

编者按

党的二十大报告提出：“健全学校家庭社会育人机制”“加强家庭家教家风建设”。家校社协同育人、家庭教育的重要性再次彰显。那么，怎么认识和加强家校社协同育人、加强家庭家教家风建设呢？为此，今日女报/凤网推出大型全媒体系列报道——《校长妈妈说家教》，邀请知名的、优秀的校长们，以校长、妈妈双重视角来畅聊家庭教育，以她们独有的体验、经验为家长们支上一招。

校长妈妈说家教⑰：

“课间圈养”怪现象该如何打破

今日女报/凤网首席记者 章清清

故事



校长妈妈 李素娟

○湖南第一师范学院星沙实验小学
党支部书记、校长
○省教师培训师
○长沙市“青年岗位能手”

巧让高中沉迷手游的儿子考上名牌大学

“我儿子现在在号称国之重器的大学——西北工业大学上大学，他确实很优秀，但其实我们养育他的过程也并非一帆风顺，尤其是他读高中的时候，还一度沉迷手游呢。”近日，湖南第一师范学院星沙实验小学校长李素娟说起自己的育儿故事，坦言她也有过焦虑。

李素娟说，他儿子其实很聪明，从小学到中学，成绩都很拔尖，转折出现在读高中时，因为沉迷手机游戏，导致成绩一落千丈。

“玩到什么程度呢，晚上偷偷玩到凌晨，白天上课经常打瞌睡。”李素娟说，发现这个情况后，虽然她很生气，但也没有把它看成洪水猛兽，要求儿子必须立刻离开手机。

“因为一方面，我知道戒掉游戏非常难，就像成年人戒烟一样。其次，我觉得每个人的成长过程都不会一帆风顺，

这也是孩子在应对诱惑和自律的一种博弈，作为家长我觉得应该要去帮助和指引他，而不是一味地否定指责他，那只会让问题更糟糕。”李素娟说，所以，她找儿子认真谈了谈，并商量制定了几条约定。

“第一是设置固定的游戏时间段。每周还是允许他玩1-2次。第二，不准去网吧玩游戏、不准借钱买游戏装备。第三，如果月考成绩下降，当月游戏时间取消。”李素娟说，除此之外，在高三的时候，她每周都在明信片上给孩子写一封短信，与他探讨高考及人生的话题，想用这样的方式来感化他、鼓舞他。

那么，做了这些措施后，是不是就让孩子觉醒了呢？李素娟说，如果这样想的话，那就是把教育简单化了。“教育是一个复杂的长期的系统过程。不管采取什么措施，孩子肯定会有反复，逼得他太紧，他

一定会找个渠道发泄。”

李素娟说，果不其然，在高考倒数第四个月的时候，儿子竟用压岁钱和省下的零花钱，偷偷买了个手机玩。她被气得火冒三丈，但冷静下来后，她告诫自己，家庭教育是一场持久战，不是一蹴而就的事情，千万不要想着一朝一夕可以改变什么，出现反复很正常，家长更不要因此而泄气，如果只是一味地指责、批评甚至谩骂，这样不仅没有理想的教育效果，还形成了强烈的亲子对抗。

“后来，我就请来了他的班主任，让她和儿子进行了一次长谈，再次告知他时间的紧迫性。”李素娟说，她坚持用耐心和爱持续地去唤醒被游戏诱惑而迷失的儿子，最终，她的努力没有白费，儿子被深沉的母爱唤醒，幡然醒悟，通过努力奋斗，考上了心仪的重点大学。

校长说

如何打破“课间圈养”

据说现在在一些学校，孩子的课间时间被取消了，被“圈养”了，这个肯定不符合教育的规律，也不符合我们学校的办学理念。孩子在学校劳逸结合，课间欢乐玩耍、上课认真学习，这才是应该有的生态。

那为什么有的学校会做出这样的选择呢？我认为有一定的外界因素，首当其冲的就是安全问题。比如这个学校的学生特别多，多到连功能教室都被占用，甚至连走廊都无法承受孩子们的活动空间的时候，校长为了避免发生危险，他不得不做出这样的决断，因为一旦孩子在学校发生安全事故，理性的家长会很好地沟通，而有的家长可能通过制造舆情给学校施加压力，这样局面是

