



园长访谈

如何拥有快乐充实的暑假？ 咱厝园长来支招



古人云，凡事预则立，不预则废。面对即将到来的暑假生活，可谓几家欢喜几家愁。如何给孩子做合理的暑期规划？长时间带娃如何避免亲子矛盾？本期，“园长专访”栏目邀请到了晋江市第四实验幼儿园的园长丁姍莉。她将为家长分享行之有效的暑期带娃干货，快来收下吧！

嘉宾名片 丁姍莉 晋江市第四实验幼儿园园长

共同制定暑期规划

“暑假看似很长，但是时间一晃很快就过去了。这周我正在跟我女儿讨论暑期安排，计划带她去旅行或参加夏令营活动。”“一提到暑假，我就害怕，家里三个男娃凑一起能够把屋顶掀翻。我正寻思暑假该怎么办呢。”……关于即将到来的暑假生活，不少家长感到焦虑：想让孩子过得更加充实一点，但却不知道如何着手。

对此，丁姍莉建议家长与孩子携手共同规划一个充实而有意义的假期。“首先，可以引导孩子探索新的领域，学习一项新的技能或本领，比如绘画、音乐或运动等。这不仅能培养孩子的兴趣，

还能帮助他们发现自己的潜力和特长。”丁姍莉补充道，阅读也是开阔孩子视野的绝佳途径，推荐家长陪孩子共读一些经典绘本，通过故事引导孩子享受阅读乐趣的同时，学到人生的智慧和处世的方法。

“除此之外，家长还可以安排一些户外活动，比如户外运动或游戏、亲子旅行等，让孩子亲近自然、感受世界，这样的体验不仅能让孩子身心愉悦，还能增强他们的实践能力和团队协作能力。”丁姍莉认为，亲子间通过提前沟通和合理规划，可以帮助孩子度过一个充实而愉快的假期。

积极增进亲子关系

“很多时候和孩子计划得好好的，但是执行过程中孩子不配合或闹情绪，就很容易引发‘战争’。”“假期还没开始，孩子已经非常期待他的‘游戏时间’了。”面对长时间的相处，亲子关系容易因为生活中的琐碎“一点就炸”。那么，家长该如何在亲子关系中起到积极、正向的调和作用呢？

丁姍莉认为，家长在和与孩子相处的过程中，应保持耐心和理解，避免用命令式或指责的语气跟孩子交流，以减少亲子间言语冲突的发生。此外，

家长还可以通过参与游戏、阅读、运动等活动来增进亲子关系。值得一提的是，在规划暑期安排时家长要尊重孩子的个性和兴趣，避免强制孩子接受自己的意愿。

“假期里，对于孩子过度依赖电子产品的问题，家长可以设定合理的使用时间限制，并引导孩子参与其他有益的活动。例如，可以鼓励孩子参加户外活动、与朋友玩耍、进行艺术创作等。此外，家长还可以与孩子一起制定家庭规则，明确电子产品的使用频次和使用场合。”丁姍莉说道。

合理展开幼小衔接

对于刚结束幼儿园生活的孩子，很多家长会选择在这个暑假给孩子报各类幼小衔接课程，趁着假期给孩子“充充电”。丁姍莉认为，这一现象从一定程度上反映了家长对孩子教育的重视和期望。需要注意的是，幼小衔接并不只是单纯的学习适应，更包括身心适应、生活适应、社会适应和学习适应等多方面的准备。

“我认为家长在选择是否让孩子参加培训班或幼小衔接课程时，应全面考虑孩子的实际情况和需要。首先，家长应深入了解孩子的兴趣和特长，根据孩子的特点选择适合的培训班或课程。不要盲目跟风，更不要强迫孩子参加他们不感兴趣或无法承受的课程。其次，家长应注重孩子的身心适应，适当安排一些户外活动、运动锻炼和社交聚会等，帮助孩子缓解学习压力，增强体质和社交能力。”丁姍莉建议道。

