

“儿童”很忙·上篇

# 课内课外,他们在忙啥?

本报记者王佳丽

在这个“人人喊内卷,鸡娃也疯狂”的时代,佛系似乎成了一种罪过。(注:鸡娃,网络名词,就是给孩子打鸡血,不断地给孩子安排学习和活动,不停地让孩子去拼搏。)儿童节马上到了,虽然“儿童节快乐”也许能为孩子带来一天假期、一顿美食,但这并不能为这场大人和小孩都忙碌的竞赛按下“休止符”。

现在的小孩都在忙啥?为此,记者采访了13位家长和孩子。

## “非典型”教育

记者先和恬恬聊了聊“鸡娃”这个话题。她其实不算是这个话题的最佳人选和家长代表,因为恬恬并不是“鸡娃”,恰恰相反,她素来提倡“快乐教育”和“素质教育”。

记者认识她已有6年,她一直专注于家庭关系和儿童教育的研究和实践,与无数焦虑的父母对话沟通,因此在这方面有些心得。

她的孩子恬恬今年上小学五年级,在班级里学习保持中上,性格开朗活泼。“虽然已经五年级,但我不打算让恬恬刷各种试题试卷和上补习班,唯一一个数学线上课程我也准备停掉了,虽然这个课刚开通过没多久。”

当然,恬恬并没有闲着,恬恬带着她花了许多时间在拓展认知和丰富体验上,例如冬日腊八粥、夏日酱酿酒、秋日野营蓝晒。当然,恬恬也少不了跟着妈妈参加各种读书会,走进工厂和博物馆研学,参加夏令营搭建木屋,学习琳琅满目的手工制作——做盘扣、玩刺绣、制作掐丝珐琅、捏黑陶……这样的体验,绝对比大部分孩子的课外生活要丰富许多。

和恬恬一样心态轻松的,还有孩子丢丢刚刚上幼儿园小班的王女士。虽然丢丢班上有孩子开始上各种培训班,但王女士心态平和,觉得至少幼儿园阶段应该让孩子多玩耍。

因为住在临海的乡下,家前后都是山,大自然就成了丢丢的乐园。王女士也喜欢带着丢丢去山间、去海边亲近自然,感知四时的变化。擅长摄影的她,还会用相机精心记录下这些画面。“我朋友的孩子年龄跟丢丢相仿,他们住在城里,都特别喜欢往我家跑。我家有菜园子,出门有果树、溪水,孩子们可以去山里,去玩泥巴,还可以喂兔子。”

## 学习终究是“重头戏”

不过,不是所有的家长都能像恬恬和王女士一样“心宽”,也不是所有的孩子都能像恬恬和丢丢一样恣意地玩耍和感知世界。有为孩子送到更好学校而努力的家长。

跳跳妈的大女儿陈奕瑾在台州书生小学念三年级。选择书生小学,跳跳妈看重的是学校的教学质量和教育环境。因为家在农村,陈奕瑾不得不在校寄宿,每周回家一次。而除了周一至周五的在校学习,到了周六,陈奕瑾还要花上一整天的时间去上补习班。

也有付出所有空闲时间和精力陪伴的家长。蒋欣芝才上小学一年级,妈妈陈女士认为这是各个学科打好基础的时候,“关于科学兴趣培养,我一直给孩子订阅相关读本;英语启蒙从大班开始,目前配合一些线上课程给孩子做辅导;阅读是基础,一二年级让孩子先达到一定识字量,后期学古文需要家长做更多引导,拓展书本之外的古文学习。”

除此之外,蒋欣芝还会通过在线教育APP课程,巩固拓展学到的知识。到了周末,她还有写字、主持和舞蹈培训班。

## 孩子累,家长更累

很想听听孩子的想法,于是记者找到了4名即将上小学的孩子。面对交流后,记者发现他们身上的共同点:善于表达、兴趣爱好广泛。

“早上起床后要早读半小时,然后去幼儿园。”吴锦意分享了他每天的安排,“晚上回来先学习英语30分钟,围棋练习1个小时,写字1个小时,还要练习两遍主持。”

和吴锦意一样,另外3名小朋友的日程

也都排得满满的,有学小模特和跳舞的,有周末在写字、绘画和小主持课程之间来回切换的。虽然还没上小学,学业压力没那么重,但小朋友依旧为每天必须完成的课程和作业而吐槽,喊“累”也在所难免。

金女士一家一年前从嘉兴回到台州。为了兼顾事业和陪伴女儿,金女士将小女儿禾禾放在椒江上幼儿园。禾禾正在上小班,课外有上乐高课和数学逻辑思维课,“这些课程可以培养孩子的动手能力、空间概念和逻辑思维”。

