

暑假里,帮孩子养成这15个好习惯

暑假是培养孩子好习惯的黄金期,有啥习惯需要趁着暑假赶紧培养?今天这篇文章,帮助孩子在假期里养成受益终身的好习惯。



01 自己事自己做的习惯

要不断培养孩子自己的事情自己做的习惯,这样的孩子,将来会散发出一种独特的人格魅力。不论是在思想上还是在行动上,有自己的判断力,能够在生活中自己的事情自己做,不依赖别人。

02 今日事今日毕的习惯

我们需要培养孩子“今日事今日毕”的意识。这样可以有充裕的时间应对可能的突发事件,从而养成从容的心态。比如,让孩子完成功课之后再去玩耍,当天的事情尽量不拖到第二天。

03 参与家务的习惯

让孩子力所能及地做些家务活,主要是培养孩子的家庭责任感,让他明白他是家庭中的一员,有义务帮家里分担一些事情。孩子养成做家务的习惯,对孩子成年后建立新的家庭也大有好处。

04 阅读的习惯

一定要让孩子大量阅读,阅读真的很重要。不用限定孩子必须看经典名著,先从孩子的兴趣入手,只要让孩子养成阅读习惯,能够静下心来看书就可以了。同时,父母的言传身教也很重要,我们可以经常陪孩子读书。

05 有规律的生活习惯

帮助孩子养成有规律的生活习惯,比如每天几点起床,几点吃早饭,几点做作业,几点阅读,几点睡觉。在规律生活下长大的孩子,做任何事都会自发地制定计划,而且比较有耐力。

06 倾听的习惯

父母首先要做到有耐心听孩子说话。倾听孩子说话是对孩子最大的尊重。

父母倾听了孩子说话,也要告诉孩子耐心倾听别人说话,理解别人。让孩子学会尊重别人的意见,让孩子懂得帮助别人。

07 自省的习惯

每个人都需要自省。通过自省,发现自身存在的不足而改进,就会不断进步,日臻完善。

告诉孩子,犯错不要紧,但是不要重复犯错。要求孩子有错必改的关键是培养孩子自省的习惯,经常反省自己的言行。

08 敢于怀疑的习惯

鼓励孩子尝试,也鼓励孩子怀疑,带着知识疑点问老师、问同学、问家长,培养孩子勇敢自信、敢于担当、独立思考的精神。

提问是主动学习的表现,能提出问题的孩子大多是学习能力强的孩子,是具有创新精神的孩子。

09 控制情绪的习惯

孩子的情绪要有宣泄的空间,也要有调节控制的习惯。

比如孩子遇到难题,烦躁了,告诉孩子,遇到困难,烦躁、发脾气都没有用,不如先去做点别的轻松的小事,让心平静下来,再回头解决问题。

10 自学预习的习惯

提前预习,是培养孩子自主学习的精神和自学能力、提高听课效率的重要途径。提前预习教材,自主查找资料,研究新知识的要点、重点,发现疑难问题,从而可以在课堂内重点解决,掌握听课的主动权,使听课具有针对性。

