

用好课余时间,助力快乐成长

编者按:

在学业以外,课余时间往往是一个孩子发展独特个性、提升综合能力的好时机。有益身心、丰富多样的课余生活对于一个孩子的成长成才大有裨益。精彩的课余生活,不但能让孩子学到许多课本以外的知识技能,也能助他们增加阅历、开阔视野、提升格局,甚至得到受用一生的精神滋养。暑假期间,孩子们更有充裕的时间来安排他们的课余生活。家长该如何引导孩子用好课余时间,收获充实与精彩呢?本期话题就来分享几位读者的观点和做法。

和儿子一起玩

范小利

儿子今年八周岁,是个阳光开朗的男孩,他兴趣广泛,因此课余生活也过得丰富多彩,拼乐高机器人、看课外书、下棋、养小动物等等,他总是乐在其中。

我虽然是奔四的年龄,但每次看到儿子乐此不疲的样子,我未泯的童心也常常被唤醒,什么石头彩绘、斗兽棋、折纸、养花养草养小动物,我都和儿子一起玩,着实像个“老顽童”。

其实,我和儿子一起玩,并不是一个成人的“胡闹”,在课余玩乐中,对孩子加以引导和启发也是一种很有效的教育手段。我第一次意识到这一点,还是儿子上幼儿园时,我教他唱《小兔子乖乖》,一时兴起,我提议一家三口齐上阵,分角色把整首歌谣表演出来:我挎着篮子扮演买菜回家的兔妈妈,他爸爸扮演狡诈的大灰狼,我则用简单的语言引导儿子想象兔宝宝独自在家的心情以及沉着应对危险的机智。当儿子环顾四周作担忧状,随即又坚定地摆手,唱出了“不开不开就不开,妈妈没回来”的时候,他有模有样的表演着实令我吃惊,没想到,一点小小的尝试和引导,竟能激发出孩子如此潜能。打那以后,每次读完故事我都鼓励他演出来,他上小学后,我也常鼓励他将有趣的课文或读到的课外书“演”给我们看。这个延续至今的习惯慢慢提升着儿子的表达能力和表演能力,学校举办艺术节时,他竟捧回了一张“校园故事大王”的奖状!

养小动物,也是儿子课余生活的重要内容之一。记得儿子的第一只宠物是小乌龟,那是他看了一本关于爬行动物的科普画册后,再三请求我们允许他养的。从花鸟市场买回小乌龟前,我再三告诉他,要像爱惜自己一样照顾这个小生命,必须定时给它喂食、换水、清理小水族箱。同时我也下定决心,只提供建议,绝不动手帮忙。几个月下来,我们发现儿子竟收获了不少知识和快乐,他因小乌龟的憨态可掬而捧腹大笑,也曾为小乌龟的健康状况而担忧落泪。在照顾小乌龟的过程中,他变得更富于爱心,做事情也更有耐心和毅力了。

此外,闲暇时,我们还经常和儿子下棋,以此锻炼他的思维,并利用这个年龄段孩子的竞争心理,用棋局的输赢对他进行抗挫教育,增强他的情绪管理能力。

这个暑假,我没有给儿子报补习班或培训班,只想继续和他玩在一起:带他多出去走走,亲近自然、强健体魄,鼓励他在旅途中多交朋友,多多开阔眼界、增长才干。等儿子再大点,我还计划节假日带他做义工,学会关爱、帮助他人。

爱因斯坦曾说“人的差异在于业余时间”,课余生活也决定着孩子的差异,影响着孩子的观念、思维与情感的塑造。陪孩子“玩”转课余生活,不止会让孩子更加优秀,更会让孩子的一生受益匪浅。



女儿的“最牛”暑假

马海霞

女儿往年的暑假,都是我和她爸给她安排假期生活,学英语、学舞蹈、学画画、学书法……假期还未开始,我们就为她提前报好了名。

今年暑假,即将上初中的女儿早早就和我们打招呼,她的暑假她作主,我们不能以各种理由来左右她的假期。都快成中学生了,有主见是好事,我问女儿,打算如何安排自己的假期。女儿轻描淡写地说:“休息。”我一听就急眼了:“休息?别的孩子都利用假期充实提高自己,你少学一点儿都会被人家拉开距离,还躺在原地休息?”

女儿不紧不慢地说:“暑假本就是为休息,否则为什么不让孩子

生一直在校学习?再说,我休息是为了更好地战斗,那些只知道往前冲的人,迟早会体力不支,等不到成功自己就先累倒了。”

想想女儿说得也有理,学习是门苦差事,上学时,从早到晚她都泡在课本里,除了日常的作业,周六、周日还要上补习班、培训班,真是比许多大人还要累,课余时间更是被课业挤占得所剩无几了。

和她爸爸商量后,我们决定尊重女儿的选择。女儿听后,高兴得一蹦三尺高,赶紧跟我们约法三章:每天让她睡到自然醒,不得叫醒她;不得强迫她参加不喜欢的社交活动,除非她自愿前往;不得拿她和别人家

的孩子比较……

不一会儿,我看女儿的QQ空间就更新了心情:史上最牛暑假开始了,亲们,明天中午11点之前别联系我,因为我还在梦中……下面有不少同学留言,都表达了羡慕之情。可我却担忧起来,这是要荒废掉整整一个假期吗?

