

浅谈家庭教育中习惯和能力的培养

李倩

(青岛莱芜一路小学, 山东 青岛 266071)

摘要:一直以来孩子的教育问题都是大家广泛关注的重点,除学校教育外,如何做好家庭教育也是家长们比较头疼的一个问题,此文针对家庭教育中孩子的好习惯培养方法,家长对待孩子日常成绩的态度以及在培养孩子表达能力和计算能力等方面所需采取的措施,就如何开展美好教育理念下家庭教育和学校教育的有机结合,在此结合期末家长会开展家校活动进行简单总结。

关键词: 家校教育 习惯培养 陪伴成长 家校合作 能力培养

中图分类号: G623.9 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-9082(2022)03-0191-03

一、习惯培养

1. 平日学习

对于低年级的孩子,老师对孩子学习上的关注点是注重孩子平日的学习过程、努力培养孩子形成“良好的学习习惯”(包括:专心听讲的习惯、每天读书的习惯、规范书写的习惯、按时作业的习惯、及时巩固复习的习惯)和“自主学习的能力”(主要表现在会认真听讲、善于动脑、乐于交流、能抓紧时间自己独立完成作业、学会自己检查确保质量、有能力的孩子还会进行拓展练习)。应该说,一个学期下来,老师们觉得班级的每一个孩子在学习上都是有收获和进步的。

所以,家长们以平和与理智的心态,在陪伴孩子学习、成长的过程中多进行自我反思与自我完善,就能很好地找到教育好孩子的用力点。

课前预习—上课听讲—课后复习是有效学习的三部曲。关于复习:人的大脑是一个记忆的宝库,从“记”到“忆”是有个过程的,其中包括了识记、保持、再认和回忆。正因为如此,学习的过程规范而言应该分为预习—学习—复习这三步。根据美国学者研究,即使是100个完全学会的事物,第一天只能记住60%、第2天40%、第三天30%而已。可是往后的记忆减少就很慢了,1个月后大概还能记住20%,为了不将学过的忘记,复习很有必要。当天复习由于记忆犹新,所以学习过的能记住,也可达到学习的成就感、满足感。如果两、三天后才复习,由于记忆已经淡薄,所以效率很差,如果完全不复习的话,学过的就渐渐忘记了。一年级的孩子课堂40分钟很少有完全专注高效的,这就需要家长提醒孩子完成作业后进行复习,养成按时复习的好习惯。回想一下这个学期期末复习期间为什么有的家长和孩子感到劳累、为什么有的家长突然发现孩子原来学得不好,这其实都和平日学习缺少复习巩固或者复

习巩固不扎实有直接原因。有些家长习惯于给孩子找各种各样的卷子做,认为这是在复习,其实孩子没有夯实好基础做再多的卷子也没有用。

低年级语文学习重点是拼音、识字、写字、朗读背诵,这些必须通过听写、默写、认读检查等形式加强每日、定期、循环复习巩固。夯实了基础,再给孩子适度练练题型,加强阅读、练笔写话拓展。而数学、英语学科在学习过程中也需要借助语文学习的成果来进行读题、审题以及方法的思考,也就是说,各学科之间是相辅相成、相互影响的。

而中高年级的数学学习已不同于低年级了,抽象知识增多了,知识的综合性增多了,难度加大了。有些孩子一时难以适应,再加上没有好的学习习惯,这样也就很容易出现两极分化。要学好数学,除了孩子与老师的努力,同样需要我们家长的配合。

2. 学习成绩

怎样看待成绩?成绩=意志品质+习惯+方法。等式的左边好因为右边很好,右边的项目实施过程出了问题,左边的结果自然就有问题。笔者深深认同成绩不代表一切,孩子的健康、善良、乐观都绝对高于成绩。但是这并不意味着我们就要抛弃对孩子成绩的要求。如龙应台所言:孩子,我要求你读书用功,不是因为我要你跟别人比成绩,而是因为,我希望你将来会拥有选择的权利,选择有意义、有时间的工作,而不是被迫谋生。当你的工作在你心中有意义,你就有成就感。当你的工作给你时间,不剥夺你的生活,你就有尊严。成就感和尊严,给你快乐。基于此,各位家长一定要在自己孩子缺乏学习自制力的时候,在自己孩子作业质量有问题的时候,在自己孩子学习成绩不理想的时候,在老师真诚与你就孩子的学习及时沟通的时候,在老师精力有限、时间有限的多班教学的时候,尽您家长的职责与义务,一对一,点对点地给与自己孩子个人成绩

提升的最有效指导与帮助。

例如，当老师将当天的作业完成情况进行反馈之后，有的家长会直接向老师询问孩子的问题和原因，有的家长会回家后督促孩子订正补漏，有的家长则不闻不问。从家长的关注程度就能看出家长对孩子的要求是什么样子的，孩子毕竟还小，不可能要求他像成年人一样自律，那家长的监督督促作用就体现出来了，只有老师、孩子和家长三方都共同努力，孩子才可能一直进步，越来越优秀！

