

妙招「暑」不尽

做好家庭教育加减法

青岛市教育局开展「爱润成长家庭教育暑期行」假期与孩子相处多些有效陪伴



市南区为家长开设暑期系列公益课程。



张晓梅老师

电影《抓娃娃》热映,让不少观众开始反思家庭教育问题。漫长的暑假已经过了大半,家长与孩子朝夕相处特别考验家长的教育智慧。既要兼顾学习和休闲,又要从舒适的假期生活中做好迎接新学期的准备,家长们有哪些好做法?为了让家长育儿“不断档”,青岛市教育局以“爱润成长”品牌为引领,开展了系列家庭教育指导服务,从实用的公益宣讲,到丰富的线上资源、特色课程,都旨在让暑期生活更加充实、有趣,让家长享受与孩子共同成长的每一个瞬间。

心理专家支招：  
做好家庭教育加减法

“前期出去旅游、放松,现在孩子快开学了,暑假作业还没写完,愁!”“每天在家吹着空调学习还累吗?为什么不能多学点呢!”随着暑期接近尾声,许多家长和孩子之间的矛盾和争吵多了起来。舒适的假期生活里,近距离相处的亲子之间,如何更好地平衡学习与放松,让家庭教育更和谐?青岛实验高中心理教师张晓梅提出了“加减法”的四个妙招。

首先,要增加陪伴,减少讲道理。“高质量的亲子陪伴是建立和谐亲子关系的有效方法,无声中增强了亲子内在联结。七分共情,三分道理。七分陪伴,三分监督。七分尊重,三分建议。”张晓梅认为,家长想要真正走进孩子的内心世界,不妨多问问孩子:你怎么想的?你该怎么办?你开心吗?

其次要增加自我管理,减少包办。“暑期是培养孩子建立规则,形成自我管理能力的好时机,家长要建立自己的边界感,学会放手。让孩子根据学校老师的安排制定暑假作业复习和预习学习计划,家长可以在孩子愿意的情况下参与讨论,给出一些建议。”张晓梅分析,家长要忍住,不要把自己的经验强加给孩子,允许孩子试误和失败,及时带着孩子总结当天的安排,调整后续的安排,这个过程对孩子来说就是建立规则和自我管理的过程。家长做一个引导者和参与者,

而不是成为事情的主角。

再次要增加鼓励,减少指责。“假期里因为朝夕相处,无形中容易放大孩子的‘问题’,这是产生亲子冲突比较明显的一个来源。家长要学着用正向的方式寻找孩子做得好的地方,及时表扬。家长要看见孩子在学习生活中的付出和努力,学着用放大镜找孩子的优势,给予鼓励。”张晓梅介绍,最后就是增加休闲,减少躺平。建议在学习之余增加一些适合孩子的休闲娱乐活动,提升身体运动机能,建立友好的人际关系,这些都是成长中的孩子必备技能。比如练习运动项目、参加公益活动、观赏电影和演出、和家人一起旅游、阅读喜欢的书籍、和同学结伴玩耍……互动产生以后,玩手机游戏等躺平现象自然而然就会减少。

各区市教育局：  
特色活动助力亲子陪伴

为了让每个孩子在暑假得到全面成长,也让家庭教育更优质美好,一个多月以来,市南区开设“相伴最优成长”暑期系列公益课程。通过沙盘辅导、主题沙龙等形式,开设7周共66节暑期公益课程,包含心理健康、家庭教育指导等内容,护航学生身心健康。心理健康专家曾莉、著名作家铁流走进“大家讲堂”,开展《为孩子的可持续发展赋能》《情怀家国方可行远》主题讲座,600余个家庭现场参与,2万余个家庭线上收看。市北区教体局则以“慧心智教”校家社协同育人品牌为引领,让家教指导走进社区服务每个家庭,积极开展公益宣讲100余场。