除此之外，生活适应也是幼小衔接中不可或缺的一部分。“家长可以利用假期，教孩子一些基本的生活技能，如整理书包、打扫卫生、自我管理，这些能力对于孩子未来的学习和生活都非常重要。此外，还可以适当安排一些学习活动，如阅读、数学游戏、科学实验等，但要注意不要让孩子过度学习，以免影响他们的身心健康和兴趣爱好。”丁姍莉说道。

晋江经济报亲子驿站
陪孩子遇见更童年

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——

莱德队长 莱德队长儿童运动中心
体能馆（跑酷）+跳绳+篮球+平衡车

一店地址：晋江市罗山街道SM国际广场3060（肯德基手扶梯上3楼）
二店地址：晋江市梅岭街道梅岭路565号顺置业8号楼301-304（接中街）
联系电话：180 1665 5201

绘本阅读

洪昕蓓小朋友分享 绘本《爸爸是我的天空》

书香点亮童心，故事陪伴成长。由本报主办的晋江市第六届亲子阅读节系列活动之“绘本故事小达人”入围名单已公布，共有10个小朋友投稿的精彩作品获奖。快来一睹他们的风采吧！



本期绘本：《爸爸是我的天空》

绘本介绍：大家好！我今天推荐的绘本是一本关于爱的绘本，讲述了孩子在爸爸妈妈的爱中健康成长。爸爸爱我，妈妈爱我，我有好多好多的爱。这个绘本用简单的文字，优美的图画，阐述着父母与子女之间的关系，传递了爱和温暖。大家快快扫描二维码听一听吧！

讲述人：洪昕蓓

幼儿园：晋江市第九实验幼儿园

互动墙：大家好！我是一个活泼可爱的小朋友。平日里的洪昕蓓小朋友，是一个爱画画和跳舞，也喜欢阅读和唱歌，更喜欢听爸爸妈妈讲故事，在绘本的世界里快乐地翱翔。

投稿须知

如果你家娃也喜欢阅读、爱讲故事，家长不妨用手机记录孩子精彩的阅读过程，发送至“晋江经济报亲子驿站”后台，附上孩子的姓名、所在幼儿园、绘本名称、绘本简介、孩子生活照原图及联系方式。我们将选取优秀作品刊发。



相会云端 欢乐来袭 亲子驿站精彩暑期互动上线

叮咚！你的缤纷暑假即将上线！即日起，本报亲子驿站推出“我的暑期我做主”精彩线上主题活动，鼓励孩子们通过画作、视频或照片分享自己的暑期计划或期待的暑假生活。蝉叫、风声、鸟鸣……快一起来捕捉假期里的美好时光吧！

互动1 精彩非你莫“暑”

“这个暑假爸爸妈妈要带我去长隆野生动物园玩，我特别期待！”“爸爸妈妈说要送我回老家，到时候我可以跟爷爷奶奶一起种菜养花，还有喂小山羊。”……相信，一提到这个暑假的规划和畅想，孩子们都有自己的想法。不如，用五颜六色的彩笔把想法和期待以画画的形式呈现出来，和大家分享精彩的暑期计划吧！

投稿方式：请家长拍下孩子以“暑期计划或暑期畅想”为主题的绘画作品，并将原图发送至“晋江经济报亲子驿站”公众号后台，附上小朋友的姓名、所在幼儿园、家长联系方式及50字的作品介绍。

截稿时间：即日起至7月2日24时

互动2 分享缤纷夏日时光

“在夏天，我们吃绿豆、西瓜、冰激凌……这些时光漫长且愉快，似乎日子发出了悦耳的声响。”当令人愉悦的夏日和悠闲的假期撞个满怀，孩子们不如以颇有仪式感的绘本阅读来迎接这个美妙的季节吧！在该主题互动中，孩子们可以选择跟夏日、暑期相关的绘本书单，通过自己稚嫩的声音在镜头前跟大家分享。届时，我们将选择优秀的绘本分享作品刊发。

