



父母共雕琢 孩子更优秀

亲子讲堂

兴趣爱好，让孩子自己选择

“每个孩子都是璞玉，父母要用心雕琢，对于孩子来说，在小学阶段应养成独立自主的好习惯，还要有进取心。”尹丹丹是八岁孩子刁奥寒的妈妈，也是市区一所学校六年级的语文教师。她有怎样的育儿感悟，孩子又有哪些成长故事？10月18日，记者来到这个家庭，对他们进行采访。

□文/图 本报记者 陶小敏



八岁的刁奥寒平时喜欢体育运动。

如今的社会竞争力是非常大的。每一位家长都希望自己的孩子拥有一技之长，这样在以后的工作学习中才能立于不败之地。值得提醒的事，家长不要强迫孩子去学一些自己不喜欢的技能。下面小编来为大家介绍一下，到底应该怎样培养孩子的兴趣爱好。

1. 发现孩子的天性

其实家长想培养孩子的兴趣爱好是件非常容易的事，只需要用心发现孩子的天性就可以了。一般孩子会在一岁左右展露自己的天性，我们便会发现孩子的性格和爱好。这种爱好在孩子成长的过程中是非常明显的，需要家长及时发现，千万不要磨灭孩子的天性，家长也不要把自己的梦想全部寄托在孩子的身上，因为孩子们应该拥有自己想要做的事和个人的兴趣爱好。

2. 尊重孩子的兴趣爱好

在学校学习的过程中，孩子很有可能会把自己的喜好表现出来。比如，有的孩子爱踢足球，有的孩子喜欢跳舞等。这个时候家长一定要懂得尊重孩子的兴趣

选择，一旦孩子选择了就要告诉孩子必须坚持下去。这个时候家长和孩子可以做一次约定，可以让孩子拥有喜好的同时又懂得了坚持的意义。所以，家长在培养孩子兴趣爱好同时，也要教会孩子做事坚持到底，做事不能半途而废，要为自己的选择负责到底。

3. 给孩子提供发挥的空间

在家庭教育中，我们会发现孩子还是具有一定的能力的。例如，孩子对音乐比较敏感，或者对舞蹈方面有天赋，那么家长一定要珍惜重视孩子这种天赋。家长可以提供让孩子充分发挥天性的空间，保证孩子的兴趣爱好充分的发挥，然后再给予孩子正规的兴趣爱好培养教育，让孩子拥有一项特长技能。

4. 家长不给孩子压力

那些拥有特长的孩子是非常有优势的，这种优势不仅仅体现在上学时，对未来的生活也是大有益处的，但是值得提醒家长的是，不能为了优势去强迫孩子学习，否则只会让孩子产生厌恶情绪。

据中新网

育儿有方

做好这几点 宝宝少生病

近段时间，气温有所下降。由于小孩体质较弱，因此，家长要照顾好孩子，以防生病“中招”。那么，如何预防宝宝生病？

1. 随时关注天气变化

根据天气为孩子增减衣服，但是需注意要逐渐增减，特别是老人带孩子的家庭，一定不要给孩子穿太多，以小孩较温暖并不出汗为标准。

2. 营养要均衡

孩子每个成长阶段所需要的饮食不同，但都要做到营养均衡。专家建议，一岁至三岁的幼儿饮食要以软性、易消化为主，且品种丰富，可吃些粥、面条、肉汤、青菜等；三岁以上的孩子不要吃小食品。入冬后天气寒冷，孩子每周可吃些牛肉、鱼肉、蛋类，以补充营养。

此外，要让小孩充分补充水分，可以多喝新鲜果汁，多让孩子吃长纤维食物，以利于肠道功能平衡和排便。

3. 小孩不能使劲捂

天气变冷，家长最常见的做法就是给孩子使劲捂衣服，认为穿得越多越保暖，省得让孩子冻着。其实这是家长在育儿时最大的误区，孩子的耐寒能力甚至是超过大人的，因此家长只要给孩子穿与自己一样薄的衣服就可以。

如果穿得太多，宝宝稍一活动就会大量出汗，被风一吹反而更容易着凉感冒。

4. 经常开窗换气

要保持家居室内空气的清新，经常开窗换气。随着气温下降，供暖期来临，室内空气流通不畅，父母要在每天气温较高时，至少开窗半小时，使室内空气充分流通。

5. 每天户外运动半个小时

家长要尽量带孩子到通风良好的娱乐场所或户外进行运动，这样对孩子的健康更有益。同时，一些呼吸道比较敏感的孩子，选择外出的时间要适宜。出行时也要注意天气情况，刮大风时要减少外出，以免受到冷空气的刺激。

