

课后忙,双休日更忙 孩子玩的时间去哪儿了?

儿童节这个充满童趣的节日,人们把目光聚焦到孩子的玩乐中来。锡城孩子课余时间有多少时间玩?5月31日,记者随机对我市339名小学生家长开展了微调查发现,部分孩子课余时间被各类作业占领,双休日被家长安排得满满当当,几乎没了喘息、恢复精力的时间。有小学一年级孩子在学习用“为什么”造句时抱怨家长布置作业多,写道:“为什么作业那么多?”闲暇时间被挤占,孩子自主支配、积极利用闲暇时间的能力弱,不利于他们身心健康和长远发展。孩子玩的时间和能力,该怎么补?

孩子课余时间多忙于培训、赶作业

日常生活中,锡城儿童的课余时间主要用在了哪里?随机调查数据显示,有61.9%的家长认为,做包括学校老师、机构、家长布置的各类作业是放学后孩子耗时最长的活动。其中26.5%的小学生做各类作业时长在2小时以上,有20个小朋友每天要花3—4小时做作业。课余时间被大量作业挤占,孩子不仅少了放松、自由支配的时间,甚至连睡眠时间也受影响。调查中了解到,有64.5%的小学生每天睡眠时长在8至9小时,还14名家长反映,孩子每天睡眠时间不足8小时,达不到《义务教育学校管理标准》中“家校配合保证每天小学

生10小时睡眠时间”的要求。

三年级学生梓萱的妈妈介绍,孩子早晨起床到上学通常需要1小时,时间紧、节奏快,没多余的时间做其他事。放学后一到家孩子通常吃些点心垫肚子再做作业,通常要完成包括老师、培训机构以及家长要求做的各项训练,需要2到3个小时。刨去吃晚饭、洗澡、饭后散步以及按要求读半小时课外书的时间,梓萱在9点睡觉前几乎没有自由支配的时间。

有些孩子双休日还要辗转数个培训机构,依然没有时间自由支配。数据显示,超过47%的孩子每周课外培

训时长在3小时以上,其中有17个家庭的小学生每周课外培训时间超过8小时。有家长反映,孩子双休日比平时上学更忙,午饭来不及吃,只能在车里吃外卖。张女士的女儿上小学五年级,双休日都用在赶作业和上课上。她要求女儿周五晚上完成学校布置的作业,双休日上语文、英语、数学、舞蹈等6个培训班,周日下午空出了时间完成机构老师布置的各项作业。“她一有闲暇时间就看综艺节目,玩手机游戏,不如给她报培训班,还能多学一些。”张女士如是说。不少把孩子的课余时间安排得满满当当的家长,和张女士看法相同。

时间由家长支配,孩子玩能力在减弱

兼任梁溪区心理教研员的东林小学教师周芸婷介绍,孩子课余时间被家长支配,容易出现亲子矛盾。特别是疫情期间孩子长时间宅家,有些家长把孩子学习的主动权捏在手里,要求孩子做这做那,导致孩子复学后产生厌学情绪。“这段时间不少家长因此大为困扰,寻求帮助。”周芸婷说,“有些孩子沉迷于网络游戏,家长只一味禁止孩子玩或者用报培训班替代并不妥当。家长需要了解孩子在生活中是否缺失比如认同感、成就感等,在游戏中找补回来。找到原因后,家长、学校以及孩子应当一起努力,

把孩子在游戏中的满足感移至生活中。”

她分析,家长大包大揽对孩子成长有害无利。家长无视孩子的需要,任意剥夺他们的自由时间安排学习,孩子一直处于紧绷状态,疲劳应付各种作业和课程,学习效率大打折扣,由此会导致心理问题、亲子矛盾等一系列问题。值得注意的是,有的孩子平时玩的时间很少,一有机会报复性地玩,甚至通过一些消极的方式消遣。还有的孩子从小被家长安排习惯了,即便有了自由支配的时间,自己也不会合

闲暇教育是为了更好地“出发”

教育专家裘指挥此前关注到闲暇时间的教育价值。他认为,个体明智且有个性地安排自由时间,能够维持一个人最佳的精神状态,保持身心愉悦,有利于后续体力、智力获得最佳发挥。闲暇时间对孩子的重要性不言而喻。缺少自由支配时间,玩的能力欠缺,该怎么补?

