

2022年9月27日 星期二 责编:余维新 张亮 美编:许明 审读:邱立波

# 《班主任茶座》为刚上小学一年级的学生家长支招 好习惯是家长和孩子一起“磨”出来的



茶座现场。记者张培坚摄

好习惯成就好人生。刚上小学一年级的孩子犹如一张白纸,作为家长,你会帮孩子培养良好的学习习惯吗?你知道怎么帮孩子养成好习惯吗?9月23日晚上的《班主任茶座》让很多家长受益匪浅,“家长在检查作业的时候,不要过多地评价孩子,应该多鼓励”“我推荐家长用这张表格来和孩子制订一周目标”……四位嘉宾就如何帮小学生养成良好的学习习惯给出了种种建议,评论区里点赞近万。

《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、市班主任专业发展指导中心联合《现代金报·宁波教育》一起承办,旨在借宁波众多优秀班主任的教学经验,给大家提供有益的育儿指导。

□现代金报 | 甬上教育  
记者 俞素梅  
通讯员 傅卫平

## 本期嘉宾

邬敏敏  
奉化龙津实验学校高级教师  
宁波市名班主任

李建军  
海曙外国语学校教师  
宁波市名班主任  
镇海区语文骨干教师

任洁  
奉化区溪口镇中心小学  
高级教师  
宁波市首届新秀班主任

林雯  
宁波幼儿师范高等专科学校  
心理学讲师

## A 好习惯的养成是“苦尽甘来”的结果

上课认真倾听、书写阅读、时间规划等习惯,都是在小学阶段养成的。好习惯一旦养成,孩子在学习的路上会更加自主和独立,中学阶段的学习也会比较轻松,家长可以少操很多心。

“以做作业为例,几乎每一届学生中都会出现几个特别拖拉的。如果小学时就比较拖拉,那么到了初中,严重的会出现作业写到凌晨的现象,家长还以为是老师布置的作业太多,其实大部分习惯好的同学,晚上八九点钟就把作业完成了。”李建军以此说明培养好习惯的重要,“习惯是人的第二天性,悄悄控制着人的命运。学习习惯的好坏,在某种程度上决定了一个孩子成绩的好坏。”

好习惯当然不是凭空而来的,它需要培养。著名教育家叶圣陶说过:教育就是要养成良好的习惯。可见,好习惯是教出来的。“如果孩子刚读小学一年级,我们建议家长陪伴孩子做作业,坚持一学期或一年,就会有意想不到的收获。家长可以在孩子身边看书,对孩子遇到的困难给予指导,可能有时候会情绪崩溃,但我们一定要控制住,或者找个地方冷静一下,等心情平静后,再去和孩子聊聊。但你绝对不能妥协。此时,你就是与孩子比赛,看谁能耐住性子。”邬敏敏老师说,好习惯就是这样“磨”出来的。苦尽甘来,到最后,孩子和家长都是赢家。

## B 机器代替父母给孩子讲故事,真的好吗?

在谈到培养孩子的阅读习惯时,任洁讲了小时候听妈妈讲故事的甜美记忆。一年级小学生识字不多,父母以讲故事的方式吸引孩子阅读,是非常有必要的。但现在很多爸爸妈妈买个会讲故事的手表或播放器,让孩子听“机器”讲故事,这样好不好呢?

任洁认为,手机软件也好,手表也罢,仅仅只是播放出一种声音,而父母给孩子讲故事,让孩子感知表情、动作,真切地感受到故事带来的喜怒哀乐。这种感觉是机器播放所远远不能达到的。“建议家长要定时定量,陪着孩子在相对舒适的环境下静心进行亲子阅读,这样更有利于孩子养成持续阅读的习惯。”

林雯也很赞成这一点。她认为,现在网络上有很多制作精美的学习视频,但众多教育学家依然推崇纸质阅读。因为从心理学角度分析,孩子收看音视频是被动吸引、被动思考、被动地跟随视频节奏,很难在视频的讲解间隙思考;而纸质阅读是孩子主动把注意力聚焦到书本中,主动选择自己的阅读节奏,对于自己不明白的地方可以反复阅读,慢慢体会与思考。“孩子们在纸质阅读时,会在脑海里想象书本中的描述,这样就能激发他们的想象力,开拓他们的思维,丰富他们的情感。”

## C 部分孩子拖拉源于家长的盲目内卷

孩子低年级时书写还不错,为什么到高年级时书写习惯反而退步了?为什么孩子到高年级后不愿意让家长检查他的作业?孩子到三年级,做作业还是没有主次之分,不会合理安排时间,怎么办?针对家长们的种种疑惑,四位嘉宾一一分析,并给出很实用的建议。

“我在初中班主任工作上,发现一部分孩子的拖拉是由于错误的家庭教育理念导致的。”李建军分享一个比较常见的现象,有的妈妈面对孩子的学习问题表现得非常焦虑,但是没有很好的家庭教育理念作为支撑,于是将焦虑转化为简单的加作业、上培训班。“曾经有这样一个学生,他其实有能力高效地完成家庭作业,但是在家写作业就是慢,不肯好好做,经常要熬夜。”进一步了解才发现,这个学生在小学时,每次完成作业,家长就给他再加一份作业,一开始孩子默默承受,慢慢地开始冷静对抗,故意放慢写作业的速度,等到初中,作业量增大,错误习惯已经形成,想改很难。等到“双减”后,学校开设晚自习,这个孩子才在学校里重新恢复高效的写作业能力。

“所以,小学生家长在培养孩子的习惯时,要先树立科学的学习观,不盲目内卷,这样才能与孩子心平气和地合作。”李建军说。

## 嘉宾建议

### 一、如何让孩子学会倾听?

邬敏敏:家长先要从意识上改变自己,同时还要注意方法。家长与孩子交流时,一定要百分百地投入,要放下手头的工作,端正自己的身姿,微笑、专注地看着孩子,静下心来倾听,用眼神告诉他们:你说,我在听呢!让孩子完整地表达自己的真实想法和感受。等孩子讲完,家长可以回问一句:“现在我可以说说我的想法了吗?”家长说完后,再让孩子说说他

听到了什么。

长此以往的练习,相信孩子的倾听习惯会逐渐养成,也会慢慢学着尊重别人,成为其后续学习与发展的源动力。

### 二、如何建立良好的反思习惯?

李建军:学校会在考试后,让学生把试卷带回家让家长签字。有些家长看一下分数就签字了事,也有家长面对不理想的成绩会批评孩子。父母是孩子的榜样,这样用情绪面对成

绩,孩子也不能理性地反思自己的学习过程。

所以建议大家这样做:1、不论几分,都要写上:孩子,这是你这段时间努力的成果。并鼓励孩子,继续努力。2、家长从自己的角度反思一下,哪些地方没有做好榜样作用。反思就是要勇敢面对自己的不足,所以家长先要自我剖析。3、和孩子共同商议,就下一阶段的学习,如何针对问题进行调整,给出建议。