

幼教直通车

周口市博宇幼稚园协办

地址:周口市川汇新区纬一路
电话:8566966 8566866

本园长期招聘中文、英文优秀教师

宝贝厨房

宝宝多喝番茄汁有助发育

让孩子乖乖把蔬菜吃下去可能比较费劲,这时把它榨成汁就好了。蔬菜含有丰富的膳食纤维,儿科专家介绍,膳食纤维就像海绵,对水、无机物等有吸附作用,能刺激肠道蠕动,缩短粪便在结肠的停留时间,这对儿童尤为重要。小孩不懂事,常有不爱喝水、不喜欢食用粗糙食物的习惯,加之贪玩,经常错过排便时间,导致大便干燥,造成便秘。

番茄特别适合生长发育期的孩子食用,因为番茄中除了膳食纤维,而且含有番茄红素,糖,维生素A、B、C、D以及有机酸和酶等,其维生素C的含量是苹果的3~4倍。

不仅如此,对于牙齿发育不全的宝宝来说,喝点番茄汁效果也不错。番茄汁的制作很简单,将新鲜番茄洗净切成小块,放入榨汁机中即可自动生成,饮用时也可加入适量的糖或蜂蜜调味。

专家强调,各种蔬菜汁一定要兼顾食用,千万不能偏食,可以选番茄汁、胡萝卜汁、芹菜汁、白菜汁等交替食用。如果天气温度不高,一定要把蔬菜汁加温后再给宝宝饮用。

此外,蔬菜汁能控制儿童肥胖,可使食物在胃内滞留时间增加,延缓食物的消化吸收。(好孩子)

育儿提醒

切勿给宝宝挖耳屎

这段时间,3岁半的女儿总说耳朵很痒,并不时用手指挖外耳道口。尽管知道不能挖小儿耳屎这个常识,但看着女儿坐卧不安的样子,我这个当妈的还是忍不住要冒险一次。

我找出一只在婴儿专卖店买的会发光的挖耳勺,女儿歪着小脑袋乖乖地侧躺在我的腿上。发光的耳勺真是棒,能把耳朵里面看得清清楚楚。我轻轻一挖,即掏出一块大大的耳屎,女儿见了十分开心,我也美滋滋的。一挖、再挖、三挖,我禁不住把耳勺往耳朵深处挖,就在此时,女儿发出凄厉的叫声,然后狂哭起来。我马上带女儿到医院检查。

医生仔细检查后说,孩子外耳道壁见伤口及血痂,伤口离鼓膜就差几毫米,再往里一点点儿,鼓膜就穿了。医生耐心地向我解释,耳屎(又称“耵聍”),是人外耳道皮肤上的耵聍腺的正常分泌物。在正常情况下,它随着头部的震动和口腔不断地张合,耵聍会向外移动自行脱落。

“那么,如何处理小儿的耳屎呢?”我急忙请教。

对于耳屎不多的小儿,只需用棉签在外耳道口轻轻清理一下即可。对于耳屎较多或耳屎结成硬块的小儿,可在医生指导下用小苏打溶液,每2~3小时滴1滴入耳内,每天3~4次。待1~2天后耳屎变松软,去医院请五官科医师进行外耳道冲洗或取出。切勿在家强行给小儿挖耳屎,以免损伤外耳道,造成外耳道炎或耳疖;假如挖破了小儿的鼓膜,形成“鼓膜穿孔”,可能会合并感染造成中耳炎,影响小儿的听力,留下终身遗憾。(张秋霞)

教师手记

胖胖大名胡景旭,因为身体胖,故得名“胖胖”。提起胖胖,在我们博宇幼稚园可谓是无人不不知、无人不晓。他是我们全园的宝贝,无论谁见了,都要抱一下、亲一口,而胖胖也总是很豪爽地朝他们挥挥手,送个飞吻,像明星一样有派头,逗得大家哈哈大笑。

刚来时的胖胖可不是这样的。那时候,处在幼稚园适应期的胖胖焦虑症特别明显,看见幼稚园大门就开始哭闹着不下车,好不容易被哄下了车,又哭闹着不愿意进教室,在门口的保卫室整整呆了一星期。饿了,门口的奶奶擀面条喂他;渴了,门口的爷爷给他倒水喝;困了,我亲自哄他睡觉。一个星期之后,胖胖的情绪明显好转,不再那么强烈地抵触幼稚园和老师了,我们开始慢慢哄他进班,鼓励他和其他小朋友一起做游戏,他渐渐地不再哭闹了,但就是不

