



蚯蚓老师习惯养成课(1)

编者按:本学期,第一批“20后”正式踏入小学校园,“小萌新”们从幼儿园“自由玩耍”过渡到小学的“遵守规则”,面临不小的成长“关卡”,不少家长也陷入了“一写作业就鸡飞狗跳”的焦虑之中(详见本报9月19日三版)。那么,应该怎样用科学的方法与平和的心态来帮助孩子养成良好的学习习惯呢?本报今起开设《蚯蚓老师习惯养成课》专栏,由衢州市实验学校教育集团新湖校区资深班主任曹秋英老师(笔名曹蚯蚓)执笔,由她带给大家一组接地气的家校共育指南——没有高深的理论,只有源于校园的细腻观察和实操策略,只为陪孩子迈出坚实的第一步,共同书写一段美好的成长故事。



让孩子学会倾听的“秘密武器”

曹蚯蚓

● **作者简介:**曹秋英(笔名:曹蚯蚓),高级教师,浙江省作家协会会员,浙江省十佳智慧班主任,出版《做个奇思妙想的班主任》《从憨憨到耿耿》《从懵懵到懂懂》等7本专著。

今天我要跟家长们聊的是倾听。听不仅是听到,更是专注、理解,会倾听的孩子,学习也会更高效。我有以下几个方法:

● **主指令明确又简单**

明确,孩子能马上知道做什么;简单,不会把孩子绕晕。我们课堂上用的口令“小眼睛看老师,小嘴巴不说话,要发言先举手……”孩子一听就懂,马上就能照做,这样他就会愿意、乐意去做。在家也一样,比如让孩子帮妈妈拿包,可以说“请帮妈妈把玄关柜上的包拿来”。指令清楚,孩子听得明白,效率自然就高了。

● **把听变成游戏**

孩子天生爱游戏,若是把倾听训练变成游戏,他们会乐此不疲。这里介绍三种小游戏:第一种是“火车接龙”,这是我们课堂上常常玩的一种游戏,老师说“夏天来了,天气——”孩子接上去说天气怎么样了,这可以训练听觉和专注力。第二种是“找不同”,交流时,故意说错儿歌或者生活中的小事,让孩子抓住“错误”,比如“我把垃圾桶扔进香蕉”,孩子肯定能指出不当之处,在家玩的时候可以根据孩子的水平设置难度。这种游戏很方便,随时随地都可以玩,玩的时候也不局限于大人问,也可以让孩子问,大人纠错,孩子听大人的答案是否正确。第三种是“听声辨位”,让孩子闭眼,大人在不同的位置拍手、摇铃,让孩子指方向。

● **倾听也需仪式**

我们每次上课前,都有一句口令“铃声响,进课堂,坐端正,小手小脚管管好”,这个口令念完,孩子就知道上课了,注意力就会转移到课堂。同样的,每

次需要孩子认真听时,爸爸妈妈们也可以用小口令,如“小眼睛,看妈妈;小耳朵,竖起来”,说完,静等三秒钟,等孩子把眼睛看向大人再开口。课堂上我都会要求孩子,听课的时候手里不能有东西,手里拿着东西会分散注意力,听的效果会打折扣。爸爸妈妈在家里也可以这样提醒孩子,听别人说话时,双手不能拿东西,轻轻地搭在膝盖上。

● **言传不如身教**

大家有没有同感,孩子不听爸爸妈妈说话,往往是因为爸爸妈妈没有好好听他把话说完。有一天早上,一个孩子哭着走进教室,我看着他的眼睛,问他发生了什么事,静静地听他把话说完。说完,他就平静多了,也不哭了。孩子说了,我们听了,他知道有人在乎他的感受,理解他,心情慢慢就恢复了。

同样,当孩子特别兴奋地跟我们讲学校里的事时,一定不要做扫兴的父母,“别叽叽喳喳,吵死了”“这事哪里有趣了”,请放下手机,看着他,点头,还可以重复他说话的最后几个字,也可以就这个话题跟他再进一步聊聊。比如,今天孩子回家说音乐课好好玩,老师用游戏的方式让他们体验了旋律的快慢,大家玩得可起劲了。我们就可以问:这个游戏是怎么玩的,可以教我玩一下吗?同学们一定都很喜欢吧?孩子会觉得爸爸妈妈很关心他的学校生活。

