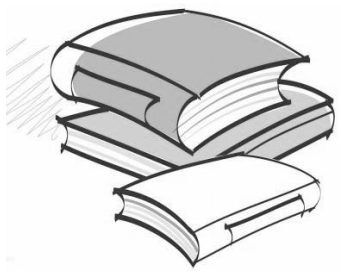

和孩子一起看童书

刘希

“妈妈,这本书太好看了,你一定要看看。”女儿眉飞色舞地举着一本书,跑到我跟前来,“真的很好看,你看了绝对会夸赞不已的。”

“什么书能让你这么着迷?”我有些好奇,接过书,上面写着《寻找蓝色风》,被选为“大白鲸”原创幻想儿童文学优秀作品。

我爱看书,但大多是言情小说之类的。对于童书,我觉得那是只适合小朋友看的书,因而不是很感兴趣。

“妈妈,真的很好看,要不,我跟你一起看?”女儿央求道。

“那行,我看看吧。”我打开书的封面,女儿便唠叨开了:“这里讲了一个泥娃的故事,他为了寻找一口蓝色风,为了变成一个有灵魂的人,历经千险……”

“嗯,这故事听起来还不错!”我点了点头,开始阅读起来。女儿在旁边,不时地问我:“妈妈,我没说错吧,是真的好看吧?”

确实,我发现这本书最初的故事情节便引人入胜,我不知不觉就着迷了。原来,这本童书写得这么精彩,景色描写得非常优美,小说的叙事结构也非常精妙,悬念丛生,让人一拿起就放不下了。我一口气读完了那本书。看完后,我被书上那个百折不挠的泥娃感动了,我对女儿说:“谢谢你介绍我看这么好看的书。”女儿高兴地手舞足蹈:“妈妈,童书真的很有趣,我以后陪你多看童书好不好?”

为了不打消女儿看书的积极性,我立马回答:“好啊,但是你介绍给我看的书,必须是你自己看过的。”

这之后,女儿便隔三岔五地给我带回一本童书。她说班上办了一个图书角,里面的童书非常多。我后来接着看了汤汤的《一只蛤蟆叫太阳》《青草国的鹅》《喜地的牙》,又看了几本外国著名儿童小说《外公是棵樱桃树》《不老泉》《海蒂的天空》,每一本书都是女儿精挑细选给我的,而且每一本书里的内容都非常精彩。

如今,我和女儿常常是一人拿一本童书读。看完以后,我们还会互相交流思想,探讨人物的内心世界。女儿陪我看童书的日子,每一天都过得很幸福而且意义非凡。而且,我也发现,童书的内容也是丰富多彩的,它让我欢喜、让我感动、让我哭、让我笑,慢慢地,我也爱上了看童书。

我很感谢女儿把我引领进童书的世界里,让我找回了那些没有童书的童年岁月。童书,让我的生活更加丰富了,也让我和女儿更加亲近了。

“疫时期”的手绘书

王爱英

书,对于任何人来说都不陌生,然而在我家有一本很特别的“书”,深得儿子的喜爱。

这本书的来历,还得从今年这个特殊的春节说起。

在春节疫情防控期间,身为老师的我整天忙着传达学校的文件、给学生宣传防疫知识、统计学生的基本情况、接收学生发来的抗疫小视频、整理学生的绘画作品等,忙得几乎没有时间管儿子。起初,4岁的儿子待在家里也很老实,但是,时间久了以后,儿子就有些坐不住了,整天嚷嚷着想到外面去玩。我好说歹说,也无济于事。看着泪眼汪汪的儿子,我真的是束手无策。用什么法子逗他开心呢?我想,平时儿子就很爱看动画片,我何不把如今医护人员奋战在抗疫一线的画面画出来,告诉儿子此时出门有多危险呢!

