

## 陪 伴

□曹志坚

### 编者按

教师学期内工作忙,总是与学生相处多,陪伴自己的孩子少。假期来临,您是如何和孩子度过亲子时光的?去了什么地方?都有哪些趣事?让我们一起在分享中感受暑假的快乐与温馨吧!

## 和女儿找童年

捉知了猴  
□卢振芳

电筒照着正在向上爬的知了猴。被手电筒照到后知了猴停止了爬行,抖动着后足向后退起来——这小可爱!可能是被强烈的灯光吓到了,没退几寸又停下来。这一镜头被女儿录进了手机,成为炫耀的资本。“它简直太可爱啦!”女儿兴奋不已。一只知了猴给女儿带来的喜悦是发现:发现独特的生命,解锁陌生的角落,发现快乐的源泉。

“你看!这儿有一个。”脚下的小洞里探出一个小脑袋来,我急忙召唤女儿一起分享。“呀!它们就是这样出来的呀!”女儿很是惊讶,将手里的手电筒距离知了猴更近些。“它怎么不出来呀?”看到灯光,知了猴显然被吓到了,将刚刚探出的头又缩回到洞里,竟然连影子也看不到了——躲藏,是世间万物的求生本能。女儿就地拿来一根细木棍,顺着小洞放到里面引知了猴出洞。不一会儿,木棍动了几下……再动几下……知了猴顺着木棍露出头来了。我们将手电筒的灯光移到别处,唯恐它见到灯光折回洞里。10秒,20秒,50秒……1分钟对于等待来说简直太漫长了!等听到窸窸窣窣的动静再次把手电筒照过来时,那只小可爱已经乖乖地在木棍顶端啦——

“‘猴’算不如人算。瞧,转悠了半天,还是回来啦!”女儿如获至宝又蹦又跳,瞬间回到了孩提时代。

“正因为你是我的玫瑰花费了时间,这才使你的玫瑰变得如此重要。”正因为我们在知了猴身上花费了时间,每发现一只,女儿必激动一番,胜过任何一次获奖。“不用心,连个知了猴都找不到。”这是女儿悟出的道理。其实,这份大自然的馈赠是另一种奖励——给用心的人。

暑假,是陪伴孩子的最佳时期。我要陪孩子一起运动。

喜欢运动的孩子是阳光的,健康的。培养孩子运动素养的重要性是不言而喻的。我们要重点培养孩子的运动兴趣、运动技能,当然还要有系统性、针对性。首先应该结合学校的考评项目着重进行相关训练,比如跳绳、仰卧起坐、立定跳远、五十米跑等。另外还可以选择一些需要多人参与的运动项目,让孩子在锻炼身体的同时,也知道团队合作的重要性,孩子会享受到运动的乐趣和家庭的温暖。

暑假是多么令人期盼的事情!如何将暑假过得别有滋味,我和儿子俊俊已经策划了许久,终于,它来了。

伴随着每天清晨清脆的鸟叫声,俊俊就开始了一日的功课,默写语文古诗词,让我听写生字词,做一做数学口算,也会练会儿字,大概做一小时左右的功课。然后便开启了放飞自我的模式,平衡车、自行车,还有长跑,每天都跑上几公里的路,只为了去邻村商店买一包辣条,开心的时候,就算不买辣条,一天也乐意跑几趟。

2022年疫情来得很突然,本来想在暑假里出去游玩的我和孩子们,只能在家“云旅游”了。“云旅游”,是不是听起来很神奇?今天我就想要跟大家说一说我和孩子们在暑假里的“云旅游”。

第一站我来到了“书海”站。在这里我挑选了几本和大自然相关的书籍,比如法布尔的《昆虫记》和《国家地理》杂志。在这些书籍中,我看到了微小的昆虫世界,还看到了最新的地理变化。不仅如此,我还给孩子们带来了我最喜欢看的建筑书

被誉为“亚洲天然植物园”“陕西的青藏高原”和“秦岭里的香格里拉”“神仙居住的地方”的太白县,是一个独具特色、神奇美丽的地方。这里孩子们的暑假生活也是那样的快乐而自由,甜美而幸福。

