

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 图书基本信息

书名：《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

13位ISBN编号：9787111432012

10位ISBN编号：7111432010

出版时间：2013-8-1

出版社：机械工业出版社

作者：万之逸

页数：272

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 内容概要

这是一位孩儿妈、资深驴友、教育工作者撰写的亲子旅行指南，包括亲子旅行的意义、完美旅行的原则、旅行中寓教于乐的方法，以及他们亲自走过的地方精选推荐，所有经验均来自于作者的亲身实践。

阅读本书，你会收获带着宝贝去旅行的信心和激情；得到完成一次快乐亲子旅行所需要的实际帮助，从制订计划、设计线路、交通与住宿安排到健康安全保障；学会在旅行中给孩子无可替代的教育，从理解孩子的性情、培养孩子对各个学科的兴趣、塑造孩子的优秀品质到旅途中的各种游戏；最后，沿着作者和孩子们的足迹，展开名山大川之旅、博物馆之旅、科技馆之旅、探访动植物之旅、建筑之旅……你会发现，带着宝贝去旅行，远比你想象中简单、快乐、有意义！

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 作者简介

万之逸

译作家，高级亚健康咨询师，专注于育儿与养生，致力于“良性家庭教育方法与亲子关系建立以及父母职业”的研究与推广。2002年毕业于四川大学华西医学院（原华西医科大学），曾供职于中国科学院北京华大基因研究中心、《时尚健康》杂志社等单位，作品包括《四个女人的幸福出逃》（合著）、《破解遗传密码》（合著）、《生命的线索》（合译）、《生命的重建》（独立译作）、《香水指南》（独立译作）、《斯托娜夫人的自然教育》（独立译作）等。

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 书籍目录

### 目录

#### Part 1 亲子旅行的意义

##### 第一章 追寻我们自由脚步

坚守自由奔放的心

新父母尤其需要旅行

那是我们亲密的机会

路上，我们一起成长

##### 第二章 我们一起走向世界

为孩子打开通往世界的窗

给孩子适应新世界的机会

大自然给孩子心灵触动

旅途是孩子受用不尽的百科全书

别以为孩子记不得

周游四方，寻求至道

#### Part 2 完美旅行的原则

##### 第三章 计划是完美旅行的前提

首先，这是孩子的旅途

一起计划我们的旅行

还是认真做做计划吧

计划灵活

不急，慢慢来

孩子也爱接受旅行任务

充分考虑到孩子的年龄

孩子是中心，但不是全部

##### 第四章 现在开始出发吧

休闲度假旅行

露营旅行

城市探险旅行

##### 第五章 最适合我们的交通工具

飞机出行

汽车出行

火车出行

##### 第六章 独特的水上旅行

划船去旅行

豪华游轮旅行

##### 第七章 我们路上的“家”

家庭旅舍最适合亲子文化旅行

带孩子入住青年旅社

大学招待所会是个特别的选择

星级酒店和度假村

度假公寓是长假旅行的好选择

衡量住宿的重要因素

旅行中“家”的安全防范

##### 第八章 健康安全在路上

防患于未然的行前健康准备

预防晒伤和中暑

不要被蚊虫叮上了

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

旅途中吃好喝好  
应对常见旅途疾病  
Part 3 旅行中寓教于乐  
第九章 理解孩子的性情...  
精力充沛的孩子...  
精力不足的孩子...  
渴望接触新鲜事物的孩子...  
对一切都小心翼翼的孩子...  
生活非常规律的孩子...  
生物钟很不规律的孩子...  
适应力很强的孩子...  
适应力差的孩子...  
性子刚烈的孩子...  
性情柔和的孩子...  
乐观的孩子...  
悲观的孩子...  
专注力差的孩子...  
专注力很强的孩子...  
高度敏感的孩子...  
敏感度低的孩子...  
第十章 快乐的学习旅行...  
追寻艺术的步伐...  
旅途中的“外”语学习...  
走进历史...  
数学是非常有用的...  
科学大发现...  
第十一章 大自然是最好的老师...  
地理大发现...  
认识植物...  
星星的味道...  
动物是我们的好朋友...  
探寻水密码...  
第十二章 旅途中优秀的孩子...  
培养并巩固孩子的兴趣...  
自己的行李自己负责...  
让孩子参与旅行计划，练习商业技巧...  
旅行中的体育锻炼...  
旅途中的爱...  
那些朋友...  
第十三章 汽车里的游戏...  
窗外的道具...  
车牌游戏...  
行车安全游戏...  
为孩子们歌唱...  
“我看到”.....  
身体游戏...  
对话游戏...  
第十四章 路途中的游戏力...  
花草是最古老的玩具...

