

# 大家好！

在下个月内，我们的班级将了解我们可以怎样做来保持健康。我们将阅读关于吃正确的食物、保持身材以及睡眠充足等。我们还将发现，我们能吃下一条彩虹（而且很好吃）！

在我们阅读有关良好健康习惯的同时，我们将进行研究，以发现不同的锻炼方法以及我们需要睡眠的原因。作为一个班级，我们将合作编写一篇《幸福、健康博客》，以便我们能够把所学到的知识传授给别人。

## 带回家

以下是关于实践我们在学校所学技能的一些想法。

<p style="text-align: center;"><b>表达需要和想要</b></p> <p>向您的孩子展示如何礼貌地告诉别人自己需要或想要什么。鼓励您的孩子进行眼神交流并使用以下语言：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 打扰一下。我能去 _____ 吗？</li> <li>• 请递给我 _____ ？</li> <li>• 谢谢您。不用谢。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>大想法单词</b></p> <p>与孩子阅读或交谈时，请强调以下重要主题词：</p> <p style="text-align: center;">能量 (energy) 锻炼 (exercise) 健康 (Healthy)</p>																
<p style="text-align: center;"><b>文字游戏</b></p> <p>玩儿声音、字母和单词游戏，可以帮助开发对阅读十分重要的技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 说出三个字母的单词，如：锅 (pan)、适宜 (fit) 和跳跃 (hop)。让您的孩子告诉您每个单词开始、中间和结尾的发音。</li> <li>• 帮助您的孩子以多数相同字母发音开始的单词造句。范例：萨拉唱了一首滑稽歌曲 (Sara sang a silly song)。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>需要知道的单词</b></p> <p>练习阅读，并拼写那些孩子在阅读中常见的单词：</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tbody> <tr> <td>are</td> <td>be</td> <td>big</td> <td>do</td> </tr> <tr> <td>good</td> <td>got</td> <td>had</td> <td>here</td> </tr> <tr> <td>his</td> <td>lot</td> <td>not</td> <td>of</td> </tr> <tr> <td>on</td> <td>ten</td> <td>very</td> <td>was</td> </tr> </tbody> </table>	are	be	big	do	good	got	had	here	his	lot	not	of	on	ten	very	was
are	be	big	do														
good	got	had	here														
his	lot	not	of														
on	ten	very	was														
<p style="text-align: center;"><b>让我们一起阅读</b></p> <p>每天安排一个特殊的时间和地点，与您的孩子一起阅读。指出如何使用非小说类书籍中的不同功能：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 让您的孩子从目录中挑选一个主题。然后，一起在书中找到它。</li> <li>• 阅读图表标签和图片说明。</li> <li>• 在词汇表中查阅不熟悉的单词。</li> <li>• 向您的孩子展示如何在索引中发现书中的资讯。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>研究写作</b></p> <p>支持您的孩子寻找关于一个最喜欢的主题的事实，并回答问题：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 带您的孩子去当地图书馆，以借出关于本主题的书籍。</li> <li>• 向您的孩子展示如何上网去回答关于此主题的问题，并了解更多事宜。</li> <li>• 在家庭成员、朋友或社区成员中发现专家，并鼓励您的孩子询问。</li> </ul>																