

编者按：

进入7月，全国大部分省市都已经确定了2020暑假放假时间，基本集中在7月上旬开始，也就是说今年的暑假，放假时间大概在1个半月左右。今年春季因为疫情的影响，普遍开学比较晚，各位家长们好不容易熬到家里的“神兽”归笼，可是才一眨眼的工夫，就又要放暑假了。

在今年这个特殊的时期，“神兽”们的暑假应该怎么过？可能很多家长还没有做好心理准备，但孩子已经准备撒欢了。

2020这个暑期，不一样！

本报记者 王婷婷 宋金婷/文 袁洁/图



傅宪治 摄

今年是一个特殊年份，一场疫情肆虐大地，疫情给如约而至的暑假增添了一点特殊的味道。夏令营、电影院都按下了暂停键，想去世界各地看一看的脚步也需要缓一缓，出门还是要戴着口罩，洗手液成为回家第一时间需要的物件。2020年暑期，孩子们将过得有什么不一样，让我们一起去看看。

回故乡村旅游，补上亲情一课

“其实放假在家，比去上学更令人安心，至少可以避免疫情传播，学校人员太密集了，这么多孩子们都聚在一起，有点不放心。”何学告诉记者，孩子这学期上学，自己没少操心，在这个特殊的时期，怕生病怕感冒怕请假，小孩子抵抗力不强，一个感冒基本全班孩子轮流来一遍。她认为，身体健康比学业进步更加重要，今年疫情来回反复，国外疫情也不容乐观，孩子放暑假了，自己也松了一口气。“其实一家人在一起，有时候也能收获到意想不到的温情效果，经过长时间的居家发现，原来孩子是那么的可爱，慢慢地多了一份耐心。”

何学坦言，本来打算暑期带孩子去北京旅游，去看看故宫，感受一下在天安门广场亲历升旗仪式的震撼，再去爬爬长城，结果因为疫情搁置了。家人经过商量换了另一个计划，打算先给孩子规划好暑期作业，等作业差不多完成，会带孩子回老家乡村居住上一段时间，“我觉得带孩子回老家也是一个不错的选择，平时我们工作忙，回去少，今年疫情原因，春节期间孩子也没有回去和爷爷奶奶多呆两天，暑期回老家一方面可以远离对疫情的担忧，另一方面也可以培养孩子对于家乡故里的感情。”

同样打算在暑期带孩子来一场寻根之旅的芳林认为，现在反正也不能去国外或者远一点的地方旅游，不如带孩子去自己的老家看看，去看看父母小时候生长的地方，给孩子讲讲自己小时候的故事，一起去享受故乡的美，让孩子和祖辈亲近亲近，可能会让孩子对于现在幸福生活更加珍惜。

暑期培训，线上还是线下？

在采访中，记者发现，鉴于疫情期间两个多月的线上学习经历，部分家长对于线上培训产生浓厚的兴趣。他们认为，这种上课形式更方便，且线上课程资源丰富，课程费用相对较低，也能避免外出聚集带来的安全隐患。

“我们早就给孩子报好了暑期培训班，除了美术、跳舞是线下，其他都是线上的。”家住梅山路的王女士表示，她给孩子报了英语和写字两门线上培训，之前的线上体验还不错，交流也比较方便，所以今年暑假也准备给孩子报线上培训课程。“其实，我们在这个暑期之前并没有上过线上培训，但学校的线上课程给了我们信心，在家里‘上学’也一样，可以观察孩子是否认真听课。最重要的是不用接送，省心省力，以前大热天的奔波在路上，太累了。现在在家上课，我们舒服多了，上课时看着他不爱打岔，课后认真打卡写作业，省下了来回跑的时间，挺好的。”王女士说。同样选择线上培训的何学则主要出于安全考虑：“线上下班我们不是很放心，戴口罩吧，担心太闷，线上课程就完全没有这个烦恼。”

在采访中，大部分家庭依然倾向选择线下培训。在这些家长看来，线上课程并不是完美的，首先不是所有课程都能线上，像游泳、围棋这些兴趣类的课程，乐器、技能类的课程，还是得靠线下教学才有效果，线上的交流反馈不如线下那样及时，学习效果与孩子的注意力和自律能力关系很大。线下课程中，师生面对面互动交流，教学氛围好，学习效果更好。

