

家长课堂



中小學生：如何上好网课

上网课期间，需要提高利用效率，发挥网课的积极作用，实现学习成绩的不断进步。在家里上网课，是特殊时期采用的一种方式...

佚名

陪伴孩子：不能“走过场”

说起孩子，大概每位父母都有说不完的话题，有欣喜和欢笑，也常常伴随着焦虑和困惑...

对亲子陪伴的认知存在误区

小川是个活泼开朗的男孩，偶尔小调皮，却也热心十足。最近小川和我聊天时说：“张老师，爸爸妈妈最近特别忙，偶尔下班后或者周末在家陪我，还总是看我不顺眼，除了批评就是指责，难道我在他们眼中就那么一无是处吗？”

带着疑惑，我拨通了小川妈妈的电话。

“这孩子，天天晚上不睡、早上不起，一门心思就惦记着玩儿手机，屋子一团糟也不知道收拾，懒死了！”小川妈妈的语气中带着焦虑，列举着孩子的不是...

误区一：“假装式”陪伴。

有些家长对孩子的陪伴可谓“寸步不离”，表面看确实与孩子同处一个时空，实际上却在玩手机、看电视、想着自己的工作，做着“隐形失陪”的事。

误区二：“控制式”陪伴。

有些父母在孩子写作业时，总是站在旁边，一会儿问这，一会儿问那，孩子写作业时，父母在旁边不停地唠叨，让孩子感到烦躁和压力。

误区三：“陪伴式”陪伴。

有些父母在孩子写作业时，只是坐在一旁，看似陪伴，实则是在玩手机、看电视，让孩子感到孤独和缺乏安全感。

误区四：“陪伴式”陪伴。

有些父母在孩子写作业时，只是坐在一旁，看似陪伴，实则是在玩手机、看电视，让孩子感到孤独和缺乏安全感。

误区五：“陪伴式”陪伴。

有些父母在孩子写作业时，只是坐在一旁，看似陪伴，实则是在玩手机、看电视，让孩子感到孤独和缺乏安全感。

误区六：“陪伴式”陪伴。

有些父母在孩子写作业时，只是坐在一旁，看似陪伴，实则是在玩手机、看电视，让孩子感到孤独和缺乏安全感。

常见成语辨析

才高意广：意：志气。指一个人的才学高，志气也高。出处：明·胡震亨《唐音癸签》：“太白非从人而为乱者……大抵才高意广，如孔北海之徒。”

才华横溢

指才华充分显露出来。出处：张洁《从森林里来的孩子》：“他抚摸着长笛和乐谱，感慨着这就是那个才华横溢，勤于事业、忠于理想的人留在世上的全部东西了。”

十分钟考场

后跟着老师学习，认真听讲。听课期间不要随便走动，听课要主动，需要关注老师讲课的细节，最好能够记笔记。

上网课期间，需要认真记笔记，课后进行总结和整理，通过记笔记，了解老师讲课的重难点，学会总结学习的技巧和方法。

总之，上网课期间，需要提高学习效率，充分发挥网课的作用，提高学习的效率。父母要监督好孩子的学习，让孩子学会自主学习，合理安排网课时间。

佚名

在陪伴孩子的时候过于“投入”，却走向了另一个极端，把陪伴变成了管控和讲条件。“别去这儿，太高容易摔！”“别摸那儿，太脏不卫生！”

陪伴孩子要有平常心，希望家长可以试着接受并引导孩子的情绪和情感，与孩子一起分享心灵感受，一起面对成长过程中所有的问题和挑战。

高质量亲子陪伴可以这样起步 针对小川家的问题，我给小川妈妈提了三点建议，希望他们家可以开始高质量的亲子陪伴。

第一，及时表扬孩子。孩子需要“被看到”“被认可”，作为家长，要控制好自身情绪，看到孩子的闪光点。每天夸夸孩子，多肯定，多鼓励。

第二，和孩子一起做事。家长晚上下班后或周末时间，和孩子一起阅读、一起运动、一起扫除、一起购物等。

第三，用心陪伴。用心关注、用心倾听、用心帮助，不打击、不指责、不高高在上，给予孩子应有的尊重与信任。

张爽

场面拉开，你是高手还是庸才，是才华横溢还是平庸庸雅，终会露相的。

才貌双全：既有才华，相貌又好，两者兼备。出处：《清平山堂话本·风月瑞仙亭》：“孩儿见他文章绝代，才貌双全，必有荣华之日，因此上嫁了他。”