晚综

■小贴士

预防宝宝生病 吃对食物也很重要

葱：通百脉，促进血液流通，有助防病；

姜：开胃、温胃，是保暖、御寒佳品；

蒜：强力杀菌，其含有的“硫化丙烯”辣素，对病原菌和寄生虫都有良好的杀灭作用；

西红柿：富含维生素A、C、B1、B2以及胡萝卜素和钙、镁、铁、碘等元素，并含有蛋白质、糖类、有机酸、纤维素，皆是与低温作战不可或缺的必要元素；

牛肉：蛋白质含量高、脂肪含量低，能提高机体抗病能力，具有暖胃作用；

羊肉：羊肉属温性食物，炖汤尤其帮助驱寒。

生活中父母分工明确

刁奥寒是小学四年级的一名学生，在老师和同学们眼中，他聪明活泼，又多才多艺，尤其是英语成绩每次都在班里数一数二，口语表达也很棒。此外，小家伙还会演奏钢琴、喜欢画画、习练武术等。而在同样是老师的爸爸妈妈眼中，刁奥寒却是个普通的孩子，他们认为，父母对孩子的影响很大，孩子要想优秀，父母首先

要做好榜样的作用。在生活中，更是要时时处处做有心人，给孩子做好引导。

尹丹丹告诉记者，在日常生活中，她和孩子爸爸有明确的分工。如，孩子爸爸擅长辅导作文写作，而她擅长作文批改，两人就讲好作文辅导由爸爸做，而批改作业就由妈妈来；爸爸喜欢运动，妈妈喜欢待在家

里，平时主要由爸爸带孩子户外爬山、练习武术、进行体育运动等，妈妈则主要陪孩子在家做科学益智小游戏、陪孩子练琴等；爸爸经常早起给孩子做饭并带孩子外出锻炼，妈妈则负责晚上下班带孩子回家……“其实父母两个人一起参与到孩子的成长中，会让孩子发展得更全面，这点孩子爸爸做得很好。”尹丹丹说。

引导孩子从小养成良好习惯

“很多父母都觉得自己的孩子优秀得不得了，其实他们不知道，比自己孩子优秀的孩子太多，自己孩子身上也有一些缺点是需要改正的。”尹丹丹告诉记者，正是由于自己的教师身份，她能够看到很多不同的孩子，她认为，自己的儿子不算最聪明的，也有些调皮，但她和孩子爸爸达成共识，让孩子从小养成良好的学习和生活习惯。“小学阶段养好习惯了，以后就省事了。”

在爸爸妈妈的共同参与和关爱下，刁奥寒现在已经养成了良好的生活习惯，每天的作息时间表很有规律，什么时间做什么事也不用妈妈再提醒。“吃过晚饭后，很自觉地就会去练钢琴了。”尹丹丹说，让孩子养成习惯的过程也是自己和孩子爸爸逐渐放手的过程，刚开始她跟孩子并排坐在钢琴旁看孩子弹，再后来她坐在稍远处的沙发上听孩子弹，到现在她忙自己的事情不用管孩子，孩子就在钢

琴旁自觉认真地弹奏。“首先，他喜欢弹钢琴，然后他养成了习惯。”尹丹丹说，在生活里，不管是画画还是武术，都是孩子自己喜欢之后，她和孩子爸爸才进行积极引导的。

“他喜欢什么，他想到哪玩，他想怎么做，都尊重他的意见。”尹丹丹说，生活中他们注重培养孩子独立自主和承担选择后果的意识，例如买玩具，一次只能买一个，让孩子学会取舍。

多听听孩子的声音和意见

在儿子的成长过程中，尹丹丹和丈夫主要起引导的作用，但她告诉记者，她和孩子爸爸也很重视听取儿子的声音。

尹丹丹表示，她认为每个孩子都具备一些特质，如有些孩子天生比较调皮，有些就比较听话。这些特质影响到孩子的性格，尽管性格不同，但每个孩子其实都可以养成良好的个

性。她不认为放任孩子的个性发展而不进行引导就是好，她认为，让孩子做一个普通人可能更健康，对孩子的成长更有利。

尊重孩子，多倾听孩子的声音和意见是她和丈夫一直以来坚持做的事情。对于孩子的要求，她说自己向来当成大事情认真对待，对于孩子的合理要求一定尽量满足，不合

理要求则跟孩子好好谈心；而孩子提出家长在教育方面的问题时，自己也会虚心接受，并及时对孩子的行为进行肯定。“孩子也是家长的老师，多听听他的声音，才能跟孩子一起进步。”尹丹丹说，有时候她觉得自己做得不太好，需要学习的还有很多。但跟儿子在一起，看着他慢慢长大，是一家人最幸福的事。