让学校无法承受的。

学校的良好生态，教育的良好生态需要家长、社会共同来建设的。所以，现在出现了这样的不正常的情况，我们一定要问，到底是哪个环节出了问题？我们社会能从什么角度给予它帮助，而不是一味地指责学校。没有哪个校长不愿意孩子快乐地成长，没有哪个校长不愿意孩子健康健康，所以，应该是共同做出一个努力，来化解这个矛盾。

以我们学校为例，为了让孩子们课间玩得安全又有益身心，就特别举办了课间游戏节，要求每个班创编适合课间玩的游戏，通过这样的活动引导孩子们怎样开展课间游戏，受到了孩子们的欢迎。

究竟要不要让幼儿园孩子提前学习

孩子到底要不要提前学习，我们不能简单下结论。有句很经典的话可以给我们启示：“学生没有分数，就过不了今天的高考，但孩子只有分数，恐怕也赢不了未来的大考。”

就孩子要不要提前学习，要看每个孩子的个体情况，如果孩子能力很强、阅读习惯好、接受信息能力强、小手臂握笔写字也不成问题，也就是我们所说的，坐得住、听得见、注意力集中，这样的孩子不用提前学，也能跟上班。

反之，那些让家长“炸毛”的孩子，比如同样是写生字，别的孩子10分钟写完，他拖拖拉拉半天不动笔，或者一写老出错。家长就会着急了，就会觉得是因为没有提前学习吃大亏了。其实，这可能只是孩子的学习能力还没发展起来。

所以无论如何，家长对孩子的适应性教育要遵循几个原则：第一，要顺应孩子的情

感和身心的发展，不要过分强加个人情感。第二，对于学龄前孩子的任何学习，应以兴趣为主。第三，培养好的生活习惯，思考习惯，远比提前学习更为重要。家长的教育应该着眼于他的终身成长，终身幸福，不能只图一时之快，一时之利。



资讯 教育部：未满10周岁的儿童慎做“下腰”

今日女报/凤网(记者 章清清)舞蹈类、体育类等校外培训是许多家长培养孩子综合素质的重要渠道，在培训时如何保障孩子的安全是许多家长关心的点。近日，教育部联合多部门开展了中小学生校外培训“安全守护”专项行动，针对舞蹈、体育等以身体训练为主、较易出现伤害风险的培训活动，做出校外培训安全提醒。

教育部提醒，不要在无安全

保障的情况下进行培训。孩子培训需要相关专业防护。在亮面瓷砖和水泥地等场地进行训练、未充分热身整理进行训练、无保护进行高危险性训练、疲劳状态下训练等，会增加孩子受伤风险，应该避免。不要过早对孩子进行过强柔韧训练。孩子身体发育过程有不同阶段，需科学练习。过早过强的柔韧性训练可能产生孩子器官发育不良、肌肉发育缺陷等问题。

不要过度对脊椎和腰部做外力挤压。孩子存在个体成长差异，过度进行外界受力、按压、拉伸等关节、脊椎、韧带训练，可能发生骨骼错位变形、关节疼痛等，严重的会影响骨骼生长和发育。

不要做过高难度系数的训练。练习身体腾空翻转、下腰、掰腿、劈叉等动作需有系统化的专业训练基础，并在专业人员指导和成人看护下进行，不适合初

学者和非专业人士。专家建议未满10周岁的儿童慎做“下腰”等脊椎、腰部身体训练，避免出现伤害。

不要让孩子练习与身心健康不符的内容。教学表演内容应符合不同年龄段孩子的身心发展特点，所选作品避免出现暴力、血腥、色情等少儿不宜的内容，要积极培育孩子向上向善向美的力量。

家长一定要理性看待校外培

训，根据孩子自身兴趣爱好、年龄特点、身体状况等，综合考虑是否参加培训或选择哪种培训项目，不盲目、不跟风，要随时关注孩子身体情况，如有不适切勿勉强坚持；要选择合规的培训机构，看机构办学许可和营业执照是否齐全，师资队伍和课程教学是否规范，场地设施是否安全合格等，务必选择正规机构，为孩子的身心健康多一份安全保障。