

天气不好 把客厅变成游乐场

一会雨水不断、一会空气质量堪忧，多变的天气状况时常把刚要出门的爸爸妈妈和孩子困在家中。天公不作美，孩子们的运动时间如何保证？“宅”在家，亲子时光怎样才能更有趣？日前，“育儿加油站”2014年学前儿童教育、心理、医学专家咨询公益活动在上海群众艺术馆举行，活动恰逢雨天，专家和老师们通过现场丰富多彩的活动告诉家长，足不出户，同样可以让孩子动起来。

在一个由PVC板围成的护栏区域内，33个月的成成肚子上绑着一个“躺”倒的饮料瓶。饮料瓶上划开了一个大口子，成成起劲地蹦着跳着，努力地把瓶内的乒乓球从开口处震出来。不一会，成成就微微出汗了，看着小球一个个被震了出来，成成兴奋得手舞足蹈。

“瓶子开口不能太小，否则孩子不会有成就感；要用鲜艳的小球，容易吸引孩子的注意；小球软硬、大小都要适中，方便孩子抓取。”上海师范大学学前教育系专家高敬提醒，虽然取材简单，但游戏的细节仍需要家长花些心思。当孩子运动时，安全和适量是最重要的。对于两三岁的孩子，连续运动5分钟，休息一下，是比较适宜的运动量。本报记者 陆梓华



宝山区宝钢九村幼儿园老师陈莺介绍，巧用身边物，可以让房间迅速变身“游乐场”：

一块毛巾——把年纪较小的宝宝放在大毛巾中间，帮他摇啊摇，培养平衡感。孩子会爬以后，家长也可以尝试将毛巾举得略高，让他“钻隧道”，或者用枕头等将毛巾垫高，模拟爬坡。

一根跳绳——在地上铺出一条通道，鼓励宝宝练习爬行，等孩子大一点可以把通道变得更窄，或者呈“S”型，变成“陆地独木桥”。

一个字纸篓——爸爸妈妈绑在身上，就变成了一个篮球架，还可以通过人体移动变成“移动靶”增加难度。

一组可拼搭的地垫——可以搭成“隧道”，让宝宝钻爬过去；可以间隔摆放，让宝宝根据指令练习跨越，也培养反应能力。

现代人已经越来越离不开手机，吃饭时刷屏，等公交车时刷屏，开会时刷屏，连陪伴孩子时也不例外。

波士顿医疗中心的行为儿科学专家提醒家长们，一边陪孩子一边刷手机的行为，严重降低亲子陪伴的质量，还可能令孩子将来也沉溺于手机、网络，甚至影响到他们的人际交往能力。

宝宝也提抗议 妈妈别玩手机

张女士的女儿刚满二十个月，每天一下班，她就火急火燎地往家里赶，只为了多陪伴一会宝宝。在陪伴宝宝的时候，她经常开个小差，偷偷看一下手机，刷一下朋友圈。她发现宝宝有个特异功能，每回只要她一拿起手机，宝宝马上会放下手里的玩具，缠着妈妈。“有一回，宝宝正在专注地搭积木，我背对着她偷偷拿出手机，孩子马上转过头说，妈妈不要玩手机，陪宝宝玩。”

波士顿医疗中心的一项研究发现，不光是张女士的女儿，几乎所有的宝宝都很反感父母沉溺手机。

研究小组观察了55位家长，他们的小孩平均年龄低于十岁。为保证研究对象不受外界干扰，研究人员与观察对象保持一定距离。研究人员依照父母进餐过程中接触手机的程度，从把手机放在桌上不用到进餐时自始至终使用手机，分为5档，对照观察他们的小孩当时的行为表现。他们发现，当父母花更多时间关注手机时，多数孩子变得焦躁不安，并试图通过自己的行为

亲子陪伴请远离手机

引起父母的注意。

父母的陪伴 更要重质量

现在家长大多关注教育，也越来越懂得父母陪伴对孩子的重要性。父母的陪伴能让孩子的内心更有安全感。当孩子内在的安全感建立起来之后，他们才会把目光投向外面。

目前很多家长在陪伴孩子的时候，不是玩微信、微博，就是玩手机上的一些小游戏，或者是工作比较忙，一边陪着孩子，一边还在不停用手机处理工作上的事情。育儿专家发现这种陪伴的质量非常低，孩子们会认为爸爸妈妈是在敷衍自己。这种父母看似很爱孩子，花了很多时间在陪伴孩子，但他们给予的这种低质量陪伴根本没办法让孩子的心理需求得到满足，也就无法建立起孩子内心的安全感。

陪伴不仅要有时间，更要有质量。是时候放下手机，给予孩子高质量的陪伴了。波士顿医疗中心参与研究的行为儿科学专家拉德斯基提出两点建议——

■ 在吃饭、讲故事、睡觉这些亲子时间远离手机，从而避免任何可能的干扰。用餐时间对于培养家庭凝聚力来说非常宝贵。

■ 在某些特定的日子或家里的某些区域禁止使用手机。这不仅能促进亲子关系，还能教育孩子如何正确地与人交流或谈话。随着年龄增长，这一点将越来越重要。

赵燕

【学校简介】

枫叶国际学校建校于1995年，目前是国内开办最早、规模最大的加拿大海外学校之一。枫叶教育集团注重于基础教育领域，目前在全国范围内有幼儿园13所，小学7所，初中9所，高中7所，外籍子女学校2所，共38所学校，在校生约13000人，中外员工近2400人。

