

# 家长如何学会对孩子放手

■王殿军

当下,家庭教育的重要性已得到家长、学校和社会的广泛认可。但是在具体家庭教育过程中,家长往往有困惑:应该管什么不应该管什么?怎么把握家庭教育的“度”以达到好的教育效果?这些都是值得每一位家长在家庭教育中思考的命题。

## “直升机”和“甩手掌柜”都不利于孩子成长

现在的家庭教育存在两种截然相反的情况:一类是“直升机家长”,恨不得全天候对孩子紧盯不放,事无巨细安排得异常周密,试图完全控制孩子的成长和发展过程;另一种情况则是完全不管,放任自流,家长基本不关心孩子的成长和表现,有的家长甚至把教育孩子的责任完全扔给学校,认为学校是专门的教育机构,把孩子交给学校就万事大吉了。这两类家庭教育方式都不利于孩子成长,都是家长没有定位好自身角色,以致不能正确把握亲子关系的界限。

“直升机家长”是无形中把孩子当成了自己的私有财产或附属品,没有将孩子看作一个独立自主的个体,觉得既然孩子是自己生的,就有权利决定和控制孩子的一切。

“甩手掌柜”式的家庭教育方式是另一个极端,家长没有尽到自己应尽的责任。孩子上学以后,学校只承担了一部分教育责任,并不代表家长就可以完全撒手不管了;家长仍需要关注孩子在学习、生活、情绪等各方面



面的状态,做孩子成长的陪伴者和坚强后盾。

## 表率、习惯和情绪是家长不能撒手的责任

身教重于言传,家长要做好孩子的表率 and 榜样。身为家长,第一个不能撒手的就是对自己的要求,时时注意自己的一言一行对孩子带来的影响。父母关系、家庭氛围、父母的心理健康状况及为人处世的态度等,都对孩子产生着潜移默化的影响。家长的示范作用是别的教育无法替代的,也

是别的环境无法提供的。仅对孩子说教往往没有效果,行胜于言,家长用自己的行为给孩子做出榜样才是最好的家教。

孩子的样子就是家长的一面镜子,孩子的问题很多时候映射的是家长的问题。所以家长在对孩子提要求之前,可以先反省一下自己:我对孩子提的要求自己做到了吗?我平时的言行有没有给孩子做出好的榜样?

家长不管工作多么忙碌、精力多么有限,在孩子回家以后也最好能关注一下他的情绪,尽量为孩子营造一个相对和谐宽松的家庭氛围。孩子在

学校处于紧张竞争的气氛中,回到家以后要让他舒缓一下压力,适度调节学习生活节奏。当感觉到孩子有情绪方面的困扰时,及时了解原因进行疏导,帮助孩子走出心灵困境。

## 家长适当放手孩子才有成长空间

不少家长也明白对孩子的爱要有界限,但在实际生活中总是容易过度关注孩子,“关心则乱”,最后变成控制,使孩子丧失成长的空间和自主性。家长可以从以下几个方面着手来克服自己的控制欲,学会智慧地适当放手。

不要包办代替孩子的学业任务。大部分家长最关心的是孩子的学业,总想尽自己所能为孩子的学业进步提供帮助,这是人之常情,但是提供帮助一定要界限、方法得当。不要替孩子决定他的兴趣爱好。在孩子的兴趣或特长培养上,很多家长往往从自我出发,按照自己的喜好或功利化目的设计、决定孩子的兴趣方向,没有考虑孩子的天赋特性和真正兴趣,导致孩子痛苦不堪。不要过多干预孩子的学校生活。家长应尊重学校教育的专业性和规律性,对学校教育存在的问题可以建言但不要过多干预。

教育孩子是一个漫长又艰巨的过程,做智慧家长不是一件易事,既要承担为人父母的责任,又要把握好亲子关系界限。总而言之,不能撒手的地方绝不撒手,应该放手的地方舍得放手。

# 国务院教育督导办提示 制止校园餐饮浪费不能“走偏走样”

新华社北京电(记者 胡浩)针对有学校要求学生“背诵餐歌打卡”“浪费一粒米做一道选择题”等做法,国务院教育督导委员会办公室10月10日发布提示,要求“狠刹形式主义歪风,确保制止校园餐饮浪费工作不走偏、不走样”。

今年9月,教育部印发《教育系统“制止餐饮浪费 培养节约习惯”行动方案》,要求通过广泛开展教育宣传、大力培育校园文化、提升食堂管理水平、创新使用科技手段、建立健全制度体

