

妙招培养宝宝生活好习惯

- 1. 让孩子爱上自己上厕所**
如果你正在训练孩子自己上厕所,请在孩子的小马桶里滴上几滴蓝色食用色素,告诉孩子如果他自己上厕所,会有变色魔法出现。想一想,孩子上完厕所,是不是会惊奇的发现蓝色的水变成绿色了呢!
- 2. 节约用纸巾**
如何让孩子厕所节约用纸?你只要在纸巾下放贴一条标示,标示每次取纸只到这个位置,孩子自然会配合了。
- 3. 刷牙游戏**
制作几个黄色大牙齿,请孩子用旧牙刷蘸上牙膏来刷一下,是不是变白了?那自己的牙齿也要认真刷哦!
- 4. 自制书签爱护书**
没有看完的书用自己做的书签夹好,养成爱阅读和爱护书的好习惯。
- 5. 我的时间我安排**
卷筒纸芯剪一剪,每天时间就安排好了。
- 6. 再也不怕小怪物**

宝宝们不听话让人抓狂,妈妈们有没有想过,或许用点新方法就会化腐朽为神奇,让他们在游戏中养成好习惯?看看下面的12个妙招吧,如厕、刷牙……再也不是难题了。



图 TP

- 7. 让孩子爱上洗手**
如果你的孩子比较胆小,总觉得家里躲着小怪物,或者特别害怕某个事物,你可以尝试用家里的去污剂旧瓶子,贴上怪物贴纸,告诉他这是小怪物消灭剂,喷到哪里就消灭了!
- 8. 学会整理与收纳**
如果你希望孩子学会整理和收纳,你要给他足够的空间和工具,教会他分类管理,摆放,收纳的方法。这个叫洞洞板,很实用的手工工具材料整理方式。
- 9. 再也不怕捉小虫子了**
你鼓励孩子接触自然,但孩子却害怕用手捉小虫子,没有其它方法了吗?当然不是,做一个小虫收集小容器吧,加一个小纸杯,埋在土里面,小虫

日本福冈牙科大学学者进行的一项文献回顾表明:暴露于二手烟中会让孩子更容易患上蛀牙。发表在《环境研究与公共卫生国际期刊》上的这项文献回顾选取了在1990~2010年间出版的15项相关研究,并对数据资料进行多变量模型分析后发现:二手烟与儿童乳牙龋齿之间可能存在着因果关系。在考虑了其他潜在因素(如社会经济背景)后,上述结论依然成立。

研究人员发现:二手烟会对儿童口腔菌群和乳牙发育的矿化过程产生不良影响,并通过影响唾液的发育和功能,降低唾液的生成和有效性。此外,二手烟往往增加了环境中镉元素的含量,减少了体内维生素C含量,削弱了孩子免疫系统的功能。它还会引起鼻塞,增加了用嘴呼吸的时间。

研究人员称,下一步将要继续寻找儿童血液暴露于尼古丁中的确切证据,以便进一步了解二手烟对儿童的危害。



孩子频繁感冒,并非全怪着凉

彤彤妈妈最近有点烦,短短3个月,她家宝宝已经反复感冒3、4次了,“平时我们都特别注意孩子的保暖了,不让她有半点着凉的机会,但还是无法避免感冒,烦心哪!”

事实上,着凉并非孩子感冒的唯一原因,婴幼儿容易患感冒,与他们机体的生理特点和解剖特点关系密切,加上家长护理方式不当,以及周围环境不良,都容易导致孩子反复感冒。

1、“对手”强大:上呼吸道感染(俗称感冒)是由各种病毒和细菌引起的,其中病毒性感冒更为常见,占了原发性感染的80%~90%,而能够引起感冒的病毒就有200多种。宝宝“以一敌两百”,实力悬殊,败下阵来。

2、“防线”脆弱:婴幼儿免疫系统



图 TP

80后父母自曝早教误区

近日,一项名为“早教的认识误区对家庭教育影响”的调查公布结果,该调查显示,超过半数的80后父母希望自己的孩子是超常儿童,最好是神童。早教课是忽悠人还是确实有效?年轻的家长在孩子的早教问题上,理念是否正确?

