

育儿
有招学得太早
宝宝『抢跑』未必好

不如先培养好习惯让生活变『课堂』



拼音班、看图识字班、英语班……如今,越来越多的幼儿园孩子在双休日也开始忙于赶场。本期育儿有招节目请来静安区教育学院附属学校校长张人利以及静安区南阳实验幼儿园园长李文静,和家长们共同探讨学龄前孩子,究竟要学些啥。(请关注每周六上海教育电视台 16:05《育儿有招》节目)

不必教得太早

“我的宝宝现在是大班,考虑到幼小衔接就帮他报了一些辅导班,一个是看图说话班,可以为语文方面打好基础,然后再帮他报了一个英语班和一个硬笔书法班。”现场一位妈妈分享了自己的经验,而像这样未雨绸缪的家长不在少数。

有调查显示,在小学一年级上半学期的头两个月里,有参加过辅导班的孩子的表现会优秀一些,但过了一段时间尤其是二年级之后,调查结果却让一些家长“意外”:“超前辅导”的孩子觉得自己学过了,课堂上不注意听讲,久而久之养成了不良学习习惯。张人利提醒家长,宝宝的教育不能“过早”以及“过度”,相比课外辅导,家庭教育更重要。

切忌不能攀比心态

李文静说,其实,现在在一些校外机构开设的看图说话等课程,幼儿园也有类似课程内容。但不少家长表示看到别的孩子去上课了,觉得自己家孩子也不能“吃亏”。别的孩子一叠证书在手,自家孩子什么都不会很没面子。

专家建议,学龄前孩子的教育不在于学的有多深多难,而在于今后的学习生活打开一扇门——除了一些基础知识之外,家长更应该注重孩子学习习惯、文明礼仪、心理素质上的培养。每个孩子都有自己的个性特长,没有必要按照某一个标准去培养孩子。

从生活中学到本领

有家长觉得,一定要坐在桌前认真真看书才是学习,其实,日常生活中同样可以寓教于乐。比如,带孩子去公园玩,家长可以介绍公园里的环境,给孩子讲讲植物、动物的小知识。孩子每天回家,让他讲讲今天上课学了什么内容、午餐吃了什么、今天发生了什么高兴的事情等等,不仅能够培养孩子的语言表达能力、逻辑思维能力,还增进了亲子沟通。

实习生 姚君青 本报记者 陆梓华

自信的孩子是夸出来的

“孩子是自己的好!”虽然我也羡慕别人家孩子比我女儿漂亮,比她乖,但羡慕归羡慕,我还是为拥有这样一个女儿而自豪!我坚信,妈妈的自豪,便是孩子的自信,便是孩子成长的动力!

“宝贝儿!办公室的阿姨都夸你的画儿画得好!”我把女儿的画儿拍到手机上给同事看,得到了好多表扬之词,回家就告诉了女儿。她开心地笑着搂搂我,学画更认真了,并有了不小的进步,在绘画比赛中获了二等奖!

“我闺女可真长大了,都知道心疼妈妈了。昨天趁我睡觉,她帮我拖地了!”同事来家里串门,我自豪地夸女儿,同事听了也跟着夸她懂事,女儿在旁边听着,不好意思地笑了。从那以后,她自己梳头发,自己洗袜子,

每次吃饭,还能主动帮我们盛饭,变得越来越懂事了!

“我闺女是我的小参谋,会帮我洗衣服了!”“我闺女会帮我看稿了,哪写得不好,有时说得还真对呢!”“我闺女是不是比我漂亮,呵呵!”我最喜欢在别人面前夸自己的孩子了,并且回到家,我会把这些话和别人的赞美一起说给女儿听,女儿总是笑嘻嘻地听着,我知道,她心里一定美美的!

我的自豪,使孩子获得了更多的夸奖!时间长了,我渐渐发现,女儿比以前更自信了,懂得了怎样把自己的优点扩大,不足的地方,也知道努力地弥补了,女儿就在我和熟人的夸奖下,快乐地成长着!

吕会香

妈妈巧花心思
宝宝吃好喝好度寒冬

寒冷干燥的冬季里,娇弱的宝宝更加需要充足的营养保证,以提高身体的免疫力,抵御各种疾病的侵袭。

中医认为,阴阳平衡、经络疏通、气血调和,是防病强身的关键。所以,合理安排饮食也成为小儿营养物质供给的关键。所谓合理安排饮食,就是要考虑到热能的需要和各种营养素的需要。此外,还应注意蛋白质、脂肪、碳水化合物之间的比例关系。因此,父母应合理安排膳食让宝宝健康过冬。

多食蔬菜
能防宝宝感冒

冬天,体弱的小宝宝很容易患感冒。除了做好宝宝的日常护理外,妈妈可以从饮食入手,给宝宝吃蔬菜。有些宝宝“讨厌”吃蔬菜,或者吃的蔬菜品种很少。这时妈妈不要急着强行逼宝宝吃,那样会使宝宝更厌恶蔬菜。不如换种方法,从扩大蔬菜品种着手,例如:从绿叶菜(青菜、菠菜、茼蒿菜、豆苗等)、甘蓝族蔬菜(卷心菜、花菜等)、根茎类菜(土豆、萝卜、冬笋、胡萝卜等)、菌菇类等各种蔬菜中去挑选宝宝爱吃的蔬菜。不过,这个过程可能会有些长,为了让宝宝自己接纳蔬菜饮食,妈妈还是要耐心,耐心,再耐心。