投稿方式：请家长为孩子拍摄以夏日或暑期为主题的绘本分享视频（时长不超过3分钟），并将原视频发送至“晋江经济报亲子驿站”公众号后台，附上小朋友的姓名、所在幼儿园、家长联系方式及50字的绘本介绍。

截稿时间：即日起至7月5日24时

互动3 我和夏天有张合影

六月的蝉鸣，奏响夏日的序曲。提到对夏天的印象，小朋友们能够随口说出的都有哪些呢？在此次线上互动中，鼓励孩子和夏天中较有代表性的人、事、物合影，分享精彩的夏日掠影。

投稿方式：请家长以“我和夏天有张合影”为主题为孩子拍摄照片，并将原照片发送至“晋江经济报亲子驿站”公众号后台，附上小朋友的姓名、所在幼儿园、家长联系方式及50字的照片介绍。

截稿时间：即日起至7月2日24时

投稿须知

1. 以上两个活动均可参与，也可选择其一参加；
2. 本报将选取部分优秀投稿作品刊发于晋江经济报《亲子周刊》、“晋江经济报亲子驿站”公众号，并送出精美礼品。

亲子驿站

暑期安全“不放假” 亲子驿站开启安全训练营系列活动

转眼间，暑假马上就来了。为让孩子度过一个平安、快乐的假期，本报亲子驿站发起“快乐暑假 安全相伴”系列主题实践活动，和孩子一起了解日常生活中的安全常识，并学会自我保护的方法。一起来看看精彩的活动花絮！

参加防溺水公益课堂

酷暑来了，不少家长都会带孩子戏水纳凉。上周末，由本报亲子驿站携手八里山全民健身中心游泳馆发起的“暑期防溺水安全课堂”，吸引了晋江市星星实验幼儿园、晋江市艺术实验幼儿园、青阳街道青阳中心幼儿园、青华幼儿园、梅岭街道天玺中心幼儿园、紫帽镇中心幼儿园和灵源街道灵水中心幼儿园共30组亲子家庭参加。丰富有趣的互动环节，让亲子关系受益匪浅。

活动现场，该游泳馆专业的游泳教练以深入浅出的语言，向在场的亲子家庭科普防溺水知识。“每年的6—8月是溺水高峰期，大家知道生活中哪些地方容易发生溺水吗？哪些情况容易出现溺水呢？”当话音刚落，孩子们便积极举手回答。通过一问一答式的互动，孩子们知道水库、池塘、海边等陌生水域是容易发生溺水的地方，在泳池内呛水、抽筋、吃东西等，容易出现溺水的情况。



那么，如果有人溺水该怎么办呢？现场，游泳教练演示了手拉手施救、直接跳入水中施救等错误的施救方法。随后，还先后演示了正确的施救方法，比如趴在岸边借助竹竿、木棍施救，或将身边的漂浮物抛给溺水者。通过该环节，孩子们了解到还可以借助日常生活中较为常见的漂浮物施救，比如游泳圈、篮球、矿泉水瓶、泡沫等。

除此之外，游泳教练还现场演示了心肺复苏的具体步骤和操作方法。不少小朋友踊跃上台尝试。“如

果不小心呛到水了，尽量做到不慌张，身体尽量放松仰躺在水中，就会慢慢地漂浮起来。”游泳教练向大家示范了仰漂的动作。詹允稀小朋友克服了紧张的情绪勇敢地下水体验。

在体验环节，孩子们在家长的陪伴下开启欢乐的亲水时光。瞧，庄钧扬小朋友还自带了水枪，体验花样戏水。不少家长表示，在酷暑来临之际，通过防溺水安全课堂让孩子拥有自我保护的意识、学习防溺水安全技能很有意义。

参加消防安全课堂

随着暑假的到来，孩子们的居家、外出安全成为家长们关注的焦点。上周末，由本报亲子驿站发起的“暑期消防安全实践课堂”吸引了晋江市第七实验幼儿园、池店镇状元里幼儿园、青阳街道象山幼儿园共30组亲子家庭参加。参观消防科普教育基地，学习消防安全知识，亲子家庭满载而归。