大女儿诺诺在路桥念五年级,学习成绩还不错。不过因为两地教材不同,一向提倡“快乐成长”的金女士不得不在去年暑假为诺诺报了一个数学补习班。“当初我花了很多时间在陪伴大女儿这件事上,如今我很难花这么多时间在小女儿身上,想和诺诺一样带着禾禾参加各种有意思的户外活动,心有余而力不足。”

平衡工作与家庭的确不是一件容易的事情。严女士最近工作压力比较大,而回到家辅导孩子写作业又是一件让人头疼的事情,因为她的老公在女儿教育上选择当“甩手掌柜”。

“没有我陪在身边,孩子作业就写不下去,每天晚上要弄到八九点,作业结束还要给她舞蹈打卡、英语打卡……”严女士感到身心俱疲,“孩子的学习成绩一直没有进步,而且我也看不到她在舞蹈和英语上有多大天赋,却又不得不坚持。”



陶祎之/制图

# 爸妈周末无休

本报记者元萌

## 周末连轴转

周末的清晨7点,全职妈妈林女士准时起床为家人准备早餐,再叫醒孩子去参加早上的绘画课。对她来说,周末早起,已经成为一种生活习惯。

“我辞去外贸工作,做全职妈妈已经有4年多了,现在瀚瀚上幼儿园了,平日反而有空做些自己的事,但一到周末,又回到了最初全天‘带娃’的状态,的确是连轴转。”林女士坦言。

她向记者介绍了自己与孩子的一个“普通”周末:早起带孩子去上绘画课或架子鼓课,中午接孩子到附近商圈吃个午饭,下午继续上幼儿益智课程或参加亲子共读活动。晚上再接孩子回家,结束一天的奔波。

“现在的课程越来越注重亲子之间的互动,所以有时我也不能干坐着等孩子下课,需要参与到课堂中。”林女士表示,“像亲子共读、手工制作等活动,也让我静下心来与孩子相处,享受共同做一件事的乐趣。”

与孩子相伴的周末,有快乐也有疲惫。“带孩子出门,有时的确考验妈妈的耐性,我们也在商量能否在家中自己教孩子学些东西,但总觉得自身水平有限。”林女士笑着说,“毕竟不能让孩子输在起跑线上,就算是周末也不能虚度。”

自从开始做全职妈妈以来,林女士经历了心理上的转变,她一开始觉得周末是一家人用来放松心情,只要彼此陪伴就很美好。“但发现身边的家长都在为他们的孩子规划周末,就会迫使自己和孩子也‘忙起来’。”

## 甜蜜的“烦恼”

有一儿一女的何女士,繁忙的周末生活对她来说,充满了甜蜜的“烦恼”。

“周末的我,比工作日更忙碌。儿子现在上小学四年级,周末两天要上三四门课。”何女士说,“一大早就起来送孩子上课,中午也没有休息时间,晚上

回来还要辅导孩子功课。”

周末要上四门课的那段时间,孩子在连轴转的状态下身体有些吃不消,何女士只能将原本安排的一些兴趣课暂停。“我家小孩学习兴趣还是很高的,报的课程基本都尊重他的个人喜好。孩子想学的东西很多,就怕他身体难以承受这样的强度。”

“我们也在考虑将一些兴趣课移到寒暑假,这样平时也不会给孩子过重的负担。”何女士表示,和周围家长交流时,她发现许多孩子都是全年无休,学演讲、学主持、学编程,孩子们不是在上课,就是在去上课的路上。

“多学点东西固然是好的,但是在培养孩子上,还是需要长远规划。”何女士认为。

转眼间,何女士的小女儿也上幼儿园中班了,今后的双休日想必会更加忙碌,家人之间聚在一起放松的时间也更有限了。

## 风雨无阻

李先生的孩子读小学六年级,面临“小升初”的压力,学业非常繁忙。在李先生的记忆中,陪孩子熬夜钻研奥数题,已是生活的常态。

“周末和孩子一起出去打打球、跑跑步的日子,好像已经是好几年前的事了。”李先生表示,自从孩子升到高年级后,每个周末的任务之一,就是接送孩子上补习班,风雨无阻。

“原本为孩子报的兴趣班都搁置了,这段时间还是要以学业为重,作为家长只能时刻站在孩子身后。”

但李先生总觉得自己能为孩子做的事太少,到了周末,无非就是为孩子做一顿大餐,旁敲侧击地关心孩子的学习状况。有时看着周末还在做题的孩子,“感觉就像笼中鸟,失去了童年应有的快乐。”

李先生说,儿童节前的周末,本来想带孩子去游乐园放松一下,但遭到了孩子的拒绝。“与孩子过一个放松的、没有作业、没有压力的周末,成了一种奢望。”

## 且看且议

# 谁“卷”走了我的周末

元萌

节假日及周末,原本是放松身心的时间,而如今的孩子和家长往往抱怨“假期无休”,孩子们在书山题海间打转,家长们跟着孩子辗转于各培训机构之间。

或许在快节奏、竞争压力大、高度内卷化的现代社会,人们都无心甚至无暇去停下来思考:到底是谁“卷”走了我的周末?