当天晚上,女儿的QQ空间又更新了日志,说她打算在假期里,把图书馆里她喜欢却没空阅读的书籍都看一遍,还要通过美食网站学手艺,好在厨房里给我们露一手。过些日子,她打算去乡下的姥姥家呆几天,跟姥姥学种菜,回来就在阳台上开辟一个小菜园。她还要把她的“小窝”重

新装饰一下,就走田园风格,需要去姥姥家时采些芦苇、花草回来,再从小河里“淘”几块漂亮的鹅卵石……

我和她爸爸看了,不由感慨道,是该尊重孩子的意愿了,让她自己安排假期,休息只是其中一个项目。其实,在课余时间里,孩子有那么多的小梦想等待实现,还有那么多大潜力亟待得到发展。而這些,对孩子的身心健康也极为重要,却恰恰是课堂所无法满足的。

我在女儿的日志下留下祝福:妈妈今天才意识到,你已经长大,有能力安排好自己的课余生活,更有潜力实现自己的美好理想,愿你度过一个“最牛”暑假!

放飞乡间,亲近自然

陈国江

没有。在城里,住宅小区里的居民对门不相识,相识不相交的状况很常见。而外孙一到我家,邻里乡亲的友好热情总会让他倍感亲切。见外孙回来,这家送来土鸡蛋,那家送一把刚摘的菜,大人孩子没事儿就互相串门,大伙儿说说笑笑,热闹又开心。受到这种氛围的影响,往日怕生、爱脸红的外孙见到村里人,也会“爷爷好”“奶奶好”地主动问候了,着实开朗了不少。

其次,乡村丰富的动植物,就是一本大自然的教科书。暑假,正是水稻旺长的时节。家中的一亩多地稻田,给外孙带来许多的惊

喜。他不只认得了田里水稻,更见识了稻谷是如何碾成我们天天吃的米。他喜欢上稻田里找青蛙、抓小鱼,玩得不亦乐乎。行走在狭长的田埂上,他认得了玉米、大豆和赤豆,在家中的小院里,他喜欢上了牵在架子上的黄瓜、豇豆和丝瓜。屋前屋后长了不少树木,我告诉他,这蓬蓬如盖的两棵是柿子树,独立一旁的那棵是梨树,门前场边上的是枇杷树,向阳河坡上的一排是桃树,屋东这一片小树林全是桂花树,我们泡桂花酒、腌糖桂花都靠它。

再次,乡下的乐趣常常为乡

下所独有。挖蚯蚓钓鱼,是外孙极热衷的事。门前有条小河,一个水泥台阶的码头上系着一条小船。外孙有时就站在码头上钓,虽无经验,却有运气,也有鱼上钩。为了他的安全,我总会陪在他的身边。中午最热的时候,我们无需躲在屋里吹空调,而是坐在两棵柿子树下乘凉,阵阵带着草木气息的风从田野里吹来,十分令人惬意。晚饭后,我俩就下五子棋、聊天,躺在竹床上认星星。有时,外孙会在视频电话中眉飞色舞地跟他妈妈讲自己在乡下经历趣事、增长的见识,还说这里就是他的夏令营。

引导孩子用好课余时间

曹建龙

电影总是充满着期待,家人也总带着我一起去看,这种美好的家庭生活的回忆,至今还温暖着我的内心。此外,通过观看一些内容积极向上的励志影片,会启发孩子的思考,激发孩子对生活的热情以及面对困难、战胜自我的勇气。向孩子叮嘱观影注意事项,也可以增强孩子的公德心和文明意识。除了看电影,去图书馆、参观展览、户外健身等等,都是有益身心的文体活动,也是加深亲子互动的好方式,家长应该多抽时间陪孩子进行这些活动

与孩子来一场旅行。“读万卷书,行万里路。”旅行的意义不仅是游山玩水,更是一种“教育投资”。无论是选择家乡的景点,还是全国各地有名的景区,家长应优先选择具有文化内涵和教育意

义的地方,让孩子放松心情的时候,也能得到文化艺术的熏陶,如名胜古迹、博物馆等。当然,不管是看了电影,还是参观了风景名胜,最好能引导孩子动脑动手,把心底最深刻的领悟与感受用语言讲述出来、用文字记录下来、用画笔描绘出来,这样既能把孩子的思想动态,又能锻炼孩子的表达和创作能力。