育儿锦囊



父母必读

父母教养冲突易使宝宝受伤

吃过晚饭,妈妈准备带辰辰到文具店去买铅笔。当他们正要出门时,被爸爸喊住了:“你们要去哪里呀?”辰辰高兴地说:“去买铅笔呀!”不料,爸爸却不高兴了:“你不是还有铅笔吗?怎么一天到晚老是花钱买东西!”辰辰不甘示弱,回了一句:“妈妈说可以买就可以买!”这时,爸爸更来气了:“妈妈说可以买就买吗?我说不可以买就不能买!”辰辰愣住了,看看妈妈再看看爸爸,不知道怎么办才好。

教养有冲突,宝宝易受伤
上面的故事其实并非特例。在有关孩子的教养问题上,夫妻双方难免有所争执。此时双方应该积极进行沟通,努力找到一个彼此都能接受的解决办法,而不是各执己见或者辩论不休。要知道无谓的争执不仅会伤害夫妻感情,而且更容易让宝宝的心灵受到伤害。

夫妻成长经历各有不同
人与人的思想本来就不可能完全相同,更何况夫妻双方也都是从小孩子成长起来的,由于在不同的家庭中长大,因此对于照顾孩子自然有不同的观点。但是,如果夫妻双方一直坚持己见,认为自己的观点才是对的,甚至最终演变成单纯争论谁对谁错的问题,那就偏离了教育的主旨,不仅夫妻双方没有一个赢家,而且夹在中间的孩子也可能成为最大的输家。

既然夫妻双方的成长经历不同,不同的家庭对教养儿女有不同

的方法,那么他们长大后自然就会拥有不同的教养观念。例如,爸爸在家中是长子,如果从小就看见爸爸妈妈疼爱比自己小的弟妹较多一些,那么长大后,他可能也会比较疼爱较小的孩子。反之,他也有可能疼爱较大的孩子更多一些,原因在于想弥补自己缺乏的爱。所以,只要对教育儿女有不同的理解,那就就会产生不同的愿望,最后也会影响对孩子的教育态度。

别让教养争执破坏家庭
毫无疑问,夫妻关系对于一个家庭的和谐来说相当重要。如果夫妻关系不好,那么家庭的正常运转就会产生问题。如果夫妻之间经常因为孩子的教养问题而起冲突,那么无形中将破坏家庭的和谐及夫妻的感情。况且,每次为孩子的问题而起冲突时,双方又非常容易流于意气之争,将子女问题演变成发泄对另一半的不满,这就更会影响家庭生活品质与夫妻的感情,因为对方会认为你早就积蓄了很多不满的情绪,只不过是找理由借题发挥而已。当婚姻因为频繁的争吵而变得不稳定时,孩子无疑就成了最可怜的牺牲品。

其实,夫妻之间没有绝对的对与错,大家都是为了把孩子教育得更好,这又何必起冲突呢?应该首先打开自己的心胸,放下自己所坚持的意见,去倾听一下对方在说什么,然后再心平气和地去讨论。这样不但可以避免无谓的冲突,也有

利于对教育理念有更深入、更广泛的了解,进而找到对孩子最有利的教育方法。同时,孩子也会觉得这个家庭无比温暖,能给他充足的安全感。

如果夫妻经常为孩子的教养问题而起争执,那么不妨先试着跳出来,对自己的婚姻关系来一个彻底的检测,看看是否应该先从改善夫妻关系着手,进而化解经常出现的育儿争执。

教养冲突对孩子的4大影响
无论夫妻双方交流得多么好,要想在教养孩子的问题上没有一点分歧,似乎不太可能。只是这些分歧应该尽可能少一些,而且不要当着孩子的面表现出来,因为这会对孩子产生很大的影响。

