

育儿经

在育儿的过程中,家长就像在升级“打怪”,虽晋级不断但仍有更多的挑战在后头。面对接踵而至的困惑、难题,你是请教老师、专家,还是老一辈?或是翻开育儿书籍捞一捞有用的知识点?然而,也有部分家长在和孩子斗智斗勇的过程中,摸索出一些靠谱的育儿智慧锦囊,快来收下这些干货吧!

忙碌中的暖心陪伴

咱厝宝妈分享精彩育儿干货

在日常生活中,不少人把耐心给了工作,回家后面对孩子的情感诉求常常感到“有心无力”。对此,来自桂华中心幼儿园的家长徐君瑜感触颇深。孩子就像一朵娇嫩的花朵,健康成长离不开家长的耐心“浇灌”与“培育”。尽管工作再忙碌,她也一定会抽空给予孩子高质量的陪伴。

关键词:成长►学会暖心反哺

回忆起育儿路上的点滴时光,徐君瑜倍感欣喜。在徐君瑜眼中,泓靖已经慢慢成长为一个懂得照顾妈妈的小暖男。“我生病时,他会学着我照顾他的样子,摸摸我的额头,并为我测量体温。当看到我准备吃药时,也会主动帮我倒水。”徐君瑜说道,孩子的成长肉眼可见,这也给他们带来了欣慰。

“当他放学离园看到我时,会冲过来抱住我,轻轻地在我脸颊上留下他的香吻;当我下班累得瘫坐在一旁时,他会悄悄地站到我的身后,用他那双稚嫩的小手搭在我的肩膀上,开启他颇有

力道的按摩模式;在入睡前,他还会紧紧地依偎在我身旁,抱着我并告诉我说:‘妈妈,我爱你,晚安!’”徐君瑜分享道。

“曾经看过这样一个关于宝贝挑妈妈的短视频,妈妈请宝贝讲一讲‘挑妈妈’的故事,宝贝用稚嫩的声音说道:‘我在天上挑妈妈,看见你后觉得你特别好,就来当你的宝贝啦!’”徐君瑜认为,孩子从来都不吝啬对妈妈的爱,正是因为孩子真诚的情感馈赠,才让妈妈感知到身为母亲的价值和意义。

关键词:自理►掌握生活技能

正是因为爱孩子,才更要放手让他自由成长。身为一名幼儿园老师,徐君瑜在泓靖才2周岁时便有意识地培养其生活自理能力。在她看来,生活自理能力是每个孩子开启幼儿园生活时必须掌握的基本技能。生活自理能力的强弱,关系到孩子对幼儿园生活的适应。

“刚开始,我会有意识地带领他逐步学习和掌握基本的生活技能。比如,当我在晾衣服时,他会帮助我把衣服一件一件从洗衣机里拿出来给我晾;当我在收拾玩具时,我会邀请他帮助我一起收拾,再后来他会主动试着把玩具

送回筐里;当我在帮他穿鞋子时,他会认真地观察着我的每一个动作。”徐君瑜补充道,这个时候,她会刻意放慢速度,并用语言配合动作,告诉孩子每个步骤要做什么、应该注意什么问题等。

渐渐地,在徐君瑜的鼓励下,泓靖已经会帮忙做一些力所能及的家务了。比如,在打扫卫生时,他已经能帮忙擦桌椅、洗碗;在家里制作汤圆、鱼糕等美食时,他也会主动帮忙等。“生活自理能力的培养不是一天就能掌握的,作为家长我们要学会引导和放手,让孩子从一次次的尝试中获取经验。”徐君瑜说道。



分享嘉宾:徐君瑜(戴泓靖妈妈)
嘉宾职业:教师
推荐幼儿园:梅岭街道桂华中心幼儿园



关键词:自信►敢于应对问题

育儿路上,酸甜苦辣咸。徐君瑜告诉记者,尽管孩子各方面能力都发展得还不错,但有时候也会缺乏自信,不敢在陌生人面前展现自己。这曾让她感到困惑,甚至开始反思。“我把耐心给了工作,回到家后对待孩子有时会产生消极的态度。比如,当他和同伴玩耍产生矛盾时,我便会开始教训他,导致他变得越来越胆小,做错事情会用渴望被理解的眼神望着我,一句话都不说。”徐君瑜说道,她意识到自己的教育行为出现了问题,便做出了改变,给予孩子解释、诉说

的机会,并帮助孩子“应对问题”。“在改变教育方式后,我发现泓靖的自信心和语言表达能力有了明显提升,遇事不再躲避,社交能力也有显著提升。”徐君瑜分享道,她还常常利用“碎片化”的时间,陪孩子长期坚持运动。比如,带孩子到户外玩沙子,一个手提袋孩子便能学到捧、推、提等动作,还能自由地探索如何将沙子装进袋子里;放学后,她也常常鼓励孩子自主玩滑梯、踢足球等。徐君瑜认为,运动除了能增强孩子的体质外,其自信心、耐心、专注力、思维能力也能获得发展。