登山  
早晨5点起床,揉揉蒙眬的睡眠,约上自己的小伙伴,伴着微微星光,头顶着快要落山的月牙,开始了向翠吼山公园进发的脚步。顺着盘山的水泥路,登上休闲广

孩子的学习和生活有很多压力,但是锻炼能让他们经常面带笑容,他们平凡的日子,会因为运动而增添很多的趣味。

我要陪孩子一起阅读。  
俗话说“腹有诗书气自华”,阅读可以不断丰富孩子们的内在涵养。阅读不单单是孩子的事情,我们也要阅读。父母是孩子的第一任老师,孩子成为什么样的人,在某种程度上,首先取决于父母。父母好好学习,孩子才能天天向上。空余时间我们也要进行阅读,一来给孩子作示范,二来也可以增长知识,提高修养。孩子们看在眼里,记在心里,自然也会爱上阅读。我们可以和孩子共读经典,一起分享阅读收获和阅读乐趣,和孩子之间也会有更多的共同语言。

我要陪孩子一起劳动。  
“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行”,作为家长,我们要经常布置一些孩子力所能及的家务劳动,比如叠衣服、刷碗、洗袜子、收拾卧室等。只有参与了劳动实践,他们才

下午,遇上微风习习且无雨时,我们会去花椒地里摘花椒。可别小瞧了劳动教育,这里面学问可真大了去了。一颗颗花椒,从满是荆棘的树上摘下来,真够费工夫的,一个不小心,就会被扎得嗷嗷直叫。辛苦劳动赚来的钱,总是很有意义。我们每天摘花椒的钱充当了我们的娱乐基金,赚到钱就在渭南市周边游玩,每天进账多少,消费多少,余额多少,俊俊算得明明白白。

就近,我会带孩子去潼关十里长廊的游乐场,每次去他基本都要玩蹦蹦床,经营蹦蹦床的老板还经营秋千、钓鱼池、滑滑梯等其他项目,这些项目都可以免费玩,偶尔也会玩一玩碰碰车,玩过后还要评价“时间太短、太贵”。再远一点儿,会去华山国际溜冰场,俊俊会溜冰,而且滑得很好。花自己的钱,总会想花得更值钱,他会选择周内不限的时候去,而且带足了饮食,每次能滑一天。也会去大荔“小三亚”、蒲城卤阳湖公园等邻县的游乐场所,真可谓是欢乐多多。

还有一项娱乐,那就是阅读

籍。原来苏州博物馆已经有新馆了!在书本上,孩子们和我能够用手摸一摸那崭新的博物馆,真期待和它正式见面!要知道这些有趣又可爱的知识,都离我们有1000多公里,而现在它们跃然纸上,成为了我们朝夕相处的朋友。

第二站我来到了“听曲”网。每天我都会给孩子们准备好优美的曲子,听着动听的旋律,相信每个孩子在家长的陪伴下,都可以慢慢地进入梦乡。有一次,我也伴随着《竹林》这首曲子来到了大熊猫的故

□胡建功

## 和孩子探寻那些文化古迹

放暑假了,除督促孩子完成日常的学习和作业任务外,到外面的名胜古迹处去游学也是很不错的选择,古人云:“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。”

本想到远处去,结果没去成,只好就近到天水游了。

中午时分,我们步入了天水胡氏古民居的北宅子,正午的阳光正炎,里面不见一个人。北宅子原规模宏大,是由七个三合、四合院构成的一处完美的明代建筑群落。宅院平面呈矩形,分东西两处院落。大门设在宅院的东南角,是一座三开间歇山顶三架檐楼式建筑,门额正书“太常第”。东西跨街各设一座歇山顶三开

