



基督教香港信義會靈工幼兒學校 ELCHK Ling Kung Nursery School



共讀時光

2023年4月

不只是睡前共讀，更是一場溫馨的親子對話

家長和幼兒有空的時間，都是親子閱讀的好時間。可是，為什麼會鼓勵家長們在睡前和孩子共讀？有以下幾個原因：

- 1) 睡前，大人和幼兒都忙完一天的事務，可以真正的靜下來、專注地享受共讀的時光。
- 2) 日間難免會因教養而帶來親子衝突，睡前可以藉故事來達到復和的效果，讓孩子明白日間爸媽只是對你的行為有意見，但我們是愛你。
- 3) 透過睡前共讀對話，大人和幼兒可以分享一天裡發生的點滴，建立親子分享的文化。

共讀時，應盡量使用避免電子產品，而是用輕柔的語氣、溫暖的燈光，來營造舒適、放鬆的氛圍，同時隨時注意孩子的反應，適時給予情感回饋或言語鼓勵。除了選擇有助於引導孩子入睡的主題，也可運用幽默感、想像力等元素，讓孩子滿懷期待地進入夢鄉。此外，藉由言語或身體互動，也可幫助孩子穩定情緒。

以下根據2至6歲孩子的分齡需求，提供適合睡前共讀的書單（書名後方為圖書館索書號）：

2至3歲孩子的選書策略與好書舉隅：

策略1 以「睡前儀式」為主題，協助孩子進入夢鄉。

建議



《月亮晚安》(JJ 1705)



《晚安，猩猩》(JJ 7030)



《睡覺囉》(JJ 7724)

策略2 使用簡單、重複的語句，方便孩子理解及跟讀。

我想睡覺了



建議

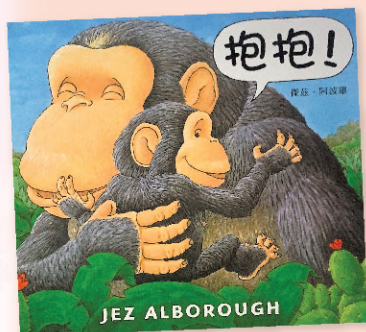
《我想睡覺了》(JJ 4882)



《睡吧！睡吧！》(JJ 4076)

策略3

搭配擁抱、親吻等親密互動，滿足孩子的情感需求。



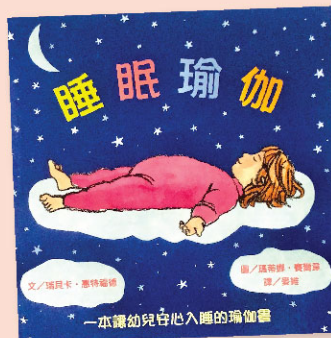
建議 《抱抱!》(JJ 0710)



《親一親》(JJ 1343)

策略4

透過簡單、溫和的動作模仿，協助孩子放鬆身心，平靜入睡。



《睡眠瑜伽》
(411.7 5043)



《晚安! 晒晒熊》
(JJ 1702)

3至4歲孩子的選書策略與好書舉隅：

策略1

在溫馨的問答之間，傳達對孩子的關愛。



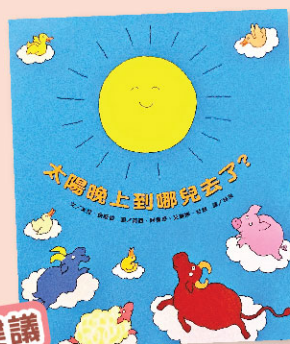
建議 《逃家小兔》(JJ 1705)



《猜猜我有多愛你》(JJ 8217)

策略2

運用富韻律感的韻文或詩歌，營造輕鬆、愉快的氣氛。



建議 《太陽晚上到哪儿去了?》
(JJ 6489)



《來抱抱》(JJ 6479)

策略3

結合想像、扮演遊戲，讓睡前儀式更加有趣。



建議 《叩叩叩，是誰呀?》
(JJ 6748)

策略4

藉由故事安撫孩子的分離焦慮，並助其表達對父母的真摯情意。



建議 《小貓頭鷹》
(JJ 5033)

