



## 征稿启事

即日起,重庆晚报新增《阳光少年》周刊,长期征稿,包括但不限于教学心得、学校动态、学生作品等内容,欢迎供稿或提供线索。

投稿请留下姓名以及联系方式。

投稿邮箱:cqwbjyzb@163.com

## 教育闲思

# 让爱从束缚回到支撑

重庆市鲁能巴蜀中学校 张欧

在与家长的沟通过程中,我时常会听到一些“请求”,这样的“请求”小到劝学生剪短发、早点睡觉,大到“我管不住孩子,请你帮帮我”的叹息和眼泪。家长的无奈时常让我思考——父母爱的本质应该是支撑孩子成长的力量,为何这样的爱被孩子理解为了“束缚”。

### 让爱成为信任

家长的焦虑常常伴随着大型考试出现。每一次大考后,家长都会结合前一段时间学生的学习情况,进行总结并表达自己对孩子成绩的焦虑。诚然这些考试关系到学生的学业发展。但是家长过度参与孩子学业的反思,也是一种“越俎代庖”。长此以往,可能会对孩子产生负面影响。首先,孩子可能会失去自我反思和总结的能力,因为他们习惯于依赖家长来评估自己的学习情况、依赖家长给自己做学业规划,这对一个孩子的自我学习能力、学业规划能力甚至是人生规划能力的培养是弊大于利的。教育的本质是培养学生的思维和自主学习力,如批判性思维、创新思维、时间管理以及合作与沟通能力等。

其次,孩子可能会感到压力倍增,因为他们不仅要面对学业的压力,还要承受家长的高度期望。孩子可能会被迫放弃自己的立场、需求和感受,以符合父母的期望。他们可能会感到愤怒,会对父母保持警惕,难以真正放松地与父母沟通交流,不敢也不愿在父母面前表现真正的自己。

家长在孩子学业上的角色应该是引导者和支持者,而不是主导者和决策者,应该充分信任孩子,才能激发他们的潜力。家长对孩子的反馈应该是积极的、乐观的,承载学业压力的学生需要一个有爱的环境去表达自己的想法和感受。当家长在焦虑或是斥责孩子只愿意和同学沟通时,也需要反思自己是否取得了孩子的信任,尊重了孩子的主体性与独立性,在情感上做到了对孩子的理解、鼓励与支持。

### 让爱成为支撑

2023年杭州亚运会滑板男子碗池决赛中,15岁小将陈焯夺得金牌。这也是历史上第一次有中国选手获得滑板项目的亚运冠军。为支持儿子训练,陈焯的爸爸租下仓库,自学编程、3D建模、设计、木工,亲手给陈焯打造了两座碗池。陈焯爸爸在接受记者采访时表示:“陈焯喜欢滑板,就像我以前喜欢舞蹈一样,不管未来能不能找到工作,因为此刻他喜欢,就可以去支持他!我很享受当父亲的感觉。”

无人可以质疑父母之爱的热烈,但这样热烈的爱如何才能恰当好处地支撑孩子,我想陈焯的爸爸是一个很好的例子。

让爱成为支撑,需要给予孩子足够的鼓励和耐心。在本学期的家长会上,我与家长交流了一个主题“请大家看到孩子具体的成就”。有学生告诉我“张老师,今天你为什么告诉我妈妈,我犯错误了,但是我已经有一周没有犯错误了”,我说“好的,下次我会把这件事说得再具体一点,肯定你在上一周的表现”。同时,我也希望各位家长肯定孩子的努力、赞扬孩子具体的成就,给予孩子足够的时间,保持冷静和理智以及设定合理的期望,耐心等待孩子的成长。

父母之爱、师生之情皆是一场幸福的遇见,亦是一场爱与被爱的修行。良好的亲子关系建立在爱的支撑之中,倾听与沟通、尊重与理解、支持与鼓励永远是唤醒爱的魔法。



## 下笔成章

# 眼界定宽窄,勿赴众人云

重庆市第一实验中学校高2025届1班 陈怡

罗伯特·弗罗斯说:“一片树林里分出两条路,而我选择了人迹更少的一条,这造就了一切的不同。”这句话诠释了人生的两种选择:其一,择其宽,看似坦荡直顺,但可能因走的人多了,反而愈来愈窄;其二,择其窄,初见狭隘,若坚持走下去,可能会由窄及宽,柳暗花明。由此观之,在纷繁的世界中,唯有拓宽眼界,将所选之路放置于发展的视域内,洞见其真正宽窄并坚持走下去,才能实现“所行皆坦途”的理想。当下,吾辈青年应当“宁走艰难之窄门,勿落宽门之易”。