有了这个想法以后,我便神秘地说:“儿子,别哭了,妈妈送给你一个礼物,要不要?”我的话音刚落,儿子立刻止住了哭声:“要,什么礼物啊?”“你耐心等待,一会儿就好。”儿子很快安静下来,好奇地看着我。

我找来白纸、笔、油画棒,照着电脑上我搜出来的新闻图片,认真地画起来。儿子在旁边眼睛一眨不眨地盯着看。一会儿工夫,二十几幅画就画完了。然后我又拿起油画棒准备涂色。这下儿子可坐不住了,伸手拿起笔也跟着上色,小嘴不停地嘟囔:“这是小怪兽,我要帮你打跑它!”看着天真的儿子,我笑了。涂完色以后,我还把它们排好顺序,编上页数,然后装订好。看着这一本简单的“书”已成型,我又给它起了一个好听的标题——《最美逆行者》,并在封皮上用钢笔端端正正地写上。这本薄薄的“书”就这样制作完成了。虽说这本“书”没有买来的书精致,但儿子却对它无比喜爱。

此外,我不仅给儿子讲解了疫情的危害、以及平时的注意事项,还给他讲述了白衣天使们的感人故事。这样做既教会了儿子在日常生活中要养成良好的行为习惯,又给孩子上了一堂深刻的思想教育课。儿子听完后,大声说:“妈妈,等我长大了,我也要当医生,也去打小怪兽。”

我很高兴,这本“书”不仅给儿子带来了快乐,还激发了他的远大志向。我愿多绘制这样一些手绘书,让儿子多读一读。

我和孩子的趣味“宅”生活

范雪机

因为疫情,今年儿子经历了史上“最长的寒假”,“宅”也成了我和孩子日常生活的关键词。

由于我和孩子都很久没回老家了,所以,刚刚“宅”在老家的第一天,我和五岁的儿子都特别兴奋。首先,我带儿子到家门口的菜园认识了奶奶种的各种蔬菜:生菜、西兰花、萝卜等。我还把篱笆上的那三只已经枯萎成深褐色的丝瓜连同枯藤一起扯下来,把外壳掰掉,把浅褐色的丝瓜络交给奶奶。我告诉儿子,瓜络不但可以用来洗碗,还是一味中药,具有很高的药用价值。然后,我又带着儿子一起喂鸡、鸭、鹅。所有的这些事情,在从小生活在城市中的儿子看来,都十分新奇有趣,而我也觉得这种自然参与式的引导教育非常棒,能够激发孩子的探索欲和求知欲。

俗话说:“一日生活即教育。”于是,接下来的几天,我带着儿子到厨房里帮奶奶择菜、洗菜。厨房里,三足双耳铁灶、大铁锅、大锅铲、长烟囱等令儿子大开眼界。中午吃完饭后,儿子想玩恐龙玩具。于是,我便从书桌里拿出《恐龙大揭秘》的书和一张大白纸,和儿子一起对着书中的插图,用葡萄干一粒粒地开始拼恐龙。经过努力,儿子最喜欢的霸王龙被我们拼出来了,他十分激动。

拔草、摘菜、做竹笛……转眼间,我们“宅”在农村老家已经一个多月了。我经常把儿子每天的趣事与收获发到朋友圈,还引来了不少的点赞和评论:“‘宅’在家中,我的孩子不是玩手机就是看电视,你家孩子有这么丰富多彩的生活真充实!”

儿子每天除了上网课,还有很多可供自己支配的时间,为了让这些时间得以充分利用,我和儿子商量后决定每天“同读一本书”。在选书的问题上,我也充分尊重儿子的意愿,在尊重他兴趣的前提下,以阅读经典为前提,最终选定了一起阅读《水浒传》。为了更好地相互监督,我们除了每天相互交流阅读心得之外,我还在朋友圈“打卡”。在

我的带动下,儿子阅读的兴趣越发高涨。除此之外,我和儿子每天还“同背一首诗”“同写一幅字”,虽然很少出门,但是我和儿子都感到非常充实。

学习之余,也要劳逸结合。“宅”在家也挡不住我和儿子锻炼的热情。我把客厅改造成了“健身中心”,为了不影响邻居,我们尽量选择了一些活动幅度较小的锻炼方式。比如:在客厅铺一张垫子,便可以进行俯卧撑、仰卧起坐等运动。为了让每天的运动更有挑战性,我和儿子还制定了每天不同的运动项目训练计划,在运动中充实自我,累并快乐着。

在这个特殊的时期,我和儿子一同书写着抗疫生活。

三步让孩子学会坚持

李琼霞

女儿兴趣广泛,是一个活泼可爱的孩子。可就是有一点——做什么事都是“三分钟热度”,学习、练琴都是这样,让我头疼不已。我苦思冥想好几天,决定就从钢琴开始,让她学会坚持。

