

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子

让“光盘”照进孩子心中

■王阿丽

儿子很小就会背诵“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”但吃饭时常常不是剩饭粒，就是把不喜欢的菜从碗里挑出去丢掉。尽管我总会反复要求他“把碗里的饭吃干净”“不可以浪费食物”，但儿子始终没有彻底改掉剩饭剩菜的习惯。

我反复思考其原因，觉得一方面是我总以命令、说教的方式来要求儿子爱惜食物，容易让孩子产生抵触情绪；另一方面，如今的孩子大多从未下田劳动过，更没有缺少少喝的体验，所以对食物来之不易的认知往往只停留在诗句上，并没有深刻的理解，自然就缺乏节约意识。

去年暑假，我带着儿子回乡下的娘家，家里还有自留地，种着些瓜果蔬菜。盛夏的傍晚，太阳的炙热尚未消退，我带着儿子给地里的紫茄浇水。他跟着我穿梭在田垄间，用小瓢从水桶中舀水浇灌，不一会儿，汗水就浸湿了他的衬衫，带着毛刺的紫茄茎划过他的胳膊，痛得儿子直喊，我虽然心疼，却觉得必须趁机让他懂得，这就叫劳动的艰辛。

“你看啊，这汗流的，这胳膊划的，累吧，疼吧？农民们一年到头在田里劳动，就像我们现在这样，甚至比我们更加辛苦，我们吃的粮食、蔬菜、水果，都是靠他们的辛勤劳动换来的，浪费食物就是浪费农民们的心血啊！”儿子听了若有所思，一脸认真地继续浇起水来。果然，当天吃晚饭时，儿子不但没有挑三拣四，更将碗中的饭吃得一粒不剩。

过了几天，回到家中，我便在院子里开辟出一小块菜地，带着儿子一起种起菜来，挖土、播种、浇水、施肥、掐苗等等，所有的环节儿子都参与了。其间，他稚嫩的小手因挖土而磨出了泡，腿脚因长时间蹲着除草而酸麻难耐，但看着自己的辛勤劳动换来了菜园的勃勃生机，沉醉于成就感里的儿子丝毫没有叫苦叫累。

开学后，儿子每天放学回家，书包都来不及放下，就钻进菜园里忙活起来。当他摘下自己亲手种的鲜嫩嫩的蔬菜时，别提有多高兴了。每天的晚餐，他都有滋有味地品尝着自己的劳动果实，把碗里的饭吃得干干净净。我想，他不但品尝到了劳动的喜悦，更懂得了“一粥一饭，当思来之不易”的真正内涵。

这天，儿子放学回家跟我说，他们班同学在学校吃午饭时将饭粒撒得满桌都是，还有同学倒了好多剩饭剩菜，这些行为都受到了老师的批评。我向儿子提议：“要不，周末你请几个同学到家里来玩，咱们可以一起给菜园松松土、浇浇水。”那个周末，我们家的院子成了孩子们的“开心农场”，儿子带着同学们浇水、松土，采摘蔬菜瓜果，我们又一起动手做了午餐。劳动过后，孩子们都吃得很香，我还设计了一个“光盘小达人”的评选环节，对“光盘”的孩子予以鼓励，借此引导他们养成爱惜粮食、勤俭节约的美德。前几天，儿子骄傲地告诉我，他们班被评为“节约示范班”，他还成了班里的“就餐监督员”。

带着孩子去种菜，在劳动中让孩子养成就餐的好习惯，在收获的喜悦中给孩子带来成就感，在潜移默化中让“光盘”照进孩子的心中，不失为引导孩子养成爱惜粮食、践行勤俭节约美德的好方法，这样做远比空洞的说教更有效。



劳动教育为孩子幸福生活赋能

■实习生胡静

劳动教育能促进孩子学习发展

“有的家长对养育孩子的最终目的是什么不清晰，致使他们在陪伴孩子成长的过程中，包办一切，迁就溺爱，家庭中劳动教育严重缺失。”李萍说，养育孩子的最终目的是当有一天家长不在孩子身边的时候，孩子能够自己一个人或者和他的爱人一起幸福地生活。

在李萍看来，家庭教育应该是为了让孩子能够走出家庭，成家立业，独立生活，能自己过日子。因此，在家庭教育中家长要培养孩子的劳动意识，重视劳动教育，为孩子未来的幸福生活做准备。