独自居家，一个人的暑假

“妈妈和爸爸不在家，你一定不能动煤气灶；微波炉只有热饭菜的时候才能用；冰箱里的水果和食物拿出来以后要放一会才能吃；插线板、插座千万不要碰……”李乐林在暑假开始前一周，就开始训练女儿吕意涵，独自一



人在家时什么她可以用，怎么用，什么东西不能动。天天教，就是为了给暑假做准备。

吕意涵读小学二年级，今年暑假她她由于身体原因不能陪伴她，同时因为疫情和上班时间冲突，妈妈李乐林决定暑假让她一个人在家作业、学习、上网感兴趣班。“一周下来，我和她爸爸发现，微波炉、热水器等一些小家电她自己都可以安全熟练地运用，冰箱里的食物也能够辨别好坏，孩子远远比我们想象的要独立很多。”

李乐林说，孩子喜欢看电视，玩平板，平时有家长在家看着，让她一个人呆在家，会不会一直看电视而忽视学习？为了解决这个问题，李乐林和老公绞尽脑汁，给孩子制定学习计划，提前购买了孩子喜欢看的书籍、拼图和一些益智玩具。让李乐林欣慰的是，通过一段时间的观察，她发现，孩子不仅在生活上能够按照父母要求照顾自己，她最担心的孩子作业部分也完成得很好：“以前我们在家看着她做作业，她总是很磨蹭，现在让她独自居家过暑假，她为了有更多自由支配时间，作业反而做得快而

好。”尽管如此，李乐林还是表示，独自让孩子居家暑假是无奈之举，“周末，我们会尽可能多带孩子出去玩一玩，排解孩子的孤独感；每天晚上下班回家后，我和她爸爸都会尽可能多陪伴孩子，毕竟对孩子的健康成长来说陪伴还是最重要的。”

和吕意涵小朋友一样，鹏鹏这个暑假也是白天一个人在家，自己做作业、锻炼、吃饭。“我已经习惯独自在家了，就是吃饭的时候有点寂寞，有时候有人敲门的时候，我就会有点害怕。”鹏鹏说道。为了让孩子可以及时联系家长，或有事找父母，鹏鹏的爸妈还特意给孩子买了一个儿童手机，“我们可以随时和孩子视频电话，这也是我们关注和联系孩子最直接的办法了。”



需要亲情的滋养，父母是孩子的第一任老师，对孩子的作用是任何人也代替不了的，而假期就是孩子享受亲情的最好时间。

由于疫情，孩子“宅”家几个月，有的出现不愿意回幼儿园的情况，每天都想赖在家里不出门；有的家长因为把孩子送回老家给长辈带，想着剩下的上课时间，直接让孩子下学期开学再回校。而对于谈大班孩子的家长而言，他们最担心的是孩子的“幼小衔接”的问题。

为什么需要“幼小衔接”？

“幼小衔接”是指幼儿园与小学两个教育阶段平衡过渡的教育过程，也是幼儿在 its 发展过程中所面临的一个重要转折期。

为什么说“幼小衔接”对于幼儿来说很重要？这是因为幼儿园与小学对于能力培养的目标存在差异，同时幼儿在这个阶段心理承受能力非常脆弱，进入小学后，当学习要求与生活习惯等不同与幼儿园时，他们容易产生恐惧、畏难的情绪，甚至是抗拒上学，不利于今后的发展。因此说，做好“幼小衔接”，是幼儿能够接受小学教育的良好开端，也是他们综合素质发展的“第一课”。

让孩子对小学产生憧憬

今年，受疫情影响，孩子长期宅在家中，无论是幼儿园还是小学，面对面授课的时间都会大幅减少。如果没有做好衔接，会让幼儿在初入小学时面临很大的挑战，甚至不适应小学的学习和生活。因此幼小衔接工作还是主要由父母为主导，整个家庭配合，目的为孩子建立步入小学的美好憧憬，更好地适应小学阶段的学习。

因此，家长在未来两个月，可以在家把小学的一些要求和任务，以小故事的形式告诉孩子，让他们尽快接触和了解，从而让孩子对小学学

今年的“幼小衔接”如何“接”

孙继兰

习产生憧憬，让孩子在幼儿园到小学角色转化中显得自主、从容。

家长不要急于传授知识

在这个过程中，家长要注意的是，不要急于传授学科知识，避免大量的学科性知识的灌输，更重要的是要培养孩子认真听讲、积极举手、按时作业的习惯，培养一个良好的习惯远比让孩子提早学习知识显得更重要，其中，“不懂就问”也是重点培养目标之一。