二、陪伴成长

1. 三个重视

1.1 重视孩子良好学习习惯的培养

1.1.1 专心听讲的习惯。首先，课堂四十分钟专心听讲是最重要的，也是最有效的。一个会学习的孩子在课堂上肯定是积极认真地参与学习，手脑并用。有部分同学，不会听课，老是要老师来提醒，这样学习成绩必然就会受到影响。

1.1.2 质疑解难的习惯。爱因斯坦说过：“提出一个问题比解决一个问题更重要”。当孩子发现不理解或不会的问题时，鼓励孩子不懂就问，可以问同学，可以问家长，也可以问老师，当孩子能够主动发现提出问题时，就说明他已经完成了解决问题的第一步。

1.1.3 认真阅读的习惯。有一种错误的观念：我的孩子完成“本职”工作已经费力了，还是少读课外书，集中精力务正业的好。“请记住，儿童在学习上表现得越困难，他就越应当阅读。”在阅读时，眼球移动的时间仅占总时间的5%，另95%的时间则是用于思维。孩子的智力发展、思维的唤醒取决于良好的阅读习惯。没有量的积累，就没有质的飞跃。所以要鼓励孩子大量读书、博览群书；读书是一件长期坚持的事，所以还是建议孩子每天至少有效阅读30分钟。

1.1.4 一丝不苟的习惯。书写工整、格式规范，是学习习惯培养的一方面，也是提高数学计算准确率的重要因素，而且能够培养学生认真以及负责的学习态度。比如，解决问题时，要读题、审题、写算式，写单位名称和答语。另外，笔者多次强调题目怎么问我们就怎么答。有些学生偷懒，答语只有两三个字。

1.1.5 独立作业的习惯。我们不仅要复习作业，还要预习作业，要注意提醒孩子认真完成好，并在能力范围内给他们检查。笔者通过了解发现：班级中有些同学在一起互相相对答案，甚至有抄袭他人作业的现象。这些不良现象，希望家长予以关注。

1.1.6 及时检验的习惯。好习惯益终身，习惯的养成不是一天两天形成的。笔者认为该规范的时候要规范，而且要

严格要求、长期坚持。

1.2 重视孩子勤学善问能力的培养

1.2.1 父母不要以大人的眼光来看待孩子。我们不要把自己看来很简单的题目，认定孩子一定会做，他会出错有多方面的因素，这就需要家长的换位思考。家长要善于发现和引导孩子勤思，对他们的提问进行有效的鼓励与表扬，并能及时订正孩子的错误观点。对孩子解决有困难的问题要采取循循善诱的方式引导孩子思考问题，重要的不是教会孩子怎样解决一道题目，而是要教会他们解决问题的方法，培养孩子独立探索的习惯和解决问题的能力。

1.2.2 重视数学语言表达能力的培养。语言是表达思维的重要方式，语言能力的提高可以极大地改善孩子的学习能力，从而有效地促进思维的发展，因此我们应当充分认识孩子语言发展的重要性。在学习生活中要多给孩子创设口述解题思路的机会，让孩子口述自己的方法、过程与思路。交谈时，场合可以随意一些，如和孩子饭后散步时，上学、放学的路上等，这时交流的氛围要更自然随和一些。交流时要有意识地帮助孩子规范语言表达的准确性。如“我的想法是……”“我觉得……”“因为……所以……”。要让孩子学会说完整的话。在这一过程中，我们的家长要有耐心，多听少说，只要我们的话语能引发交谈话题，给予适当的点评反馈就够了。

1.3 重视孩子熟练计算能力的培养

小学数学其中的一个重点就是计算能力的培养，鉴于每个孩子的基础不同，孩子的计算效率以及计算正确率也会有一定差距，要缩小这一差距，仅靠每天在校的练习是不够的。因此，还需要各位家长做一个有心之人，坚持督促孩子在家中进行专项的练习。专项练习的选择很多，可以利用口算天天练，也可以相互出题，也可以在方便的时间来进行听算练习。同时，要多加关注出现重复错误的题型，到底是什么原因造成的，究其根本。但不要枯燥的刷题，每天一大堆，或者用错则加罚的方法，这样反而会降低孩子学数学的兴趣。

2. 三个认识

2.1 正确认识家长签名的作用

别看一个签名，对孩子来说很重要，这是家长对他在家学习的肯定，孩子对此非常在意，所以希望家长再忙，也要挤出一点时间签上这个名，家长签了，教师就知道孩子这个作业完成了，对于书面作业，有时教师还要求家长督促孩子加快速度，逐步养成良好的作业习惯。但是在批改作业时发现孩子的前面一次作业没有订正，家长也没有督

促孩子订正就在今天的作业上签字了，甚至这次的作业没有做完家长也签字。如果这样的话，家长签字就失去了意义。也希望家长每次作业签字前先检查孩子前面一次作业有没有认真订正，再看看今天作业是否已经完成，如果完成了再签字。