“但现在的一些家长明显在劳动教育这一方面有所欠缺，没有清楚地认识到劳动教育的重要性。”李萍说，劳动教育的缺失，会使孩子产生好逸恶劳、不劳而获的思想；会使孩子养成铺张浪费、不珍惜劳动成果的不良习惯；会使孩子缺乏自理能力，缺乏吃苦耐劳的意志品质。这些不利影响会伴随孩子的一生，家长应该避免这些不良影响，通过劳动教育的开展，促进孩子的全面发展。

在孩子未成年阶段，有一个任务，就是使孩子接受系统的科学文化知识学习，与此同时，也要注意孩子的德智体美劳各个方面的发展。李萍发现，很多家长割裂了劳动与学习的联系，认为劳动会影响孩子的学习，因此在家庭中不重视孩子的劳动教育。而大量事实证明，在劳动教育中培养孩子吃苦耐劳的意志品质，是可以迁移到学习上的。

中国教育科学研究院曾对全国2万个小学生家庭进行调查，结果显示：承担家务劳动的孩子比起不承担家务劳动的孩子，成绩好了27倍。孩子如果不能德智体美劳全面发展，在学习的路上很难走得更远，科学文化知识也很难学得扎实。所

以，家长在培养孩子的过程中，要注重劳动教育，要培养孩子获得幸福的能力。

放手让孩子劳动，增加锻炼机会

劳动教育已纳入人才培养全过程。为了促进孩子的全面发展，劳动教育已成为中小学的必修课，在高中阶段，劳动教育设有6个学分，其中要求志愿服务2学分，在课外进行，在高中3年进行劳动的时间不少于40小时。

在家庭教育咨询工作中，李萍常会听到家长反映孩子做家务会导致做作业的时间不够，从而耽误孩子睡觉的时间。遇到这种问题该如何解决呢？她给家长的建议是：首先，家长要支持配合学校的工作，根据孩子的实际情况，可以让孩子做一些力所能及的事情。比如，在孩子上学前让孩子将垃圾分类并倒掉，在洗漱的同时将洗浴间的卫生打扫一下等等。这些活动并不会耽误孩子太多的时间，还能使孩子养成良好的行为习惯，在孩子未来进入大学，过上集体生活时，这些良好的习惯可以使孩子更好地融入集体生活。家长不要剥夺孩子劳动的权利，要放手让孩子干一些家务活，让孩子在劳动实践中收获成长。

数学家华罗庚曾说过：“凡是较有成就的科学工作者，毫不例外的都是利用时间的能手，也都是决心在大量时间中投入大量劳动的人。”李萍告诉家长们，要明白“生活靠劳动创造，人生也靠劳动创造”，孩子应该要弘扬劳动精神，在劳动中成长，懂得劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的道理。

“家庭教育与学校协同发展，因此，家庭要与学校保持一致，增加劳动教育对孩子的积极影响。”李萍说，有些学校给学生分发《劳动手册》，让孩子回家自己主动做家务，这个时候，家长可以对孩子的家务

劳动做一些评判，将孩子参与的这些劳动记录在册，共同见证孩子的成长。

李萍介绍，哈佛大学也曾做过一项调查研究，爱做家务的孩子和不爱做家务的孩子相比，就业率比例为15:1，收入也比后者高了20%，而犯罪比例是1:10。从中可以看出，劳动教育与孩子的幸福生活能力有直接关系，给孩子做家务的机会，也是为孩子未来的幸福生活赋能。

刚刚过去的五一劳动节，很多家长和孩子一起开展了劳动实践，也体验了劳动的乐趣。为了让更多的家长理解劳动教育的意义，把劳动教育落实到日常生活中，让劳动为培养孩子幸福生活能力赋能，近日，成都市青羊区家庭教育讲师团专家、四川省教育学会家庭教育分会理事李萍在“青羊家庭教育直播课堂”上以“劳动教育与培养孩子幸福生活能力的关系”为主题给家长们分享了劳动教育对孩子成长的重要性。

劳动教育为孩子幸福生活赋能

就如曾国藩所说：“谋大事者，首重格局。”格局是一个人精神上的基本架构，昭示着一个人的胸襟气度，也是内在精神的直接反映，家长的格局大小决定了孩子发展的高度。家长应该立足于未来，培养孩子的劳动意识，在孩子长大成人后才可以放心地让孩子去过自己的生活。

