


 《亲子周刊》
官方微信公众账号

遛娃好所在 一起悠享别样亲子时光

“年关将近,手头的工作有点多,陪孩子的时间都少了。”“平时忙于工作,一闲下来却不知道要带孩子去哪里玩。”在元旦假期即将到来之际,不少家长在讨论:这个假期出了远门,带孩子去哪玩?如果宅在家里,玩什么好呢?



农场趣味采摘 乐享亲子时光

咱厝的冬天里,大部分时间暖阳普照,不少常见的水果都开始采收啦!“我们上周日就带孩子到磁灶镇苏坂村的圣女果亲子采摘园体验农趣。孩子一到这种空旷的地方就放飞自我了,看她在乡间的小路上奔跑,拿着个小篮子慢慢地行走在田埂上,画面太美了。”家住中航城天骏的张女士说道,在圣女果采摘园里,孩子不仅认识到圣女果的生长环境,还体验了一回采摘果实的乐趣。

12月底至1月初,除了圣女果外,咱厝不少农场里的牛奶草莓也成熟了。如果家长想带孩子出门放风,带孩子去周边的草莓园采摘也是一个不错的选择。据了解,晋江不少地方就有草莓种植园,比如安海镇桐林村、晋江新塘附近的柯文顿草莓园、磁灶镇洋尾村、晋江机场附近等。

一般情况下,附近如果有草莓园,都会在路边设置一顶红色帐篷,弄一张简易的桌子,上面摆着一盆刚采摘的草莓,家长开车行驶在路上时可以留心观察一下。又到了草莓上市的季节,去超市里买的,总觉得没有自己采摘的香甜。那么,不妨在这个小长假起走吧!



寻觅冬日足迹 畅玩亲子手工

由于身处南方,我们的季节变化其实不太明显。家长可以借助节假日,带孩子走出家门,到周边的公园里、山上走走,鼓励孩子观察季节的变化。比如,之前郁郁葱葱的大树,叶子是不是变少、变黄了?沿着铺满落叶的小路走去,沿途是否有掉落的松果?置身于大自然中,孩子也能够得到身心的放松。

此外,家长还可以和孩子带着目的去玩。比如,和孩子一起捡落叶,回家后再借助落叶开展手工活动,树叶拼贴画、树叶拓印等都是不错的选择。或者,和孩子一起拾捡松果,回家后共同DIY吊饰、盆景摆件等,还可以随便搭配些其他材料,做成美美的装饰画。

小贴士

- 1.到周边农场,家长可以在下午4点左右出发,差不多4点30分左右开始体验采摘,这个时候的阳光刚刚好。
- 2.带孩子投身大自然的怀抱,家长可以随身携带防蚊贴、驱蚊药,以防蚊虫叮咬。
- 3.温馨提示,家长出门前记得为孩子和自己做好个人防护措施。

奔跑吧萌娃

在咱厝的冬季,暖阳常来光顾。在洒满阳光的操场上,幼儿园的孩子们肆意地奔跑、攀爬、踢球、做操……享受运动带来的快乐。近日,咱厝不少幼儿园开展了与运动相关的主题活动,比如,趣味亲子运动、中大混龄户外体育自主游戏、足球文化节作品展等。一起来看看精彩花絮!

五十彩驿站

晋江市梅岭中心幼儿园 上演趣味亲子运动会

“谢谢爸爸陪我一起玩!”“我想要爸爸抱着我让我变成‘飞机’飞起来!”日前,晋江市梅岭中心幼儿园举行“运动健康行 童心永向党”第三届运动会。由于疫情防控工作常态化,家长们无法入园参与到孩子们的游园活动,却又渴望能够陪伴孩子度过一年一度的运动会,为此该园基于安全考虑,按照疫情防控的要求,组织各年龄段根据幼儿年龄特点开展趣味亲子运动。

据了解,该园以年龄段、家长自愿参与的方式,组织符合条件的家长参与亲子运动。“这不但丰富了运动会的项目,还能让孩子在体验运动快乐的同时,感受到父母爱的陪伴。”该园园长蔡幼春告诉记者,活动得到家长的积极响应,大家报名很积极,不少家

长感叹没有更多的参与名额。活动中,设置了丰富的互动项目。比如,大班段的20米亲子4人蒙眼竞速、15米能量球传递;中班段的15米亲子跑步迎面接力、两人三足射门;小班段的30×15米亲子爬行接力(坦克接力)、15米搭桥过河。

活动现场,亲子家庭的欢笑声不断,场面十分温馨、有爱。有的家长气喘吁吁,但笑容溢满脸庞;有的家长感叹不经意间,孩子长高了长壮了,抱着有些吃力了。该园小一班吴虹贝爸爸说道:“亲子运动项目的互动性很强,设置的环节都很有趣,我和孩子都玩得很开心。”据了解,此次亲子运动项目充分整合了父母给予孩子爱的保护及力量的支持。同时,让孩子们在协作互动中,体验趣味的体能互动。



