

萌娃初长成，不愿进学堂 别怕，记住下面这几招

专家：多培养孩子自理能力，家长应主动“转型”



□ 季云网 詹维伟 记者 邵华 马冰璐

进入八月下旬，幼儿园、小学将陆续开学，又一批小萌娃将站在人生的起跑线上，踏出迈向社会的第一步。在这样关键的历史时刻，家长们应该怎么做，才能让孩子们顺利度过过渡期，在幼儿园和小学里快乐成长？市场星报、安徽财经网记者采访了省城两所学校的专家老师，听听他们如何为家长支招。

问题：孩子哭闹不愿上学

每到新学期，在幼儿园的门口，总能看到不少孩子哭闹着拉着爸妈的手不撒开，“妈妈，我不要上学，我要回家！”

好不容易把孩子送进班级，可是一转身，孩子又挣脱老师的手追了上来。

家长们很苦恼：孩子为什么对上幼儿园有那么大的抵触情绪呢？家长们又该怎样与孩子一起做入园准备呢？

合肥市西园新村幼儿园毛鸣明老师介绍说，这就是孩子们入园前后所表现出的儿童分离焦虑症，出现这种状况主要是环境改变所引起的。“离开

了熟悉的家庭来到幼儿园，陌生的环境容易让孩子产生不安全感，从而更加依赖家长。”

毛老师建议，家长把孩子送到学校后，要立刻就走，不要逗留，防止孩子产生更强烈的依恋心理，“家长要相信幼儿园能很好地照顾宝贝，相信孩子能很快适应幼儿园的生活。”

家长千万不能用欺骗的方式把孩子送到幼儿园，如有的家长以“出门给宝宝买吃的”或者“妈妈就在大门口看着你”等当掩护。毛老师表示，这样的做法不仅会影响孩子对家长的信任，而且有的孩子真的会偷偷跑到大门口找家长，产生安全问题。

支招：培养孩子自理能力

为减轻孩子的焦虑心理，帮助孩子更好更快地适应幼儿园生活，毛老师建议家长应该从以下几个方面充分做好准备。

首先，提前熟悉环境。在入园前，家长可以经常带着孩子到幼儿园看一看，熟悉幼儿园的环境，熟悉老师和小朋友。此外，家长还应该经常给孩子讲一些幼儿园好玩的事情，增强孩子的兴趣。家长不能恐吓孩子说：“你不听话，就把你交给老师。”这样，孩子会对幼儿园产生恐惧心理。家长要明确告诉孩子接送时间，毛老师建议，开始前几周，家长可以适当提早接孩子回家，减少孩子的等待期。

其次，提高孩子的自理能力。毛老师表示，小

朋友入园前，基本都是好几个人在照顾，来到幼儿园，随着环境改变，家长应教会小朋友基本的生活自理技能，比如刷牙、洗脸、用勺子吃饭，渴了知道喝水，会自己穿鞋子和简单衣物等等。“让孩子养成自己的事自己做的好习惯，提高孩子的动手能力。”

此外，要加强补充营养，养成良好的作息习惯。刚开始入园的阶段，随着环境的改变，孩子们可能因为不适应，导致胃口不好，吃得很少。家长要趁晚间给孩子加强营养，提高抵抗力。“孩子入园前基本是饿了就吃饭，困了就睡觉，非常随性。而入园后有固定的作息时间表，家长要帮助孩子调整作息习惯。”毛老师建议。

转型：幼升小阶段需注意

合肥市西园小学齐欣老师表示，幼儿园与小学有明显不同，在幼升小阶段，家长们应主动“转型”，帮助孩子度过这个过渡期。

在幼儿园，孩子们是在游戏中对周围的事物进行简单认知，但在小学，孩子们需要上文化课，有了明确的学习任务和目标，这就产生了一定的压力，若没做好思想准备，可能会让孩子产生抵触情绪。

在作息习惯上，幼儿园每节课30分钟，而在小学，每节课40分钟，而且休息时间长短也是不一样的。有些孩子可能不适应，注意力不集中。

此外，与幼儿园相比，一个班50个孩子，并且没

有专门的生活老师，这对于孩子们的人际交往能力也是一种考验。

对此，专家建议，家长应该做好与孩子的沟通工作，让孩子明白小学与幼儿园之间的差异，明确告诉孩子上学期间应该做到的事情，比如课前准备、保管好自己的随身物品、不要和同学打闹、遵守纪律、讲文明等等。此外，有条件的家长还可以提前带孩子到学校熟悉环境，比如告诉孩子厕所、操场、垃圾桶的位置，让孩子记住自己的班级、座位位置、老师办公室在哪里等，通过这种方式来拉近孩子与学校的距离。

门诊搬到“朋友圈” 安庆一医生免费微信“坐诊”