李沧区在127个社区家庭教育服务站开展了“‘暑’你最棒”假期系列活动,分为八大类137项,包含爱国、学习、文化、安全、生涯教育、家庭教育与心理健康等八大主题。邀请多位专家选取当下热点话题,就家庭教育和心理健康方面内容为全区青少年儿童和家长开展系列讲座。更整合区内各类研学基地资源,邀请学生和家長打卡红色教育基地,在探寻红色记忆中弘扬良好家风家教,为孩子健康成长赋能。崂山区成立了首批家庭教育志愿服务队,开展家庭教育社区行等公益活动,宣讲内容涉及亲子沟通、情绪管理、学习规划等。

西海岸新区瞄准“开展亲子共读”“做好手机管理”等热点问题,开展家庭教育指导。城阳区各中小学对有需求的家长开放校园,根据家长预约开展家庭教育论坛、家庭教育专题讲座、爸爸沙龙、亲子共读会、家庭教育答疑等活动,实现家校的双向沟通。即墨区、胶州市、平度市、莱西市也开展了不同形式的家庭教育志愿服务活动,为家长们提供丰富的科学教子案例和经验技巧,帮助家长更新教育观念,掌握科学的教育方法,提高家庭教育的质量和效果。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 市教育局供图

教育资讯

青岛平安路第二小学  
“青港姊妹校”签约



双方学校互赠校旗。

8月6日,“青港姊妹校共筑教育梦”香港参访团一行走进青岛平安路第二小学。活动现场,市北区教育和体育局副局长郑珏介绍了市北区着力打造主城区优质教育新高地的情况。香港东莞工商总会张煌伟小学校长梁伟基和青岛平安路第二小学校长王岩林郑重签字,“青岛与香港”姊妹学校正式结对,开启双方教育交流合作的新篇章。签约仪式上,双方学校互赠校旗与合作纪念牌。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 摄影报道

青岛雅荷幼儿园  
获“新时代爱国拥军示范幼儿园”称号



雅荷幼儿园多人获“新时代爱国拥军忠诚卫士”称号。

2024年8月1日,庆“八一”爱国主义教育论坛暨爱国拥军表彰联谊会在北京举行。爱国工程研究院刘仲军院长向青岛雅荷幼儿园颁发“新时代爱国拥军示范幼儿园”荣誉称号。同时,青岛雅荷幼儿园马瑞平园长以及范晓宁、刘健力、邹大勇、王萌萌、刘慧、李晓明等人荣获“新时代爱国拥军忠诚卫士”荣誉称号;董媛兮、吕骄阳、刘诗旭、王沐诚、徐宁熙等小朋友荣获“新时代爱国拥军小卫士”荣誉称号。

观海新闻/青岛早报记者 钟尚蕾 图片由受访人提供

青岛人民路第二小学  
暑期托管别开生面

青岛人民路第二小学在暑假期间将“德、智、体、美、劳”五育融合与暑期托管相结合,推出了以基础托管为主,以多元活动加特色课程为辅的托管服务形式。德育方面,老师为同学们讲解开智礼、拱手礼、叉手礼等礼仪的来历和行礼要求;智育方面,孩子们亲自动手用废旧物品DIY一辆月球车;体育方面,丰富的体育活动引导暑期托管学生坚持锻炼,争做体能小达人;美育方面,学生们通过绘制京剧脸谱等活动提升艺术修养和创造力;劳育方面,让学生们学会一项劳动技能。

观海新闻/青岛早报记者 杨健

青岛八大峡小学  
奥运主题项目化实践展成果

伴随着巴黎奥运会精彩落幕,青岛八大峡小学的学子们也交上了一份亮眼的主题项目化学习成绩单。以项目化实践活动的研究为切入点,以培养学生的人文底蕴、责任担当、实践创新等必备品格和关键能力为目标,学子们各自用自己的方式探究奥运的文化意蕴。学校开展“向健儿致敬,与健儿同框”活动,学生们在看奥运、说赛事中了解体育项目和奥运文化,同时在暑假坚持训练,发扬奋勇争先的体育精神。

观海新闻/青岛早报记者 杨健