

快乐起床法，对付赖床“小懒虫”

记者调查发现，多数孩子不喜欢家长叫他们起床的方式

□见习记者 许晓洁 文/图

叫“小懒虫”起床，虽然不是什么大事，但日复一日，年复一年，也让不少爸爸妈妈头疼。近日，在洛阳网《洛阳社区》，网友“智能生活”想与众网友们讨论一下对付孩子早晨不愿起床的办法。



孩子不愿起床咋办

近日，网友“智能生活”在洛阳网《洛阳社区》发帖《孩子早晨不愿起床有什么好办法？》，想跟大家探讨一下叫孩子起床的办法。

帖子发出之后，众多网友都跟帖支招。网友“河工”说：“不愿起床，大概是不愿做起床之后的事情。如果孩子对起床后要做的什么事情感兴趣，他头天晚上上床的时候就盼着起床了。”

网友“心灵美”说：“不愿起床是因为‘诱惑’不够，如果你说起床不上课，带你坐飞机，孩子肯定就起床了。”

网友“青苹果之约”说：“没办法，哄呗！”

叫孩子起床，家长费心

6月15日，记者来到市直机关第一幼儿园，对小朋友们早上爱睡懒觉的情况进行了调查。

当天，记者询问了40名小朋友，其中只有16名小朋友表示他们不爱睡懒觉，而小朋友们讲述“被家长叫起床”的经历，也让我们体会到了为人父母的“苦心”。

一一(化名)小朋友告诉我们，他妈妈每天早上都站在床前对着他喊“起床啦”，还一手拿铃铛，一手拿手机放音乐，嘴里还唱着歌，一定要吵到他起床为止。

婷婷(化名)小朋友说，每次奶奶叫她起床，都会用手机放歌曲《隐形的翅膀》，因为，这是她最喜欢的歌。

而隆隆(化名)小朋友父母的方法最独特。如果隆隆早上不起床，爸爸妈妈就会来到他的床前，一人站一边，用枕头轻敲隆隆的脑瓜，跟隆隆玩闹，直到隆隆受不了“折磨”，乖乖起床。

起床时需要快乐

我们的调查结果显示：40名孩子中，有24名孩子很讨厌父母叫他们起床的方式；有13名孩子说，父母叫他们起床的方式没有效果。对付“小懒虫”，家长究竟该怎么办？我们不妨听听幼儿园教师的意见。

市直机关第一幼儿园教师高玉慧说，家长应该让孩子快乐起床。“叫孩子起床时，不妨给他一个快乐的‘预起床’时段。”高玉慧说，第一遍叫孩子起床之后，不一定非让孩子立刻起来，但是要先让孩子醒来。之后，家长可以用各种方法逗孩子开心。

高玉慧也是孩子的妈妈，在叫孩子起床的“预起床”时段，她会给孩子捏背、按摩胳膊和腿，让孩子舒舒服服地醒来。孩子完全清醒之后，再叫他起床就容易多了。

市直机关第一幼儿园保教主任孔令红说，家长的示范作用不能忽视。“如果家长常常睡懒觉，养个‘小懒虫’也就不奇怪了”。

另外，两位教师还提醒各位家长，一定要了解孩子睡懒觉的原因，不要一味责怪。到底是睡眠不足还是惰性使然，针对不同的原因，家长应采取不同的措施。



记者在幼儿园作调查，问到“谁早上总不愿起床，需要爸爸妈妈叫好几遍”时，大多数小朋友都举起了小手。

公交车上的宣传语是否该换一换

□见习记者 许晓洁

“咱洛阳的公交车越来越上档次了。”“在公交车上也能享受空调了。”说起洛阳公交车的新变化，不少市民都说：“公交服务越来越人性化，乘坐公交车出行越来越方便、舒适了。”

乘坐公交车虽然优点不少，但也有些不尽如人意的地方。近日，网友“村姑”在洛阳网《洛阳社区》发帖称，她在乘坐80路公交车的时候，看到了一种“雷人”的公交车宣传语。

这种宣传语，确实有点“雷”

网友“村姑”在题为“80路公交车上的雷人标语”的帖子中说，她在乘坐80路公交车的时候，无意间发现车厢内挂着一块宣传板，上面写着：“一、不准随地吐痰；二、不准随地便溺；三、不准随地泼污水；四、不准随地乱扔果皮、纸屑、烟头；五、不准乱停乱放非机动车辆。”

看到这样的宣传语，“村姑”心里产生了疑惑：第五条究竟是什么意思？车厢里不准放非机动车辆，难道可以放机动车？

“村姑”认为：“不准这，不准那，绷着脸说教既贬低了乘客的素质，也有损公交车自身的形象。”

网友：这种宣传语该换掉

“村姑”的帖子在洛阳网上引发网友热议。

网友“ccc47”说：“这个发现很有意思。凡事都要用心去做，公交车里应该张贴一些与公共交通有关的公益广告。”

网友“自由翱翔135”说：“这用语的确雷人，应该是生搬硬套的结果，也挺幽默的！”

网友“观察员”说：“细微之处见精神，细节决定成败。我们洛阳的一切设施都应彰显古都的文化品位。乘客乘坐公交车时，应该让其其在文化享受中精神愉快地前行。”

体验：“五不准”宣传语频现

为了核实帖子的内容，本报记者体验了几辆不同线路的公交车。6月1日上午，记者乘坐一辆29路公交车，发现公交车上有“五不准”宣传语。6月13日上午，记者乘坐一辆11路公交车，车上也悬挂有“五不准”宣传牌。6月21日下午6时许，记者再次乘坐11路公交车时，发现“五不准”的宣传牌还在那里。

随后，记者以市民身份致电市公交热线，工作人员说他们对公交车上“五不准”宣传语的事情并不了解，但会将此问题反映给市公交集团，如果确实不合理，他们会去掉这样的宣传语。

网友们认为，随着我市的发展，公交车上的宣传语也应该更加人性化，这样会起到更好的宣传效果。比如，有媒体曾经报道过，乌鲁木齐的17路公交车上贴着小朋友手绘的温馨提示：“为了你我的健康，请勿‘吸’以为常。”“让出一个座位，得到一个微笑。”……提示语写在白纸上，白纸上除了文字以外，还有一些熊猫等卡通图案。这些提示深受乌鲁木齐市民的好评。

各位网友如果对洛阳公交车上的宣传语有什么好的建议，也可以在“村姑”的帖子后积极留言。

看本地信息 只上洛阳网

- 权威身份：**中共洛阳市委宣传部主管、洛阳日报报业集团主办，党报优势，新闻权威。
- 超群实力：**十三年成功运营，alexa统计全球排名1.7万，日均IP量6万，日均PV量120余万，全市第一，全省前三。
“洛阳社区”人气火爆，注册会员超26万人。
- 核心优势：**共享洛阳日报报业集团全媒体采访中心新闻，最新鲜，最生动，最详实，离您最近。
- 荣耀见证：**河南省十佳网站、全国地方门户创新品牌奖、网盟理事单位。

广告咨询电话：65233618 地址：洛阳新区开元大道洛阳日报报业集团22楼