【童谣 · 一人一句】（每人念一句，串成一首）

附录 B　家庭练习单（可打印，打勾式 · 家长读给孩子听）

备选课 · 童谣 · 一人一句 姓名：_____ 家长签名：_____

每天 5 分钟，做完打勾（字是给家长看的，不要求孩子认）：

练习	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
① 嘴巴早操四节照做（第 2 节正反各 2 圈，其余各 1–4 遍）+ 舌头卷起来念「吃 — 睡 — 唱 — 手」各 5 次（一个字停一下）	□	□	□	□	□	□	□
② **接一句**：家长念上一句，孩子接下一句，一天接三四句（不要求全首）	□	□	□	□	□	□	□
③ 给爸爸妈妈「上台表演」一次：走上来 → 站站稳 → 看大家 → 说一句「轮到我啦！」→ 接自己那一句 → **停一拍** → **鞠躬** → 走回去	□	□	□	□	□	□	□
④ **轮流**：说话前等别人说完（一天做到一次就打勾）；别人说话时不插嘴	□	□	□	□	□	□	□

今天要卷舌头的字（说给爸爸妈妈听）

z / zh（舌头平平 → 舌头卷起来）：做 · **捉**

c / ch（舌头平平 → 舌头卷起来）：擦 · **叉**

s / sh（舌头平平 → 舌头卷起来）：三 · **山**

加餐（可选，不要求）：和孩子玩一次「谁在唱歌」——您慢慢念「你唱歌，我唱歌」，让孩子听到卷舌头的字就拍一下手。玩到就行，不考他。

家长配合一句话：孩子接完，请不要纠正发音、也不要让他重来，只说一句具体的表扬（「你接得刚刚好」「那个『唱』字你念得很慢，很清楚」）。

附录 D　Y-16 一人一句卡（可直接印发）

排排坐，一人一句

上段（传统）

① 排排坐，
② 吃果果，
③ 你一个，
④ 我一个，
⑤ 妹妹睡了留一个。



下段（我们一起编的）

⑥ 你唱歌，
⑦ 我唱歌，
⑧ 拍手笑呵呵，
⑨ 你也乐，
⑩ 我也乐！

谁念哪一句（发分句牌，一人 1–2 句）

人数	怎么分
4 人班	3 + 3 + 2 + 2（① ② ③ / ④ ⑤ ⑥ / ⑦ ⑧ / ⑨ ⑩）

8 人班	2 + 2 + 1 + 1 + 1 + 1 + 1 + 1（前两人各两句，其余一人一句）

什么时候念（一条规矩）

步骤	动作	说的时候
走上来	走到大家面前，**站成一排**	—
站站稳	头正、肩平、身直（小松树）	—
轮到谁	之前的小朋友**念完**，我才开口	**慢慢念**，别赶
念完站住	**不要马上走**，等下面的人接	—
十句接完	一起停一拍 → 鞠躬 → 走回去	—

印发说明（给家长看）

- 上段是老童谣：「排排坐，吃果果，你一个，我一个，妹妹睡了留一个」——老辈人就会念，一个字都没改。下段（⑥–⑩）是我们课上一起编的。
- 接不上没关系：孩子接不上，您提醒他第一个字就行，千万不要替他念完；也可以让他把上一句再说一遍，那也算接住。
- 这张卡在家还能这么玩：您念上一句、孩子接下一句——一天接三四句就够，不用全首。
- 十句话会说就好，不用背、不用认字；带回家的卡是给家长看的，不是识字卡。
- 带颜色的字是今天要「卷舌头」的字（吃 / 睡 / 唱 / 手）——念到这些字慢一点，舌头卷起来，像小勺子。
- 在家练的时候，让孩子看着您的眼睛念；念完了回他一句具体的表扬就好，不要纠正发音、不要让他重来。
- 请留意一条新规矩：别人说完，我才开口——在家说话也一样，不插嘴。