

升学季，长沙小学生自制简历“厚如书”

文：今日女报/凤凰网记者 章清清

“厉害了，长沙小学生自制简历有五六页……”近日，有网友爆料小学生用于小升初、特长生招生的“豪华简历”让人大开眼界，比大学生的还要煞有其事。

实际上“五六页”的简历还只是“简装版”，据记者调查，作为孩子升学的第一块敲门砖，家长为让自己的孩子在竞争中脱颖而出都铆足了劲比拼。长铜版纸、全彩印刷、装订成册，厚达数十页甚至一两百页，制作成本数十元乃至数百元……

不过，学校老师表示，他们更看重学生的综合素质，而不是包装豪华的简历。

家长 不能让孩子在简历上被人比下去

长沙黄先生的女儿在燕山小学读六年级，马上要小升初。当下正是升学季，黄先生最近也一直在为女儿择校升学的事忙碌。孩子的简历就是做设计工作的黄先生花尽心思自己亲自设计完成的。

“一共12页，彩色印刷，包括过塑封膜，不算设计费，光材料费差不多是25块钱一本吧。”黄先生说，现在考民办初中，都要给学校交一份简历。作为第一块敲门砖和给人留下第一印象的材料，黄先生觉得还是要认真对待。

今日女报/凤凰网记者看到黄先生女儿的这份简历，分为自我推荐信、家庭情况介绍、学习成绩表现、获奖证书等部分，其中光获奖证书就占了6页。包括从小到大的奥数、作文、拉丁舞、外语等等科目的比赛奖状等。

黄先生说，其实他女儿的简历已经算简装版了，他见到过包装更精美更厚的简历。大家都这么做，不管有用没用、有多大的用，你做简单了就意味着被人比下去了，结果孩子简历都越做越高级了。

“在同学眼里，我是个好朋友；在老师看来，我是个好学生，优秀的班干部；在家长眼里，我是个懂事的乖孩子。”这是长沙马王堆彭女士儿子的自我推荐信。

在这本简历中，彭女士将儿子从小学一年级到六年级的点滴成绩都收纳其中，全铜版纸双面印刷，精美设计装订成册，大概有二十多页，简直像一本书一样。她说，这是对孩子的一种重新认识。

翻一翻，内容很丰富，每页都有花色底纹，前面的数页上还有孩子的艺术照水印。

在这本简历中，除了自荐信、个人履历、综合素质报告、校内外荣誉证书、作品展示及户籍证明等，还有会画画，练过毛笔字，学过小提琴、舞蹈等爱好特长的展示，以及各种出游赛事、个人写真。

彭女士说，这本简历是由广告公司设计制作的，一本价格是200多元钱，她一共做了5本。

黄先生和彭女士都表示，简历是择校的名片，是对孩子的包装，做得精美些，容易让招生老师产生好印象，也能有更多的机会进入好学校。他们给好几所学校投递了简历，毕竟好的民办初中招生名额有限。



图文店 一站式制作，网上月销量上万

家长的需求自然被商家发现了。

5月6日，今日女报/凤凰网记者在淘宝搜索小学生简历，出现了多达20余页的搜索页面。

各商家还提供“文案老师代笔+设计师设计”，简历模板也已经设定好各种类型，包括“理科天才型”、“甜美淑女型”、“艺术创作型”等等。

页面15页到20页之间，价格200—400元不等，私人定制的设计价格更高，一本在500元以上。虽然价格不菲，但记者看到销量都不错，其中最高的一家月销量30000多件，累计评价达到了2000多条。

网上销售不错，线下图文店的情况又如何？走访中，一些图文店老板告诉记者，四五月份的小学生简历制作印刷是“业务大头”，平均每天都有几十份制作量，最简单的都要覆膜彩印。有些孩子的简历，还表明了家长受教育的程度，以及职务，如公司老总、高级工程师等。看来，孩子升学读书，比拼的不光是孩子的成绩和素质，还有家长的实力。



扫一扫分享你的观点。

学校 更看重学生核心素养

家长们悄悄在孩子简历制作上下功夫比拼，那是否制作越精美的简历越能让孩子脱颖而出呢？

长沙一民办学校负责人坦言，每年小升初报名，都会收到大量求学简历，有些比大学生的求职简历还厚。十一二岁的年纪，简历越厚，证书越多，表明孩子们承受的压力越大。

但学校拿到材料后，直接看学生成绩如何，到底得过哪些奖，分量重不重，每个学校都有“硬指标”，达不到条件的，简历再精美都没用。

长沙市稻田中学副校长史雄表示，一个人的实力与素养并不完全是靠材料的堆砌来证明的，更不是精美的包装就可以证明的。“作为学校教育工作者，我们更重视的是孩子的核心素养，包括孩子健康的体魄、社会责任的担当、实践创新的能力、学习态度与能力、思想品质等。我也希望，我们的家长能走出过分包装的认识误区，引导孩子正确地认识自己，中肯地评价自己，勤奋、认真、踏实才是一个人最重要的实力。”

