# 孩子"真矮儿"还是"真晚

### □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

"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"。







# 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?

# 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 思维智能、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 庭教养、习惯养成分不开。

# 如何挖掘孩子的潜能? 专家总结三大招

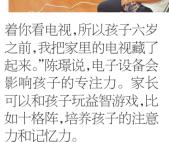
●在游戏和生活中激 发潜能

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



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。

### ❸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 沓、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。

陈璟掏出了一个小按 铃说: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。

"最无效的陪伴就是你 在玩手机,而你的孩子依偎

福州市计划生育协会 《福建卫生报》社

主办单位:

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

福建省儿童潜能教育开发协会 福建长富乳品有限公司