我尝到了劳动的快乐

一周紧张而忙碌的网课生活结束了，今天是周末，我美美地睡到了自然醒。当我起床时，窗外已经阳光明媚，一群群麻雀一会儿飞到东，一会儿飞到西...

今天没有作业，正当我为今天该干点什么而绞尽脑汁的时候，不经意间却发现妈妈早已为家庭卫生忙得不可开交，那纤细的双手正吃力地握着拖把一前一后、一左一右地拖着地



捏面人

在今年中元节那天，《朔州日报》小记者站组织我们去捏面人。

开始捏面人了。我们每人分了一块面团，然后用双手不断地揉搓面团，使得面团更加光滑。然后我们分成了五个不同的剂子，两个大的、两个中等的和一个小的。

最大的用来做它的前半身和后半身，而中等的是用来做它的头和鼻子，最小的那一块就是用来做眼睛、鼻子和嘴巴。

周末的午后，慵懒的阳光从窗口洒进客厅，我惬意地坐在沙发上，享受着这悠闲的时光。

就在我神游天外，如痴如醉之时，妈妈拿着拖把和水桶走进客厅，弯下腰拖起地来。看着她额头上的汗珠，我突然有些心疼。

我弯下腰，学着妈妈的样子，卖力地拖了起来，阳光映射在刚拖过的地板上，似乎是一幅没有色彩的画。

不一会儿，客厅便拖完了，可是由于经验不足，并没拖干净，反倒有些花，地板水渍一道道，和灰尘晕染在一起，显得更不干净。

妈妈又告诉我，大概拖完一个房间，洗拖布的水也要跟着换一次，否则越拖越脏。原来如此！我看着桶里的水已经脏了，就拎着桶去了卫生间换水。

昨天，爸爸给我买了一个玩具，它叫“水精灵”。我仔细阅读了操作说明书后，开始动手了。首先，准备一小箱子水，往水里加入一些和珍珠一样雪白的颗粒。

我和妹妹做了许多“水精灵”，有金灿灿的星星，翩翩起舞的蝴蝶，行动缓慢的乌龟，活泼可爱的海豚和红红的苹果……

快乐的时光总是很短暂。这是我玩过最好玩的玩具，我很开心，爸爸能给我买来这么好玩的玩具。

市五小三(1)班 杜沁媛 指导老师：陈翠梅

最好的玩具

那次玩得真开心

爱玩是每个小朋友的天性，当然我也不例外。要说起我最喜欢玩的地方，那就是现代蹦乐园了。

每当节假日休息的时候，我就会和哥哥、姐姐相约去那里玩耍。这里好玩的项目数不胜数，有蜘蛛塔、灌篮、海绵池区、空翻区、蜘蛛人粘墙、热血滑梯……

最让我兴奋的是蜘蛛塔，记得第一次玩的时候，不管哥哥怎么劝我，我都不敢尝试，哥哥一连做了好几次示范，最后我终于鼓起勇气。

周末的午后，慵懒的阳光从窗口洒进客厅，我惬意地坐在沙发上，享受着这悠闲的时光。

就在我神游天外，如痴如醉之时，妈妈拿着拖把和水桶走进客厅，弯下腰拖起地来。看着她额头上的汗珠，我突然有些心疼。

我弯下腰，学着妈妈的样子，卖力地拖了起来，阳光映射在刚拖过的地板上，似乎是一幅没有色彩的画。

不一会儿，客厅便拖完了，可是由于经验不足，并没拖干净，反倒有些花，地板水渍一道道，和灰尘晕染在一起，显得更不干净。

妈妈又告诉我，大概拖完一个房间，洗拖布的水也要跟着换一次，否则越拖越脏。原来如此！我看着桶里的水已经脏了，就拎着桶去了卫生间换水。

昨天，爸爸给我买了一个玩具，它叫“水精灵”。我仔细阅读了操作说明书后，开始动手了。首先，准备一小箱子水，往水里加入一些和珍珠一样雪白的颗粒。

