

天府  
家长“慧”假期不设限  
在张弛之间探寻成长新可能

本报记者 王浚录



本版图片均为资料图片

理解假期本质  
做好成长规划

“寒假来了，孩子们兴奋不已，家长们心里却犯了难：这一个月，到底该怎么过？”四川天府新区海洋路中学副校长朱铁平以家长们关心的问题开启分享，为家长们解读寒假的教育价值，并给出科学的假期规划思路。

“假期蕴含着‘一张一弛，文武之道’的教育智慧。”朱铁平表示，连续一学期的脑力劳动让孩子的身心处于紧绷状态，寒假是一个必要的“间歇期”，让孩子从固定的课表、作息中暂时抽离出来，获得文化浸润、生活教育与自我发现的宝贵机会。他分享道：“孩子们可以从剪窗花、写春联中感受到文化认同和家庭的温暖传递；而规划时间、与家人相处、管理压岁钱这些真实的生活课题，正是培养孩子责任感和独立性的契机；当学习节奏放缓，孩子有机会倾听内心的声音，发现自己的兴趣与潜能，这份自我觉察往往是激发内驱力的关键。”

针对家长关注的寒假具体安排，朱铁平直言“寒假不是第二学期，书房不是唯一阵地”，建议家长和孩子一起规划好4件事：一是给身体和心灵“充满电”，让孩子充分休整、坚持运动，让身心得到充分放松；二是在生活实践中学习真本事、积累智慧，让孩子参与家务劳动、管理压岁钱、走进菜市场；三是发展一些“没用”的兴趣，支持孩子发展画画、种花等兴趣爱好，用以滋养有趣的灵魂，保护可贵的好奇心；四是让阅读和亲情成为寒假最好的“营养品”，鼓励孩子读一些有益的课外书，打造亲子读书时间，同时利用假期修复和增进亲子关系，少些唠叨，多些高质量的陪伴。

在亲子相处层面，朱铁平提出了“留白的艺术”，他认为寒假的自主不是放任自流，而是有守护的自主。安全守护是底线，交通安全、消防安全、网络安全等需要反复

提醒，家长可与孩子共同制定家庭安全公约。同时，假期节奏变化、亲子相处时间增多、社交压力等都可能引发孩子的心理波动，家长要及时关注、耐心疏导。

朱铁平寄语家长们：“教育是‘慢艺术’，孩子是‘慢成长’，寒假是这段漫长旅程中一个可以欣赏不同风景的驿站。”他希望家长与孩子相处时，少一些“必须如何”的焦虑，多一些“可以怎样”的探索；少一些面向同伴的横向比较，多一些面向个体进步的纵向欣赏；少一些知识的单向灌输，多一些智慧的共同生长。

摒弃“任务清单”  
鼓励“创造作品”

“如何利用寒假这段宝贵的时光，既让孩子放松身心，又能获得实实在在的成长？”四川天府新区华阳中学教师、2023年四川省“最美教师”张晓容在分享中引导家长转变思维，让孩子把该做的事变成他自己想完成的“作品”，让假期成为孩子能拿出成果、讲得出故事的旅程。

张晓容分析道，以往，有的家长安排寒假，就是列一张“任务清单”，孩子做完一项打一个钩，这种模式下，孩子的参与感和成就感不高。“如果我们把每一项安排都看作一次‘创作’的机会，效果会完全不同。一件‘作品’，需要孩子自己去想、去做、去打磨，最后还能拿出来分享，这个过程中，孩子从‘要我做完’变成了‘我想做好’，锻炼的也不只是单一技能，而是解决问题的综合素养。”

为了让家长更好地理解“作品思维”，张晓容结合阅读等常见的寒假安排，给出了可落地的方法。“引导孩子阅读时，不一定非要写读后感，可以和孩子一起做一本《家庭阅读手册》，抄下喜欢的句子、画出想象的画面，或者把书里的故事表演出来，用作品化、游戏化的方式提升孩子的语文素养、培养创造力。”

在此基础上，张晓容提出了“把兴趣变成可实现的家庭项目”的实践路径。她建议，家长先和孩子沟通，找到寒假最想做的事，只要是孩子感兴趣、可实现的，都能成为家庭项目。“确定项目后，要和孩子一起订计划、准备工具，在实践中鼓励孩子创新，同时做好过程记录，最后形成图文手册、短视频等成果。”她以包饺子为例展开说明：“这个项目不是简单的烹饪课，而是让孩子了解饺子的文化、挑选食材、动手制作、创意改良，最后品尝成果、分享故事。孩子可以从中感受到创造的快乐。”

