

开学第一课，长沙这些学校出新入心

亲子宝典

婴儿头围偏小怎么补救

文/谭钰瑾(湖南省儿童医院神经外科)

如果孩子头围偏小，属于家族遗传性质，孩子的父母也是头围偏小，而且孩子精神状态比较好，吃奶也好，玩耍正常，生长发育情况良好，不需特殊处理。针对婴儿头围偏小的情况，可以从以下几个方面进行补救：第一是补钙治疗，因为有些孩子头围偏小常常是由于缺钙引起的，如果化验血常规显示维生素D和血钙水平明显下降，可以给孩子补充维生素D和补钙治疗，对头围偏小有明显的缓解作用。第二是手术治疗，有些孩子头围之所以偏小是由于小头畸形，闭合比较早，要及时地进行手术治疗，否则影响颅内压。第三是增加营养治疗，有些孩子之所以出现头围偏小，是由于营养不良引起的或者属于早产儿，要及时对孩子进行调理脾胃的治疗，并且增加营养，比如多吃鱼、虾、蛋、奶等优质蛋白质。孩子成长所需营养得到满足了以后，头围就会慢慢追赶正常儿童水平。

小儿急性中耳炎该怎么治疗

文/王依琳(湖南省儿童医院耳鼻咽喉头颈外科)

急性中耳炎是小儿时期常见病、多发病，如不及时治疗，可出现鼓膜穿孔与流脓，影响听力，严重干扰患儿的学习与生活，甚至出现脑膜炎并发症，危及患儿生命。所以，当小朋友罹患急性中耳炎时，我们应给予足够的重视，及时诊治。针对中耳炎常见致病细菌，治疗多选用青霉素类与头孢一、二代抗生素，同时应注意耳局部用药。鼓膜没穿，急性中耳炎的治疗也一定要足疗程，通常需要7到10天。对于治疗期间症状反复的患儿，应注意避免诱因，必要时可取患儿耳道脓液做细菌培养与药物敏感试验，以便选择敏感药物进行治疗。常言说得好，防病胜于治病。广大的家长应多关注孩子急性中耳炎发作的成因，从此入手，预防感染是关键。

孩子总摇头怎么回事

文/向苑华(湖南省儿童医院耳鼻咽喉头颈外科)

几个月的婴儿总摇头，常见原因有以下几点：1.孩子不舒服，室温过高，或穿得多、盖得多，建议室温在20℃左右，穿纯棉衣服。2.可能有湿疹，特别是头面部湿疹会有痒感、不舒服，就用摇头来表示。3.也是最常见的原因，宝宝可能缺钙。由于宝宝长得快，维生素D相对不足，或没有每天按时补充维生素D，导致钙吸收减少。小儿缺钙的临床症状主要有夜惊、多汗、睡眠不安，宝宝多汗也会刺激宝宝摇头，时间一长，后脑勺头发被磨光，出现枕秃。所以当宝宝总摇头时要分析查找原因，如考虑缺钙可能性大就去查微量元素，同时缺钙时维生素D的剂量也要加大，明显要高于平时的预防量，所以不要在家随便给孩子补钙。



博才云时代小学师生行君子礼问好。



博才云时代小学舞狮迎新。

上好“家庭教育”这门开学第一课

开学第一课后，孩子们就要正式进入学习状态了。从休闲放松的假期模式切换到相对紧张严谨的开学模式，不少孩子可能出现不适应的情况，如何帮助孩子们尽快适应节奏，投入新学期呢？

“家长要多与老师通过电话、信息、视频、美篇、信件等方式多渠道沟通，及时了解新学期学校的发展目标、规章制度、重要举措、孩子的成长动态等，协助老师一起帮助孩子快速进入学习状态。”湖南师大附中星城实验青石学校校长张凌建议，教育孩子的过程是家、校、社相互深度配合的过程，前期网课孩子对知识掌握的程度是有较大差异的，家长要有一个平和的心态和发展的远见，不要过于焦虑暴躁，要多鼓励孩子，相信孩子、陪伴孩子，帮助学生迅速跟上学习进度。