我和妹妹做了许多“水精灵”，有金灿灿的星星，翩翩起舞的蝴蝶，行动缓慢的乌龟，活泼可爱的海豚和红红的苹果……

快乐的时光总是很短暂。这是我玩过最好玩的玩具，我很开心，爸爸能给我买来这么好玩的玩具。

市五小三(1)班 杜沁媛 指导老师：陈翠梅

最好的玩具

美好的回忆

美好的回忆

得像过筛子一样，一下下挨着全都拖到，而且要‘倒着拖’，边拖边退，就不会把拖过的地方踩脏了。”

坐下来休息的时候，目光扫视了一遍客厅地板，干净整洁的地板在阳光的照射下显得锃光发亮，一股无比的自豪与满足感油然而生。

劳动是辛苦的，但它却能给我带来不一样的快乐，以后我要多多帮助妈妈做家务，锻炼自己，快乐家人。

朔城区五中(333)班 李安 指导老师：雷晋陵

狼狽地爬起来，扎好头发，不以为然地说：挑战成功！艰难的第一步成功以后，它也成了我每次来玩的时间最长的一项运动。

接着，我们又来到海绵池。各种颜色的海绵方块让人眼花缭乱，当你掉下去的时候，如果没有一个支点根本爬不起来。

随后，活泼好动的哥哥，抢先来到了灌篮区，他递给我一个篮球，让我想起以前在校园里打篮球的情景。

快乐时光总是短暂的，每当我恋恋不舍地离开现代蹦乐园时，总会在心里问自己：还要等多久，我们才会再见面？

市五小三(1)班 刘祎祎 指导老师：陈翠梅

第一次拖地

周末的午后，慵懒的阳光从窗口洒进客厅，我惬意地坐在沙发上，享受着这悠闲的时光。

就在我神游天外，如痴如醉之时，妈妈拿着拖把和水桶走进客厅，弯下腰拖起地来。看着她额头上的汗珠，我突然有些心疼。

我弯下腰，学着妈妈的样子，卖力地拖了起来，阳光映射在刚拖过的地板上，似乎是一幅没有色彩的画。

不一会儿，客厅便拖完了，可是由于经验不足，并没拖干净，反倒有些花，地板水渍一道道，和灰尘晕染在一起，显得更不干净。

妈妈又告诉我，大概拖完一个房间，洗拖布的水也要跟着换一次，否则越拖越脏。原来如此！我看着桶里的水已经脏了，就拎着桶去了卫生间换水。

昨天，爸爸给我买了一个玩具，它叫“水精灵”。我仔细阅读了操作说明书后，开始动手了。首先，准备一小箱子水，往水里加入一些和珍珠一样雪白的颗粒。

我和妹妹做了许多“水精灵”，有金灿灿的星星，翩翩起舞的蝴蝶，行动缓慢的乌龟，活泼可爱的海豚和红红的苹果……

快乐的时光总是很短暂。这是我玩过最好玩的玩具，我很开心，爸爸能给我买来这么好玩的玩具。

市五小三(1)班 杜沁媛 指导老师：陈翠梅



光阴似箭，日月如梭，转眼又到了农历八月十五，今天是中秋节，又叫团圆节，是家人团聚、品尝月饼、赏月的好日子。

晚饭开始了。有红烧带鱼、土豆焖羊肉、烤羊排等应有尽有。爷爷、奶奶、爸爸、妈妈、姑姑、表姐、堂姐一大家子都在互相谦让。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

难忘的中秋之夜

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

吃完饭后，我们来到了阳台上。爸爸拿来一箱月饼，有五仁的、枣泥核桃的、莲蓉蛋黄等等。

美好的回忆



美好的回忆

美好的回忆