误区一:只选贵的,不选对的
小宝妈给孩子选了8000多元一个月的早教课程,平均算下来一节课就要200元。“第一次去体验时,就觉得那边的环境非常好,服务也好,不过上了一个月,便发现了问题。”

“那个早教机构没有室外场地,小孩子都是在室内学习或者玩耍。而且,我家宝宝两岁半了,本来说话挺流利的,可上了一个月的英语课,说话反应变慢了。母语和英语混杂在一起,我

- 子自投罗网啦!
- 10. 你的手是很脏的!**
出门玩耍回家总忘记洗手?到底洗手和不洗手有什么区别,真的会把细菌吃到肚子里吗?让孩子亲眼见识一下吧!用两片面包,一片干净的,另一片用脏手摸过,分别放进密封袋里,放上1天、2天,观察一下,被脏手摸过的面包上全是霉菌哦!孩子一定会乖乖养成洗手好习惯。
- 11. DIY电话号码手链**
把父母的电话穿成手链给孩子戴在手上,既不会张扬,让所有人一看就知道,也能在万一走失的时候让孩子知道爸爸妈妈的电话,及时找到,特别适合旅行在外的时候。
- 12. 你的衣服你做主**
你的孩子是否总吵着每天自己决定穿什么,而你既不堪他们的搭配,又不想剥夺他们自主决定的能力?好吧,把你搭配好的衣服装进袋子,只让孩子挑选搭配好的,这样是不是双赢了?

- 也少,维生素D缺乏也会影响呼吸功能的发育,缺锌、缺铁性贫血的孩子也可导致免疫系统功能低下。
- 4、外部条件不利:**冬天、初春季节日气冷,宝宝身体受寒,抵抗力减弱;大风天带病毒的飞沫更易传播;室内封闭的环境助纣为虐,让感冒病毒迅速传播扩散。
- 5、温度落差:**这里说的温差主要指两方面:一是季节交替气温时冷时热,二是室内外温差过大,这都会让孩子感到不适应,从而降低了机体免疫力,感冒病毒更容易乘机入侵。
- 6、“卧底”潜伏:**公共场所人员复杂,而且较为拥挤,宝宝在幼儿园、公园、商场等场所交叉感染患上感冒的几率是非常高的。

小鹿已经3岁多了,但是却只会发一些简单的音节,一句完整的句子都不会说。经医生检查,发现小鹿的听力和神经系统都没有什么问题,声带也发育正常,只是词汇量严重缺乏。便询问父母平时在家对孩子的教育方式。结果发现,小鹿在家人的宠爱下,衣来伸手饭来张口,想要什么东西,根本不用说话,只要手一指妈妈就会给她拿到面前。听完小鹿妈妈的介绍,医生说:“孩子身体没什么问题,问题在你们父母这儿。孩子根本没有使用语言的必要,她怎么还能学会说话呢?”

锻炼宝宝语言能力的

方法多种多样,父母可根据宝宝的特点选择相应的活动。

方法一:对于年纪小一些的宝宝,睡前故事是培养语言能力的的一个重要方法。在讲故事的过程中,如果能同时调动宝宝的各种感官,如眼睛、耳朵、双手等,就会很好地吸引宝宝的注意力,刺激智力发育。

方法二:对于稍微大一些、有一定语言能力的宝宝,爸爸妈妈可以试着让宝宝复述故事。听完故事后,鼓励宝宝用自己的语言将故事复述出来。如果宝宝语言能力还不够,可以邀请宝宝扮演故事中的某一个角色,然后由爸爸妈妈与宝宝一起完成故事的复述。

方法三:讲述经历过的事情也是很好的方式,爸爸妈妈可以鼓励宝宝说一说一天经历的事情,开心的、不开心的都可以和爸爸妈妈分享。同时,爸爸妈妈也可以和宝宝分享自己一天在工作中遇到的有趣的事情。

方法四:对于年龄再大一些的宝宝,爸爸妈妈则可以与他们一起猜谜,词语接龙,益智类游戏,角色扮演等等。让宝宝跟着妈妈念儿歌,或者在屋子里边走边唱,都会帮助他们发展语言。

谨防宝宝『语言饥饿』



别宠爱,孩子一直到上幼儿园还没学会自己吃饭。

幼教专家表示,对于孩子来说,游戏是最好的学习方式,生活是最好的学习内容。在孩子幼年时期,父母的言行和榜样力量在日后是任何一位好老师、好学校都无法代替的,父母是孩子最好的启蒙老师,也是孩子最好的早教老师,因而父母一定要积极参与到孩子的早教中来,给孩子树立好的榜样。