



到大自然里过家家

带娃户外露营需要注意什么

与天地同在,看晚霞星空。悄然之间,亲子家庭间兴起了一股露营热潮。越来越多的亲子家庭加入露营的行列,搭建帐篷、自然探索、星空观测、亲子游戏……如何让户外时光更安全、舒适、美好呢?亲子露营有哪些注意事项?一起来听听咱家长们的干货分享。

热议▶
户外亲子露营
成为遛娃新选择

“我平时工作比较忙碌,周末会尽量抽空带孩子。为了带孩子玩出新花样,今年年初我们家购买了一套露营装备,经常带着孩子到周边平坦、开阔的公园搭建帐篷。我们会一起在户外野餐、做游戏,甚至和孩子玩飞盘、踢球,玩累了就躺在帐篷里休息一会儿,惬意无比。”家住格林春天的黄女士告诉记者,现在有空就会安排亲子露营,这已经成为他们一家人之间的默契,大家都很喜欢这段难忘而惬意的亲子时光。

无独有偶。晋江市第九实验幼儿园的家长施女士也经常带着孩子到户外露营。“之前孩子比较小,我们经常带着他到户外露营几小时。今年,我又添置了新的露营装备,想看看哪里有露营基地可以满足过夜需求的,带上孩子去尝试全新的户外挑战。”施女士认为,亲子露营不仅是一次难忘的家庭旅行体验,还能在轻松愉快的氛围中促进家人间的情感交流,还能鼓励孩子在亲近大自然的过程中养成独立、勇敢的性格,一举多得。

然而,亦有部分家长对亲子露营感

到“又爱又恨”。“我其实还蛮喜欢带着孩子到户外走走,现在孩子基本是往返于学校和家之间,得空了也是带他们到室内商场转转,所以到户外活动的机会就会显得十分美好。但是,一想到带孩子出行要考虑设备、物料、安全等因素,我又开始打退堂鼓了。”家长王女士笑道,身边不少朋友也会组织一起去露营,一群人一起去,一块准备,人多力量大,就会省心很多。

建议▶
循序渐近式体验
做好充分的准备

就此,记者将结合户外亲子露营达人的分享,从营地选择、装备准备、亲子互动项目等方面,为大家提供实用的露营参考。

在营地选择方面,如果要尝试露营过夜的话,建议家长可以根据家庭成员的年龄、身体状况和兴趣,选择一个安全、风景优美且适合亲子活动的露营地。比如,优先考虑营地是否有洗手间、淋浴间等。当然,如果之前从未有过露营体验,建议先从半天(白天)的露营体验开始,慢慢积累一些经验再尝试更深入的体验。

在行程定制方面,建议家长提前规

划好行程,包括活动内容、时间安排、饮食安排等,确保户外时光充实、快乐而不至于太过疲惫;在装备准备方面,除了露营必备的帐篷、睡袋、防潮垫、照明工具、户外桌椅、急救包、防虫喷雾等物品外,还可根据天气情况准备雨衣、保暖衣物等;在食物方面,可提前采购便于携带、孩子喜爱且富有营养的美食,比如三明治、水果、坚果、即食食品等,别忘了带上足够的饮用水。

投身大自然的怀抱中,除了尽情地享受户外风光外,家长还可以提前策划安排户外活动。比如,组织孩子开展自然观察活动:寻找昆虫、识别植物、观察鸟类等,激发孩子对自然的好奇心;还可以提前带上飞盘、足球等,和孩子在平坦宽阔的草地上开展户外运动;此外,还可以利用树枝、树叶、石头等自然资源,进行手工制作;如果尝试露营过夜,还可以引导孩子观测星空,培养孩子探索自然奥秘的兴趣。

小贴士

1. 户外露营期间,要始终让孩子在视线范围内,特别是在临近水域、山坡地形附近时。除此之外,还要有防火意识。
2. 露营过程中,要教导孩子“无痕露营”,不要随意丢弃生活垃圾,学会保护自然环境。
3. 提前备好急救包,确保手机电量充足。同时,将露营地点和计划提前告诉家人和朋友,以便在突发情况下联系。

