

成长心理室

当孩子想看的书和学校布置必看的内容不一样

暑期阅读,要平衡也要兴趣



孩子的小情绪

1.学校里要求暑假多阅读,各个学科都有,但是我想看的和老师布置必看的书目不一样,怎么办呢?

答:必读书目是基于学生真实的心智发展水平、认知理解能力和阅读特点,从古至今浩如烟海的图书中精心遴选出来的。这些书不仅关乎考点,而且主题广泛、内容丰富、思想深邃,能够极大促进同学们的阅读品味和阅读能力。因此,阅读必读书目是非常重要的。

在保证必读书目阅读量的情况下,平衡必读书目和自选书目,每天可以抽出时间阅读自己喜欢的书,这是不矛盾的,反而是一种有益的补充。

在阅读过程中,除了注重内容和主题,还可以关注写作手法、文本题材、时代意义等非文本信息,同时也可以学习“做笔记的方法”和“阅读不同读物的技能”,学会如何有效阅读。

2.想趁着暑假,看完几本书,可是静不下心来,看一会就想去做其他事,爸妈上班,也没有人能监督我,该怎么完成计划呢?

答:暑假“买书如山倒,读书如抽丝”,管不住自己的确是困扰很多人的问题。

首先,设定一个明确的阅读目标。读书贵精不贵多,明确每天要看看什么、看多少时间,更容易日复一日坚持下去;其次,多种阅读方式能促进计划坚持,比如诵读可以帮助理解,有趣的摘抄、写阅读心得,可以让阅读更深入等;最后,为阅读提供安心的环境,可以和爸妈一起阅读,远离手机、电视,也可以邀约小伙伴去图书馆、书店阅读,分享感悟。

阅读和吃饭一样,是生活的一部分,可以是回家路上、写作业间隙、睡觉前、泡脚时……只要你想,时间总能挤出来。

3.上学时,妈妈怕影响我学习,不给我用电话手表。现在放假了,我想用手表听故事,该怎么和妈妈沟通呢?

答:电子设备有很多功能,不应该成为学习路上的绊脚石。你不妨和妈妈表达清楚,让她知道你使用电话手表的目的,共同商量使用规则,例如每天可使用电话手表的时间段和时长、可使用的功能,以及如若不能遵守规则的处理办法。相信妈妈会理解并认可。

学习方法千万条,无需死磕这一条。用电话手表听的故事,也可以通过阅读来了解,更有利于帮助我们建构知识,提升对文字的感觉,丰富我们的阅读体验。在使用电话手表学习之余,也要多通过其他媒介丰富学习途径。多样化的学习途径可以提升学习效率。自律者更自由,希望你做电子产品的主人。

4.妈妈给我布置了很多必备的语文古诗文,让我暑假打卡,但我觉得很枯燥,记不住,感觉自己很笨。

答:古诗文是我们民族文化艺术宝库中的璀璨明珠,人的情感借由诗词歌赋得到了淋漓尽致的抒发。比如想念一个人时,可以说“但愿人长久,千里共婵娟”;开心时,可以说“春风得意马蹄疾,一日看尽长安花”,是不是瞬间感觉就不一样了?

本报记者
朱丽珍

兴趣是最好的老师,你可以从古诗文中寻找自己喜欢的点,慢慢感受古诗文的魅力。暑假上映的电影《长安三万里》,里面有多篇诗词的背景故事,看完电影后轻松涨知识,建议你去看看。你还可以看《中国诗词大会》,认识中华文化的博学精深,“可意会不可言传”的境界值得借鉴与整理学习。利用暑期时间背诵古诗文,每天打卡任务量也不大,但是成就感满满,同时也能让你开学轻松不少。

家长的小烦恼

1.孩子偏科挺严重的,暑假想让他补一下语文,但是他对阅读没有兴趣,只喜欢做理科的题目。该怎么办?

答:学好语文的关键是平时的积累,培养阅读习惯、训练书写,这两点很重要。多元智能理论告诉我们,每个孩子的兴趣特长是不同的。偏科的原因很多,家长要细心观察,只有对症下药,才能有效果。

孩子喜欢理科说明更擅长理性思考,也可能在理科学习上多次获得成功,体验到成就感而形成的。家长不妨在生活学习中观察并制造机会培养孩子对语文的兴趣,降低目标,让孩子产生自我效能感并感受到自己是学好语文的。家长也要帮助孩子树立敢于挑战困难的勇气,在失败时给予及时的安慰、鼓励和有效的帮助。

最后,建议家长和老师沟通,不妨让老师在课堂多一些鼓励,多看见孩子的进步,及时做正向反馈,孩子就会越来越自信。

2.下班回家,我经常看见女儿拿着手机看小说。我觉得这不是正确的阅读,但又怕不让她看,打击她阅读的积极性。该怎么处理?

答:家长不妨以小说作为切入点,来一步步拓宽她的阅读范围。你可以跟孩子商量一下,图书馆有很多经典小说,与其盯着狭小的屏幕伤眼,不如愉快地看纸质小说,网络上的小说良莠不齐,当你陪着孩子一起去图书馆挑选时,也能了解女儿的品位。可以试着把看小说和老师布置的阅读书籍进行合理安排,让孩子在你的引导下合理运用时间。

有时候,孩子使用手机可能是想要一点娱乐时间,表面是“手机管理”,实际是“生活管理”。处理手机等电子产品的基本策略:和善而坚定,民主而尊重。通过手机管理,教给孩子规则意识,培养自主管理能力,学会沟通合作。

3.假期带孩子出去玩了一趟,总想着他玩开心了,回来能好好学习,但回来后他反而只想看电视,不想做作业。

答:通过电视了解外面的世界也是一种学习方式。家长可以在保证合理用眼的前提下,引导孩子看一些更有意义的内容,了解一些无法从书本上直接获取的知识。作业管理的责任人应该是孩子,你可以和孩子约定作业的时间、数量和质量。让孩子对作业负责,家长多做正向反馈,鼓励孩子成为自律的人。

家长应该给孩子营造一种安静祥和的氛围。做作业时,家长也静下来,在同一空间里看书阅读;完成作业后,家长及时肯定,然后一起动起来,下楼打球、跑步、散步,劳逸结合,增强体质。家长还可以利用好同伴资源,组建学习小组,孩子有同伴陪伴,也就不再沉迷电视了。

4.女儿数学很薄弱,我既想让她补课巩固旧知识,又觉得该预习新知识,还希望抽时间阅读,但又不想太“鸡血”,好纠结。

答:家长要分清孩子成绩不理想背后的真正原因,提高孩子自主学习的动力和愿望。补课与否需要,具体情况具体分析。建议你和孩子商量,如果孩子愿意,合理安排好补习时间,高效完成学习任务,算不得“压榨”,反而孩子会感到充实。

暑假该怎么安排学习时间?如何有效的查漏补缺?家长不妨先花一些时间帮孩子补漏洞,待孩子有信心后,教她预习方法,学会看例题,自己思考解决问题,更利于获得自信。

学习不只是坐在书桌前写作业,在阅读中找到乐趣,去户外探索激发好奇心、培养观察力,参与手工活动培养专注力和创造力……学习是体验,趁着暑假,多带孩子拓宽视野,手脑并用,用发展的眼光培养孩子。

特别感谢

杭州市滨江区
徐晓莉中学德育名师导航站
杭州长河中学 沈世平
杭州滨兰实验学校 明宏欣
杭州滨江实验小学 童艺
杭州长河中学 俞玉丹
杭州江南实验学校 陈颖
杭州闻涛中学 顾行之
杭州钱江湾小学 余燕梅
杭州江南实验学校 陈宁