2.2 正确认识家庭辅导的问题

家庭学习辅导是个别性的学习辅导，主要内容是帮助消化理解课堂上所学的知识。辅导的重点是启迪孩子的思维，培养孩子的学习能力，在辅导学习过程中培养孩子良好的学习数学的习惯。

有的家长可能觉得自己太忙了，顾不上，这也是非常实际的困难，但最重要的还是孩子。和孩子交流，多关注孩子的学习，如果能在百忙之中每天抽出那么几分钟问问孩子的在校情况，看看他的作业，那效果绝对要比家长在双休日专门空出一天来给他练习要好几倍。每天孩子都会做数学题，可能会出现有很多错题，这些错题是老师在课堂上都评讲过的，这就可能是孩子因为开小差等原因没有及时修改。要是家长不配合督促，那孩子的学习成绩就很难提高。

2.3 正确认识帮孩子检查作业的问题

具体实施上，有以下几点建议。

一是证明类作业必须严格监督，然后再签字证明（是指要求背诵、默写、独立完成的作业，在没有老师监督的情况下，请家长代为证明。这时请家长务必确保孩子是按照老师要求的方式完成作业的，然后再签字）。

二是基础类作业不必面面俱到帮助检查，除非老师有要求；记作业情况应该检查，不记作业要追究。如果这一天孩子没有记全作业甚至没记作业，那么说明他在学校的学习状态不太好。

三是动手类作业可以协助，但绝不要完全代劳。

3. 一顶帽子和一个错误

3.1 准备一千顶“高帽子”

每个孩子都希望听到老师和家长的赞赏，所以我们的家长也要以表扬为主，今天孩子口算全对，就要鼓励：“今天算得真好，如果再快一点就更好了！”孩子听了会更有积极性。笔者有时候在学生的试卷上写“这次考试有进步，如果字再写漂亮些就更好了”，果然下次字就工整多了。对孩子要有耐心，多进行表扬和鼓励，少大声呵斥，绝对不要对孩子说“你真笨”这样的话。每个孩子都喜欢表扬，所以请各位家长教育孩子一定要注意方法，当然表扬和鼓励绝不是一味地迁就孩子，孩子犯了原则性的错误，那是一定要让他知道自己错在哪里，并改正错误。

3.2 不可忽视的“低级错误”

有的孩子作业正确率一直不是很高，他的考试成绩也很少有满分的记录，这是怎么回事呢？如果我们从心理学的角度来分析的话，孩子出现一些“低级错误”的心理原因是分心。所谓分心就是注意力不集中。如果孩子在解决问题时，注意力只有一部分在这个问题上，同时又想着另一个问题或其他的事情，那么就会产生标准的答案与所写的答案不一致的情况。

因此，要让孩子降低“低级错误”的出现频率，首先，要让孩子做到在学习过程中心无旁骛，我们要为他们创造良好的学习氛围。其次，给予孩子一个独立安静的学习空间也至关重要，在保证以上条件的前提下，家长可以按照下列步骤和孩子一起进行尝试。

3.2.1 协助孩子制订一份切实可行的学习计划。除了要完成当天的作业和预习第二天的学习内容，还需要根据孩子和家长的需求安排其他的一些内容。再根据以上内容的特点，制订出一份符合孩子需求，同时孩子也认同的学习计划。

3.2.2 培养孩子按计划学习的习惯。制定完成计划之后，我们要设法训练孩子严格按照计划的顺序，做完上一件事后再做下一件。一旦开始执行计划，就一定要坚持，不能三天打鱼两天晒网。当孩子养成了严格按计划学习，学习效率就会稳步提高。

3.2.3 要求孩子自己检查作业。孩子完成作业以后，家长应该先让孩子自行检查，而不是代替孩子检查。孩子自己检查出错误，才会真正明确错在哪里。而家长如果替代了这个过程，孩子仅是被动思考，缺乏主动性，长此以往容易产生对家长的依赖性，将一部分属于自己的责任转移到了家长身上。

3.2.4 结合课外兴趣对孩子进行集中注意力的训练。比如，学习一种乐器，这也是笔者自己解决分心的好办法，家长们可以试一试。

3.2.5 让孩子来当老师，给家长出题。让孩子当老师出题考家长，孩子兴致高昂，他们会故意出些容易错的题，把家长考住。家长故意出现“低级错误”，接受孩子批评，这时对孩子也是一种教育，将来他们做题时也会防止“低级错误”。

结语

成功孩子的背后必然站着多位成功的家长，而智慧的家总会长用各种适合孩子的方式方法来引导孩子发挥自己的优点，扬长避短。结合以上各种习惯和能力培养的方法和建，相信在家长们用心陪伴和老师们的悉心教导之下，孩子们一定能够绽放出属于自己的光芒，成为更优秀的自己！