间三架檐楼。我说呢,当年央视《秦州大宅门》里介绍北宅子应该很大,咋这么小,原来岁月沧桑,北宅子现仅存有东主院过厅、中院主厅楼和后院主厅房。

沿着侧面逼仄的过道进去,一个院落,又是一个院落。最后一间阁楼台阶前,一种叫不上名字的花在盛夏开得正艳。妻子说这就是凌霄花,南宅子就有,我忽想起,伏羲庙不是刚见过去吗?我叫儿子过来,细看了这种少见的花。一簇簇橘红色的花,喇叭一样,张开嘴巴,惹人爱怜。网上资料显示:凌霄花寓意慈母之爱,经常与冬青、樱草放在一起,可结成花束赠送给母亲,表达对母亲的热爱之情。

## 自“游”成长“泳”于探索

□王瑜

期盼已久的暑假生活开始了。身为教育工作者,何其幸运,能和孩子一起共度假期生活。七月天气干热,经过一番激烈讨论之后,我和孩子最终决定一起学习一项能消暑降温的体育运动——游泳。

大概是北方人的缘故吧,一直对水上运动充满着好奇和担忧,学游泳难吗?呛着水了怎么办?我和孩子能学会吗?……总之,无数个疑问从我的脑中闪现而过,行不行,试了就知道。

刚开始第一节,课程进行很顺利,我们都完美地学会了水中憋气、水上漂浮。对之前的担忧瞬间感到很多余,认为拿下这项运动易如反

掌。第二节课,蛙泳腿也可以轻松掌握。第三节课,蛙泳手对我们来说也不难。第四节课,蛙泳腿和蛙泳手相互配合,就开始没那么容易了。障碍一:蛙泳手和蛙泳腿的配合。因为游泳动作不熟练,导致手脚不能很好地配合在一起,孩子已经可以漂在水面上,而我怎么做都漂不起来。教练说要做到就要记住三个要领,伸手低头,划手抬头,伸手蹬腿。怎样才能将教练讲的融会贯通变成自己的做出来呢?我想只有多练习。障碍二:抬不起头。低头吐气,抬头吸气。但我的头怎么也不能浮出水面,怎么就这么难呢!通过询问、观察,最终我发现想要学会抬头

就要学会利用腰部力量向上顶。障碍三:吸不上气。好不容易抬起了头,鼻子吸不上气,与其说吸不上气,不如说是不敢吸气,总怕把水吸进鼻腔里。就这样,呛了几次水之后,经教练的指导,才找出问题的根源在于废气未吐完。在我不懈的努力下,孩子也和我一起克服了重重障碍,完成了蛙泳的学习。

学习任何技能都没有我们想象中那么容易。不当学生已经很多年,但从事教育事业从来都离不开“学”,无论是当老师,还是做学生,我们如果不在“学”上下功夫,总是一味提要求是不行的。不管是在学校里学知识,还是到社会上学做事,学习都是互通

## 山里孩子暑假的一天

□闫永强

稍稍休息,依次登上太白金星、木亭、金亭,一个个喘着粗气,冒着热汗,经历了40分钟的努力,终于爬上了翠吼山顶峰——摘星楼。观赏翠吼云海,领略日出美景,感受云里雾里的神仙生活,给人一种“像云非云雾似海,太白有道行如仙”的感觉。

采摘  
上午,步行至田间,和父母一起体验刀砍白菜、手掰西葫芦、拔起扯莲的快乐。撑开袋子,将白菜一

个个装进去。提着自己的小竹篓,将一个个西葫芦提出菜地,在三轮车上摆放整齐。跟着父母一起,走进米禾冷库,体验了菜花、甘蓝、白菜包装入库的乐趣。

野炊  
午后,带一口铁锅,背包里装满新鲜的蔬菜,再装几包自己喜欢吃的零食,带上刀和案板,跟着父母一起来到高山植物园的树林里。伴着树叶缝隙的光束,挽起裤腿,跳进小河水里,搬起一块块石头,

一个个装进去。提着自己的小竹篓,将一个个西葫芦提出菜地,在三轮车上摆放整齐。跟着父母一起,走进米禾冷库,体验了菜花、甘蓝、白菜包装入库的乐趣。

野炊  
午后,带一口铁锅,背包里装满新鲜的蔬菜,再装几包自己喜欢吃的零食,带上刀和案板,跟着父母一起来到高山植物园的树林里。伴着树叶缝隙的光束,挽起裤腿,跳进小河水里,搬起一块块石头,