● **每日悄悄话时间**

这跟每日睡前阅读一样,每天晚上固定5分钟,凑近孩子的小耳朵,小声地说几句悄悄话,让他传给家里的其他人。这个游戏,很有趣,特别考验听力。玩这个游戏的时候,一开始简单点,不要太长,或者要求低一点,只要意思对了就可以。

教师手记

心有微光
方能振翅飞翔

邱云燕

小乐是班上一名安静内敛的男生。父母外出打工,由奶奶负责照料他的生活,姑姑偶尔辅导学习。他喜爱阅读,心思细腻敏感,在集体活动中却总是往后退缩。课堂上很少举手,小组讨论常常沉默地坐在角落。旁人眼中,他乖巧听话,可事实上,这份安静之下,藏着深深的自卑。

幼鸟困樊笼,心有千重障

和小乐妈妈的交流,让我看见孩子内心的挣扎。在家整理错题时,他会自我否定:“我就是不如别人,怎么学也没用。”考试失利便久久走不出低落,习惯把所有问题归咎自己。班级竞选班干部,内心十分向往,却不敢报名。他和妈妈说:“就算选上我也肯定做不好,同学们不会信服我的。”话语之间满是不自信。

在校的细节同样值得留意:跑步落在后面,他会躲闪同学的目光;绘画作品获得表扬,他也低头回避赞美。并非他缺少能力,而是内心早早给自己贴上“我不行”的标签,惧怕失败,干脆选择不去尝试。

萤火虽微弱,亦有属于光

孩子外在的怯懦,只是内心的保护外壳。通过家校沟通,我找到了问题的根源。爸爸外出务工,奶奶和他并不亲近,还常常拿他和别人家的孩子做对比,总夸赞别的孩子优秀,却看不见小乐的付出。频繁的比较放大了他的缺点,长期的否定让他形成了固定型思维,习惯以结果定义自我。事情稍有不完美,便全盘否定自己。他渴望同伴的认可,内心却认定自己比不上他人。

自卑从来不是一朝一夕形成的。缺少正向反馈,让孩子看不到自身闪光点。教育的意义,就是帮孩子拨开心中迷雾,发现属于自己的那一束微光。

春风化细雨,助鸟向晴空

找到问题根源,我开启点对点帮扶,用陪伴和鼓励化解他的自我怀疑。我上门家访,与奶奶真诚沟通,建议不再拿孩子和旁人对比,不只紧盯分数,多看见努力的过程,多用鼓励代替指责,接纳孩子的不完美。

学校里,我多次找孩子一对一谈心,引导他转变思维,练习积极的心理暗示,告诉他暂时做不好不等于能力差,遇事可以告诉自己:“我大胆试一试,不完美也没关系。”我教他简单的行为小方法:上课正视讲台,与人交流试着平视对方,从小细节积累内心底气。

我给他安排合适的班级任务,让他担任卫生组长。在工作中适时给予指导,抓住亮点在全班面前表扬,让他在实践中收获成就感。班会课播放《叫我第一名》,引导全班同学正视不足,小乐内心深受触动。

我持续跟进小乐的状态,同步家校信息。慢慢地,改变悄然发生:课堂敢于举手回答简单问题,小组讨论愿意表达想法;面对错题不再消沉,主动寻找原因;面对失败,学会思考如何改进。如今,他已经敢于尝试、敢于争取,敢于表现自己,不再躲闪怯懦了,眼里藏着亮晶晶的光芒。

教育是一场温柔的坚持,每个孩子都有自己的成长节奏。愿每一个内心自卑的孩子,都能被看见、被包容,守住心中微光,向着属于自己的晴空振翅飞翔。

运动之风
浸润校园

新学期开学以来,江山实验小学校园运动氛围愈发浓厚。学校落实“阳光运动两小时”要求,优化大课间活动内容,开设体操、围棋、篮球、足球等特色运动项目,稳步推进体育“学、练、赛”一体化发展。竞技运动与智力运动兼备的课间体育活动,让孩子们在运动中强健体魄。图为近日孩子们在踢球。

记者 顾欣桐 摄