张晓容强调，要想实现从“作业”到“创作”的转变，家长的角色转变尤为重要，要从“监督者”变成孩子的“成长合伙人”，多倾听孩子的想法，还可以为孩子提供展示成果的物理空间，评价孩子时要多夸过程、少看结果，关注努力和进步。此外，还要允许孩子试错，让孩子知道做不好、重来都没关系，在挑战中学会从容应对困难。

对于这种方式的长期价值，张晓容认为：“以项目式方法鼓励创作，短期来看，孩子可以做出实实在在的作品；长期来看，孩子能养成解决真实问题的能力和因兴趣而主动学习的习惯。更重要的是，当孩子在心底埋下‘我能行’的种子，就逐渐拥有了面对未来挑战的宝贵底气。”

参与志愿服务  
传播“玫瑰”芬芳

当孩子的视野从家庭转向社区、社会，能获得怎样的成长？成都市志愿服务联合会秘书长钟平为家长们解读了志愿服务的独特价值，并就参与志愿服务的方式给出了可行性建议。

“志愿服务能让孩子在服务他人、解决问题的真行动中，锤炼面向未来的关键能力，培养社会责任感与人文情怀。”拥有20多年公益行业工作经验的钟平，见证了許多孩子在志愿服务中的蝶变，“我记得一

寒假既不是学习的“暂停键”，也不是“宅家”的代名词，而应是孩子们成长旅程中的“加油站”。在这个假期里，孩子们如何“玩”出新能量，既收获成长的喜悦，也不失童年的乐趣？家长们如何引导孩子从被动完成作业，转向主动探索、大胆创造，在实践中收获成长？

近日，四川省家庭教育公益宣传活动天府家长“慧”2026年第一期开讲，以“假期不设限，成长有创见”为主题，一线校长、资深教师与公益领域专家为家长们破解寒假育儿焦虑，分享假期的多样化“打开方式”，助力孩子在自主探索中培育创新素养。

## 假期家访正当时

■ 陈华忠

家访，作为班级管理的关键环节与家校沟通的核心渠道，是教师非常重要的工作职责之一。当下，越来越多教师采用便捷的“电子家访”，可我却认为，传统的上门家访依托面对面的真诚交流，不仅能让教师更深入地了解学生及其家庭，为差异化教育筑牢基础，更能凝聚家长对学校工作的认同。

寒假已到，恰是开展传统家访的有效时机，我呼吁老师们“走出”网络通讯工具，走进学生家门，和家长们开展一场家校共育的深度对话。

朱小蔓教授曾说：“每个孩子都会有一些校外的故事，都会有一部家庭成长史。通过家访，了解学生的一个侧面，对于教师因材施教的工作太重要了。”的确如此，课堂与校园之外，学生的家庭生活藏着其个性形成、行为习惯养成的深层密码，传统家访也许能帮教师找到那些“棘手难题”的答案——

走进学困生的家庭，或许能找到成绩背后的家庭困境或教育误区；走进优等生的生活，可能会发现其光环下的心理压力或能力短板；探访贫困学生或家庭遭遇不幸的学生，教师的到来或许能成为一缕暖阳，为孩子与家长带去慰藉与希望。家访让教师得以更全面地掌握学生的生活环境、个性特点与内心情感，为个性化教育提供精准依据，同时，能让学生感受到教师的可亲可敬，在心灵深处产生情感共鸣，拉近师生距离。

不过，家访不是“乱访”，教师需要做足充分的准备工作。

一方面，明确家访的目的与核心内容，让家访更具针对性。教师需结合班级工作实际与学生个体情况制定目标：或是向家长反馈学生问题，寻求家校协同解决；或是增进师生、家校情感，凝聚教育共识；或是深入了解学生在家表现，完善教育认知。另一方面，要全面掌握学生与家庭的具体情况。提前梳理学生在校的学习成绩、行为表现、优缺点等，明确需向家长汇报的内容；同时了解有助于教育教学的学生家庭必要信息。此外，教师还应预设家长可能提出的疑问，提前思考如何回应，并主动征求家长对学校教育的意见和建议，明确需要家长配合的具体事项，推动家校在教育目的、要求与原则上达成一致，形成教育合力。

每个家庭的教育理念、沟通方式各不相同，家访要取得预期效果，需讲究沟通技巧。

一是尊重为先，平等沟通。教师与家长是平等的教育合作伙伴，无尊卑高低之分，无论家长的职业、文化水平如何，教师都应该理解并尊重对方想要教育好、培养好孩子的真挚愿望。

二是因人而异，精准施策。针对不同类型的家长采取差异化沟通方式：对“溺爱型”家长，要指出过度溺爱对孩子独立人格与自主能力的危害，引导其做到爱而不溺、严慈相济；对农村地区部分“全托型”家长，需耐心讲解教育的系统性，扭转其“教育只是学校事”的认知。