■亲子宝典

宝宝吃盐才有力气？别信

文 / 肖礼群（湖南省儿童医院门诊部）

有一种说法流传很广——“宝宝吃盐才有力气。”其实这说法大错特错。《中国居民膳食营养素参考摄入量（2016版）》指出：7~24月龄婴幼儿钠的摄入应不超过350~700mg/d，相当于0.9~1.8g盐。1g盐=400mg钠。因此，宝宝1岁以前钠的摄取，完全可以从母乳、配方奶以及自然食物中获取。所以，不是说宝宝不能吃盐，而是对宝宝来说，吃奶、吃辅食的时候，摄入的盐分已足够。钠离子是维持体内环境稳定的重要物质，宝宝的身体也需要。

相反，过多吃盐危害大：易挑食、偏食；影响吃奶；影响锌、钙的吸收；容易患上高血压以及心血管疾病。所以，不要让宝宝太早吃盐！宝宝在3岁以前，能不加盐就不加盐，鸡精、味精这类调味品也不要放。

夏日炎炎，孩子要用“5S防晒法”

文 / 张劲松（湖南省儿童医院感染科）

有研究证明，3岁前若晒伤一次，成年后皮肤癌的发生风险就会翻倍。那么怎样给宝宝做防晒？我们推荐“5S”防晒法：Seek遮阳处+Slap遮阳帽+Slide太阳镜+Slip长袖衣裤+Slop防晒霜。

1. Seek遮阳处。带宝宝出行最好选择上午9点前和下午4点后，能遮阳的地方；2.Slap遮阳帽。最好选择帽檐超过7cm的宽边遮阳帽，能同时保护耳、颈、面部和头皮；3.Slide太阳镜。儿童的眼睛的通透性比成人更好，紫外线更容易到达视网膜。建议给孩子选择能阻挡97%~100%的长波紫外线和短波紫外线的、绑带式太阳镜；4.Slip长袖长裤。给宝宝穿宽松透气、颜色较深的长衣长裤；5.Slop防晒霜。建议6个月以上的宝宝涂防晒霜，6个月以下的宝宝应避免阳光直射。

只给宝宝喝汤不吃肉？错了

文 / 李杰（湖南省儿童医院急诊综合科）

有些人觉得肉汤味道鲜美，那是因为肉在长时间的熬煮过程中，大量的鲜味物质会溶解到汤中，因此肉汤会变得好喝，于是只给孩子喝汤却不给他吃肉。其实，蛋白质、维生素和钙等营养成分只有一小部分溶解在汤里。肉的营养远高于汤，可以说90%的营养都在肉中。

如果家中炖了肉汤，建议先给宝宝吃肉，把肉切碎，煮熟的胡萝卜、青菜等也一起切碎，拌到软米饭中，这样宝宝吃下的每一口饭，都包含肉、菜、主食，宝宝吃完会有满足感，不易饿。吃过饭之后，再给宝宝喝几口汤，汤的总量不要太多，最好不要超过50毫升。给宝宝喝的汤汁不宜太油腻，用鸡、鸭、排骨等肉类煲汤时，还别忘了给汤水去油。

孩子口臭，妈妈咋办

文 / 宋开花（湖南省儿童医院呼吸一科）

让孩子口臭的原因有多种。最常见则是和宝宝喂养不当有关，宝宝吃奶时易让乳汁残留口腔，滞留时间过长，就易造成口腔异味；还有一种原因就是口腔疾病，如口腔溃疡、牙龈炎等；再就是病原菌感染引起的呼吸道疾病，如支气管炎、肺炎、鼻炎等，也易引起宝宝口臭。

当宝宝口臭时要怎样调理？宝宝吃奶或吃饭后要及时清洁口腔。孩子要养成良好的刷牙漱口习惯，要注意多饮水多吃含维生素的食物，少吃多餐，保持大便通畅，平时要注意预防呼吸道感染性疾病、肠道疾病、口腔等疾病的治疗，这些都有利于预防和改善宝宝口臭症状。由于口臭常常是由慢性疾病引起的，所以在治疗期间，要及时查找病因，对症治疗。