

冬天,让孩子走向户外

文/晚报记者 宋云层

图/晚报首席记者 傅青

昨日上午,记者来到新城办事处前陈小学,看到校园里几个女孩子正在围在一起踢毽子,附近还有几个孩子在扔沙包,天虽然冷,孩子玩得不亦乐乎,看着孩子全身心投入,全然没有冬天的感觉。冬天,由于气温较低,采访中记者了解到大多数家长怕冻着孩子而宁愿让孩子待在家里,其实,冬天让孩子坚持体育锻炼,不仅能增强孩子的身体素质,还能磨炼他们的坚强意志。因此,建议父母应鼓励和支持孩子走出温暖的室内,到户外去。让孩子参加一些运动游戏,如老鹰抓小鸡、丢沙包、玩球、踢球等,不仅能在无形中达到强身健体的效果,并且家长容易参与进来,对增进感情大有裨益。下面,记者集中了几种适合冬天的活动项目,供家长和孩子参考。

丢沙包

丢沙包所用的道具非常简单,只需要一片空地和一个沙包就足够了,这个游戏需要3个人以上参与,这样父母就可以和孩子一起玩。丢沙包讲究的是手、眼、脚的综合素质。中间的人若被沙包打着算“下台”,直到同伴能用手抓住“打手”扔过来的沙包才能重新“上台”。

在玩这个游戏的过程中,除了锻炼身体外,还能增强孩子的团队意识,让孩子在游戏的过程中学会与人相处,认识团结就是力量。

(下转第10版)



图为市第三高级中学开展“迎新年、阳光体育”活动。在寒冷的季节里,该校学生人手一绳、一毽,成为校园内一道亮丽的风景线。

我的压岁钱我做主

“城市信用社杯”

京九晚报小记者压岁钱理财大赛开始报名啦

快过年啦,相信每个小记者在过年时都会收到不少压岁钱,如何把压岁钱花得有意义?如何在花钱中体现自己的理财能力?相信每个小记者都有自己的金点子。由京九晚报与商丘市城市信用社联合举办的“城市信用社杯”京九晚报小记者压岁钱理财大赛为小记者们提供了一个展示自己“财商”的机会,让小记者们有机会比一比谁的压岁钱计划最有创意、最新颖,谁的压岁钱花得巧、花得有意义!

比赛内容:

京九晚报小记者请于1月15日上午10:00带户口本原件及复印件到商丘日报社二楼会议室填写报名表一张,办乱健康卡一张(已有商丘市城市信用社学生卡的小记者请到会场填写报名表即可参加活动),领取压岁钱日志一份。在将压岁钱存入储蓄卡后,每天将压岁钱使用情况记录下来,2月15日,参赛小记者将自己的压岁钱使用日志交到京九晚报小记者培训中心,将自己的压岁钱使用情况与自己报名时填写的压岁钱使用计划进行对照,由理财师进行分析,哪些是应该花的,哪些是不应该花的,小记者根据理财师的建议写出自己的理财心得。评委会将选择部分有特长的小记者的压岁钱使用情况在京九晚报予以刊登,并由商丘市城市信用社的专业人士对其进行点评。

奖项设置:

大赛评委会最后将对压岁钱使用情况进行集中评选,最终决定获奖者。理财大赛将最终决出:一等奖1名,授予“理财小高手”称号;二等奖2名,授予“理财小能手”称号;三等奖3名,授予“理财小快手”称号,优秀奖20名,授予“理财小当家”称号,并授予荣誉证书。获奖选手还将有机会成为京九晚报小记者“走进城市信用社采访团”成员到商丘市城市信用社进行采访。

咨询电话:2616012