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

独一无二的树叶...  
制作标本...  
与虫子一起嬉戏...  
我的大沙堡...  
雪上游戏...  
地图好有趣...  
布娃娃的旅行...  
Part 4那些我们走过的地方  
第十五章名山大川、地质地貌之旅...  
追寻喀斯特的梦...  
丹霞地貌...  
雅丹地貌...  
火山与熔岩地貌...  
特殊地貌...  
第十六章博物馆之旅...  
如何参观博物馆...  
之逸推荐博物馆...  
第十七章科技馆之旅...  
如何玩转科技馆...  
之逸最推荐的国内科技馆...  
第十八章探访动植物之旅...  
观赏野生动物五颗心...  
之逸推荐探访动植物路线...  
第十九章建筑之旅...  
土楼...  
窑洞...  
蒙古包...  
碉楼...  
干栏...  
石屋...  
后记

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 精彩短评

- 1、游轮得那章还有点长见识，其他内容一般般
- 2、好吧，我是想找亲子旅行的书籍了解学习来着
- 3、还不错的亲子旅游指南，有一些注意事项和推荐地点
- 4、信息量丰富~
- 5、内容略单调，阐述略反复
- 6、作者户外旅行的经验很多，态度朴实，文笔不错。最重要的是给我勇气，带孩子去一趟家附近的公园都觉得困难重重，真的去了就知道了没有想象的那么难。我们都被自己的想象吓得裹足不前。
- 7、实用的户外建议  
提供了丰富的户外亲子活动和游戏参考  
作为工具书带娃户外时常翻阅
- 8、很实用的一本书

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 精彩书评

1、《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》是一本介绍亲子共游的旅游指南，当初选择这本书的初衷，老实说，其实是想学习和借鉴一下别的爸爸妈妈是如何带着孩子出游的，说白了，也是想找一份现成的路书。但是当我认真阅读完了之后，内心深处涌起一股深深的惭愧和内疚感，因为我也是一个3岁孩子的母亲，也曾像大多数人一样，认为是孩子束缚住了我的手脚，影响和改变了我的生活。我和我的先生都是非常爱玩的人，我们喜欢到祖国各地去旅游，曾经在婚后就设定了每年出去玩两次的计划。说来很惭愧，年底孩子出生的时候，全家一团乱，严重的睡眠不足加上莫名的烦躁使我几乎患上了产后抑郁症，尤其是朋友们陆续发来旅游贴的时候，我曾埋怨过，认为是孩子束缚住了我的手脚，孩子走进我的生活，却也让我的生活严重偏离了原有的轨道。看了《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》，我首先被蜗牛村孩子们的照片所吸引，这些在我们看来还很小，还应该在母亲的呵护下，生长在温室里的小太阳们，他们在大自然中肆意的欢乐，开心的大笑，他们的笑容是那么的迷人和耀眼，让我们这些大人忍不住也跟着上弯了嘴角。在书中，作者向我们介绍了亲子旅游的意义，该如何制定完美的行程，旅行中的寓教于乐和那些我们走过的地方几个部分。书中既有旅行中需要注意的地方，也分门别类的介绍了乘坐各类交通工具的优缺点和注意事项，最后还和大家分享了旅行的乐事。读万卷书不如行万里路，旅行难道只是大人才能做到的么？作者告诉我们，其实不是这样的。很多家长应该和我一样，总是在担心，如果出去玩，要是生病了怎么办，要是水土不服怎么办，在飞机上吵闹，走失了又该怎么办？就是因为带着这样亦或那样的顾虑，可能您的出行计划同我一样，迟迟没有成行。作者身体力行的告诉我们，其实这些顾虑她也同样有过，但是只有走出去了才会发现，其实走出去并没有我们想象的那么难，有些在我们看来有些辛苦的旅途在孩子们看来也许是充满了新奇和幻想的，在他们的眼中，走出去的世界已然是另外一个世界，在他们的眼中，旅途是一场充满奇幻的冒险，他们在大自然中呼吸，游戏，欢笑，学习。我总是在想，能够打破传统观念的束缚，不顾及别人的眼光，这是怎样的父母？然后又忍不住猜想，这些走过了千山万水的孩子们，他们长大了又会成为什么样的人？也许他们不会成为某个领域的NO.1，但是我想，这样的孩子们，他们一定有渊博的知识，有健魄的身体，有坚韧的毅力，风趣幽默又随遇而安，看到这里，我都忍不住要为他们喝彩，好样的，孩子们！要么读书，要么旅行。长大后的我们总是爱用大人的标准来衡量世界，对或错，行或者不行，然而在前行的路上我们发现，其实真正束缚住我们的脚步的并不是孩子，而是我们心底的不确定和对孩子的不信任。那些和我一样对孩子“呵护有加”的大朋友们，请认真的读一读这本书，孩子们其实比我们想象中的要更勇敢、更坚强，孩子的天性是追求自由，不要让我们束缚住孩子们奔跑的双腿，就让我们成为孩子们的脚，小脚带着大脚，让我们跟着孩子一起，去触摸自然，去自由的呼吸。

