7:26 **13%** \leftarrow 126 | 问答:家长怎么帮 助孩子学习? 卓克 昨天 126 | 问答:家长怎么帮助... 10:56 5.12MB |卓克亲述| 今天的答疑,专门给很多私信问我孩子应

该报什么班,和应该怎么学习的家长们。

首先一个就是上课时间太早了。 从人的身高发育和脑的发育的规律来看,

成年之前的孩子都需要充足的睡眠。 而现

在很多学校早上8点上课已经是很早了,

有些所谓的名校还要在这第一节课之前弄

一个早读,也就是从7点20开始上课,可

是7点20还不够,因为有的时候还要轮到

孩子做值日。可是大城市拥堵啊,路上咱

们少算30分钟可以到,然后再留出10分钟

的余量。那这个孩子至少6点20出门,因

为出门前,你得穿衣服、洗漱、吃早点,

就算他20分钟完成,所以最晚最晚6点起

父母为了照顾孩子,还要比他起得更早才

行。父母的发育已经结束了,累一点这是

应该的,这个咱们不多提。但假如那个学

校的优秀是靠高强度的训练堆起来的,那

学校有一个惯性,就是留很多作业,就是

孩子早上6点起,可是头天晚上也许作业

所以,他们有可能在这种环境下从小学开

始,就长期地没有保证充足的睡眠,就算

不顾家长怎么辛苦吧,只从孩子这个角度

出发,我都觉得上课时间应该缩短,比如

我要是教育部长,我就规定,孩子最早到

校时间都不能早于8点半,现在7点就开始

了这种模式,实在是不科学,也不利于健

—→ 应试教育的历史 •—

健康方面可能还其次,更多的方面是来自

于应试教育那种军事化的大班上课。虽然

各国的中小学都是这个模式,这也是无奈

我们虽然不能改变什么,但是起码心里要

明白。这种模式的来源,像公立学校的统

一服装、统一鞋、统一发型、统一课程内

容、统一上课时间,这个方式是要追溯到

1860年,把拿破仑都干掉的普鲁士军队的

在那个之前,国家出钱设立大批的公立学

校的模式是不存在的。谁想上学就自己花

钱供孩子去读书,学校要不是教会的,要

但是,战争让普鲁士军队发现了一个问

题,就是素质太低的兵听不懂战术,说几

遍跟没说一样,战场上还是乱跑,不能严

格执行命令。后来就发现,原因是说的太

多了, 士兵理解不了, 记不住, 脑子记不

住,那写在本上,但是因为不认识字,也

没法写。为了提升战斗力,就要给他们补

所以你看,为什么上下课那个铃打得那么

刺耳,为什么要求在课堂上手背后坐好,

有问题要举手,不能随口问,举手的那个

姿势都贴在墙上,还要统一作息,等等等

等。这样大家都认字,都听指挥了,做训

练有素的士兵,这样训练的效果确实好,

这种模式在一八四几年被美国人学去了,

一八八几年又被英国学去了。实际上英国

在大量地实行公立学校的时候,他们国家

识字率都超过90%了。政府把公立的教育

作为一个专门的项目来运营,而且为此制

定了很多法律,一般来说,政府强制性的

规定跟操作的内容大多是运行起来效率比

较低的,不如自发生长出来的那些东西健

这样一来,其实教育的本质就逐渐丢失

了,很少有中小学是以提升学生能力为第

一要务的,分数才是关键。所以中学的六

年,你看,实际上初三跟高三几乎就是在

大量地浪费时间, 做高强度的重复性训

练,就算不考虑这两年,其他的四年时间

里,大部分时间全体同学也都是在做统一

这样的教育对两类学生是最不利的,一个

是学习能力非常强的,一个是非常差的。

强的吃不饱,牵制了他的成长;差的是跟

所以对孩子的教育,最好的方式其实是私

—→ 个性化教育方案 •—

咱们以踢足球为例,来说说什么是个性化

可能有些人觉得踢球是一种头脑简单、四

肢发达的人才干的事。其实不是的,这项

活动里,大脑参与的内容特别多。比如咱

们设置几个级别的任务,这个级别从低到