家长陪伴孩子“周末无休”,为孩子付出了太多的时间与心力。全社会都在为孩子的教育“做加法”,不光是孩子,家长也是不堪重负。

就像学校建立的家长群,让家长与孩子处于一天24小时、全年无休的“待机”状态。孩子在放学后继续打卡各种任务,家长需要监督孩子完成,有时甚至需要参与其中的一些任务。

家长群属于家校共建的产物,目的是为了更密切地关注孩子在学习、生活、心理等方面的动向。但学校如果过度将责任交付给家长,不仅为家长增加了额外的负担,长此以往,也不利于建立和谐稳定的家校关系。

此外,家长与孩子仍深陷于“培训热”的漩涡中。或是出于不能让孩子输在起跑线上的心理,或是出于对孩子德智体美全面发展的期望,绝大多数家长都会选择在周末、寒暑假甚至工作日为孩子报班。

笔者认为,报培训班及兴趣班无可厚非,但切忌跟风。在课程选择上要充分考虑到孩子的接受程度、个人能力与兴趣,做到因材施教。如今,线上教育、远程教育等行业蓬勃发展,家长与孩子可自主选择线上课程学习,可有效缓解线下培训带来的压力与不便。

实际上,孩子的周末,理应被赋予更多的可能。在倡导素质教育、全面教育的当下,家长不应一直围绕着补习班、培训课打转,跳出唯分数、唯名次的圈子,树立一种“非典型”教育理念,鼓励孩子快乐学习、自由体验,反而会收获更广阔天地。

从呼吁教育减负到抵抗教育内卷,无论是孩子、家长还是学校,需要共同寻求一个规避无效竞争、释放升学压力的出口,将周末还给孩子和家长,为亲子之间创设更多欢度周末的机会。

## 关注夏季健康系列报道②

# 注意啦!最近螨虫皮炎、脚气发病率高

本报记者颜敏丹

梅雨季节即将到来,天气闷热潮湿,细菌、真菌很容易繁殖,从而引发一些皮肤疾病。

近期好发的皮肤病,是螨虫皮炎、脚气、湿疹等。

## 天气湿漉漉,脚气找上来

前几天,60多岁的老王脚上起了很多小水泡,痒得他不停地挠,整夜睡不好。他来到市中心医院皮肤科就诊,医生一看,原来是脚气犯了。

“脚气也叫足癣,医学上叫足部皮肤真菌病。”市中心医院皮肤科主任陈晋广说,这类浅表真菌最适宜的生长温度是22℃-28℃,南方温暖潮湿的梅雨季,就是真菌的“天堂”。当下,脚气发病率非常高,“一天门诊100多次中,有十几个人是得了这个病。”

脚气的传染性很强,一人得病,很容易传染给一起生活的人。

真菌的生命力非常顽强,它有两种存在形式——菌丝和孢子。当环境适宜时,真菌会发出菌丝,大量繁殖,引起症状。当环境不适宜时,又会转化成孢子,可以抵御各种高温低温酸碱环境,一般的热、阳光都不能杀死他们。真菌可以通过脚盆、游泳池、公共浴室的拖鞋毛巾等传染,一旦遇到适宜环境,就会生根发芽,引起脚趾缝糜烂、浸渍,脚后跟脱屑,脚侧缘小水泡等。脚气虽然不是大病,但影响生活质量,时间一长,真菌容易侵犯趾甲,引起“灰指甲”。随着年龄增长,血管、淋巴管功能退化,还可能引起丹毒、癣菌疹等。

陈晋广提醒,脚气虽不是大毛病,但要认真对待,尤其是梅雨季节,一旦鞋袜被雨水淋湿,要及时更换干爽透气的鞋袜,洗完脚注意擦干脚趾缝,不要给脚气滋生发展的“好环境”。

## 螨虫皮炎,时下高发

最近,一些人身上会莫名其妙起小红疙瘩,瘙痒难耐。来到医院,被告知是得了螨虫皮炎。陈晋广说,螨虫皮炎也称丘疹性荨麻疹,近期,他的门诊患者中,得了螨虫皮炎的占了10%-20%。有一些患者感到奇怪,说是螨虫,但并没有感觉到被虫咬啊?那螨虫到底是个什么东西?

