2023年10月24日 星期二 ≧告 责编:万建刚 俞素梅 美编:雷林燕 审读:邱立波

## 6年级的女生陆续来例假了 如何让她们从手足无措到适应"长大"?

# 为21个女生组的"小姑娘群"

"潘老师好,我家 孩子来例假了,体育 课请个假哦。"10月23 日,海曙区横街镇中 心小学604班的班上, 任潘春艳手机上,有 香艳打开手机QQ 时间复了家长。

这个"小姑娘群" 是潘老师这学期里21个生生的家长都有7个假里,其中有7个假里,其中有7个假里和识别里班的会在群里和识别里看,这是平时识别,这是果果我一种不要紧张忧虑。

> □现代金报 | 甬派 记者 林桦



潘春艳亲手制作养生汤。受访者供图



潘老师和班里的21个小姑娘。受访者供图

### 为班上来例假的女孩子煮红糖水

"你把班上几个来例假的女生都叫到我办公室,来喝红糖水。"潘春艳常常这样召集班上的"小姑娘们",给她们"开小灶"。一壶温热的红糖水里,还加了苹果、红枣、桂圆、枸杞等养生的配料。

在潘老师的办公室里,这7个姑娘有专属的碗。碗上都贴着姓名帖,每次煮红糖水了,就会分好给她们喝,"来例假的时候,可以多喝一点温热的红糖水。既能缓解不适,又可以

活络气血,补充能量。"潘春艳每次都这样叮嘱她们。

童嘉芊同学是其中一个女生。刚 开始来例假的时候,她有些不好意思。 哪怕当着女同学的面,她拿卫生巾的 时候都是藏着掖着,生怕被别人发现 了。她更担心弄到裤子上会被同学笑 话。现在童嘉芊提及这件事的时候大 方多了,"潘老师说了,这是一件好事 情,说明我长大啦。"童嘉芊笑着说。

面对这么一个贴心又细心的班

主任,家长们既惊喜又感谢。"没想到,老师会给孩子煮红糖水喝。她还在群里告诉我们家长,可以给孩子买那种'姨妈裤',增加更换的频率,这样就不用担心沾到裤子上了。"童嘉芊妈妈说,对成年人而言,来例假是再普通不过的事情,但对六年级没有心理准备的女孩子而言,会感到尴尬,手足无措,"特别感谢潘老师,她比我们家长还要细心,很多人都很羡慕我的女儿有这么一个好班主任呢。"

#### 把男生培养成一个个"小暖男"

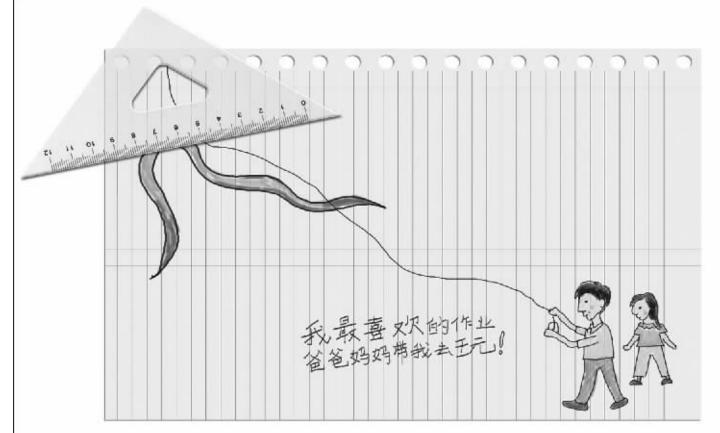
问起怎么想到要组"小姑娘群",潘春艳谈到自己的女儿,"我有两个女儿,大女儿是六年级的时候来例假的。刚来的时候,她自己很害怕。经过我的耐心科普,才慢慢开始习惯这件事。"

潘老师觉得,自己的女儿是如此,那么所有的女孩子都可能会这样,经历慌张、无措。"我的学生其实

就和我的孩子一样,组建一个群,可以方便家长们交流。那些还没来例假的家长和孩子看了之后,就会有个心理准备。"她表示,自己当了妈妈之后,有了更多的育儿经验,也懂得了如何更好地去爱学生。

对待班级里的男孩子,潘老师会要求,在班上女生来例假的时候,男生要尽量提供帮助。比如注意班级里

风扇的风力不要太强,主动帮忙做值日等。"这也是在教他们,要尊重女孩子的生理现象,让他们成为一个'小暖男'。"潘老师表示,这也是一种生活体验,男人和女人,都是从小男生和小女生成长而来的。她希望孩子们在学校除了学到知识之外,还能学会平等和尊重,成长为更好的人。



"讲文明·树新风" 关爱未成年人

## 关心民族未来 呵护儿童成长

宁波市文明办