L1级别的任务: 让一个球员从左前锋的位

置,带球往球门方向内切,这个是需要带

L2级别的任务: 就是让他在内切跑动的过

程中,尽量只用左脚带球,而大部分人都

是右脚右手, 所以这就需要左脚带球的能

L3级别的任务:就是在左脚带球、内切跑

动的过程中,要求他尽量不看球,你看这

个要求更高了,他需要娴熟的左脚带球能

L4级别的任务:比L3还要高,就是再多设

置一个中锋球员,这个中锋跟左前锋完成

一个穿插跑位,而且是在禁区弧顶这个位

置,两个人完成穿插,这个要求比L3高在

哪呢?就是他不光需要不看球能把球带到

位置,还得需要根据对方中锋的位置跟速

度, 调整自己的位置跟速度, 这还不是最

L5级别的任务: 就是在有对位防守的情况

不知道我说完这5个级别,大家是不是能

略微体会一些,足球其实很不容易。要想

把L5都顺利完成,你的脚必须是已经技术

很娴熟了,而且你脑子里必须一直想着教

练刚才布置给你的那个任务,就是完成一

次穿插,同时你眼睛不能总看着球,大部

分时间你还要盯着几秒钟后,要跟你完成

穿插的那个中锋,看他跑到哪了。这样你

才能调整速度,好能在预定的位置完成穿

插。除此之外,你还得兼顾着别让那个防

在公立学校统一教育是怎么一种情形呢?

就相当于让所有人都在反复练习左脚带

球,也就是L2这个级别的任务,实际上学

校里总会有一些好苗子,只练了15分钟就

能完成不看球,在禁区弧顶跟中锋完成无

人盯防下的穿插跑位,也就是L4级别的,

他可以完成了。但是这些好苗子,他的问

题在于,只要一出现对位的防守,脚下节

奏就乱。他实际上已经超越了绝大多数

人,绝大多数人还在L2呢,但是他也有他

的瓶颈,他需要反复训练的是L4到L5这个

过渡。那在这里练上半个小时,估计他就

但是可惜,公立学校没有资源给他练这些

东西,他只能跟着大家一起练L2的这些东

西。确实他左脚带球会越来越熟练,但是

就是如果把自己掌握的内容画成一个圈,

圈里的是自己掌握的,圈外的是没有掌握

的,那就是时刻把自己一只脚踏在圈里,

一只脚踏在圈外。每当自己掌握了新的内

容,两只脚都在圈里的时候,再把一只脚

踏在圈外,这样圈逐渐地扩大,你掌握的

一只脚在里, 一只脚在外, 就保证不会因

为早就掌握了这些技术而感觉到无聊了,

也不会因为一直学不会,一直没法突破,

感觉压力特别大, 所以成就感跟挑战感是

那就得需要专业的教练,对学生来说,就

是专业的老师。他不但在知识上是专业

的,而且对这个孩子知道了什么也是专业

的,他通过长期地跟孩子接触,准确知道

那个圈已经扩展到什么程度了,那这个老

师就总在根据孩子的反馈调整已知圈跟未

知圈扩展的速度,让孩子总是处于一会儿

写留言

请朋友读

Aa

频繁交替出现的,这样的训练效果最好。

怎么才能有这样的训练效果呢?

东西更多,而且这样的速度更快。

能达到在有人盯防下,还能突破。

可是人怎么学习才能提升更快呢?

他的上限被人锁住了。

守队员把你的球破坏掉。

下,完成跟中锋在弧顶的穿插跑位。

力,这就比L1的要求更高了。

力,因为不看球了。

高的。

球能力的,比较简单。

不上节奏,白浪费时间。

教,就是个性化的方案。

的定制方案。

高。

的同一种训练动作,一个节奏的学习。

康,但是没有办法,现在已经立法了。

上,同时还要兼顾战斗训练。

后来把拿破仑都给干掉了。

之举,因为老师跟教育资源是有限的。

床。

都写到11点了。

康。

训练方法。

不是私人盈利性质的。

法走的,之后随机应变地调整。 的局面。

先说两个在教育过程中出现的不利于孩子 —→ 保证孩子的充足睡眠 +——

孩子,相信一起步的时候也会按照这些方

观者我也有一些看法,今后如果我要有了

虽然我自己还没有孩子,但是作为一个旁