2、孩子从小和爷爷、奶奶一起过，和我这个妈妈不是很亲。我差点就去带着孩子去看心理医生，但是看到这个“小脚大脚一起走”的标题以后，我想旅游也许是更好的让我们母女沟通感情的渠道。感谢作者万之逸！现在的孩子们课业压力太大了！小学生永远有写不完的作业这个假期本来打算带孩子出去游玩的，但我总是不坚定，怕假期出去玩耽误孩子的作业和学习。在看完这本书以后，我才相信孩子的课堂不止局限在学校，走出去旅行也是会给孩子带来很多见识的，也是这个阶段孩子的必修课。

3、万之逸的这本《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》，最大的感受就是，孩子也许不会是我们实现旅游梦想道路上的羁绊。作为一个业余驴友的我，从大学毕业到现在，独自去过了西藏、台湾和敦煌这些地方。每次旅途行将结束时的感觉就是，自己去玩，无牵无挂，下定决心，立即出发。偶尔也会想到成家以后会失去了如此下定决心出去的机会。看完这本书后，我感到即使有了爱人和宝贝，我的脚步仍然不会停下来，我会打点行囊，继续上路的。推荐给同样拥有环游世界梦想的你！

4、出发，是一个生命的常态。有人会担心，有了孩子还能想之前那样的随心所欲遇到想旅行就旅行，想出发就出发的吗？为人父母了，养育孩子必定有会遭遇许多麻烦。而旅行只是把我们想做的事情变成了一种考验，考验智慧，考验生活的态度。年轻的时候可以自由的旅行，能有孩子之后带着孩子旅行会有别样的风景。亲子行是一次全家人时刻亲密相处的机会，能我们了解孩子，了解自我的机会。年纪大的我们离自然越来越远，而与孩子同行，他们会教会我们重新学会呼吸，拥抱大自然，发现惊喜。抛弃繁忙的工作，让彼此间有时间交流，会让父母与孩子相互有新的认识，更加的心有灵犀。因为孩子，我们可以带着她们去我们不曾去过的地方，可以以不同的盐官去重新探索我们曾经去过的地方，去找寻曾经丢失的快乐，开启新一轮的心智成长。日本摄影师星野道夫说：孩提时代看过的风景，

## 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

会长留在脑海中。直至成人后面对人生岔路时，给予我们鼓励与勇气的，可能不是谁曾说过的话，而是那成就看到的风景。旅行能拓展我们的视野，能让我们更加的热爱我们拥有的生活。旅行能让孩子尽可能的接触更多事物的同时，也会潜移默化的提高他的感悟力、观察力、学习力能，丰富了生活经验。旅行中的任何活动都能提供我们教育的机会，它是理论与现实碰撞的实验室。正如龙应台说的，上一百堂美学的课，不如让孩子自己在大自然里行走一天就是这个道理。旅行是一种阅历，是全家的美好记忆。亲子旅行，是孩子的旅途，它的核心已经从成人的兴趣点转向了孩子的兴趣和身心发展水平为中心了。所以旅行要以孩子的兴趣性格特征和年龄为中心来设计规划。如果爸爸妈妈是设计参与游戏的告知，带着孩子一起的旅行一定充满欢乐。游戏能给旅途中解决很多烦劳，会让在意想不到的情况下发生的事情全家能一起开心地应付。书中用作者的亲身经历来为读者提供了很多细致入微又实用的方法。比如书中例举了孩子多大适合什么样的旅行，选择什么样的交通工具。孩子路途中晕车哭闹如何应对。旅行中需要准备的药物和预防的工具，预备常见旅途疾病和对当地的了解，准备好户外扎营、寓教于乐等等。书中还为读者介绍了作者经历过的适合旅行的地方，比如名山大川地质地貌，博物馆科技馆，探访动植物等等。孩子的兴趣不仅仅是对一样事物的喜欢，而是希望能够和他的心灵产生共鸣，比如参观建筑时候发现来自建筑的一个故事，建筑中的人的一个微笑，都会让孩子满足的开心游玩。不管是什么地方，那些外在的新事物都会让孩子大开眼界，收获良多。读万卷书，行万里路，许多美好人生所需的特质，都是在生活本身中获得的。行走在旅行的路上会让孩子得到更重要更直接的教育。全家行的亲子旅行，不仅仅能收获快乐还是能让自己重拾童年收获为人父母的幸福。希望在生活里，家长们都能常常停下繁忙的工作，带着孩子一起去旅行。