青阳街道中心幼儿园 开展福建省示范性幼儿园开放活动

为进一步发挥福建省示范性幼儿园的辐射带动作用,促进幼儿园之间的业务学习与交流,进一步提高保教水平,10日,晋江市青阳街道中心幼儿园举行“福建省示范性幼儿园”开放观摩活动,来自泉州市各县(市、区)的50名园长、骨干教师参加。该园还特邀泉州市丰泽幼儿园园长、福建省特级教师、福建省学科带头人、泉州市先进教育工作者何玉珊作专家点评。

据了解,前来观摩的老师们参观了该园阳光教育理念下的校园环境,观摩了早操、中大混龄户外体育自主游戏、集中教育活动、区域活动等。活动现场,孩子们熟练且规范的早操动作,整齐有序的队伍队形变换,让观摩的老师感受到该园师幼的阳光、朝气与活力;在中大班混龄户外体育自主游戏中,孩子们自主选择游戏区参加锻炼,梯凳区、综合体能区、游戏区、篮球场、踢球区……该园充分利用环境、合理规划幼儿的运动区域,设置多样的运动项目,孩子自主、不怕困难、勇敢的运动品质得到与会老师的称赞。

该园园长刘美智作《阳光育人,和谐发展》主题汇报。她从该园的基本概况和近四年来的主要工作和成效等方面,与大家进行分享交流。活动当天,参会老师观摩了韵律活动“足球宝贝”、主题活动“创享·足球队服”、健康活动“小小勇士”、健康活动“一起去旅行”和建构游戏“足球场”五个集中活动,通过音乐、美术、体育等游戏课程渗透幼儿足球,让孩子体验足球游戏所带来的快乐,感受足球的魅力,彰显该园全国足球特色幼儿园的校园足球文化。

何玉珊为该园此次“福建省示范性幼儿园”开放活动进行专家点评,高度肯定了该园三大特色:一是阳光教育特色凸显;二是不断努力,乘风破浪,再创佳绩;三是课题引领达到科研兴园。对此,刘美智表示,该园今后将继续努力前行,充分发挥省级示范性幼儿园的辐射作用,为推动学前教育事业优质发展助力。

灵源街道灵水中心幼儿园 举办第三届足球文化节作品展

为了进一步培养幼儿对足球运动的兴趣,有效开展幼儿园足球体育活动,增强幼儿的体质,培养幼儿参加体育活动的积极性,同时提升幼儿的艺术表现力、创造力,近日,晋江市灵源街道灵水中心幼儿园举办“童心向党,‘足’梦前行”第十二届幼儿运动会暨第三届足球文化节作品展。该园孩子们的作品齐聚一楼大厅,给大家带来了一场“足球盛宴”。

参展现场,孩子们三三两两地在一幅幅作品前徘徊,或寻觅自己的作品,或惊叹他人的创作。瞧,每一件作品都别具一格,浓厚的足球气息扑面而来。一纸一童画,一画一世界,孩子们用颜料、超轻泥、卡纸等材料,勾勒

出一场场精彩的足球赛事。除了在球场上挥洒汗水,还能够画卷中邂逅足球,一件件妙趣横生的作品,在孩子们的手中诞生。

值得一提的是,该园大班段的孩子们更是将运动会筹备的过程以课程故事的形式呈现。“通过项目的设计、规则的制定、比赛的裁决等方面,和小伙伴讨论出属于自己的运动会比赛项目。”该园园长柯丽容说道,相信通过本次绚丽多彩、丰富多样的足球文化节,能够让孩子在多样的艺术创意中,感受足球文化的多元和魅力,让孩子们用艺术的形式拥抱足球,享受动手制作足球创意作品的乐趣。



亲子健康

冬季如何给娃润肺? 在家动手做起来

到了冬季,降温不可怕,就怕天冷娃咳嗽。孩子一咳嗽,老母亲的心都揪到一起。其实,家长们可以从日常的饮食中着手,为孩子准备几道可口又润肺的小零食。孩子不但爱吃,还能起到缓解咳嗽的作用。本期,“亲子健康”将为大家推荐白萝卜冻和雪梨山楂银耳汤,一起来看看怎么做吧!

自制白萝卜冻

其实,除了应季水果外,白萝卜也是不错的选择。它既能生津止咳,还可补肾益气,很好地缓解

咳嗽。家长可以将白萝卜打成泥,做成果冻的样子。同样的食材,换着花样来做,孩子觉得新鲜,吃起来也乐趣无穷。

首先,家长备好白萝卜、泡发好的银耳枸杞、白凉粉、柠檬半个、山楂枇杷片3片;随后,将白萝卜切成小块,在破壁机中放入白萝卜和泡发好的银耳和枸杞,并加入150毫升清水,将所有食材搅拌均匀;之后,将搅拌均匀的糊糊倒入锅中,开大火煮至冒泡;倒入30克白凉粉,继续大火煮20-30秒就可以;最后,倒入模具中,放在常温静置至凝固。

