

放学后,孩子磨蹭“不出活”,家长着急不知如何给孩子“赋能”

放松身心 做好计划 学会坚持

小学生每天的放学时间并不晚,很多孩子的作业在学校就完成了,但在放学回家后,孩子们所做的事情却千差万别。有的孩子抓住了回家后的“黄金三小时”不断进步;有的孩子却磨蹭“不出活”,荒废了不少时间,让家长不知如何是好。

放学后学习有悖放学初衷啊

我竟无言以对

讲述:

孩子越催越磨蹭,急人!

小钧上三年级后成绩退步了,连续几次小测验成绩都不理想。班主任找到小钧妈妈,询问孩子回家后是否复习功课了?小钧妈妈魏女士尴尬地告诉老师,孩子晚饭后虽然被按在了书桌前看书,却小动作不断,学习效率特别低,一两个小时都是磨磨蹭蹭的,根本看不进去书,孩子每天这样的学习效果,学习退步在意料之中。

魏女士着急地说,一二年级时,学生之间成绩相差不大,三年级以后,有良好学习习惯的孩子就脱颖而出。我家小钧每天放学后被我安排了写口算题、读课外书、练习字词、读英语等几项学习任务。在我看来,这几项功课用一个来小时就能完

成。但小钧总是磨磨蹭蹭,快21时才匆忙“收工”,要是赶上写作文或者准备转天的测验,更是要拖拉到22时。为此我没少批评他,可是孩子也很抱怨,觉得自己每天回家就要看书学习,没有自己支配的时间。既然总是有完不成的学习任务,那还不如磨蹭一下,补偿自己被挤占的玩耍时间。

建议:

合理安排“黄金三小时”

天津和平区岳阳道小学教务主任回丽梅说,目前小学生正常的放学时间不算晚,如果除去吃饭和休息调整的时间,家长合理安排、做好计划,从放学后到睡觉前的时间,正是孩子养成良好习惯、培养能力的“黄金三小时”。

回丽梅老师说,想让孩子在放学后做到劳逸结合,家长先要做个有心的引领者。首先,放学后的户外活动必不可少。家长带孩子步行回家或者到附近的小花园玩耍一会儿,都可以起到放松身心的作用。此外,家长带孩子去菜市场买菜,回家一起准备晚餐,既让孩子体验了人间烟火气,又培养了孩子的生活能力,还融洽了亲子关系。其次,晚饭后应该是孩子“温故知新”的时间。家长要带着孩子做好时间规划,并监督孩子按时完成。陪伴要

因人而异,有的孩子只需要家长进行时间上的提醒,有的孩子需要家长对温故知新的内容和每项任务的完成时间制定出详细的计划。家长要充分考虑孩子的实际情况制订计划,才能让孩子的能力得到真正的提高。最后,因为小学生的自控能力弱,对目标比较盲目,所以家长要做个坚定的引领者、陪伴者,让孩子在持续不断的努力中看到自己的进步,同时在坚持中养成好习惯、在进步中树立自信心,一举多得。

(据《今晚报》贾林娜)



□文/图 本报记者 李蒙

10岁的翟可菡就读于新城区满族小学。初见她,记者就被她那自信、乐观、独立的态度所吸引。

翟可菡特别喜欢演讲,每天都要练习发音技巧,也时常总结经验提高自己的表达能力。“每一次站在舞台上,我都想要表现得更好,我喜欢通过

新时代好少年翟可菡:

多才多艺让她轻松应对大赛挑战

我的声音、我的表达让更多的大朋友和小朋友了解和喜欢我所讲述的内容。配音员、讲解员等这些需要声音的工作都能让我从中学习到很多知识,我喜欢并且热爱演讲。”翟可菡说。

翟可菡多次参加内蒙古自治区少工委组织的各种活动,曾被评为优秀营员、“勇敢小神探”等称号,并被推选参加全国少工委“建队日,有一种光荣叫我是少先队员”活动,全程配音。2022年,翟可菡还获得红领巾奖章“三星章”荣誉;在第22届小金话筒比赛中获得全国二等奖;在内蒙古第四届小小讲解员乌兰夫纪念馆专场比赛中获得金奖。

据翟可菡的班主任老师介绍,翟可菡身为大队委,严格要求自己,不断进取,努力充实自己。她勤奋刻苦,喜欢绘画、书法、歌舞、音乐等,多次获得“计算小能手”“语文百词小

达人”“普通话小达人”“课堂明星”等称号。

说到女儿所获得的奖项,翟可菡的妈妈自豪地告诉记者,翟可菡爱好广泛,阳光自信,擅长国画、卡漫,获得社会艺术水平漫画六级证书、荣获第十七届启明星全国青少年书画大赛幼儿组绘画类一等奖、荣获腾格里杯首届全国青少年美术邀请赛金奖。她参加“请党放心 强国有我”自治区青少年书画展时,作品被收录进《彩墨丹青》作品集。翟可菡还能歌善舞,能言善辩,获得“中国舞”八级证书、内蒙古广播电视台文体娱乐频道《舞蹈达人秀》最佳表演奖、中央音乐学院校外音乐水平七级考试证书、美丽校园亚洲青少年艺术盛典内蒙古地区比赛“钢琴银奖”、2021萧邦纪念奖国际钢琴公开赛二等奖、“小主人报杯”线上辩论会“最佳辩

手”称号并被授予“全国刊登与发行”“优秀小作家”称号。

“无论是绘画、书法还是舞蹈、钢琴,我都十分喜爱,除了学习之外,艺术氛围让我心情放松,这些爱好能让我感觉到生活十分充实,我可以根据自己的想法去创造和发挥,也可以通过自己的努力获得相应的荣誉,在努力的过程中还可以懂得更多人生道理。”翟可菡说,这些荣誉只是自己的一段成长经历,通过取得的成绩让自己懂得每一份付出都会有一份回报。自己一定会努力以新时代好少年的标准严格要求自己,长大后为社会作贡献。

新时代
好少年