在暑假里,我们可以陪着孩子,简要预习一下下学期的内容,培养孩子自觉预习的习惯。

11 独立做作业的习惯

家长可以陪孩子一段时间,但一定要想办法从

中抽身。如果不抽身,孩子的独立性就不会养成,那么他会越来越苦恼,越来越不自觉,“陪”的效果也将越来越小。

12 复习归纳的习惯

复习就是消化知识,加深理解和记忆,达到举一反三。复习也就是通过对知识、对解决问题的思路进行提炼,进行归纳整理。

让孩子每天尽量把当天的东西都复习一遍,每周再做总结,一章学完后再总复习一下。既可以加深印象,也更利于形成体系。

13 运动的习惯

家长要鼓励孩子多运动。只有多运动,才有可能少生病。学习或者其他事情,都不应该成为阻挡孩子运动的因素。

家长可以多带孩子去运动、散步、郊游,这不仅是为了孩子健康,更是为了孩子开阔视野,把握与人交流的好时机,这对孩子一生都有巨大的影响。

14 节约的习惯

每个人的节俭不仅仅显示了个人的道德观与生活能力,也与整个人类生存发展密切相关。一个人从小就应该培养节约的习惯。

节约每一分钱的实质是节约资源,并从中体验人类的高尚情感与博大智慧。不浪费是美德须提倡,该花的钱就花,不该乱花的要控制。

15 按计划做事的习惯

假如孩子提出某项请求时,我们总是轻轻地问一句:你的计划呢?当儿童逐步习惯了行动之前做计划,一个伟大的变化就开始了。

如果,我们耐心地与孩子讲述他的计划,并使计划趋于可行,那么,孩子也就悄悄地成熟起来了。做大事要从小事做起,譬如每天临睡之前,将第二天穿戴的衣服或使用的东西摆放整齐,就是儿童做事有计划的必要训练之一。

(杨洁丹整理)

教师
手记

印在心间的温暖

邓森芳

“双减”延时服务,随着时代的脚步应运而生。为人师者,我们是延时服务者,我们也是延时服务亲历者,和孩子们相处的时间被拉长。授课的课堂上,我们是传道解惑者;而延时服务的课堂上,我们更像是他们成长的陪伴者。

第一日那一幕

“孩子们,开吃……”一天的照常工作,接下来就是延时班了。本该四点半回家的孩子们,如今要六点才放学,小肚子该打鼓了,让他们垫垫肚子。我坐在讲台边的椅子上休整片刻,准备投入另一场战斗。

一只小手、一片面包出现在眼前。“老师,给你……”抬眼时,我怔住了。这可是我们班数一数二的发脾气大王,可谓全年级闻名的级别。虽然接班没几天,已经有数位任课老师向我告他的状了,平时课上也沒少和我“交战”,如今……一时之间不知如何是好。可此时眼前明明是一张稚嫩的脸,眼中闪烁着期待的神情,“老师……”我不再犹豫,接过他手里的那片面包,塞进了嘴巴里,一边咀嚼一边说:“真有些饿了。”他对我真诚地笑了,我也微笑着。台下的孩子们看着台上的这一幕,都走上前来,递给我食物,就像春游秋游时那样。“谢谢大家,老师饱了……”老师真的饱了,被大家暖暖的热情喂饱了。

后来好几次,总是他不忘给我食物,虽然在课上还是每每惹人生气,可是那一刻的真情仿佛可以把一切不快抵消。我想,师生之间的那份情谊,就是这样在不经意间静静流淌,你并不知道它在哪一刻到来,但总是能温暖人心。谢谢你,孩子,谢谢你的面包。

最后一日那一瞬

上学期最后一次延时服务,本该是考完语文的那天,因为我要去外校批卷,所以把延时服务换至前一周周末。学期就要结束了,配餐公司也很是人性化,给孩子们配上了礼物,一个大大的大白兔奶糖,甬管里面装着啥,光看外表就很让孩子们兴奋了。上午上语文课的时候食堂阿姨就迫不及待地拎到教室,我把那一大袋象征快乐的大白兔奶糖放在讲台台下。孩子们虽然很期待很好奇,却还是认真地上完一天的课,让大白兔静静地待在讲台台下。

回家作业做得差不多了,窗外天色渐晚。灯光下,看着孩子们认真做作业的小脸,感慨万千。随着年级的递增,孩子们知识学得深了,作业自然多一些。下课时还能听到些欢声笑语,可是自修时孩子们不像低年级那样随心所欲了,大多数时候他们守规矩、懂道理,正襟危坐。为了让他们放松一下,我提前分发了那个大大的大白兔奶糖。孩子们的快乐是如此简单,他们拿着糖果,笑得像三岁的娃娃,捧着大大的糖果,还舍不得拆开。

我召集大家顺着座位向中心靠拢,孩子们高举着奶糖,我给他们拍下了这快乐的瞬间。每一张笑脸都是发自内心的淳朴,年少真好,和少年在一起真好。那一瞬间,他们的快乐感染了我,不知是谁,剥开了那大大的大白兔奶糖,原来里面是很多小小的奶糖;不知是谁,递了一颗给我,塞进嘴里,甜到心里。我知道陪伴他们成长,本身就是一件幸福而甜蜜的事。我是老师,我爱我的孩子们。

(作者工作单位:无锡市旺庄实验小学)