宝妈育儿趣事分享

我家的宝贝小名叫作“蛋炒饭”,当你看见他的第一反应肯定会认为“宝贝喜欢吃蛋炒饭吗?”其实并不是。从十月怀胎开始,因为孩子继承了我们良好的运动天赋,还在我的肚子里时就非常顽皮,最喜欢做的事情就是天天在我肚子里翻滚,于是便有了(翻滚吧)“蛋炒饭”小名的由来。

参加水上派对 欢度精彩假期

本报讯 水上滑梯、海上冲浪、过独木桥……“五一”期间,本报亲子驿站携手晋江嘻游纪亲子游泳俱乐部(百宏店)开展的“水上派对”活动,共吸引了来自梅岭中心幼儿园、桂华中心幼儿园的25组亲子家庭到场参与。精彩有趣的互动环节,让亲子家庭度过了一段难忘的假期时光。

刚抵达目的地,孩子们便换好泳衣、做好热身,为下水做足准备。随后,备受期待的环节来啦!在父母的陪伴下,孩子们一个个下水啦!该店专业游泳教练先通过淋水测试、踢腿热身、拾捡彩球等环节,让孩子们克服恐惧心理,熟悉、适应水中环境。

在水上闯关环节,孩子们变身“小勇士”,开启趣味的水上派对时光。瞧,小萌娃们在父母的鼓励下,走过水上独木桥、游过洞洞垫,再爬上水上滑梯往下滑……当“闯关”成功时,小萌娃的脸上露出自信的笑容。最后,孩子们纷纷坐在“嘻游纪快乐号”上,感受快乐的海上冲浪,体验难忘的“海上帆船”时光。

当天,该店工作人员准备了小米粥、馒头和鸡蛋,让孩子们在上岸后进行能量补给。据了解,晋江嘻游纪亲子游泳俱乐部专注于0~12岁婴幼儿水上教育、亲子游泳、专业游泳等高端课程,拥有一支专业有爱、婴幼儿游泳水育经验丰富的教练团队。为带给更多人时尚、健康的亲水方式,该俱乐部百宏店正紧锣密鼓地准备中,并计划于本月13日正式开业。

家长声音

孙乐逸妈妈:参加完“五一水上趴”这个活动,我感觉嘻游纪的设施设备非常完善,教练很专业、亲和力很强。刚下水时,我儿子还是比较害怕的。但在教练的鼓励和他爸爸的陪伴下,孩子后面就慢慢放开了。回家后,他跟我说活动很有趣、很好玩。

戴泓靖妈妈:这个假期怕人挤人,我们哪里都不敢去。为丰富孩子的假期时光,看到亲子驿站群里发布这个活动,我就马上报名参加了!平时工作也很忙,周末有空的话都会尽量陪着孩子。这次爸爸陪孩子一起下水,孩子玩得很开心。



亲子健康

“立夏”将至 如何进行幼儿保健?

本周,我们将迎来“立夏”时节。进入立夏,意味着炎热的夏天即将到来。处在春夏交接之际,天气变化无常,家长该如何为孩子的身心健康“保驾护航”?本期,“亲子健康”将在饮食、作息、习俗等方面,提供一些实用的建议,感兴趣的家长别错过啦!

调整饮食作息

炎热的夏季,孩子好动容易出汗。立夏过后,家长可稍微将午饭时间提前半个小时,有意识地让孩子养成午睡的好习惯。需要注意的是,午休时间不宜太长,一个小时内就可以达到“养心”的效果。

在饮食方面,宜选择清淡的应季食材,多吃蔬菜、水果、粗粮。家长还可以适当给孩子增加百合、莲子、酸枣仁等清心养心的食物,在孩子身体状况良好时,每周安排一次安心糖水、清心无花饮。值得一

提的是,莲子心性偏苦寒,家长在给

体验节气民俗

俗话说:“立夏吃了蛋,热天不疰夏。”随着天气逐渐炎热,孩子容易有四肢无力之感,食欲也开始慢慢减退,这称之为“疰夏”。本周末,家长可以在家中和孩子一起DIY一道属于夏天的美食——立夏蛋,一起感受初夏的美好气息。

首先,备好鸡蛋、茶叶、老抽、生抽、盐、八角、桂皮、香叶、冰糖等食材,将鸡蛋洗净冷水下锅、大火煮开,之后用冷水冲洗、剥掉蛋壳;再采一些树叶、花朵贴在鸡蛋上,用干净的纱布将其包裹,之后投入放有茶叶、八角等佐料的开水中继续煮,20分钟后漂亮的“立夏蛋”就做好啦!

