

9岁男孩用手绘讲生物故事

《恐龙探秘百科》《海洋百科全书》《与生物同行》《误闯古生代》《回到五亿年前》……这是谢蔚然经常读的书。今年9岁的谢蔚然，是一名小生物迷，不仅痴迷阅读生物方面的书籍，还手绘大量动植物，并通过想象力，赋予画中各生物不同的身份，讲述100多个小故事。



谢蔚然向记者展示他的简笔画。

□文/图 本报记者 尹晓玉

1 爱上生物 手绘生物故事

近日，记者见到了正在家里摆弄显微镜的谢蔚然和妈妈王燕。谈起孩子迷上生物的经历，王燕说：“孩子两岁左右时，我带他去图书馆看书，当时他看到一本关于恐龙的书，特别喜欢，我就给他讲了书中恐龙的故事，他从此就喜欢上了恐龙。”从那以后，因为喜欢恐龙，谢蔚然逐渐对生物感兴趣，越来越痴迷。

“恐龙曾经是地球上的霸主，生存的时间比人类存在的时间还要长，我觉

得它们非常了不起。”关于喜欢恐龙的原因，谢蔚然说。记者看到，在谢蔚然家里，墙上、桌子上都堆放着大量的简笔画，画的有海洋生物，有各类小动物，还有一些花草。这些画的旁边，密密麻麻写着很多字。

“他特别喜欢画这些动植物，然后通过想象，赋予它们身份，然后编成一个个故事。”王燕告诉记者，这些画，她都帮儿子保存了下来，除了墙上贴的，桌子上堆放的，柜子里也放得满

满的。画册有50多本，卷纸有两大卷，讲述了100多个不同的故事。

采访中，谢蔚然向记者介绍了他的很多简笔画和这些画里的故事。“这个故事题目叫侏罗纪危机，故事的人物有坚果，有僵尸。本场的恐龙有单脊龙、安琪龙、华阳龙。有一天，他们一起打球……”天马行空的想象力，丰富的故事情节，还运用了大量的生物百科和历史知识，让人很难想象这是一名9岁的孩子想出来的。

2 心有所好 学习积极做事主动

初见谢蔚然时，他开朗、热情，也很有礼貌。之后，记者从他的老师、同学那里得知，他学习成绩优异，多才多艺，人缘也特别好。因为喜欢生物，他很喜欢看书，养成了很好的读书习惯。

“平时他做错事，我说罚他不能吃饭，他都能接受，但我说罚他不

能看他喜欢的书，不能画画，他就会闹情绪，坚决不同意。”王燕说，看生物学方面的书，去想象、去画这些动植物，对于他来说，是一件非常快乐的事情，也是每天必须要做的事。因为有自己的爱好，谢蔚然每天放学都会先完成老师布置的作业，完全不

用家长督促，然后再挤出时间读自己喜欢的书，画画。

“谢蔚然学习积极主动，成绩很优秀，口头表达能力很强。性格开朗，与同学们相处融洽，在班上人缘很好，我们都很喜欢他。”提起谢蔚然，班主任潘淑亚也是赞不绝口。

■相关新闻

家庭教育，帮助孩子找到成长的动力

□本报记者 尹晓玉

在谢蔚然的妈妈王燕看来，有兴趣爱好的人生是幸福的，因为内心钟爱，才能快乐地学习。所以，发现儿子的兴趣所在后，在家庭教育方面，她做了很多引导。

从儿子上幼儿园开始，平时带儿子外出，只要树上贴的有树木的标识牌，王燕都会念给他听，这是什么树，产地是哪里等，儿子无形之中积

累了很多这方面的知识。“他有时候会问奇怪的问题，比如蝴蝶吃什么，蜻蜓吃什么，它们怎么睡觉。这些回答不了的问题，我会跟他一起从书中寻找答案或者上网查答案。不管何时何地，只要孩子问，我都会想办法跟他一起寻找答案。”王燕说，除了给儿子买生物学方面的书籍，她还会带儿子去恐龙乐园、恐龙遗迹公园、恐龙博物馆等地方参观，也会带他去公园观

察一些植物，或者给他报一些去参观植物和动物的夏令营。

“我觉得，作为家长，要做的不是逼孩子去学什么，而是去触动孩子自我的成长动力，让他自己想他要学什么，他想做什么。当他自觉自愿地为自己的梦想去学习时，家长就不那么费劲了。”王燕说，帮助孩子找到他自我成长的动力，支持他、陪伴他，他才能快乐地学习、成长。

