

很多爸妈都知道亲子阅读的重要性,懂得培养阅读习惯从娃娃抓起。尤其是0-1岁的宝宝,因为还不了解书中的内容,所以需要大人陪在身边,一面看书一面解说。亲子阅读好处多,不但能让孩子从小知道阅读的乐趣,还能培养父母与孩子之间的关系。那么,如何才能进行有效的亲子阅读呢?

■ 可以给低龄幼儿选择色彩绚烂的图画书

营造舒适环境

想要营造愉悦的亲子共读环境,爸爸妈妈首先要调整好自己的心态,将陪伴宝宝阅读视作一件促进亲子关系的事,不要嫌烦。爸爸妈妈用心陪读,宝宝才会爱上阅读。

进行亲子阅读比较好的时间是吃饭后、睡觉前,或者上午清醒的时候。因1岁以内的宝宝专注力低,每次亲子阅读时间不要太长,5-10分钟为宜。此时可以关掉电视机、收音机等设备,让宝宝不要因为声音的干扰而分心。如果家里条件允许,不妨在家中为宝宝设立专门的图书角,同时可以选择一个舒适的地方,让宝宝习惯在同一个地方阅读。

尊重宝宝喜好

每个宝宝都有个性差异,因此喜好也不同。爸爸妈妈可以在每次亲子阅读中观察,找出宝宝最感兴趣的那几本书、那几个故事。陪宝宝看他喜欢的书,宝宝才能感受到阅读的乐趣。在阅读过程中,千万不要强迫宝宝看那些

“有用的”“著名的”作品。如果宝宝缺乏兴趣,就会影响到宝宝的阅读热情。

因这个时期的宝宝还在手口敏感期,动不动就将书放在嘴里啃。这种行为其实很正常,父母不要加以干扰。如果总是教育宝宝“不要啃”“不要弄坏”,宝宝会将“不要”与书联系在一起,慢慢就会抗拒阅读。

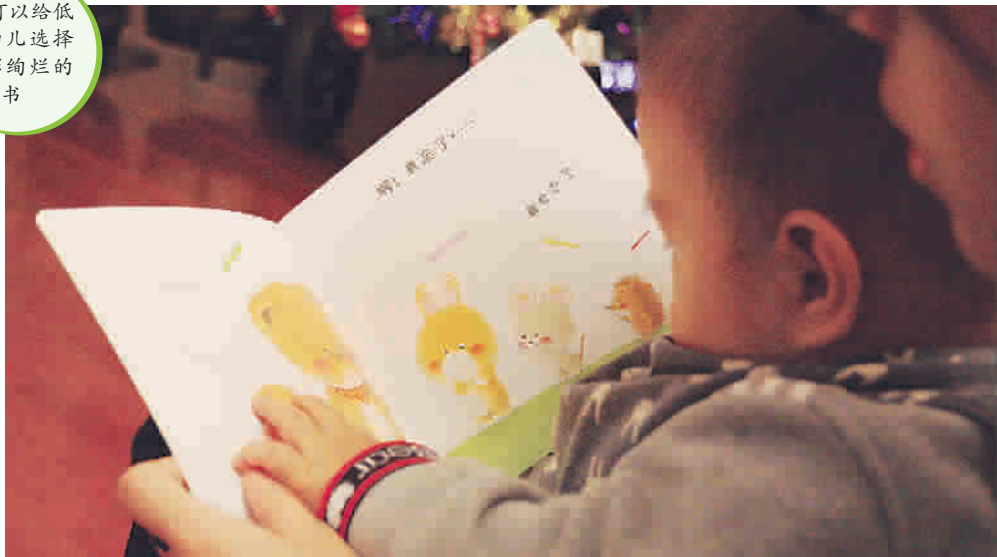
有规律的反复

宝宝往往对自己喜欢的书爱不释手,经常看来看去就是同一本。爸爸妈妈买了很多不同的书,宝宝似乎都不感兴趣。其实,重复是1岁以内宝宝的共性。爸爸妈妈应该不厌其烦地耐心陪读。不要担心重复阅读会让宝宝无聊,对宝宝来说,每一次阅读都能发

现新的东西。重复的次数多了,宝宝自然就记住了新的词汇。

父母陪读的另一个“功能”,是为宝宝讲解书中的故事。1岁以内的宝宝,阅读重点是看图画、听声音。为了增强对宝宝的吸引力,父母在陪读时可以适度模仿,用略夸张的语气讲解。当然,别忘了观察宝宝的接受度,避免让他害怕。

布玛



■ 合理喂养,提倡母乳喂养。但是,在合适的时候,循序渐进地断奶。考虑到断奶期的宝宝牙齿并未长全,肠胃的消化功能还不适应,最好做较软的、碎的食物,以免因消化不良而腹泻。还要保证每天给予牛奶或其他乳制品250-500毫升,以确保营养供应。

■ 及时添加辅助食品,每次限一种,逐步增加。家长应注意观察宝宝吃辅食时的身体状况,是否有过敏反应。尽管有些辅食宝宝很爱吃,但也应当控制好摄入量。

■ 人工喂养者应根据具体情况选择合适的代乳品。

■ 养成良好的卫生习惯,注意乳品的保存以及奶具、食具、便器、玩具和设备的定期消毒。

■ 气候变化时,避免过热或受凉,居室要通风。

如果宝宝拉肚子,家庭护理更重要:

