

家庭教育·成长改变类栏目 慧妈手记

小升初暑期逆袭计划，学霸妈妈们有妙招

今年暑假，对于即将小升初的孩子而言，并不轻松，甚至会有些紧张。毕竟，当下中考分数线颇高，高分段也极为密集，仿佛稍有差错，便会落后许多名次。许多家长一想到三年后，自己的孩子也将面临中考，面对这样激烈的竞争，难免会思索如何让孩子在暑期实现弯道超车。那么，那些成绩优异的孩子在小升初的暑期会如何规划学习和生活？学霸妈妈们又有什么妙招？

北大女生的妈妈说： 相信孩子，尊重个性

文 / 刘辉琴（株洲市二中教师，女儿杜卓颐 2023 年以 682 分的裸分考取了北京大学）

说实话，我女儿从小到大的寒暑假，除了完成老师布置的假期作业外，基本没有参加过任何课外的培训。

2017 年，女儿小学毕业，身边的朋友们都问我：“要不要一起给孩子报小升初的班？”对此，我们一家三口的意见不谋而合：不需要。

我问孩子：“那要不要妈妈给你选一点课外习题册做一做？”孩子一口回绝：“你知道买了我也不会做，就别浪费这个钱了吧？”

于是，我们决定让孩子度过一个充实而自由的假期。

首先，孩子主动承担家务，因为爷爷奶奶回乡下，我们一家需要独立生活。这个过程中，孩子学会了处理家庭事务，锻炼了动手能力。

暑假期间，孩子还参加了株洲市规划展览馆的志愿讲解员选拔赛。她凭借对播音主持的兴趣，顺利通过初赛、培训、考核和决赛，成为了一名合格的志愿讲解员。

这次活动让她对株洲的历史、地理等有了系统深入的了解。她查阅大量资料，反复练习讲解技巧，最终用清晰、通俗的语言向观众传递信息，收获了宝贵的经验和成长。

旅行也是孩子假期的重要部分。



小学校长妈妈说： 制定合约，注重阅读

文 / 徐静（长沙砂子塘新世纪小学校长，儿子徐子牧品学兼优，多才多艺，在声乐、主持、绘画、跆拳道等方面均有突出表现，多次参加国家、省级、市级比赛）

小升初的暑假确实不一样，我儿子今年面临“小升初”，在这个暑假，他给自己制定的计划是先尽情玩耍一个月，之后再安排“小升初”衔接的学习。

说到玩，自然也涉及电子产品。我们家的做法是一一和他一同制定合约，

约定每天玩电子产品的时间约为一小时。他可以自由选择玩的内容，但到时间就必须归还。同时，我也会对 APP 进行管控，比如一些不适合他的 APP，不会出现在他的平板上。此外，他还会参加一些课外兴趣班，像声乐课等，这都是早就规划好的。

小升初衔接方面，像英语，我们家是规定每天有一个半小时的线上学习时间。语文的话，我是要求他提前把初中要学习的古诗词和古文背下来，这样初中

学习语文课时效率更高，也相对会轻松一些。阅读经典课外书籍也同样是不可少的，阅读可以让他放松心情，也能拓宽他的视野。

数学方面，我给他找了一些奥数题目进行练习，希望通过这种方式来提升他的逻辑思维和解题能力。

在儿子的计划中，我还特别加入了体育锻炼，比如跑步、排球。每天保证 30-60 分钟的运动时间，因为这两项是中考必考项目，备考锻炼两不误，健康的身体也是学习的基础。

长郡中学学生的妈妈说： 不要焦虑，松紧适度

文 / 彭晶（儿子郭涛荣是长沙长郡中学创新班高一学生）

我记得那年暑假还没开始，各类辅导机构便已开始轮番“轰炸”，劝说家长尽快锁定学位班位，以实现弯道超车。我儿子的学习成绩向来较为优异，因此我并未过度焦虑。

首先，我们带他外出游玩了一趟，权当是毕业旅行。小学毕业，需要有一些仪式感，为孩子留存下美好的回

忆。同时，初高中的学习节奏会愈发紧凑，趁着还能放松，让孩子多享受一下轻松时光，也能为未来的学习积攒能量。

而后，他自行安排了一些活动，比如重温了四部宫崎骏的动画片。小学阶段，课业虽不算繁重，但孩子拥有的大片空闲时间并不多。而升入初中后，可自由支配的时间更是少之又少，然而这段自由时间对他们个人独立思考和自主执行能力的培养极

