

家庭是人生第一所学校,帮孩子扣好人生第一粒扣子

聚焦「双减」落地

大家谈



今年7月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》。实施“双减”政策,是教育观念的大变革,需要学校、家庭和社会共同参与。

“双减”政策透露了哪些信号?“双减”如何落地?如何让“减负”与“增效”并行?作为家长,我们应该怎么做?本期开始,我们推出“聚焦‘双减’落地——大家谈”栏目,一起来听听一线教育工作者以及家长、学生对“双减”的看法和体会。

“双减”之下,做智慧家长

■ 成都市七中育才学校 何玉明

早在2016年,教育部就正式发布了《中国学生发展核心素养》,其核心是“培养全面发展的人”。但是近年来,一些家长对教育的焦虑造成学生课业负担越来越重,甚至沦为作业的机器;家长们盲目跟风校外培训,破坏了教育公平,引发了教育内卷,也扼杀了孩子的创新力。而日益激烈的国际竞争,也让我们看到了国与国的竞争最终是科技的竞争、创新力的竞争,因此,我们必须从培养人的方向入手进行改革,在这样的背景下,国家正式出台“双减”政策。

我们要培养的孩子应该是可以适应未来社会发展的孩子,是可以担起民族复兴担子的孩子,为了孩子的未来,作为家长,我们必须正确理解“双减”政策,顺应教育的变革。

信赖学校教育,做从容家长
“双减”背景下,家长要清楚

自己从中获得了什么?获得了脱离“剧场效应”的充分条件,获得了精神焦虑和经济压力双减的友好局面。

而“双减”的目标在哪里呢?在于减负,在于构建学生终身发展的良性通道。“双减”背景下,家长要厘清教育的同盟者是学校而不是培训机构,我们要信赖学校教育,切实落实减负要求,关注并认同学校教育对孩子的培养目标和策略,与学校形成减负共识,跟上学校的步伐,和学校更好地链接。要支持学校的各项活动,配合并积极推动学校针对孩子的发展制订个性化的培养方案,按照学校的要求管理孩子,在学校教育的帮助下,助力孩子健康成长。

遵循教育规律,做理性家长
教育的本质是把灯点亮。教育的规律是遵循人发展的规律。而人的发展是一个长期的

过程,急功近利是违背教育规律的。

如果家长发现孩子在成长的过程中开始出现厌学、对什么事都不感兴趣,说明教育已经出现了问题;如果家长发现自己为孩子的成长而焦虑,看不到孩子的优点,看不到孩子的未来,那是家长的心态出现了问题。

“双减”背景下,家长要高质量地陪伴孩子,通过和孩子和谐相处,让孩子体会到安全,通过积极的鼓励,让孩子实现自我认同,通过培养探索精神,让孩子感受到成功,用无条件的爱点燃孩子笑迎人生的勇气和希望。

打造健康人生,做智慧家长
教育的终极目标是培养身心健康和情绪积极的孩子。中国青少年研究中心调查显示:学习类培训并不与孩子的学业成绩直接挂钩,而仅有好成绩的孩子未必快乐。因此,“双减”和我

们的终极目标并不相悖,反而会促进目标的顺利达成。

“双减”之后,孩子的课余时间如何支配直接关系到这一目标能否落地。就学习而言,课余时间学有余力的孩子自己进行学科类的拓展或基于兴趣的深度探索,让学习暂时有困难的孩子通过错题归纳进行查漏补缺,都是培养学生自律性的重要途径。此外,家长还要让孩子远离网络和游戏,通过亲子运动和竞技比赛培养孩子学会锻炼、通过健康的集体活动培养孩子学会玩耍、通过适当的劳动培养孩子学会生活,让孩子在运动中克服困难、在玩耍中学会合作、在劳动中走向自信。当孩子有一项拿手的艺术技能、有一群志同道合的知心朋友、有一颗不怕受伤的快乐心灵,成为身心健康的孩子,就一定成就幸福美好的人生。

“双减”后,好家长的别样“三哥”

■ 朱华贤

“双减”政策落地后,最开心的大概要数广大义务教育段学生的家长了:有晚托服务,家庭作业再也不用一再督促提醒;甚至耳提面命地呵斥指正了;学科类培训取消,双休日和法定节假日也不用着急吼吼地送去接来;减少考试次数,再也不用比来比去孩子的名次和分数了,什么单元考、双周考、期中考之类的成绩,免提!