育儿知识

调查显示，超六成儿童睡眠不足8小时 缺觉孩子易患糖尿病

近日，中国睡眠研究会发布《2019中国青少年儿童睡眠白皮书》。白皮书显示，约63%的少年儿童每天睡眠不足8小时。调查还显示，父母当着孩子面玩手机会严重影响孩子睡眠。此次网络调查覆盖了全国各地近7万名6岁至17岁少年儿童。

睡眠少的儿童易患糖尿病

美国《儿科》杂志发表的一项新研究显示，睡眠时间少的儿童罹患2型糖尿病的风险更高。睡眠时间越长，糖尿病风险越低。平均每多睡一个小时，胰岛素抵抗水平下降2.9%，空腹血糖水平下降0.24%。胰岛素抵抗易导致2型糖尿病。

缺觉儿童记忆差

慢性睡眠不足对儿童学习记忆功能的损伤具有隐匿性。睡得少会影响儿童的神经系统功能，尤其是负责学习和记忆能力的海马神经功能，导致孩子学习和记忆能力下降。也就是说，如果孩子出现背不下来单词和做数学题做得慢时，不是孩子不专心，而可能是睡得少了。



睡得晚不容易长高

生长激素在晚上10点至12点分泌最多，这时候如果孩子没有进入睡眠，或者没有深度睡眠，激素分泌自然达不到应有的水平，生长发育肯定就不好。

■小贴士

1.上床睡觉之前要让孩子安静，不要进行剧烈的体育运动、不要训斥、打骂孩子以免产生情绪波动。

2.孩子卧室内，不摆放电脑、电视及手机一类可能会影响到睡眠的东西，不要将床作为活动的场所，如在床上玩耍、电子游戏等，床只是睡觉的地方。

晚综

亲子笔记

如何让孩子正确面对挫折

□佚名

生活中的挫折无处不在，让孩子具备面对挫折、战胜挫折的能力，是家长送给孩子的礼物之一。为了让孩子正确面对以及战胜挫折，家长应扮演导师的角色，协助孩子舒缓受挫的心情，而不是帮助孩子解决挫折。以下五点，能够帮助孩子更好地战胜挫折。

一是家长不要表现出怜悯。若家长对孩子表示怜悯，孩子就会认为自己很可怜，加深自己的不幸。于是，面对挫折时，他们不是想办法解决，而是依靠别人的怜悯，期待他人的安慰。这是最佳的学习机会，家长要以理智的态度告诉孩子，应该坚强，并且以自己坚强的态度去影响孩子。

二是家长不要替他们想好退路。当孩子在学校跟同学发生争执后，很多家长的第一反应是到学校理论，让同学道歉。然而，同学之间一定是有什么原因才会造成争执，家长要先了解事情的原因，不要在孩子发生一点点挫折时，就替他们想好了退路，这样容易使他们失去战胜挫折的能力，越来越依赖家长的协助。家长应该相信孩子有独立面对挫折的能力，并且能够战胜自己。

三是家长要鼓励孩子倾诉不愉快。家长如何鼓励孩子是有学问的，毕竟生活中不如意的事情太多了。当孩子遇到挫折时，首先家长

要教他们冷静分析，从主观找出受挫的原因，再来补救；接着，家长要鼓励他们向朋友或家人倾诉自己的不快；最后，家长要将孩子引导到其他有益的活动中，从逆境奋起。家人的感情及支持是自信的来源，家长的热情及温暖，永远是孩子最好的精神支柱。

四是家长要教孩子学会自我保护。家长过多的保护，会让孩子失去实践的机会、失去能力、勇气和意志。身为家长，都希望自己的孩子平安、快乐地长大，然而生活并非总是如人所愿，挫折及危险无处不在。因此，家长需要加强孩子的自我保护意识，提醒他们时时保护自己，并告诉他们具体的保护方法，日后他们就能够学会自己去避免挫折。

五是家长要引导孩子检讨反省。当孩子遇到较大的挫折时，家长可以等事情过后问他们：那件事情怎么样了？当时觉得很困难吧？让孩子有反思的机会，从各个角度去检讨错误，激励自己不要再犯相同的错误。将来面对挫折时，孩子就可以自我反省、激励自己解决问题，获得成功。

在孩子成长的过程中，您有哪些真实的感悟或体会，都可以用文字的形式记录下来，联系我们。来稿请发至邮箱 276339389@qq.com