为关键。所以，我觉得务必尽量多给他们一些自由时间，让他们能够安排个人感兴趣的活动。

剩余的时间，基本用于规划学习。依照小学老师的建议，我们提前对语文、英语和数学进行了预习。升入初中后，他分到了实验班，班上可谓高手如云，竞争异常激烈。但我儿子凭借扎实的基础，成功跟上了学习节奏。我认为这与我们一直以来松紧适度的计划安排密不可分。



宝宝的成长是一个美好过程。在宝宝和家人互动的过程中，流动着温暖和爱，也体现了生命的神奇、教育的力量。

《小爱日记》专栏以细腻真实的笔触，描绘一个家庭对新成员“小爱”的呵护与喜爱，并分享有关家庭教育的感悟。



力所能及满足孩子的小小心愿，帮助孩子完成人生中的各种探索，满足孩子的一切想象，既是鼓励孩子勇敢表达自我和内心诉求，也是对她爱好的尊重与支持。

“爱”美记

文 / 姜欣（湖南省妇联原主席）

小爱是个漂亮的小女孩，可是她的头发长得慢，还有一些稀稀拉拉的小绒毛，到外面玩，总是有人叫她“小弟弟”。

小爱非常喜欢长长头发的玩偶小姐姐，也喜欢妈妈浓密油黑的长头发。她最乐于做的事就是给玩偶娃娃扎辫子，拿着玩具理发工具为妈妈理发，像模像样地喷水、梳顺，剪发、定型。

小爱妈妈买这套理发玩具，是为小爱第一次理发做准备。小爱的头发参差不齐，要修剪一下。

很多小朋友理发时都会害怕，害怕剪子和吹风机的声音，拒绝陌生的理发师在头上弄来弄去的感觉，也不喜欢被强行限制在理发椅上。为此，小爱妈妈做了很多功课，带着小爱玩理发的游戏，看小动物理发的绘本。在小爱理发的前一天，还特地带小爱去看爸爸妈妈是怎么洗头理发的。

小爱妈妈在网上选了一个儿童理发店。刚进店时，小爱很开心，因为儿童理发店布置得像一个游乐场。小朋友是坐在游

乐车上完成理发的。为小爱理发的是一位漂亮温柔的阿姨，她先为小爱放一个动画片，然后拿出一件理发的小罩衫给小爱穿上，快速而轻柔地开始了理发的程序。在看动画片的小爱一点也没有抗拒，似乎一切都很顺利。

但是小孩子的注意力是有限的，看了一会儿动画片，小爱突然感觉不对，回头看了看为她理发的陌生阿姨，哭了起来。阿姨拿玩具过来，我们轮番哄她，都无济于事。无奈之下，我们只

有在她响亮的哭声中，坚持完成了理发。

理完头发的小爱，精神了很多，后脑勺的头发整整齐齐的，小爱爸爸说像“西瓜太郎”。

回家让小爱照镜子，她一副很满意的的样子。小小的女孩儿，竟然很会臭美。她头发短短的，竟然跟我们提出，要扎“公主头”，要扎“马尾头”……她的所有要求，我们都尽量满足，短短的头发，我们也把它扎起来，绑上妈妈的头饰，有时候像公主，有时候像天使。

电影《哪吒》大火，小爱并没有看过电影，却非常喜欢哪吒

玩偶，强烈要求我们为她扎哪吒那样的头发。我们尽力把她的短发分成两股，用皮筋在头顶绑两个小丸子，配上小发饰，真的像小哪吒。小爱高兴极了，伶牙俐齿地念起电影里的歌谣：“天雷滚滚我好怕怕，劈得我浑身掉渣渣……”

力所能及满足孩子的小小心愿，帮助孩子完成人生中的各种探索，满足孩子的一切想象，既是鼓励孩子勇敢表达自我和内心诉求，也是对她爱好的尊重与支持。做一个为孩子捧场的家长，是我们对孩子理解、欣赏、鼓励的正向表达。