晋江市第三实验幼儿园
开展应急疏散演练活动

本报讯 日前,晋江市第三实验幼儿园各园区分别开展应急疏散演练活动。演练前,各班老师利用图片、PPT、视频、情景模拟等容易理解的方式,提前对幼儿进行相关的安全教育,并详细讲解演练注意事项。

当学警报声突然响起后,幼儿在教师的带领下,按照指定路线向安全区域快速、有序地撤离。演练过程中,随着全体师幼撤离至安全区域,各班老师立即清点人数并汇报人员撤离情况,确保无一遗漏。演练结束后,该园各园区副园长进行了总结和反馈,肯定了整个疏散过程急而不乱、稳定有序,达到了演练的预期目的。此次活动,进一步提升了该园幼儿的安全意识,培养其面对紧急情况的能力,让安全意识深植于心。

绘本阅读

林诗莹小朋友分享
绘本故事《小白兔照镜子》

一个绘本故事,一段新的旅程。绘本阅读是打开孩子认知的渠道,亦是增进亲子情感的桥梁。今天,你陪孩子亲子共读了吗?在每周的“绘本阅读”栏目中,我们将选取精彩的绘本故事作品刊发,快来加入我们吧!

本期绘本:《小白兔照镜子》

绘本介绍:小兔子捡到了一面漂亮的小镜子,它开心极了。周围的小动物都想借来照一照,可是小白兔不仅不借,还对小动物们说了很难听的话。结果,大家都生气地走了。后来,小兔子把大池塘看成了大镜子,一不小心掉了下去。大家都跑来齐心协力地救了它。小兔子很惭愧,跟大家道了歉,并邀请小动物们都来照小镜子。

讲述人:林诗莹

指导老师:刘小真

幼儿园:晋江市英林镇中心幼儿园

互动墙:大家好,我是一个开朗爱笑的小朋友。我喜欢穿上自己最爱的裙子翩翩起舞,尽情地挥洒汗水;我也喜欢安静地拿着画笔随心所欲地画画;我还喜欢听故事,尤其是关于动物和朋友的冒险故事,它们总能带我去不同的奇妙世界。希望大家喜欢我今天分享的故事,快一起来扫码听一听。

投稿须知

如果你家娃也喜欢阅读、爱听故事,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。



本版由本报记者张清清、康荣芳采写

解锁深秋的N种方式
带着绘本“趣”秋游

深秋已至,在这秋高气爽的日子里,如何让孩子感知季节的美好,察觉四季的变换和奥秘呢?家长不妨结合主题绘本,从探秋、玩秋、食秋等方面着手,带着孩子一同开启久违的寻秋之旅,和秋天来一次美丽的邂逅。

关键词:探秋

提到秋天,孩子可能会联想到落叶、秋游、应季水果等。就此,家长不妨从有关秋天的主题绘本着手,以图文结合的方式带着孩子发现秋天的踪迹。比如,在《落叶跳舞》这本书中,讲述了一个非常简单的故事,就如同它的名字一样,是一群落叶娃娃自由玩耍、舞动的场景。通过这本绘本,孩子能够了解到当季的气候特点,家长还可以在亲子共读后和孩子一同开展手工制作,按照绘本上的插画,用树叶拼出不同的小动物在跳舞的样子。

此外,还有一本秋天主题的绘本也值得推荐——《风喜欢和我玩》。在这本绘本中,讲述了男孩和他的好朋友“风”在一起和各种物品、环境互动的玩耍故事。亲子共读后,家长甚至可以带着孩子到户外追寻秋风的足迹,并安排一些能够让孩子感知到风的亲子活动,比如到宽敞开阔的地方放风筝、荡秋千、拍气球等,在欢乐的互动中感受惬意的秋日时光。

关键词:玩秋

打开绘本《落叶纷飞》一书,呈现在眼前的是各式各样的秋叶。故事以小螃蟹的视角出发,用歌谣般的文字,带领孩子们观察秋景的同时传递科学知识。就此,家长不妨鼓励孩子拿起手机或平板电脑,到小区楼下、周边公园,通过摄影的方式找一找自己眼中的秋天,再一起坐下来交流彼此的作品,以及自己发现的秋天之美。

