# 假期如何有效复习预习 一线教师来支招

暑假来临，学生们迎来休息自由、玩耍自由的日子。假期如何合理安排？作业如何合理完成？新课如何预习？来，听听老师怎么说。

□本报记者 杨永刚

## 四步完成作业更合理

暑假如何合理安排时间，既不过于紧张也不过于放松，是学生们普遍关心的问题。玉泉区五塔寺东街小学英语一级教师薛永艳给出一些建议，希望能帮助学生们更好地规划暑假生活。

“写作业也要制定计划，分解任务。”薛永艳说，首先，查看整个暑假的作业量，然后根据剩余的天数，将作业量合理分配到每一天。可以使用作业计划本来记录每天需要完成的作业科目和具体任务，将大目标拆分成小目标，比如每天完成一定数量的题目或章节，这样既能保持学习的连贯性，又不会感到压力过大。

其次，保持节奏，避免突击。“不要等到假期的最后几天才开始疯狂赶作业，这样不仅会影响作业质量，还可能因为时间紧迫而产生焦虑情绪。每天应保持一定的学习时间和休息时间，如每天上午或下午安排一段时间专门用来写作业，其余时间可以用来休息、娱乐或进行其他活动。”薛永艳建议。

第三，设置奖励机制。为了提高写作业的积极性，家长可以给孩子设置一些奖励。如每完成一天的作业就给一些小奖励，或者当整个假期的作业都按时完成时，给一个大奖励。

第四，保持专注，排除干扰。写作业时，应尽量找一个安静、独立的学习环境，减少外界干扰。去图书馆写作业是一个很不错的选择，既能完成作业，还可以看书。

## 利用网络资源做好预习

在假期中，除了写作业，还要预习新学期的课程。利用国家教育云平台等网络资源进行预习，不仅能够帮助学生提前了解新学期的课程内容，还能提升他们的自主学习能力。如何有效地利用网课资源进行预习？内蒙古师范大学附属第二中学数学高级教师高振华提出几点建议。

“要明确预习目标。”高振华说。首先，学生应明确预习的目标。预习不是为了完成所有学习任务，而是为了对即将学习的内容有一个初步的认识，找出自己的疑点和难点，以便在课堂上有针对性地听讲。

要规划预习时间，假期时间相对充裕，但也需要合理规划。制定一个预习时间表，每天安排一定的时间进行预习，保持学习的连续性和稳定性。

“预习要结合国家教育云平台资源。”高振华说，国家教育云平台提供了丰富的教学资源，包括视频课程、教学课件、习题练习等。学生可以先浏览平台上的课程目录，了解新学期将要学习的主要内容和章节安排。

高振华还表示，视频课程是预习的重要资源，学生可以选择自己感兴趣或认为难度较大的章节进行观看。观看时，可以边看边做笔记，记录重点、难点和疑问点。如果遇到不懂的地方，可以暂停视频，查阅相关资料或向老师、家长、同学请教。为了检验预习效果，学生可以尝试完成平台上的预习任务或习题练习。这些任务通常与课程内容紧密相关，能够帮助学生巩固所学知识，发现存在的问题。预习结束后，学生应对所学内容进行总结与反思。可以列出自己的收获和疑问点，以便在课堂上向老师请教。同时，也可以对自己的预习方法进行反思，找出不足之处并加以改进。

“总之，利用国家教育云平台等网络资源进行预习是一种有效的学习方式。通过明确预习目标、规划预习时间、观看视频课程、完成预习任务、总结与反思等步骤，学生可以更好地掌握新知识，提高自主学习能力。”高振华说。

孩子假期嚷嚷要自己做主，家长想尝试放手却不知从何做起……

# “阶梯式”放手 提醒点到为止

放假了，孩子总想着“我的时间我做主”，不希望家长对自己的假期生活干涉过多。很多家长也觉得假期是锻炼孩子能力的好时机，想让孩子拥有假期自主权却又不知从何处做起，担心放权太多，孩子会变得自由散漫，很是为难……

**讲述：**

### 孩子要“自由”，家长左右为难

小硕小学毕业了，刚一放暑假他就开始以中学生自居，早早跟父母提出要求，希望自己来安排暑假生活：跟同学聚会、假期旅行、看课外书、打游戏、踢球……小硕把暑假时间安排得满满当当。看了孩子的暑假计划表，小硕的妈妈觉得有必要干预一下，但跟孩子交流没几句，就被孩子给堵了回来，左右为难。

小硕妈妈说，孩子一天天长大，家长应该逐渐放手，让孩子自己做好时间规划。暑假是个很好的时机，我们也想着让孩子自己做一些假期计划。但出乎我们意料，小硕想要全权做主自己的暑假时间，几乎听不进我们的建议，这可把我们急坏了。如果完全按照孩子自己的意愿，看书学习的时间很少，大部分时间都是各种休闲娱乐活动。我们想给孩子提一些合理建议，可每次一说到这个话题，孩子都用“我的时间我做主”“暑假就是要好好放松”这几句话，拒绝跟我们商量。

**建议：**

### 尊重孩子意愿，鼓励独立思考

天津市班主任工作室领衔人、河西区上海道小学德育副校长刘辉老师说，当孩子提出“自己的事情自己做主”的要求时，家长不要心生抗拒，而要从引领者和协助者的角度，帮助孩子逐渐学会独立。放手让孩子安排暑假生活就是一个很好的培养孩子独立能力的机会。家长之所以不放心，无非是担心孩子过于自作主张、缺少科学规划。那么家长不妨做孩子的暑假生活助手，跟孩子一起设计暑假计划。

刘辉老师建议，读书、锻炼、休闲娱乐、学习技能、提高生活能力等都可以纳入假期计划。家长要尊重孩子意愿，即便认为有意义的事情，也不要一股脑儿强加给孩子，更不要让孩子事事听话，否则孩子要么激烈对抗，要么阳奉阴违，对孩子的成长非常不利。家长可以尝试“阶梯式”的放手方法，比如试着从孩子最感兴趣的出门游玩这件事入手。让孩子提出自己的出行愿望，自主做一份出行计划。家长可以鼓励、引导孩子查阅目的地的气候、风土人情、打卡地标，并结合所学知识做一份旅行攻略。孩子通过提设想、做计划、付诸行动等步骤，一步步达成心愿，成就感十足。在孩子逐渐获得自主权的过程中，家长要做一个提醒者，用“你觉得这样安排是否合适”“为什么不能接受这个建议呢”“我给你提供一个新的方法”等启发性的话语帮助孩子把行动计划完善起来。

（据《今晚报》贾林娜）

编辑/王晓茹 史茜 殷晓蕾 美编/曹洁 校对/殷晓蕾 一读/刘艳君