

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

育儿宝典

七招让宝宝少感冒

- 温水泡脚** 每晚用温水泡脚 15 分钟,水中可滴入一些醋,可有效驱除体内寒气,预防感冒。
- 自制葱姜粥防风寒感冒** 做法: 250 克粳米洗净放入约有 2000 克清水的锅中;水开后改用微火,熬制六成熟时加入葱白碎末 100 克、姜粒 25 克;熬制九成熟时再加入 100 克红糖;熬熟即可食用。
- 早晚洗鼻** 很多病菌都是通过鼻腔传入体内,引发疾病的,坚持早晚清洗鼻腔能起到较好的预防感冒的作用。双手捧清水,用鼻子轻轻将水吸入鼻腔,停留片刻,再用力将水喷出,反复 3 次~5 次。
- 巧用风油精** 出现感冒征兆时,可在晚上睡觉前,将风油精涂抹在太阳穴、百劳穴上,来回按摩直到发热。
- 服用蒜泥蜂蜜** 身体出现了轻微不适的时候,可以用等量的蒜泥和蜂蜜混合,用温水送服,每次食用一小勺,每日 3 次~4 次,可有效预防感冒。
- 换把牙刷** 牙刷毛常处于潮湿状态,很容易滋生和隐藏病菌,从而导致感冒。在感冒易发季节,最好换把牙刷。
- 热水搓耳** 每晚睡觉前,用热毛巾搓揉耳朵,沿耳廓上下摩擦,可有效预防感冒。(常太平)

育儿提醒

秋天吃南瓜孩子更健康

- 理由一:治病** 多吃南瓜可用于儿童蛔虫、绦虫、糖尿病的治疗,并能减少麻疹的患病风险和死亡率。
- 理由二:改善秋燥症状** 秋天气候干燥,给孩子增加含有丰富维生素 A、维生素 E 的食品,可使儿童增强机体免疫力,对改善秋燥症状大有裨益。南瓜所含的 β 胡萝卜素,可由人体吸收后转化为维生素 A。另外南瓜含丰富的维生素 E,能帮助小朋友的生长发育维持正常的健康状态。
- 理由三:补血** 清代名医陈修园说:“南瓜为补血之妙品。”常吃南瓜,可使大便通畅,肌肤丰美,尤其对女性,有美容作用。所以,年轻妈妈可以和孩子一起食用南瓜。
- 理由四:断奶** 南瓜是维生素 A 的主要供给源,有很高的营养价值。而且南瓜含丰富的糖分,较易消化吸收,可用作断奶食物的制作。(昊然)



你的成长,我的幸福

教师手记

爱就是教育,没有爱便没有教育。作为一名幼儿教师,我对这句话深信不疑。

我们班有一个可爱的小公主叫小雅,她来幼儿园的时间比别的宝宝晚了一个星期。看着柔柔弱弱的宝宝,我很担心她会因为不适应新环境而哭闹。可是没想到我的担心是多余的,宝宝来的第一天就表现出了很强的适应能力:不仅吃饭棒,午睡也是第一名入睡的。我心里稍稍松了一口气。

可是,午睡醒来后,问题却出现了。在组织小朋友吃加餐的时候我突然闻到一股难闻的臭味,是不是宝宝拉裤子了?我挨个检查了一遍,发现原来是小雅把臭臭拉到了裤子上,可她好像对此并没有反应,还坐

在椅子上,没有要上卫生间或者向老师求助的意思。我赶忙把她带到卫生间给她换上了备用的衣裤。收拾妥当,我抱着小雅告诉她:“宝宝你看把臭臭拉在衣服上,衣服都变丑了,而且还很难闻,以后宝宝想拉臭臭就赶快对老师说,老师陪你去卫生间,好不好?老师知道小雅最棒了,一定能做到。”小雅连连点头答应我。

可是没想到第二天又发生了同样的事情。这样可不行啊,刚上幼儿园两天,天天把臭臭拉到身上,到底是什么原因呢?我得想想办法。通过我的观察,发现小雅虽然不哭闹,但是从不参加游戏,老师带着做游戏的时候她也只是默默地跟着。看来宝宝还不太适应集体生活,对

老师没有信任感,有什么事情不愿意向老师求助。想要消除小雅的紧张情绪,首先要消除宝宝对老师的距离感和陌生感。于是,午饭散步后我把小雅抱在怀里告诉她:“宝宝,老师可喜欢你啦,你愿意跟老师成为好朋友吗?”小雅点了点头,我亲亲她的小脸蛋说:“我们以后是好朋友了,以后想喝水、想去厕所,或是想做别的事情就告诉我,好吗?我们拉拉勾!”小雅开心地笑了,跟我拉了勾。

第三天上午,我有意地让小雅帮我给小朋友发加餐、发餐具,并不时地拉着她的手问她:“宝宝,想不想去厕所啊?”问了两次以后,小雅小声地回答我:“想。”这一天,小雅没有把臭臭拉到裤子上。我抱着她

表扬了一番,并且约定以后都这样。就这样,小雅慢慢的真正融入了这个大集体,交到了许多新朋友。一个多月过去了,看着她一点点的进步,一点点的成长,看到她每天早上朝我飞奔过来扑到我的怀里,真的很幸福!

