

记者调查拉萨市培训机构

## 五花八门的兴趣班 你选对了吗?

舞蹈班、口才班、美术班、游泳班……寒假刚过,各种兴趣班春季课程就拉开了序幕。“你给孩子报班了吗?”“课余时间准备让孩子学点什么?”成了近期很多家长讨论的热门话题。那么,面对五花八门的兴趣班,孩子们是如何看待的?家长们在选择培训机构时又需要注意什么?就这些问题,我们来听听孩子、家长和专业老师们是怎么说的吧。

文/图 记者 姜梦琳 次吉



孩子们进行篮球课程学习。

孩子 愿意学习感兴趣的课程

“手要伸直,抬头向前看,挺胸……”近日,记者走进拉萨市区一家街舞培训中心,只见孩子们正在老师的指导下欢快地舞动身体,教室内一幅昂扬向上、活力十足的动感画面。今年8岁的平措已经在这里上舞蹈课一年多了,每次上课他总是早早地来到教室,提前进行一些基本功练习。“我特别喜欢跳街舞,每次来上课都觉得很放松,也很期待周末的到来。”平措告诉记者,“在报兴趣班前,爸爸妈妈征求了我的意见,最终选择了街舞班。对我来说,只要是

喜欢的课程,再辛苦我也愿意坚持。”

今年10岁的念扎在某机构学习游泳已经一年多,每个周末要上两个小时的课,回到家还会和家人分享学习成果。每每谈起学习游泳,念扎总有说不完的话,“我特别喜欢游泳,因为游泳可以强身健体,在水里游来游去的时候,也感觉特别放松。”念扎说,“班里的同学大多都报了兴趣班,我之前也上过其他课程,但最后坚持下来的只有游泳了,以后我会坚持学习。”

家长 多方面挖掘孩子的兴趣和潜能

如今,家长们越来越重视拓宽孩子的课外知识,培养孩子的兴趣爱好,口才、舞蹈、乒乓球等内容丰富的兴趣班也深受孩子们的喜爱,孩子们学习特长、陶冶情操,不仅增添了生活乐趣,还极大地丰富了课余生活。生活在拉萨的宝妈张女士,先后给9岁的女儿报了手风琴、滑轮、美术等兴趣班,“报不同的兴趣班是希望孩子多探索,找到自己的兴趣所在,结果她对这些课程都不太感兴趣,唯独喜欢乒乓球,我们就索性把其他课程停了,让她专心学习乒乓球。”张女士认为,艺术和体育类兴趣班,能让孩子在拥有兴趣爱好的同时,还有利于孩子的全面发展。“我女儿总说学习压力很大的时候,打打乒乓球,既能锻炼身体,还能放松心情。”张女士说,“家长不要把兴趣班当成负担,也不要强迫孩子去上她不喜欢的课程,而是要尊重孩子的选择,

跟她一起学习成长。”

采访中,记者了解到,当代社会大环境之下,不少家长都认为,除了正常的学业课程外,还应该多方面挖掘孩子的兴趣和潜能,培养他们的综合素质,为今后的发展打下坚实的基础。85后宝妈普珍认为,在兴趣班的选择上,要多考虑孩子的喜好和特长,“比如,有的孩子喜欢演讲,可以选择口才类的兴趣班,有的孩子喜欢运动,可以选择乒乓球、羽毛球、足球类的兴趣班,有的孩子动手能力强,可以选择手工类的培训班。”普珍告诉记者,“兴趣是最好的老师,孩子的兴趣一旦被激发,专注力、学习能力 and 解决问题的能力都会得到极大提高。作为家长,在兴趣班的选择上,我会着重考察机构的专业性和师资力量,在能力范围内给予孩子最好的学习环境。”

业内人士 切忌给孩子带来过大压力

兴趣班是孩子的第二起跑线,对于家长来说,如何选择兴趣班、选择什么样的兴趣班对孩子的成长帮助比较大呢?拉萨某培训机构负责人陈宝佳告诉记者,如今,随着经济社会的发展,家长们对孩子的兴趣班选择越发重视,观念也发生了不小的变化。“以前,家长选择兴趣班比较关注课程的价格和距离上课地点的远近,现在家长更关注机构的专业性和师资力量,尤其对老师的要求很高,既要求老师具备专业的知识和教学技能,又希望老师能够有耐心引导孩子学习思考,培养孩子的学习兴趣。”陈宝佳说。

