



SPARKLE
TOTS
PAP COMMUNITY FOUNDATION



欢乐阅读

2023

幼一和幼二班



情感画廊

了解情感有助于孩子谈论自己的感受并理解他人，而创意表达能帮助孩子积极有效地处理自己的情绪，从而促进他们的情绪健康。

准备内容：

1. 美术用品（蜡笔、记号笔、彩色铅笔、颜料、纸等）

我们正在学习的内容：

1. 建立互信关系以促进孩子的学习。
2. 通过创意表达来认识和识别不同的情绪。

您可以和孩子做什么：

1. 讨论一种情绪，例如害怕、惊讶、兴奋、紧张、焦虑等。询问孩子这种情绪意味着什么，以及他们在什么时候会感受到这种情绪。如果可能的话，分享一个您个人的例子。
2. 鼓励您的孩子创作一件代表情感的艺术品。他们可以使用颜色、形状和线条来表达他们的感受。
3. 请孩子讲述他们的艺术品。他们使用什么颜色？某些形状代表什么？
4. 将艺术品装饰在家中，打造一个“情感画廊”。
5. 鼓励家庭成员参观画廊，并就孩子的情感和作品向他们发问。



温馨提示：

当您的孩子分享他们的想法和经历时，请积极倾听。这不仅表明您重视他们的意见，还能增进亲子关系。

抛圆圈挑战

参与合作活动不仅为父母提供了与孩子建立联系的机会，还促进了孩子的社交与情绪的发展。同时，这些共同的经历创造了珍贵地回忆，促进亲子的关系和对情感健康产生积极的影响。

准备内容：

1. 套圈圈投掷玩具

您可以和孩子做什么？

1. 轮流将圆圈套在彩虹塔上。
2. 在投掷的过程中增加挑战难度，例如：尝试从不同的距离投掷
3. 鼓励孩子接受/提出挑战。
4. 与您的孩子坐下来讨论。提问：我们是怎么合作的？什么部分比较好玩？遇到什么困难？我们是如何互相合作/扶持的？
5. 如果孩子无法将套环扔进目标，请协助他们控制情绪。提醒他们，尽自己最大的努力才是真正的胜利。

我们正在学习什么：

1. 建议和鼓励孩子接受挑战。
2. 通过抛圆圈挑战活动，增进亲子关系和成功感。



温馨提示：

当您激励孩子接受挑战并为他们提供支持时，您正在培养他们健康成长的心态和坚韧性，这将对他们的人生旅程产生持久和积极的影响。