

这个暑假如何安置 熊孩子？

暑假来了,放飞自我、不受控制的孩子,难以辅导的假期作业……已经让孩子和家长们点燃彼此的爆点。那么,“熊孩子”这个暑假到底如何过?怎样才能让孩子统筹好学习与锻炼两个方面,既能让孩子假期学习不掉队,同时又让孩子不失去一个接触自然,拓展视野的机会?下面我们就一起来听听家长和专家有哪些建议。



邵怡明 绘图

劳逸结合,预习新学年的课程

讲述人简介: 马女士 律师 女儿12岁

暑假过后,女儿就该上初中了,将面临一个新的学习阶段。中学的课程也会相对增加,我觉得应该让孩子对相关知识的初步了解。孩子有心理准备和知识储备,才能够快速融入初中学习和生活中去。每当期末考试过后,孩子们都将迎来不用早起、不用上课,相对放松的生活,但是稍不

留神,孩子在暑假疯狂看电视、玩电脑、熬夜……就会养成不少坏习惯。所以,如果不能很好地处理好学习与玩的关系的话,无疑会对新学期的学习造成不利的影响,尤其是对于像小升初或初中升高中的孩子们。

今年暑假,我给女儿安排的重点作业,就是预习未来新学年的课程。

但对于暑假安排我并没有独断专行,而是经过和女儿共同沟通,在保证有计划完成暑假作业的同时,适当安排初中新课程自学,为新学期的学习打下基础。另外,为了丰富孩子自身的内涵,开拓视野和了解社会,也让女儿列出一些书单或者暑期里想做的事情,然后有计划地制定出暑期日程表,做到合理利用每一天。

按照步骤,首先,监督孩子按时按量的完成暑假作业;其次,遵循女儿的意见,选择女儿喜欢的舞蹈兴趣

班,充实孩子的假期生活;最后,预习下学期新课程,做到心中有概念,脑中有框架,能够在下学期开始时迅速地投入到新的课程中。

当然,学习不是暑假生活的全部,还要培养孩子养成良好的饮食起居习惯,锻炼孩子做家务的能力,同时要多进行体育锻炼,劳逸结合的学习,更能让孩子放松心情,更好地投入和发挥。总之,孩子暑假安排要张弛有度,不宜安排过满,让孩子快乐而有所收获。

带孩子畅游 多陪伴孩子

讲述人简介: 王女士 中学语文老师 龙凤胎8岁

暑假又到了,每年的这个时候都是孩子们最开心的时候,可是作为妈妈,却很犯愁:怎样让孩子以更有意义的方式度过这个暑假?我工作很忙,暑假也很想休息一下,但平时都是孩子的爷爷奶奶接送孩子,暑假,一方面想着让孩子好好玩一玩,另一方面,也想着带孩子的爷爷奶奶出去旅游一下。当我把这个提议告诉孩子们的时候,

他们俩高兴坏了,兴奋的几天晚上都不好睡觉。同时孩子的爷爷奶奶提议:带上姑姑家的孩子!我马上给孩子的姑姑打了电话,孩子的姑姑也是老师,听到我的提议,非常愉快答应了。很快她就带着她家7岁的小男孩过来了,三个小孩都是同龄人,玩得可开心了。

我们本来想着自驾,但是人太多,

又只有我一个人会开车。所以改成坐高铁,第一站是天津的海洋馆,一路上几个孩子叽叽喳喳说个不停,我和孩子的爷爷奶奶姑姑则说着家里的事。我们提前订了三室一厅的民宿,一家人一起吃饭,然后带着孩子去海洋馆。在那里,看到各类可爱的鱼,欢快的游来游去,孩子们可高兴了,我们大人一路给他们拍照,度过了愉快的一天。

我们的第二站是北戴河,带孩子们去看海。这是第一次带他们去看海,并且要求他们回来一定要把看海后的感受写下来。在海边沙滩上,孩子们尽

情的跑啊,跳啊,追逐打闹,脸上挂着天真无邪的笑。回来后,孩子们一人交了100字的心得感受,很多字不会写,他们都用拼音代替,但是能够写出来,这对孩子来说,也是很好的提升了。

我计划第三步,是带孩子们去博物馆,再去书店,带他们去挑选一些他们喜欢的书籍。让我欣慰的是,我的两个孩子都非常喜欢看书,这个暑假,又是他们漫游书海的好时间了。书的类型我不干涉,他们喜欢就行,毕竟开卷有益嘛,让孩子以这种方式过一个有意义的暑期!