5、古语有云：“耳听为虚，眼见为实。”也正因为如此，我们很多人渴望走出去看看，放飞心情的同时更饱览自己未曾领略的世间美景。旅行，一个永恒不变让人追尾无穷的话题；旅行，一个充斥着多姿多彩色泽耐人寻味的过程。爱旅的人生更是如此丰富多彩。与此同时，作为越来越多被家长们关注的旅行另一话题：亲子游也更多地被人们重视和关注。《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》这本书便是着重于讲解和介绍着关于亲子旅行的国内自助旅游指南。齐步走，张见识，开开心心亲子互动去旅行。对于这样主题的旅行指南丛书，我里面就无比心动地期待一读了。因为自己身为一名家长，也刚在前不久的暑假带着孩子去西安旅行了一趟。尽管游玩回来很是疲倦，但是旅行的过程还是旅行的意义我都相当认可。也更由此及彼地引发着我对这本书的关注度。不仅仅因为很是有着相同的共鸣，更希望由此解读到更多的指导讯息为我们全家下次的旅行做好更为充分的准备。深入阅读这本书，我觉得本书的内容还是相当实用和有趣。同为家长身为的我更是受益匪浅，启发颇多。借由一位孩儿妈、资深驴友的亲子旅行实践为基础，逐一讲解和探讨着亲子旅行的诸多话题。里面既包括着旅行的意义，里面也有着完美亲子旅行的原则，里面更耐人寻味地收罗着旅行中寓教于乐的要点，里面同样收罗着真情实意的作者亲子游历的大好河山美景。尽管是作者他们的旅游分享，却更是激发和推动着书外读者家长们蠢蠢欲动的期盼着和孩子共同旅行的步伐。虽然旅行有着不同的方式和方法，但是亲子旅行的过程中同样也有着耐人寻味的不同风味。尽管两代人的旅行或多或少地因为体力，见解度等的不同有着更多的注意点事项，但是一次成功的亲子旅行更会让游览者收获更多的意想不到的礼物。无论是家长和孩子间的温馨的亲子互动时光，又或者是零距离地带领着孩子启迪和开阔他们的视野，更或者是那种发自内心的好事物和全家分享的信念，透过亲子共游的美好时光我们可以收获满满。阅读《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》这本书册，我们不仅仅可以共同分享到一个又一个关于幸福完美亲子游描述，我们更可以透过书中的指点积极规划和准备着一次属于我们自己全家的温馨甜蜜亲子共游活动。

6、70后80后的父母很渴望自由，可是家里的小家伙总是各种束缚住你，读了这本书也许就能打消你的所有顾虑，同时能教给你一些自然教育方法，让你的孩子寓教于乐。带着孩子出去旅行，不光成全了父母，也教育了孩子，何乐而不为呢？

7、阅毕总结：1、10-14章各种丰富的亲子活动和游戏，寓教于乐，不仅户外就是在家附近的河边公园也适合，没想到在一本户外亲子书找到方便操作的亲子活动和游戏，最重要的自己也爱户外徒行，今年也开始尝试带4岁的小儿进行户外探索，作者的建议实用，以后带娃出门有更多有意义活动的参考。2、书其他章节，有需再看，或者看目录结构。3、让孩子成为富二代我不敢保证，但让孩子成为“旅二代”我还是有信心的，正如书中所说，以后这代孩子都是国际化人，旅行让他们提前进入国际化。4、我自己一直信奉生活即是教育的理念，只要用心生活中到处有可学习的地方，而不是孩子规矩坐在教室里凝听老师讲课才叫学习，如书中所说学校太小，世界太大旅途是孩子受用不尽的百科全