情绪不稳:年龄小一点的孩子会有情绪不稳的情况产生,这不可避免地会影响到孩子学习能力和生活习惯的训练。

无所适从:有些孩子就会像墙头草一样无所适从,不知该听爸爸的话,还是该遵守妈妈的规定,或是只好选择听从声音大的人,完全失去了方向。

有罪恶感:有些孩子还会因此有罪恶感,他们可能会认为爸妈的吵架是因他而起,造成心理负担,影响性格发育。

造成阴影:有些孩子会产生内心的焦虑、不安全感,他们害怕看到爸妈吵架的样子,甚至在心中产生阴影,到成年后也难以抹平,对人的

胖胖慌了,急忙站起来和我抢,并且连声说:“不让你睡,我去睡,我去睡……”哈哈,小家伙上当了。我趁机赶快说:“胖胖真棒!美羊羊最喜欢胖胖了……”我把胖胖安顿好,又给其他小朋友盖被子,巡视一圈回来,以为胖胖睡着了,可是走近一看,他嘴里念念有词,并且还伸出小手一会儿捏捏临床何柏儒的鼻子,一会儿摸摸何柏儒的脸蛋,我真怕他把何柏儒给弄醒了,就悄悄走到他身边说:“老师最喜欢胖胖了,你不想睡觉,就把你的美羊羊小被子送给老师好不好?”“美羊羊是我的好朋友,你去找你的好朋友去。”我说:“我的好朋友是谁啊?”“那不是。”顺着胖胖的手指看去,班主任郑老师正笑咪咪地看着他呢!我和郑老师都被胖胖小大人似的话逗笑了,胖胖仿佛有点不好意思,盖上美

羊羊小花被,不一会儿竟然睡着了,还不时发出轻轻的呼噜声,真是可爱极了。

又一次,外教Nelly和小朋友们一起上交际课,教小朋友唱《你好,妈咪!你好,爹地!》这首歌,胖胖对着Nelly唱得特别起劲,嘴里不停地叫着“妈咪、爹地”,Nelly高兴得一把把他举起来,兴奋地说:“这是我的中国儿子。”从此,Nelly就更加喜爱胖胖了,每次见了胖胖都要把他抱起来,玩好大一会儿才肯放手。

一个月下来,胖胖不但完全适应了幼稚园的集体生活,也越来越讨人喜欢了。

胖胖聪明、可爱,语言发展特别好,经常说一些大人话,特招人喜爱。或许,这正是我们工作的乐趣所在吧!

(果果一班 东方明)

胖胖大名胡景旭,因为身体胖,故得名“胖胖”。提起胖胖,在我们博宇幼稚园可谓是无人不不知、无人不晓。他是我们全园的宝贝,无论谁见了,都要抱一下、亲一口,而胖胖也总是很豪爽地朝他们挥挥手,送个飞吻,像明星一样有派头,逗得大家哈哈大笑。

刚来时的胖胖可不是这样的。那时候,处在幼稚园适应期的胖胖焦虑症特别明显,看见幼稚园大门就开始哭闹着不下车,好不容易被哄下了车,又哭闹着不愿意进教室,在门口的保卫室整整呆了一星期。饿了,门口的奶奶擀面条喂他;渴了,门口的爷爷给他倒水喝;困了,我亲自哄他睡觉。一个星期之后,胖胖的情绪明显好转,不再那么强烈地抵触幼稚园和老师了,我们开始慢慢哄他进班,鼓励他和其他小朋友一起做游戏,他渐渐地不再哭闹了,但就是不

愿意睡午觉。

记得有一次,吃过午饭后,小朋友们都睡了,让他睡觉他不睡,在睡眠室又哭又闹,情绪特别不好。我怕把其他宝宝吵醒了,就把他带到活动室,耐心地问她:“胖胖,你为什么不愿睡午觉啊?你今天好好睡一觉,老师奖励你个star好不好?”“不好,不好,我就是不想睡觉……”说着,他又开始哭闹起来。我看讲道理不行,就眼珠一转,灵机一动说:“哎呀,胖胖不睡觉,胖胖床上的美羊羊就会很孤单,它特别想和胖胖玩,咋办呢?”胖胖看着我,有点疑惑的样子特可爱。“我不想睡觉……”胖胖嘴里仍然不愿意地嘟囔着。我说:“那好,既然胖胖不睡觉,那我就躺胖胖床上,和胖胖的美羊羊玩吧。”我一边说,一边佯装往胖胖床边去。

胖胖慌了,急忙站起来和我抢,并且连声说:“不让你睡,我去睡,我去睡……”哈哈,小家伙上当了。我趁机赶快说:“胖胖真棒!美羊羊最喜欢胖胖了……”我把胖胖安顿好,又给其他小朋友盖被子,巡视一圈回来,以为胖胖睡着了,可是走近一看,他嘴里念念有词,并且还伸出小手一会儿捏捏临床何柏儒的鼻子,一会儿摸摸何柏儒的脸蛋,我真怕他把何柏儒给弄醒了,就悄悄走到他身边说:“老师最喜欢胖胖了,你不想睡觉,就把你的美羊羊小被子送给老师好不好?”“美羊羊是我的好朋友,你去找你的好朋友去。”我说:“我的好朋友是谁啊?”“那不是。”顺着胖胖的手指看去,班主任郑老师正笑咪咪地看着他呢!我和郑老师都被胖胖小大人似的话逗笑了,胖胖仿佛有点不好意思,盖上美