专业人士乃至部分家长都认为,应该把属于孩子的时间还给他们,各方都需要为此努力。多位家长深感,从小培养孩子自主安排时间对孩子大有裨益。“我们看到周围有孩子被家长赶着到处学习没有一点空闲,孩子学习不自觉,还容易出现逆反心理。我们家坚持让孩子做好作业后

自主安排时间,对她习惯养成以及各方面发展都有好处。”四年级学生周栎萌家长说。

在刘馨萍看来,父母需要正确认识自己孩子的能力,摆平心态,把对孩子过多的关注和爱降下来,给孩子自由支配的时间、空间并加以引导。孩子小时候,家长就要做好养育规划,引导、培养孩子积极、支配时间的能力。父母根据孩子年龄段适当放手,给孩子一定的空间和自由,这是孩子独立的开始。“家长是孩子的榜样和模仿对象,需要多花心思平时高效陪伴孩子,多和孩子沟通并引导他们发掘兴趣,引导孩子空闲时可以玩什么并做好安排。比如对于一定年龄段的孩子,在双休日或者节

理支配,有创造性、有意义地玩,恢复精气神。“这部分孩子玩的能力缺失,主动性、创造力、想象力都会受到影响,不利于长远发展。”

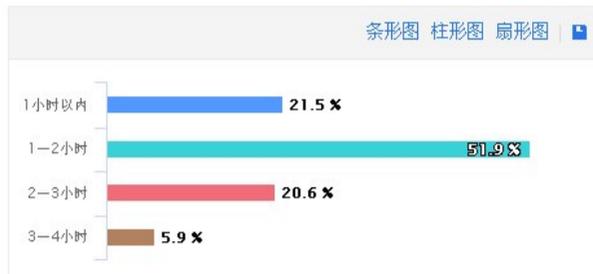
无锡市妇女理论与家庭教育研究会专业人士刘馨萍认为,孩子课余时间被家长安排,失去了支配时间的主动权的背后,暴露出了家庭教育中存在的问题。父母一厢情愿,缺少亲子沟通,安排和行动不从孩子需求出发,是问题产生的根源。事事安排、包办的家庭,容易养出外表光鲜却不经磕碰的“草莓族”孩子。

假日让孩子自主安排两餐之间的时间。”刘馨萍说。

周芸婷说,学校要培养学生正确的课余时间观,通过丰富的活动,培养他们创造性、有意义地玩,“近年来,不少学校通过课题引导,比如东林小学开设的‘玩文化’课题,侨谊实验中学正在推进的江苏省品格提升工程项目‘智享闲暇时空’,连元街小学的‘慧学周’等,为学生挖掘、发展兴趣提供了更多空间。”此外,社会层面也需要为学生课余活动提供更多平台,比如社会组织公益活动鼓励孩子参与,社区进一步健全功能,为孩子假期创设更多具有吸引力的活动,而不只是解一时之渴。

(陈春贤)

平时放学后做作业(包括老师布置、机构、家长要求加练)用时多长?



你家孩子每天睡眠时长?



放学后到睡前,耗时最长的活动是?



报业小记者对话 援鄂归来的医护人员

本报讯“你们在救助危重症病人的时候会害怕吗?”“你们最想对家人说什么呢?”昨日,两名援鄂归来的医护人员董文霞和程浩然与40名无锡报业全媒体小记者面对面交流。小记者们聆听了两名抗疫英雄的故事,从他们的分享中汲取成长营养。

董文霞是江南大学附属医院第二批援鄂医疗队组长,从业15年的他拥有丰富的临床经验,“我作为组长,还有一项特殊使命,就是带领我的26名同事平安归来。”“我们曾抢救了一名86岁高龄的老人,他治愈出院时的一句‘谢谢’让我们十分满足,后期老爷爷的孙女还发来了感谢视频。”在董文霞眼中,抗疫英雄也是普通人,他们在各自的岗位上完成自己的使命和责任,“我希望你们都能拥有责任心和信心,在家做一个好孩子,在校做一个好学生,对自己有信心,对国家有信心。”

“我是一名护士,能第一时间发现患者病情有变的人就是我们。”程浩然是无锡第一批援鄂医疗队队员,扎根武汉江夏区第一人民医院重症组。程浩然回忆到,他们抵达武汉时,偌大的武汉火车站除了迎接他们的工作人员外空无一人,“我们的到来就是给武汉注入信心和力量。”在武汉的五十多天里,悲伤与感动的情绪交织,程浩然将自己的所见所闻所感娓娓道来,以亲身经历告诉小记者“自我认同”的重要性,“作为一名男护士,我很喜欢现在的自己,也希望大家都能找到想成为的自己。”

六一节到来之际,无锡报业全媒体小记者于2天内参与8场活动,收获知识,拓宽眼界。上周末,200余名小记者参与小报童公益卖报活动,为完成“1小时卖3份报纸”的任务,他们提前准备售卖策略。此外,小记者们还在西漳蚕种场了解蚕种养殖业,在梦想马术俱乐部揭开马术运动的神秘面纱……家长们纷纷表示,希望孩子能多多参与到正能量活动中,获得更多锻炼的机会。

(杨涵)