## 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

书，旅途让我们有机会完善和弥补学校教育的不足。5、让孩子从小开始读书和旅行都进行。

8、没有孩子的时候，打打闹闹，这走走，那逛逛的好不惬意，不需要有太多的顾虑，不需要做太多的准备，有一颗出走的心，便可以立马成行！这就是成年人的世界，虽然复杂，却也简单！有了孩子，顾虑不可避免的要多了起来，怎么出去玩？还能出去玩吗？游山玩水是不是要放置到N年以后，当孩子的脚步可以跟随上成人的步伐后再开始？太小的年纪带领孩子出游，是一件风险太大的事情吗？该怎么准备，又该如何计划？这些所有的问题和疑惑，应当出现在很多家长的心海里，我也是这样，对于如何带领孩子出游，在他孩子襁褓的时候我没有想过，因为我觉得不可能。当他还是幼儿的时候，我也没有太多的想过，因为我觉得应当很麻烦。当他已经渐渐长大，出游这件事好像才被单独拿出来，并稍作计划，也只是城际旅游，并不大动干戈。而如今，读了《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》我才知道我曾经缺失了什么，而我又为此让我的孩子错过了什么？喜欢孩子妈，资深驴友万之逸的勇气，该怎么说这种敬服之情呢？我相信很多人也许也曾想到了带着自己的孩子，全家同步出游，摒弃孩子太小，出行麻烦，需要准备太多的种种理由和借口，想到了，就去做，这样的事情往往在纠结的过后只需要两个字的帮助，便是“勇气”。我们很多人没有面对未知困难的勇气，没有面对或麻烦，或平顺的勇气，没有勇气带着弱小的孩子走百十公里路，或是乘坐交通工具跨过千山万水，甚至没有勇气是怕孩子的哭闹在公共场所带来被人注目的眼光，没有勇气的理由有千万个，而结局却是简单到了一致。话说拥有出走的勇气就那么难吗？话说坚持勇气在心就那么不易吗？实际上很多问题，在我们的想象的空间里有着多样的变化，也是多样的繁杂，而实际上经耐心，努力，坚持后的一切却是简单的不得了，问题不多，困难不大，而是我们太脆弱，不坚强，没有勇气而已。不被孩子的小小身躯而牵制，而是与其在旅程中一同成长！爱的蔓延，不应只在方圆五公里，而应是整个世界！

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 章节试读

### 1、《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》的笔记-第176页

61

我也想像弟弟这样的童年，带他旅行，带他穿山越岭。但妈妈很郁闷，因为爸爸不会开车，每次都只能妈妈自己开，真心觉得累啊。所以妈妈发誓，下次找爸爸，一定要找个会开车的！

### 2、《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》的笔记-第272页

这本书立意很不错，带孩子去旅行，只是写得有些零散。如果能从第1次出门，到哪里，发生了什么事，第2次到哪里，是自驾游，那应注意些什么，他们的旅途上都发生了些什么事。这样写会更引人入胜吧。

还是要鼓励一下妈妈，你做得很好，是我的榜样。

### 3、《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》的笔记-第1页

以前一直以为带个小娃娃出门是件很困难的事，并且是给自己找麻烦，但看了这本书以后，我觉得似乎这件事没那么可怕，似乎我也可以尝试一下。我的收获：

1、三岁以前的小宝宝们不是一无所知的，三岁以前的记忆就是我们的潜意识，或者长大后的我们不记得这个年龄段的事情，但我们在这个时期经历过的都会存储在我们的大脑里，开成潜意识，所以不要觉得带三岁以内的小宝宝出行一点意义都没有，会对他们有帮助的。多出去走走，也有助于宝宝以后上幼儿园能够更好的适应环境。

2、我们可以寻找一个有意思的游戏，让宝宝在旅行里更有意义，比如坐在车里的时候可以比比看谁最先找到红色车（或其他车），也可以教孩子们认识不同牌子的车，还可以做这样的游戏，延伸孩子的想像，比如一只小狗坐在窗户下，一只什么样的小狗坐在窗户下，如此展开一个故事的想象。

# 《小脚大脚一起走：带着孩子去旅行》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)