三是多报喜少报忧，以鼓励为主。家访的核心是传递正能量，应优先向家长汇报孩子的优点、进步与特长，哪怕是微不足道的小进步，也要重点提及，让家长看到孩子的潜力与希望。在肯定的基础上，再客观、委婉地指出学生存在的问题，与家长共同分析原因、商讨具体的教育措施，必要时可让学生参与其中，倾听其想法，激发自我改进的动力。

四是学会倾听，双向互动。家访不仅是教师的“单向宣讲”，而是家校的“双向交流”。要给予家长充分表达的空间，耐心倾听其对孩子的期望、对教育的困惑与对学校工作的建议，从家长的诉说中捕捉学生在家的真实状态与深层需求，让后续教育更具针对性。

每次家访结束后，教师应及时记录家访目的、过程、达成的共识、家长的建议等关键信息，并结合家访情况对学生重新进行分析评估，制定个性化的教育方案与措施，让家访的成效真正落地到学生的日常教育中。

在信息技术高度发达的今天，电子通讯工具在家校沟通中固然发挥着重要作用，但要构建学校、家庭、社会“三位一体”的教育共同体，传统家访仍具有情感深度联结、凝聚教育合力等显著优势。老师们不妨利用这个寒假，走进学生家庭，开启一场有温度、有深度的家访之旅。

## 走，到“自然课堂”去

久居于喧嚣与繁忙的城市，孩子们眼睛里那抹属于自然的星光，似乎正悄然暗淡。身为父母，亦为教者，我深谙大自然是一部无字之书，蕴藏着无穷的智慧与诗意。

假期的大好时光，是走进“自然课堂”最好的契机。去年暑假，我和几位好友相约出发，携孩子共赴千层河与巴山大草原，以脚步丈量天地，以心灵阅读山川。

晨光温柔，如纱似雾般覆上大地。孩子们如一群振翅欲飞的小鸟，雀跃不停，眼中闪烁着未曾蒙尘的期待。不过，我们很快就发

觉，这趟旅途远比想象更为崎岖。脚下的路，因连日雨水与众人的跋涉，愈发泥泞弯曲，仿若自然为我们第一重试炼。

孩子们小小的脸庞沾上了泥点，鞋履沉重，步伐却未曾犹疑，或握紧父母的手，或与同伴彼此搀扶，一步一步，走得认真而坚定。我们作为父母，是向导，更是同路人。以目光鼓舞，以言语温暖，为他们拂去倦意与彷徨。而我还是一名教师，更在这段崎岖中看见了他们破土而出的韧性——那是教室之外，最动人的成长。

千层河的流水清浅灵动，时而潺潺如私语，时而奔涌成瀑，白练垂空。孩子们纷纷驻足，以手触水，感受清凉与清澈在此刻沁人心脾。他们学会观察，学会欣赏，更学会敬畏。每一滴水皆藏天地的奥秘，每一块

石头都叠印光阴的痕迹。我们静静守候，看他们在自然之中探索、发问、领悟，心中如有清泉流过。

连日的雨让山径更加难行，但我们未停步。父母们相互扶持，孩子们也模仿着大人模样，彼此喊一句“加油”，道一声“你能行”。清脆的童声在山谷中回响，汇成旅途中最美的乐章。也正是在这样的跋涉之中，亲子之间靠得更近，同伴之情也愈加深厚。

当我们终于走出千层河的幽深，巴山大草原豁然展现于眼前。孩子们在草原上奔跑、嬉戏，如一群被解放的云。他们追逐彩色气球，与风共舞；或仰躺在草地，望白云流过蓝天，静默沉思。他们远离屏幕与喧嚣，回归本真的童年；而我们，看见了他们眼中重新点亮的好奇与纯粹。

作为教师，我深知这样的经历何其珍贵。我们围坐分享，有孩子说，他学会了坚持；有孩子说，他明白了合作；还有的说，他爱上自然的美与神奇。这些感悟，远比课本上的字句更加鲜活、更加深刻。立于山巅，眺望这片辽阔之地，我的心中涌动的是感动与敬畏。

归途之中，孩子们沉沉入睡，嘴角仍漾着甜甜的笑意。我知道，有一颗名为“美好”的种子，已悄悄落于心田。这一次出游，不仅是一段旅程，更是一场父母亲与子女之间、人与自然之间的深度对话。它提醒我们：教育，从不限于四壁之间，只要愿意走出家门去，自然万物，皆是课堂。

寒假到了，我和孩子们又该走进“自然课堂”了……

■ 李芳