如果孩子怕白萝卜吃起来没有味道,可以在表面撒点葡萄干、蔓越莓干或者山楂碎片,孩子吃起来酸酸甜甜的,口感丰富美味。

熬雪梨山楂银耳汤

除了小零食外,家长还可以熬一碗暖暖的雪梨山楂银耳汤,润肺又止咳。眼下,雪梨和山楂都上市了,现在吃正当时。新鲜的山楂果子味道酸甜可口,可以促进食欲,也可以消食化滞,是预防积食的首选食材。

首先,家长备好干银耳、空心

山楂适量、雪梨1个;将雪梨去皮,切成小块,并将空心山楂切碎;将银耳用温水泡发(约30分钟);将银耳沥干水分,倒入锅中,再加入适量清水,将银耳大火烧开后转小火慢慢炖煮(约1小时);银耳炖软后,加入空心山楂,煮一会儿后放入雪梨。炖煮放置一会儿后,就可以出锅了。

在这道暖暖的汤中,既有山楂的酸甜结合,又带着雪梨清爽的气息,再加上超级滋润的银耳。喝上这一碗,比吃什么都舒畅,还能润肺缓解咳嗽,赶紧安排吧。

金榜口腔

—让孩子快乐看牙—

医保定点 8266 3666



晋江经济报亲子驿站 实践基地

—中国品牌之都·亲子推荐品牌—

培养2-8岁儿童
阅读兴趣、习惯、能力

海贝湾悦读中心

【晋江馆】瑞璟香榭花都二樓 85480800
【石狮馆】世茂摩天城幸福坊三樓 83010800



巧缘文创

刺绣文创产品定制与课程教学、少儿刺绣培训
成人刺绣培训、团建派对定制、旗袍服最高端定制
旗袍出租、复古写真拍摄、婚纱摄影等



电话: 1865959408 王小姐; 13788854423 吕小姐
地址: 晋江市国际工业设计园6号楼103单元 巧缘文化创意有限公司

晋江科林绘本馆

地址: 晋江市罗山华泰国际新城20栋D101
晋江市金井豪景家园1号一楼35号
晋江市深沪镇狮峰村中埕区96号三楼
晋江市英林镇英林村龙英路968-3号

SM三楼
小小世界亲子街区
24家亲子品牌 伴你成长



利讯集团·BOOGIE BEAR卜吉熊中国区全品类独家运营商
中国区全品类授权合作, 咨询热线: 400-127-6888

绘本阅读

打开主题绘本 探寻乡野之美

在城里住惯了,你是否怀念乡村的生活呢?开阔的视野,清新的空气,成片的稻田,这是不少“80后”“90后”的童年记忆。现在,不少孩子都住在商品房里,小区楼下的场地,附近的公园成为孩子们的“撒野”的地方。本期,“绘本阅读”将推荐几本“返璞归真的”的绘本,一起打开绘本和孩子寻找纯粹的快乐吧!

绘本名称:《小象去乡下》

适读年龄:3-8岁
推荐理由:在大城市里住久了,小象和小老鼠觉得偶尔也需要去乡下度假。秋日的一天,他们踏上了去乡下的旅途。在乡下,他们呼吸到了新鲜的空气,他们比赛跑步、品尝美味的苹果、玩捉迷藏。一开始,小象藏在树洞里,大南瓜的后面,小老鼠很快地找到了他。后来,小象躲在麦田里等了很久,小老鼠也没有来。夕阳西下,小象开始觉得有点孤单了,他还能和小老鼠团聚吗?

绘本名称:《走在星空下》

适读年龄:3-8岁
推荐理由:该绘本用最简单的铅笔和蓝墨水,描绘了一场全家人看日出的经历。在一个夏日的晚上,熟睡的两个孩子被妈妈叫醒了。一家四口轻轻穿过沉睡的村庄,穿过田野……在月光下他们遇到了山谷里的不同生灵也去看日出,蟋蟀在花园的树影里唱着歌,空气中弥漫着鸢尾花和金盏花的香味……这本绘本显然也有更深的意义:比起日出,家人之间的陪伴、温柔、爱意,一起奔赴看日出的过程,更是需要我们去发现和珍惜的。

绘本名称:《森林外面的世界》

适读年龄:3-6岁
推荐理由:小兔子阿瑟和爸爸有一个小农场,但这个农场位于森林中的一大片空地,被郁郁葱葱的森林包围着。但没有人敢走出这片森林,因为黑压压的森林,让村里的人很害怕,大家一边担心外面的世界有传说中的怪兽,一边又担心外面的世界不如所期。但小兔子阿瑟和他的爸爸想要建造一座高耸的塔楼,去看一看外面的世界。于是,他们开始谋划并渐渐得到村民的帮助,用麦子磨成面粉,用面粉做成面包,再用面包换来石头,用石头建成塔楼……你猜,他们最后在塔楼上看到了什么?

本版由本报记者张清清、通讯员蔡幼春采写