

孩子“真矮小”还是“真晚长” 儿科专家为您指点迷津

□本报记者 刘碧华 设计 钊铭

孩子身高是一个永恒的话题。隔壁家孩子的身高蹭蹭涨，自己家孩子怎么总是看起来没变化……孩子的身高发育是不是有问题？

“孩子现在比较矮小，以后还能追上来吗？”

“孩子个子矮，要吃什么才长个？”

“什么时候吃消化好？怎么吃吸收快？”

家长四处打听偏方良药，谁都不想让自己家孩子输在个子上。

9月18日，福建卫生报联合福州市计划生育协会，举办的健康知识进万家科普沙龙活动，与专家面对面聊聊，孩子应该如何科学“长高”。

主讲人



王 滔

《福建卫生报》健康大使
福建省立医院儿科 主任医师
中华医学会儿科分会免疫学组委员、
福建省海医会儿科分会会长、
福建省医学会科普分会副主任委员。

报名方式

扫码加入微信群报名，
日常还能交流儿童健康问题。



活动时间

9月18日星期日上午10时

活动地点

肯德基(上下杭餐厅)



组织单位

主办单位:福建卫生报
福州市计划生育协会
协办单位:福州市台江区计划生育协会
支持单位:福建省立医院
承办单位:福建赋睿健康科技有限公司
肯德基(上下杭餐厅)

孩子做事拖拉？如何挖掘潜能？ 专家总结了三招应对！值得家长学习

□见习记者 韦永歌

整天看电视、不喜欢收拾玩具、做事磨蹭……

你还在为孩子的这些行为而苦恼吗？

婴幼儿早期潜能的开发尤为重要，家长应该如何配合老师，强强联合，抓住孩子潜能开发的关键期？

9月6日，福建卫生报和福州市计划生育协会共同举办的“健康知识进万家”科普活动走进福州市鼓山中心幼儿园。活动邀请了鼓山中心幼儿园园长陈春艳、福州市计划生育协会家庭健康促进专家库专家陈璟，在直播间共同探讨幼儿培养之道。

本次直播多平台在线观看与回看人次达30多万。两位专家都分享了哪些干货？

01 孩子的潜能 既靠天赋，也靠培养

幼儿潜能，主要是指幼儿发展关键时期没有得到充分发展的能力。如果能充分发挥这段时间，幼儿能够学得更好，或者发展特殊的能力。

陈璟说，每个人天生具备8种智能，分别是逻辑智能、空间智能、音乐智能、语言智能、人际交往智能、内省智能、运动智能、自然观察智能。未来孩子能成为科学家还是音乐家取决于这些智能，也与遗传有一定关系。



当然，潜能也有70%的机会后天改造，这与后期家庭教育、习惯养成分不开。

02 如何挖掘孩子的潜能？ 专家总结三大招

①在游戏和生活中激发潜能

家长和幼儿园应最大

限度地给3~6岁的孩子们创造游戏的环境，让他们在玩中激发天性，学习知识。

陈春艳表示，幼儿园会通过有目的和有计划的教育，比如设立语言区、科学实验区、运动区、手工区等，通过实践发掘孩子身上的不同潜能。家长可以在家中设立一个专门的游戏区，既可以养成孩子定时玩游戏的习惯，也有了亲子共同游戏的专属空间。

②培养潜能离不开家长的有效陪伴

“最无效的陪伴就是你在玩手机，而你的孩子依偎



着你看电视，所以孩子六岁之前，我把家里的电视藏了起来。”陈璟说，电子设备会影响孩子的专注力。家长可以和孩子玩益智游戏，比如十格阵，培养孩子的注意力和记忆力。

如果孩子喜欢乱扔东西，玩完玩具不收拾，陈春艳建议，可以通过陪他一起做游戏来改变，还能锻炼他的分类和排序能力。比如，设定游戏为“让玩具回家”之类的，增加孩子收拾的兴趣。

③好习惯也有助于开发潜能

好的习惯是最节约时间的方式，能让孩子把精力集中到感兴趣的事情，专心地发展潜能。现场，家长向两位老师提出一个常见的疑惑：孩子做事拖拉、磨磨蹭蹭，该怎么培养

他的时间观念？

陈春艳说：我会和孩子玩游戏，比如确定几点出去玩，谁更快准备好就会有奖励，激励孩子加快速度。

陈璟掏出了一个小铃铛说：要让孩子的生活充满仪式感，也可以跟他约定，多少时间内收完玩具或者吃完饭就可以按一下铃，这样孩子就会不知不觉地为那一声叮当响而加快做事速度。

另外，陈璟还建议家长，可以借助各种各样类型的绘本，引导孩子学习，这可比妈妈们口干舌燥地教孩子，效果好得多。培养孩子喜欢阅读的习惯，也可以起到事半功倍的效果。

两位老师的方法既简单使用又新颖有趣，让现场的家长们纷纷表示受益匪浅。

组织单位

主办单位：
福州市计划生育协会
《福建卫生报》社

协办单位：
福州市晋安区计划生育协会
福州市鼓山中心幼儿园

承办单位：
福建赋睿健康科技有限公司

支持单位：
福建省儿童潜能教育开发协会
福建长富乳品有限公司