“双减”,似乎可以让父母长长地透一口气了,似乎孩子的学习就可以甩手不管了。其实不然,家长,对于孩子而言,始终是家中之“长”,始终有着自己独特的使命和担当,只不过比以前有所调整而已。具体而言,“双减”后,家长在对待孩子的学习问题上,

应该有以下“三多”——

减了在家时间,就要多关注孩子的身体变化。有了晚托服务,有的学校还有晚自习,这就意味着,部分学生的在校时间会大大延长,而在家时间将相应缩短。如果家长比较忙,见到孩子的时间就会缩短,更不要说仔细询问与观察孩子的状态。中小学生在正处于生长发育期,孩子的身体,无疑是第一位的。这里的第一位,有三层意思:一是身体与其他各方面比,应放在头等重要的位置;二是孩子的身体健康,第一责任人是家长;三是孩子的身体出现意外或异常,家长必须第一时间设法解决。因此,每当孩子回家或在家时,父母必须近距离观察或询问:看看孩子脸色是否正常,听听孩子嗓音是

否清晰,瞧瞧孩子情绪是否稳定,摸摸孩子体温是否正常。一旦发现异常,就要追根溯源,或者咨询班主任,或者立即问诊就医。

减了作业辅导,就应多留意孩子的心理变化。“不提作业,母慈子孝;一提作业,鸡飞狗跳。”这是“鸡娃”家庭中一句相当形象的流行语。作业与考试是最容易引发孩子与父母之间矛盾的导火索。其实,在孩子做作业和家長辅导作业的过程中,也最能窥探出对方的心理状况。孩子近期的心理状况如何,稳不稳定?积不积极?烦不烦躁?都可以在做作业过程中显露出来。如今,有了晚托服务,家长辅导孩子作业这一环节被大大减少,或者直接免除了。但是,孩子的心理还是在发生变化的,特别是处于青春期的孩子。如何及时、准确地把握孩子的心理动态呢?这就需要家长多留意,多询问。心理变化往往是隐蔽的,一般不可能直接观察出来,特别是对那些本来就内向的孩子,就更难发觉。除了观察孩子言行细节外,家长还要和孩子交流,主动发问,不要以为孩子自己不说,就应该没事。

减了考试频次,就要多注意学科平衡。“双减”之一,是减轻

学业负担。而减轻学业负担的措施之一,就是减少考试频次。小学阶段,一个学期就一次期末考试。学习犹如琴弦,经常考,等于弦绷得紧紧的,始终绷紧,自然容易断;不考或少考,弦是松懈的,可时间一长,往往会不知道这弦是脆是韧。考试频次减少,学习负担必定会减轻,但也存在着另一面,就是容易掉以轻心。因为不经常考,有些学生对自己不喜欢的学科,就有可能采取鸵鸟政策,不理不睬,不痛不痒,顺其自然。有些学科,逻辑性很强,几个章节或两三个星期不听,成绩就可能呈现出自由落体式下降。学科成绩一旦下降,想赶上去是艰难的,而掉下去却相当快速。因此,在减少考试频次的情况下,家长必须多关注孩子各学科是否平衡发展,尤其是要多问问孩子平时不感兴趣的学科的学习状况。基础教育,强调的是基础的平衡发展。

孩子的学习,需要家庭、学校、社会三者共同配合。孩子越小,家长的责任相对越大。“双减”,确实可以而且应该为家长减去一部分负担,但并不意味着家长可以做甩手掌柜了。孩子的健康成长,家长自始至终是第一责任人。

