

“不要希望孩子教一遍就会”

“鸡飞狗跳”的家庭作业辅导 家长更需要反省自己

本期「班主任茶座」嘉宾

- 点评专家 王立辉(宁波教育学院教育培训学院副院长、副教授)⑥
- 班主任 宓春丽(慈溪市城区中心小学教师)⑤
- 班主任 童维维(慈溪市第四实验小学教师)④
- 班主任 杨亚珍(慈溪市庵东镇中心小学教师)③
- 班主任 陈瑛(宁波国家高新区外国语学校教师)②
- 主持人 许建云(慈溪市实验小学教育集团教师)①



第三期“班主任茶座”直播现场。记者 杨辉 摄



对你说

“不写作业，母慈子孝；一做作业，鸡飞狗跳”，这句网络流行语让家有小學生的爸妈们感慨不已，如何才能让孩子做作业时，呈现出“母慈子孝”的温馨场景呢？

4月23日晚，“班主任茶座”直播吸引了众多年轻父母，六位嘉宾对小学生为什么做作业会磨蹭、家长在陪做作业时有没有不当之处等问题进行深入剖析，同时也给出很多实用的高招，让观众获益匪浅，当天在线观看人次近20万。“老师们讲得有道理”“看了两遍回放，笔记做了满满4页”……诸如此类的留言很多。

“班主任茶座”由宁波市教育局、宁波教育学院主办，宁波大学园区图书馆、宁波市班主任专业发展指导中心和《现代金报·宁波教育》承办，就家庭教育中的热点、难点、痛点，请我市优秀班主任进行线上线下的分享，为广大家长提供公益性的家庭教育指导服务。

□现代金报 | 甬上教育
记者 俞素梅
通讯员 傅卫平

A

孩子做作业时 你的陪伴是否恰当？

班主任童维维是一位二级心理咨询师，她说孩子做作业磨蹭，原因比较多：可能因为基础薄弱，有些作业不会做，畏难情绪导致学习兴趣缺乏，不想做作业；有的孩子是学习习惯不好，做作业不专心，边做边玩文具等；有的孩子做事情条理性差，不会管理时间，颠来倒去浪费好多时间；也有孩子过于追求完美，用橡皮反复修改，浪费时间……

另一方面，家长陪伴不当，也会影响孩子学习。班主任陈瑛认为，有的家长在陪做作业时，眼睛紧盯着孩子的一举一动，嘴里还会不停唠叨：你怎么又发呆啦？你怎么又写错了？这样的监工式陪伴，会让家长和孩子都感觉身心疲惫。也有家长坐在一旁戴着耳机追剧、听音乐，看

去是很安静的陪伴，其实孩子可能会想：“我这么辛苦做作业，你那么幸福地玩。”这样的陪伴效果自然也不好。“最好是同学式的陪伴。即孩子写作业，家长在一旁安静地看书或做自己的事情，互不干扰。孩子有问题时，相互交流。这样的陪伴，无论是形式还是效果，都会相得益彰。”

“在陪孩子做作业时，家长的期望值不要太高。”班主任宓春丽补充说，如果家长怀着“我来辅导孩子的功课，肯定没问题”或是“这么简单的题，我的孩子不可能有问题”等想法，当现实与想法不相符时，难免会失望、会斥责甚至会发火，这样的情绪会影响孩子，让孩子对作业产生畏惧或拖拉。

B

孩子做作业磨蹭 这些“招术”可以试试

注意力不集中，是很多孩子的特点，因为孩子们的神经系统处在发育当中。针对拖拉的各种原因，班主任们给出“对症下药”的药方：

如果是作业不会做，采取先易后难的答题策略，家长可以让孩子先做擅长的作业，对于有难度的题，先和孩子一起复习一下相关的知识点和例题，如果仍然不会做，不妨请教老师，并记得把这些题目及时记到错题本中，作为复习的重点。

如果是学习习惯不好，家长可以先了解孩子当天的作业量，然后把作业分割成两个或三个阶段，用小闹钟定时，如第一次规定做15分钟，完成后休息一会，然后再规定一个15分钟，再休息。当孩子的专注力提升后，每个规定时间可以慢慢延长，等养成注意力高度集中的好习惯后就不用再分割时间了。“学习环

境要安静，周围不要放玩具，家长也不要送水、送水果等，水果、零食等可以在休息时候吃。”班主任杨亚珍说。

对于时间观念不强的孩子，童维维则建议家长可以做“一分钟专项训练”，即让孩子在一分钟内练口算或写汉字，“让孩子了解一分钟是可以做很多的事情。同时也提高孩子的写字速度和做题速度”。还有一种方法是“一日生活框架思维”，即让孩子清楚一天到底有哪几件事情要做，比如今天要写作文、做口算、做眼保健操、跳绳等。形成框架后，告知孩子应“要事优先”，动静结合，把玩耍、学习间隔安排。“这样的时间框架，给予孩子一定的娱乐时间，会激励孩子利用碎片时间写作业，起到促进孩子充分利用时间的积极作用。”

C

发脾气没有用 家长要管理好情绪

教育很多时候是无痕的，孩子的有些问题，也许在不经意间就解决了。

班主任宓春丽同时也是一位优秀孩子的妈妈，她的经验是，孩子放学时，不要急着问他作业多不多，考试考了几分，而是可以和孩子聊一聊当天学了些什么。“其实孩子在讲述的过程中，就是知识的复习和巩固。当孩子在讲的时候，家长应给予鼓励和关心，夸一夸孩子‘今天学得不错嘛’，让孩子产生学习的兴趣。”宓春丽说。

如果碰到有背诵类的作业，家长可以利用路上的时间，和孩子一起背一背，把作业当游戏一样来完成，“我记得女儿小时候，很多诗词的背记，都是这样在无压力的情景下进行的。女儿后来上中学，对古文的背诵等从来不畏惧，还经常乐在其中。她开玩笑说这都是小时候练下的基本功。”

其实，看到孩子做作业时出错、磨蹭，家长难免会发脾气，但发脾气是治标不治本，解决不了问题，反而会对孩子产生伤害，“家长一定要管理好自己的情绪，一旦想发火时，应立即按下‘情绪暂停键’，包容孩子的小错误。”宓春丽提醒家长，“一定要有足够的耐心，不要希望孩子教一遍就会。还有一点，家长在辅导孩子作业时，要做到中途尽量不指错、不纠正，如果看见一道题做错了就打断孩子的作业进程，不仅耽误时间、影响注意力集中，还特别打击自信。等到孩子做完之后再一起检查、订正，慢慢的，孩子也能养成做完检查的好习惯。”

点评专家王立辉说，家长要用爱滋养孩子，不要只看到眼前的作业，而应着眼于孩子学习习惯、学习能力的培养，比起让孩子“做对这道题”本身，我们更应向孩子传递“能够独立思考并解决问题”的能力，因为这样的能力才是对孩子今后人生道路上最有帮助的。