策略5

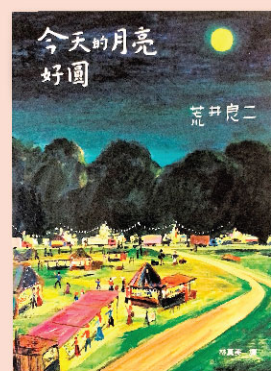
以黑、灰的色調，堆疊出夜晚的寧靜感。



建議 《晚安，回家囉!》
(JJ 3461)

策略6

讓柔和的月色撫慰一天的疲累，並帶來濃厚的幸福感。



建議 《今天的月亮好圓》
(JJ 4531)

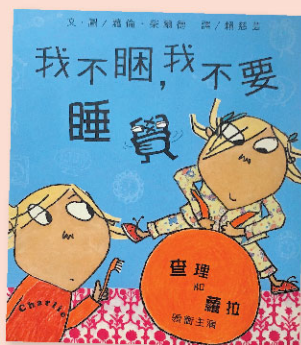




策略1 和孩子一同面對「想睡又想玩」的成長難題。



建議 《可以說晚安了嗎?》
(JJ 4008)

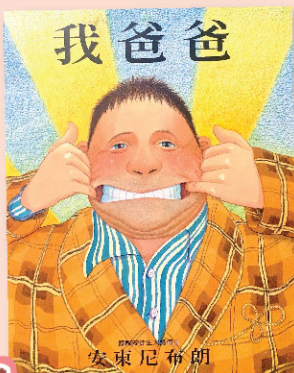


《我不睡,我不要睡覺》
(JJ 2047)

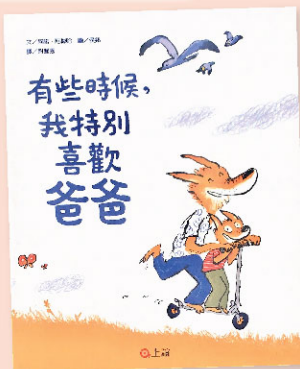


《不睡覺世界冠軍》
(JJ 3047)

策略2 由爸爸親身詮釋爸爸書，彌補平時較少陪伴的缺憾。



建議 《我爸爸》
(JJ 1705)

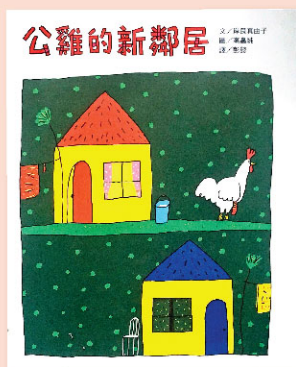


《有些時候,我特別喜歡爸爸》
(JJ 0784)



《爸爸,我要月亮》
(JJ 2077)

策略3 讓孩子明白，即使彼此的作息不同，仍可相互交流、關心彼此。



建議 《公雞的新鄰居》(JJ 2345)



建議 《月亮雪酪》(JJ 2641)



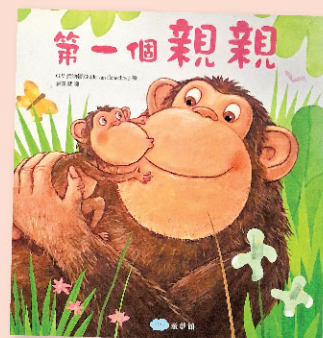
《午夜圖書館》(JJ 9721)

策略4 用天馬行空的奇幻元素裝填孩子的夢境。

策略5 在「擁抱、親吻」主題加入想像、思考的元素，以增加豐富度及趣味性。



建議 《我是抱抱機》(JJ 2081)



《第一個親親》(JJ 6484)

美國繪本五大類館藏第一

大猩猩

文・圖／安東尼布朗 譯／林良



媽媽，你會
永遠愛我嗎？

文／瑪麗華·哈里斯
圖／勞拉·貝克
譯／張淑玲

美



A cartoon illustration of a young boy with blonde hair, wearing a blue shirt and grey pants, pushing a yellow shopping cart. The background is a solid red color.

[illegible]

爸爸，你愛我嗎？



來問我呀

文希明・伯明・陳慧西・李詩・吳成毓

鳥魯木齊先生的
1000隻小小羊

吳郁肥 / 文 · 畫

文／小布（綠腳丫親子讀書會）