活动当天，亲子家庭准时抵达青阳街道陈村消防救援站。在晋江市消防救援大队宣讲员黄林华的带领下，亲子家庭集体参观了晋江市应急消防科普教育基地。在这里，孩子们了解到在生活中遇到哪些情况可以拨打119求助，比如家里发现了蛇或马蜂窝、手被夹住了等情况。

随后，孩子们前往标识区域，认识安全出口、灭火器、消防栓、禁止吸烟等各类消防安全标识；在模拟报警亭内，黄林华随机抽取三组亲子家庭熟悉拨打119的报警流程。“如果拨打119电话报警，要说清着火地点、火势大小、有无人员被困、有无爆炸物，并留下联系方式。”黄林华分享道。

在消防逃生演练环节，孩子们捂住口鼻、弯腰前行，快速通过逃生通道。当天，亲子家庭还前往陈村消防救援站。在消防员的介绍下，孩子们认识抢险救援服、灭火战斗服、灭火器等各类消防设备，以及供水消防车、抢险救援车等。当见到消防车时，孩子们按捺不住激动的心情，在一旁东摸摸西看看，甚至拍了和消防车的第一张合影。“这个活动特别有意思，孩子不仅近距离地和消防员叔叔交流，还学到了很多自我防护知识。”不少家长点赞此次活动。



家长声音

庄灼扬妈妈：之前我有带孩子到戏水池玩过，但孩子比较怕水。这次参加活动，主要是想锻炼一下孩子的胆量，没想到还学到了很多防溺水安全知识。

苏婧媛妈妈：我觉得防溺水安全课堂特别有趣。我女儿非常喜欢。尤其在下水体验环节，孩子开心极了。随着天气逐渐炎热起来，孩子学习一些防溺水知识很有必要。这个活动也很有意义。

张煜杰妈妈：我儿子很喜欢消防车。这次活动能够与消防车零距离接触，孩子特别开心。活动现场，消防员叔叔还手把手教他如何使用消防水枪，这样的消防安全实践之旅干货满满。

青阳街道青华幼儿园 萌娃体验掌中木偶表演



日前，晋江市青阳街道青华幼儿园开展了一场别开生面的“掌中木偶魅力校园行”活动。此次活动，该园邀请了晋江市掌中木偶艺术保护传承中心演员走进校园，和孩子们共同演绎木偶戏，让孩子们在亲身参与中感受传统文化的魅力。

活动现场，晋江市掌中木偶艺术保护传承中心的演员们为孩子们带来了一系列经典且富有教育意义的木偶戏表演，如《聪明的笨人》《公鸡兔子斗狐狸》《虎趣》等。演员们通过精湛的技艺，让木偶们或唱或跳、或喜或怒，生动地展现了各种角色的性格特点和故事情节。孩子们被深深吸引，不时发出阵阵掌声和欢笑声。

随后，该园中班和大班的孩子们还分别带来了《海底总动员》和《老鼠嫁女》两本木偶剧表演。孩子们的表演认真投入，充满了童趣与热情，赢得了台下观众的阵阵掌声。该园园长张雅婷表示，此次活动不仅让孩子们亲身体验了传统文化的魅力，还锻炼了他们的表演能力和团队协作能力。同时，通过与晋江市掌中木偶艺术保护传承中心演员们的互动，孩子们更加深入地了解了传统文化的历史、发展和传承。

据悉，该园以木偶文化为特色，将木偶戏文化融入幼儿园的日常生活中。通过开展木偶主题活动，如木偶节、木偶义卖、亲子制作木偶、木偶剧汇演等形式多样的活动，深入挖掘和利用木偶文化资源，与幼儿园的各项工作融合，激发孩子对传统文化的兴趣，感受传统文化的魅力。今后，该园将继续推动掌中木偶戏文化的传承和发展，让传统文化在孩子们心中生根发芽。