

# 根据孩子性格 报读兴趣班

眼下暑假快到,如何抢报“兴趣班”又成了摆在家长面前的一道难题。专家支招,兴趣班应当以孩子喜好为第一出发点,根据自身的身体、心理条件作为挑选依据,所谓的“升学条件”根本不应在考虑之列。



## 现状

“特长生”催热“兴趣班”

杨小姐的儿子今年准备上小学一年级,而她却早早就瞄准了6年后的重点中学。“首先是要学习成绩上过得去,不行的话就再拼特长!”杨小姐笑言,她的小孩为此从3岁就开始学各种“兴趣”。“政策每年都在变,反正多几个证也不坏。”采访中,像杨小姐这样“未雨绸缪”的家长多不胜数。



## 支招

家长报班三原则

第一,要尊重孩子的意愿。

第二,孩子“无意愿”时,家长要放手让孩子尝试。专家表示,在她接触的过程中,不管孩子的年龄有多小,他(她)都有自己的意愿。每个孩子都有自己喜欢做的、想做的事,但为何很多时家长询问时,孩子都显现出“茫然”?这问题就出于孩子从小家庭教育上,家长并没有引导孩子开发孩子兴趣的潜能,并非说孩子就是“无兴趣”。这更需要后期加强引导,放手让他尝试多种兴趣,再找到一种适合自己的。

孩子“无意愿”时,家长可根据孩子的性格特征作出选择——

A. 内向型:适宜选择群体组合作进行的课程,如戏剧、音乐、舞蹈等,以锻炼其社交能力,提高自信心。但专家提醒,过于内向的孩子并不适宜一下子就将其“暴露”在人群前,像主持人班这种受“瞩目”的课程更适合性格活跃,表演欲望强烈的孩子,性格太内向的孩子身处其中是种“折磨”,更不利于心理健康。

B. 外向型:适合选择稍微“安静”、培养气质的课程,如书法、绘画、棋艺等。谢海燕强调,特别是患有“小儿多动症”的孩子,应当选择一些考验专注力的课程,如算术、模型制作、乒乓球、羽毛球等。

提醒:注意区分人前内向型与人后“外向型”。专家表示,有些小孩在人前表现十分乖巧,但回到家就是个小霸王,家

长要学会辨别其真实性格。“这类型的孩子内心更容易封闭,对外界处理人际关系的能力和技巧薄弱容易被家长蒙蔽而忽视,应及时引导,通过观察、聊天,来了解自己的小孩。”

为3~6岁的孩子报兴趣班,关键是发掘孩子的兴趣。“这个时期的孩子年龄小,家长比较难看出其究竟对什么感兴趣,所以可广撒网,多报一些兴趣班让孩子去体验。”孩子6岁以后,一般而言,各大类(艺术类、学科类、体育类、情商类等)的兴趣选择一两门就行了,毕竟精学比略懂要好。

第三,体质也是考虑因素。专家表示,目前社会上开设的少年儿童兴趣班,一般都对体质没有限制,属于“大众化”的文体活动,纵使这样,为更好地达到培养锻炼的目的,排除疾病外(患病孩子应根据医生建议进行课程选择),家长还是可以适当根据自身孩子的体质状况进行挑选。

瘦小型:绝大多数的文化艺术类都可以选,在体育类方面,可选如游泳这样的全身有氧运动。专家表示,孩子很瘦,吃饭爱挑食,坚持游泳能够促进食欲,帮助孩子增强消化功能。由于水的密度和导热性都比空气大得多,因此人在水中锻炼散失的热量,比水外锻炼升高数倍。加之水温低于体温,能使人体释放更多的热量。随着体能的大量消耗,在中枢系

统的调节下,人体会动员肌肉和肝脏中贮备的能量,来保证供应,对于孩子的作用尤其明显。不但能让孩子长体重,还能增强抵抗力,让他的肌肉发达,有利于锻炼骨骼的灵活性和柔韧性,更好地促进骨骼发育。

肥胖型:建议参加体育类兴趣班,如游泳、骑车、体操、滑冰、羽毛球、乒乓球、柔道等。游泳不会加重关节的负担,而且能增强许多因常常坐着身体较弱的人的背部肌肉;骑车能促进心脏和身体循环系统的健康,增强耐力,提高身体素质;体操能锻炼全身肌肉;滑冰能锻炼腿部肌肉,并能提高运动的灵巧性和协调性;打羽毛球和乒乓球能提高运动能力和快速反应能力;柔道能提高肌肉力量,增强身体协调性和运动能力。

提醒:对于一些患有某些疾病的小孩,除发病期外均可参加任何兴趣活动,有些课程甚至对疾病本身有辅助康复的作用,但也应该遵从主诊医生的建议,量力而行,不要“太过”。如患有哮喘的孩子可以报游泳班,可锻炼心肺功能,增强抵御疾病的能力,有助于减少哮喘发作。但也有研究报告指出,游泳池里用于消毒的氯如果浓度过高,有可能诱发运动性哮喘。因此家长应带孩子去报读正规的游泳班,且每次上课时间不宜过长,强度不宜过大。

(田钰)



## 观点

为升学而生的“兴趣”根本不属于兴趣

专家解析,升学的压力令孩子们的“兴趣特长”越发变得功利。兴趣能使人们目标明确,积极主动,从而能自觉克服各种艰难困苦,获取某领域的最大成就,故兴趣和特长应是相辅相成的。

“西方家长会让孩子在玩耍中体会生活、学习技能,在平时会鼓励孩子自觉学习。而中国家长从小就在学习任务逼迫孩子去干,这样很容易引起孩子的逆反心理。同时,罔顾孩子的性格特点,将其硬是塞进一个令其厌恶的环境,不利于孩子心理健康的培养。”她认为,忽视孩子意愿,为升学而生的“兴趣”根本不属于兴趣。“这只是家长的攀比心理和虚荣心作祟而已,而孩子则成了牺牲品。”

除了心理,在生理上,家长的“一意孤行”对孩子的身体发育也并非好事。“每个孩子的身体素质都不一样,行为活动应有利于孩子身体个体的成长发育需要,特别是一些体育项目,并非每个孩子都可以加强训练。”专家强调。