看几场电影,来一场旅行,除此之外,时间还剩不少,怎么让孩子支配?虽然很多人都认为假期的补习培训给孩子增加了课业负担,过度的兴趣培养也让孩子苦不堪言,但我认为不可一概而论。家长可以根据孩子的喜好与需要,选择适合的暑假辅导班或培训项目,甚至主题夏令营。这一方面有助于孩子补足短板、发展特

长,学习效果理想的话,也有助于提升孩子的自信,进而有益于孩子的身心健康。

此外,孩子还需要一个合理的时间表来安排每天的日常生活。比如说,这个暑假,我是这样安排孩子的日常作息的:星期一到星期五,早上起床后,晨练跑步,上午看书,午饭后洗碗;下午练书法,扫地,晚上和爸妈看电视、散步。星期六和星期天安排则很灵活多样,比如和爸妈在家做美食,一起去唱歌,或全家外出郊游、参加义工活动等等。

总之,无论是寒暑假这样的长假期,还是日常的周末、节假日,家长都要尽量与孩子多相处多谈心,不要让孩子孤独地“宅”在家里,而要采取多种方式引导孩子度过美好的课余时间。

上个月的一个周四下午,我去朋友秀芹家聊天。

我们坐在客厅里聊着天。约莫不到五点钟,秀芹正上小学二年级的女儿贝贝放学回来了。她热情地同我们打过招呼,便回自己房间放书包。不一会儿,我就看见贝贝进了卫生间,拿了一只喷水壶出来,为摆放在客厅里的几盆盆栽喷起水来。她专注认真的样子,像个小小大人。

我有些吃惊地问秀芹:“你女儿怎么这么自觉地去给花浇水啊?要我儿子做点家务活,不‘威逼利诱’一下肯定不行!”秀芹笑着答道:“贝贝现在上二年级,作业还不算多,空闲时间倒不少。以前她放学回家写完了作业,不是看电视,就是玩电脑,视力都下降了。后来,我和她爸想了个办法,对她每天放学后的时间进行了规划。倒不是让她额外做题或者学什么特长,大都是些花不了多少时间的小事儿,比如今天周四,其中一项就是给花浇水。”“哦,原来是这样,你们还真会想办法呀!我也正为儿子放学老想玩电脑发愁呢!看来,我也得帮他规划一下了!”

接着,秀芹带我到贝贝的房间去看贴在墙上的规划书,内容既丰富又明确:

周一:1、由爸爸陪同进行半小时阅读;2、由妈妈陪同玩半小时智力游戏;

周二:1、由爸爸指导练习毛笔书法半小时;2、给爸爸妈妈讲个故事;

周三:1、一家人到公园散步或一起做手工一个;

周四:1、帮妈妈给花浇水;2、和妈妈一起给小猫洗澡;

……

“真不错!”我边看边赞叹。

“其实啊,做这个规划书,一方面是想让孩子的课余生活过得丰富一些,更是为了提醒我们自己多花一点时间陪孩子,多给孩子一些课本之外的教育。你想啊,要是我们都各忙各的,对孩子不管不问,那孩子不去找电视、电脑、手机这些‘电子保姆’,又能去找谁呢?自从实施这个办法以来,有我们陪着,贝贝的课余时间过得充实又开心,还很有成就感呢!”听罢,我不由感叹道:“归根结底,父母的陪伴对孩子的成长太重要了!”

那天,我心情愉快地回到家。晚上,我就把爱人和孩子叫到一起,经过协商,我们也为儿子的课余生活进行了规划,比如周一,由爸爸陪同下象棋,和妈妈一起读一个故事;周二,在爸妈洗碗时,负责把碗筷擦干,收进橱柜……再比如周末,全家人到户外徒步,去参观博物馆、科技馆等等。如今,已过了几周,虽然在执行的过程有时会因一些意外状况而临时改变,但总的来说,效果还是相当不错的。不仅儿子的业余生活丰富了,我们的家庭气氛也变得更加融洽了,儿子与我们的交流多了,我们一家三口的心贴得更近了。

《话题》栏目 征稿启事

本报《话题》版面近期将就以下话题展开讨论,如果您在这方面有自己的看法,请将稿件发到邮箱:

jswm1@163.com

jswm1-bjb@163.com

在家庭教育中,父母的角色至关重要。但由于多种原因,在不少家庭养育、教育孩子的过程中,父亲的“缺席”现象并不鲜见。父亲,在家庭教育中往往具有一些母亲所难以替代的重要作用,会对孩子的人格塑造与健康成长产生深刻影响。在教养孩子的过程中,您认为父亲应发挥什么样的作用,担负起怎样的责任?您觉得父亲又该如何更好地参与到家庭教育之中,助力孩子成长呢?请结合社会现象或个人事例,来稿与我们分享您的经历、观点与感受。

要求:字数不限,观点明确。

请在文末标明您的姓名、地址、邮编,并在邮件标题中注明参与讨论的话题。