

踢球、抓泡泡、爬靠垫……这些游戏,既能让正在学站、学走的宝宝有一个结实的身,还能让他玩得高兴!

帮助宝宝学习走路的

小游戏

坐“小船”

家长躺地上,双腿弯曲,让宝宝趴在你的腿上,一边前后上下地晃腿,一边唱着:“摇啊摇,摇到外婆桥。”最后将宝宝拉向你,亲亲他。

好处:发展听力,强健肌肉。

身体动力:这不仅是个好玩的游戏,而且能强壮宝宝身体上部的肌肉——为了能看到你,他要抬起脑袋,挺起胸脯。

坐在球上弹一弹

让宝宝坐在球上,双手扶在宝宝的腋下,轻压他的身体,让他体验被球弹起来的感觉。宝宝会玩后,自己就知道怎么玩了。注意,球不要充气过满,否则容易被压爆。

好处:强健肌肉,平衡身体。

身体动力:双脚很好地支撑在地面上,让身体保持平衡,是宝宝控制自己身体的重要一步。在镜子前面玩,还能增加娱乐性和吸引力。

抓泡泡

看到飞在空中的肥皂泡,宝宝会觉得很好玩,喜欢用手去抓。让宝宝站在椅子或者桌子旁边,这样,他能够一只手扶着桌椅,另一只手去抓泡泡。玩完这个游戏后,别忘了给宝宝擦干净手,以免他用沾满肥皂沫的手去揉眼睛。

好处:锻炼手眼协调能力和平衡能力。

身体动力:像魔术一样的肥皂泡让宝宝充满好奇,当宝宝想去抓泡泡时,他会不自觉地松开手,甚至朝前迈步而忘了害怕。

爬靠垫

把几个靠垫像搭积木一样摆起来,鼓励宝宝去攀登,他会很高兴地迎接这一新的挑战。不管宝宝是手脚并用地爬上去,还是在你的帮助下一步步登上去,你都要向这个小勇士表示祝贺。

好处:促进身体协调和平衡能力,强健肌肉。

身体动力:宝宝用整个身体去探索这座柔软的“小山”,当他将软软的靠垫踩在脚下时,会感到非常新奇和快乐。

踢皮球

双手扶在宝宝的腋下,移动他的身体,让他的脚朝皮球踢去。玩几次后,可以抓住宝宝的手,让他自己去踢球。宝宝会很快找到踢球的方法,这个时候,松开他的小手,让他自己踢,但你要在他身边保护着,在他快摔倒的时候扶住他。

好处:强健腿部和腹部肌肉,促进手脚协调。

身体动力:从宝宝很小的时候开始,玩球就是一个能令他感到成功的游戏,玩的方法多种多样,可以用脚踢、用手拍、往墙上打……

绕障碍物

在地上放置不同的障碍物,如塑料桶、玩具,让宝宝绕过或跨过障碍。

物。要玩好这个游戏,宝宝就要掌握好平衡。先牵着宝宝的手走,等他掌握技巧后,可以让他自己走,但要在他身边保护着。等他喜欢上这个游戏后,可以将难度加大。

好处:促进手脚协调,训练腿部肌肉和平衡能力。

身体动力:由于行走方向不断变化,宝宝要学会掌握身体平衡,这对他来说,比走直线要难。父母的鼓励会增强他的自信。

(乐嘉)

幼儿苑 奥体花城 特约 新区古城路奥体花城社区 电话:65550686 13353903361

稚子语

捏鼻子的蚊子

星期天晚上,3岁的女儿在小区的花园里玩,被蚊子咬了几个大包。她跑到书房对她爸爸哭诉,她爸爸心疼地边为她抹风油精边安慰:“风油精中含有一种特别的物质,它发出的味道,蚊子闻了就会害怕,就再也不敢来咬你了。”

女儿睁大眼睛,十分好奇地问:“真的吗?爸爸,那蚊子要是捏着鼻子来咬我,怎么办?”

(刘希)



姓名:袁毓东 性别:男
生日:2011年12月15日
父母寄语:希望东东健康快乐成长!



姓名:谈世熙 性别:女
生日:2011年8月18日
父母寄语:爸爸妈妈爱你,祝你平安快乐。



姓名:马奕朗 性别:男
生日:2011年2月4日
父母寄语:爸爸妈妈爱你,希望你以后的人生幸福快乐。

育儿经

你给了孩子什么

□李爱华

表姐约我去逛服装城,我知道她带着女儿冉冉,就带着儿子一起去了。经过小吃一条街时,我担心孩子们嘴馋,就在一家水果店买了一串香蕉。儿子接过香蕉津津有味地吃着,但冉冉剥了一根,只咬了一口就不好吃,嚷着要吃水煮花生。

我觉得吃完香蕉再买不迟,正思虑间,店主已把水煮花生装好,表姐已在付钱了。儿子接过水煮花生后说:“妈妈,我也不吃香蕉了。”表姐一听,连忙接过儿子没吃完的香蕉说:“没有关系,姨妈吃。”冉冉的香蕉表姐也照样接过去。我让表姐扔了,表姐说:“那有啥,孩子们又没有传染病。”

经过一家儿童服装店,冉冉嚷着要进去看看。我正准备劝说一下冉冉,今天主要是为妈妈买服装的,但表姐已依了冉冉,走了进去。冉冉看中一条白色的连衣裙,我知道冉冉的裙子很多,就劝说表姐不要买,孩子正在长身体,不需要那么多衣服。冉冉一听我这么说,立即把嘴一撇,坚决地说:“我就想要!”表姐犹豫了一下,还是买下了这条价格不菲

的裙子。就这样,还没逛到服装城,表姐的钱包就空了,冉冉吃的、穿的和玩的都有了。

回来的路上,趁冉冉和儿子跑到前面疯闹的机会,我忍不住对表姐说出了我的感受。表姐一听,笑着说:“这有什么呀,我就这么一个孩子,不能让她跟着我吃一点苦,受一点罪。再说,挣钱不就是为了孩子嘛!为了一心一意地照顾冉冉的生活起居,我连自己喜欢的工作都辞去了……”

我的心忽然好痛。在我们身边,这样的父母何其多,他们为了不让自己的孩子受到哪怕一点点的罪,几乎事事依从。为了孩子,他们牺牲了自己的爱好、习惯甚至幸福。可是,再娇贵的花总有走出温室的那一天,试问,那个时候谁来为他们遮风挡雨?古人云:授人以鱼不如授人以渔。父母与其为孩子遮风挡雨,不如不溺爱孩子,培养孩子的独立性。

教育家马卡连柯曾说过:“一切都给孩子,牺牲一切,甚至牺牲自己的幸福,这是父母给孩子的最可怕的礼物。”