值得一提的是,家长还可以带着孩子在充满秋日气息的公园里玩游戏。在《14只老鼠的秋天进行曲》中,讲述了在凉爽的秋天里14只老鼠出门捉迷藏的故事,情节生动、画面温暖。就此,家长不妨带一些可口的秋日食物,在指定的户外区域藏起来,并带着孩子户外“觅食”,让秋日的户外时光变得更加有趣、欢乐。

关键词:食秋

孩子是天生的美食家。秋天是收获的季节,关于秋天的应季食物应有尽有。比如,板栗、地瓜、南瓜、石榴、山药、柚子等。对此,家长可以鼓励孩子变身“劳动小达人”,通过自己的努力品尝到秋日美食。以下两道秋日食谱,就适合孩子自己动手操作,快带着孩子实践起来吧!

百合银耳羹:首先,引导孩子将银耳泡开洗净,撕成小块,再和枸杞、红枣、冰糖、百合加水放入炖锅中,煮至银耳软烂即可。该道美食可生津降燥、润肺润喉。

金桔炖雪梨:引导孩子将金桔和雪梨洗净,切块,再和冰糖一同放入炖锅中,加入适量清水煮沸后转小火再煮15-20分钟,一道美味的“止咳良方”就新鲜出炉了。该饮品可预防感冒和咳嗽。

如何松弛带娃?
咱盾宝妈分享育儿干货

有人说,教育孩子是一个漫长的过程,孩子在成长,父母也在成长。如何在育儿的道路上,做一个心态松弛、不“焦”不躁的家长呢?本期,“育儿经”栏目邀请到晋江市第九实验幼儿园的家长施雅珍,她将结合自己的带娃经验分享实用的育儿干货,快一起来收下吧!



分享嘉宾:施雅珍(林彦熙妈妈)
嘉宾职业:自由职业
推荐幼儿园:晋江市第九实验幼儿园

家长角色互补
育儿事半功倍

孩子的成长离不开父母的陪伴。施雅珍坦言,陪伴并不是简单地陪在孩子身边就好,父母陪伴的方式不同,对孩子带来的影响也不同。“我认为,在爸爸陪伴孩子的时光里,能够引导孩子养成独立、挑战、创新等品质;而妈妈则希望孩子能够沉稳、富有安全感。”施雅珍说道,父母在陪伴孩子过程中,可以有意识地进行角色分工,发挥各自的优势,实现互补,便能够做到事半功倍。

那么,在教育孩子的过程中,如果双方意见不合该怎么处理呢?施雅珍认为,当双方遇到育儿观点不同的时候,可以从互相商量、探讨的角度出发,尝试寻找最佳的解决方案或结论。“我们家在育儿方面主要以妈妈为主,爸爸为辅,带娃过程中爸爸当一个不扫兴的家长,妈妈把事情安排得明明白白的,爸爸负责执行就会很和谐,最重要的是要父母统一战线。”施雅珍说道。

户外遛娃模式
充实假期时光

点开施雅珍的朋友圈日常,满满的幸福溢出屏幕。“这个月小家伙认识了

好多字,学会了骑自行车,第一次尝试爬了紫帽山,通过自己的努力得到了奖品……”施雅珍告诉记者,前不久,他们带着孩子首次尝试爬紫帽山,从半山腰开始爬起,虽然路在修而且有些陡峭,但是彦熙小朋友还是克服了困难,坚持爬到了山顶。

“下次,我们计划从山脚往上爬去。”施雅珍笑道,户外运动不但增加了亲子间的交流和互动,也能增强孩子的抵抗力和自信心,开阔孩子的视野。平时,除了爬山外,周边的公园、海边都是他们遛娃的好去处。在她看来,带娃到八仙山、石狮花海谷、体育公园、姑嫂塔等地方,能够远离城市的喧嚣,亲近大自然。

关于带娃开展户外活动,施雅珍颇有心得体会。“带孩子出门,建议提前做好攻略,查看天气预报;到了换季时节,或跨区域出行,要注意保暖和饮食安全;如果带孩子到户外活动,建议备好防蚊贴、驱蚊喷雾和摔伤药膏;旅途中,爸爸负责给孩子补充水分,注意防晒。”施雅珍分享道。

亲子旅行或阅读
育儿一直在路上

如果问,在亲子陪伴中哪件事情幸福感、获得感最强,亲子阅读一定榜上