每个孩子在新入园时期都会有这样那样的不适应,有时只是表现方式不同,我们幼儿教师要有一颗爱孩子的心,时刻与孩子保持零距离;在孩子需要你的时候及时走到他身边,对于孩子的进步及时给予夸奖。只有这样,孩子才会信任你,才会什么事都愿意对你说。我觉得,当老师最大的幸福就是看到孩子在成长,我享受这过程。(星河三班 王莹)

父母必读

不少妈妈会发觉,1岁左右的宝宝就像是小小探秘者。研究发现,宝宝的探索 and 发现确实始于1岁。关键是做父母的如何让宝贝的“发现之旅”变得更有意思,更有意义。



如何面对小小探秘者

- 乐趣,这将对孩子的自信心会有一些的帮助。通常此时的宝宝有以下特点:
- 特点 1:属于漫游式** 宝宝的发现和探索,有他们自己的方式,同时也根据个人的不同兴趣和兴奋点,绝大多数是属于漫游式的。美国健康教育专家认为,父母不要急于指导,放手让孩子自己去发现他感兴趣的东西,并从中学习和体验新的技能,如发现电动玩具的开关,学会拨动它,并从中懂得拨动与开或关的关联。
- 建议:** 如果宝宝对某一事物特别感兴趣,父母要尽可能把时间安排得宽裕些,以便给宝宝留有更多的“磨蹭”机会。
- 特点 2:常全身投入** 一两岁的宝宝干什么事情都是全身投入的,他们身体的每一个感官都在接收来自外界的不同信息的刺激。父母在这一阶段可以通过使用特别重要的触觉,来帮助宝宝更细致、更有目标地去发现。让宝宝感受并给他指出各种不同事物的质地,如“树皮的粗糙”或是“狗的皮毛是柔软的”,当然也可包括其他可以刺激他其他感官的方法,如“花儿闻起来很香”,而“鼓声真响”等等。
- 建议:** 可以让宝宝亲自动手捏块面团,或是给他一些安全的颜料去探索手指画的纹理,或是启发他去发现颜料的搭配和混合……不同颜色的交错产生的新颜色,足以让

- 宝宝为发现而兴奋。
- 特点 3:特别爱探索** 无论是去公园的路上或是跟父母一块去散步,哪怕每天走的路都是一样的,宝宝也总能为自己的好奇心找到“精神食粮”。文文妈妈就说,带 20 个月的文文去隔壁小区,光是路上就花了一个半小时,文文几乎要检查路边种的每一朵小花。所以带小宝宝外出游玩,其实不必走很远。
- 建议:** 在平时的散步中,父母别对宝宝不时在中途停顿而感到无奈,那些小雨滴如何跳跃成一汪水坑,或是看着一片片树叶飘落下来,都会成为宝宝探索的兴趣。
- 特点 4:冲动难克制** 对于一个一两岁的孩子而言,通常难以抑制自己去发现关闭的门里面究竟有些什么的冲动,所以与其将所有对宝宝有吸引力的地方都设为禁区,还不如专门留下一处安全而又有趣的地方供孩子探索。譬如在他的玩具房里放上一些纸盒子,或是在一些小号的带有抽屉的塑料整理箱里,放些与他年龄相宜的安全的东西即可。
- 建议:** 可以放些软垫,任由孩子爬上爬下、翻滚,或堆放起来,这些自己去发现和制造或者说快乐,不仅仅为孩子的发现和探索带来满足感,同时,节奏不同的体力活动还非常有助于宝宝的脑力开发。(子君)

家教论坛

这不是孩子的错

本来去找朋友玩,不想朋友却生病住院了。来到她家,女儿灿灿正一个人在家玩电脑,儿子言言跑得不见踪影,问及朋友住在哪个医院,灿灿头也不抬地回了一句:不知道!于是拨打了朋友的电话,朋友说一会儿就回家了。

看起来有点憔悴的朋友在婆婆的搀扶下回来了,刚坐定就唠叨了起来:“灿灿,我两天不在家,你看家里都成什么样了,妈妈生病了你不应该帮助妈妈做点家务吗?”

的确,家里一片狼藉,桌子上零食袋、果皮、瓜子皮堆得像小山,地上也好不到哪里,盆里泡着内衣,袜

子胡乱地扔在洗衣机上。

“灿灿,你妈妈住了两天院,你一次也没去看过妈妈,现在妈妈回来了,不应该问问嘛,你看你,还在那里玩电脑,怎么这样不懂得关心父母呢?”一旁的奶奶边收拾垃圾边数落起孙女来!

“言言哪去了,是不是又去网吧了,我不在家真是翻天了!”朋友这却发现儿子没在家更是生气。

“没事的,可能是跑出去玩玩了,不要动气,休息一下,你看你说话的力气都没有还发脾气!”我只好安慰朋友。

是啊,看到如此情形怎不叫人伤心呢?妈妈住院的两天,两个孩子

谁也没想起问候妈妈,看看妈妈,该是怎样的寒心和难过呀!不过回过头想一想,这是孩子的错吗?我们的孩子天生是这样的吗?我想大概不是,我们的孩子也许都说过这样的话:

妈妈,你累不累,我帮你捶捶背吧!

而我们的回答呢:不用了,有时间看书吧,只要你学习好,妈妈再累也高兴!——无形中我们的宠爱让孩子失去了关心别人和去爱别人的能力;

妈妈,我帮你择菜吧!

不用了,做题吧,做家务是大人做的事情——无形中我们扼杀了孩子

做家务的兴趣;

妈妈,我不小心打翻了牛奶!不要紧,妈妈来收拾,你学习去吧——无形中我们也剥夺了孩子主动承担的权利。

……

仔细想想还有很多很多,其实归根结底是我们造就了让我们寒心和难过的孩子,这不是孩子的错!是我们的爱束缚了孩子,让孩子只在努力学习的狭小圈子转来转去;是我们的爱限制了孩子,让孩子只在我们的翅膀下挡风避雨。应了那句“虽曰爱之,其实害之”的老话,不是吗?是我们的爱害了孩子,爱孩子就先让我们的孩子学会去爱吧,我相信只要我们家长做一个小小的改变,我们的孩子就会给我们带来一个大大的惊喜和进步! (谭艳霞)