羊羊小花被,不一会儿竟然睡着了,还不时发出轻轻的呼噜声,真是可爱极了。

又一次,外教Nelly和小朋友们一起上交际课,教小朋友唱《你好,妈咪!你好,爹地!》这首歌,胖胖对着Nelly唱得特别起劲,嘴里不停地叫着“妈咪、爹地”,Nelly高兴得一把把他举起来,兴奋地说:“这是我的中国儿子。”从此,Nelly就更加喜爱胖胖了,每次见了胖胖都要把他抱起来,玩好大一会儿才肯放手。

一个月下来,胖胖不但完全适应了幼稚园的集体生活,也越来越讨人喜欢了。

胖胖聪明、可爱,语言发展特别好,经常说一些大人话,特招人喜爱。或许,这正是我们工作的乐趣所在吧!

(果果一班 东方明)

胖胖大名胡景旭,因为身体胖,故得名“胖胖”。提起胖胖,在我们博宇幼稚园可谓是无人不不知、无人不晓。他是我们全园的宝贝,无论谁见了,都要抱一下、亲一口,而胖胖也总是很豪爽地朝他们挥挥手,送个飞吻,像明星一样有派头,逗得大家哈哈大笑。

刚来时的胖胖可不是这样的。那时候,处在幼稚园适应期的胖胖焦虑症特别明显,看见幼稚园大门就开始哭闹着不下车,好不容易被哄下了车,又哭闹着不愿意进教室,在门口的保卫室整整呆了一星期。饿了,门口的奶奶擀面条喂他;渴了,门口的爷爷给他倒水喝;困了,我亲自哄他睡觉。一个星期之后,胖胖的情绪明显好转,不再那么强烈地抵触幼稚园和老师了,我们开始慢慢哄他进班,鼓励他和其他小朋友一起做游戏,他渐渐地不再哭闹了,但就是不

愿意睡午觉。

记得有一次,吃过午饭后,小朋友们都睡了,让他睡觉他不睡,在睡眠室又哭又闹,情绪特别不好。我怕把其他宝宝吵醒了,就把他带到活动室,耐心地问她:“胖胖,你为什么不愿睡午觉啊?你今天好好睡一觉,老师奖励你个star好不好?”“不好,不好,我就是不想睡觉……”说着,他又开始哭闹起来。我看讲道理不行,就眼珠一转,灵机一动说:“哎呀,胖胖不睡觉,胖胖床上的美羊羊就会很孤单,它特别想和胖胖玩,咋办呢?”胖胖看着我,有点疑惑的样子特可爱。“我不想睡觉……”胖胖嘴里仍然不愿意地嘟囔着。我说:“那好,既然胖胖不睡觉,那我就躺胖胖床上,和胖胖的美羊羊玩吧。”我一边说,一边佯装往胖胖床边去。

胖胖慌了,急忙站起来和我抢,并且连声说:“不让你睡,我去睡,我去睡……”哈哈,小家伙上当了。我趁机赶快说:“胖胖真棒!美羊羊最喜欢胖胖了……”我把胖胖安顿好,又给其他小朋友盖被子,巡视一圈回来,以为胖胖睡着了,可是走近一看,他嘴里念念有词,并且还伸出小手一会儿捏捏临床何柏儒的鼻子,一会儿摸摸何柏儒的脸蛋,我真怕他把何柏儒给弄醒了,就悄悄走到他身边说:“老师最喜欢胖胖了,你不想睡觉,就把你的美羊羊小被子送给老师好不好?”“美羊羊是我的好朋友,你去找你的好朋友去。”我说:“我的好朋友是谁啊?”“那不是。”顺着胖胖的手指看去,班主任郑老师正笑咪咪地看着他呢!我和郑老师都被胖胖小大人似的话逗笑了,胖胖仿佛有点不好意思,盖上美

羊羊小花被,不一会儿竟然睡着了,还不时发出轻轻的呼噜声,真是可爱极了。

又一次,外教Nelly和小朋友们一起上交际课,教小朋友唱《你好,妈咪!你好,爹地!》这首歌,胖胖对着Nelly唱得特别起劲,嘴里不停地叫着“妈咪、爹地”,Nelly高兴得一把把他举起来,兴奋地说:“这是我的中国儿子。”从此,Nelly就更加喜爱胖胖了,每次见了胖胖都要把他抱起来,玩好大一会儿才肯放手。

一个月下来,胖胖不但完全适应了幼稚园的集体生活,也越来越讨人喜欢了。

胖胖聪明、可爱,语言发展特别好,经常说一些大人话,特招人喜爱。或许,这正是我们工作的乐趣所在吧!