上海枫叶国际学校是枫叶教育集团所属第八个校区，是经上海市教育部门批准的首家双语双学历国际课程高中，地处苏、浙、沪交界处，坐落于上海市金山区枫泾镇，学校占地面积300亩，被称为“上海第一座BC校园”。

课程成绩达到一定要求

的枫叶高年级学生可以在校内申请选修AP课程，免修相对应的BC课程。同时，枫叶高中具备AP考试中心资格，学生可以在本校参加AP考试。枫叶针对本校学生专门开设“神鱼”项目，助推综合能力优异的枫叶学子申请哈佛、耶鲁等世界一流名校。

枫叶毕业生100%申请全球大学，每年50%以上进入世界排名前100的学校。枫叶有毕业生的校区每年11月均在校内举办国际教育博览会，邀请全球近60所大学到校区现场录取枫叶学子。至2013年7月，枫叶已有15届毕业生7000多名，遍布世界24个国家的390余所大学。

关注枫叶 加入枫叶

上海枫叶国际学校将于5月18日上午10时在校内举行招生说明会，详细解读如何在2014年中考志愿填报中选择国际课程学校，当日下午举行英语艺术节学生汇报演出活动，欢迎各界人士预约到校参会观看。

即日起，本报将连续为您详细解读“枫叶现象”，敬请关注。

咨询电话：021-60127777 60129717

学校网址：<http://shanghai.mapleleaf.cn/>

新浪微博：@上海枫叶国际学校

微信平台：SHMLIS

官方QQ：800065767

招生QQ群：328820251

学校地址：上海市金山区枫泾镇国际教育园区朱枫公路枫叶街

导航：上海市金山区枫泾镇“上海枫叶国际学校”

“领事课程”引领学生走向成功

探寻枫叶独特的育人体系



育人是学校之本。在上海枫叶国际学校，其独特的育人方式，正在为培育一代新型的世界公民做着有益的探索，并取得了良好的局面。

引导学生走向成熟

5月9日下午，上海枫叶国际学校体育馆坐满了学生和从全国各地赶来的家长，他们在这里，接受了一场“让生命充满爱”的教育洗礼，这是枫叶国际学校的育人课程体系中的一部分。在这次活动中，上海枫叶国际学校邀请中国香港汤恩佳孔子思想宣讲团副团长兼首席讲师李亚军先生到学校来进行“让生命充满爱”的演讲。演讲分为四个部分：爱祖国、爱老师、爱父母、爱自己。

树立学生的远大理想是枫叶高中的教育目标。只有对生活热爱的人才能时刻充满激情，把一件又一件平常的小事变成有趣的事情，认真对待。“领事课程”就是枫叶高中“理想教育”的保障。枫叶自主开发的“领事课程”，将人生与设计、理想与规划、规则与自由、合作与竞争等重大课题，通过案例教学、研究性学习、社会实践、志愿者服务、公益慈善等教学主题，引导学生走向思想成熟。

保持课程领先地位

国内目前没有任何高中能有条件的有目标的系统地挑战育人课程化。那么，

枫叶的育人课程，奥妙又在哪里呢？

答案就在学校致力开发的“领事课程”里。

枫叶的领事课程作为一个独特的育人体系，由三个板块组成。

■ **领事课**：以育人课为主体的日常班级德育工作；

■ **社区服务和社会实践活动**：即“双社活动”，学生寒暑假和五一、十一长假的校外实践活动；

■ **社团活动**：学生在校参与的各种社团活动。

《人生规划》(Planning)和“个人成长记录”作为必修课程，列入毕业学分。学校专职领事团队、“课程指导”办公室，由中加教师为学生提供选课指导与服务，为每一个学生都能成功地从一个层次进入到更高层次提供学习的保障。

枫叶从1995年14名学生发展到全国9个校区13000名在校生，今天的发展规模远远超出任书良当年建校之初的想象。在他看来，之所以取得今天这样的成绩，最重要的是枫叶课程体系和育人体系两驾马车的强大拉动力。这两大成熟、完善的体系也能够确立枫叶未来若干年内在中国国际教育领域内的领先地位。

矢志不渝育人为本

让学生知足感恩，拥有健全人格，在枫叶国际学校看来，是比学习更大的事情。

再以枫叶独特的领事课程为例，该课程设定为20个学分，与其他学科课程一起，构成枫叶一体化课程体系(总学分154个)满足中国教育部《普通高中课程方案(实验)》里规定的中国高中生毕业需达到144个学分的要求。

领事课程的开发与成功，也是枫叶国际学校在这十多年的发展历程中，始终矢志不渝坚持实施育人教育的生动反映。

经过总结，如今的枫叶育人体系已形成了小学快乐教育、初中“三好”习惯养成教育、高中理想教育的构成，并且推出了相关的课程、教材、模式。枫叶教育创始人任书良表示，课程是改变人的主要渠道，而当枫叶的育人教育由过去的概念发展成为课程的支撑后，育人体系就随之开发出来了。此后，枫叶也由过去一个课程体系变为课程、育人两个体系。

任书良表示，枫叶的课程体系经过多年的实践，已经得到认可，现在家长送孩子来枫叶已经不再担心孩子不能顺利出国。“我在思考枫叶如何提升一步，让更多学生不仅从枫叶毕业后进入海外大学，而且进入更好的海外大学，帮助学生从国际化到精英化转变。枫叶的育人体系会是这一转变的重要保障，而且是帮助枫叶加快学生实现目标的重要保障。可以说，枫叶培养更多国际精英，课程体系是基础，育人体系是保障和催化剂。所以，未来枫叶的育人体系还会继续坚持不懈地完善。”

本报记者 王蔚