第一步,让女儿有耐心。以前女儿不管学什么、做什么,没多长时间就说自己没天赋,不适合学这个,如果硬让她坚持,她就又哭又闹。看她那样子,我也觉得总逼她做她自己不擅长的事不好,就由着她去了。没想到,这反而成了她“三天打鱼,两天晒网”的借口。这一次,我决定从自己做起,不管她说什么,我都坚决让她把该练的钢琴好好练完。哭也好、闹也好,我都不为所动。她看我态度坚决,也只好坐下来继续练习。这样坚持了一段时间后,我发现,她的基本功明显提高了,她自己也开心不已:“妈妈,原来我能弹好钢琴的!”高兴之余,我也明白了,要想让女儿做好一件事,就一定要让女儿有耐心。

第二步,让女儿不断重复成功的经验。等她练熟一首曲子以后,我就趁机拿出新的曲子让她接着练习。有了第一步的基础,她满怀信心地开始了。只是,没练两遍就又没耐心了,苦着脸说:“妈妈,我还是学不会。”我鼓励她道:“你可以的。刚练基本功的时候你不是也觉得很难吗,但现在是不是觉得特别简单了?”她想了想,说:“好像是这样的。”我马上告诉她,只要你像之前那样多加练习,肯定能学会的。女儿点点头答应了。果然,三天下来她就把新曲子练熟了,还得意地对我说:“妈妈,这个一点儿也不难呀!”那之后,每学一首新曲子,我都带她回忆一遍学上一首曲子的过程。我总结了一下,让女儿不断重复上一次的成功经验,可以增强她的信心,让她更勇于接受新的挑战。

第三步,让女儿先定一个“小目标”。随着她会的曲子越来越多,女儿成功的经验也越来越丰富,看到新曲子也不怕了,甚至还有点跃跃欲试。这时,我又和她一起制定了一个“周目标”。因为我觉得孩子还小,如果目标周期太长,会让她有种遥遥无期的感觉。“周目标”就比较容易看到成果。一周以后,女儿看着定下的目标都实现了,别提有多高兴了,还拉着我一起制定了“月目标”“年目标”。

就这样,女儿爱上了练琴,再也不说自己没天赋了。后来我又把这招用到她的学习上,效果也很不错!

征稿启事

当孩子第一次学会爬的时候、第一次学会走路的时候、第一次学会叫爸爸妈妈的时候、第一次学会用筷子吃饭的时候……在孩子逐渐成长的过程中,相信许多父母都会有不少感慨,也会有不少想对孩子说的话。对此,您有什么关于孩子的成长故事想与我们分享吗?欢迎大家来稿交流。

要求:字数不限,观点明确。请在文末标明您的姓名、地址、邮编,并在邮件标题中注明参与讨论的话题。

邮箱:jswmtl@163.com
jswmb—bjb@163.com

送你一顶“体谅帽”

许会敏

最近,受疫情的影响,你没能顺利开学,只能“宅”在家里上网课。疫情危机仍在,除了偶尔戴上口罩下楼在小区内走一圈,你无法在春天里尽情撒欢玩耍。看得出,你的心情不太好,每天都要跟我抱怨疫情怎么还不结束。

现在的你已经上小学二年级了,正式走进学校的大门已经一个半年头。如果不是这场突如其来的疫情,你早就满心欢喜地背上书包,像以往一样快乐地走进校园,跟小伙伴们一起升旗、上课、踢球、做科学小实验……可现在,只能每天窝在家里眼巴巴地盼着这一天早点到来,这让你感到很烦躁。

妈妈希望你度过这个不一样的假期之后,能真正有所成长。于是,我问你:“如果现在,妈妈有很重要的事必须出门,和你分开一两个月会怎样?”你立马惊慌地扑进我怀里,撒着娇说:“我会很想你,估计晚上会睡不着觉,而且还会哭吧!妈妈,我不想让你出门。”我又问你:“那你看那么多驰援武汉的医护人员,她们中很多人都是其他小朋友的妈妈,为了打败新冠病毒这只‘怪兽’去了前线,这些小朋友不仅要忍受跟妈妈分开的痛苦,而且还会很担心妈妈,因为病毒的传染性很强,他们的妈妈同样有被感染和牺牲的危险,你知道吗?”你听后沉默了很久,对我说:“医护阿姨们都很勇敢,希望她们都能平安回家。”那一刻,妈妈知道你学会了设身处地地体验他人的处境,也对眼前这不自由的生活多了一份理解。