“作为家长，要给予孩子正向、积极的引导，打造学习型家庭，养成有规律的作息习惯，做到起居有序、自理自立。”张凌表示，家长的以身作则很重要，保持家庭亲人间和谐愉快的氛围，尽量不要在家里大声喧哗或在公共场所争吵。此外，当孩子出现情绪低落、紧张、焦虑等情绪时，家长要保持平和，平视孩子，站在平等的角度上去读懂孩子的内心，接纳孩子的情绪，给他们一个温暖的怀抱，成为孩子最坚强的后盾。

践活动“做具有生命气象的少年君子”主题，将开学后的校园装扮得国风味浓郁，以此来迎接1160名“少年君子”返校，引得家长们纷纷点赞学校用心，表示“太羡慕了，好想再上一次小学”。



天心区实验小学的“少年警校”学员亮相第一课。

人民解放军第四军政干校子弟学校，是全国第一所少年政治军校。校长杨娜介绍，学校以少年军校为载体，积极推进小军人气质训练之“预备营”“成长营”和“荣耀营”，将爱国主义教育、国防教育、养成教育融入其中，形成军校基因下的特色品牌。



开福区清水塘绿地小学的孩子收到祝福种子。

新的一年，希望同学们用健康的身体开创美好的未来，像动若脱兔般飞速奔跑；第二只兔是前“兔”无量——自信兔，不管遇到了什么困难与挫折都要用自信的笑容迎接美好的明天；第三只兔是大展宏“兔”——奋斗兔，希望每位同学都给自己定下目标，用愚公移山的志气、滴水穿石的毅力，认认真真学习本领，大展宏“兔”。

今日女报/凤网首席记者 章清清

又到一年开学季，为迎接孩子们归来，长沙市各中小学校发挥自身特色，开展形式多样、内容丰富、创意满满的“开学第一课”。回归无疫年，网课成为过去，开学后孩子会面临怎样的情绪问题？家长又该如何关注孩子的内心，配合学校让孩子以最饱满的状态投入新学期？

花样迎新仪式感满满

新学期开学，为了让学生们以崭新的面貌、饱满的热情开启新一轮的学习生活，各学校铆足了劲精心策划，呈现了一份精彩纷呈的“开学第一课大拼盘”，看！

民俗第一课

“年二十三全家大扫除，屋里屋外上上下下、桌子椅子洗刷刷；年二十八贴春联、贴年画，家里装扮一新，喜气不请自来！你们猜这是哪里的过年习俗？”2月6日，湖南湘江新区博才成嘉小学的开学第一课上，全校师生“品”湖湘春节美食、“赏”湖湘春节文化、“玩”湖湘春节活动，新学期的第一堂课“湘”当有味。

师生行君子礼问好、击“开学大吉”鼓、高年级学生舞起吉祥狮……长沙博才云时代小学老师们围绕学校的寒假实

爱国第一课

“什么也不说，祖国知道我”“祖国就在我身后……”为激发孩子们的爱国热情，在长沙天心区实验小学的开学第一课上，学校特别邀请了长沙出入境边防检查站民警，为该校500余名师生讲述移民管理警察卫国戍边故事，让红色基因、国防意识根植于学生心中。

览军事知识长廊、猜军事灯谜、手作汤圆、知识大闯关……雨花区育新小学的新学期开学特别有范，百余条灯谜种类繁多，内容涵盖了中国共产党党史、军事知识、生活常识、科普知识、传统文化等。据介绍，育新小学前身为中国

立志第一课

每个孩子都是一颗种子，如何才能让他们成为参天大树？长沙市开福区清水塘绿地小学校长范宏琳在开学第一课上给孩子们送去了三颗寄托了不同寓意的“种子”：第一颗“魔豆”种子，刻上了满满心愿和祝福；第二颗书香的种子，一捆捆系着红丝带的新书分发到每一个班级，希望孩子们养成读书的好习惯；第三颗梦想的种子，希望孩子们把真善美的种子种在心田，长大成为德智体美劳全面发展的栋梁之材。三颗种子代表着校长妈妈殷殷期望。

今年是兔年，长沙天心区湘府英才益清小学校长孟新给孩子们送去三只“兔”。第一只兔是动若脱“兔”——健康兔，