一个个装进去。提着自己的小竹篓,将一个个西葫芦提出菜地,在三轮车上摆放整齐。跟着父母一起,走进米禾冷库,体验了菜花、甘蓝、白菜包装入库的乐趣。

野炊  
午后,带一口铁锅,背包里装满新鲜的蔬菜,再装几包自己喜欢吃的零食,带上刀和案板,跟着父母一起来到高山植物园的树林里。伴着树叶缝隙的光束,挽起裤腿,跳进小河水里,搬起一块块石头,

一个个装进去。提着自己的小竹篓,将一个个西葫芦提出菜地,在三轮车上摆放整齐。跟着父母一起,走进米禾冷库,体验了菜花、甘蓝、白菜包装入库的乐趣。

野炊  
午后,带一口铁锅,背包里装满新鲜的蔬菜,再装几包自己喜欢吃的零食,带上刀和案板,跟着父母一起来到高山植物园的树林里。伴着树叶缝隙的光束,挽起裤腿,跳进小河水里,搬起一块块石头,

会逐渐形成良好的劳动习惯,不断萌生对劳动的深刻认识。简单的家务劳动,可以让他们把学校获得的劳动技能运用于实践中,从而在家务劳动中收获成就感,还可以适当调节孩子的身心,调整生活节奏。

他们在劳动中会感受到父母的艰辛,自然而然会尊重劳动,热爱劳动,积淀劳动素养。力所能及的家务劳动会促进他们健康可持续发展。

总之,孩子的健康成长离不开我们的陪伴指导,陪伴会让每个家庭都充满浓浓的亲情,陪伴会让每个家庭都成为孩子们温馨的港湾。

□薛婷婷

## 别有滋味的暑假

了。每天晚上,我们都会读书。俊俊读纸质书,我读电子书。我们喜欢的阅读姿势就是躺着读,我们最近在读《福尔摩斯探案集》,已读到第七本,遇上偶尔下雨的时候,我们就召开个家庭读书会,喝着咖啡,吃着水果,聊一聊书中情节,讲一讲读书感悟,别有风趣。

这个暑假,长了身体,长了知识,还愉悦了心情。一起学习,一起读书,一起游玩,多么美好的假期,真是让人沉醉,期待这样母子相伴的日子可以更长!

## 一起“云旅游”

□赵徐婷

可爱的孩子们回到了自己的家乡,去了家乡的图书馆,翻阅了有趣的《临安志》——原来古代的家乡也是风景如画呀!

虽然足不出户,但通过眼睛去看、耳朵去听,以及通过大胆地想象,整个世界仿佛都环绕在我们面前。孩子们也和我每天交流和分享自己的感受,仿佛我们就是同游每个风景名胜的“游客”,一路说说笑笑,互相讲述着自己的见闻和收获。

希望疫情结束,我们可以真正地走出家乡,去更远的地方看一看。

可爱的孩子们回到了自己的家乡,去了家乡的图书馆,翻阅了有趣的《临安志》——原来古代的家乡也是风景如画呀!

虽然足不出户,但通过眼睛去看、耳朵去听,以及通过大胆地想象,整个世界仿佛都环绕在我们面前。孩子们也和我每天交流和分享自己的感受,仿佛我们就是同游每个风景名胜的“游客”,一路说说笑笑,互相讲述着自己的见闻和收获。

希望疫情结束,我们可以真正地走出家乡,去更远的地方看一看。

可爱的孩子们回到了自己的家乡,去了家乡的图书馆,翻阅了有趣的《临安志》——原来古代的家乡也是风景如画呀!

虽然足不出户,但通过眼睛去看、耳朵去听,以及通过大胆地想象,整个世界仿佛都环绕在我们面前。孩子们也和我每天交流和分享自己的感受,仿佛我们就是同游每个风景名胜的“游客”,一路说说笑笑,互相讲述着自己的见闻和收获。

希望疫情结束,我们可以真正地走出家乡,去更远的地方看一看。