欲行“窄门”,需有创新之眼。

唯变所出,万变所从。观古今之须臾,抚四海为一瞬;古之大清,封疆锁港,固步自封,终酿成王朝颠覆,让华夏文明落后世界几百年,此乃“守旧”之弊;今之中国,改革开放,一带一路,在创新驱动下,驶向世界强国行列,东方雄狮又一次屹立于世界,此乃“创新”之良。故而,洗净慧眼,创新求变,发现时代之机、世界之趋,找准属于自己与时代的“窄门”,匠心开拓。

欲拓“窄门”,需握坚持之刃。

绳锯木断,水滴石穿。正如古人之言,当你打开“窄门”后,迎面而来的是艰难险阻。然而,当你紧握“坚持之刃”,披荆斩棘,于莽莽丛林中劈出柳暗花明,于狭隘暗淡中舞出豁然明朗。正是坚持,北冥鱼化羽,扶摇而上;正是坚持,冰封的土地绽放出万朵蔷薇,灿烂而美好。唯有坚持,才具利刃,才能拓宽窄门的局限,使其成为自己的“宽门”。

人生之路如此,我们当前的学习又何尝不是呢。作为新时代的青年,虽然无法逃避升学的压力、学业的焦虑、题海的“折磨”,但我们应该在成长路上擦亮眼睛,拓宽眼界,于“刷刷的题海声”中,找到独属于自己的“窄门”,坚持走下去,去拥抱属于自己的广阔的前景。

指导教师:王涛

## 好奇星球

# 都是家禽,为什么有“落汤鸡”却没“落汤鸭”?

夏天下雨时,大多人都会匆忙寻找避雨之处,但我们经常发现鸭子等水鸟,丝毫不在意雨水,淡定地站在岸边或浮在水面。这是为什么呢?难道它们真的不怕被雨淋成“落汤鸭”吗?

### 鸭子羽毛能防水

包括鸭子在内的被称为“游禽”的水鸟,为了适应游泳的生活,它们的羽毛往往是防水的。比如我们最常见的绿头鸭,它的尾部有一个油脂腺,会分泌特殊的油脂,鸭子平时没事儿的时候就会将其涂抹至全身的羽毛上。羽毛表面被均匀涂抹了这层油脂相当于有了一层“隔离霜”,不会和水产生接触,也就不会被水打湿从而能保持干燥,并且紧紧地重叠贴在一起。雨水落在鸭子的羽毛上,水珠就会顺着羽毛滑落下去,并不会将羽毛打湿。

### 小小鸭绒能保温

在鸭子表层的羽毛之下,还有一层绒毛,我们做羽绒服的时候,填充的“鸭绒”主要就是这些绒毛。这些绒毛有非常好的保暖性,而且鸭子还可以通过肌肉的收缩、扩张控制羽根,从而调整绒毛的蓬松程度来调节体温,只要雨水不打湿绒毛,它们就不会感觉冷。

### 减少能量消耗

同时,在雨中保持静止,有助于鸭子减少体力消耗、保存体力。降雨可能对鸭子的觅食活动造成一定的困难。雨水可能会冲刷掉水面的食物,使食物变得难以寻找。鸭子可能消耗的体力很大,但是找到的食物却不多,导致投入和产出比严重失衡,那这时候反倒“躺平”休息一下保存体力是个好主意。

当然了,以上说的这些情况,往往是小雨或中雨时鸭子等水鸟应对的一种方法,但如果遇到了大雨或暴雨等极端天气,水鸟也会寻找有遮挡的隐蔽处躲藏,就算是羽毛防水,遇到大暴雨的情况也是无济于事,如果被淋湿就很可能在短时间失温导致死亡。

据科普中国