这段时间要给孩子足够的关爱，做好心理安抚，让孩子了解去小学是一个良好的学习环境，而家里还是他最温暖的港湾，爸爸妈妈永远都会在他身边，以此减轻孩子上学时的心理负担。

适当安排一些家务活

避免溺爱也是做好幼小衔接的重要工作。此时，父母要提前做好与长辈的沟通，让他们明白关爱不是溺爱，让长辈明白培养一个良好的习惯是需要全家人的支持与参与，并将这作为目标实施到日常生活当中去。

例如，日常由长辈照顾孩子时，可以适当让孩子分担一些力所能及的家务，如帮忙拿拖鞋、捧菜上桌，收拾好沙发靠枕、甚至扫地拖地

等，让孩子从中学学习作为家庭的一份子，也要承担一些家庭责任。此时，当孩子做得好时，可以适当针对具体的行为给予夸奖，树立孩子的使命感，让责任感伴随着孩子的成长。

“幼小衔接”的误区

1. 家长用小学吓唬孩子，让孩子听话。
这会让孩子对学校产生恐惧，让孩子害怕上学。家长可以让孩子提前接触一些已读小学的孩子，通过孩子的交流，避免孩子对学校产生恐惧。
2. 家长将自己的焦虑心态展现给孩子。
这样会带给孩子学习的压力，对学习失去兴趣。家长可以带孩子逛逛自己的学校，说一些学校发生的趣事，让孩子对小学生活产生憧憬。
3. 超前学习学科知识。
家长要明白学习需要循序渐进，避免过早传授与孩子年龄不相符的知识，让孩子产生挫败感。
4. 大量使用电子产品。
虽然现在电子产品都在教学中很普及，但家长也不能一味依赖这些产品或学习软件，可以让孩子回归到书本，或者通过真实体验来学习。

外国孩子们这样过

不住的已经制定了假期举家外出度假的计划。

不过，在目的地选择上，大约91%的人放弃了国外游，因为在全球疫情下，国际航班和一些国家的边境管控变数太大。选择国内游的，大多数人也避开了人口集中的大城市，而是选择带着孩子去海边度假或者郊外野营。近来，西班牙海边别墅的短租行情十分火爆，各种露营装备的销量平均上涨了75%至235%。

首先，置办一个充气游泳池。西班牙市场上的充气游泳池价格在几十欧元至数百欧元之间，中位数一般是200欧元。只要家里的院子或者阳台放得下充气泳池，花不了多少钱就可以天天享受泡在泳池里的感觉，还不害怕因为去了人群聚集的地方而感染病毒。据西班牙媒体报道，4月底以来，西班牙兴起了“充气泳池热”，市场上的充气泳池销量“一飞冲天”，比去年同期上涨了350%。一些知名品牌的充气泳池早在一个多月前就断货了，再补货到明年。充气泳池销量的火爆也带来了充水泵、净水器、泳池消毒剂等周边产品的热卖。

其次，搭好了游泳池，接下来就是支个烧烤架。烧烤原本是西班牙人海边度假的标配，既然海边已经搬到了院子里，烧烤架也得配好。目前西班牙市场上烧烤架的销量较去年同期上涨了29%。在一个阳光明媚的下午，大人孩子一起泡进院子里的充气泳池，再烤几根香肠，烤几块牛排——去海边度假的精髓就都有了。

墨西哥：电视暑期班惠及更多孩子

墨西哥是拉美新冠疫情较为严重的国家，不过已有好转迹象，当前坎昆等加勒比海度假胜地已部分重启，不过绝大多数人还是更愿意隔离在家等待疫情进一步好转。为了保证墨西哥的小学生在家中过上快乐的隔离假期，墨西哥教育部在6月推出了一个名叫“欢乐一夏”的寓教于乐的虚拟暑期班。

与发达国家大多依托互联网举办互动性强的在线暑期班不同，“欢乐一夏”虚拟暑期班是出于墨西哥特殊的国情，通过免费的地面电视信号实现的。墨西哥网络和电脑普及率不高，大约53%的家庭有互联网连接，45%的家庭有电脑，但95%的家庭有电视机。因此通过电视播放教育节目，事实上照顾到了更多的孩子。“欢乐一夏”虚拟暑期班通过墨西哥多个公共电视台播放，家里没有付费有线电视的孩子也不用担心看不到。有条件上网的家庭，还可以通过网络收看，并且在电视直播结束后回看已播出的节目。