(果果一班 东方明)

胖胖大名胡景旭,因为身体胖,故得名“胖胖”。提起胖胖,在我们博宇幼稚园可谓是无人不不知、无人不晓。他是我们全园的宝贝,无论谁见了,都要抱一下、亲一口,而胖胖也总是很豪爽地朝他们挥挥手,送个飞吻,像明星一样有派头,逗得大家哈哈大笑。

刚来时的胖胖可不是这样的。那时候,处在幼稚园适应期的胖胖焦虑症特别明显,看见幼稚园大门就开始哭闹着不下车,好不容易被哄下了车,又哭闹着不愿意进教室,在门口的保卫室整整呆了一星期。饿了,门口的奶奶擀面条喂他;渴了,门口的爷爷给他倒水喝;困了,我亲自哄他睡觉。一个星期之后,胖胖的情绪明显好转,不再那么强烈地抵触幼稚园和老师了,我们开始慢慢哄他进班,鼓励他和其他小朋友一起做游戏,他渐渐地不再哭闹了,但就是不

愿意睡午觉。

记得有一次,吃过午饭后,小朋友们都睡了,让他睡觉他不睡,在睡眠室又哭又闹,情绪特别不好。我怕把其他宝宝吵醒了,就把他带到活动室,耐心地问她:“胖胖,你为什么不愿睡午觉啊?你今天好好睡一觉,老师奖励你个star好不好?”“不好,不好,我就是不想睡觉……”说着,他又开始哭闹起来。我看讲道理不行,就眼珠一转,灵机一动说:“哎呀,胖胖不睡觉,胖胖床上的美羊羊就会很孤单,它特别想和胖胖玩,咋办呢?”胖胖看着我,有点疑惑的样子特可爱。“我不想睡觉……”胖胖嘴里仍然不愿意地嘟囔着。我说:“那好,既然胖胖不睡觉,那我就躺胖胖床上,和胖胖的美羊羊玩吧。”我一边说,一边佯装往胖胖床边去。

胖胖慌了,急忙站起来和我抢,并且连声说:“不让你睡,我去睡,我去睡……”哈哈,小家伙上当了。我趁机赶快说:“胖胖真棒!美羊羊最喜欢胖胖了……”我把胖胖安顿好,又给其他小朋友盖被子,巡视一圈回来,以为胖胖睡着了,可是走近一看,他嘴里念念有词,并且还伸出小手一会儿捏捏临床何柏儒的鼻子,一会儿摸摸何柏儒的脸蛋,我真怕他把何柏儒给弄醒了,就悄悄走到他身边说:“老师最喜欢胖胖了,你不想睡觉,就把你的美羊羊小被子送给老师好不好?”“美羊羊是我的好朋友,你去找你的好朋友去。”我说:“我的好朋友是谁啊?”“那不是。”顺着胖胖的手指看去,班主任郑老师正笑咪咪地看着他呢!我和郑老师都被胖胖小大人似的话逗笑了,胖胖仿佛有点不好意思,盖上美

羊羊小花被,不一会儿竟然睡着了,还不时发出轻轻的呼噜声,真是可爱极了。

又一次,外教Nelly和小朋友们一起上交际课,教小朋友唱《你好,妈咪!你好,爹地!》这首歌,胖胖对着Nelly唱得特别起劲,嘴里不停地叫着“妈咪、爹地”,Nelly高兴得一把把他举起来,兴奋地说:“这是我的中国儿子。”从此,Nelly就更加喜爱胖胖了,每次见了胖胖都要把他抱起来,玩好大一会儿才肯放手。

一个月下来,胖胖不但完全适应了幼稚园的集体生活,也越来越讨人喜欢了。

胖胖聪明、可爱,语言发展特别好,经常说一些大人话,特招人喜爱。或许,这正是我们工作的乐趣所在吧!

(果果一班 东方明)

(千龙)