■ 感染性腹泻患儿,尤其是大肠杆菌、鼠伤寒沙门菌、轮状病毒肠炎的传染性强,应积极接受治疗。家里和幼儿园都应做好消毒隔离工作,防止交叉感染。

■ 避免长期滥用广谱抗生素,对于因败血症、肺炎等肠道外感染必须使用抗生素,特别是广谱抗生素的婴幼儿,即使无消化道症状时亦应加用微生态制剂,以防止难治性肠道菌群失调所致的腹泻。

华仪

天气变化大小儿腹泻预防有招

龙文教育
名师一对一
中小学1对1辅导领先品牌
报名热线: 400-820-6678 网址: www.lw-eh.com

工商外国语学校优秀毕业生遍及各行各业——成才的道路就在自己脚下

上海市工商外国语学校是一所国家级重点中专,也是上海唯一以“外国语”命名的中职校。几十年来,学校坚持国际化办学特色,打造多元化成才通道,以每一个学生的终身发展为己任,为社会培养了数以万计的复合型、应用性技能人才。

近日,学校约请了在校生对已经走上工作岗位的校友们做了一次精彩回访。学姐学妹们的成长之路,让同学们颇受启迪。

一名会计师的成长路——记校友周斐

周斐是0313商务英语班的学生,2007年毕业后进入上海第二工业大学财务管理专业学习,如今在毕马威华振会计师事务所做审计工作。

每到年底,周斐都会忙得不可开交,每天整夜整宿地查账目,很辛苦。“真怀念当年在工商外国语学校的美好时光”,她感叹道,“虽然校园生活最为难忘,但人总是要前进的,总会有下一个目标,下一种生活。当然有如今的成就自是少不了启蒙老师!周奇老师和汪淮北老师给了我很大的帮助。”

周斐在进入公司面试中以超群的能力脱颖而出。第一轮是笔试(内容为英语、数理、逻辑),通过笔试后是HR和部门经理共同审核群面,分为各小组做思考和整理。在此过程中每个人都各抒己见,目的是考察应变能力与协调能力……一轮又一轮的筛选之后,周斐被选中进入毕马威华振会计师事务所。

走上工作岗位后,她也遇到很多挫折,因为直率的性格,在职场中也受到了一些委屈。恰恰是经历了各种历练,她在工作才



取得了长足进步。(采访 陈美杰同学)

机会垂青有准备的人——记校友姚红莲

姚红莲是1988届校友,在校学习机械专业。入学后不久,她经历了一次考试。考前她认真复习学过的知识,最后考取了全班第一的好成绩。在班级中,姚红莲担任团支书一职。姚红莲成绩优秀,尤其擅长理科。在校学习时,她就根据自身情况制定了目标规划。“努力”、“执着”是她学习的关键词,也是她工作和做人的关键词。

毕业后姚红莲被分配到上海卫星工程研究所,成为一名技术员,设计和绘制图纸,她在学校学到的知识都得到了实践。一次单位的团支书选举中,因为学历的关系她落选了。但她并没有气馁,反而因为这次的经历,她决定要继续教育。一边工作,一边学习虽

然辛苦,但她不言放弃。终于通过她不断的努力,考取了交通大学。

经过自己几年的奋斗,姚红莲走上了领导岗位。在这期间,她还考取了国家心理咨询师证书。

机会是留给有准备的人的,姚红莲就是这样的一个人——做好人生规划,踏踏实实学地学好本领。(采访 方燕同学)

“没有母校就没有我”——记校友孔德月

孔德月是1997级韩语专业学生,于2001年毕业后考入同济大学电子信息专业,并在大一时参加了同济大学英语演讲比赛,荣获第一名,如今在博世集团联合汽车电子有限公司担任采购一职。

和许多人一样,孔德月在刚进入学校时心情是失落的。特别是以0.5分与最好的高

中擦肩而过。

由于一次偶然的机会她被选为新生欢迎仪式的发言人,也因这么一个机会,她在全校面前完美地展现了自己,让众多老师记住了自己。后来,她还担任了校学生会主席。“也许没有在这所学校的4年,也不会有现在的我。”这是孔德月说得最多的一句话。

当考大学时,还发生了一个小插曲。那时,每个学校的学生会主席都会得到一个保送名牌大学的资格。但孔德月为了证明给所有人看,同时也为了挑战自己,她放弃了这个绝好的机会,一头扎进了复习迎考中,并最终优异的成绩考入了同济大学。

对于现在的工作特别是对于身边那些强有力的竞争者,她认为,正是周围有了许多优秀的人,才会促使自己不断地去追求和提升。(采访 李月华同学 陈尹琳同学)

机会·实力·拼搏——记校友陈军

陈军是学校1998届的学生会主席。当年中考时,学校开设了一些新的专业,例如英语、德语、日语,还有国际商务和技术。他认为,选择这所学校的优势是可以学到不同的语言,而他当时被随机分到了德语专业。毕业后,他考进了同济大学。

大学毕业后,陈军进入了德资企业。他的第一份工作是做翻译,以后又当上了生产部的培训师。他说:“我觉得自己也不算出类拔萃,只是做事情比较细心,考虑问题会周全一些。因为在一个公司里,你除了要很好地完成自己的本职工作外,还要懂得关注身边的人,无论同事,上司还是其他部门的同事。”

对于学弟学妹们,他给出了建议:“做人要有远见。我原先是在生产部,就需要知道这部在当前环境下今后的发展,而自己是否能适应这发展的步调。没有实力,你做不到;没有毅力,会半途而废;没有远见,就会迷失方向。”他说。

(采访 凌金瀚同学 姜燕同学)