

## 《糖妈亲子园

# 早春踏青 要不要对孩子“严防死守”？

33岁的橙子爸爸在电子邮件中讲述了自己的经历：“小时候，父母从来不许我在公园里玩水，连站在低矮的假山石头上拍照都不行，生怕我滑倒摔伤，更别提爬假山了……于是，我直到现在都很胆小，旅游也不喜欢去自然景观，偏爱人文景观多些。”

和可以在弄堂里恣意玩耍的80后父母比起来，现在的宝宝们少了更多人身自由。春天来了，风和日丽去踏青是最好的亲子活动，亲近大自然时，孩子是否需要360度无微不至的保护呢？



天气变暖，又到了亲子出游的高峰期。

本报记者 贺佳颖 摄

## 《亲子阅读

### 《一起去郊游》



“小恐龙奥斯卡”系列故事是意大利童书作家、教师罗伯特·帕瓦内罗创作的以小动物为主体的系列童话故事。

这个故事的主题是：如何共度美好的家庭时光。小恐龙一家和小熊一家结伴去山里露营、远足、游泳、烤肉、躺在草地上数星星……平日里父母工作忙碌，很少有时间陪伴孩子，如何安排周末郊游，亲近大自然，与孩子共度美好时光？这本书画风可爱，颜色鲜艳，故事生动，适合2岁以上的宝宝和家长一起阅读。

### 《和甘伯伯去游河》



甘伯伯有一条木船，他的家就在河边。有一天，甘伯伯撑船去游河。两个小孩、兔子、猫、狗、猪、绵羊、鸡、牛和山羊，一一要求上船。后来这些乘客忘了遵守秩序，结果船翻了，大家都掉进水里。甘伯伯带领大家游泳到岸边，让太阳把他们的衣服和身子晒干。和气的甘伯伯还邀请这批乘客到他家去喝茶，并且提议过几天大家再来坐一次船……如何与小动物们和谐相处，如何在出游中保证安全，这本书能带来一些启发。

### 案例1

3岁的潼潼外出踏青时，潼潼妈是这样做的：“她胆子小，不敢爬高，也不敢乱跑。有一次去公园，停车的时候，她放开我的手跑出去了，结果一辆车开过来，我把她抓回来，她自己知道害怕，以后就不敢放手了。在公园里玩，我基本不会主动去管她，主要注意她是不是在我的视线范围内，怕被拐，其他的问题留给孩子自己解决，摔跤什么的都很正常。”

### 案例2

不满2岁的小豌豆常去家附近的上海植物园散步。豌豆爸爸说：“我们主要留意她不要被车碰到，没车的时候就让她自己跑，有车就冲上去保护她。允许她玩水，踩水坑也行，但如果碰到深水，就告诉她那边危险，不能去。还有，不许她捡地上的垃圾吃。只要她玩得开心就好，在地上打滚什么的，我们基本不制止。”

### 案例3

妈妈很少带4岁的君君去户外活动：“宝宝大了，带出去真的很不安全，现在一个人几乎不敢带他出去。每次去公园，他都到处跑，不知道哪个周末哪个公园人会多得‘溜出来’，真担心他在人群里钻来钻去就找不到了。每次去完公园，夜里我总会做个把他弄丢了的梦。春天到了，我还要担心他花粉过敏、蜂蜇虫咬、温度变化大容易感冒，所以还是少出去省心。”

你是个严防死守的父母？还是是个适当放手的家长呢？可不要因噎废食，因为带宝宝出去玩很辛苦，或是害怕发生意外就选择宅在家里，辜负好春光。选一个阳光明媚、微风拂面、PM2.5不超标的日子，带宝宝去踏青赏花、登山嬉水、放风筝、荡秋千吧！尽情玩耍可以令宝宝精神愉快、气血顺畅，提高抗病能力，更何况，大自然还是智力开发的绝佳课堂。

让宝宝在自然中放飞身心的前提，是“安全”和“健康”。接下来，“糖妈亲子乐园”将向您推荐几条春季出游小贴士，这都是家长们的经验之谈——

1. 不要选择人太多或太远的地方，亲近大自然就好。去年清明假期，3岁的嘉嘉和家人一起去西塘，堵车堵得一家人心慌慌，水乡里游

人乌泱泱。

2. 游园时最好带上婴儿车。4岁的琪琪去上海动物园玩，因为没带婴儿车，动物园里游人又多，爸爸、妈妈和奶奶只能轮流抱着、背着琪琪前进，回家时一家人疲惫不堪，爸爸手都在发抖。

3. 注意给宝宝补充水分和食物，宝宝疯玩起来出汗多，留意增减衣服。带好小毛巾和干净的备用衣服，万一宝宝大汗淋漓，及时把汗擦干净，或者找暖和的室内换好干爽衣服，可以防止感冒着凉。在一个乍暖还寒的阴冷春日，妈妈带3岁的果果到世纪公园玩了半日，果果在大草坪上跑得内衣湿透，凉风一吹感冒了，后来又转成肺炎，输了一个星期的液才好，果果妈为此反省了很久，觉得自己选择出游的天气不够好，也没能照顾好宝宝。

4. 对于健步如飞的宝宝，人多的时候家长不能松开宝宝的小手，不能让宝宝离开自己的视线，并告诉宝宝应对走失的办法，比如站在原地等妈妈、让宝宝随身带着妈妈的联系方式卡片等。

糖妈曾经与徐汇滨江公园的一位保安聊天，他说自己最多曾经在周一之内“捡”到了9个孩子，都是5岁以下的宝宝，还好，在保安和

警察的帮助下，他们都找到了爸爸妈妈。

喜爱户外活动是宝宝的天性。有朋友告诉糖妈，前些天雾霾严重的时候，他家宝宝每天一睁眼就问：“今天出太阳了吗？刮风了吗？”如果家长的答案是“今天没法出去玩了”，宝宝甚至会失望得掉几滴眼泪。阳春三月，带宝宝尽情去享受大自然的乐趣吧！



主持人 张楠  
(糖妈)

欢迎家长参加下期话题讨论“如何对孩子进行生与死的教育”，欢迎家长推荐图书，并提供“童言无忌”的素材。

糖妈将选取5位积极互动的家长，赠予少年儿童出版社提供的图书《一起去郊游》。

联系我们：

christy\_totti@163.com或参与 @青年报 微博互动

## 《明星宝宝



大家好，我叫瞳瞳，妈妈说取自于“千门万户瞳瞳日，总把新桃换旧符”的诗句，因为我们都喜欢新年。

现在我已经上幼儿园了，最喜欢的拍照动作就是V，最喜欢的拍照表情就是笑到看不到眼睛（不献丑了）。哈哈，我学会了很多儿歌，每到周末还会帮妈妈拖地板，我厉害吧！



### 《童言无忌

主人公 楚楚 3岁女宝

楚楚第一次见到8个月的小弟弟，阿姨对楚楚说：“等小弟弟长大了和你玩。”楚楚想了想说：“小弟弟长大就成小哥哥了。”

楚楚的外婆家在天津，听说天津下雪了，楚楚说：“在天津堆个雪人寄到上海来！”

临睡前楚楚说：“我在睡袋里是一条美人鱼，游来游去。”睡袋很快被她踹破了！

妈妈带楚楚去参加亲子活动，楚楚突然说：“妈妈你看那边有个蘑菇伞，被一辆车撞倒了！”妈妈抬头一看，原来是浦东世纪大道尽头的日晷雕塑……

奶奶有些不舒服，妈妈叮嘱楚楚要乖，楚楚认真地说：“楚楚会照顾奶奶，等妈妈老了，楚楚也会照顾妈妈！”