我又特意带你一起回顾了本次疫情最严重的地方——武汉,这段日子的经历,从“封城”到各地全力的支援,所有的医护人员、志愿者都在尽职尽责地作贡献,也包括自觉“宅”在家里的人们。在这场没有硝烟的抗疫战争中,正是我们大家的共同努力,才换来了今天疫情得到控制、生活慢慢复原的局面。你也终于明白,这些天中国到底发生了什么,我们又是怎样战胜一个个困难、取得一次次胜利的。

这天晚上,当你看到河北石家庄的医护人员解除隔离平安回家,一个七岁的小男孩冲过去抱住战疫回来的妈妈的视频时,你转头抱着我哭个不停,妈妈知道你和我一样感动,一样为他们高兴,一样在心里充满了感激。这一个多月来,全国有许许多多这样的妈妈和孩子忍受着别离和思念,才最终守住了“身后的阵地”。与这些比起来,你暂时不能出去玩,无法回到正常的生活,又有什么大不了的呢?

孩子,现在妈妈想送你一顶“体谅帽”。希望戴上它,在保持善良、勤奋、自立、坚韧的同时,你可以有更强的共情能力,这样就能更多地理解别人,并在对方需要的时候给予力所能及的帮助。

小贴士

疫情期间,孩子在家上网课如何缓解眼部疲劳

疫情期间,如何让孩子在家上好网课的同时且能保护好眼睛?

保持正确的读写姿势。家中的书桌椅应调节好高度。读书写字坚持“三个一”,即手离笔尖一寸;眼离书本一尺;胸距书桌一拳。改掉不良的用眼习惯。不要在吃饭、卧床时看书或使用电子产品。不要在光线过暗或阳光直射的情况下看书写字。读写过程中,应同时打开房间的大灯和台灯,台灯要有足够亮度以及均匀的色温,书籍纸张应避免精装的铜版纸,从而减少眩光的发生。

避免长时间使用电子产品和看电视。建议非学习使用电子产品时每次不超过15分钟,每天累计不超过1小时。通过网络学习30~40分钟后,应休息远眺10分钟,使眼睛得到休息,或者闭眼休息5~10分钟。6岁以下的学龄前儿童应避免使用手机和电脑。家长也应起到表率作用,尽量少用电子产品。

孩子如何缓解眼部疲劳?

可通过运动缓解眼部疲劳。青少年可选择原地跑、广播操、仰卧起坐等体育活动。中小学生也可以帮家长做力所能及的家务劳动。坚持一天做两次眼保健操,上午和下午各一次,最好在持续用眼后认真地做眼保健操,让眼睛得到充分休息。还要记住,做眼保健操前一定要洗手。

充足的睡眠和合理的营养是眼部健康的基础。建议小学生每天睡眠时间要达到10小时,初中生9小时,高中生8小时。儿童青少年需要均衡营养,不挑食偏食,不暴饮暴食,少吃糖,多吃蔬果,每天饮水不少于1500毫升。

专家提醒:孩子眼睛有以下症状应及时就医

当孩子的眼睛不舒服时,家长们时常感到手足无措,是用眼过度还是眼睛出了问题,在疫情期间是否应该带他去就诊?

中山大学中山眼科中心屈光与低视力科主任医师杨晓教授表示,判断是否立即就诊最重要的关键是:短期明显视力下降;短期明显眼痛;眼外伤。具体的症状表现为:伴有视力明显下降的眼红;突发明显眼痛、眼红、头痛;突然发生的或短期加重的明显视力下降;突发的看东西有持续的遮挡感;眼部外伤(轻微的眼皮擦伤,无视力下降的碰伤等可先在家观察);异物进眼等,如果有以上症状,家长应尽快带孩子就诊。

如果只是眼疲劳,如出现眼部干涩或眼痒症状,不一定要马上使用眼药水,可用以下方式改善眼疲劳,如注意不要揉眼,眼干时进行适当的热敷等。如果平时有眼部过敏史,出现眼痒时可适当使用冷敷。如果还有其它眼部不适,如分泌物增多等,仍需及时就诊。

经过一段时间的远程学习模式,正式开学后,家长应密切观察孩子的视觉健康情况。如果开学后家长发现孩子看远处时经常眯眼,歪头视物或眯眼,视物疲劳等,也应尽早带孩子到眼科就诊。 (据人民网)