温度不会降得太快,如可做羹粥类菜肴。

喝粥补水
保证身体需要

冬天虽然排汗减少,但大脑与身体各器官的细胞仍需充足的水分,来保证新陈代谢正常进行。所以,应给予宝宝充足的水分以保证身体的需要。对那些年龄较大的孩子,父母应教他们主动喝水,不要等到口渴了再喝。因为,待到口渴时,其身体已处于缺水状态了。另外,含糖量多的饮料,还是少喝为好,最好的“饮料”还是白开水,可以让宝宝多喝些。

除了多给宝宝喝水,也要常给宝宝熬粥。冬季喝热粥,特别有利于宝宝吸取热量和营养。粥是特别适合婴幼儿的食物,宝宝肠胃功能较弱,而因为熬煮的时间长,粥里的营养物质可充分析出,所以粥不仅营养丰富,且易于消化吸收。养心除烦的小麦粥、消食化痰的萝卜粥、健脾养胃的茯苓粥、益气养血的大枣粥等,这些都是冬日宝宝食用的佳品。钱琦

温热食物
保护宝宝肠胃

在冬季,妈妈挑选宝宝的食物,应该以温热性的食品为主。例如,煲菜类、烩菜类、炖菜类或汤菜等。而不宜给宝宝多吃生冷的食物,因为生冷的食物不易消化,容易伤及宝宝的脾胃,这点对那些脾胃虚寒的孩子更要特别注意。

宝宝在寒冷的冬季可以吃苹果、梨、猕猴桃、香蕉、柚子等水果,以及猪肉、牛肉、羊肉、鸡肉、鱼、虾等动物性食品。另外,豆制品是冬季菜肴很好的原料,如将豆腐干与红烧肉同煮,内酯豆腐做肉羹或鱼羹、白菜猪肉豆腐煲等,都是适合宝宝在冬季食用的营养佳肴。冬季热量散发较快,用勾芡的方法可以使菜肴的

苛刻“鹰爸”VS快乐“星期8”

没必要单纯模仿,因材施教才是最佳状态



“鹰爸”是继“虎妈”“狼妈”后,又一位以严苛教育走红网络的家长。近日,一段4岁“裸跑弟”的视频引来网民关注:美国纽约-13℃的暴雪中,一名来自南京的4岁幼童在“鹰爸”的要求下裸跑。对此,网友褒贬不一。一直以提倡“快乐教育”为核心的国内知名儿童社会角色体验乐园——星期8小镇,是如何看待这种严苛教育的呢?“鹰爸”式训练与“星期8”式快乐教育有冲突吗?

“鹰爸”背后的精神

教师出身的“鹰爸”表示,儿子是七个月的早产儿,出生时就伴有多种并发症。接生的医师告诫鹰爸,孩子先天严重不足,未来可能脑瘫痴呆。“鹰爸”利用自己当过7年教师

的经验和师范院校毕业的专业知识,制定了一系列针对儿子情况的训练计划表,并根据孩子的具体情况每两周进行一次调整。而孩子的母亲也留在家做了全职太太,严格实施这个训练计划。经过自己三年的极限训练,孩子智商潜力已高达218。

“鹰爸”式训练的背后,是一个父亲对孩子深刻的爱,也让人看到中国人骨子里不抛弃、不放弃的态度。在这个态度下,并非我们表面所理解的管教式的严格教育,而是一种理性、有序的方式方法。孩子从中得到的不仅是智商潜力的开发,更是一种现在众多在家长手心呵护下的孩子所或缺的坚韧吃苦的意志。这种意志的锻炼也是星期8小镇所提倡的“快乐教育”的一部分,所谓

“先苦后甜”。

不能单纯地模仿

“鹰爸”对其儿子近乎魔鬼式的训练是基于孩子先天的缺陷因素,不能成为其他家长单纯模仿的对象。然而,我们最需要学习的是——因材施教。因材施教其实是几千年前我国教育家提出的教育理念,然而如今,让有个性的孩子“泯然众人”也一直是教育的遗憾。每一个儿童都有其天然的个性特点,尊重孩子的身心发育规律,不要拔苗助长。练习并不是越多越好的,题海战术也许短期内会使孩子得到高分,却会加重孩子的负担。要善于发现孩子的闪光点,适时、适度地肯定孩子的长处。所以,能够让孩子“快乐学习”才是教育的最佳状态。

Tips

星期8小镇 www.edaytown.com
微博:weibo.com/edaytown
电话:400-820-5066
地址:上海闵行区都市路5001号仲盛世界商城5楼(近地铁1号线莘庄站南广场出口)
营业时间:逢周一、三、四开放上午场(10:00-14:00),逢周二、周五、周六、周日和节假日开放上午场和下午场(15:30-19:30)