星报讯(实习生 吴悦 星级记者 刘海泉) 上午体检后，要到下午才能拿到报告单，但下午医生又不同了，患者担心这样会影响到准确诊断。如果医生告诉你，只要将检查结果拍照发到微信上就可以了，这样的好事你见过吗？在安庆市立医院，就有这样一位医生，他将专家门诊室搬到了朋友圈，得到患者一致好评。

方静，安庆市立医院甲状腺乳腺外科的一名医生，现任安徽省医学会乳腺病学分会青年委员，从医十几年，擅长各类乳腺、甲状腺疾病的微创及整形治疗。今年年初，方静就开始通过微信为病人诊疗，每次在诊室替病人看完病，他都会送他们一张上面印有自己微信号及术业介绍的白纸，嘱咐问题不大的、有复诊需要的病人只需将后续病情发到他的微信上即可，不需要再跑一趟医院。

谈及采用微信诊疗的初衷，方静说：“现在很多病人‘看病难’，比如有些病人治疗的流程比较复杂，尤其是在大医院，看病的时候是这个医生，复诊的时候又是另一个医生，这样医生对病人的病情就没有一个连续的了解，相对来说对病情的诊断就不那么透彻。另外一点就是很多县镇的病人来市里医院看病，来回跑很麻烦，有时还赶不上专家坐诊。”

作为外科医生，方静不仅要坐诊，还要给病人做手术，经常早上去医院，到晚上才能回家。自从开通微信诊疗的这半年多来，方静的大部分空闲时间都用在和病人微信沟通上，自己休息和陪伴家人的时间变得更加少了，但方静说：“虽然累了点，却也拉近了和患者之间的距离，增强了患者对我的信任，我觉得很满足。”

安徽公布20批次不合格产品

星报讯(石跃新 记者 王伟伟) 日前，安徽省食品药品监督管理局公布2015年第11期食品安全监督抽检信息，其中有20批次不合格。目前，该局已要求企业所在地市食药监管部门，依法查处本次抽检不合格产品的生产经营企业，同时提示消费者，购买到或发现被通报的不合格产品，请拨打“12331”投诉举报。不合格产品(企业)名单如下：

- 淮南：玉柱楼豆腐馆、鑫马商贸有限责任公司豆腐样品
- 繁昌：起新豆制品有限公司生产的新港茶干(50g/袋、2015/4/7)、清真食品厂生产的清真麻饼(350g/袋、2015/4/5)
- 合肥：发发工贸有限公司生产的冰糕(苹果味、2015/4/12)
- 太和：普菜厂生产的香椿芽(250g/盒、2015-5-1)
- 马鞍山：采石太白楼食品厂太白楼鸡丝茶干(30g/袋、2015/4/12)
- 巢湖：海峰饮品厂
- 芜湖：太平洋纯净水厂饮用水、皖溪山泉饮料食品厂饮用水、哈福乐饮品厂饮用水、安徽宽仙泉矿泉水有限公司饮用水
- 亳州：金龙泉饮品厂、吉尔纯净水厂、久江饮品有限公司、风华纯净水厂、绿森纯净水有限公司、盛翔纯净水有限责任公司、冰海纯净水厂
- 金寨：金绿源饮品有限公司饮用水

政协委员捐款50多万 百余贫困学子圆大学梦

星报讯(张明 记者 祝亮) 市场星报、安徽财经网记者昨日从合肥市政协获悉，由合肥市政协办公厅、市总工会、团市委联合主办的爱心助学活动，得到该市50位政协委员的积极响应，目前已募集捐款超过50万元，可帮助百余合肥贫困学子顺利进入大学校园。

“值此高考尘埃落定之际，故土的天之骄子们，面对录取通知书亦喜亦悲。在他们当中，有许多或因遭遇灾难，命运坎坷；或因疾病所致，生活艰辛……他们虽家庭贫困，但经过多年寒窗苦读后得到了梦寐以求的接受高等教育、改变自身命运的机会，但是高额的学费和拮据的生活却使他们不得不放弃近在咫尺、触手可及的梦想……”委员联络处首先在市政协参政议政交互平台向全体委员发布爱心助学倡议书，得到积极响应，委员纷纷来电咨询相关情况。吴国成等8位委员率先发起成立政协委员爱心公社微信群，希望以此为平台，将政协委员爱心捐助活动的内容、范围进一步发扬光大。

截至目前，有50位政协委员参与到这项活动中来，共计捐款519000元。委员联络处将市总工会、团市委提供的贫困学生名单提交给有捐助意向的委员，请他们根据自己的意愿和想法对贫困学生进行定向或不定向的捐助。

据统计，这些捐款能帮助102个贫困孩子顺利进入梦寐以求的大学校园，其中有15个孩子幸运地得到了连续4年的跟踪助学，帮助孩子及其家庭解除了大学生涯的后顾之忧。