颗善的种子	174

第五章 共读，我们的美好时光

阅读乐趣有时来源于环境	178
给孩子一个舒适的阅读空间	179
家庭里的阅读空间	179
为孩子定制合适的书架	180
配备合适的桌椅	181
适宜阅读的光线	182
阅读最重要的媒介——图书	182

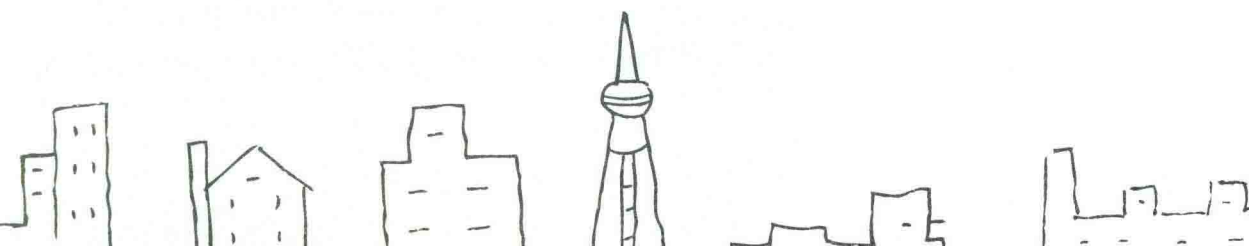
打造阅读心理环境，让孩子爱上阅读	183
榜样的力量	183
阅读时间的保证	184
仪式感让阅读变得庄重而神圣	185
适合孩子的阅读方法	188
父亲带孩子阅读的力量	190
家庭外阅读环境的创设	193

附 录 0~3岁亲子共读书单

0~1岁绘本推荐	198
布书	198
洗澡书	199
纸板书	199
立体翻翻书、洞洞书	201
普通绘本	202
1~2岁绘本推荐	207
2~3岁绘本推荐	215

第一章

阅读是父母的力量之源



从孕期开始共享阅读的美好

你们的孩子，都不是你们的孩子，
乃是生命为自己所渴望的儿女。
他们是借你们而来，却不是从你们而来，
他们虽和你们同在，却不属于你们。

你们可以给他们以爱，却不可给他们以思想。
因为他们有自己的思想。
你们可以荫庇他们的身体，却不能荫庇他们的灵魂。
因为他们的灵魂，是住在明日的宅中，
那是你们在梦中也不能想见的。

你们可以努力去模仿他们，却不能使他们来像你们。
因为生命是不倒行的，也不与昨日一同停留。
你们是弓，你们的孩子是从弦上发出的生命的箭矢。
那射者在无穷之中看定了目标，也用神力将你们引满，
使他的箭矢迅疾而遥远地射了出来。

让你们在射者手中的弯曲成为喜乐吧。

听作者语音领读



因为他爱那飞出的箭，也爱了那静止的弓。

——纪伯伦《论孩子》 冰心译

这是我非常喜欢的一首诗，也是每每阅读都无比感动的诗句，每一句话都透着哲理。我们的儿女也许并不属于我们，但是在怀胎十月的过程中，我们却真切地感受着这个新生命借由我们的身体而来到这个世界上。在这个孕育生命的伟大过程中，我们无比兴奋喜悦，在感知着新的生命一天天向我们走来，那一次次由细微得难以察觉的胎动到胎宝宝在母亲的身体里拳打脚踢，让我们感受着生命的强大，但是我们无可回避的是，几乎每一位母亲在孕期中都面临身体的变化，不论是孕早期还是孕中期，抑或孕晚期，都会或多或少出现身体上的不适，假若再加上工作和生活的变化，更会让孕妈妈觉得整个孕期并非顺风顺水。

曾经经历过孕期的宝妈们或者正在孕期的准妈妈们，或多或少都会发现，在整个怀孕期间，自己的情绪似乎来得比平日里更快些，生活里的一点点小事就会让自己变得脾气暴躁或者是让自己黯然神伤。这一切我也曾有体会，我知道每一个母亲可能关注点不一样，我那个时候最焦虑的就是自己的工作，我在想着生完宝宝后，我该如何继续自己喜欢的工作，这是我每次想起都会特别焦虑的事情，而我亲历过的一件事让我发现孕期情绪真是多变。

事情起因非常简单：我和一个同为孕妇的闺蜜一起逛街逛累了，坐到一个甜品店里吃甜品，本想劝闺蜜少吃一些甜食，结果没劝住，她自己就吃了两块提拉米苏。我想吃了就吃了吧。没想到，人家自己反倒开始和自己较劲儿，说不应该吃，吃了对胎宝宝不好，越说越激动，然后就开始哭了起来，而且是肆无忌惮地大哭，不知道缘由的还真以为发生了什么重大事情呢。多年后，

我们回想起这一幕，两人除了哈哈大笑，就是感慨孕期真是情绪不稳定。

关于情绪的变化，有些时候是因为我们的敏感多思，有些时候是因为身体的不适，比如，乳房胀痛、肚子日渐增大、睡眠不好，还有些时候也许是因为身份的转变而自己有些承受不了周围人态度的变化，尤其是在职场。当然，还有的是因为对胎宝宝的变化过度紧张等。不过，引起这些情绪还有一个非常重要的原因，就是女性的身体在怀孕之后生理激素会有变化，例如，体内黄体酮等激素会激增，这些变化会影响大脑中调节情绪的神经传递素的变化。

对于情绪的变化，研究发现，孕早期是胚胎发育极其敏感的时期，尤其在怀孕7~10周时，如果准妈妈的情绪过度紧张或者暴怒，体内的去甲基肾上腺素会骤然增加，这样可能会引起胎宝宝畸形，例如唇裂、腭裂等。当准妈妈生气、焦虑、紧张不安或忧郁悲伤时，大脑皮层的高级神经活动和血中的内分泌激素浓度改变，胎宝宝会立即感觉到，并表现出不安和躁动。长时间压抑、愤怒、易激动的准妈妈可能会带给胎宝宝不良刺激，造成胎宝宝发育缺陷。在孕晚期也是如此。如果准妈妈的精神剧烈变化，如恐惧、忧伤、受到强烈精神刺激等，都会引起胎宝宝循环障碍或者消化系统的问题，影响胎宝宝发育，甚至造成胎宝宝死亡。我们明明都知道准妈妈情绪波动对胎宝宝不好，可就是不知道如何缓解自己的情绪。

在孕育的过程中，关于情绪的调节，我特别向准妈妈推荐的方法就是阅读，准妈妈可以和胎宝宝安享阅读的快乐时光，在阅读的滋养下快乐地度过整个孕期。所以说，与其说是在阅读中对胎宝宝进行胎教，不如说是阅读让准妈妈的情绪变得更加平