和孩子一起
爱上科学

■ 陶涛

科学对于孩子来说是新奇的、神秘的、有趣味的,有着天然的吸引力。孩子们眼中的科学是一种经验层次的知识,是他们对世界的独特见解,是自我建构的过程。让孩子爱上科学,可促进孩子科学探究能力和科学素养的提升。和孩子一起探究科学的目的是不是培养科学家,而是提升孩子的科学素养,不是接受式地学习科学,而是在探究、体验、发现中学习科学。

科学实验,激发孩子对科学的兴趣

孩子有着与生俱来的好奇心和求知欲。家长要做的就是在生活中保护好这份好奇心和求知欲。平时,家长可以结合孩子的实际情况,以各类趣味活动为载体,让他们在活动中观察、体验、感知,这样,他们的好奇心和求知欲才能更好地得到保护和发展。

和孩子一起玩耍时,我常常带着他一起进行趣味小实验。我们持续开展了“神奇的颜色变化”“音乐吸管”“魔力纸板”等一系列趣味实验,孩子对这些实验展示有非常浓厚的兴趣。通过一段时间的实践,我发现他对科学越来越感兴趣。很多次实验展示之后,他也会自己去了解一些趣味实验,而且还会主动去做,去了解实验原理。

趣味小实验有着大作用,如果家长能够设计出更多的趣味活动,相信孩子在科学学习的过程中就会更有兴趣、更乐于参与,也更有收获。

科普阅读,带着孩子走向深邃与睿智

苏霍姆林斯基在给教师的建议中曾说:“在学龄中期和学龄后期,阅读科普读物和科学著作,跟在学龄初期进行观察一样,起着同样重要的作用。对一个善于观察的学生来说,也比较容易培养起对科学书籍的感受性,不经常阅读科学书籍和科普读物就谈不上对知识的兴趣。如果学生一步也不超出教科书的框框,那就无从说起他对知识有稳定的兴趣。”

科普读物有它自身的优势,它有效地传递了科学知识,并以温和而温馨的语言,为读者建立了一个充满趣味的文学空间,并使这个空间不失童心的魅力,这是一般的文学作品做不到的,而且科普读物的教育内涵和趣味性的结合,也是儿童小说、童话等作品不具备的。儿童科普阅读实际上是引领他们走进科学世界,接受审美教育和情感熏陶的一个很好的途径,科普读物对孩子的发展来说非常重要。

家长在给与孩子选择科普读物时,首先要考虑孩子的年龄特点。年龄不同,其心理特点也不同,阅读的兴趣也有所不同。一般来说,刚开始接触科普读物的时候,孩子对于图的感受力比文字强,比较适合阅读科普绘本读物,家长可以选择科普绘本《一粒种子的旅行》《世界上最温馨的家》等读物,和孩子一起边看边了解简单的科普知识。之后,可以开始阅读图文搭配的科普读物,比如《十万个为什么》等。最后,可以选择以文字为主的科普读物,如《神奇校车》等。在阅读的时候家长可以陪着孩子一起读,调动他们的阅读积极性。通过阅读科普读物,拓宽孩子的视野,提高孩子的科学素养,形成讲科学、爱科学、学科学,用科学的良好风尚。

科普实践,让孩子有持续的获得感

除了小实验和科普阅读,我们还可以通过一些科普实践活动,让孩子有持续的获得感。

一方面,我们可以带着孩子一起参观科技馆、植物园、动物园等科普场馆,通过参观前的活动设计,参观中的实践体验,参观后的讨论、交流及反思,让每一次参观的效果得到有效提升。

另一方面,我们可以通过带着孩子开展种植、饲养小动物、观察天气、观察月相变化、仰望星空等活动,让他们在较长时间的观察和实践中获得成长。还可以通过野外观察、采集和制作动植物标本等活动,让孩子在有趣的实践活动中有持续的获得感,从而对科学更有兴趣。

有人曾在网上提问:“为什么小时候喜欢仰望星空,长大后却失去了对世界的想象力?”

我想告诉他:“每个孩子天生就是一个‘小宇宙’,但科学天赋需要引导和培养。让我们陪着孩子一起,爱上科学,让他们一直保持着对世界的好奇心和求知欲。”