系等举措,坚决制止学校餐饮浪费行为,切实培养青少年勤俭节约习惯。

国务院教育督导委员会办公室表示,行动方案印发以来,各地各校高度重视,纷纷结合本地本校实际,制定了有针对性、可操作的工作举措,有效制止了校园餐饮浪费现象。但值得注意的是,个别地方和学校认识不准确、理解不到位,出现了要求学生“背诵餐歌打卡”“浪费一粒米做一道选择题”等形式主义做法,引发舆论热议。

国务院教育督导委员会办公室要求,准确理解制止校园餐饮浪费工作的政策内涵,严格按照行动方案有关要求,出实招、重实效,做在实处、落在实处,力戒消极应付心态,狠刹形式主义歪风,确保制止校园餐饮浪费工作不走偏、不走样,真正形成制止餐饮浪费、培养节约习惯的长效机制,让勤俭节约成为广大师生内化于心、外化于行的生活习惯和人生态度,从根本上解决校园餐饮浪费问题。

# 教育部明确: 将心肺复苏和急救知识纳入学校健康教育

■叶雨婷

从教育部网站获悉,教育部近日在对十三届全国人大三次会议第6670号建议的答复中指出,将心肺复苏和急救知识纳入学校健康教育,将急救知识纳入基础教育相关课程。

答复指出,在学校开展急救知识教育,对提高学生应对突发安全事件的紧急救护能力具有重要意义。将心肺复苏和急救知识纳入学校健康教育,2019年7月,健康中国行动推进委员会印发《健康中国行动(2019—2030年)》,明确把学生健康知识、急救知识,特别是心肺复苏纳入考试内容,把健康知识、急救知识的掌握程度和体

质健康测试情况作为学校学生评优评先、毕业考核和升学的重要指标,将高中体育科目纳入高中学业水平测试或高考综合评价体系,鼓励高校探索在特殊类型招生中增设体育科目测试。

另外,2017年,教育部印发《普通高等学校健康教育指导纲要》,将心肺复苏、创伤救护等院前急救技能作为大学生健康教育重要内容,明确规定要树立安全避险意识,掌握常见突发事件和伤害的应急处置方法,提高自救与互救能力。

答复指出,将急救知识纳入基础教育相关课程。教育部将结合中小学生

年龄特点,在中小学道德与法治、体育与健康、生物学、地理、化学等学科融入了急救知识相关内容。例如:小学科学课程要求学生了解触电、溺水、异物堵塞气管、蛇虫咬伤等急救的基本知识和基本方法。初中生物学课程要求学生模拟练习人工呼吸或止血包扎等,高中生物学课程专门开设了“急救措施”模块,其内容包括紧急情况下公民必备的最基本的医疗急救措施知识与技能,如常用急救药物的使用、“120”紧急呼叫、心肺复苏、外伤止血、游泳意外的自救、动物咬伤后的处理、煤气中毒后的自救与互救等方面的内容。

# 课文预读“两步法”

■周巧玲

学习语文的第一步就是预习。预习的好处很多。养成预习的习惯后,你不但能更好地学习新课,而且还能提高自学语文的能力。

## 第一步,粗读——扫除障碍。

预习一篇课文,先要粗读一遍。遇到疑难的字、词,要查一查字典、词典,扫除障碍。只有做好这些准备工作,才能通顺地朗读课文,了解课文大意,并加深对课文的理解。

例如:《岳阳楼记》中,“浩浩汤汤”中的“汤”容易读错,当“水流大而急”讲。“薄暮冥冥”中的“冥”当“昏暗”讲,这样就容易理解了。

## 第二步,细读——找出问题。

细读就是认真细致地读。试着分段,概括段意、中心思想。逐句、逐段地读,提出疑难问题。

例如,预习《孔乙己》这篇小说,文章为什么说“孔乙己是站着喝酒而穿长衫的唯一人呢?”并在句子下面画一道线,打上“?”号,等上课时,带着这个疑问用心听老师讲解,那时,会很快明白的。

当然,预习时,千万别忘了研读每课前的“预习提示”和“阅读提示”。“预习提示”主要是针对课文的重点和难点提出一些启发性问题,引起学生的思考,不要求回答,同时提出一些字词,要求学生利用工具书去理解和掌握。

预习可以使同学们尝到学习的快乐,上课时,老师提问,同学们也能对答如流了。