每天从早上9时30分到晚上6时，“欢乐一夏”会分时段播放针对不同年级节目的内容。比如，早9时30分至10时是所有年级共同的“读书时间”或“科学时间”，10时至11时播放的是给学前班孩子看的内容，11时至12时是一二年级孩子的内容，每天傍晚最后一个小时的内容则是适合全家一起看的“家庭活动”。

“欢乐一夏”虚拟暑期班丰富多彩，融知识和娱乐为一体，既有一些墨西哥本地电视台制作的原创节目，又有一些教育机构提供的节目。凭借全球西班牙语国家数目较多的优势，该虚拟暑期班还挑选了一些其他西语国家较为成熟的教育节目播放。（贾译驰）

来源：文汇报

5. 用娱乐作为学习奖励。

在引导孩子自主学习时，用娱乐作为学习奖励会弱化孩子学习的内在动机。家长可以通过增加学习的趣味性，让孩子产生学习兴趣和动力。

专家招招：家长可以在余下的两个多月时间里，着重培养孩子的行为习惯。

1. 培养孩子的学习定力。

一般幼儿年龄孩子的注意力大约是20分钟，而小学课堂则是40分钟，所以家长在日常生活中增加一些任务，如画画、阅读、拼图等游戏，以此来训练孩子在一件事情上的定力。但是儿童成长有其自身规律，必须循序渐进，不要让重视变成过度关注。
家长可以让孩子坚持一个时间只做一件事。当孩子跟你说话时，不要玩手机，专心看着孩子和他说话。这实际上是在给孩子示范如何进行集中注意力。这段时间，父母不要让他做会导致注意力分散的事，例如边吃饭边看电视。

此外，家长还可以家里营造有利于注意力集中的环境，比如为孩子创设一个不受干扰的游戏角落或学习区，将环境收拾得有条不紊。
2. 树立遵守规则的习惯。
小学讲求知识的学习和规则，那么在幼小衔接的阶段，家长可以通过鼓励孩子发展兴趣爱好来进行。兴趣永远是最有效的学习动力。此时，父母要在家里建立规则意识，比如如何尊重老师和长辈、如何与朋友和同学相处等行为，因为父母是孩子最佳的榜样。

时评

莫让陪伴成为暑期奢侈品

宋金婷

鸣虫唱夏，暑假已至。

对于70后、80后来说，暑假标配是《新白娘子传奇》、《西游记》的电视剧，如果再配上一瓶汽水或者半个西瓜，那别提有多惬意了，晚上吃了饭，呼朋引伴在胡同小巷里跳皮筋、丢沙包、捉迷藏、跳格子，出一身汗全身舒畅，月亮升起，妈妈拉着嗓门喊回家的声音此起彼伏……

陪伴是让孩子安全快乐成长的一道港湾，很多父母白天要上班，晚上回家忙家务没时间，其实，陪伴孩子不需要占用一整天或很多时间，而是要学会很多事情和孩子一起做。有条件可以陪孩子来一场近郊旅游，没时间也可以陪伴孩子一起阅读，与孩子一起收拾房间，带领孩子动手动脑，体会当大厨的乐趣，一起洗菜做饭，一起逛超市购物……

在与孩子的互动中，可以了解孩子的思想动态和情感需求，及时送去心灵的阳光，教育他们成长做人。一个身心健康的孩子，在成长过程中少不了父母的爱。如果孩子缺少亲情，情感就会变得“荒漠化”，性格就可能变得内向、自私、冷漠，甚至孤僻，亲情陪伴是最好的教育方式。而与孩子的假期相比，很多父母基本没有假期，暑期“陪伴”成了奢侈品。

其实，最好的暑期培训班，是父母多一点陪伴。作为孩子第一任老师，也是孩子身边最亲近的人，孩子情感的成长、人格的塑造、习惯的养成等方面，离不开父母潜移默化地熏陶、感染，而孩子的兴趣和爱好，也需要父母慢慢挖掘与培养。

无论是采取何种方式让孩子度过假期，家长都不能忽略与孩子的交流与沟通。孩子心理成长

本版策划：徐 媛 WXRb-xuhuan@163.com
责任编辑：宋金婷 784542876@qq.com
版式设计：汪莹莹