

《抗疫有我 焦作加油》火爆上线 小记者居家抗疫展才情

本报讯(记者贺君)“病毒来势汹汹,张牙舞爪,看着窗外我在想,家乡生病了,我能干点啥,我想当志愿者,可人家嫌我是个娃娃……”这是映湖路小学一(2)班袁语晨录制的一段视频。屏幕里,她用稚嫩却饱含激情的声音朗诵着抗疫诗歌,感染了屏幕外的许多人。最近,在“焦作教育”视频号上,你可以看到许多多才艺为抗疫加油的小记者视频。

3月21日,受疫情影响,我市各学校暂停线下教育教学活动,转为线上教学。不得已,孩子们又进入了居家防疫的日子。你以为他们会无精打采、会情绪压抑、会沉迷游戏……那你可错啦!这些对生活充满热情的小记

者丝毫没有受到影响,古风古韵的琵琶、充满正能量的手势舞,还有优雅的钢琴演奏和情绪饱满的朗诵……他们各展才艺,用自己的方式向一线抗疫英雄致敬,祝愿家乡早日战胜疫情,让生活变得更加精彩。

为了给小记者提供一个展示才艺的平台,焦作日报社教育事业部特意在《小记者周刊》、“焦作教育”视频号上开辟了《抗疫有我 焦作加油》栏目,鼓励大家居家防疫期间自己的精彩日常,用视频、照片以及文字等形式记录下来,并进行刊发,让这些美好的记忆永久保留下来。

《抗疫有我 焦作加油》栏目引发了小记者们的热烈追捧,每天都有许多

小记者将自己的视频、照片、文字等发送到栏目组邮箱,工作人员对小记者的投稿则是认真进行评选,挑选出优秀的作品进行刊发。至今,《抗疫有我 焦作加油》栏目已经推出了十余个小记者作品。这些小记者中,环南一小小记者常芯钦最早登场,给大家带来了一段激情饱满的架子鼓表演,律动的旋律表达了疫情之下积极向上的心态。

解放区实验学校三(4)班小记者郭骅萱和姐姐为大家演唱了一首《逆行的天使》,深情的歌唱表达了她对所有医护人员的致敬。

丰泽园小学一(1)班小记者牛艺诺用自己的画为白衣天使加油,画中一位被防护服裹着的医务人员正在微笑,

四周是鲜红的花朵和金色的向日葵,还有一道彩虹挂在天空中。

学生路小学四(4)班小记者王昊然为可爱的医护人员朗诵了一首诗《因为有你》。“穿上隔离服,你们拥有世界上最挺拔的身板;戴上防护镜,我们看见了人世间最美丽的容颜。因为有你,我们有着夺取最终胜利的信念……”他用真挚动情的声音,表达着对战斗中英雄们的牵挂和战胜疫情的坚定信心!

小记者们,看到了他们的精彩展示,你们是不是也蠢蠢欲动了,还等什么,拿起手机,给自己拍摄一段视频,一起为抗疫加油吧!



常芯钦



郭骅萱



王昊然



牛艺诺



袁语晨

(本版照片均由小记者本人提供)

疫情期间 居家带娃有妙招

当下,由于疫情防控形势严峻,很多地方中小学调整为线上教学,甚至很多人被限制出门。对于很多家庭而言,晚上辅导作业是把亲子关系推向随时崩溃的边缘,孩子白天还要在家上网课更是雪上加霜。在这里,我想推荐一些好的方法,希望大家减少冲突,增加亲情,提升孩子的积极性和主动性。

第一招:划清界限

很多父母,把孩子当成自己的一部分,甚至是替身,与孩子之间边界感模糊。但是,即便是几岁大的孩童,也应该有属于自己的边界。没有边界感的孩子,会在学习上、生活中缺乏主动性和自控力,痛苦挣扎。

正常的边界感是:属于孩子的事情他自己处理,你不打扰他;当他向你求助时,你才伸手,但也只能是启发、引导、协助,不能包办代替。尊重彼此的界限,也是对孩子人格成长的保护。怕孩子做错而干涉或代替的家长,是自己

缺乏自信,是在剥夺孩子的自由,是在抹杀孩子的感恩之心。

记住,你只是孩子的父母,其他的角色请还给其他人。界限清了,距离有了,美、和谐、感恩就出现了。

第二招:摆正期待

首先要看清社会是个多元化的社会,360行没有高低贵贱,行行需要人。

其次是看清自己,知道的家庭带给孩子什么样的基因、什么样的环境,所以孩子才会有什么样的认识和行为,才会具备什么样的能力。不要做那些伤害孩子自尊心和价值感的比较,要看到自身优势,充分发挥好优势。

第三要看清孩子。明白孩子就是孩子,几岁的孩子就有几岁孩子的特点,不能轻看,也不能当大人去看。除了极个别内驱力超强、放在菜市场也能好好学习的孩子,大部分孩子在家里上网课,学习效果一定不如去学校集中面授。我们自己线上学习还会忍

不住要刷个手机、开个小差,而且,相当多的科学研究也证实了屏幕学习的弊端。单向输出的实时互动不足、缺乏真实的人际联结、环境氛围难以促进学习……

网课的重要目的是维持孩子们学习的连续性和稳定性,不至于在重新回到学校后完全开机重启。我们可以尽量在家里模拟孩子在学校的学习状态——给孩子划出相对独立的学习空间,帮助进行必要的学习准备后,就把学习还给孩子。当然更不要一会儿提醒喝水,一会儿又送水果,过度关心和监视,都是一种打扰,是在破坏孩子的专注力,增加孩子的抵抗力,降低孩子的责任心。往后退一步,大家都轻松。

第三招:与孩子同乐

玩是孩子的天性,一方面健康地玩可以愉悦身心。另外,人与人互动地玩,还可学习边界、沟通、人际交往,学

习在规则中做事,同时也开拓思维、激发创造性。

很多游戏方式非常简单,无须准备道具也无须大开脑洞自主创新。每天给孩子一定的自由玩耍时间,观察他在玩什么,选一个你也不反感的游戏片段加入进去。在游戏过程中,不要去评价他的表现、不要试图灌输知识或道理、不要刻意引导游戏的方向,只需要跟随孩子的兴趣,完全投入到游戏中,适时表达一些肯定就好。如果每天能有10分钟的全情投入,关系就会得到极大的修复。关系到位,教育才能顺畅自如。

另外,只要你愿意,家务也可以变成快乐的游戏。

最后也是最重要的,在这段特殊的日子里首先照顾好自己,尽量给自己也留出个人时光,处理好自己的情绪和心情,然后才有足够的空间去抱持孩子。

疫情时代的日子的确不容易,祝朋友们仍然拥有希望与力量。

李学宏(国家二级心理咨询师)