

<<和宝宝做运动>>

图书基本信息

书名：<<和宝宝做运动>>

13位ISBN编号：9787506276023

10位ISBN编号：750627602X

出版时间：2005-1

出版时间：世界图书出版公司

作者：云门舞集舞蹈

页数：177

字数：70000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;和宝宝做运动&gt;&gt;

## 内容概要

云门舞集的经理送来一本亲子生活律动系列的新书，让我为它写序。

林怀民交待之事我不敢不做，当即放下诸事来看书稿，一看之下，恍然大悟，原来我母亲早年叫我做的家务竟是最流行的韵律操。

我家以前是个日本式的大房子，建坪六十四坪，院子里有很多的树和假山、鱼池，可是我小时候丝毫没有感激我父亲让我们住这么舒适、冬暖夏凉的透天厝，反而羡慕住公寓的同学，因为我以前要负责擦地板，日本式房子地板多，四周有回廊，而且当年没有拖把，是用抹布跪在地上擦的，如果没有一点腰功，擦完全家会站不起来。

看了这本书才知道跪着擦地板是韵律操的一种，当年可是抱怨死了。

那时台北市大部分是泥土路，风沙很大，夏天地板每天要擦两回，冬天擦一次，在地板上走才不会有脚印的痕迹。

早上有时来不及擦要着急上学，就由我母亲擦，下午放学回家第一件则是擦地板(铜山街的柏油路是我父亲出钱铺的，不知是否听腻了我的抱怨)，这个工作一直做到我出国为止，现在我五十多岁了，身手仍然矫捷，不曾有过病痛，不知是否当年跪着擦地板擦了二十年之功。

其实，运动贵在恒心，有恒自然会有功效。

这本书有意义的地方是它告诉父母应该让孩子帮忙做家务，并且想办法把它当成游戏的一种，使孩子不以为苦。

孩子应该从小养成做家务的习惯，一生受用不尽。

当年，我父亲的财力可以请佣人，但是我母亲不肯，她认为我们家六个女生，将来难免会嫁作他人妇，我母亲不要我们饭来张口，衣来伸手，她将家中大大小小事分配给每一个孩子做，而且不许讨价还价。

我记得最小的妹妹分配喂鱼，结果有一天掉到池塘中，差一点喂了鱼。

日本式的房子窗户很多，每个礼拜天要擦窗户，我记得那时把英文生字贴在窗户上，一边擦一边背，擦完一边再把生字揭下来贴另一边，继续背。

看到这本书上讲的寓教于乐，不禁很佩服我母亲，她完全不知道林怀民是谁，但是她训练我们方式跟书里讲的一样，“洗搓拧”那章就是我跟妹妹站在院子里想办法拧干床单，我叫她抓紧床单不要动，然后尽量地反转床单把水逼出来，以我当年拧床单的力气没有去报名柔道真是“暴殄天物”。

这本书中的许多运动游戏都是童年经历过的，都令我发出会心的微笑，每个时代有每个时代的文化，小时候虽然物质不富裕，该有的快乐我们都有，只是当高楼大厦取代了日式平房时，那些我们儿时的家务变成了要用书本来教的活动了。

无论如何，我很高兴有人将家务化成活动教给孩子，至少下一代小会四体不勤，五谷不分，我想起母亲平时挂在嘴边的“机器会坏，佣人会走，只有自己最可靠，自己会做不求人”，透过游戏让孩子练习韵律、学会家务是这本书最值得推荐的地方。

## <<和宝宝做运动>>

### 作者简介

云门舞集舞蹈教室：1995年，“生活律动”教案研发小组正式成立，包括张中火爰、何晓玫、李静君等30多位教案员，陆续投入幼儿、儿童、世界民俗舞蹈、成人、银发、专业舞蹈等教案的研发工作。1998年，正式推出融合了舞蹈、音乐、美术、语文、戏剧、幼教及身心各领域的课程

<<和宝宝做运动>>

书籍目录

林怀民 开启身体的小宇宙 洪兰 家务是最流行的韵律操 温慧玟 家是最好的游戏场 亲子律动，全家人一起来动一动 PART1 家务篇 单元1 上抹下擦 单元2 洗洗搓搓 单元3 毛巾游戏 单元4 折来叠去 单元5 玩具回家 单元6 拔萝卜 单元7 万能喷水器 单元8 环保小尖兵 PART2 玩耍篇 单元1 过山洞 单元2 凌波舞 单元3 好玩的球 单元4 去溜冰 单元5 热狗、包子、大饼 单元6 快递宅急便 单元7 钓鱼跳跳乐 单元8 魔法电动椅 单元9 戳戳乐 PART3 感觉篇 单元1 猜猜我是谁 单元2 鲁啦啦 单元3 好听的声音 单元4 天生打手 单元5 卷心饼 单元6 八宝桶 单元7 挤一挤 单元8 酸甜苦辣 PART4 自然篇 单元1 大小风筝 单元2 搭帐篷 单元3 交通工具 单元4 让我们看云去 单元5 在公园里 单元6 雨中旋律 单元7 果树 单元8 小小动物园 单元9 追赶跑跳碰 PART5 睡前篇 单元1 影子游戏 单元2 抹乳液 单元3 连连看 单元4 睡前按摩 单元5 床边故事 单元6 静坐

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>