分时段安排假期 不打乱孩子的日常作息

讲述人简介: 黄女士 公司行政人员 孩子15岁

相信每一个寒暑假,对很多父母来说都是一场修行。平常,大人上班,孩子上学,真正相处的时间有限。而一到寒暑假,家长跟孩子在一起的时间增长了,相互的缺点也就暴露了,再加上孩子成绩不好,叛逆期等因素,家里常常是火药味十足,我

家就是这样一步一步走出来的。

孩子上小学时,学习压力不是太大,所以暑假我对孩子还是相对宽松的,只要求孩子完成假期作业,完成5本课外书。此外,我和他爸还会带着孩子出趟远门,增长孩子的见识。

原本我对这个计划还是很满意

的,但是,我后来才发现这样不行。首先,经过长时间的居家,孩子原来的作息时间改变了,开学后要很长时间才能调整过来。其次是,别的孩子假期都在补课,一开学自家孩子就跟其他孩子拉开了距离。还有就是暑假里孩子在看电视,玩电脑,刷抖音等上浪费了好多时间。

于是,后来我就改变了暑期安排。我把暑假分成前中后三段,中段旅游,前后两段是学习时间。比如今

年的假期,我准备让孩子先上语文和英语辅导班,把孩子学习薄弱的地方巩固一下,之后家庭集体出游时间,今年准备去趟三亚,回来之后我给孩子报了阅读提升和跆拳道,暑假作业,穿插整个暑假中,防止孩子一下子做完光想着玩。此外还要特别注意的是,虽说是暑期,但是孩子日常的作息很重要,我会时刻提醒孩子按照上学时候的时间来安排,不带给孩子特别大的变化。

共同制作详细的假期计划 每天进行评价

专家点评: 钟晨 北京市“紫禁杯”优秀班主任一等奖获得者、北京市朝阳区实验小学班主任

首先,家长在放假前与孩子一起商量制定计划。计划可以分为孩子平时独立自律完成的部分,以及周末与家长一起完成的部分,包括每天作息时间,每天的学习、阅读、锻炼身体、做家务、学会一门新技能、观看新闻以及娱乐等内容。计划要尽量详细,从早晨起床、外出活动一直到晚上睡觉,每个时间段都要有具体的时间安排,让孩子的作息形成一定规律,最好与在校作息时间保持一致,这样有利于成长发育。

第二,为了让孩子更好地完成计

划,家长应对孩子每天的表现进行点评。可以制作一个评价表,对孩子每天计划的完成情况进行相应评价。评价表最好和孩子一起制作,这样孩子更清楚自己每天的任务是什么,知道自己每天该做什么事情,该怎么做,可以是孩子自评、家长评价以及亲子互评。当孩子完成任务时,家长应给予适当奖励,以调动孩子的积极性,更积极主动地完成计划,形成良性循环。

第三,在孩子完成暑期计划的过程中,家长要特别关注几点:

暑假期间,学校会要求学生完成

一些学习和实践任务,要确保完成这些任务所需的时间,安排好暑期的学习活动。

家长在关注孩子学习的同时要重视孩子生活能力的提升,着力培养孩子的自立能力和责任意识,养成良好的行为习惯。习惯的养成需要家长、孩子及学校共同配合,家庭的作用在假期里尤为重要。

让孩子分担一些家务劳动,学着掌握一门新技能。这不但能减轻父母的负担,对于提升孩子的劳动能力、自理能力、学会感恩关爱家人等方面也有好处。

与孩子一起参加户外活动,有利于提高交往能力,增强适应社会的能

力。家长要抽出时间,比如周末和孩子一起组织一些有意义的活动,包括参观博物馆、听音乐会、看画展和文艺演出、出去游玩等,使孩子开阔眼界,增长见识,培养兴趣。

加强体育锻炼,控制上网、玩手机、看电视的时间。选择电视节目或互联网上适合的节目和内容,科学合理地安排假期娱乐生活。

引导孩子关注社会、了解社会,通过新闻了解国内外大事,不能“两耳不闻天下事”脱离社会。

最后,加强对孩子的安全教育,让孩子学会保护自己,不做危险事情,对用电、煤气、游泳、交通、出行等要遵守安全规则,做好预案。

本报记者 任洁 博雅 余翠平 杨琳琳 采访