小贴士

- 眼下正处于季节交替之际,气温变化无常,家长应及时查看天气预报,为孩子穿上适宜的衣服,谨防季节性感冒;
- 立夏过后,天气逐渐炎热,切忌为了贪图一时凉快让孩子喝冰饮、吃西瓜等,引起肠胃不适;
- 如出汗较多,需及时补充水分。

磁灶张林中心幼儿园 举办三方幼小衔接座谈会

本报讯 日前,晋江市磁灶张林中心幼儿园举办了幼小衔接“家·校·园”三方座谈会。

幼小衔接是幼儿从幼儿园的游戏状态进入小学学习的重要过渡期,也是幼儿成长过程中重要的转折期。此次活动旨在帮助家长进一步科学、全面地了解“幼小衔接”内容,解答幼小衔接过程中遇到的问题、困惑,助力幼儿做好充分的入学准备。

活动特别邀请磁灶张林中心小学副校长张秀霞、张林中心小学一年级老师代表张凤玲、陈培霞、晋江市青阳街道象山幼儿园园长陈玉蓉、家长代表等参加。

现场,家长代表针对幼小衔接这个话题分别从不同方面提出了困惑。如:上了小学后,孩子在40分钟的上课时间里坐不住怎么办?上了大班是否

有必要报幼小衔接班,知识衔

接到什么程度比较合适?针对

家长们的困惑,一年级老师结

非遗文化体验活动假期上新 传承剪纸艺术 弘扬传统文化

体验多彩非遗,弘扬传统文化。为了让更多孩子认识身边的世遗文化、非遗文化,感受传统文化的魅力,由晋江经济报社主办、晋江文旅集团晋博坊·甲第项目承办的“泉州非遗文化体验之旅”研学活动精彩继续。4月29日下午,本报亲子驿站组织来自池店镇中心幼儿园、池店镇启梦幼儿园的60组亲子家庭,体验亲子剪纸活动。活动当天,晋江剪纸协会老师莅临现场,与亲子家庭开启难忘的剪纸DIY时光,一起来看看精彩花絮!

体验“镂空的艺术”

据了解,我国的剪纸艺术遗产于2006年经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录,2009年入选联合国教科文组织的“人类非物质文化遗产代表作名录”。

活动开始前,全国剪纸协会会员、福建省剪纸协会会员、泉州市及晋江市剪纸协会理事洪金枝向孩子们介绍了剪纸的由来。剪纸技艺产生于民间。很久以前,没有纸笔,劳动人民为了纪念他们的劳动成果,就用叶子、竹子刻下来。此后,劳动人民发明了纸,就用纸代替叶子和竹子,产生了剪纸的技艺。

洪金枝介绍,剪纸是一种镂空的艺术,用剪刀或刻刀在纸上剪刻花纹,用于装点生活或配合其他民俗活动,是中国汉族最古老的民间艺术之一,在视觉上给人以透空的感觉和艺术享受。剪纸在泉州有广泛的群众基础,交融于人民生活

的方方面面。介绍完历史之后,孩子们开始了自己的创作。孩子们剪的是五星红旗,按照老师的提示,孩子们小心翼翼地

将纸对折,剪出了四颗小五角星,之后再剪出中间大的五角星。每个步骤都要小心翼翼,每一刀都要很专注和细心。终于,五星红旗剪成了。看着自己亲手完成的作品,孩子们个个兴高采烈。

“看到这么多孩子喜欢,我感到很欣慰。”洪金枝说,这么好的非遗文化,希望能让更多的孩子了解,并且将它传承下去。

“一次难得的亲子研学活动”

一把小剪刀、一张红色彩纸,就能惟妙惟肖地演绎出大千世界。此次活动,不仅收获了亲子家庭的欢声笑语,还获得咱厝幼教行业园长老师点赞。

“我们幼儿园共有30组亲子家庭参与了本次活动,孩子们在家门口便能感受到泉州非遗项目的魅力。”池店镇启梦幼儿园园长苏世荣介绍道,该园一直以来都很注重幼儿的情感体验和动手操作的有机统一,剪纸活动正是一个难得的载体,既能引导幼儿感受泉州非遗文化的



家长声音

李嘉妮妈妈:小朋友平时在家就很爱做一些手工活,我也会买一些材料陪孩子一起制作。一看到幼儿园发布非遗文化体验之旅的活动,我马上就给孩子们报名了。他们剪得很用心,不一会儿,一幅五星红旗的作品就完成了。

曾斯沅妈妈:能在家门口近距离体验非遗项目,感受剪纸艺术的独特魅力,我倍感荣幸。在剪纸老师的指导下,我陪着闺女完成了国旗和兔子的作品,女儿很开心,我也很开心。随后,我们还非常幸运地得到老师的个人剪纸作品——小福袋。我想,生活就像这个福袋一样,处处有惊喜。

林乐妈妈:剪纸既是一种古老的传统艺术,也是一种综合艺术,有利于孩子各方面能力的培养和增进,尤其对创造力、观察力、智力等方面的提升很有帮助。我觉得参加创作剪纸活动,能够丰富孩子的生活经验,让孩子在生活中做一个有心人,学会观察、善于观察。

唐曼雯妈妈:今天带孩子参加了剪纸活动,了解到剪纸艺术是我国民间极具地方特色的传统民间文化艺术,具有独特的美学价值和艺术价值。在老师的讲解下,我和孩子试着完成了五星红旗的剪纸作品。当成品呈现在眼前时,孩子非常开心。

