

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

莲藕汤



食谱原料:莲藕 300 克。
制作方法 :1.将莲藕洗净、去皮，切成小块;2. 把切好的莲藕放入搅拌机中打成浆;3.将莲藕浆放入砂锅中，加适量水，煮沸过滤即可。
适合人群:6 个月以上的宝宝。
营养提示:莲藕甘甜可口，含有大量的蛋白质和适量纤维素，易于消化，适合宝宝秋季进补。(点点)

每周儿歌

十二生肖歌

小老鼠打头来
牛把蹄儿抬
老虎回头一声吼
兔儿跳得快 兔儿跳得快
龙和蛇 尾巴甩
马羊步儿迈
小猴机灵蹦又跳
鸡唱天下白 鸡唱天下白
狗儿跳 猪儿叫
老鼠又跟来
十二动物转圈跑
请把顺序排 请把顺序排

育儿锦囊

如何有效预防
宝宝秋季感冒



秋天是感冒的多发季节，宝宝因为免疫系统发育还不够完善，抵抗力较弱，因此更容易引起呼吸道感染。
多喝水:有关专家认为，“多喝水和保持大便通畅”是预防宝宝感冒的最有效方法。如果宝宝每天都能正常大便的话，就能大大降低宝宝生病几率。
蜂蜜水:秋天是肺最薄弱的时候，所以特别容易受到伤害。而“蜂蜜”一直被认为具有清热润肺的功能，因此，妈妈可以适当给一岁以上的宝宝服用一些蜂蜜水或秋梨膏。
鲜水果:新鲜水果中富含维生素 C，可提高人体的灭菌和解毒能力。秋季的应季水果，尤其是秋梨，有滋阴润燥的作用，可帮助宝宝抵抗感冒的侵袭。但荔枝、桂圆等水果，在秋季应尽量少食。(简言)

一次成功的“电联”

每周一次的“电联”是我们博宇幼稚园半日英语主题教学活动中的一个主要内容。所谓的“电联”就是通过电话和宝宝对话，一方面复习本周所学的英语内容，一方面锻炼宝宝的口语交际能力。
王思涵是我们班新转来的一位女生，她漂亮可爱，聪明灵巧，有点儿腼腆。今天是我第一次和这个宝宝打电话，在打电话之前我心里有点打鼓，因为据我观察，涵涵平时不太爱说话，性格比较文静，在电话里能不能很好的沟通，我心里没有一点儿把握。
拨通了涵涵妈妈的电话，涵涵妈妈很高兴，马上就去找正在玩的涵涵：“涵涵，快点过来，老师给你打电话了！”果然不出我的所料，听筒那边传来一个蚊子似的小声音，听

着还有点哽咽。我知道孩子刚来幼稚园，和老师的关系还不够亲密，不愿意接电话很正常，就耐心地对涵涵妈妈说：“涵涵妈妈，你告诉涵涵，她如果接我的电话，明天在幼稚园我会奖励她‘爱心宝宝’（我特制的小奖品，深受孩子们喜爱）。”在妈妈的帮助和鼓励下，涵涵终于拿起了电话，可不论我在这边说得多么热火朝天，她就是不说话。妈妈在那边也很着急，不停地鼓励孩子：“涵涵，你问‘老师好’，快说呀！”涵涵终于说了一句“老师好”，但接下来就又不说话了。妈妈急得接过电话说，平时在家她和涵爸都很忙，没时间管她，今天也想趁着这个机会看看宝宝学得怎么样。我非常理解涵涵妈妈的心情，继续耐心地鼓励涵涵：“涵涵最棒

了，刘老师最喜欢涵涵了，涵涵在班里表现得特别棒，在家里也会一样棒，大声和老师说话让妈妈听听好不好！”一个很小很微弱的声音传过来，涵涵终于说了一声“好”。
于是，我开始慢慢引导我们所学过的单词，可还是听不到她说话。我继续夸奖她说：“涵涵最棒了，所以呀刘老师今天第一个给涵涵打电话，涵涵让老师听听你在家棒不棒，好不好？”她说：“好。”声音比开始大了一点，这就是进步。我又接着说：“小熊吃得很饱，肚子啊大大的，饱了怎么说？”电话那头静悄悄的，没有一点儿声音。“你不是最喜欢小白兔吗？小白兔也在我旁边听着呢！小白兔都等急了。”我继续问，“小白兔说今天小朋友把它喂得很饱，肚子啊鼓鼓的，饱了怎么说啊？”这一次，