其实,螨虫不是虫。陈晋广给大家普及了一下关于“螨虫”的知识。

第一,螨虫体积非常小。螨虫虽然也叫虫,但是和大家印象中的蚊虫这类肉眼可见的节肢动物不同,它的体积非常小,一般不超过1毫米,难以被肉眼察觉。

第二,螨虫分布非常广。有油脂的地方,有灰尘的地方,都有螨虫。可以说,我们生活在一个布满螨虫的世界里,但是一般情况下,我们感受不到螨虫的存在,因为螨虫和人类共居在一起。

第三,螨虫怕干,怕热,怕紫外线。梅雨季节,气温一般在20℃-30℃,周围环境潮湿,光线也比较弱,春夏之交,植被茂盛,被褥、衣物不能经常晾晒、暴晒,螨虫就非常适合生存,特别容易发生螨虫皮炎。

陈晋广提醒,患上螨虫皮炎不要怕,可以涂一些有清凉止痒作用的薄荷膏等,帮助止痒。症状严重的,须及时就医。

## 记牢几个生活习惯

1. 居住环境多通风;
2. 少去阴暗潮湿的地方,比如地下室;
3. 床铺以床单为主,如果使用草席,要反复开水烫洗,太阳暴晒;
4. 少去草丛或者植物茂盛的地方,去的时候,尽量穿长袖长裤;
5. 衣物尽量经日光暴晒;
6. 注意个人卫生,每天洗脚,注意擦干脚趾缝,勤换鞋袜,经常暴晒,保持干燥;
7. 和家人分开使用个人清洁用品,避免交叉感染;
8. 少去公共浴室、按摩店等,或者自备拖鞋,减少交叉感染。

# 临海法院：“重读红色家书”活动走进临海小学

本报讯(记者颜敏丹 通讯员罗锦雯)近日,由临海市关工委牵头,临海市人民法院联合临海小学开展“重读红色家书”系列活动。

“当我们掀开尘封的历史,去阅读烈士们留下的一封信封家书时,更能感受到一个个鲜活的生命也如我们一样的绽放过,也有着浓浓的亲情,灿烂的爱情……”随着小主持人的声音响起,“重读红色家书致敬建党百年”活动拉开了帷幕。临海小学200余名学生代表在学校的同心厅参加此次活动,其他师生在教室内收看同步直播。

临海法院立案庭法官助理王海一,饱含深情地朗读了夏明翰写给母亲、妻子以及大姐的三封家书。行政庭法官助理王旭

拓分享了聂荣臻的家书《争国权以救危亡,是青年男儿之有责》,并借此寄语:“作为一名在校学生,须认真学习基础知识,胸怀祖国,在日常生活中勇于奉献自我。”

随后,临海小学学生代表卢柏成分享了王传家书。该校副校长方玲华、退休教师代表周美莲及4名学生代表,分别畅谈了自己的感受。

临海法院机关党委专职副书记王嘉表示,通过学家书、诵家书、议家书、悟家书活动,加深法院干警和师生对我党历史的了解,更加深刻地体会到革命道路的曲折和胜利来之不易,感受到革命先烈崇高的精神,这也是法院开展党史学习教育的一次非常有益的尝试。

# 抖音“神医”上网课学针灸 非法行医被当场查获

本报通讯员郑江斌

“腰椎盘突出,扎了银针再拔罐”“这位顾客全身关节疼痛,针扎下去,七八分钟,热气就排出来了,遇到我你有福啦……”近日,抖音上的一条养生保健宣传短视频,引起了玉环市卫生监督所执法人员的注意。视频中显示一家养生保健馆正为顾客提供针灸服务,从视频背景中,执法人员敏锐地察觉到,这家店就在玉环本地,且无相关行医资格,初步认定是一家非法诊所。

锁定了当事人和行医点后,执法人员立即前往该养生保健馆。一进入馆内,执法人员便看到数张诊疗床,经络屏风图,患者小腿上密密麻麻地扎着银针。烟雾缭绕中,非法行医者黎某正在给患者施针。



溺水施救:能卧倒不站立

日前,温岭市游泳协会和天鹰、蓝天救援队志愿者,带领南屏小区幼儿园小朋友,来到温岭市体育中心游泳池,现场教授防溺水、抢救溺水者等安全知识。

图为志愿者告诉小朋友,抢救溺水者时,救援者能在岸上尽量不要下水,能卧倒不要站着,能用器材不要人下水等常识。本报通讯员刘振清摄