在家长对孩子兴趣培养需求日益增多的情况下,拉萨不少培训机构纷纷立足实际,开

设了丰富多彩的兴趣课程,供家长和孩子们选择。“现在很多孩子的学习能力很强,家长也非常注重兴趣培养,所以在兴趣班的学习效果都很不错。我们学校有的孩子,既学习美术课程,又报名了舞蹈课程,课余生活很丰富,成长变化也特别大。”陈宝佳告诉记者,作为兴趣培训行业的从业人员,他建议家长选择兴趣班要量力而行,合理安排时间和强度,切忌选择太多兴趣班,给孩子带来过大压力,影响孩子身心健康和学习效果。“随着孩子年龄增大,学习负担加重,报太多兴趣班反而会给孩子带来负担,家长可以根据孩子的兴趣喜好,选择合适的兴趣班,长期坚持培养,用来调节学习带来的压力。”陈宝佳说。

记者手记>>>

### 别让兴趣班成为家长的兴趣

兴趣培养的前提是尊重孩子的兴趣爱好,这样才能事半功倍,更有利于孩子的全面发展。但在采访中,记者也发现,有部分家长在培训班的选择上目的性太强,总把自己的想法强加给孩子,让孩子按照家长的意愿上课学习,这样反而影响了孩子的学习兴趣。其实,对于孩子来说,兴趣班的存在能让他们在校内学习生活外,有机会接触到更多新鲜事物,从而能更加积极地面对生活中的挑战。因此,家长们应该理性看待兴趣班,关注孩子的接受能力,尽量给孩子更多的选择空间,千万不要让兴趣班成为家长的兴趣,折断了孩子梦想的翅膀。

## 拉萨市北京中学开展近视防控宣讲活动

为营造近视防控宣传教育氛围,提升学生眼健康知识水平,近日,拉萨市北京中学开展了“《爱眼大课堂》助力健康校园 共筑光明未来”宣讲活动。

活动中,中国关心下一代工作委员会体发中心校园爱眼大课堂爱眼辅导员武春研介绍,根据往年全国中学生近视调查报告,全国初中生近视率在65%,高中生近视率在80%以上,而且这一数据还在呈现逐年上升的趋势。此次宣讲,她从“爱眼健康”主题出发,讲解导致近视的原因、如何干预等大家关心的问题。

“我们班有30人,有近一半的同学已经近视了。”拉萨市北京中学学生嘎玛卓嘎说,“目前我的视力还可以,家里只有妈妈戴着眼镜,主要因为妈妈天天坐在电脑前办公。”嘎玛卓嘎认为,眼睛近视跟多种因素有关,遗传、看手机、在光线太暗的地方看书、平时不注意坐姿等都可能致近视。

“家长在带孩子配眼镜时,一定要选择一款适合孩子的眼镜,并不是说眼镜价格贵就

是好的。”武春研说,16周岁以下的青少年身体正处于生长发育阶段,如果眼睛近视了,家长一定要带孩子到专业机构配一副防控眼镜,这对近视的防控有一定效果,可以起到保护眼睛的作用。

拉萨市北京中学体育老师李雪强介绍,学校每年都要对学生的视力进行两次监测,老师会在每节课间要求学生在教室内坚持做眼保健操,大课间让学生做体操,这样可以帮助学生放松心情、增强体质和预防近视。

据悉,拉萨市教育系统高度重视中小学近视防控工作,在全国第8个近视防控宣传教育月期间,拉萨市中小学开展了一系列活动,包括每班张贴一张标准对数视力表、中小学生在每天坚持做眼保健操等。同时,拉萨市教育系统每年对学生展开两次视力监测,并深入开展近视防控宣传教育,让广大中小学生、教师和家长都参与到近视防控中来,有效减少学生近视的发生。

文/图 记者 张雪芳 实习记者 侯佳



活动现场。