父母必读



宝宝需要的拥抱

宝宝的情感表达方式最简单，也最直接，对他来说，如果爱他，最好的表达方式就是拥抱他。他能够感受到爸爸妈妈对自己的爱，并且会给予回报。

拥抱宝宝的四大好处
1. 对宝宝的大脑发育具有重要作用。每次你抱起宝宝，轻柔地触摸他的身体，亲吻他的小脸蛋，摸他的小脑袋，捏他可爱的小脚丫，都是在“抚触”他的心灵。你的每一次抚触，都能让宝宝的大脑接受一次良性的刺激，而这些刺激能促进宝宝智能的发展。
2.让宝宝感觉到安全。温柔的拥抱和抚触能让烦躁中的宝宝安静下来，减缓压力。宝宝只有在平静时才有探究环境的兴趣，才能把周围的一切事物当作探索的对象，在探究中学习。
3.促进宝宝健康成长。心理学家认为，拥抱有利于缓解宝宝的沮丧情绪，提升免疫系统的效率。许多儿科医生发现，拥抱和抚摸还有助于促进宝宝的身体发育和疾病治疗。
4.促进亲子依恋关系的建立。爸爸抱着宝宝，把他举得高高的，或者让他在脖子上“骑马马”，会让宝宝感觉到爸爸的坚强有力。而妈妈抱着宝宝，给他讲故事，等他瞌睡时给他唱摇篮曲等，会让他感觉到妈妈的温柔。父母在拥抱宝宝的过程中，也能感受到宝宝的乖巧与可爱，而在这种亲子互动中，更易形成良好的亲子关系。
一天中必不可少的三次拥抱
早晨醒来第一次拥抱：宝宝睡醒后，给他一个拥抱，问候宝宝早上好，问他睡得香不香，然后给他穿衣起床。
下班回家第二次拥抱：你在工作了一天，宝宝一天没有见到你，更需要你一个大大的拥抱来弥补这种长时间分离带来的亲子想念。

育儿提醒

教孩子六岁前学会喝水

儿童保健专家指出，6岁之前是人大脑发育最旺盛、最具可塑性的时期，这一阶段的营养摄入影响孩子今后的人生。所谓“饮食”，以“饮”为先，儿童健康的生活应该从喝水开始。
6岁之前的儿童对营养的需求量很大，喝水也是关键的一环。很多营养物质溶于水后才能分解，体内新陈代谢也需要水，所以不要等到孩子渴了才喝水。

孩子要少用塑料杯、纸杯，少喝纯净水、桶装水，不要喝没烧开的水和反复烧开多次的陈水。现在一些家长把糖饮料、奶饮料当水给孩子喝，这是一种误区，易造成儿童肥胖，成年后也容易患上糖尿病、高血压等慢性疾病。
不同年龄阶段儿童每天的需水量不尽相同，1岁至2岁为600毫升到1000毫升，3岁至6岁为1000毫升到1500毫升。家长和幼

家教课堂

幼儿怎样背唐诗

很多早教专家认为，年纪太小的孩子不适合背唐诗，而更适合唱儿歌。因为幼儿感知事物是从表象入手的，他们乐于听取具体形象的话语，儿歌正是以其生活活泼的语言方式，迎合了孩子们的口味。不过，对很多学龄前儿童的家长来说，唐诗仍是手边不可或缺的“教材”。因为唐诗是古代文人墨客的佳作，遣词造句极为精练、含蓄，深受家长们的喜欢。只是对尚处于学习语言初始阶段的幼儿来说，想把凝练的唐诗读熟、读懂并受到教育，并不是一件容易的事情。
专家认为，当孩子年龄稍大，家长开始让宝宝背唐诗的时候，应掌握一些方法。
初学背诵唐诗时，应由宝宝熟知的事物开始。例如《静夜思》中的月光，明月是宝宝熟知的事物，他比较容易记住甚至能理解诗句的意思，因此很容易就能激发学习兴趣。
背诵唐诗适宜亲子共读。这样一来可以增进亲子感情，二来可以让宝宝因为有大人的陪伴而喜欢背诵唐诗。其实宝宝（尤其是独生子女）时刻都希望能有爸爸妈妈在身边陪伴，父母完全可以利用背唐诗的时间与宝宝共享欢乐时光，进行友谊比赛，看看谁背得又快又好。
及时回答宝宝的问题。孩子的好奇心很重，一定会问很多问题，比如这首诗讲的是什么意思？家长在让宝宝跟读几遍后，要先用简单的语言把诗词的主旨大概解释清楚，如果有书本，还可以配合图画予以说明。然后，针对宝宝不太熟悉的词语进行重点解释。例如《静夜思》中，要对“故乡”、“疑”、“举头”、“思”等进行详细的解释，这样宝宝不但知其然，更知其所以然，能加深对诗歌的理解。
设法寻找或者适时利用唐诗的意境，让宝宝进一步领悟诗词的含义。比如带宝宝看幼儿画展，就可以背诵《画》；如果带宝宝去乡下，就可以背诵《悯农》；如果春天和宝宝去草原，当然就可以背诵《草》和《敕勒歌》了。(美茵)



(李惊亚)