

# 四天三晚，全封闭式—— 看“断奶”的孩子如何自理自娱自乐

文、图：今日女报 / 凤网记者 陈炜 见习记者 周纯梓



“你往那边转……”“我们换一下，我来转，你来接……”9月28日，长沙市芙蓉区素质教育基地一栋教学楼，来自长沙市燕山小学五丙班的42名学生在老师李爱萍的带领下进行磨豆浆手工实践活动。

一间教室里整齐摆放着9台石磨机，每台磨具前都站有学生，两人一组，气氛活跃。

在之后几天的活动里，能让孩子们“嗨”翻天的可不只是磨豆子。

这不，芙蓉区素质教育基地副主任文哲就向今日女报/凤网记者抖了底：“除了磨豆子，他们还会在老师和教官的带领下进行军训、内务整理以及搭积木、创意草编等一系列手工实践和心理体验式活动，其间，还会向他们开展国防、人防教育活动。”

据文哲介绍，基地每年都会对芙蓉区内的中小學生实行免费参与素质教育实践活动的培训，以小学五年级和初中二年级的学生作为活动对象，采用半军事化全封闭式管理模式。

据介绍，一般小学为四天三晚，中学为两天一晚。另外，基地每周都会接待不同小学的五年级学生，一学期有16个工作周期。

记者在走访中发现，该基地不仅每层楼都配置有体验式活动室，另还配有多媒体教室和活动教室，就连学生宿舍楼每间房间也都配有空调。甚至，建有两层的食堂可同时容纳400人吃饭。

在这里吃住四天三夜，还能参加各种有趣好玩的活动，费用是不是很贵？对此，文哲笑称，绝大部分费用都由芙蓉区政府埋单，

“我们除了收取物价局核定的100元伙食费外，理论上不再收取任何费用”。

对于这个政府给的福利，李爱萍深有感触：“这可能是所有孩子梦寐以求的一件事情。因为，对他们来讲，这是他们首次离开父母一起过集体生活，不论精神上还是物质上，他们终于有机会尝试学习自立。”

“有意思的是，对家长来说，这也是一个‘断奶’的过程。”李爱萍说，由于家长不能进入基地看望小孩，所以很多家长只能通过她在手机上不断直播的画面进行关注。

让家长们惊奇的是，短短一天过去，孩子竟一夜间“长大”了。比如，婷婷爸爸就说：“女儿在家从来没有铺过床，但在视频上我看她的被子整理得很好。”

李爱萍觉得，这些活动的开展将有利于培养孩子的独立自主能力，而且对父母的情感上也有更深的体会。



- 1.长沙燕山小学五年级学生在实践手工磨豆浆。
- 2.接力接水游戏培养的是孩子们的团队协作能力。
- 3.芙蓉区素质教育基地坐落于长沙市马坡岭段省农科院附近。
- 4.孩子们学习在高楼遇火灾如何逃生。
- 5.孩子们对人防天地里的国防科技模型很感兴趣。

亲子宝典 >>

## 婴儿睡眠不好怎么办

文 / 余喜新 (湖南省儿童医院门诊组)

婴儿睡眠不好怎么办呢？其实年轻的妈妈们不妨给宝宝营造一个安静、舒适的环境，宝宝睡觉的房间最好温度适中，空气流通。在冬季可以多开窗换空气，睡觉时再关上窗户。其他季节并不会很冷，就可以开窗睡觉了。流通的新鲜空气可以帮助宝宝进入熟睡状态。

宝宝虽然还小，可是也要形成定时睡眠的习惯。而且还要让宝宝慢慢适应独立睡眠。妈妈应想办法提高宝宝的睡眠质量。天气好的话，应多带宝宝到户外活动，可以改善宝宝的睡眠质量。在睡前1小时，尽量让宝宝保持平静，不要过于紧张或兴奋。婴儿都有自己的睡眠周期，如果宝宝在半夜醒来，可以让他自然再睡回去。另外，在睡前的妈妈可以给宝宝洗澡并进行抚触，还可以给宝宝听一些柔和的催眠曲，能让宝宝尽快入睡。

适当的补充营养。平时在给宝宝买奶粉的时候，可以买一些乳清蛋白的奶粉，这类奶粉因为含有色氨酸，有助于宝宝的神经系统发育；或者也可以买一些带有结构脂OPO的奶粉，可以帮宝宝更好地吸收钙质；而且，还要定期给宝宝补充鱼肝油等。

## 宝宝耳部检查很重要

文 / 彭颖慧 (湖南省儿童医院特检科)

宝宝出生以后，一般情况下父母难以在1岁内发现其听力问题，多数孩子到了2岁至3岁不会说话时，才引起家长注意。如果出生后不及时进行听力筛查就不能早期发现，以后可能会给孩子造成不同程度的语言发育和认知发育障碍，并且会错过最佳的干预时期。这之后再行干预，其语言和认知发育水平仍会落后于同龄儿童。

每年给孩子健康体检也要重视耳部检查，预防儿童的耳部疾病。感染(如脑膜炎、腮腺炎)，外伤，使用耳毒性药物等也可出现听力损失。2到6岁的儿童易患上分泌性中耳炎，此病会使孩子听力下降，感觉就像被塞了一团棉花；有的遗传性听力损失也可发生在婴幼儿期。年轻人在准备要宝宝时就要做好婚育前的遗传咨询，怀孕时保持良好的个人生活习惯，避免胎儿接触不良因素，这些都是预防听力损失的重要环节。另外，家长们应时刻关注儿童的耳部健康，尽量使其处于安静的环境中，及时纠正儿童的不良习惯。

资讯 >>

## “万人牵手护湘江” 净滩百平米行动正式启动

今日女报/凤网讯(记者 章清清)9月25日上午，由湖南本土环保组织绿色潇湘发起的“万人牵手护湘江”净滩百平米行动在长沙湖南新闻大酒店正式启动。来自湘江流域8个市州的志愿者团队代表以及各地环保组织、高校社团等300多名志愿者参加了此次启动仪式。

在未来的一年里，绿色潇湘将联合湘江流域8个市州沿岸的志愿者队伍，发动各地区企业、政府、公众共同参与湘江净滩活动。同时，科学监测收集沿岸垃圾数据并统一公布，希望以此来推动本地公众关注河流垃圾问题并学会从源头减少垃圾产生，为政府的河流垃圾治理政策提供支持，共同探索破解垃圾困境的办法。

启动仪式结束后，绿色潇湘还为湘江流域8个市州协调组织负责人提供净滩百平米专业培训，讲解净滩知识、介绍并发放净滩百平米工具包。从今年10月开始，协调组织将陆续在当地发起招募和组织净滩百平米行动，各地大中小学师生、社区居民、企业员工、政府公务员等均可报名参加。