家务是家庭中最自然的劳动场景，孩子有很多家务劳动值得尝试。李萍认为，有些时候不是孩子不想做家务，是家长不给孩子做家务的机会。有些家长担心孩子洗不干净碗，容易将碗打碎，有些家长认为，有那个时间做家务不如做两道题……这些行为会极大地挫伤孩子劳动的积极性，家长要多给孩子锻炼的机会。

劳动是孩子成长中的必修课

在《国务院办公厅关于新时代推进普通高中育人方式改革的指导意见》中，要求德智体美劳全面培养的育人体系进一步完善，立德树人落实机制进一步健全，要在学科教学中，强化教材的育人功能，提高孩子的综合素质。

“家长要正确认识高中育人方式的转变，高中教育已经从‘应试教育’模式向‘全面育人’模式转变；从以‘升学’为目标向‘升学与生涯辅导’相结合的目标转变；从高中教育‘分层发展’向‘分层与分类’相结合的方向转变。”李萍说，家长要具备为孩子未来幸福奠基的格局。



本版图片均为资料图片

劳动教育落地需家校携手

■杨凤清 李宏龙

实施劳动教育，有助于培养学生的劳动价值观念。劳动作为人类创造物质财富和精神财富的活动，家校携手开展劳动教育，可以更加有效地培养学生的劳动观念和劳动技能，让他们养成劳动习惯，促进学生健全人格的发展。

构建劳动课程 培养劳动技能

劳动教育要有效实施，家校携手进行劳动教育课程构建十分必要和重要。学校和家庭根据学生年龄特征可设置整理书包、收拾房间、室内装饰、烹饪、编织、折纸、剪纸、泥塑、科学小实验、养花、插花、盆景制作等劳动课

程清单，培养学生的劳动技能和技巧。学校可将家长的不同职业、兴趣、知识、阅历以及所掌握的技能和方法作为劳动课程资源，在开设与劳动相关的实践活动课程时，聘请有劳动特长的家长走进课堂，对学生进行劳动思想教育和劳动技能传授。比如，家长是农民，可以给学生介绍农作物播种、浇水、施肥等方式及植物的生长特点；家长会编织，可以向学生传授编织的基本技能；家长会厨艺，可以向学生传授家常菜的制作方法。……学校还可以通过家长搭台，聘请民间艺人、交警、消防员、法官等走进课堂，给学生讲述他们的工作情况，传授相关的劳

动知识和技能，让学生感知各种劳动的不同价值。

丰富劳动体验 培养劳动素养

劳动教育要真正有效实施，必须通过实实在在的活动为载体。学校可以把要做的校园环境保洁、绿化等包干到班，责任到人。班级可在教室开辟“种植长廊”，让学生种植一些适宜室内生长的观赏性盆栽植物，责任到人轮流护理。老师可以针对学生的年龄特点和个性差异，给学生布置洗碗、洗衣、扫地、整理房间以及做饭等力所能及的家务劳动。家长则可以和孩子一起开展亲子劳动，如：制作美食、种

植花草、开展大扫除等。学校还可以举行以劳动教育为主题的班会和手工制作、劳动技能大赛等活动，邀请家长参与，让家长了解学校在劳动教育方面的举措和孩子在劳动方面的表现，同时请家长对学校的劳动教育提出意见，携手培养孩子的劳动素养。

实施劳动评价 分享劳动收获

现代信息技术的发展为家校共育提供了强有力的保障。钉钉平台、QQ、微信、家校通、电子邮件等具有文字表述、对话交流、视频沟通功能。教师、家长可通过这些平台，实现劳动教育的信息资源交互与共享。学校、家庭根据劳

动课程清单，对学生参与的劳动过程、情感态度等进行及时、适时、激励性评价，激发孩子参与力所能及的劳动体验的兴趣。同时，家校结合劳动课程清单和学生实际，合作制定“劳动小能手”评比细则，激发学生劳动热情，促使学生自发地学习劳动技能。学生参与劳动后，教师和家长可以鼓励他们以手抄报、日记、心得体会、主题演讲等多种形式分享劳动的收获与快乐，升华对劳动的认识和情感。

家校携手开展劳动教育，需要家庭与学校的目标一致，充分激发学生的劳动兴趣，让学生获得劳动体验，磨炼其劳动品质，劳动教育才能落地生根。